**Florentine NRW startet Online Fortbildung für Feuerwehrfrauen**

Das Netzwerk Florentine NRW im VdF NRW veranstaltet seit Dezember 2020 monatliche Online Fortbildungen ausschließlich für Feuerwehrfrauen. Offenbar auch für Feuerwehrmänner sehr attraktiv, lässt „Mann“ sich doch so manches einfallen, um auch an diesen Fortbildungen teilnehmen zu können.

Für die Auftakt-Fortbildung zu dem Thema „Gebäudelesen“ konnten wir Wiebke Thönissen gewinnen. Sie ist Führungskraft und Ausbilderin in der Freiwilligen Feuerwehr und hauptberuflich im vorbeugenden Brandschutz tätig.

Die Bauordnung ist ja für viele von uns ein großes undurchsichtiges Vorschriftenwerk mit Gesetzen und Paragraphen. Durch viele Faustformeln und Regeln, die sich aus dem Baurecht ergeben und für unsere Einsätze relevant sind hat Wiebke Thönissen gezeigt, dass auch dieses nicht alltägliche Thema spannend sein kann.

Wer weiß beispielsweise, dass die Gebäudeklassen anhand unserer Leitern erkennbar sind? So kann anhand der Länge der 4-teiligen Steckleiter geschlossen werden, dass es sich um die Gebäudeklasse 1-3 handelt und damit definierte Feuerwiderstände der Geschoßdecken verbunden sind. Die Auszugshöhe einer Drehleiter DL 22 definiert die Gebäudeklasse 5 angekommen mit wiederum viel höherem Feuerwiderstand von Wänden und Decken.

Vor anderen Herausforderungen stehen wir natürlich mit einem Gebäude von ca. 1890-1940. Treppenräume ohne Abtrennung, Türen ohne Feuerwiderstand, alte Installationen, keine oder mangelhafte Abschottungen von Decken oder Wänden. Was ist ein zweiter baulicher Rettungsweg und wo ist er zu erwarten? Was sind Passivhäuser und wo liegen die Gefahren? Kann ich dieses Dach betreten? Wo finde ich Zugänge? Viele Fragen auf die es viele Antworten gab. In den Diskussions- und Fragenrunden konnte die Dozentin auch die letzten Unklarheiten beseitigen. Insgesamt war das ein gelungener Start mit dieser tollen interaktiven Fortbildung.

In der zweiten Online-Fortbildung konnten wir mit Rica Bredthauer eine Expertin für das Thema „Achtsamkeit“ gewinnen. Rica Bredthauer ist Psychologische Beraterin/Trainerin und eine der Trainerinnen für die SAFETY TOUR von S-Gard. Wir wollten wissen, was hinter dem Trendbegriff: Achtsamkeit (Mindfulness) steckt und wie können wir Achtsamkeit für unsere Feuerwehr-Einheiten nutzen? Was steckt dahinter?

Achtsamkeit bezeichnet eine offene und akzeptierende Haltung, bei der wahrgenommen wird, ohne zu urteilen. Es ist eine Methode, um aufmerksam und einfühlend mit sich selbst und anderen zu arbeiten. Psychische Belastungen haben durch schwimmende Grenzen zwischen Privat- und Berufsleben, vor allem in Zeiten von Corona, eine immer größere Bedeutung.

Mit einer kleinen Umfrage zum Thema Achtsamkeit startete unsere Expertin die interaktive Fortbildung. Ob es die Akzeptanz ohne Widerstand ist, ohne etwas zu bewerten, die Sicht einmal aus der Distanz zu betrachten, bewusst etwas wahrnehmen, Offenheit, Neugier und Freundlichkeit, einfach einmal alles bewusst wahrzunehmen, dass macht alles die Achtsamkeit aus.

Wer kennt schon das ABC der Gefühle? Müssen wir immer so reagieren wie wir es tun? Geht es auch achtsamer? Die Lösung der Frage: Achtsamkeit im Team – aber wie? All diese Themen wurden von allen mit Spannung verfolgt.

In einer Breakout-Session konnten die Teilnehmerinnen sich in kleinen Gruppen in jeweils eigenen Videokonferenzräumen über das bis dahin Gehörte austauschen. Die Diskussion wurde aufgegriffen und einzelne Fragen wurden schon andiskutiert.

In der großen Abschlussrunde konnten noch zahlreiche Fragen geklärt werden. Sicherlich wird es zu diesem Thema noch eine weitere Online-Fortbildung geben, die sich spezieller mit dem Thema und der Rolle von Frauen in der Feuerwehr beschäftigt.

Zum Auftakt hatten wir zwei völlig unterschiedliche Themen und beides wirklich gelungene Fortbildungen. Freut Euch auf die nächsten Themen in unserer Fortbildungsreihe!

Du hast Lust mitzumachen und bist aber noch nicht im Netzwerk Florentine NRW, dann melde Dich einfach unter [Feuerwehrfrauen@vdf.nrw](mailto:Feuerwehrfrauen@vdf.nrw)!

Birgit Kill

Projektkoordinatorin

Frauen in der Feuerwehr in NRW

VdF NRW