

Wo er helfen kann, da ist sein Lieblingsplatz

Rouven M. Siegler ist nicht nur in seiner Heimatgemeinde Aichelberg ein bekanntes Gesicht: Der 32-Jährige engagiert sich seit vielen Jahren ehrenamtlich im Ortsverein Hattenhofen-Voralb für das Deutsche Rote Kreuz (DRK).

KATHRIN SCHOCH

AICHELBERG ■ „Mein Lieblingsplatz?“ Siegler überlegt und sagt dann bestimmt: „Der ist überall dort, wo ich anderen Menschen helfen kann.“ Ruhe und Selbstvertrauen strahlt Siegler aus. Das ist auch nötig, wenn man wie er als so genannter „Helfer vor Ort“ (HvO) des DRK dafür zuständig ist, bei medizinischen Notfällen Erste Hilfe zu leisten, bis der Rettungsdienst ein-



Sein Lieblingsplatz ist überall dort, wo er gebraucht wird: Rouven Siegler, ehrenamtlicher DRK-Helfer vor Ort. FOTO: KATHRIN SCHOCH

32-Jährigen nicht. Neben seiner Arbeit im Marketing- und PR-Bereich für kleine und mittelständische Firmen hat er sich zum Hypnotiseur ausbilden lassen. Schon als Jugendlicher hat sich Siegler dafür interessiert.

Seit November 2004 hat er eine eigene Praxis in Kirchheim/Teck. Dort bietet er Personal-Coaching und Sporthypnose an, er behandelt Raucher, die ihre Sucht loswerden wollen, Menschen mit Flugangst oder solche, die den Stress in ihrem Alltag reduzieren wollen. „Hypnose hat nichts mit Hexerei zu tun“, sagt Siegler. Vielmehr sei es ein Instrument, mit dem sich neue Wege aufzeigen ließen und das dabei helfe, Ziele einfacher und schneller zu erreichen. „Im Mittelpunkt steht immer der Klient mit seinen Wünschen und Zielen.“

Wichtig: Ruhe ausstrahlen

Die Ruhe und Konzentration, die der geprüfte Hypnotiseur bei seinen Kunden einsetzt, hilft ihm auch bei Einsätzen für das Rote Kreuz. „Viele Patienten und Angehörige sind verängstigt und stehen unter Schock. Es hilft, wenn man weiß, wie man Ruhe ausstrahlen kann“, weiß Siegler aus Erfahrung. Und nicht zuletzt zählt beim Einsatz mit den Kameraden, dass sich alle aufeinander verlassen können und alles reibungslos funktioniert. „Wenn wir dann helfen konnten, haben wir unser Ziel erreicht“, sagt Rouven Siegler mit einem Lächeln.

NWZ-SERIE

Mein Lieblingsplatz

trifft. Sieglers Einsatzgebiete sind Aichelberg und Zell u.A.

Der Wunsch des Aichelbergers, sich für andere einzusetzen und etwas zu bewegen, ist im DRK-Ortsverein für ihn in Erfüllung gegangen: „Unser Team ist jung und moti-

viert. Jeder hat die Möglichkeit, sich und seine Ideen einzubringen.“ Siegler ist neben der Tätigkeit als HvO und den übrigen Aktivitäten bei Veranstaltungen und Blutspendeterminen zuständig für die Pressearbeit. Für den Kommunikationsfachwirt und Hypnotiseur, der sich

2003 mit einem Büro für Beratung, Coaching und Training selbständig gemacht hat, kein Problem. „Stressig finde ich die ehrenamtliche Arbeit fürs DRK nicht. Es belastet doch nur das, was wir halbherzig machen“, sagt er ruhig.

Halbe Sachen gibt es bei dem