FEST DER GUTEN STICHE – FAQ

1. Wer kann bei der Naht-Challenge mitmachen?

Alle, die Lust haben! Du musst keine bestimmte Anzahl an Nähten schaffen – Hauptsache, du bist dabei. Du kannst dich von einem Hauptsponsor und zusätzlich von weiteren Personen aus deinem privaten oder beruflichen Umfeld pro Naht unterstützen lassen.

2. Kann ich auch alleine teilnehmen?

Ja! Du kannst ganz alleine mitmachen – zum Beispiel im Skills Lab, im Dienstzimmer oder bei einer kleinen Aktion. Du kannst aber auch mit deiner gesamten Abteilung oder im Rahmen einer größeren Klinikveranstaltung teilnehmen.

3. Wie funktioniert die Challenge?

Du hast 2 Minuten und versuchst, so viele gültige Nähte, Klammern oder Entfernungen wie möglich durchzuführen. Die Anzahl wird mit dem Gesamtbetrag aller Sponsor:innen pro Naht multipliziert. Die gesamte Spendensumme geht anschließend an den guten Zweck.

4. Welche Disziplinen gibt es?

Du kannst zwischen verschiedenen Disziplinen wählen:

- Nahtsprint konventionell: Einzelknopfnähte setzen, verknoten und selbst abschneiden
- Nahtsprint laparoskopisch: Einzelknopfnähte laparoskopisch setzen
- Klammer-Sprint: Hautklammern/Hauttacker setzen
- Naht-/Klammernentfernung: zum Beispiel für Kolleg:innen aus der Reha, die im Alltag keine Nähte setzen, aber Klammern entfernen

5. Was gilt als korrekte Einzelknopfnaht?

Eine gültige Einzelknopfnaht besteht aus einem Einzelknopf ohne Rückstich, drei Knoten und dem anschließenden selbstständigen Abschneiden des Fadens mit der Schere. Erst dann zählt die Naht.

6. Welches Material darf ich verwenden?

Zum Üben und für die Challenge können zum Beispiel Bananen, Kunsthaut oder vorhandene Nahttrainer/Skills-Lab-Modelle verwendet werden. Du kümmerst dich selbst um die benötigten Materialien.

7. Wie viele Nähte schaffe ich ungefähr?

Beim konventionellen Einzelknopf-Nahtsprint schaffen die meisten je nach Übung und Können etwa 6–10 Nähte in 2 Minuten. Bei den Klammern sind in der Regel deutlich mehr möglich.

8. Wie viele Sponsor:innen brauche ich?

Du kannst einen Hauptsponsor haben und zusätzlich weitere Sponsor:innen aus deinem Umfeld gewinnen. Jede:r Sponsor:in legt selbst fest, wie viel er oder sie pro Naht spenden möchte. Die Beträge aller Sponsor:innen werden pro Naht zusammengerechnet.

9. Was passiert bei einer gemeinsamen Abteilungs- oder Klinikaktion?

Bei einer gemeinsamen Veranstaltung gibt es eine hauptverantwortliche Person, die die Challenge organisiert und anschließend dafür sorgt, dass die Gesamtsumme aller Teilnehmer:innen und die zugesagten Beträge aller Sponsor:innen eingesammelt und gespendet werden.

10. Was passiert ohne Hauptsponsor?

Kein Problem! Wenn du gerne teilnehmen möchtest, aber keinen Hauptsponsor findest, kannst du Unterstützung aus dem Reha-Netzwerk erhalten.

11. Muss ich gut nähen können?

Nein! Es geht vor allem ums Mitmachen und darum, gemeinsam möglichst viel für den guten Zweck zu sammeln. Jede korrekt durchgeführte Naht zählt.

12. Wo und wann kann ich mitmachen?

Die Challenge kann im Aktionszeitraum vom 15.–28. November 2026 dort stattfinden, wo es für euch passt – zum Beispiel im Skills Lab, in der Abteilung oder im Rahmen einer Klinikveranstaltung.

13. Wie melde ich mich an?

Die Anmeldung ist ganz einfach über unser Online-Formular möglich. Den QR Code zum Online-Formular findest du auf der 1. Seite. (Link zum Formular) Alternativ kannst du auch ein PDF-Anmeldeformular nutzen. Schreib uns einfach eine E-Mail an **nahtchallenge@chirurginnen.onmicrosoft.com**

14. Warum sollte ich mitmachen?

Weil es Spaß macht, weil es als Abteilung, Klinik oder Team zusammenschweißt – und weil du dabei gleichzeitig etwas Gutes tust. 100 % des Erlöses fließen in den Spendentopf des WDR 2 Weihnachtswunders und unterstützen damit soziale Projekte.

15.Was ist im Toolkit enthalten?

Das Toolkit kommt in digitaler Form. Du erhältst alle Informationen zur praktischen Durchführung, Ablauf, Regeln, Materialliste, Deadline etc.

*Das WDR2 Weihnachtswunder ist die größte Weihnachts-Spendenaktion in NRW - 2025 kamen über 15 Mio € zusammen. Jede Spende fließt zu 100% in soziale Projekte
Die Chirurginnen e.V. ist ein Verein zur Wahrung und Förderung der beruflichen und sozialen Interessen chirurgisch tätiger Ärztinnen - für Gleichberechtigung und Chancengleichheit von Frauen und Männern in der Chirurgie