

Johanniter

September / 20

Magazin für die Freunde der Johanniter-Unfall-Hilfe e.V.

Für andere und sich selbst.

In den Freiwilligendiensten der Johanniter
lernen Schulabgänger fürs Leben.



Lifta – gerade jetzt für Sie da



Einige Einbaubeispiele mit einer kleinen Auswahl aus unserer Modellvielfalt.

Deutschlands beliebtester Treppenlift

- Passt praktisch auf jede Treppe
- Mehr als 130.000 installierte Liftas
- Über 200 Experten – auch in Ihrer Nähe
- Lifta Kundendienst, 365 Tage im Jahr
- Freiwillig geprüfte Kundenzufriedenheit*



* Prüfinhalte: tel. Erreichbarkeit, schnelle Terminvereinbarung, Freundlichkeit, Lieferzeittreue, Kundenservice nach Einbau. Weitere Informationen finden Sie unter www.lifta.de/tuev

GUTSCHEIN

Ja, schicken Sie mir meinen Prospekt – kostenlos und unverbindlich.

Name / Vorname _____

Straße / Nr. _____

PLZ / Ort _____ Tel.-Nr. (Bitte beraten Sie mich auch telefonisch**) _____

Lifta GmbH, Abt. JOH, Horbeller Straße 33, 50858 Köln

Datenschutzhinweis:

Die Datenverarbeitung erfolgt verantwortlich d.d. Lifta GmbH zur Informationsmaterialübermittlung u. Werbung. Bei Einverständnis erfolgt Datennutzung zur tel. Beratung. ****Der werblichen Datennutzung können Sie widersprechen und Ihre Einwilligung zur tel. Kontaktaufnahme d. uns widerrufen, jeweils mit Wirkung für die Zukunft.** Ausführliche Hinweise mit weiteren Rechten sowie zur Nutzungsdauer und Löschung Ihrer Daten unter: www.lifta.de/dsgvo oder einfach telefonisch anfordern.

Vorwort

Liebe Freunde der Johanniter,

wie geht es nach der Schule weiter? Für die meisten jungen Männer meiner Generation war das zu Zeiten der allgemeinen Wehrpflicht keine Frage. Als ich im Jahr 2010 die Leitung der Bundeswehr-Strukturkommission übernommen habe, war dies aber einer der grundlegenden Diskussionspunkte: Wie zeitgemäß ist eine Verpflichtung? Und wie können alternative Modelle aussehen? Schon damals habe ich die Ansicht vertreten, dass eben diese Freiwilligkeit wichtig ist und ein Pflichtdienst nicht zielführend sei.

Junge Menschen sollten die Möglichkeit haben, sich aus eigenem Antrieb für das Gemeinwohl zu engagieren, mit einer praktisch orientierten Tätigkeit einen wichtigen Beitrag zu leisten und prägende Erfahrungen für ihren weiteren Lebensweg zu sammeln. Wie sie das heute tun, zeigen wir Ihnen in diesem Heft.

Dass dieses auch etwas anders aussieht als gewohnt, ist Ihnen hoffentlich aufgefallen. Denn die Johanniter setzen seit Anfang August mit ihrem neuen Markenauftritt ein Zeichen. Ein unverwechselbares Aussehen mit mehr Farbe und neuem Look stellt uns nun auch so dar, wie wir es bereits längst sind: voller Leidenschaft, Freude und natürlich ganz nah dran an den Menschen, für die wir da sind. Mir gefällt es, wie meine Johanniter sich jetzt in der Öffentlichkeit präsentieren. Ihnen auch? Dann schreiben Sie uns – wir freuen uns über Ihre Meinung!



Ihr
Frank-J. Weise
**Dr. h. c.
Frank-Jürgen Weise**
Präsident der
Johanniter-Unfall-Hilfe e. V.

Impressum Verbandszeitschrift der Johanniter-Unfall-Hilfe e. V.

Herausgeber Johanniter-Unfall-Hilfe e. V., Marketing/Kommunikation, Lützowstraße 94, 10785 Berlin
Redaktion Wolfgang Brenner (verantwortlich), C. Hauptmann, T. Knaak, C. Schreiber
redaktion@johanniter.de
Layout Raufeld Medien GmbH, Paul-Lincke-Ufer 42/43, 10999 Berlin; Daniella Heil, Martin Rümmele (Kreativdirektion)

Titelfoto Nikolaus Brade
Druck, Verlag & Anzeigen Hofmann Druck Nürnberg GmbH & Co. KG, Emmericher Straße 10, 90411 Nürnberg
Anzeigen Fabian Lämmermann
Gültige Anzeigenpreisliste 1/20
Druckauflage 1.011.000 Exemplare (IVW 2. Quartal 2020)
Der Redaktionsschluss für die

nächste Ausgabe ist der 6. Oktober. Die nächste Ausgabe wird am 27. November per Post versendet. Keine Haftung für unverlangte Einsendungen jeglicher Art. Für Mitglieder der Johanniter-Unfall-Hilfe e. V. ist der Bezug der Zeitschrift im Mitgliedsbeitrag enthalten. Eine gesonderte Berechnung des Bezugspreises erfolgt nicht.

Themen



10/ Für die ganze Familie ist das in Deutschland einzigartige Kinderhaus „Pustebume“ im Spreewald da.



14/ Mit einem Gemeinschaftsprojekt helfen die Johanniter Flüchtlingen in Uganda bei der Selbstversorgung.

In Aktion

Freiwilligendienste – Teil einer tollen Truppe **04**
Hospiz – Ein Haus fürs Leben **10**
Uganda – Neustart mit eigenem Garten **14**

In Kürze

Namen und Nachrichten **15**

Fürs Leben

Gesundheit & Sicherheit **17**
Service: Grippe-Impfung doppelt wichtig **18**

Unter Freunden

Lesertelefon **20**
Im Porträt – Pflege-Gen in der Familie **21**
Denkanstoß – Innovativ in der Krise **23**
Leserforum **24**

Zum Schluss

Drei Fragen an Sven Oschmann und Rätselspaß **26**
Augenblick **27**



JOHANNITER
Aus Liebe zum Leben



Das Johanniter-Servicetelefon
0800 32 33 900 (kostenlos)

Foto: Michael Leitenberger



Freiwilligendienste
**Teil einer
tollen Truppe.**

Nach der Schule ab ins Studium oder in eine Lehre? Die Corona-Pandemie hat die Zukunftsplanung vieler Abgänger ordentlich durcheinandergebracht. Die Freiwilligendienste der Johanniter bieten da Halt.

Statt eine Gruppe wuseliger Fünf- und Sechsjähriger in den Grundlagen der Ersten Hilfe zu unterrichten, steht Lea Kriese vor der Kamera in Michael Leitensbergers Foto-Atelier in der Südstadt Hannovers. Seit August vergangenen Jahres ist die heute 19-Jährige eine von knapp 1.700 im Rahmen eines Freiwilligen Sozialen Jahres (FSJ) oder Bundesfreiwilligendienstes (BFD) bei den Johannitern in Ronnenberg. Und weil ihre Erste-Hilfe-Kurse für die Jüngsten in Kitas und die etwas älteren Schulsanitäter an weiterführenden Schulen seit Mitte März nicht mehr stattfinden können, hat sie sich auf digitalen Unterricht verlegt: „Wir machen aus der Not heraus Drei-Minuten-Videos, damit die Schüler ihre AGs noch angerechnet kriegen und so den Schulsanitäter-Abschluss noch machen können“, erzählt Kriese, die in Kürze mit ihrer Ausbildung zur Medienkauffrau beginnt und dafür während ihrer FSJ-Zeit wichtige Anstöße bekommen hat. „Persönlich hat mich das ziemlich weitergebracht. In der Zeit bin ich viel selbstbewusster geworden und habe gelernt, mit Stresssituationen umzugehen.“ Außerdem hatte sie Lust, mal ein Jahr etwas Soziales zu machen: „Man tut etwas Gutes für die Menschheit.“

Viele von Leas Freunden hätten dagegen direkt angefangen zu studieren oder ein Auslandsjahr begonnen. Dinge, die aktuell auf wackeligen Beinen stehen oder gänzlich unmöglich geworden sind – wie etwa Weltreisen –, wurden deshalb erst mal auf Eis gelegt. Und auch die sonst so beliebten Au-Pair-Jobs in Ländern wie Australien, Kanada oder den USA sind durch Einreisebeschränkungen derzeit nicht machbar. Nach der Verschiebung der Abiturprüfungen wurde auch der Start des Wintersemesters auf den 1. November gesetzt. Prächtige Zeiten, sollte man meinen, für so eine flexible



Fotos: Marcel Schwarzenberger

Helfen ist kinderleicht. Lea Kriese durfte das während ihres Freiwilligen Sozialen Jahres bei den Johannitern in Kitas zeigen.

Überbrückungsmöglichkeit wie das FSJ oder den 2011 neu geschaffenen Bundesfreiwilligendienst, der bestehende Möglichkeiten ehrenamtlichen Engagements für junge Menschen ergänzt und auch für ältere Interessierte jenseits der 27 geöffnet hat. Doch stattdessen sind in vielen Verbänden für Freiwillige vorgesehene Plätze noch unbesetzt.

Und dann noch dieses Corona / Dass es dieses Jahr besonders für die Johanniter in Niedersachsen hakenwürdig war, war schon lange klar: Durch die Rückkehr des Bundeslandes zum Abitur nach 13 Jahren gibt es dort 2020 keine Abiturienten – sonst die Hauptzielgruppe für das Angebot. „Dadurch fehlt uns ein Großteil der Bewerber“, sagt Stefan Greiber, Fachbereichsleiter Kommunikation im Regionalverband Weser-Ems, über die Situation. Die Corona-Pandemie tat ihr Übriges: Schulen wurden geschlossen, Info-Tage fielen aus, und auch Jugendmessen, bei denen sonst geworben wurde, fanden nicht statt. Noch Anfang Juli war er in seinem Verband händerringend auf der Suche nach Freiwilligen, weil viele Aufgabenbereiche der Freiwilligen über das normale Angebot der Johanniter hinausgehen. Sonst hatte er meist schon im Frühjahr genügend Bewerbungen auf dem Tisch. „Bleiben die Stellen unbesetzt, müssen wir diese Angebote einschränken“, so Greiber.



Zudem gibt es ein Stadt-Land-Gefälle, wie es etwa die Johanniter des LV Berlin/Brandenburg kennen: Den recht begehrten Plätzen in der Hauptstadt stehen ländlichere Einsatzorte wie etwa Frankfurt (Oder) gegenüber, wo um Bewerber gekämpft werden muss. In diesen Tagen gleich zwei Mal. „Der Bedarf, den wir haben, ist immens“, sagt Mandy Lehmann vom Regionalverband Oderland-Spree zu den offenen Plätzen, die es dort hauptsächlich in der Schülerbegleitung gibt, also bei der Arbeit mit Kindern mit Behinderungen. Ob einem die Arbeit liegt, können Interessierte durch die Teilnahme an Schnuppertagen mit sich selbst ausmachen. „Da gibt es durchaus einige, denen es leichter fällt, wenn der berufliche Einstieg einen ähnlichen Ablauf wie der gewohnte Schulalltag hat, und für die das genau das Richtige ist“, so Lehmann.

Prädikat „empfehlenswert“ / Ganz gezielt hat sich etwa Marvin Jenke vergangenes Jahr seine Stelle bei den Johannitern in Deister ausgesucht: Rettungsschwimmer und Ausbilder für den Sanitäternachwuchs war der 19-Jährige schon zuvor. Weil er ein Medizinstudium im Blick und sein Bruder schon ein FSJ bei den Johannitern absolviert hatte, bewarb er sich dort noch von seinem Urlaub in Thailand aus. „Das ging dann ganz schnell“, sagt Jenke,

„Auf Menschen zugehen, Ängste überwinden – das lernen viele bei uns.“

der während seiner Zeit im FSJ in der Erste-Hilfe-Breitenausbildung aktiv war und dabei viel gelernt hat. „Immer wieder in neue Situationen zu kommen, sich etwas trauen und sich auf etwas einlassen zu müssen – allein deshalb würde ich das jedem empfehlen.“ Und seinen Platz in einem dualen Studiengang in Wirtschaftsinformatik vom kommenden Herbst an führt er direkt auf sein Engagement zurück: „Das hat mir zu meinem Studienplatz verholfen.“

Dass sich ein Freiwilligendienst auszahlt, weiß Raphael Dücker, der als erfahrener Tutor unter anderem Marvin ein wichtiger Ansprechpartner war. „Auf Menschen zuzugehen, Ängste überwinden – das lernen viele bei uns“, sagt er. Möglichkeiten und Einsatzstellen gibt es dafür viele: Wie Marvin können sie sich zu Erste-Hilfe-Trainern ausbilden lassen oder am Flughafen Menschen mit Mobilitätseinschränkungen zur Seite stehen. Die Arbeit

Foto: Nadine Triebel



Schlüsselverwaltung für den Hausnotruf: Bei den Freiwilligendiensten gibt es für junge Menschen eine Vielzahl an Einsatzmöglichkeiten.

bei den Fahrdiensten gehört ebenso dazu wie der Hausnotruf-Einsatzdienst oder der Menüservice. Wer sich für Gesundheit und Medizin interessiert, ist im Sanitätsdienst, beim Bevölkerungsschutz oder in einer Pflegeeinrichtung gut aufgehoben. Oder eben im Schulsanitätsdienst und in Kitas – wie Lea Kriese. Der fiel es am Ende zwar schwer, sich von ihren Kindern zu trennen. Und von ihren Schulsanitätern konnte sie nur eine Gruppe persönlich verabschieden. Sie freut sich jetzt aber auf die neuen Herausforderungen in ihrer Ausbildung zur Medienkauffrau.

Unerwartete Nebeneffekte / Dass viele Betriebe ihre Lehrstellenangebote aufgrund der Corona-Pandemie reduzieren, hatte an manchen Orten einen besonderen Effekt: „Corona hat uns auch ein bisschen in die Hände gespielt, weil viele Ausbildungsplätze weggefallen sind“, sagt Alexander von List, Personalrecruiter im RV Niedersachsen Mitte, wo allein 100 Plätze zu besetzen sind. „Da haben sich wohl auch einige anderweitig orientiert, weil ihnen das weggebrochen ist.“ Und Julia Eschenbruch,

Fachbereichsleiterin Jugend und Freiwilligendienste im Landesverband Nordrhein-Westfalen, stellt fest, dass durch die unsicheren Zeiten mancher gerne auf Nummer sicher geht und die Möglichkeit nutzt, noch ein weiteres halbes Jahr dranzuhängen. „Unsere Verbände haben derzeit so viele Verlängerer wie noch nie.“ Aber ob es nun zwölf, 18 oder gar 24 Monate sind: „Ein Freiwilligendienst bei den Johannitern zahlt sich aus“, weiß der Tutor Raphael Dücker aus Erfahrung. Und das gleich zweifach: für einen selbst und für andere. / *Wolfgang Brenner*

Weitere Informationen

www.johanniter.de/freiwilligendienste
Dort gibt es auch Informationen über die regionalen Einsatzstellen und Arbeitsbereiche. Bei Fragen zum Bewerbungsverfahren einfach eine E-Mail schreiben an: freiwilligendienst@johanniter.de

Freiwilligendienste im Überblick

| | FSJ (Freiwilliges Soziales Jahr) | BFD (Bundesfreiwilligendienst) |
|---------------------------|--|---|
| Dauer | in der Regel 12 Monate (kann auf 6 Monate verkürzt bzw. auf 18 oder 24 Monate verlängert werden) | |
| Alter | zwischen 16 und 26 Jahren | zwischen 16 und 99 Jahren |
| Wiederholung | keine Wiederholung möglich | kann nach fünf Jahren wiederholt werden |
| Bezahlung | Taschengeld | |
| weitere Leistungen | Verpflegungsgeld und nach Möglichkeit eine freie Unterkunft, Fahrtkostenerstattung oder -ermäßigung, Beiträge zur Sozialversicherung, je nach Anspruch Kindergeld oder Fortzahlung der Waisenrente, mind. 29 Tage Urlaub, mind. 25 Seminartage und pädagogische Begleitung | |



JOHANNITER



Der Johanniter-Hausnotruf!

Sorgenfrei und unbeschwert leben. Und das in meinen eigenen vier Wänden. Der Johanniter-Hausnotruf macht das möglich. Denn im Notfall ist schnelle Hilfe nur einen Knopfdruck entfernt. So fühle ich mich sicher – und meine Familie weiß mich in guten Händen!

Jetzt 4 Wochen gratis testen!
Tel. 0800 32 33 800 (gebührenfrei)

www.johanniter.de/hausnotruf

Hospiz Ein Haus fürs Leben.



Fotos: Nikolaus Brade



Mit offener Architektur haben die Macher der „Pustblume“ dem Kinderhaus eine fröhliche Leichtigkeit gegeben.

Das Kinderhaus „Pustblume“ trägt einen luftigen Namen. Damit haben die Johanniter der Arbeit vor Ort elegant die Schwere genommen. Ein Besuch im deutschlandweit ersten Kinder- und Jugendhospiz mit einer ambulant betreuten Wohngruppe.

Licht und großzügig angelegt ist die „Pustblume“ im Spreewaldort Burg. Ein Gebäudekomplex mit weitläufigen Außenanlagen, der so gar nicht bedrückend wirkt, auch wenn dort Kinder und Jugendliche mit lebensverkürzenden Erkrankungen eine zeitweilige Heimat finden. Trübsinn sucht man hier vergebens. Und Daniela Konzack, die immer strahlende Leiterin des Hauses, lässt das auch nicht zu: „Hier geht es nicht ums Sterben“, räumt sie mit der Vorstellung derer auf, die sich noch nie mit dem Thema Kinderhospiz beschäftigt haben. „Unsere ‚Pustblume‘ soll ein Entlastungsort sein – für die Kinder, aber auch für ihre Eltern und Geschwister.“

Dabei hätte es nach jahrelangen Bedarfsanalysen, Machbarkeitsstudien sowie einem Spendenmarathon der Johanniter aus dem Regionalverband Südbrandenburg im Endspurt durchaus noch Grund für Traurigkeit gegeben. Denn auch hier hat die Coronapandemie der Planung einer großen Eröffnung Anfang Mai einen Strich durch die Rechnung gemacht. Kurzerhand wurde die Feier virtuell übers Internet für jeden zugänglich gemacht – und so noch mehr Interessierten aus nah und fern ein, wenn auch „nur“ virtueller, Einblick ermöglicht.

Als erste echte Gäste kommen seither Angelina und deren Mutter Melanie Gassan aus Forst in die ambulant betreute Wohngruppe. Alle 14 Tage zieht die 17-jährige Angelina übers Wochenende in „ihr“ Zimmer im WG-Bereich und hat dort alles, was ihr guttut – Natur vor ihrem Fenster, die Möglichkeit, mit dem Bett direkt nach draußen gerollt zu werden, eine moderne Wohnsituation und vor allem: Fürsorge. Für Mutter Melanie bedeutet es an jedem zweiten Wochenende eine Auszeit, um einfach mal wieder Motorrad zu fahren oder ein Eis zu essen. Einfach Dinge zu tun, die andere Menschen jederzeit tun können.

Sie mag alles, was Krach macht / Denn im Alltag von Melanie Gassan gibt es diesen Freiraum kaum oder gar nicht, weil Angelina aufgrund einer Gehirnblutung von Geburt an schwerst erkrankt ist und an einer kombinierten Entwicklungsstörung leidet. Was nicht heißt, dass Angelina durch all diese Einschränkungen und eine teilweise Ernährung über eine Magensonde ein sauertöpfisches Mädchen wäre.

„Sie mag Musik von Rammstein und Metallica und alles, was Krach macht.“ Während Melanie Gassan von Angelinas Vorlieben erzählt, gluckst Angelina gut gelaunt und zeigt ihr breitestes Lächeln. Angelina mag Elefanten, Fahrradausflüge mit ihrer Familie und liebt es, wenn ihr die jüngere Schwester vorliest. Und wie andere Mädchen ihres Alters auch mag sie ihren langen, exakt geflochtenen Zopf und Nagellack mit Glitzersternen.



Melanie Gassan weiß bei der Übergabe ihrer Angelina: In der „Pustebblume“ ist sie gut aufgehoben.

„Trotz ihrer Einschränkungen sollen die Kinder hier etwas Schönes erleben.“

Sandra Kosciolk, Heilerziehungspflegerin

„Trotz ihrer Einschränkungen sollen die Kinder hier etwas Schönes erleben“, sagt Heilerziehungspflegerin Sandra Kosciolk. Zusammen mit den anderen Fachkräften erleichtert sie Angelina und den anderen Kindern in acht Plätzen der Wohngruppe und den zwölf Hospizplätzen für einen begrenzten Zeitraum das Leben.

An alles gedacht / Dafür ist im Kinderhaus „Pustebblume“ alles bestens vorbereitet: Die moderne und freundliche Architektur ist angelehnt an die typischen Häuser der Lausitzer Region. Und für die Bedürfnisse der Kinder wurden Wohlfühlräume geschaffen – eine kleine Werkstatt, ein Musikzimmer sowie ein Bewegungs- und Sportraum. Und der sogenannte Snoezelraum, ein speziell eingerichtetes Zimmer, in dem einzelne Sinne stimuliert werden oder man auch einfach nur kuscheln kann.

Dass es diesen Raum gibt, ist der großzügigen Unterstützung der gemeinnützigen Aktion „Kindertraum“ aus Hannover zu verdanken. Über eine Vielzahl weiterer Spender haben die Johanniter für den 10-Millionen-Euro-Bau der „Pustebblume“ mit Spendensteinen und Kunstaktionen Geld eingeworben und bieten auch Zimmerpatenschaften an. Ohne Spenden funktionieren das Konzept auch weiterhin nicht, bestätigt Daniela Konzack. Diese werden unter anderem im Hospizbereich gebraucht, um den betroffenen Familien samt Geschwisterkindern den Aufenthalt im Haus zu ermöglichen. Das sind sinnvolle Zusatzangebote, welche die Kostenträger

der Pflege- und Krankenkassen nicht übernehmen, wodurch aber pflegende Angehörige, die tagein, tagaus die Sorge für ihre schwer kranken Kinder tragen, zur Ruhe kommen können. Im Kinderhaus „Pustebblume“ erfahren sie so, dass sie loslassen dürfen und ihre Kinder trotzdem in guten Händen wissen.

Hier im Osten Brandenburgs, zwischen den verzweigten Fließern der Spree, gibt es dafür einzigartige Voraussetzungen. „Unsere bislang weiteste Anfrage kommt aus dem Siegerland“, sagt Daniela Konzack zum Interesse an der neuen Einrichtung, deren Eröffnung sich bereits weit herumgesprochen hat. „Für die Familien, die bei uns anfragen, ist es wichtig, dass sie uns vom ersten Moment an vertrauen können: unseren Fachkräften, unserer Expertise, unseren Angeboten.“ Wer die „Pustebblume“ und Daniela Konzack mit ihrem Team kennengelernt hat, darf sicher sein: Auf sie ist Verlass. / Ina Krauß

www.dasganzeleben.org



Spenden Sie!

Unterstützen Sie die Hospiz-Arbeit der Johanniter!
Spendenkonto
 DE94 3702 0500 0433 0433
 Bank für Sozialwirtschaft
 Stichwort: Hospiz

ANZEIGE



Markenartikel zu Bestpreisen

Neu für Sie zum Kennenlernen: 54% Preisvorteil!

Stilvoll aus butterweichem Lammleder!



★★★★★
Das sagen Kunden:
 „Schönes weiches Leder!“
 Superschöne Lederjacke, passt genau und weiches Leder.
 Mehr Bewertungen online

ROSS & COLE

- Weiches Obermaterial aus 100% Lammleder
- Wärmedes Futter/Wattierung aus 100% Polyester
- Innen mit einer Druckknopf-Tasche und einer Reißverschluss-Tasche
- Ärmel mit Druckknopfriegel regulierbar
- Reißverschlussfach mit zwei schmalen Steckfächern am linken Ärmel

Große Größen bis 60

Viele Taschen für Ihre Wertsachen

UVP*-Preis 298,-
 Personalshop-Preis 179,-
NEUKUNDENPREIS
€ 134.25
 Sie sparen € 163,75 gegenüber dem UVP*

Herren Lederjacke
 schwarz Art.-Nr. 62.380.010
 braun Art.-Nr. 62.380.023

| Größen | | | | | | |
|--------|----|----|----|----|----|----|
| 48 | 50 | 52 | 54 | 56 | 58 | 60 |

BESTELLSCHEIN **D30380** mit 30 Tage Rückgaberecht

| Menge | Art.-Nr. | Größe | Artikelbezeichnung | NEUKUNDENPREIS |
|-------|------------|-------|--|----------------|
| | 62.380.010 | | ROSS & COLE Herren Lederjacke, schwarz | € 134,25 |
| | 62.380.023 | | ROSS & COLE Herren Lederjacke, braun | € 134,25 |

Absender (Bitte deutlich ausfüllen): Frau Herr Bearbeitungs- und Versandkostenanteil € 5,99

Name, Vorname: _____

Straße / Nr.: _____

PLZ / Ort: _____

Geb. Datum: _____ E-Mail: _____

Wir verwenden Ihre E-Mail-Adresse, um Sie über Aktionsangebote zu informieren. Dem können Sie jederzeit widersprechen.

Bestellen leicht gemacht! **0 69 / 92 10 110**
 bestellen@personalshop.com FAX 069 / 92 10 11 800

25% Rabatt auf ALLES erhalten Sie auf www.personalshop.com

SO SPAREN SIE 25%:

1. Loggen Sie sich mit Ihrem PIN-Code **D30380** im Shop ein.
2. Ihr 25% Rabatt wird automatisch bei allen Artikeln berücksichtigt.
3. Schicken Sie Ihre Bestellung ab!

25% Neukunden-Rabatt auf ALLE Artikel!

Widerrufsrecht: Sie haben das Recht, 14 Tage lang ohne Angabe von Gründen diesen Vertrag gegenüber der Servus Handels- und Verlags-GmbH schriftlich, telefonisch, per Fax oder per E-Mail an A-6404 Polling in Tirol, Gewerbezone 16, Tel: 069 / 92 10 110, Fax: 069 / 92 10 11 800, office@personalshop.com, zu widerrufen. Die Widerrufsfrist beginnt ab dem Tag, an dem Sie die Waren in Besitz genommen haben. Senden Sie uns die Ware spätestens 14 Tage nach Ihrem Widerruf zurück. Wir gewähren Ihnen neben dem gesetzlichen Widerrufsrecht eine freiwillige Rückgabegarantie von insgesamt 30 Tagen ab Erhalt der Ware, sofern die Ware sich in ungebrauchtem und unbeschädigtem Zustand befindet. Impressum: Servus Handels- und Verlags-GmbH, Gewerbezone 16, A-6404 Polling in Tirol.

Gleich einsenden an: Personalshop Bahnhofstraße 500 82467 Garmisch-P.

5-Sterne-Personalshop-Garantie

- ★ 2 Jahre Garantie ohne „Wenn und Aber“
- ★ Schnelle Lieferung
- ★ Höchster Qualitätsstandard
- ★ Bestpreis-Garantie
- ★ 30-tägiges Umtausch- und Rückgaberecht**

* Stichtpreise beziehen sich auf unverbindliche Preisempfehlung des Herstellers (UVP). Solange der Vorrat reicht.
 ** Detaillierte Angaben zum Rücktrittsrecht und Informationen zum Datenschutz finden Sie auf: www.personalshop.com

Ausland

Neustart mit eigenem Garten.

Flüchtlinge aus 13 afrikanischen Ländern leben in Uganda. Zusammen mit ihrem lokalen Partner unterstützen die Johanniter geflüchtete Familien in einer Siedlung beim Anbau von Gemüse.

Foto: CEFORD



Mariam Abdalah ist aus dem Südsudan nach Uganda geflüchtet und hat dort ein eigenes Stück Land erhalten.

Acht auf 15 Meter – so klein kann das Stück Land sein, das Familien bei ihrer Ankunft in Uganda erhalten. Dennoch ist es oft die Möglichkeit eines Neuanfangs für die Menschen, die vor den lang anhaltenden Konflikten aus dem Südsudan und der Demokratischen Republik Kongo geflohen sind. Mehr als 1,4 Millionen von ihnen hat der zentralafrikanische Staat Uganda seit 2017 aufgenommen. „Trotz enormer Herausforderungen gibt es dort weiter eine offene Flüchtlingspolitik“, lobt Gilbert Onwonga, Büroleiter der Johanniter in Uganda, diese Bemühungen.

Lernen im Gemeinschaftsgarten / Weil das kleine Stück Land jedoch für eine ausgewogene Ernährung nicht reicht, unterstützen die Johanniter die Familien vor Ort. Zusammen mit ihrer Partnerorganisation „Community Empowerment for Rural Development“ (CEFORD) leiten sie 60 Familien dabei an, sich ihren eigenen Lebensunterhalt zu verdienen, indem sie ihre Grundstücke und das Gemeinschaftsland gut bewirtschaften. Dabei kommt die „Farmer Field School“-Methode zum Einsatz: Die Teilnehmenden bewirtschaften als Gruppe zwei Felder eines Gemeinschaftsgartens. Eines wird mit den für die Region typischen Anbaumethoden bestellt, das andere mit modernen Alternativen. Dafür lernen sie neue Techniken und deren praktische Anwendung kennen, sie können Ergebnisse vergleichen und in der Gruppe Lösungen für aufkommende Probleme finden.

Dieser Ansatz hat sich auch für die 40-jährige Mariam Abdalah bewährt, die im Rhino Refugee Settlement im Nordwesten Ugandas Zuflucht gefunden hat. Mit ihren fünf Kindern musste sie aus

dem Südsudan fliehen. Und obwohl sie zuvor nie landwirtschaftlich tätig war, bewarb sie sich und wurde in die Gruppe aufgenommen. Während der Arbeit im Gemeinschaftsgarten wuchs ihr Interesse an der Landwirtschaft. Und sie begann, auch ihr eigenes Stück Land zu bewirtschaften. „Das neue Wissen habe ich auf meinen eigenen Gemüsegarten übertragen. Zusammen mit den Produkten aus dem Gruppengarten können wir uns ausgewogen ernähren“, erzählt die Witwe. Einen Teil ihres selbst gezogenen Gemüses konnte sie sogar verkaufen und damit andere Grundnahrungsmittel und Seife erwerben. Das Programm der Johanniter hat Mariam Selbstvertrauen gegeben – und ein Ziel: „Ich möchte mit meinem erworbenen Wissen weitermachen und die beste Farmerin im Dorf werden!“

Im Kampf gegen Corona / Doch nicht nur die Ernährungslage ist in den Flüchtlingslagern schwierig, auch der Zugang zu sauberem Trinkwasser und zu sanitären Anlagen ist ein Problem. Gemeinsam mit ihren Partnern und ausgewählten Hygiene-Botschaftern führen die Johanniter deshalb gerade in Corona-Zeiten besonders wichtige Kampagnen zu richtigem Händewaschen und weiteren Hygiene-Themen durch. Um das zu unterstützen, wurden unter anderem Hygiene-Utensilien wie Seife und Wasserkanister zur Verfügung gestellt. / *Tommy Ramm*

www.johanniter-auslandshilfe.de

Namen & Nachrichten



2019 in Wort und Bild

Jahresberichte / Mit 746.584 Einsätzen in der Notfallrettung und knapp 32.000 Kindern in 454 Kindertageseinrichtungen haben die Johanniter im Jahr 2019 ihre Leistungen weiter ausgebaut. Diese und viele weitere Zahlen sammelt der neue Jahresbericht mit spannenden Geschichten aus vielen Einsatzbereichen. Die weltweite Unterstützung Hilfebedürftiger dokumentiert der neu aufgelegte Projektbericht der Johanniter-Auslandshilfe. Die Dokumente sind im Internet zum Download abgelegt. Gedruckte Exemplare können bestellt werden durch eine Postkarte an: Johanniter-Unfall-Hilfe e. V., Marketing/Kommunikation, Lützowstraße 94, 10785 Berlin. www.johanniter.de/juh-publikationen



Auszeichnungen vergeben

Johanniterorden / Der Herrenmeister des Johanniterordens, S. K. H. Dr. Oskar Prinz v. Preußen, hat das „Ehrenzeichen am Bande der Johanniter-Unfall-Hilfe“ verliehen an Carola Albers (Landesbergen), Michaela Klausen (Landesbergen), Marc-Oliver Lüpckemann (Wunstorf), Kai-Uwe Preuß (Krummesse), André Schöne (Marklohe) sowie das „Ehrenzeichen der Johanniter-Unfall-Hilfe“ an Pfarrerin Heidi Gentzwein (Schwarzenfeld), Oliver Klausen (Landesbergen), Gerd Koch (Schwarzenfeld), Marc Küchemann (Einbeck), Nils Raake (Landesbergen), Beate Steding (Landesbergen) und Johann Steinbacher (Dürnsricht).

Foto: Gerlinde Trinkhaus



Johanniter begleiten Antikörper-Studie

Corona / Seit dem 1. Juli unterstützen die Johanniter eine groß angelegte Antikörper-Studie des Helmholtz-Zentrums für Infektionsforschung (HZI). Der Auftakt der für mehrere bundesdeutsche Städte geplanten Aktion wurde im baden-württembergischen Reutlingen gemacht. In einem Testcenter nahmen die Johanniter dort vier Wochen lang rund 3.000 repräsentativ ausgewählten Probanden Blut für einen Antikörpertest gegen das Corona-Virus ab. Eine zweite Erhebung ist für den Herbst oder Winter vorgesehen. Nach Reutlingen und Freiburg sollen auch in Aachen und Osnabrück rund 60.000 bis 90.000 Blutproben ausgewertet werden, um Aufschluss darüber zu bekommen, wie viele Menschen in Deutschland sich tatsächlich bisher mit dem Virus angesteckt haben.

www.helmholtz-hzi.de

Sonder-Aktion

Zum 500. Todestag:

Exclusives Komplett-Set zu Ehren des großen Universalgenies

Mit reinstem Feingold (999/1.000) veredelt!



Ø je ca. 40 mm

Anatomie, Das Abendmahl, Viruvianischer Mensch, Mona Lisa



Codex Atlanticus, Dame mit Hermelin, Botanik, Flugmaschinen, gemeinsame Rückseite



Salvator Mundi, Kriegsgerät

10 Teilzahlungen à **9,95 €!** (statt regulär 499,- €) PORTOFREI!

- Edel vergoldet, mit aufwendiger Farbaufgabe
- Streng limitiert auf weltweit nur 9.999 Komplett-Editionen
- In höchster Münz-Prägequalität „Polierte Platte“
- Exklusiv nur beim BAYERISCHEN MÜNZKONTOR® erhältlich

Luxuriöse Münz-Kassette für Ihre Sammlung GRATIS!



GRATIS FÜR SIE!

Eine attraktive Armbanduhr „Antike Weltkarte“ (regulärer Preis: 39,95 €)

- Modernes Armband in hochwertiger Lederoptik
- Ein elegantes Accessoire für jeden Tag



(Abb. Modellbeispiel)

BAYERISCHES MÜNZKONTOR®, eine Marke der HMK V AG, Verantwortlicher i.S.d. DSGVO und Ihr Vertragspartner: HMK V AG, Leubernstrasse 6, CH-8280 Kreuzlingen

Große Nachfrage erwartet. Jetzt bestellen!

JA! Ich bestelle **PORTOFREI** das Komplett-Set „Leonardo da Vinci“ (Art.-Nr. 195-401-3) - bitte ankreuzen:
 zu 10 monatlichen, zinsfreien Teilzahlungen à 9,95 € oder
 zum einmaligen Komplett-Preis von 99,50 € (regulärer Verkaufspreis 499,- €)
Ich gehe GARANTIERTE keine weiteren Verpflichtungen ein und darf die Armbanduhr in jedem Fall behalten!
 Sie erhalten das Komplett-Set mit 60-tägigem Rückgaberecht. Bei Nichtangabe der Zahlungsweise gehen wir davon aus, dass Sie die Zahlung zum einmaligen Komplett-Preis wünschen.

Um Ihnen Informationen und Angebote von uns und anderen Unternehmen zuzusenden, verarbeiten wir auf Grundlage von Art. 6 Abs. 1 f DSGVO, auch mit Hilfe von Dienstleistern Ihre Daten. Weitere Informationen können Sie unserer Datenschutzerklärung entnehmen, die Sie jederzeit auf www.muenzkontor.de abrufen oder bei uns anfordern können. Sie können der Verwendung Ihrer Daten zu Werbezwecken jederzeit widersprechen. Kurze Nachricht an Bayerisches Münzkontor, Kundenservice, 63735 Aschaffenburg genügt.

Schnell und bequem per Telefon bestellen:
0180 / 511 70 70*
 (*14 Cent/Min. a.d. Festnetz; max. 42 Cent/Min. a.d. Mobilfunk)
 Rufen Sie uns gleich an!

Jeder telefonische Besteller erhält ein praktisches Multifunktions-Taschenmesser als Geschenk!

Meine Anschrift: Frau Herr ★ 930-08

Vorname, Name _____

Straße, Hausnummer _____

Postleitzahl _____ Wohnort _____

Es gelten die AGB des Bayerischen Münzkontors®. Diese können Sie unter www.muenzkontor.de nachlesen oder schriftlich bei uns anfordern. Ihr Vertragspartner: HMK V AG, Leubernstrasse 6, CH-8280 Kreuzlingen

Datum Unterschrift _____

Coupon ausfüllen und sofort abschicken an:
 Bayerisches Münzkontor • Abt. Reservierung • 63735 Aschaffenburg

Gesundheit & Sicherheit

Echte Erleuchtung

Lupen / Bei Augenerkrankungen mit Schäden an der Netzhaut oder am Sehnerv sind Betroffene oft auf vergrößerte Sehhilfen wie Lupen angewiesen. Für den mobilen Einsatz haben sich Handlupen bewährt. Diese sind mit einer eingebauten Beleuchtung gegen schlechte Lichtverhältnisse ausgestattet und lassen sich oft in eine Aufsetzlupe umwandeln. Für die individuell passende Auswahl leistet der Fachoptiker gerne Beratung.

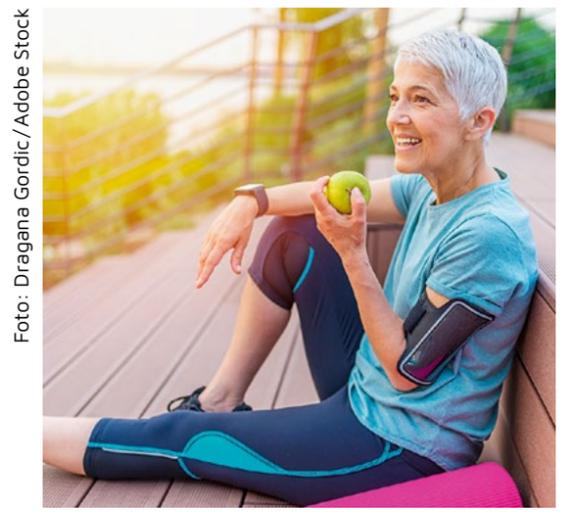
Ja, du, Herr, bist meine Leuchte; der Herr macht meine Finsternis licht.

2 Sam 22, 29

Keine Angst am 10. September

Warntag / Alle Kommunikationskanäle werden genutzt, wenn am 10. September pünktlich um 11 Uhr beim ersten bundesweiten Warntag ein Testlauf stattfindet: Über das Radio, Fernsehen, die sozialen Medien, die Warn-App NINA, Sirenen, Lautsprecherwagen und sogar digitale Werbetafeln wird die technische Infrastruktur überprüft und Aufklärung für den künftig jährlich stattfindenden Warntag betrieben. Denn gefährliche Wetterlagen, Stromausfälle und nicht zuletzt die Ausbreitung des Corona-Virus haben gezeigt: Die Akzeptanz und das Wissen um die Warnung der Bevölkerung in Notlagen muss erhöht und deren Selbstschutzfertigkeiten gestärkt werden.

www.warntag-der-bevoelkerung.de



Fitness fürs Immunsystem

Abwehrkräfte / Wie lässt sich das körpereigene Abwehrsystem verbessern und so vermeidbaren Erkrankungen besser begegnen? Viele Menschen kümmern sich derzeit vermehrt um ihre Widerstandsfähigkeit. Wer folgende einfache Tipps befolgt, erhöht ganz nebenbei auch seine Lebensqualität:

1. Bewegung / Regelmäßiges Ausdauertraining steigert die körpereigene Stressresistenz und stärkt die Abwehrkraft. Täglich 30 Minuten auf dem Heimtrainer zu radeln, kurbelt das Immunsystem an. Noch besser ist natürlich ein zügiger Spaziergang im Freien.

2. Ernährung / Neben ausreichendem Training benötigt der Körper auch Energie und die richtigen Nährstoffe, um die Abwehr in Form zu halten. Die „5 am Tag“-Regel besagt: Fünf Portionen Obst und Gemüse sorgen für Vitamine, Ballast- und sekundäre Pflanzenstoffe. Und mit den für das Immunsystem wichtigen Spurenelementen Zink und Selen ist versorgt, wer Fisch, Fleisch, Eier, Nüsse und Hülsenfrüchte zu sich nimmt.

3. Raumklima / Gerade in der Heizperiode entzieht trockene Raumluft den Schleimhäuten der Atemwege die Feuchtigkeit. Wer überheizte Räume vermeidet, regelmäßig lüftet und Raumbefeuchter nutzt, kann der Anfälligkeit für Infekte effektiv vorbeugen.

Foto: Dregana Gordic / Adobe Stock

Service

Grippe-Impfung – Jetzt doppelt wichtig.



Foto: PixelsEffect/Getty Images

Die jährliche Grippe-Schutzimpfung wird in diesem Jahr für Risikogruppen wichtiger denn je. Dabei ist vor allem der richtige Zeitpunkt entscheidend.

Die Experten sind sich einig: Eine große Grippe-Welle, hervorgerufen durch Influenza-Viren, muss während der Corona-Zeit unbedingt vermieden werden. Einerseits sollten die Ressourcen des Gesundheitssystems nicht unnötig belastet werden, andererseits sind die Gefahren einer Doppelinfektion für Betroffene wie auch für medizinische Einrichtungen zu hoch. Denn die für eine klassische Grippe zuständigen Influenza-Viren haben mit den Corona-Viren zwar nichts gemein. Die Symptome, die beide verursachen, sind jedoch nahezu identisch: Fieber, Husten, Muskel- und Gelenkschmerzen gehören zu den am häufigsten genannten Beschwerden. Welches Virus im Einzelfall dafür verantwortlich ist, lässt sich nur mit zeitlichem Verzug durch einen Test belegen.

Appell an Risikogruppen / Für die Saison 2020/21 sieht die Ständige Impfkommission (STIKO) am Robert-Koch-Institut (RKI) nicht die Notwendigkeit für eine Grippe-Schutzimpfung der gesamten Bevölkerung. Vielmehr sei es wichtig, mit den voraussichtlich verfügbaren 25 Millionen Dosen Impfstoff eine möglichst hohe Impfquote bei den besonders gefährdeten Risikogruppen zu erreichen. Für die jährliche Grippe-Impfung gehören dazu alle Menschen ab 60 Jahren, Schwangere ab dem zweiten Drittel der Schwangerschaft sowie Personen mit einem Grundleiden wie etwa chronische Erkrankungen der Atmungsorgane (Asthma, COPD), Herz- oder Kreislauferkrankungen, Leber- und Nierenerkrankungen, Diabetes, Multiple Sklerose und HIV. Auch Bewohner von Alters- oder Pflegeheimen stehen auf der Liste. Besonders bei den über 60-Jährigen hätte in den Vorjahren mit sinkender Tendenz die Impfquote lediglich um die 35 Prozent betragen, so die STIKO.

Nicht zu früh oder zu spät / Als optimalen Zeitpunkt für eine Grippe-Schutzimpfung veranschlagt das Robert-Koch-Institut die Monate Oktober und November. Denn bis sich nach erfolgter Impfung ein ausreichender Grippe-Schutz aufgebaut hat, dauert es in der Regel rund zwei Wochen. Die schützende Wirkung hält dann für einen Zeitraum zwischen sechs und zwölf Monaten verlässlich an. Wird zu früh geimpft, könnte der Schutz zu Hochzeiten der Grippe-Verbreitung – in den vergangenen Jahren meist zwischen Januar und März – wieder etwas nachgelassen haben.

Gerüchten begegnen / Die saisonale Grippe-Impfung ist in der Regel gut verträglich. Die Sicherheit der Impfstoffe wurde auch für Schwangere und deren ungeborene Kinder bestätigt. Als nachweislich falsch bezeichneten Experten kursierende Gerüchte, dass bei erfolgter Grippe-Impfung und einer Ansteckung mit dem Corona-Virus ein schlimmerer Krankheitsverlauf zu erwarten sei.

Termin oft nicht nötig / Arztpraxen bieten eine Grippe-Schutzimpfung oft auch ohne vorher vereinbarten Termin an. Um auf Nummer sicher zu gehen, empfiehlt es sich, dies während der Impfsaison vorher beim Hausarzt abzufragen. Um die erwartete größere Nachfrage bedienen zu können, sollen in Nordrhein-Westfalen im Rahmen eines Modellvorhabens auch Apotheker eine solche Impfung vornehmen können.



Auf der Internetseite der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung gibt es verlässliche Informationen zum Thema Impfen sowie weiterführende Links zum Infektionsschutz:
www.impfen-info.de

Lesertelefon

Hospizdienst
Tel. 0800 56 43 664

Fragen Sie uns, wir antworten!

Am 8. September
von 10 bis 13 Uhr



Foto: Birte Zellentin

Wenn Leiden nicht mehr geheilt werden können und medizinische Therapien zwar Linderung, doch keine Genesung mehr bieten, wird der Mensch mit seiner Vergänglichkeit konfrontiert. In einer solcher Situation bieten die Johanniter mit ihren ambulanten Hospizdiensten sowohl den Sterbenden als auch deren Angehörigen eine fachlich qualifizierte Begleitung an. Pflegekräfte, Seelsorger und Sozialarbeiter schaffen eine liebevolle Umgebung und helfen Sterbenden und ihren Angehörigen, Trauer, Angst und Schmerz zu bewältigen. Aber wer kommt für die Kosten auf? Und an wen wende ich mich, wenn meine Familie von einem solchen Schicksalsschlag betroffen ist?

Diese Fragen und viele weitere beantworten Ihnen unsere Experten während unserer Telefonaktion am Dienstag, 8. September, von 10 bis 13 Uhr.



Foto: Privat

Antje Rex ist eine unserer Ansprechpartnerinnen für Sie. Fragen gerne auch schriftlich an: Johanniter-Unfall-Hilfe, Marketing/Komm., Hospizdienste, Lützowstr. 94, 10785 Berlin, lesertelefon@johanniter.de.

Fragen & Antworten vom 9. Juni zum Thema „Pflege“

Ab wann gilt ein Mensch als pflegebedürftig?

Als pflegebedürftig im Sinne der Pflegeversicherung gilt, wer aufgrund einer körperlichen, geistigen oder seelischen Beeinträchtigung in seiner Selbstständigkeit eingeschränkt und somit dauerhaft (sechs Monate und mehr) auf Hilfe angewiesen ist. Die Pflegekasse entscheidet nach Antrag über den Hilfebedarf.

Wie wird die Pflegebedürftigkeit festgestellt?

Die Schwere der Pflegebedürftigkeit wird mit Hilfe eines Begutachtungsverfahrens ermittelt. Um dies durchführen zu können, wird die pflegebedürftige Person nach Stellung des Antrags auf Pflegebedürftigkeit in der Regel zu Hause durch Gutachterinnen und Gutachter des Medizinischen Dienstes der Krankenversicherung (MDK) besucht. Bei Privatversicherten erfolgt dies durch MEDICPROOF.

Wie bereite ich mich auf die Begutachtung vor?

Eine Begutachtungssituation ist ungewohnt. Die Anwesenheit einer vertrauten Person vermittelt dabei Sicherheit. Ärztliche Unterlagen sollten bereitgelegt und wichtige Fragen im Voraus notiert werden, da diese in der Aufregung gern vergessen werden. Für die Vorbereitung und die Zeit der Begutachtung stehen Pflegedienste unterstützend zur Seite.

Wer berät mich in diesem Prozess? Pflegekassen sind gesetzlich dazu verpflichtet, Versicherten eine individuelle Pflegeberatung anzubieten – auf Wunsch auch im eigenen Zuhause. Alternativ kann die Kasse einen Gutschein für eine Beratung bei einer qualifizierten Beratungsstelle ausstellen. Auch ein Pflegestützpunkt oder ein ambulanter Pflegedienst in der Nähe kann der erste Anlaufpunkt sein. Die Johanniter beraten Sie unter der gebührenfreien Telefonnummer 0800 32 33 800.

Weitere Informationen
www.johanniter.de/pflegelotse

Porträt Pflege-Gen in der Familie.

Nina Suraci sollte Hamburg bei der Deutschen Meisterschaft der Pflege vertreten. Aufgrund der Corona-Pandemie wurde das Finale abgesagt. Jetzt hofft sie auf eine Wiederholung im kommenden Jahr.

Foto: Privat



Einen Teilnehmenden darf jedes Bundesland aus allen Altenpflege-, Gesundheits- und Krankenpflegeschulen für den Endausscheid der Deutschen Meisterschaft der Pflege nach Berlin schicken. Für Hamburg sollte das in diesem Jahr die 31-jährige Nina Suraci sein – als erste Auszubildende des Geesthachter Johanniter-Krankenhauses, die das geschafft hat. Doch dann kam Corona.

„Schon die Klausur für die Vorentscheidung wurde Ende März online durchgeführt“, sagt Nina. Ihre gute Note und ihr freiwilliges Engagement führten zur Nominierung unter die besten Schüler in Pflegeberufen. Nach einer vorläufigen Verschiebung wurde das Finale jetzt abgesagt. Wirklich traurig ist sie deswegen nicht – schließlich wurde der Unterricht von der reinen Online-Ausbildung teilweise wieder auf Präsenz umgestellt. Und auch die Einsätze im Krankenhaus fordern jetzt wieder ihre ganze Kraft.

Die Mutter auch schon / „Medizin hat mich schon immer interessiert“, sagt die 31-Jährige. Nach einer Ausbildung zur tiermedizinischen Fachangestellten hatte sie ein Studium der Tiermedizin an der Tierärztlichen Hochschule Hannover begonnen. Doch schon nach zwei Semestern war Nina klar: Das ist nichts für sie. Noch etwas unsicher, wo es hingehen soll, absolvierte Nina Suraci den Bundesfreiwilligendienst im Geesthachter Johanniter-Krankenhaus. Und fand ihre Bestimmung: „Das hat mir viel Spaß gemacht, mit Menschen zusammenzuarbeiten und auch in schweren Zeiten für sie da zu sein“, erinnert sie sich. Und so entschloss Nina sich, in dem Krankenhaus, in dem auch ihre Mutter als Kranken-

schwester arbeitet, ihre Ausbildung zur Gesundheits- und Krankenpflegerin zu beginnen. Dass ihre Ausbildung in eine Zeit fallen würde, in der die Arbeit der Pflegenden ganz besonders auf die Probe gestellt wird, war da noch nicht absehbar.

Arbeit während Corona / „Wir als Azubis wurden nicht auf der Corona-Station eingesetzt“, sagt sie. Stattdessen war sie in der psychosomatischen Tagesklinik, wo für die Gruppentherapien die Patientenzahl reduziert wurde. Inzwischen arbeitet sie in der Funktionsdiagnostik. „Da haben wir inzwischen auch wieder ambulante Patienten und wirklich gut zu tun.“ Der Job gefällt ihr, auch wenn sie die dünne Personaldecke und den damit verknüpften Stress schon deutlich spürt. „Das Bewusstsein über die Herausforderungen habe ich von Anfang an von meiner Mutter mitbekommen“, sagt Nina Suraci. „Deshalb war sie auch froh, dass ich mich nach dem Abitur beruflich in eine andere Richtung orientiert habe“, erinnert sich Nina. Doch der Blick auf die Karriere ihrer Tochter änderte sich: „Sie hat gesehen, wie viel Spaß mir die Arbeit im Krankenhaus macht und war sehr stolz auf meine Nominierung für das Finale.“

Wie ihre Mutter irgendwann auch Teil eines festen Teams zu werden und „ihre“ Abteilung zu finden – das ist für Nina eine echte Perspektive. So freut sie sich auf ihren Wunsch-Einsatz am Ende des Jahres: „Dann geht es in den OP – auf diese Arbeit freue ich mich schon lange.“ Und dann steht kommendes Jahr auch schon das Examen an – und die geplante Neuauflage der Pflegemeisterschaft. / Peter Altmann



Seit 1903 Naturheilmittel und Kosmetik höchster Qualität!

Entwicklung und Herstellung im eigenen Haus

- ✓ über 115 Jahre Erfahrung
- ✓ versandkostenfrei*
- ✓ **3 x GRATIS***: *Für alle Neukunden.



Wertvolles Kosmetik-Probeset
Großer Sanct Bernhard-Gesundheitskatalog

2 zum Preis von 1 Ginkgo-Kapseln 75mg

Der *Ginkgo biloba* zählt zu den ältesten Bäumen der Welt. Schon seit Jahrhunderten werden seine wertvollen Inhaltsstoffe geschätzt. Jede Kapsel enthält 75mg Ginkgo-biloba-Spezialextrakt 50:1.

Sonderaktion bis 30.09.2020!

Best.-Nr. 78 240 Kapseln für 8 Monate € 17,50
+ 1 Packung GRATIS im Sept. 2020!

Magnesium 400 supra 1x täglich!

Magnesium trägt zu einer normalen Funktion der Muskeln, insbesondere bei Sport und körperlicher Anstrengung bei. Magnesium fördert so das Wohlbefinden – auch nachts – durch lockere, entspannte Muskeln und Waden. Jede Kapsel enthält 400mg reines Magnesium und deckt den Tagesbedarf eines Erwachsenen!

Best.-Nr. 129 120 Kapseln für 4 Monate € 8,50
Best.-Nr. 135 300 Kapseln für 10 Monate € 17,50

TOP Hyaluronsäure-Kapseln 300mg

Hyaluronsäure ist ein natürlicher Bestandteil der Haut, des Bindegewebes und der Gelenkflüssigkeit. Bemerkenswert ist ihre Fähigkeit, große Mengen Wasser an sich zu binden. Jede Kapsel enthält 300mg reine Hyaluronsäure und 40mg Vitamin C, das zur Kollagenbildung beiträgt.

Best.-Nr. 843 120 Kapseln € 24,50
ab 3 Packungen nur € 21,50

Gelenkfit-Kapseln mit Glucosamin + Chondroitin

Gelenkfit-Kapseln enthalten Calcium, Magnesium, die Vitamine B1, B2, B6, B12, C, Niacin, Pantothensäure, Folsäure und Biotin sowie die Mucopolysaccharide Glucosamin und Chondroitin, die natürliche Bestandteile des Bindegewebes, der Knorpel und der Gelenkflüssigkeit sind.

Best.-Nr. 1790 240 Kapseln für 40 Tage € 21,50
Best.-Nr. 1791 3er-Packung € 57,00

Augenfit-Kapseln mit 12mg Lutein

Jede Augenfit-Kapsel enthält 12mg Lutein, 2mg Carotinoide, 0,6mg Zeaxanthin, 100mg Heidelbeer-Extrakt, 10mg Vitamin E und 2,8mg Vitamin B2 sowie 4mg Zink, 409,5µg Vitamin A, 20µg Selen. Zink sowie die Vitamine A und B2 tragen nachweislich zur Erhaltung einer normalen Sehkraft bei.

Best.-Nr. 105 90 Kapseln für 6 Wochen € 12,50
ab 3 Packungen nur € 11,00

Bio-Hagebutten-Pulver

100% reines Hagebuttenpulver aus kontrolliert biologischem Anbau. Bio-Hagebutten-Pulver eignet sich unter anderem zur Anreicherung von Smoothies, Shakes, Müslis oder zur Vermischung mit Saft.

Sonderangebot im September 2020!

Best.-Nr. 563 500g (je 1 kg = 24,00€) € 12,00 9,90
vegetarisch, glutenfrei, vegan

Kürbiskernöl-Kapseln aus kbA

Gut für Blase und Prostata. Das Öl des inhaltsstoffreichen steirischen Ölkürbisses *Cucurbita pepo L. convar. citrullina var. styriaca* aus kontrolliert biologischem Anbau gilt als besonders wertvoll.

Best.-Nr. 162 150 Kapseln à 500mg € 7,50
Best.-Nr. 161 400 Kapseln € 17,50

Vitamin B12 Supra-200µg-Tabletten

Gut für die gesunde Funktion von Gehirn und Nervensystem sowie für mehr Energie. Vitamin B12 trägt zur normalen neurologischen sowie psychischen Funktion und auch zur Verminderung von Müdigkeit und Erschöpfung bei. Jede Tablette enthält 200µg Vitamin B12.

Best.-Nr. 118 240 Tabletten für 4 Monate € 6,50
ab 3 Packungen nur € 5,95

Denkanstoß

Innovativ in der Krise.

Beiträge in der Rubrik „Denkanstoß“ geben nicht zwangsläufig die Meinung der Redaktion wieder.

Die Corona-Pandemie ist auch für die Kirche eine Zumutung. Viele Gemeinden wurden Mitte März ebenso vom pandemiebedingten Lockdown überrascht wie die Bevölkerung insgesamt. Kaum jemand kann sich daran zurückerinnern, dass Gottesdienste als Gemeindeversammlung im Kirchenraum und das kirchliche Leben in der jüngeren Geschichte von Amts wegen untersagt wurden. Verkündigungsformate und das kirchliche Leben mussten weitgehend digital angeboten werden. Die Abstandsregeln ließen eine andere Form nicht zu. Plötzlich war nicht nur denkbar, was früher an unüberbrückbaren Hürden scheiterte: Es wurde eine rein digitale Kirche gelebt!

Eine Zeit für Macher / Durch unsere Studie zu den „Digitalen Verkündigungsformaten“ während der Corona-Krise konnten wir nachweisen: In der evangelischen Kirche hat es einen Digitalisierungsschub gegeben. Die Kirchen haben sich mit viel Kreativität, Neugierde und Flexibilität der Herausforderung gestellt. Erstaunlich ist vor allem der Befund, dass mehr als zwei Drittel der Gemeinden auch nach dem Lockdown an digitalen Verkündigungsformaten festhalten wollen. Die Corona-Pandemie war auch in der Kirche der Moment der Macher für geistliches Unternehmertum.

Gegenwärtig werden Fragen wie das digitale Abendmahl auf Leitungsebene diskutiert. Ebenso wird auf



Gemeindeebene über hybride Formate der Verkündigung nachgedacht, also analoge und digitale Mischformen. In gewisser Weise hat die Pandemie wie ein Herzschrittmacher für die Kirche gewirkt – und dabei mehr Menschen erreicht: Digitale Verkündigungsformate wurden rund drei Mal so häufig aufgerufen, wie sonst Besucher an Gottesdiensten teilgenommen haben. So sind durch die Pandemie ganz neue Kontaktflächen für die Kirche entstanden. Dieser Nachfrage-Boom ist offenbar Ausdruck einer Sehnsucht nach sozialer Nähe, einer Sehnsucht also nach Beziehung in Krisen-Zeiten.

Kirche wurde zudem zu einer „Gehkirche“: Sie musste sich zwangsläufig auf die Straßen und an die Zäune, auf die Marktplätze und in die Autokinos bewegen, um erlebbar zu bleiben. Vom Traktor-Gottesdienst auf dem Land über die Konfirmandenarbeit mittels Schnitzeljagd durch die Stadt, Pilgertagesdienste, Posaunenchor vor Pflegeheimen bis hin zu Gesprächen auf der Bank vor der Kirche, Ostersteinen und Bibelversen auf Hauseinfahrten – Kirche wurde in den Sozialräumen sichtbar, zeigte in der Krise ihre Stärke als Netzwerk und bewies: Sie ist mehr als nur Veranstaltungskirche. Als lernende Institution ist sie dabei, die Herausforderungen, die sich durch die Corona-Pandemie noch lange stellen werden, beherzt und mit Gottvertrauen anzunehmen – der Menschen wegen. / Daniel Hörsch



Daniel Hörsch

ist sozialwissenschaftlicher Referent in der Evangelischen Arbeitsstelle für missionarische Kirchenentwicklung und diakonische Profilbildung (midi).

Foto: midi / Illustration: Karo Rigeud

GRATIS-TEST-Bestell-Coupon hier abtrennen, ausfüllen und einsenden!

GRATIS-TEST* GUTSCHEIN-Nr. 42 auch online einlösbar!

JA, ich möchte mich selbst überzeugen! Ich erhalte GARANTIERT als Dankeschön **unverbindlich, kostenlos und versandkostenfrei***

Magnesium 400 supra-Kapseln 60 Stück
Für lockere, entspannte Muskeln und Waden!

Außerdem erhalte ich **kostenlos** den großen **Sanct-Bernhard-Gesundheitskatalog** mit über 900 Naturheilmittel- und Kosmetikartikeln sowie ein wertvolles **Kosmetik-Probeset!**

Ich bestelle mit **14-tägigem Rückgaberecht** folgende Artikel:

| Bestell-Nr. | Artikel | Menge | Einzelpreis | Gesamtpreis |
|-------------|-----------------------------|-------|-------------|-------------|
| 96076 | Magnesium 400 supra-Kapseln | 1 | GRATIS | |
| | | | | |
| | | | | |

Alle Informationen zu unseren Produkten finden Sie unter www.kraeuterhaus.de
Informationen zur Datenverarbeitung finden Sie unter www.kraeuterhaus.de/datenschutz
JOH200342

Name, Vorname _____

Straße, Nr. _____

PLZ, Ort _____

Telefon (falls Rückfragen) _____ Geburtsdatum _____

Datum, Unterschrift _____

Bestellung bitte an:
Kräuterhaus Sanct Bernhard KG
Helfensteinstr. 47, Abt. 42
73342 Bad Ditzingen
Tel.: 073 34/96 540
Fax: 073 34/96 54 44
Abteilung 42
www.kraeuterhaus.de



Foto: Getty Images

Gut beraten

Über die eigene Lebenszeit hinaus Gutes tun und Menschen in Not unterstützen? In unserem neuen Ratgeber erfahren Sie, wie das geht! Denn unsere umfangreiche Broschüre zeigt, wie sich ein Testament rechtssicher gestalten lässt und was Angehörige rund um das Thema Erbschaft und Nachlass wissen sollten.

Ergänzt wird das Heft durch wichtige Formulare und gelungene Beispiele, wie sich mit dem eigenen Vermögen Gutes bewirken lässt – sei es durch ein Vermächtnis für die Johanniter, eine Schenkung zu Lebzeiten, eine Zustiftung an die Johanniter-Stiftung oder gar eine eigene Stiftung unter deren Dach.

Für gemeinnützige Organisationen wie die Johanniter-Unfall-Hilfe fallen laut Erbschaftsteuergesetz keine Steuern an. Auch Schenkungen, die Sie zu Lebzeiten übertragen, bleiben steuerfrei. Das bedeutet, dass jeder Euro Ihrer Zuwendung in unsere lebenswichtige Arbeit fließt.



Broschüre bestellen

Sie erhalten Ihr kostenloses Exemplar des Ratgebers durch eine Mail an: spenden@johanniter.de
Oder rufen Sie uns an unter: Tel. 030 26 99 74 00.
Sie können uns auch eine Postkarte schicken: Johanniter-Unfall-Hilfe e. V. Bundesgeschäftsstelle Matthias Jach Lützowstraße 94 10785 Berlin

Leserstimmen

E-Mail / Die ehrenamtlichen Mitglieder der Johanniter-Motorradstaffeln sind wieder auf Autobahnen unterwegs. Am Wochenende nach Christi Himmelfahrt war der Motorradtrupp aus Aachen-Heinsberg aktiv und hat geholfen, Elisabeth T. aus Blankenheim wieder mobil zu machen: Hiermit möchte ich mich ganz herzlich bei Ihrem Mitglied Tim Reimann für seine freundliche Hilfe bedanken. Er ist mir heute auf der A1 auf Kilometer 477,5 gegen 14.30 Uhr bei einer Autopanne zur Hilfe gekommen. Darüber habe ich mich sehr gefreut! Vielen Dank!

Brief / Die von vielen Verbänden verschickten Glückwünsch-Briefe zu runden Geburtstagen unserer Kundinnen und Kunden kommen offensichtlich gut an. Helene Z. aus Stuttgart bedankt sich dafür: Die herzlichen Glückwünsche zu meinem 90. Geburtstag haben mich sehr gefreut, und ich danke den Johannitern gerne für diese Aufmerksamkeit. Ihr ständiger Einsatz in den verschiedensten Notlagen ist segensreich und hochgeschätzt. Mein Wunsch für Sie und alle Mitarbeiter: Bleiben Sie gesund und kommen Sie gut durch die Corona-Krise! Sie werden gebraucht.

Brief / Mit ihrer Reaktion auf eine Spende haben die Johanniter Gerda H. aus Nürnberg das Gefühl gegeben, dass ihre gute Tat auch wirklich ankommt: Ganz herzlichen Dank für Ihren Dankesbrief. Es macht mich glücklich, wahrgenommen zu werden und nicht das Gefühl zu haben, ins Leere zu gehen. Gott befohlen, Sie und alle, die helfen und denen geholfen wird.

Ihre Nachricht

Leserbriefe

Johanniter-Unfall-Hilfe e. V., Marketing/Kommunikation, Lützowstraße 94, 10785 Berlin leserbriefe@johanniter.de

www.facebook.com/DieJohanniter

Servicetelefon

Rund um die Uhr. 365 Tage im Jahr. Sie haben Fragen zu Ihrer Mitgliedschaft? Ihre Anschrift hat sich geändert? Sie interessieren sich für die Dienstleistungen der Johanniter? Tel. 0180 51 01 199 (14 ct./min.*), info@johanniter.de

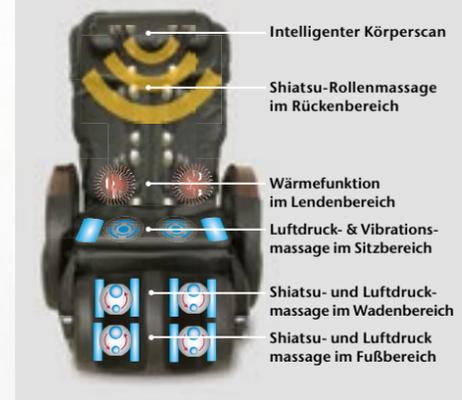
Wirksame Massagen für Ihre Gesundheit – Ihr Rücken wird es Ihnen danken!

Entspannende Rückenmassage Tag für Tag!

Die Fuß- und Wadenmassage: Wirkungsvoll, entspannend und mobilitätsfördernd

Rückenlehne und Beinstütze elektrisch stufenlos verstellbar bis zur Liegeposition

Massagefunktionen



Erleben Sie intensive Massageprogramme zum Entspannen und Genießen!
Gehen Sie Schmerzen und Verspannungen an den Kragen! Mit dem Massagesessel »Komfort Deluxe« kein Problem. Die sechs verschiedenen Massagezonen erlauben Ihnen die punktgenaue Anwahl der zu massierenden Körperzone. Eine Wohltat für den ganzen Körper.

Pflegeleichtes Kunstleder

Schwarz
Best.-Nr. **AU 21600**

Creme
Best.-Nr. **AU 21602**

Braun
Best.-Nr. **ED 22177**

Robuste Stoffbezüge

Schwarz
Best.-Nr. **AU 23820**

Grau
Best.-Nr. **AU 23342**

Braun
Best.-Nr. **AU 23821**

Nicht für Träger von Herzschrittmachern geeignet.

Sie sparen 1.200,- €

UVP € 2.199,-
nur € 999,^{1) 2)}
Nur bei uns so günstig!

Genießen Sie individuelle Entspannung mit dem Massagesessel »Komfort Deluxe

Von begeisterten Kunden empfohlen:

»...viele wirkungsvolle Massagefunktionen...«
»...hilft Beschwerden im Rücken zu lindern...«
»...hilft Verspannungen zu lösen...«

- ✓ Wohltuende Shiatsu-Rollenmassage zur Entspannung von Muskeln im Nacken-, Schulter- und Rückenbereich
- ✓ Luftdruck- und Vibrationsmassage für angenehme Entspannung und sanfte Durchblutungsförderung
- ✓ 6 Voreingestellte Relax- & Massageprogramme zum Verwöhnen
- ✓ 10 Luftkissen, 3 Vibrationsmotoren, 8 Massageköpfe und Wärmefunktion in der Rückenlehne
- ✓ Fuß- / Wadenteil elektrisch stufenlos verstellbar und manuell bis 180° drehbar

Praktisch: Aufklappbare Komfort-Fernbedienung



Nirgendwo bekommen Sie diesen Massagesessel so günstig. Meistens zahlen Sie für eine vergleichbare Qualität mehr als das Doppelte!

- Gesamtmaße aufrecht: B 75 x H 130 x L 110 cm
- Gesamtmaße liegend: B 75 x H 84 x L 180 cm
- Sitzmaße: B 55 x T 50 cm
- Lehnenhöhe: 95 cm
- Max. Belastbarkeit: 180kg, Gewicht: 75 kg

Jetzt kostenfrei anrufen & testen: ☎ 0800 - 4 36 00 05
www.aktivshop.de

Ganz unverbindlich Probesitzen – natürlich mit 2 Wochen Umtausch- und Widerrufsrecht!

1) Zahlung binnen 14 Tagen nach Erhalt der Rechnung und der Ware ohne Abzug. 2) Preise inkl. MwSt. zzgl. insgesamt nur 39,95 € Speditionskosten.

aktivshop GmbH
Oldenburger Str. 17
48429 Rheine

Mo.- Fr. 8-20 Uhr Sa.+So. 10-18 Uhr
E-Mail: service@aktivshop.de
Fax: 0800 - 4 36 00 06 (kostenfrei)

Drei Fragen an Sven Oschmann ...



Foto: Daniela Blume

... 47, Lehrrettungsassistent und Erste-Hilfe-Fachausbilder im Kreisverband Erzgebirge, der mit seinem Mund-Nasen-Schutz für gute Laune sorgt.

Ganz schön auffällig, Ihre Maske! Wollen Sie uns damit etwas sagen? / Ja, die Maske ist auffällig. Mir war aber sofort klar, dass ich damit ein Zeichen setzen möchte. Denn unter jeder Maske sollte man ein Lächeln vermuten. Wenn man ganz genau hinschaut, erkennt man das Lächeln auch an den Augen.

Welche Reaktionen ernten Sie, wenn Sie unterwegs sind? / Zunächst erhalte ich ein Schmunzeln, dann ein Lachen und zum Schluss die Frage, warum

ich denn diese Maske trage. Teilweise gibt es auch von Fremden einfach nur einen Daumen hoch! Also durchweg nur positive Reaktionen.

Woher haben Sie das Schmuckstück? / Eine gute Bekannte aus meinem Freundeskreis hat diese Maske entworfen und mir geschenkt, weil Sie wusste dass ich als Erste-Hilfe-Ausbilder auch in Corona-Zeiten viel unterwegs bin. Jeder sollte auf seine Mitmenschen achtgeben und die Hygieneregeln einhalten. Nur so können wir das Virus besiegen. Trotz allem dürfen wir unser Lächeln nicht vergessen und sollten positiv denken. In einer Zeit, wo wenig gelächelt wird, schafft man es auch mit dieser Maske, ein Lächeln vom Gegenüber zu bekommen.

Rätselspaß

| | | | | | | | |
|------------------------|------------------------|----------------------------|---------------------------|--------------------------|------------------------------|-------------------------------|----------------------|
| Textilbetrieb | Weste ohne Ärmel | russischer Strom | Ost-europäerin | Echo | Frauenname | Sportgerät der Werfer | Sohn des Apollo |
| nach Belieben (franz.) | 2 | weit weg | Hochgebirge in Südamerika | | | 7 | 5 |
| leben | Landhaus in Spanien | | kurzer Videofilm | Gegenstand der Artussage | bejahrter Mann | Rufname von Pacino | |
| zittern | 1 | germanische Gottheit | Gruppe von Sängern | 6 | Departement-hptst. (St. ...) | Teil des Krankenhauses (Abk.) | Frage nach einem Ort |
| Satz | Beschuldigung, Vorwurf | Vorname der Dagover † 1980 | 4 | US-Bundesstaat | | | |
| kalte Süßspeise | | | positive Elektrode | | | 3 | |

| | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
|---|---|---|---|---|---|---|

Ihre Lösung schicken Sie bitte bis zum 25. September per Mail an: gewinnspiel@johanniter.de oder auf einer frankierten Postkarte mit Ihrer Anschrift an folgende

Postadresse:
Johanniter-Unfall-Hilfe e. V.
Marketing/Kommunikation
Postfach 110727
10837 Berlin



Rätseln & gewinnen!

Unter allen richtigen Einsendungen verlosen wir drei hochwertige WMF-Wasserkocher „Bueno“ aus Cromargan. Die Gewinner werden schriftlich benachrichtigt.

Eine Teilnahme über Gewinnspiel-Clubs ist ausgeschlossen.
Lösungswort Ausgabe 2/20: JOHANNISTAG, Rätsellösung unter www.juh.de
> Publikationen > Zeitschrift „Johanniter“.
Die Gewinner des multifunktionalen Gartenwagens sind: Helga K.-K. (Hannover), Ulrich H. (Esslingen) und Edeltraud S. (Rödermark).

Augenklick

Notfallsanitäter Thomas Draser kennt seine Stadt in- und auswendig. Auch das Fort Biehler zwischen Wiesbaden und Mainz, wo er im Notfall über einen alten Versorgungsweg unschlagbar schnell zum Einsatzort ins Wohngebiet kommt. Nicht ganz so eilig hatte er es unlängst während einer historisch ereignislosen Zwölf-Stunden-Schicht. Der passionierte Hobbyfotograf Draser vom Regionalverband Hessen-West musste da einfach seine Kamera zücken, als ihn diese wildromantische Sommeridylle mit goldenen Kornfeldern, blühenden Disteln und leuchtendem Klatschmohn aus dem Rettungswagen lockte.



The very best of Great Britain

Bremerhaven – Rosyth (Edinburgh) – Kirkwall – Belfast – Liverpool – Dun Laoghaire (Dublin) – Cobh (Cork) – Portsmouth – Bremerhaven



Auf dieser Kreuzfahrt mit MS Artania starten Sie unsere Inselnachbarn einen ausgiebigen Besuch ab und lernen die irische sowie britische Lebensweise besser kennen. Die Naturschönheit Schottlands und Irlands wird Sie ebenso bezaubern wie die Heimatstätte der Beatles und der romantische Süden Englands. Dazu genießen Sie an Bord besten Service und maritime Verwöhmomente – eine perfekte Traumkreuzfahrt!

Reisepreis ab € 2.399,-
 Zweibettkabine Außen p. P.
 inkl. Vollpension, Tischweinen, Tagessäften, Wasser bei den Hauptmahlzeiten

Ihre Johanniter-Vorteile

- Begrüßungscocktail an Bord
- Johanniter-Reisebegleitung
- Sonderbus ab/bis vielen deutschen Orten nach Bremerhaven und zurück



Informationsgutschein

Ja, bitte übersenden Sie mir ausführliche Informationen über die Reise „The very best of Great Britain“ (ART275)

Coupon einsenden an den Reiseveranstalter Phoenix Reisen GmbH, Pfälzerstraße 14, 53111 Bonn, Tel. 0228 92 60 44 02, Fax 0228 92 60 99, see@PhoenixReisen.com

Name _____ Telefon _____
 Straße _____ PLZ/Ort _____

Phoenix Reisen GmbH
 Reiseveranstalter für fördernde Mitglieder der Johanniter-Unfall-Hilfe e.V.

| 2021 | Hafen | an | ab | Ausflugsangebot |
|-----------|---|-------|-------|--|
| So 27.06. | Bremerhaven – Einschiffung von ca. 15 Uhr bis 17 Uhr ^{e)} | – | 18:00 | |
| Mo 28.06. | Urlaub auf See | – | – | |
| Di 29.06. | Rosyth/Schottland/Großbritannien [®] | 06:00 | 16:00 | Trossachs, Edinburgh Castle und Royal Mile, Edinburgh und Royal Yacht Britannia |
| Mi 30.06. | Kirkwall/Orkney Inseln/Schottland/Großbritannien | 08:00 | 18:00 | Stadtrundgang Kirkwall, Orkney Panoramafahrt, Naturschutzgebiete von Orkney |
| Do 01.07. | Ullapool/Schottland/Großbritannien [®] | 08:00 | 18:00 | Historischer Kurort und Schlucht, Panoramafahrt Schottische Highlands, Loch Ness und Inverness |
| | Kreuzen in der Schottischen Inlandsee | | | |
| Fr 02.07. | Belfast/Nordirland/Großbritannien ¹⁾ | 13:00 | 23:00 | Stadtrundgang Belfast, Mount Stewart Herrenhaus und Garten, Belfast am Abend mit Pub-Besuch, Belfast und „Titanic“ |
| Sa 03.07. | Douglas/Isle of Man/Großbritannien [®] | 07:00 | 13:00 | Spaziergänge |
| | Liverpool/Großbritannien ¹⁾ | 19:00 | – | Sonnenuntergang am Crosby Beach |
| So 04.07. | Liverpool/Großbritannien ¹⁾ | – | 20:00 | Liverpool zu Fuß, Panoramafahrt Liverpool, Liverpool zu Fuß mit Museum „The Beatles Story“, Historisches Chester |
| Mo 05.07. | Dun Laoghaire/Dublin/Irland [®] | 08:00 | 18:00 | Dublin Castle und Stadtrundfahrt, Dublin Rundgang und Pub-Besuch, Malahide Castle und Landschaftsfahrt |
| Di 06.07. | Cobh/Cork/Irland | 08:00 | 18:00 | Cork mit Freizeit, Cork Rundgang mit Pub-Besuch, Cork und Blarney Castle, Jameson Whiskeybrennerei und Midleton |
| | Kreuzen im Cork-Harbour | | | |
| Mi 07.07. | Torquay/Großbritannien [®] | 12:00 | 20:00 | Totnes und Buckfast Abbey, Highlights der englischen Riviera |
| Do 08.07. | Portsmouth/Großbritannien | 08:00 | 20:00 | Portsmouth Stadtrundgang, Chichester, London Panoramafahrt, Stonehenge und Salisbury |
| Fr 09.07. | Erholung auf See | | | |
| Sa 10.07. | Bremerhaven – Ausschiffung ab ca. 9 Uhr, Dauer 2–3 Std. ^{a)} | | | |

^{e)} a) Einschiffungs- und Ausschiffungszeit unter Vorbehalt. Die endgültigen Zeiten erhalten Sie mit Ihren Reiseunterlagen ca. 3 Wochen vor Reisebeginn. [®] Schiff auf Reede, Ausbooten wetterabhängig ¹⁾ tideabhängig

Verantwortlicher Reiseveranstalter nach deutschem Reiserecht ist Phoenix Reisen GmbH, Pfälzer Str. 14, 53111 Bonn

ANZEIGE

ANZEIGE

8-tägige Flugreise

So schön ist Apulien

Wundervolle Höhepunkte und südländische Entspannung – diese 8-tägige Flugreise führt Sie nach Apulien an die Adriaküste, wo Sie mit Halbpension Plus im 4* Riva Marina Resort wohnen.

Auf 4 Inklusiv-Ausflügen erleben Sie die Trulli von Alberobello, das UNESCO-Welterbe Sassi di Matera, die „Weiße Stadt“ Ostuni, die „Malediven Apuliens“, das Olivenland Valle d'Itria und vieles mehr. Und mit kulinarischen Lebenslust-Extras entdecken Sie zudem den guten Geschmack Apuliens!

Reisepreis ab € 799,-
 Info & Buchung 0800 33 33 444 **statt ab 999,- p. P.**
 Kostenfrei anrufen (Mo - Fr 8-18 Uhr) oder online buchen unter www.lebenslust-touristik.de

Ihr Johanniter-Vorteil

Bei Buchung bis zum 12. November sparen Sie mit dem Aktions-Code: JOHB121120 **200,-**



Inklusivleistungen

- 8-tägige Flugreise „So schön ist Apulien“
- Hin- und Rückflug nach/ab Bari mit Lufthansa, Eurowings, Ryanair, Air Dolomiti o.a. & 20 kg Freigepäck
- Deutschspr. Flughafenssistenz
- Transfer Flughafen – Hotel
- 7 x Übernachtung im 4* Riva Marina Resort, das ca. 900 Meter vom eigenen Sandstrand entfernt liegt. Es verfügt u. a. über Bar, Restaurants, 2 Swimmingpools, kostenfreie Liegen & Schirme, Wellnessbereich mit Sauna (gg. Gebühr, 1 x Eintritt à 90 Min. inkludiert), Fitnesscenter sowie WLAN. In der Hauptsaison (17.05. -26.09.) kostenlose Strand-Transfers, Strandliegen und -schirme.
- Ihr Doppelzimmer verfügt u. a. über DU/WC, Föhn, Sat.-TV, Safe, Telefon, Minibar (gegen Gebühr), Klimaanlage (saisonal/zentralgest.) und Balkon oder kleine Terrasse.
- 7 x Halbpension Plus bestehend aus:
 - 7 x Frühstück
 - 7 x Abendessen in Büfettform
 - Unbegrenzt Wein & Wasser aus Spendern zu den Abendessen
- 4 kulinarische Lebenslust-Extras:
 - Snack „Salami & Peperone Crusco“
 - Verkostung Pasticcioetto Leccese
 - Gebäck & Likör in einem Trulli
 - Spezialitäten-Teller u. a. mit Schinken, Käse, Focaccia und einem Glas Wein

- Ausflugs- und Erlebnispaket:
 - Ganztagesausflug „Grotte di Castellana & Sassi di Matera“ u. a. mit Führungen Grotte di Castellana (ca. 50 min.) & in den Sassi di Matera
 - Ganztagesausflug „Lecce & die Malediven Apuliens“ u. a. mit Besichtigungen Lecce & Otranto, Fotostopp Torre Dell'Orso & Strandbesuch
 - Ganztagesausflug „Alberobello & Polignano a Mare“ u. a. mit Rundgang zu den Trulli von Alberobello & Stadtbesichtigung von Polignano a Mare.
 - Ganztagesausflug „Olivenland Valle d'Itria & Ostuni“ u. a. mit Besuchen Martina Franca & Cisternino, Besichtigung einer Olivenölmühle & Stadtbesichtigung von Ostuni
- Alle Ausflüge mit deutschsprachiger Reiseleitung
- Lebenslust-Gästebetreuung im Hotel

Wunschleistungen

- Doppelzimmer zur Alleinbenutzung + 249 €
- Verlängerungswoche mit HP + 399 € pro Person im DZ + 648 € DZ Alleinbenutzung

Nicht inklusive: Vor Ort zahlbare Touristensteuer ca. 2 € p. P. / pro Nacht.

Lebenslust Touristik GmbH
 Reiseveranstalter für fördernde Mitglieder der Johanniter-Unfall-Hilfe e.V.



Für Neubuchungen dieser Aktion gilt: Kostenfreie Stornierung bis zum 31.12.2020

Reisetermine und Abflughäfen 2021

| | Aufpreis | April | Mai | Juni | Sept. | Oktober |
|--------------|----------|-------------|--------|-------|------------|-------------|
| Stuttgart | 0,- | 9. 16. 23. | 7. 21. | 4.* | – 10. 24. | 8. 15. 22.* |
| Berlin | 25,- | 9. 16. 23. | 7. 21. | 4.* | – 10. 24. | 8. 15. 22.* |
| Nürnberg | 25,- | 9. 16. 23. | 7. 21. | 4.* | – 10. 24. | 8. 15. 22.* |
| Hannover | 45,- | 9. 16. 23. | 7. 21. | 4.* | – 10. 24. | 8. 15. 22.* |
| München | 25,- | 10. 17. 24. | 8. 22. | 5.* | 4. 11. 25. | 9. 16. 23.* |
| Köln | 25,- | 10. 17. 24. | 8. 22. | 5.* | 4. 11. 25. | 9. 16. 23.* |
| Düsseldorf | 25,- | 10. 17. 24. | 8. 22. | 5.* | 4. 11. 25. | 9. 16. 23.* |
| Frankfurt | 35,- | 10. 17. 24. | 8. 22. | 5.* | 4. 11. 25. | 9. 16. 23.* |
| Hamburg | 45,- | 10. 17. 24. | 8. 22. | 5.* | 4. 11. 25. | 9. 16. 23.* |
| Dresden | 45,- | 10. 17. 24. | 8. 22. | 5.* | 4. 11. 25. | 9. 16. 23.* |
| Leipzig | 45,- | 10. 17. 24. | 8. 22. | 5.* | 4. 11. 25. | 9. 16. 23.* |
| Saisonzeiten | | C C C | D E | E E E | D C B A | |

Saisonzuschläge: A = 0 € B = 30 € C = 60 € D = 90 € E = 120 €

* keine Verlängerungswoche möglich

Zug zum Flug: An- und Abreise mit der Deutschen Bahn in der 2. Klasse + 70 €

Verantwortlicher Reiseveranstalter nach deutschem Reiserecht ist Lebenslust Touristik GmbH, Michaelkirchplatz 1–2, 10179 Berlin

Mit Erhalt der Reisebestätigung und des Reisepreis-Sicherungsscheins wird eine Anzahlung in Höhe von 20% des Reisepreises fällig. Die Restzahlung ist 30 Tage vor Abreise zu leisten. Alle Preise pro Person.

Weitere Informationen auch unter www.lebenslust-touristik.de

Informationsgutschein

Ja, bitte übersenden Sie mir ausführliche Informationen über die Reise „So schön ist Apulien“ (JOHB121120)

Coupon einsenden an den Reiseveranstalter Lebenslust Touristik GmbH, Michaelkirchplatz 1–2, 10179 Berlin, Tel. (Montag bis Freitag von 8 - 18 Uhr): 0800 3333 444, Fax: 030 8800 13 078, info@lebenslust-touristik.de

Name _____ Telefon _____
 Straße _____ PLZ/Ort _____

MS Rousse Prestige / 8-tägige Schiffsreise

Donau-Metropolen

Passau / Dürnstein / Wien Nussdorf / Budapest / Esztergom / Bratislava / Melk / Grein / Passau

Von der Drei-Flüsse-Stadt Passau gerade erst verabschiedet, passieren Sie die Schlägener Schlinge im oberen Donautal und freuen sich schon auf das idyllische Dürnstein. Erleben Sie das charmante Wien, bummeln Sie in Budapest durch das Burgviertel bis zum Burgpalast, bevor Sie in Bratislava die weiße Pressburg erklimmen. Welch atemberaubender Blick über die Donau Sie von hier oben erwartet! Zurück in Österreich machen Sie schnell noch ein Foto vom weithin sichtbaren Benediktinerstift Melk, damit Sie diese fantastische Donaufahrt später immer wieder Revue passieren lassen können. Erleben Sie das bezaubernde Grein bevor Ihre Reise wieder in Passau endet.

Reisepreis ab € **999,-**

Zweibettkabine Außen p. P.
inkl. Vollverpflegung und Nachmittagskaffee und -tee mit Kuchen/Gebäck

Ihre Johanniter-Vorteile

- 100-Euro-Ausflugsgutschein pro Person
- All-inclusive-Getränkpaket an Bord*
- Neu: Haustürabholung zubuchbar



Termine 2021

27.04.-04.05.21 // 13.-20.07.21 // 03.-10.08.21 // 21.-28.09.21

Inklusivleistungen

- Johanniter-Special: Ausflugsgutschein € 100,- pro Person
 - Getränkepaket*: Alkoholfreie Getränke wie Mineralwasser mit/ohne Kohlensäure, Coca Cola, Limonade und Säfte sowie Apfelschorle; Bier vom Fass, Alkoholfreies Bier und Tafelwein, weiß und rot
 - Schiffsreise in der gewählten Kabine für die Gesamtdauer der Reise
 - Sämtliche Hafengebühren für Ein- und Ausschiffung sowie die Schleusengebühren
 - Begrüßungsgetränk an Bord
 - Volle Verpflegung auf dem Schiff, bestehend aus: Frühstück, Mittag- und Abendessen, Nachmittagskaffee & -tee mit Kuchen
 - Festliches Galadinner
 - Kaffee- & Teestation
 - Informationsmaterial für Ihre Reise
 - PLANTOURS Kreuzfahrten-Reiseleitung
 - mobiles Audiosystem während der Landausflüge
- *Die All-inclusive-Getränke werden von 8.00 bis 24.00 Uhr angeboten. Die Getränke werden nur in Gläsern ausgeschenkt. Das Getränke-Paket gilt nicht für Getränke in Flaschen und ist nur für den eigenen Verzehr bestimmt. Alle weiteren Getränke laut den angegebenen Preisen auf der Getränkekarte an Bord.

PLANTOURS Kreuzfahrten
Reiseveranstalter für fördernde Mitglieder der Johanniter-Unfall-Hilfe e.V.



Haustürservice für € 249,- p.P. zubuchbar: Reisen Sie bequem zur MS Rousse Prestige und überlassen Sie das Koffertragen anderen.



| Kat. | Kabinentyp | Deck | Vorteilspreis p. P. in Euro |
|------|---|--------------|-----------------------------|
| 2 | Zweibett, außen, vorne, kleines Fenster | Hauptdeck | 999,- |
| 3 | Zweibett, außen, kleines Fenster | Hauptdeck | 1.199,- |
| 4 | Zweibett, außen, großes Fenster | Oberdeck | 1.299,- |
| 6 | Zweibett, außen, deluxe, French Balcony | Oberdeck | 1.499,- |
| 7 | Zweibett, außen, deluxe, French Balcony | Panoramadeck | 1.599,- |
| 8 | Einzel, außen, kleines Fenster | Hauptdeck | 1.599,- |
| 9 | Einzel, außen, großes Fenster | Oberdeck | 1.699,- |

Verantwortlicher Reiseveranstalter nach deutschem Reiserecht ist PLANTOURS Kreuzfahrten, eine Marke der plantours & Partner GmbH, Martinistraße 50-52, 28195 Bremen
www.plantours-kreuzfahrten.de

Informationsgutschein

Ja, bitte übersenden Sie mir ausführliche Informationen über die Reise „Donau-Metropolen“, Stichwort: JUH-Donau-21

Plantours Kreuzfahrten, Martinistr. 50-52, 28195 Bremen, Tel. 0421 17 369-0, info@plantours-kreuzfahrten.de

Name _____ Telefon _____

Straße _____ PLZ/Ort _____

JOH 3/2020

ANZEIGE

ANZEIGE

Bequem reisen: Bustransfer inkl. Haustürabholung

4-Sterne-Kur & Erholung in Marienbad/Tschechien

Ihr Urlaub beginnt direkt an der eigenen Haustür. Durch zuverlässiges Abholen von zu Hause werden Sie sicher, bequem und pünktlich zur Abfahrtsstelle des Busses gebracht. Von dort geht die Reise in den beliebten Kurort Marienbad. In reizvoller Umgebung, am Rande des Kaiserwaldes gelegen, ist Marienbad eines der berühmtesten europäischen Heilbäder. Das Wasser der 40 Quellen wird vor allem zur Behandlung von Erkrankungen des Bewegungsapparates, der Haut und der Atemwege genutzt. Der weitläufige Kurpark, die herrschaftlichen Bauten und die wundervolle Natur bilden die ideale Kulisse für einen erholsamen Aufenthalt.

Reisepreis ab € **599,-**

pro Person/Woche
Verlängerungswoche ab € 419,-



Ihr 4-Sterne-Hotel Reitenberger

Das Hotel Reitenberger ist ein historisches Gebäude aus dem 19. Jahrhundert. Nach aufwendigem Umbau und Erweiterung erstrahlen die großzügig angelegten Räume des Hauses in neuem Glanz.
Lage: Das Hotel liegt im Kurzentrum von Marienbad, direkt oberhalb der Kolonnade und unmittelbar am Kurpark. Ein kleiner Spaziergang führt ins Zentrum.

Unterbringung: Die 107 Zimmer verfügen über eine moderne Ausstattung mit Bad oder Dusche, WC, Telefon, Haartrockner, Minibar, Tresor und Sat.-TV. Zudem liegen im Zimmer Leihbademäntel aus.

Ausstattung: Das Hotel hat eine großzügige Kurabteilung mit Schwimmbad (kostenfrei außerhalb der Therapiezeiten), Whirlpool, Saunabereich mit Dampfbad und einen großen Fitnessraum mit modernsten Geräten. Das Haus verfügt über eine Salzgrotte (gegen Gebühr). Anwendungen werden unter Aufsicht des Hotelarztes zusammengestellt und von qualifiziertem medizinischen Personal verabreicht. Es kommen zwölf Anwendungen, auch unter Nutzung der örtlichen Naturheilquellen, zum Einsatz. E-Bikes können kostenlos ausgeliehen werden.

Inklusivleistungen

- Haustürabholung (in Deutschland), inklusive Kofferservice
 - An- und Abreise im modernen Reisebus
 - Jeweils ein Mittagsimbiss und ein Getränk auf der Hin- und Rückreise
 - 7 Übernachtungen in der gebuchten Zimmerkategorie
 - Vollpension-Verpflegung mit böhmischen und internationalen Spezialitäten
 - Alkoholfreie Getränke zu Mittag- und Abendessen
 - Ärztliches Eingangsgespräch
 - 12 Anwendungen pro Woche
 - 1 x Salzgrotte pro Aufenthalt
 - 1 x Kaffee & Kuchen pro Aufenthalt
 - Freie Nutzung von Schwimmbad und Sauna (außerhalb der Therapiezeiten)
 - Gratis Nordic-Walking-Grundkurs
 - Gratis E-Bike-Nutzung (nach Verfügbarkeit)
 - Leihbademantel
 - Deutschsprachige Hotelgästepflege
- Barrierefreiheit ist nicht gewährleistet.

Terramundi GmbH
Reiseveranstalter für fördernde Mitglieder der Johanniter-Unfall-Hilfe e.V.



3% FRÜHBUCHER-RABATT bis zum 31.10.2020

Ihre Johanniter-Vorteile

- Bustransfer mit Haustürabholung
- 12 Anwendungen inklusive
- 3% Frühbucher-Rabatt für „Johanniter“-Leser bei Buchung bis zum 31.10.2020

Preise- und Saisonzeiten

| Saison | Termine 2021 | Grundpreis ½ DZ | VL-Woche* ½ DZ | EZ-Zuschlag pro Woche |
|--------|---|-----------------|----------------|-----------------------|
| A | • 06. + 13.12.*** • 04., 11., 18. + 25.01. | € 599,- | € 419,- | € 140,- |
| B | • 01., 08., 15. + 22.02. | € 699,- | € 499,- | € 140,- |
| C | • 01., 08., 15. + 22.03. • 22. + 29.11. | € 719,- | € 519,- | € 140,- |
| D | • 29.03. / 05., 12. + 19.04. • 01., 08. + 15.11. | € 749,- | € 549,- | € 140,- |
| E | • 28.06. / 05., 12., 19. + 26.07. • 11., 18. + 25.10. • 20.*** + 27.12.** | € 799,- | € 599,- | € 140,- |
| F | • 26.04. / 03., 10., 17., 24. + 31.05. • 07., 14. + 21.06. • 02., 09., 16., 23. + 30.08. • 06., 13., 20. + 27.09. / 04.10. | € 849,- | € 649,- | € 140,- |

Bemerkungen

- * = Der Preis der Verlängerungswoche entspricht der jeweiligen Saisonzeit.
- ** = Silvester-Zuschlag: EUR 100,- pro Person. Keine Verlängerungswoche möglich.
- *** = Zuschlag Verlängerungswoche: EUR 100,- pro Person

Verantwortlicher Reiseveranstalter nach deutschem Reiserecht ist Terramundi GmbH, Im Wauert 14, 46286 Dorsten

Informationsgutschein

Ja, bitte übersenden Sie mir ausführliche Informationen über die Reise „Marienbad / 4-Sterne Kur & Erholung“

Terramundi GmbH, Im Wauert 14, 46286 Dorsten, Service-Telefon 0800 83 77 268, Fax 02369 91 96 233, info@terramundi.de

Name _____ Telefon _____

Straße _____ PLZ/Ort _____

JOH 3/2020



HAWESKO

Hanseatisches Wein und Sekt Kontor

94/100
Punkte

Luca Maroni

Italiens Megastar: 94-Punkte-Primitivo!

SIE SPAREN
50%



2019 PRIMITIVO CORTE AL PASSO PAKET PUGLIA IGT

Ein phantastisches Paket mit 10 Flaschen halbtrockenem Primitivo aus dem Süden Italiens. Der Geschmack ist fruchtig, er hat viel Körper und weiche Tannine. Ein harmonischer, samtiger Wein!

EINZELPREIS PRO FLASCHE € 8,50

1L € 11,33

WICHTIGE KUNDENINFO: Der gesenkte Mehrwertsteuersatz wird Ihnen automatisch im Bestellprozess gutgeschrieben.

10 Flaschen + 2 Weingläser statt € ~~99,90~~ nur €

49⁹⁰



JETZT VERSANDKOSTENFREI BESTELLEN: hawesko.de/johanniter



JAHREZEHNTELANGE ERFAHRUNG Über 55 Jahre Erfahrung im Versand und Leidenschaft für Wein bündeln sich zu einzigartiger Kompetenz.



GARANTIERTE QUALITÄT Wir stellen hohe Qualitätsanforderungen an unsere Weine - von der Entscheidung beim Winzer bis zur fachgerechten Lagerung.



TOP PREIS-LEISTUNG Guter Wein hat seinen Preis, muss aber nicht teuer sein. Wir bieten faire Preise und regelmäßig attraktive Kundenvorteile.

Zusammen mit 10 Fl. im Vorteilspaket erhalten Sie 2 Gläser von Schott Zwiesel im Wert von € 14,90. Telefonische Bestellung unter 04122 50 44 55 mit Angabe der **Vorteilsnummer 1085214**

Versandkostenfrei innerhalb Deutschlands. Max. 3 Pakete pro Kunde und nur solange der Vorrat reicht. Es handelt sich um Flaschen von 0,75 Liter Inhalt. Alkoholische Getränke werden nur an Personen ab dem vollendeten 18. Lebensjahr geliefert. Informationen zu Lieferbedingungen und Datenschutz finden Sie unter www.hawesko.de/datenschutz. Ihr Hanseatisches Wein- und Sekt-Kontor Hawesko GmbH, Geschäftsführer: Gerd Stemmann, Alex Kim, Anschrift: Friesenweg 4, 22763 Hamburg, Handelsregistereintrag: HRB 99024 Amtsgericht Hamburg, USt-Identifikationsnr: DE 25 00 25 694.