

Johanniter

März /21

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

Auf alle Fälle draußen.

Für die Kinder des Naturkindergartens
„Johanniter-Wichtel“ gibt es kein schlechtes Wetter.



Mit Ihrer
Regionalbeilage

Lifta – gerade jetzt für Sie da



Rufen Sie uns einfach
gebührenfrei an.
☎ 0800 - 20 33 135
Auch Samstag und Sonntag!
www.lifta.de

Einige Einbaubeispiele mit einer kleinen Auswahl aus unserer Modellvielfalt.

Deutschlands beliebtester Treppenlift

- Passt praktisch auf jede Treppe
- Mehr als 170.000 verkaufte Treppenlifte der Marke Lifta
- Kontaktlose Beratung & sicherer Einbau
- Lifta Kundendienst, 365 Tage im Jahr
- Freiwillig geprüfte Kundenzufriedenheit*



* Prüfinhalte: tel. Erreichbarkeit, schnelle Terminvereinbarung, Freundlichkeit, Liefertreue, 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

Datennutzungshinweis:
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.

Fotos: Johanniter, Maren Kuitert, Juan Miguel Torres

Vorwort

Liebe Freunde der Johanniter,

mein Sohn war bei den Pfadfindern, meine Tochter hatte eine Reitbeteiligung. Ich denke mal, dass die beiden in ihrer Kindheit und Jugend dadurch ausreichend Kontakt zur Natur und genügend Auslauf hatten. Heutzutage ist das ja keine Selbstverständlichkeit mehr, und umso mehr freue ich mich jedes Mal, wenn die Johanniter eine neue Einrichtung eröffnen, welche diese Verbindung stärkt. Ob in unseren Waldkitas oder dem Naturkindergarten, den wir in diesem Heft vorstellen: Wo eine gesunde Lebensweise gefördert und ein Verständnis für unsere Umwelt geschaffen wird, ist dies gleichzeitig immer auch ein in die Zukunft gerichteter Beitrag dafür, dass unsere Mitarbeitenden nicht zum Einsatz kommen müssen. Ich denke hier besonders an unsere Helferinnen und Helfer im Rettungsdienst, welche dieser Tage ihre verantwortungsvolle Aufgabe so hervorragend erfüllen und so auch unter erschwerten Bedingungen ihrem Auftrag nachkommen. Damit Sie in diesen nach wie vor schwierigen Zeiten sicher sein können: Hilfe kommt, wenn Sie diese benötigen.

In diesem Heft widmen wir uns außerdem einem Gefühl, das jeder schon selbst erlebt haben dürfte. Das aber heutzutage weiter verbreitet ist denn je: Einsamkeit. Wie wir Johanniter daran arbeiten, dass diese erst gar nicht entsteht, lesen Sie hier. Meine Bitte: Verlieren Sie die Hoffnung nicht! Die Impfungen schreiten voran und bald naht auch der Frühling!



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, H. Fischer redaktion@johanniter.de
Layout Raufeld Medien GmbH, Paul-Lincke-Ufer 42/43, 10999 Berlin; Daniella Heil, Daniel Krüger (Kreativdirektion)

Titelfoto Benedikt Walther
Druck, Verlag & Anzeigen Hofmann Druck Nürnberg GmbH & Co. KG, Emmericher Straße 10, 90411 Nürnberg;
Anzeigen Fabian Lämmermann
Gültige Anzeigenpreislise 1/21
Druckauflage 1.012.500 Exemplare (IVW 4. Quartal 2020)
Der Redaktionsschluss für die

kommende „Johanniter“-Ausgabe ist der 6. April. Die nächste Ausgabe wird am 28. Mai 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



04/ Besonders Ältere leiden in Corona-Zeiten unter Einsamkeit. Die Johanniter begegnen diesem Gefühl.



14/ Mit ihren Präventionsprojekten stärken die Johanniter Menschen in besonders gefährdeten Ländern.

In Aktion

Gesellschaft – Allein zu Haus **04**
Naturkindergarten – Immer draußen **10**
Ausland – Vorsorge macht stark **14**

In Kürze

Namen und Nachrichten **16**

Fürs Leben

Gesundheit & Sicherheit **17**
Service: Impfen – Ein kleiner Stich **18**

Unter Freunden

Im Porträt – Anteil nehmen und beruhigen **21**
Lesertelefon **23**
Hinweise zur Leserbefragung **24**
Denkanstoß – Wie leben in diesen Zeiten? **25**

Zum Schluss

Drei Fragen an Edith Flender und Rätselspaß **26**
Augenblick **27**



JOHANNITER
Aus Liebe zum Leben



Das Johanniter-Servicetelefon
0800 32 33 900 (kostenlos)



Foto: Maren Küller

Gesellschaft
**Allein zu Haus –
 aber nicht einsam.**

Wie ein Brennglas bündelt die aktuelle Corona-Pandemie die Probleme und Herausforderungen unseres Zusammenlebens: Dabei erweist sich besonders für Ältere die zunehmende Einsamkeit als Problem. Eine Annäherung an ein Gefühl, dem die Johanniter mit ihren Diensten begegnen.

Ob im Bildungssystem, in der Warenwirtschaft oder in den sozialen Dienstleistungen – plötzlich wird dieser Tage für alle sichtbar, wo es eigentlich schon immer gehakt hat. Wie eine Lupe fokussiert die Corona-Pandemie Missstände und wirft ein besonderes Schlaglicht auf ein ganz besonderes Gefühl: „Einsamkeit folgt keiner klaren Definition – und ist auch per se nicht negativ“, erklärt Frieder Lang, Leiter des Instituts für Psychogerontologie der Friedrich-Alexander-Universität Erlangen-Nürnberg. „Menschen suchen ja manchmal auch bewusst die Einsamkeit, um sich zu erholen. Es kommt also darauf an, wie jemand das Alleinsein empfindet.“

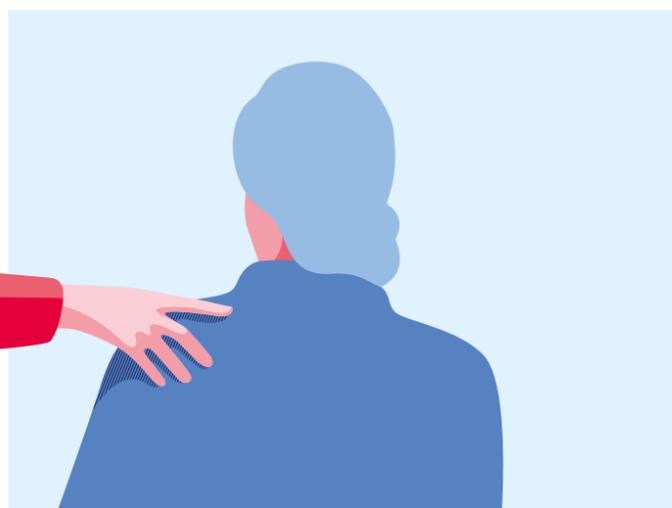
Und genau da fangen die Schwierigkeiten an: Von außen ist einem Menschen nicht gleich anzusehen, ob er an seiner Einsamkeit leidet. Dazu kommt, dass besonders Senioren das erzwungene Alleinsein quasi als logische Alterserscheinung verstehen. Familien leben räumlich häufig weit auseinander – tägliche Besuche sind rein praktisch nicht möglich. Der Partner lebt nicht mehr und auch immer mehr Freunde, die lange Jahre den sozialen Kreis gebildet haben, sind selbst nicht mehr mobil oder versterben. Was könne man da schon noch vom Leben erwarten?

„Über die Treffen entstehen auch immer wieder mal Freundschaften.“

Monika Klau-Fischer, Koordinatorin Besuchsdienste

Komplex und weit verbreitet / „Hinzu kommt das, was wir Obsoleszenz nennen“, erklärt Frieder Lang das Gefühl, aus der Zeit gefallen zu sein. Man verstehe diese Welt und die Dinge um sich herum nicht mehr so richtig. Könne zum Beispiel mit der technischen Entwicklung nicht mehr mithalten und fühle sich fremd. „Auch daraus ergibt sich ein Verlust an sozialer Teilhabe.“

Diesem Phänomen widmen sich die Johanniter schon seit Langem: „Schon 2019 haben wir das als Schwerpunkt-Thema erkannt und die Johanniter haben Aktivitäten wie Besuchs- und Einkaufsdienste sowie ehrenamtliche Haushaltshilfe verstärkt“, erklärt Fritz Penserot, Bereichsleiter Fundraising im Landesverband Nord der Johanniter. Doch gerade jetzt, wo noch mehr Menschen von Einsamkeit bedroht sind, zeigt sich, wie komplex, weitverbreitet und gefährlich das Thema für unsere Gesellschaft ist.



Wenn der körperliche Kontakt mit anderen Menschen fehlt, leidet auch die Seele.

Körperlicher Kontakt ist wichtig / Denn übermäßiges und vor allem erzwungenes Alleinsein hat Konsequenzen für die Gesundheit der Betroffenen. „Studien haben gezeigt, dass durch Einsamkeit ausgelöster Stress sowie psychische Effekte die körperliche und geistige Gesundheit von Menschen bedrohen“, erklärt Dr. Karsten Christoph Lindenstromberg mit Verweis auf eine Studie der McGill-Universität in Montreal. Gefühle der Einsamkeit gingen sogar mit einem erhöhten Risiko für die Entwicklung von neurodegenerativen Erkrankungen wie Alzheimer einher.

Der Psychotherapeut und medizinische Berater der Johanniter-Auslandshilfe verweist auch auf die Erkenntnisse der Säuglingsforschung: „Fehlt der körperliche Kontakt mit anderen Menschen, sind Entwicklungsstörungen, Angststörungen und Verhaltensauffälligkeiten die Folge.“ Einsamkeit könne eine ganze Palette depressiver Symptome hervorrufen – von Appetitlosigkeit über Schmerzen, ständige Müdigkeit, Energiemangel bis hin zu Schlafstörungen und Perspektivlosigkeit. „Aus dieser Spirale kommen Betroffene nur selten allein raus. Hier brauchen sie Hilfe“, so Lindenstromberg.

Hilfe ist nötig / Doch einem an Einsamkeit Leidenden Hilfe anzubieten, ist gar nicht so einfach. Viele sind gar nicht in der Lage, ihr Problem zu erkennen und zu formulieren. Oder schämen sich, es anzusprechen. Eine Erfahrung, die Monika Klau-Fischer, Koordinatorin des ehrenamtlichen Besuchsdienstes der Johanniter im RV Münsterland/Soest, bestätigt: „Viele tun sich schwer, das zuzugeben. Meistens bekommen wir von Angehörigen oder den Pflegediensten Hinweise auf Menschen, die hier Hilfe benötigen.“

Unterstützung beim Einkauf ist noch am einfachsten zu bewerkstelligen. Für eine längerfristige Hilfe ist vor allem Zeit notwendig.



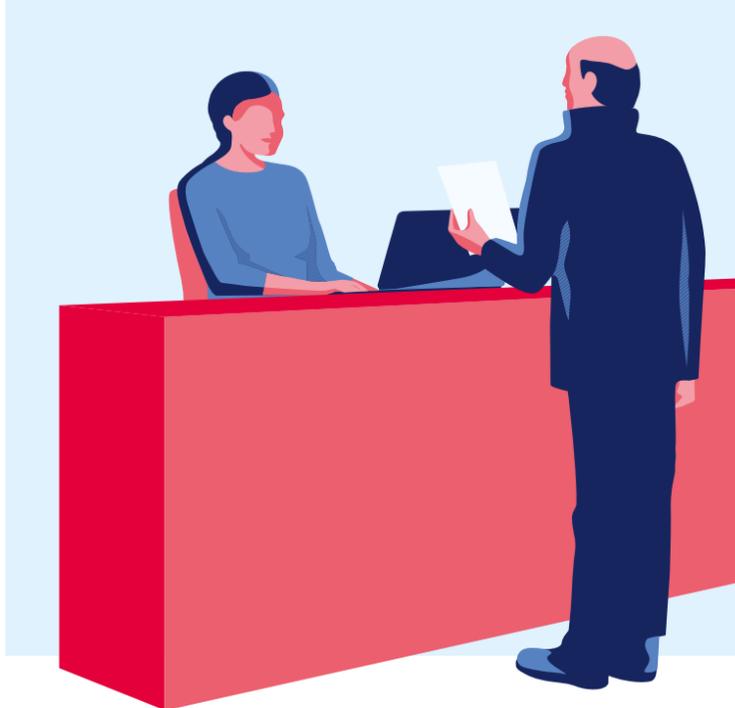
Auch deshalb fallen ihre ehrenamtlichen Mitarbeiter nicht gleich mit der Tür ins Haus, sondern informieren einsame Senioren bei den Besuchen erst einmal über ihren Dienst und weitere Angebote im Stadtbezirk oder beraten zur Pflegeversicherung. „Wir müssen den Kontakt erst langsam aufbauen und so nach und nach Vertrauen schaffen.“ Genügend Zeit und das Interesse am Leben der sich einsam Fühlenden, das bestimme die Qualität der Besuchsdienste. „Über die regelmäßigen Treffen entstehen auch immer wieder mal Freundschaften“, weiß die erfahrene Helferin. Wichtig sei es aber auch, die Klienten zu aktivieren und bei ihnen Erinnerungen zu wecken an Dinge, die sie früher gern gemacht haben. „Sei es ein bisschen gärtnern, einfach mal zusammen im Café zu sitzen, Zeit für ein Gespräch oder sich mit anderen Menschen treffen“, so Monika Klau-Fischer. Ziel ist die Teilhabe am sozialen Leben.

Kümmerer gesucht / Teilnehmen – das kann durchaus als Schlüsselwort gegen die unerwünschte Einsamkeit verstanden werden. „Dafür sollten sich Senioren fragen, wofür sie in ihrem früheren Leben gebrannt haben. Oft ergibt sich daraus auch eine sinnvolle Tätigkeit im Alter“, sagt Karsten Christoph Lindenstromberg. Genau da setzt ein Projekt der Johanniter in Mecklenburg-Vorpommern an: „Mit ‚Wir in Leezen und Plate‘ bilden wir ehrenamtliche ‚Kümmerer‘ unter den aktiven Senioren aus. Sie sollen Menschen in sozialer Isolation und materieller Armut zu Alltagsbelangen beraten, für sie Verwaltungsaufgaben regeln, Einkaufshilfen anbieten und sie zu Veranstaltungen begleiten“, erklärt Fritz Penserot, der für die Johanniter im Landesverband Nord ein ganz neues Projekt betreut.

Dessen Ziel ist es auch, ein Netzwerk von ehrenamtlichen „Senioren-Erst Helfern“ zu knüpfen, die telemedizinische Dienste für ihre zu betreuenden Senioren nutzen und wiederum andere Senioren ausbilden können. Dafür werden außerdem Senioren gesucht, die als Lernpaten Grundschulkinder begleiten. Das Modellprojekt, finanziell gefördert durch den Europäischen Sozialfonds (ESF), entwickelt sich trotz der aktuell schwierigen Lage gut. Die ersten aktiven „Kümmerer“ werden in den beiden Gemeinden Leezen und Plate in Mecklenburg-Vorpommern bereits gesucht.

Wohnen mit Service / Doch nicht für alle Senioren ist die Aktivität als Helfer die Lösung. In einem von Anfang an sozial gestalteten Umfeld zu leben, das ist das Ziel eines weiteren vom ESF geförderten Projektes im sächsischen Ebersbach-Neugersdorf. „Schon im Oktober vergangenen Jahres haben wir unseren Wohnpark Spreequelle eröffnet und die meisten der

In den Johanniter-Quartieren und weiteren Einrichtungen mit Service-Wohnen ist immer ein Ansprechpartner vor Ort.



26 Wohneinheiten sind auch schon belegt“, berichtet Kerstin Rokitta, Kreisvorstand der Johanniter in Görlitz. „Wir bieten hier Service-Wohnen: Eine Empfangsdame kümmert sich um die persönlichen Bedürfnisse unserer Bewohner, vermittelt Termine mit Friseur, Fußpflege oder Ergotherapeuten. Die haben direkt im Haus die Möglichkeit, ihre Services anzubieten. Außerdem haben wir den ambulanten Pflegedienst und auch unseren Fahrdienst eingebunden.“

Sobald es die Bedingungen wieder zulassen, wird es im großen Mehrzweckraum des Hauses auch Veranstaltungen geben – mit breiter Strahlkraft: „Das Begegnungszentrum Spreequelle soll ein ganzes Quartier beleben, das bisher von Abwanderung, Überalterung, schlechter Wirtschaftslage und hohen Sozialleistungen geprägt ist“, so Rokitta. Wenn es möglich sei, sollen die Menschen in den umliegenden Plattenbauten mit den Angeboten erreicht und ihnen ein gemeinsamer Raum geboten werden.

Die Johanniter in Görlitz hoffen damit auch jene zu erreichen, die unter ihrer Isolation leiden und Hilfsangebote bisher nicht nutzen. „Wir gehen von 25 bis 30 Prozent

der über 80-Jährigen aus, die sich in unerwünschter Isolation befinden“, erklärt Frieder Lang vom Institut für Psychogerontologie Erlangen-Nürnberg. „Doch das ist nicht nur ein Problem der Alten. Im Besuchsdienst treffen wir auch immer wieder auf jüngere Menschen, die unter Einsamkeit leiden“, sagt Monika Klau-Fischer. Die Situation ist in der aktuellen Corona-Krise schwieriger geworden. „Im ersten Lockdown blieb uns nur der telefonische Kontakt zu den Senioren.“ Besser als gar kein Kontakt – aber kein Ersatz für persönliche Treffen, so die Koordinatorin. Von Angesicht zu Angesicht kann man Menschen eben doch anders wahrnehmen und ihnen das Gefühl geben, angenommen und geschätzt zu sein. Und damit der Einsamkeit begegnen. / Peter Altmann

Besuchsdienste

Das Leben älterer, kranker und hilfsbedürftiger Menschen zu bereichern, ist das Ziel der Johanniter-Besuchsdienste. Unsere ehrenamtlichen Kolleginnen und Kollegen stehen Ihnen als Vertrauensperson in Ihrer häuslichen Umgebung, aber auch in stationären Einrichtungen wie Senioren- und Krankenhäusern, Fach- und Rehabilitationskliniken gerne zur Seite.
Kontakt: Tel. 030 23 09 97 04 16
www.johanniter.de/besuchsdienst

ESF-Projekte

Zwei Projekte der Johanniter in den Landesverbänden Nord und Sachsen werden aktuell im Rahmen des Programms „Stärkung der Teilhabe Älterer – Wege aus der Einsamkeit und Isolation im Alter“ mit Mitteln des Europäischen Sozialfonds (ESF) gefördert. Bis Ende 2022 werden dabei bundesweit 29 ausgewählte Projekte mit insgesamt 5 Millionen Euro unterstützt.
www.esf.de/programme

Service-Wohnen

Das Konzept „Service-Wohnen“ für aktive Senioren garantiert ein selbstständiges, individuell gestaltbares Leben in komfortabler Wohnatmosphäre. In mehreren Einrichtungen im Bundesgebiet, wie etwa in Bad Wörishofen, Potsdam und Hannover, gibt es dieses Angebot bereits. Derzeit entstehen weitere Johanniter-Quartiere in Eberswalde, Gerstehofen und Michendorf.
Kontakt: Tel. 0800 32 33 800



JOHANNITER
Aus Liebe zum Leben

Sicherheit, so individuell wie Ihre Familie.



Der Johanniter-Hausnotruf.

Egal was passiert oder wie sich unser Alltag gestaltet: Unsere Liebsten möchten wir immer in Sicherheit wissen. Mit dem Johanniter-Hausnotruf leben Familien sorgenfrei und unbeschwert an 365 Tagen im Jahr. **Denn im Notfall ist schnelle Hilfe nur einen Knopfdruck entfernt.**

Jetzt bestellen!

0800 32 33 800 (gebührenfrei)

www.johanniter.de/hausnotruf-testen

Jetzt 4 Wochen gratis testen und bis 100 Euro Preisvorteil sichern!*

* Gültig vom 15.02.2021 bis 31.03.2021. Der Preisvorteil ergibt sich aus entfallender Anschlussgebühr und kostenlosem Probemonat.



Naturkindergarten
**Nicht nur
 eine Frage der
 richtigen Kleidung.**

Fotos: Benedikt Walther



Wenn das Wetter mal ganz lausig ist, dient ein Bauwagen als Rückzugsort. Sonst sind die Kinder immer in der freien Natur unterwegs.

Den ganzen Tag draußen sein und dabei fürs Leben lernen: Das Gebot der Stunde ist beim neu eröffneten Naturkindergarten „Johanniter-Wichtel“ im schwäbischen Mögglingen eine Selbstverständlichkeit. Zu Besuch in einer besonderen Einrichtung.

Den ersten Schnee des Jahres haben die Kinder am Vortag schon schwer bearbeitet, zu Kugeln gerollt, zu Schneemännern verarbeitet und mit dem „Rutscherle“ am benachbarten Schlittenberg platt gefahren. Und auch heute können es die ersten, kurz vor 8 Uhr gebrachten und dick eingemummelten Mädchen und Jungs kaum erwarten: Noch vor dem Morgenkreis ein paar Mal den Hügel rauf und runter, das macht den ohnehin schon aufregenden Alltag in der neuen Kita auf der rauen Ostalb noch um eine Attraktion reicher.

Anregendes Lernumfeld / Birgit Buchinger sieht es mit Freude, wie an diesem frostigen Morgen ihre drei- bis sechsjährigen Schützlinge draußen ausgelassen toben. „Ich würde nie wieder in eine normale Kita gehen“, sagt sie voller Überzeugung und mit sichtlichem Stolz auf die von ihr geleitete Open-Air-Einrichtung: ein gemütlich eingerichteter Bauwagen mit großzügigem Vordach auf einem leicht abschüssigen Gelände mit einem angrenzenden Gehölz und viel Wald um die Ecke. Mehr braucht es ihrer Meinung nach nicht. „Die Natur ist so ein anregendes Lernumfeld! Viele Fragen lassen sich da im Vorbeigehen beantworten, wo man in einem Hauskindergarten einen Riesenaufwand betreiben müsste“, erklärt sie begeistert. Als Glücksfall hat sich da erwiesen, dass

die „Wäldle“ genannte Senke am Rand des Kindergartengrundstücks bei der Eröffnung der Einrichtung im Oktober noch völlig zugewuchert war. „Die Kinder haben es gleich in Beschlag genommen“, erzählt die als Fachkraft für Waldpädagogik ausgebildete Buchinger, die mit dem Bundesfreiwilligen Noah Schmid und der Erzieherin Nicole Schulz für die Kinder da ist. Über den kleinen Bach eine Brücke zu bauen, das sei selbstredend mehrfach grandios gescheitert. Aber eben auch sehr lehrreich gewesen. Auf der anderen Seite haben die Kinder ihre „Burg“ gebaut: Geflochtene Haselnussstöcke bilden eine Art Mauer, der Rest ist eben Fantasie. So wie die Kleinen auch dem nahe gelegenen Forst einen Geist namens „Waldi“ angedichtet haben. Und einen Haufen Reisig auf dem Gelände zum Winterquartier für ihre „Igli“ genannte Handpuppe ernannten. Natur ist Trumpf –



Wer ist heute das Kind des Tages? Birgit Buchinger beim Morgenkreis mit ihren „Johanniter-Wichteln“.

Jacken aus, es ist Zeit für ein zweites Frühstück! Im gemütlich eingerichteten Bauwagen können sich die Kleinen aufwärmen.



Foto: Benedikt Waither

und es kommt darauf an, was man daraus macht.

Die Eltern, die ihre Kinder zu den „Johanniter-Wichteln“ bringen, entscheiden sich bewusst dafür. So wie Tina Nuss-hör, die beim Bringen ihres 4-jährigen Livius zu der von 7 bis 14 Uhr geöffneten Kita erzählt, was für ein Glück diese für ihren Nachwuchs bedeutet: „In der normalen Kita ist er überhaupt nicht zurechtgekommen.“ Nach seinem ersten Tag bei den „Johanniter-Wichteln“ habe sie „ein ganz anderes Kind“ mit nach Hause genommen. Dabei ist der Tagesablauf recht unspektakulär: Beim Morgenkreis führt ein „Kind des Tages“ durch die kleinen Rituale und die von der Gruppe verabschiedete Frage: Was tun wir heute? Nachdem jeder seinen Stimm-Stein abgegeben hat, wird ausgezählt und nach einem kleinen Vesper mit Aufwärmen in dem mit einer Toilette ausgestatteten Bauwagen im „Wäldle“ getobt.

Erfahrungen fürs Leben / „Können die Kinder dann nachher auch still sitzen?“, zitiert Birgit Buchinger die Frage, welche ihr bei Info-Terminen am häufigsten gestellt werde. Ihre Antwort ist einfach: „Lassen wir sie doch springen, solange es geht“, so die sympathisch unaufgeregte und im Zwiebellook mit vier Lagen Kleidung ausgestattete Erzieherin. Sitzen würden sie noch genug in ihrem Leben. Und hier alles später Notwendige quasi nebenbei lernen: Durch das Sortieren von Naturmaterialien wird das Zählen eingeübt, Geometrie über die Formen von Blättern – und die notwendige Abstimmung bei gemeinsamen Projekten dient der Sprachförderung. Durch eine Kooperation mit dem örtlichen Kleintierzuchtverein, der seine Ställe und Gehege für die Hühner, Enten sowie Kaninchen in unmittelbarer Nachbarschaft hat, lernen sie die Tiere und deren Bedürfnisse kennen.

„Lassen wir sie doch springen, solange es geht. Sitzen werden sie in ihrem Leben noch genug.“

Birgit Buchinger, Waldpädagogin der Johanniter

Ein voller Erfolg ist sie also, die erste Kindertageseinrichtung der Johanniter im Regionalverband Ostwürttemberg. Was vielleicht auch an ihrem Entstehungsprozess liegt: Zusammen mit der Gemeinde wurde ein Plan entworfen und bei der Umsetzung nicht an der falschen Stelle gespart. „Ich habe dort immer ein offenes Ohr vorgefunden“, so Buchinger, die hier endlich das umsetzen kann, was sie immer schon wollte: „Ich merke, dass wir Menschen den Bezug zur Natur etwas verloren haben und hoffe, dass die Kinder hier Erfahrungen sammeln, die sie auch in ihrem späteren Leben mal wieder aufrufen können. Das ist so viel wert.“ / Wolfgang Brenner



Die „Johanniter-Wichtel“ gehören zu den rund 470 Kindertageseinrichtungen der Johanniter. Gerade qualifizieren sie sich für die Initiative „Haus der kleinen Forscher“. Mehr zu den Angeboten für Kinder unter: www.johanniter.de/kita



Markenartikel zu Bestpreisen

Neu für Sie zum Kennenlernen: 62% Preisvorteil!

Flauschige Strickfleece-Jacken in trendigen Farben!

- Ultraweich mit flauschig-warmem Fleece • Mit trendiger Strickoptik
- Atmungsaktiv und schnelltrocknend • Mit praktischer Kapuze
- Perfekt für Sport und Freizeit • Material: 100% Polyester

★★★★★
Das sagen Kunden:
„Tolles Produkt!“
Tragekomfort, Passform, Aussehen, es passt einfach alles. Wird sicher mein Lieblingsbekleidungsstück.
Mehr Bewertungen online



grau-melé

dunkelblau-melé

anthrazit-melé

Für Ihn

grau-melé

blau

blau

grau

anthrazit

Für Sie

UVP*-Preis 79,99
Personalshop-Preis 39,99

NEUKUNDEN-PREIS

€ 29,99

Sie sparen € 50,- gegenüber dem UVP*

Größen				
M	L	XL	XXL	3 XL
Herren Strickfleece-Jacke				
grau-melé		Art.-Nr. 62.241.380		
dunkelblau-melé		Art.-Nr. 62.241.393		
anthrazit-melé		Art.-Nr. 62.241.407		

Größen						
36	38	40	42	44	46	48
Damen Strickfleece-Jacke						
grau			Art.-Nr. 62.241.289			
blau			Art.-Nr. 62.241.292			
anthrazit			Art.-Nr. 62.241.306			

BESTELLSCHEIN 030523 mit 30 Tage Rückgaberecht

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

Menge	Art.-Nr.	Größe	Artikelbezeichnung	NEUKUNDEN- PREIS

Absender (Bitte deutlich ausfüllen): Frau Herr

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.

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

- SO SPAREN SIE 25%:
1. Loggen Sie sich mit Ihrem PIN-Code **030523** im Shop ein.
 2. Ihr 25% Rabatt wird automatisch bei allen Artikeln berücksichtigt.
 3. Schicken Sie Ihre Bestellung ab!

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**

* Stappreise 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

Foto: Juan Miguel Torres



Mit Patrouillenbooten sind die von den Johannitern unterstützten Helfer auf den Philippinen unterwegs, um die Küsten zu schützen.

Ausland Vorsorge macht stark

Bei Katastrophen entscheidet oft der Grad der Vorsorge über Leben und Tod. Die Johanniter stärken mit Präventionsmaßnahmen Menschen in besonders gefährdeten Ländern.

Vulkanausbrüche und bebende Erde: Für die Menschen auf den 17.000 Inseln Indonesiens sind außer Kontrolle geratene Naturgewalten ein wiederkehrendes Phänomen. Um die Menschen im größten Inselstaat der Erde zu schützen, setzen die Johanniter mit ihren Partnern vor Ort seit Jahren auf Vorsorge.

Erste Erfolge im Ernstfall / Nach dem verheerenden Erdbeben im Jahre 2018 nahe der Insel Sulawesi, das mehr als 4.000 Todesopfer forderte, bildete unsere Johanniter-Partnerorganisation INANTA Freiwilligen-Komitees in fünf Dörfern aus. Diese sammelten zunächst Risikodaten aus der Region, um daraus konkrete Schritte für den Ernstfall abzuleiten. Dann wurden Jugendliche in den notwendigen Evakuierungsabläufen geschult und sichere Routen angelegt. Dass sich diese Arbeit bewährt hat, bewies eine Sturzflut im September vergangenen Jahres: Dörfer wurden rechtzeitig evakuiert. Deshalb kam niemand zu Schaden.

„Die Anfälligkeit der Menschen bestimmt den Grad der Betroffenheit. Deswegen müssen wir nicht nur mit Nothilfe nach Katastrophen für die Menschen da sein, sondern diese besser schützen und vorbereiten. Das hat sich in der Vergangenheit bewährt“, sagt Susanne Wesemann, Leiterin der Johanniter-Auslandshilfe.

Küsten schützen / Da bis heute viele Länder keine starken staatlichen Strukturen besitzen, um notwendige Vorsorge im Zeichen des Klimawandels flächendeckend umzusetzen, kommt lokalen Akteuren und Gemeinden eine zunehmend wichtige Rolle zu. Auch auf den Philippinen: Seit 2017 haben sechs Gemeinden in einem Projekt einen Aktionsplan für Küstenabschnitte entwickelt, die unter Bergbau und illegalem Fischen litten und Sturmfluten schutzlos ausgesetzt waren.

Heute schützen dort Patrouillenboote der Gemeinden die Küstenabschnitte vor Überfischung und der Zerstörung der Natur. „Das Projekt stellte lebenswichtige natürliche Systeme wieder her und verknüpfte sie mit Initiativen, den eigenen Lebensunterhalt zu verdienen“, erklärt Ronald Langford, Leiter des Johanniter-Büros vor Ort. So erhalten traditionelle Fischer wieder eine Perspektive und machen die Gemeinden widerstandsfähiger. / *Tommy Ramm*



Spenden Sie!

Unterstützen Sie die Johanniter!
Spendenkonto
DE94 3702 0500 0433 0433 00
Bank für Sozialwirtschaft
Stichwort: Katastrophenvorsorge

Aus Liebe zum Leben



Wir sind im Einsatz gegen Corona

Gemeinsam haben wir eine große Aufgabe zu bewältigen! Deshalb unterstützen haupt- und ehrenamtliche Johanniter bundesweit den Aufbau und Betrieb von Impfzentren. Außerdem sind sie zum Schutz der Risikogruppen in mobilen Teams unterwegs und setzen sich mit ihrer Arbeit in Testzentren dafür ein, Infektionen frühzeitig zu erkennen.

0800 3233 800 (gebührenfrei)
www.johanniter.de/corona



JOHANNITER

Namen & Nachrichten



Foto: Gerhard Bieber



Für Kleine und Große

Hausbuch / Ein neuer Ratgeber der Johanniter im Taschenbuchformat versammelt kompakt, was man bei Notfällen mit Kindern wissen muss: Erste-Hilfe-Maßnahmen, Tipps zur Gefahrenvermeidung und viele hilfreiche Adressen. Leicht verständlich und mit zahlreichen Grafiken ist dieser Familienratgeber ein praktischer Helfer für daheim. „Für alle (Not)fälle“ von Ralf Sick ist über den lokalen Buchhandel und auch den Onlineversand bestellbar (Verlag J.P. Bachem, ISBN: 978-3751012171).

Hoher Besuch in Oberhaching

Impfzentrum / Gleich an ihrem ersten Arbeitstag Anfang Januar haben die Mitarbeitenden im Johanniter-Impfzentrum Oberhaching (Landkreis München) Besuch vom Herrenmeister des Johanniterordens erhalten. S.K.H. Dr. Oskar Prinz v. Preußen (li.) informierte sich beim Dienststellenleiter und den Einsatzkräften über die aktuelle Lage und war beeindruckt vom Engagement des Teams aus Ärztinnen und Ärzten, medizinischem Personal und Verwaltungskräften, die das Zentrum besucherfreundlich ausgestattet haben.



Geprüftes Vertrauen

Spendensiegel / Die Johanniter haben erneut das Spendensiegel des Deutschen Zentralinstituts für soziale Fragen (DZI) erhalten. Die Verleihung des Spendensiegels attestiert der Johanniter-Unfall-Hilfe auch bei der 17. Auflage der Prüfung einen gewissenhaften Umgang mit den ihr anvertrauten Spendengeldern. Bestätigt wird damit auch, dass die Johanniter transparent arbeiten, sparsam wirtschaften sowie sachlich und wahrhaftig informieren. www.johanniter.de/dzi



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 Monika Klau-Fischer (Münster), Carsten März (Münster), Graf Michael von der Schulenburg (Wettringen), Benjamin Wobig (Hagen) sowie das „Ehrenzeichen der Johanniter-Unfall-Hilfe“ an Pascal Berghammer (Münster), Frank Funken (Duisburg), Sandra Katzer (Rüdersdorf), Rüdiger Körmann (Münster), Steffen Lengsfeld (Sankt Augustin), Alessa Liehr (Hilden), Daniela Panoudis (Duisburg), André Paudtke (Dortmund), Björn Röder (Herdecke), Marc-Philipp Sorger (Köln), Tobias Wehner (Würzburg) und Ralf Wette (Bochum).

Gesundheit & Sicherheit

Durch Frevel kann der Mensch nicht bestehen, aber die Wurzel der Gerechten wird bleiben.

Spr 12,3



Spätsaison für Winterspargel

Wurzelgemüse / Bis die richtige Spargelsaison losgeht, hat die auch „Winterspargel“ genannte Schwarzwurzel noch Saison. Rein optisch machen die erdig-dunklen Pfahlwurzeln zwar nicht viel her und der beim Schälen austretende Saft klebt ziemlich. Aber durch ihren wunderbar nussigen Geschmack und ihre hohe Nährstoffdichte mit den Vitaminen E, B1 sowie Eisen, Magnesium und Kalium machen sie das schnell wett.

Fotos: Adobe Stock



Gut fürs Gedächtnis

Geistige Fitness / Brille verlegt? Topf auf dem Herd vergessen? Kleine Nachlässigkeiten im Alltag passieren jedem. Dass sich das im Alter nicht häuft, ist nicht Schicksal. Denn das menschliche Gehirn funktioniert wie ein Muskel und möchte trainiert, gefüttert und gepflegt werden.

1. Bewegung und Kontakte / Bewegung und Tätigkeiten mit Lerneffekt stimulieren das Gehirn. Soziale Isolation verursacht Stress und hemmt das Wachstum der Nervenzellen.

2. Ernährung / Grün ist Trumpf: Spinat, Broccoli, Kresse enthalten wichtige Schutzstoffe. Für die lebenswichtigen Omega-3-Fettsäuren sorgt fettreicher Seefisch.

3. Schlaf / Quasi von allein sorgt die körpereigene Putzkolonne beim Schlafen für eine gesunde Reinigung von Abfallstoffen. Zu wenig oder auch qualitativ schlechter Schlaf wird in Verbindung mit Krankheiten wie Alzheimer gebracht.



Fragen über EU-Länder beantwortet

Smartphone-App / Darf ich nach Frankreich reisen? Herrscht Masken-Pflicht in Italien? Gibt es in Österreich eine Corona-App? Die „Re-open EU“-App der EU-Kommission beantwortet diese Fragen und bietet aktuelle Informationen zur den Sicherheitsvorkehrungen oder etwaigen Reisebeschränkungen für alle EU-Staaten. Erhältlich ist der kostenlose digitale Helfer für Android und iOS.

reopen.europa.eu

Service

Impfen: Kleiner Stich für mehr Freiheit

Seit Beginn der Corona-Impfungen sind die Johanniter mit mobilen Teams und in den Impfzentren im Einsatz. Wer wann dran ist, folgt einem klaren Plan.

Unspektakulär grauschwarz waren die Gefrierboxen, mit denen die Johanniter Ende Dezember für erste Hausbesuche in Seniorenheimen zu Gast waren. Darin gut gekühlt: der lang ersehnte Impfstoff gegen COVID-19, mit dem zuerst Hochaltrige und Angehörige von Risikogruppen vor einer Infektion geschützt werden.

Dabei sind die Johanniter nicht nur ambulant unterwegs, sondern sie waren auch am Aufbau der stationären Impfzentren beteiligt und sind derzeit bundesweit in die operative Leitung und die Logistik für deren laufenden Betrieb eingebunden. „Mit unseren etablierten Katastrophenschutzstrukturen sind wir bestens gerüstet, unseren Beitrag für die Eindämmung des Virus zu leisten“, sagt Jörg Lüssem, Mitglied des Bundesvorstandes der Johanniter.

Um die große Bedeutung der Schutzimpfung auch bei den eigenen Pflegekräften und Angestellten im Rettungsdienst zu verdeutlichen, motivieren die Johanniter das eigene Personal, das Impfangebot anzunehmen. Für den Mediziner und Mikrobiologen Prof. Dr. Dr. Timo Ulrichs von der Aktion Hochschule für Humanwissenschaften der Johanniter in Berlin steht der neuartige mRNA-Impfstoff außer Frage: „Es ist eine zukunftsweisende Technologie, die noch in vielen Infektionskrankheiten eingesetzt und auch in der Krebstherapie von Nutzen

sein wird. Ganz klar: Meine ganze Familie wird sich impfen lassen, wenn wir an der Reihe sind.“ Und auch der Bundesarzt der Johanniter-Unfall-Hilfe, Dr. Jörg Oberfeld, spricht eine klare Empfehlung aus: „Wir sollten dankbar sein, dass uns nach nicht einmal einem Jahr schon mehrere wirksame und bestens untersuchte Impfstoffe zur Verfügung stehen. Diese Chance sollten wir uns nicht entgehen lassen.“

Der Weg zum eigenen Termin / Weil zwar die Beschaffung und Verteilung des Vazins durch den Bund geleitet, die Koordination der Impfungen jedoch Ländersache ist, gibt es dafür auch kein einheitliches Verfahren. Das Bundesministerium für Gesundheit hat jedoch in enger Anlehnung an die Empfehlung der Ständigen Impfkom-

mission (STIKO) am Robert Koch-Institut die Bevölkerung in vier Gruppen mit einer entsprechenden Priorisierung eingeteilt. Je nach Bundesland unterscheidet sich die Vorgehensweise bei der Kontaktaufnahme und Terminvergabe.

Entweder ist dafür Eigeninitiative gefragt und ein aktives Bemühen um einen Impftermin über die einschlägigen Online-Portale und Service-Rufnummern (Baden-Württemberg, Bayern, Brandenburg, Hessen, Rheinland-Pfalz, Saarland, Sachsen, Sachsen-Anhalt, Schleswig-Holstein und Thüringen). Oder aber es erfolgt eine persönliche und schriftliche Einladung mit Zugangs-codes für die Registrierung für einen Termin (Berlin, Bremen, Hamburg, Mecklenburg-Vorpommern, Niedersachsen,

Nordrhein-Westfalen). Eine komplette Liste mit den jeweiligen Zugangswegen der einzelnen Bundesländer gibt es unter dem Menü-Eintrag „Corona-Schutzimpfung“ des Informationsportals:

www.bundesregierung.de



Alle Informationen rund um die Corona-Schutzimpfung sind verständlich aufbereitet auf der offiziellen Seite des Bundesministeriums für Gesundheit: www.coronaschutzimpfung.de

Foto: Alexander Körner



Mit mobilen Impfteams kamen die Johanniter bereits frühzeitig direkt in die Einrichtungen für Seniorinnen und Senioren.

Sonder-Aktion

Schenken Sie 24 Schmetterlingen das Leben!

24 zauberhafte Wesen auf 24 vergoldeten Sonderprägungen

Mit diesem Set unterstützen Sie die **STIFTUNG für Mensch und Umwelt**

Mit reinstem **Feingold** (999/1.000) veredelt!

Ø je ca. 33 mm

10 Teilzahlungen **à 19,95 €!** (statt regulär 958,- €) **PORTOFREI!**



Gemeinsame Rückseite

Repräsentatives Münz-Album für Ihre Sammlung **GRATIS!**

Dieses Set wurde in Zusammenarbeit mit der **Stiftung Mensch & Umwelt** entwickelt – von jedem verkauften Set **spenden wir 10,- €**

- **Edel vergoldet, mit aufwendiger Farbauflage**
- **Streng limitiert auf weltweit nur 3.333 Komplett-Editionen**
- **Exklusiv nur beim BAYERISCHEN MÜNZKONTOR® erhältlich**

KEINE WEITEREN VERPFLICHTUNGEN!

GRATIS FÜR SIE! Eine attraktive Armbanduhr (regulärer Preis: 29,95 €)



(Abb. Modellbeispiel)

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

Große Nachfrage erwartet. Jetzt bestellen!

JA! Ich bestelle **PORTOFREI** das 24er Komplett-Set „Schmetterlinge“ (Art.-Nr. 196-113-0) - bitte ankreuzen:

zu 10 monatlichen, zinsfreien Teilzahlungen à 19,95 € oder

zum einmaligen Komplett-Preis von 199,50 € (regulärer Verkaufspreis 958,- €)

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. Mit meiner Bestellung willige ich ein, weitere interessante Angebote und Informationen des Bayerischen Münzkontors zu erhalten. Sollten Sie keine Werbung wünschen, können Sie der Verwendung Ihrer Daten zu Werbezwecken jederzeit per Nachricht in Textform an Bayerisches Münzkontor, Kundenservice, 63735 Aschaffenburg oder per Email widersprechen.

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:
0800 / 90 70 50 42
 (KOSTENFREI aus dem dt. Festnetz)
 Rufen Sie uns gleich kostenlos an!

Jeder telefonische Besteller erhält einen edlen Kugelschreiber mit SWAROVSKI® ELEMENT als Geschenk!

Meine Anschrift: Frau Herr ★ 91P-12

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, Leubnerstrasse 6, CH-8280 Kreuzlingen

Datum _____ Unterschrift _____

Coupon ausfüllen und sofort abschicken an:
 Bayerisches Münzkontor • Abt. Reservierung • 63735 Aschaffenburg • kundenbetreuung@muenzkontor.de

Porträt Anteil nehmen und beruhigen

Wenn Menschen an ihre Grenzen kommen, ist Yvonne Wagner zur Stelle. Als Fachkraft für Psychosoziale Notfallversorgung ist sie eine Stütze in kritischen Situationen.



Foto: Johanniter

Als noch vor Corona-Zeiten im Freizeitpark Geiselwind 23 Menschen aus einer defekten Gondel in 60 Metern Höhe gerettet werden mussten, war Yvonne Wagner hautnah dabei: „Tröstend, anteilnehmend, beruhigend“, sagt die Fachkraft für Psychosoziale Notfallversorgung aus dem Regionalverband Oberfranken der Johanniter-Unfall-Hilfe. Denn was jemand durchlebt, der mit dem Hub-schrauber aus luftiger Höhe abgeseilt werden oder eine andere Extremsituation durchleben muss, würden die meisten Menschen unterschätzen.

Ruhig im Auge des Sturms / Yvonne Wagner war damals mit ihrer Expertise schnell zur Stelle und als Fachkraft im Team der Psychosozialen Notfallversorgung erste Ansprechpartnerin für die Betroffenen. Frisch aus der Ausbildung kommend, sorgte sie für Ruhe im Auge des Sturms – und tut es heute noch bei Extremsituationen. Egal, ob es sich um einen schweren Unfall auf einer Autobahn oder einen Suizid handelt.

Sie selbst steckt dann alle Emotionen zurück, wenn sie am Einsatzort ist. „Jeder Einsatz ist einzigartig“, sagt die 35-Jährige. Für sie steht an erster Stelle, wie sie eine betroffene Person genau in diesem Moment psychisch auffangen, unterstützen und stabilisieren kann. „Manchmal ist es auch Schweigen.“ Die Situation gibt vor, was zu tun ist.

Was für Yvonne Wagner als psychosoziale Notfall-Fachkraft zu tun ist, hat sie während ihrer Ausbildung an vielen Abenden und Wochenenden theoretisch gelernt. Die Praxis hat sie sich während eines Hospitanz-Jahres mit zehn Pflichteinsätzen von

erfahrenen Kolleginnen und Kollegen abgeschaut. „Ich wollte mich ehrenamtlich bei den Johannitern betätigen und etwas für andere Menschen tun“, beschreibt sie ihre Motivation.

An einen ihrer ersten Einsätze erinnert sich Yvonne Wagner sehr genau: als ein junger Mann bei einem Verkehrsunfall ums Leben gekommen war und die Todesnachricht aus familiären Gründen gleich mehrmals überbracht werden musste. „Nein, man sagt dann nicht dasselbe. Die Person, die vor einem steht, gibt die Situation vor.“ Erlebt hat sie schon einiges: „Wut, Schreien, Schlagen, Sprachlosigkeit.“

Auf all das hat sich die gelernte Floristin und ausgebildete Sanitätshelferin akribisch vorbereitet, aber was sie bei einem Notfalleinsatz erlebt, hallt nach. Da helfen die Nachbesprechungen im Team, um die erlebte Situation zu verarbeiten. Wenn sie dann nach Hause zurückkehrt, geben Yvonne Wagner der Lebensgefährtin und die vier gemeinsamen Patchwork-Kinder Halt. „Das ist meine Psychohygiene“, sagt die lebenslustige Frau, „meine Familie gibt mir die Kraft für diese Aufgabe, man nimmt viel mit nach Hause.“

Manchen Notfall kann sie durchaus auch mit ihrem Vater besprechen, einem langjährigen Einsatzleiter und Rettungsdienst-Leiter. Inzwischen arbeitet sie selbst auch hauptamtlich bei den Johannitern in Bamberg. „Ich bin hier hineingeboren worden.“

Wenn irgendwo zwischen Schlüsselfeld und Kitzingen oder an der Autobahn A3 das Martinshorn erschallt, kann es durchaus sein, dass auch Yvonne Wagner ehrenamtlich ihren Dienst beginnt. / *Ina Krauß*

Lesertelefon

Johanniter-Pflegecoach
 **0800 56 43 664**

Fragen Sie uns, wir antworten!
 Am 9. März von 10 bis 13 Uhr



Foto: Boris Breuer

Auch wenn dieser Tage vieles notgedrungen aus der Distanz passieren muss und Schulungen über den Computer gang und gäbe sind: Viele Internet-Nutzer wissen nicht, wo sie gesichertes Wissen und vertrauenswürdigen Rat erhalten können. Mit dem „Johanniter-Pflegecoach“ haben die Helfer unter dem achtspitzigen Kreuz hier Abhilfe geschaffen: In den vier Modulen ihrer Online-Pflegekurse gibt es kostenlos wertvolles Fachwissen. Aber wie läuft die Registrierung für dieses Angebot ab? Welche Inhalte erwarten mich dabei ganz konkret und wie navigiere ich am besten durch die Seiten?

Diese Fragen und viele weitere beantworten Ihnen unsere Expertinnen während unserer Telefonaktion am Dienstag, 9. März, von 10 bis 13 Uhr.



Foto: privat

Helvi Seehafer, Fachbereichsleiterin Pflege, ist unsere Ansprechpartnerin für Sie am Lesertelefon. Fragen gerne auch schriftlich an: Johanniter-Unfall-Hilfe, Marketing/Kommunikation, Stichwort: Pflegecoach, Lützowstraße 94, 10785 Berlin
 lesertelefon@johanniter.de

Fragen & Antworten vom 8. Dezember zum Thema „Zuhör-Telefon“

Was genau ist das Zuhör-Telefon? Für Menschen, die sich in dieser schwierigen Zeit Gedanken machen, denen soziale Kontakte und die Umarmungen ihrer Enkel fehlen oder die einfach nur mal reden wollen, bieten wir Johanniter seit April des vergangenen Jahres unser Zuhör-Telefon an. Kostenlos und anonym stehen für diesen Dienst ein freundliches Gegenüber in dieser für uns alle besonderen Situation bereit.

Mit welchen Anliegen kann ich dort anrufen? Das Zuhör-Telefon der Johanniter soll kein Angebot der klassischen Telefonseelsorge sein, sondern Interessierten auf der Suche nach einem vertrauenswürdigen Gesprächspartnerinnen und -partner eine Anlaufstelle geben. Dabei hören wir gerne einfach nur zu, gehen aber natürlich auch auf Fragen zu Ängsten oder Sorgen ein und vermitteln Anrufende bei Bedarf an die zuständigen Stellen weiter.

Zu welchen Zeiten ist dort jemand erreichbar? Täglich, auch am Wochenende, sind die Leitungen von 9 bis 19 Uhr unter der kostenfreien Telefonnummer 0800 0 300 700 besetzt. Da es keine Beschränkung der Sprechzeit gibt, ist keine Eile angesagt: Wir nehmen uns gerne Zeit.

Wer hilft mir, wenn ich weitere Wünsche habe? Unsere Helferinnen und Helfer möchten mit diesem Angebot vor allem zeigen, dass sie weiter für hilfsbedürftige Menschen da sind, und ihnen signalisieren: Sie sind nicht allein! Sollte sich im Gespräch der Bedarf nach weiterführenden Angeboten wie etwa Menüservice oder dem Johanniter-Hausnotruf ergeben, übergeben wir Sie natürlich gerne an die Experten aus unserem Team.

Weitere Informationen:
www.johanniter.de/zuhortelefon
Tel. 0800 0 300 700

1.-5.

- Landesweite Tauschaktion - 5 x 2-Euro für nur € 10,-!

- ✓ Prägefrische Sammlerqualität, also noch nie im Umlauf gewesen!
- ✓ Offiziell - kursgültig - gesucht! Riesige Nachfrage - sofort bestellen!
- ✓ **KEIN RISIKO:** Sie tauschen € 10,- gegen € 10,-!
- ✓ Inklusive Echtheitszertifikat und Münzkapseln!



Gemeinsame Rückseite je Ø 25,75 mm



2-Euro Deutschland „50. J. Kniefall von Warschau“



2-Euro Italien „150. Geb. Maria Montessori“



2-Euro Griechenland „Vereinigung Thrakiens“



2-Euro Litauen „Region Aukštaitija“



2-Euro Slowenien „500. Geb. Adam Bohorič“

Komplett zum Tauschpreis: € 10,-
 Auch bestellbar unter:
<http://tauschpreis.srh-direct.de>

6.+7.+8.

Die goldenen Schätze der Antike!

jeweils nur € 49,90

je 999/1000 Feingold!

Gemeinsame Rückseite



Ø je 14 mm, Kongo, 2020
 Maske des Tutanchamun



Der Schatz von Ivan dem Schrecklichen



Goldener Buddha

- ✓ Die 3 Goldmünzen des Jahres:
 - Die Maske des Tutanchamun
 - Der Schatz von Ivan dem Schrecklichen
 - Der goldene Buddha
- ✓ Reinstes Gold: jeweils in 999/1000 Feingold (1/100 Goldunzen = je 0,311 g)!
- ✓ Höchste Prägequalität: Polierte Platte!

0% MwSt.-frei!

Erste 1/4-Silberunze „Vatikan - Petersdom“!

999/1000 Feinsilber!



€ 14,90 statt € 48,50

- ✓ Reinstes 999/1000 Feinsilber, 7,78 g schwer!
- ✓ Höchste Münz-Prägequalität der Welt: Polierte Platte!
- ✓ Lieferung inklusive Münzkapsel und Echtheitszertifikat!

Tausch-Coupon

- Ja**, bitte liefern Sie mir folgende Startausgaben und monatlich eine weitere Ausgabe aus der jeweiligen Sammlung unverbindlich zur Ansicht. Ich habe immer ein 14-tägiges Rückgaberecht! (Lieferung zzgl. € 4,95 Versandkostenanteil – Porto, Verpackung, Versicherung)
- 1.-5. ___ x Euro-Komplettsatz: 5 x 2-Euro-Gedenkmünzen zum **Tauschpreis** von nur € 10,-! (Nur 1 x pro Kunde lieferbar!)
 - 6. ___ x Goldmünze „Die Maske des Tutanchamun“ für nur € 49,90 statt € 89,90!
 - 7. ___ x Goldmünze „Der Schatz von Ivan dem Schrecklichen“ für nur € 49,90 statt € 89,90!
 - 8. ___ x Goldmünze „Der goldene Buddha“ für nur € 49,90 statt € 89,90!
 - 9. ___ x 1/4-Silberunze „Vatikan - Petersdom“ für nur € 14,90 statt € 48,50! (Nur 1 x pro Kunde lieferbar!)

Bitte tragen Sie hier Ihre Adresse ein:

Name/Vorname _____

Straße/Nr. _____

PLZ/Ort _____

Telefon _____

Geburtsdatum _____

E-Mail _____
 (Bitte so [X] ankreuzen) **Ja**, ich möchte künftig Informationen über die Angebote von Sir Rowland Hill per E-Mail erhalten. Meine Einwilligung kann ich jederzeit widerrufen! imj (2)

Unterschrift _____

Vertrauens-Garantie/Widerrufsrecht: Ohne Angaben von Gründen können Sie Ihren Auftrag innerhalb von 14 Tagen widerrufen. Eine kurze Nachricht oder Rücksendung der Ware an SRH genügt. Sie tragen die unmittelbaren Kosten für die Rücksendung an Sir Rowland Hill Ltd. GmbH & Co. KG, Buchhorstblick 7a, 38162 Weddel. Es gelten unsere AGB, die Sie unter www.srh-ltd.de einsehen oder schriftlich bei uns anfordern können. Datenschutz-Hinweis: Die Verwendung Ihrer personenbezogenen Daten für Werbung erfolgt vertraulich und nur von SRH. Der Widerruf ist jederzeit möglich. Per Post an SRH oder E-Mail an datenschutz@srh-ltd.de.

Bitte Adresse eintragen und einsenden an:
Sir Rowland Hill Ltd. GmbH & Co. KG
 Buchhorstblick 7a • 38162 Weddel
 oder per Fax: 0 53 06 / 95 95 77 • E-Mail: service@srh-ltd.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 E-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

Ihre Meinung zählt!

Hinweise zur Leserbefragung

Die Geschmäcker ändern sich und auch die Mediennutzung unterliegt einem stetigen Wandel. Um Sie als Freundinnen und Freunde der Johanniter künftig noch besser über die Arbeit der Johanniter-Unfall-Hilfe informieren zu können, würden wir uns über Ihre Mitarbeit freuen: Was gefällt Ihnen an diesem Heft? Wo können wir besser werden? Und würden Sie gerne auf der Internet-Seite des „Johanniter“ mehr über die Geschichten und Dienste lesen? Um das zu erfahren, wird sich nach Erscheinen dieser „Johanniter“-Ausgabe ein renommier-tes Meinungsforschungsinstitut im Auftrag der Johanniter-Unfall-Hilfe bei ausgewählten Mit-gliedern telefonisch melden.

Sollten Sie einen Anruf erhalten, besteht natür-lich keine Pflicht zur Teilnahme. 20 Minuten Ihrer Zeit und vor allem Ihre Meinung würden uns aber freuen. Die Auswertung der Befra-gung erfolgt selbstverständlich anonym durch das von uns beauftragte Meinungsforschungs-institut, mit dem wir eine Vereinbarung zur Auftragsverarbeitung gem. § 30 DSGVO ab-geschlossen haben.

Zu den Rechtsgrundlagen für die kommende Befragung und die Verarbeitung der dafür not-wendigen Daten haben wir auf dem Internet-portal der Johanniter eine Infoseite eingerichtet. Die Informationen zum Datenschutz und zur Er-reichbarkeit unserer Betriebsdatenschutzbeauf-tragten finden Sie unter folgendem Link:

www.johanniter.de/leserbefragung

Ihre Nachricht

Leserbriefe

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

Servicetelefon

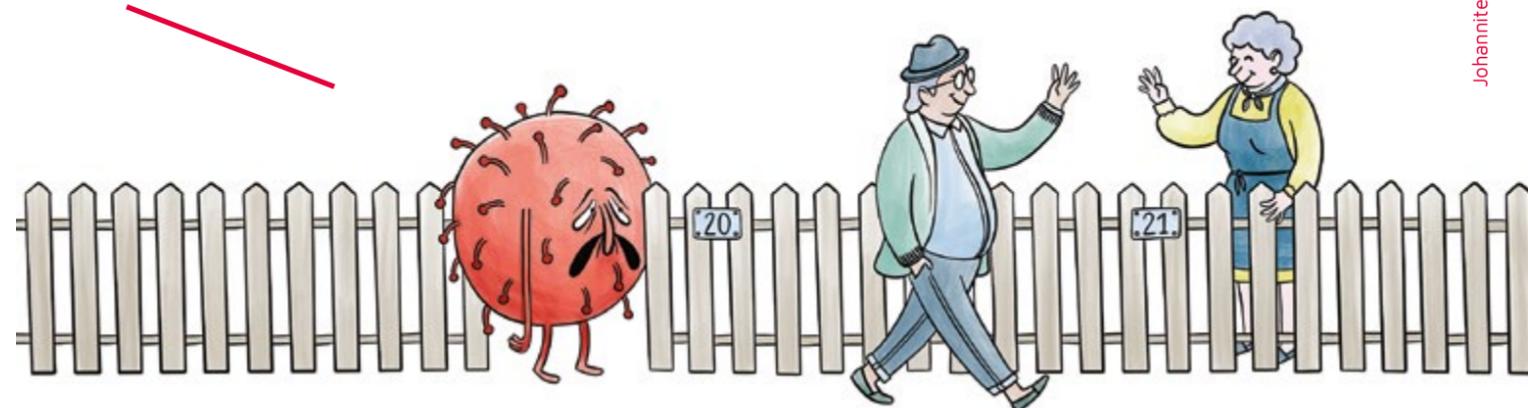
Rund um die Uhr.
365 Tage im Jahr. Sie interessieren sich für die Dienstleistungen der Johanniter?
Tel. 0800 32 33 900 (kostenlos)
info@johanniter.de

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

Foto: Thomas Schwartz, Illustration: Karo Rigaud

Denkanstoß

Wie leben in diesen Zeiten?



Im März des vergangenen Jahres veränderte sich unsere Welt durch die Ankunft des Corona-Virus grundlegend. Ein Jahr ist nun ins Land gegangen und nichts ist mehr so, wie wir es kannten: Unser Tagesablauf wird trotz Impfung noch immer vom Virus geprägt. Unser Berufsalltag ist von ihm genau so betroffen wie unsere Freizeitgestaltung, auch unsere Urlaubspläne, die doch für uns fast sakrosankt waren! Sogar unser religiöses und kirchliches Leben sind nicht mehr so, wie wir es über Jahre und Jahrzehnte gewohnt waren. Und es ist ja noch nicht zu Ende: Unser Umgang mit dem Virus lässt geradezu an eine neue Form von Religiosität denken: Maskenpflicht und Abstands- und Hygiene-richtlinien erinnern an die Reinheitsvorschriften im Alten Testament und sind Teil unserer kirchlichen Liturgie geworden. Der Staat reglementiert allorts das kirchliche Leben: Eine Art gesundheitspolitisches Kirchenregiment ist entstanden. Und die Impfung hat geradezu Erlösungscharakter und wird von vielen ersehnt wie dazumal die Ankunft des Heilands!

Raus aus dem Hamsterrad / All das hatten wir vor einem Jahr nicht erwartet. Aber darüber zu klagen, ist wohlfeil und bringt nichts! Wir sollten eher versuchen, ein paar Lehren aus diesem Corona-Jahr zu ziehen. Besonders können wir uns die Frage stellen, in was für einer Gesellschaft wir eigentlich leben wollen, wenn noch einmal eine solche – oder eine andere – Krise über unser Land hereinbricht.

Wollen wir immer weiter in diesem Hamsterrad der ständigen Beschleunigung sein oder lieber mal ein wenig runterkommen? „Stabile Seitenlage, Ruhepuls 60

– kein Blutverlust“ –, so könnte die Devise lauten. Wir brauchen keine Karussellgesellschaft – ein bayerischer Biergarten hat auch etwas Schönes an sich!

Sollten wir nicht lieber lebenswichtige Güter und Dienstleistungen selber in Deutschland und Europa produzieren und vorhalten, als sie auf dem globalisier-ten Markt immer zu den billigsten Preisen einzukau-fen? Die Krise hat gezeigt, dass Vorratshaltung zwar teuer ist, aber dennoch sinnvoll sein kann. Außerdem sichern wir damit sogar Arbeitsplätze bei uns!

Und sehnen wir uns nicht eigentlich ganz tief in unse-rem Herzen nach den guten alten, dörflichen Struk-turen, in denen viele von uns noch aufgewachsen sind? Danach, nicht eine anonyme Nummer zu sein, sondern von unseren Nachbarn noch geduzt zu wer-den und zu wissen, was in unserem näheren Umfeld so alles passiert? In was für einer Gesellschaft wollen wir leben, wenn die Krise kommt? In einer menschli-chen und mitmenschlichen Gesellschaft, also in guter Gesellschaft! / Prof. Dr. Thomas Schwartz



Prof. Dr. Thomas Schwartz

ist Moraltheologe und lehrt Wirtschafts- und Unterneh-mensethik an der Universität Augsburg. Zusammen mit dem Astrophysiker Harald Lesch hat er das Buch „Unberechenbar – Das Leben ist mehr als eine Gleichung“ veröffentlicht.

Drei Fragen an Edith Flender ...



Foto: WDR

... 86, Bewohnerin des Johanniter-Stifts in Köln-Ehrenfeld. Als eine der Ersten wurde sie Anfang des Jahres von einem mobilen Team gegen COVID-19 geimpft.

Mussten Sie lange überlegen, ob Sie sich impfen lassen? / Ich musste schon eine Weile überlegen – aber dann habe ich die Berichterstattung im Fernsehen verfolgt und bin für mich zu der Erkenntnis gekommen, dass es doch besser ist, mich impfen zu lassen.

Gibt Ihnen die Impfung jetzt ein Stück Freiheit zurück? / Ich denke, schon, auf jeden Fall. Denn man ist ja auf dem Weg, dass man sich nicht an-

stecken kann. Man kann im Alltag nie sicher sein, auch wenn man selbst alle Hygieneregeln einhält. Da sind auch immer welche, die vor oder hinter einem stehen. Ich bin mir sicher, mit der Impfung das Richtige zu tun. Man muss den Anfang machen, sonst kriegen wir ja gar kein Ende.

Was wollen Sie als Erstes tun, wenn Sie sich wieder frei bewegen können? / Das kann ich Ihnen sagen: Ich möchte raus aus dem Haus und in die Sonne und in die Stadt, essen gehen und ein Bierchen trinken. Und mich mit meinen Kegelschwestern treffen. Unser Kegelclub besteht seit 53 Jahren. Stellen Sie sich das vor, ein Leben lang sehen wir uns jede Woche – das soll schon was heißen.

Rätselspaß

Pferdesportler	altägyptischer Herrscher	persönliches Fürwort (3. Fall)	junger Seehund			verrückt	anständig, korrekt	ein-schränken			Stille	also (latein.)
				9		Glücks-empfinden						
		8				Anfängerin	afghanisches Zentralgebirge			1		
Eid, Gelübde			Vorname der US-Legende Earp		Absonderungsorgan	6					Haltepflanz (Pferdeleinen)	
lüsterner Waldgeist		Strom zur Nordsee						ein Werk Heines („...Troll“)		Fluss durch Norditalien		
				2	ital. Klosterbruder (Kw.)		Fremdwortteil: gegen				5	Tropenstrauch
Plakat als Wand schmuck	7	spanisch: ja		Veranstaltungs-ort						4		
						griechische Unheils-göttin					3	Abk.: am Ende
Salz der Salpetersäure							Vorname von Tennisprofi Agassi					

1	2	3	4	5	6	7	8	9
---	---	---	---	---	---	---	---	---

Schicken Sie uns Ihre Lösung bis zum 31. März an: gewinnspiel@johanniter.de oder auf einer frankierten Postkarte mit Ihrer Anschrift an folgende Adresse:

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



Rätseln & gewinnen!

Unter allen richtigen Einsendungen verlosen wir fünf Exemplare des im Verlag Herder erschienenen Buchs „Unberechenbar – Das Leben ist mehr als eine Gleichung“ von unserem „Denkanstoß“-Autor Thomas Schwartz und dessen Co-Autor Harald Lesch (siehe S. 25).

Eine Teilnahme über Gewinnspiel-Clubs ist ausgeschlossen.
Lösungswort der Ausgabe Dezember/20: ZAUBERNUSS
Die Gewinner der Walk-Pantoffeln sind: Hubert W. (Rimpar), Adelheid G. (Gernsbach) und Heike L.-D. (Kronshagen).

Augenklick

Bereits als Sechsjährige hat unsere Fotografin Saskia Rosebrock in der Dunkelkammer ihres Vaters gelernt, wie Bilder entstehen. Damals noch ganz analog. Viel digitale Technik steckt dagegen hinter ihrem jüngst international ausgezeichneten Selbstporträt: Von ihrer eigenen Drohne ließ sich die ehrenamtlich bei der Rettungshundestaffel Baden-Karlsruhe Engagierte mit ihrer Hündin Airi bei einem Urlaub auf den norwegischen Lofoten ablichten.



Kräuterhaus Saint Bernhard

www.kraeuterhaus.de
Bestell-Telefon: 073 34/96 540



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

TOP Hyaluronsäure 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

Gelenkfit-Kapseln enthalten Calcium, Magnesium, die Vitamine B1, B2, B6, B12, C, Niacin, Pantothenäure, 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

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.

Best.-Nr. 78 240 Kapseln für 8 Monate € 17,50
ab 3 Packungen nur € 16,00

Magnesium 400 supra hoch dosiert

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

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.

vegetarisch, glutenfrei, vegan

Best.-Nr. 563 500-g-Dose (je 1kg = 24,00€) € 12,00
ab 3 Dosen (je 1kg = 22,00€) nur € 11,00

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

ANZEIGE

8-tägige Flugreise

Ischia – Paradies der Thermalparks

Gönnen Sie sich Gutes für Körper & Geist am Golf von Neapel – mit unserer 8-tägigen Wellness-Flugreise ins Thermalparadies Ischia! Sie wohnen mit Halbpension im 4*-Hotel & Spa Poggia Aragosta, das Ihnen Annehmlichkeiten wie Thermalpool, Dampfbad und Thermalhallenbad bietet. Auch ein Shuttle-Service zum Kurort Lacco Ameno, eine spannende Inselrundfahrt und 3 wohltuende Thermalparkbesuche sind bereits inklusive!

Reisepreis ab € **699,-**

Info & Buchung 0800 33 33 444 statt ab 899,- p. P.
Kostenfrei anrufen (Mo – Sa 8–20 Uhr) oder
online buchen unter www.lebenslust-touristik.de

Ihr Johanniter-Vorteil

Bei Buchung bis zum 13. Mai 2021
sparen Sie mit dem Aktions-Code:
JOHB130521

200,-

Inklusivleistungen

- 8-tägige Flugreise nach Ischia
- Hin- und Rückflug nach/ab Neapel mit Lufthansa, Easyjet, Eurowings o. a. und 20 kg Freigepäck
- Deutschsprachige Flughafensassistenten
- Alle Transfers zwischen Flughafen Neapel und Hafen Neapel sowie dem Hafen Ischia und Hotel
- Schiffsüberfahrten Neapel – Ischia / Ischia – Neapel
- 7 x Übernachtung im 4*-Hotel & Spa Poggia Aragosta in Casamicciola Terme
- Ihr 4*-Hotel & Spa Poggia Aragosta verfügt u. a. über Thermalpool, Süßwasser-Pool, Sonnenterrasse mit Liegen und Schirmen, Restaurant, Bar sowie Wellness-Bereich (Nutzung nach Voranmeldung im Hotel) mit Dampfbad, Kneippbecken und Thermalhallenbad.
- Unterbringung im Doppelzimmer ausgestattet mit Bad oder Dusche/WC, Föhn, Sat.-TV, Telefon, zentralgesteuerter Klimaanlage (saisonal), Safe und Balkon oder Terrasse
- Halbpension bestehend aus: 7 x Frühstück 7 x Abendessen als 3-Gänge-Menü
- Inselrundfahrt auf Ischia u. a. mit Blick auf das Castello Aragonese, mehreren Fotostopps, Besuch von Sant' Angelo sowie Wein- und Likörverkostung
- Halbtägiger Besuch des Thermalparks Poseidon inklusive Transfer ab/bis Hotel und Eintritt
- Ganztägiger Besuch des Thermalparks Negombo inklusive Transfer ab/bis Hotel und Eintritt
- Ganztägiger Besuch des Thermalparks O'Vagnitiello inklusive Transfer ab/bis Hotel und Eintritt
- Alle Ausflüge mit deutschsprachiger Reiseleitung und Zeit zur freien Verfügung
- Alle Transfers und Ausflüge im modernen, klimatisierten Reisebus
- Deutschsprachige Lebenslust-Reiseleitung im Hotel

Nicht inklusive: Eine Tourismussteuer von ca. 2 € pro Woche pro Tag ist im Hotel zu entrichten (Stand 12/2020).

Wunschleistungen

- Doppelzimmer zur Alleinbenutzung: + 299 € pro Woche
- Doppelzimmer mit Balkon und eingeschränktem Meerblick: + 60 € p. P. pro Woche bei Doppelbelegung / + 120 € pro Woche bei Alleinbelegung
- Doppelzimmer mit Meerblick und Terrasse: + 120 € p. P. pro Woche bei Doppelbelegung / + 240 € pro Woche bei Alleinbelegung
- Verlängerungswoche auf Ischia mit Halbpension: + 399 € p. P. im Doppelzimmer / + 698 € im Doppelzimmer zur Alleinbenutzung

Lebenslust Touristik GmbH

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



Ischia Inselrundfahrt



Negombo-Thermalpark



Poseidon-Thermalpark



O'Vagnitiello-Thermalpark

Reisetermine und Abflughäfen 2021

	Aufpreis	September					Oktober	
Stuttgart	0,-	2.	–	16.	23.	30.	7.	14.*
Köln	25,-	2.	9.	16.	23.	30.	7.	14.*
Düsseldorf	25,-	2.	9.	16.	23.	30.	7.	14.*
Frankfurt	25,-	2.	9.	16.	23.	30.	7.	14.*
Berlin	25,-	2.	9.	16.	–	30.	–	14.*
München	25,-	2.	9.	16.	23.	30.	7.	14.*
Hannover	35,-	2.	9.	16.	23.	30.	7.	14.*
Hamburg	35,-	2.	9.	16.	23.	30.	7.	14.*
Dresden	45,-	2.	9.	16.	23.	30.	7.	14.*
Leipzig	45,-	2.	9.	–	–	30.	7.	14.*

Saisonzeiten F F E D C B A

Saisonzuschläge: A=0€ B=30€ C=60€ D=90€ E=120€ F=150€

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

*Keine Verlängerungswoche möglich

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 Abflughäfen unter www.lebenslust-touristik.de

Informationsgutschein

Ja, bitte übersenden Sie mir ausführliche Informationen über die Reise „Ischia – Paradies der Thermalparks“ (JOHB130521)

Coupon einsenden an den Reiseveranstalter Lebenslust Touristik GmbH, Michaelkirchplatz 1–2, 10179 Berlin, Tel. (Montag bis Samstag von 8–20 Uhr): 0800 3333 444, Fax: 030 8800 13 078, info@lebenslust-touristik.de

Name _____ Telefon _____
Straße _____ PLZ/Ort _____

GRATIS-TEST* GUTSCHEIN-Nr. 42

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

Vitamin C 600 Supra-Kapseln 60 Stück
Zur Unterstützung Ihres Immunsystems!

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
96133	Vitamin C 600 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

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 Ditzgenbach
Tel.: 073 34/96 540
Fax: 073 34/96 54 44
Abteilung 42
www.kraeuterhaus.de

www.kraeuterhaus.de

Bestell-Telefon: 073 34/96 540

Bequem reisen: Bustransfer inkl. Haustürabholung

Bad Füssing – Erholung pur

Schon Ihre Anreise ins Herz des Passauer Landes beginnt Dank bequemer Haustürabholung ganz entspannt. Der urige bayerische Kurort Bad Füssing gilt nicht ohne Grund als beliebtestes Heilbad Europas – gleich drei Thermen verwöhnen Sie hier mit ihrem wohltuenden Gesundheitsangebot rund um das Bad Füssinger Heilwasser. Dieses hat nachweislich eine ganz besondere Wirkung, die sich vor allem bei Erkrankungen des Bewegungsapparates positiv auswirkt. Gut ausgebaute Rad- und Nordic-Walking-Strecken laden Sie zudem zur aktiven Erholung entlang romantischer Flussauen und Waldwege ein. Freuen Sie sich auf eine erholsame Verschnaufpause vom Alltag – eine, zwei oder drei Wochen!

Reisepreis ab 699,-
pro Person/Woche

Ihr Johanniter-Vorteil

- Bustransfer mit Haustürabholung
- Freier Eintritt in die Johannesbad Therme
- **3% Frühbucher-Rabatt für „Johanniter“-Leser** bei Buchung bis zum 31.03.2021



Ihr Hotel Königshof****

Lage: Das Hotel Königshof liegt zentral, aber dennoch in ruhiger Umgebung zwischen Kurplatz und Freizeitpark. Die Johannesbad Therme ist durch den kostenlosen Bus-Pendelverkehr bequem zu erreichen.

Unterbringung: Die 84 Zimmer verfügen über eine moderne Ausstattung mit Dusche / WC, Haartrockner, Bademantel, Sat.-TV, Radio, Telefon, kostenfreiem Internetzugang (WLAN), Kühlschrank, Wertfach und Balkon ausgestattet.

Inklusivleistungen

- Haustürabholung (in Deutschland) zu einem zentralen Treffpunkt inklusive Kofferservice
- Busfahrt im modernen Fernreisebus
- Mittagsimbiss inklusive einem Getränk bei An- und Abreise
- 7 Übernachtungen im Hotel Königshof**** in Bad Füssing in der gebuchten Zimmerkategorie
- Halbpension
- Getränkepaket zum Abendessen (Softdrinks, Bier und Hauswein)
- 1 x Aromöl-Massage
- 1 x Rücken-Massage
- Kostenfreie Nutzung des Wohlfühlbereiches im Hotel (außerhalb der Therapiezeiten)
- Täglich freier Eintritt in die Johannesbad Therme mit Saunalandschaft
- Kostenfreie Teilnahme am Gesundheits- und Bewegungsprogramm der Johannesbad Therme
- Täglich freier Transfer Hotel – Johannesbad Therme – Hotel
- Leihbademantel
- Kostenfreier Internetzugang (WLAN)
- Örtliche Reiseleitung mit regelmäßigen Sprechstunden
- Kur- und Gästekarte Bad Füssing mit zahlreichen vergünstigten und kostenfreien Angeboten in Bad Füssing

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



Kostenfreie Stornierung
bis 30 Tage vor Reiseantritt!

Preise und Saisonzeiten

Saison	Termine 2021	Grundpreis* ½ DZ	VL-Woche* ½ DZ	EZ-Zuschlag pro Woche
A	• 06. + 13.12.	€ 699,-	€ 519,-	€ 105,-
B	• 08., 15. 22. + 29.11.	€ 749,-	€ 549,-	€ 105,-
C	• 05., 12., 19. + 26.04. • 07., 10., 17., 24. + 31.05. • 07., 14., 21. + 28.06. • 05., 12., 19. + 26.07. • 02., 09., 16., 23. + 30.08. • 06., 13., 20. + 27.09. • 04., 11., 18. + 25.10. • 01.11.	€ 799,-	€ 599,-	€ 105,-
D	• 20. + 27.12.**	€ 879,-	€ 679,-	€ 105,-

Bemerkungen

* = bei Zweierbelegung
** = Verlängerungswoche nicht möglich
Der Preis der Verlängerungswoche entspricht der jeweiligen Saisonzeit während des Aufenthaltes.
Reiserücktrittskosten-Versicherung mit Selbstbehalt auf Anfrage.
Die Versicherung kann nach Abschluss nicht mehr storniert werden.

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

Informationsgutschein

Ja, bitte übersenden Sie mir ausführliche Informationen über die Reise „Bad Füssing – Erholung pur“

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 1/2021

ANZEIGE

AMA416 / 7 Tage / 13.09.2021 - 20.09.2021

„Heia Norge“ – eine Fjordfahrt

Bremerhaven / Geiranger / Åndalsnes / Flåm - Bergen / Mandal / Bremerhaven

Eine Norwegenkreuzfahrt ist immer ein Naturerlebnis der Extraklasse und so ist auch diese Reise mit MS Amadea angereichert mit den schönsten Impressionen aus Wasser und Land. Die Fjordwelt Norwegens ist geprägt von Wasserfällen und zerklüfteten Steilhängen, grünen Wiesen und geschwungenen Bergpfaden, pittoresken Häuschen und liebevoll gepflegten Ortschaften. Kommen Sie mit und genießen Sie!

Reisepreis ab 999,-

Außenkabine p. P. ab €
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

MS Amadea

Bekannt durch die ZDF-Sendung »Das Traumschiff«, bietet sie maximal 600 Passagieren ein großzügiges und außergewöhnliches Platzangebot sowie ein elegantes Auftreten – eine echte »First Lady« unter den Kreuzfahrtschiffen. An Bord von MS Amadea gehen Sie nicht nur auf Kreuzfahrt – Sie werden das Reisen mit allen Sinnen erleben. Freuen Sie sich auf wundervolle Tage und himmlische Nächte zwischen Wind und Wellen, Genuss und Unterhaltung.



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

Informationsgutschein

Ja, bitte übersenden Sie mir ausführliche Informationen über die Reise „Heia Norge“ – eine Fjordfahrt“ (AMA414 + AMA416)

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 _____

JOH 1/2021

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



Zusätzlicher Termin
AMA414 / 7 Tage /
25.08.2021 - 01.09.2021

2021	Hafen	an	ab	Ausflugsangebot
Mo 13.09.	Bremerhaven - Einschiffung von ca. 15 Uhr bis 17 Uhr ^{a)}	—	18:00	
Di 14.09.	Urlaub auf See	—	—	
Mi 15.09.	Kreuzen im Stor-, Sunnlyvs- & Geirangerfjord	—	—	
	Geiranger / Norwegen	14:00	20:00	Adlerkehre und Flydalsjuvet, Wanderung Berg Westerås, Höhepunkte Geiranger
Do 16.09.	Åndalsnes / Norwegen	08:00	12:00	Fahrt zum Trollstigeheimen, Bjorli und Trollwand, Überlandfahrt nach Molde
	Kreuzen im Romsdalsfjord			
	Molde / Norwegen	15:00	20:00	Wandern am Berg Varden, Molde mit Romsdalsmuseum, Landschaftsfahrt zum Fischerdorf Bud
Fr 17.09.	Kreuzen im Sogne- & Aurlandsfjord			
	Flåm / Norwegen	12:00	20:00	Wildes Nærøytal, Fahrt nach Myrdal mit der Flåmbahn, Höhepunkte Norwegens per Bahn und Bus
Sa 18.09.	Bergen / Norwegen	08:00	17:00	Historische Stadtwanderung mit Bryggen, Wanderung Berg Fløien, Panoramafahrt Bergen und Fantoft Stabkirche, Hardanger mit Besuch Obsthof
	Kreuzen in der Schärenlandschaft			
So 19.09.	Mandal / Norwegen	08:00	12:00	Spaziergänge
Mo 20.09.	Bremerhaven - Ausschiffung ab ca. 9 Uhr, Dauer 2-3 Std. ^{a)}			

^{a)} ^{a)} Einschiffungs- und Ausschiffungszeit unter Vorbehalt. Die endgültigen Zeiten erhalten Sie mit Ihren Reiseunterlagen ca. 3 Wochen vor Reisebeginn.



HAWESKO

Hanseatisches Wein und Sekt Kontor

Italiens feine Vielfalt

SIE SPAREN
50%



10 Flaschen + 2 Weingläser statt € ~~100,54~~ nur € **49⁹⁰**

JETZT VERSANDKOSTENFREI BESTELLEN: hawesko.de/johanniter



JAHREHNTELANGE 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 1089603**

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/service/lieferkonditionen und 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.