

# JO!

Aus Liebe zum Leben



## Der Wert des Schenkens

Zu Weihnachten, zum Geburtstag und anderen Jubiläen oder um einfach mal „Danke“ zu sagen – Anlässe, etwas zu verschenken, gibt es viele. Dass es sich bei Geschenken um weit mehr als die bloße Gabe von Gegenständen handelt, zeigt sich in ihrer Bedeutung für zwischenmenschliche Beziehungen.

**Vorfreude und Aufregung liegen in der Luft**, wenn die Enkelkinder die liebevoll verpackten Geschenke unterm Weihnachtsbaum erblicken. Gaben gehören für uns zum alljährlichen Weihnachtsfest dazu, um lieben Menschen eine Freude zu bereiten. Die uneigennützte Geste ist dabei nicht nur ein Gewinn für den Beschenkten, auch für den Schenkenden bedeutet etwas zu geben, gleichzeitig

etwas zurückzubekommen – sei es ein freudestrahlendes Lächeln des Empfängers oder ein „Danke“. Darüber hinaus profitieren auch die Beziehungen zu unseren Mitmenschen von Geschenken, denn diesen liegt eine beziehungstiftende Funktion inne. Zu geben, macht also nicht ärmer, sondern bereichert uns alle.

Lesen Sie weiter auf **Seite 3**. ►



## Editorial



Liebe Leserin,  
lieber Leser,

mit Beginn der Weihnachtszeit stellt sich wieder die alljährliche Frage: „Was verschenke ich bloß?“ Die Suche nach einem passenden Geschenk ist manchmal gar nicht so einfach, schließlich möchten wir unseren Liebsten damit eine Freude bereiten. Dabei muss man gar nicht tief in die Tasche greifen, das beste Geschenk ist letztlich jenes, das von Herzen kommt.

Mit dem Thema „Schenken“ befasst sich auch diese Ausgabe des JO!, denn auch für uns Johanniter ist etwas zu geben ein wesentlicher Teil unserer Arbeit.

So schenken wir durch Ihre Mithilfe jedes Jahr zu Weihnachten Hoffnung in Paketen. Darüber hinaus bieten wir Hilfe in Notfällen, etwa durch unsere Lufttreppen, die im Hubschrauber Christoph 4 unterwegs sind. Und auch der Johanniter-Hausnotrufknopf schenkt etwas so Wichtiges: Sicherheit im eigenen Zuhause. Mehr zu all diesen Themen erfahren Sie im Heft.

Auch Sie schenken uns tagtäglich Ihr Vertrauen – und dafür möchten wir uns herzlich bedanken!

Eine besinnliche Adventszeit wünscht Ihnen Ihr

**Hannes Wendler**  
Mitglied im Landesvorstand  
Niedersachsen/Bremen



## Gibt's was Neues?

Damit unsere Hilfe Sie im Notfall erreicht, ist es wichtig, dass Sie uns auf dem Laufenden halten. Informieren Sie uns deshalb, wenn sich bei Ihnen oder den Kontaktpersonen, die wir im Fall der Fälle benachrichtigen sollen, etwas verändert hat. Dies gilt zum Beispiel bei einer neuen Telefonnummer, einem neuen Krankheitsbild oder ausgewechselten Türschlössern.

### Schreiben Sie uns eine E-Mail

[hausnotrufzentrale.stedingen@johanniter.de](mailto:hausnotrufzentrale.stedingen@johanniter.de)

### oder einen Brief:

Johanniter-Hausnotrufzentrale  
Landesverband Niedersachsen/Bremen  
Am Deich 8, 27804 Berne



Unser gebührenfreies Service-Telefon  
0800 0019214



## Ist Ihre Hausnummer gut sichtbar?

In Notfällen zählt für Rettungskräfte auf der Suche nach dem Unglücksort jede Minute. Das Schild oder die Bemalung mit der Hausnummer sollte deshalb so angebracht sein, dass sie auch von der Straße aus gut erkennbar ist. Achten Sie außerdem auf eine ausreichende Beleuchtung, sodass die Nummer auch bei Dunkelheit schnell zu finden ist.



### Gewinnspiel-Adresse

Johanniter-Unfall-Hilfe e.V.,  
Redaktion JO!, Stichwort: Rätsel,  
Baumschulenallee 16,  
30625 Hannover

## Impressum

Herausgeber / Johanniter-Unfall-Hilfe e.V.  
Landesverband Niedersachsen/Bremen  
Baumschulenallee 16, 30625 Hannover  
Sitz des Vereins: Lützowstraße 94, 10785 Berlin  
[lg.nb@johanniter.de](mailto:lg.nb@johanniter.de)

Redaktion und Layout / Lattke und Lattke GmbH,  
Schloss Reichenberg, 97234 Reichenberg

Sie finden uns auf / [www.facebook.com/JohanniterNiedersachsenBremen](https://www.facebook.com/JohanniterNiedersachsenBremen)  
[www.instagram.com/johanniter\\_niedersachsenbremen](https://www.instagram.com/johanniter_niedersachsenbremen)

Druck / Ströher Druckerei und Verlag, Celle

Auflage / 48 570 Exemplare

Titelfoto / Adobe Stock / Halfpoint



Dieses Magazin und alle in ihm enthaltenen Beiträge und Abbildungen sind urheberrechtlich geschützt. Jede Verwertung außerhalb des Urheberrechtsgesetzes bedarf der Zustimmung des Herausgebers. Für unverlangt eingesandte Manuskripte und Fotos übernimmt die Redaktion keine Haftung.

[www.johanniter.de/nb-jo/](http://www.johanniter.de/nb-jo/)



► Fortsetzung von Seite 1

Etwas zu schenken, bedeutet, jemandem einen Gegenstand oder eine Leistung unentgeltlich zu geben. Doch dahinter verbirgt sich so viel mehr, denn es ist eine soziale Handlung, die einen unbezahlbaren Wert erzeugt: Sie signalisiert Aufmerksamkeit, Wertschätzung und Zuneigung.

Zu schenken, ist eine uralte Tradition, die tausende von Jahren zurückreicht und von unterschiedlichen Kulturen geprägt wurde. Längst wird das Phänomen in der Psychologie, der Soziologie, der Kulturwissenschaft oder der Ökonomie erforscht. Die herangezogenen Erklärungen, wie es zu dem festlichen Gabenaustausch kam, sind dabei so verschieden wie die Wissenschaftsgebiete, die das Geben als Untersuchungsgegenstand für sich entdeckt haben.

Die Sozialbiologie verortete den Ursprung des Gebens etwa im Werben um einen Partner – dass Teilen die Beziehung zu anderen fördert, ist schließlich kein Geheimnis. Aus kulturhistorischer Perspektive hat sich das Schenken dagegen durch religiöse Opfergaben entwickelt, die dargebracht wurden, um Götter milde zu stimmen. Mit diesen zeigten Menschen ihre Anerkennung und Ehrerbietung.

Auch heute noch drücken wir durch Präsente unsere Gefühle wie etwa Anerkennung und Wertschätzung, aber auch Liebe und Zuneigung aus. Schenken ist eben nicht nur ein Ritual, sondern eine hochemotionale Handlung.

**Andere Länder, andere Sitten**

Präsente werden auf der ganzen Welt überreicht. Doch was bei uns übliche Geschenk-Traditionen sind, gilt nicht allerorts. Ein Blick in andere Länder zeigt kuriose Bräuche. Essen und Trinken sollten in Marokko beispielsweise nicht mitgebracht werden, denn der Empfänger könnte dies als Kritik an seinen Fähigkeiten als Gastgeber auffassen.

In Japan werden Geschenke mit beiden Händen überreicht – dies gilt als Zeichen der Wertschätzung. Hier ist außerdem Geduld gefragt: Die Päckchen werden nie in Anwesenheit des Schenkenden geöffnet.

Eine besonders ausgeprägte Geschenkkultur herrscht in Simbabwe.

Selbst nach einem Geschenk fragen? Was uns ungewöhnlich erscheint, ist in dem afrikanischen Land nicht unüblich. Ein echtes Tabu dagegen ist es, ein Präsent abzulehnen. Auch Sätze wie „danke, das wäre doch nicht nötig gewesen“, die hierzulande als höflich gelten, sind in Simbabwe eine regelrechte Beleidigung.

Auch wenn das Schenken in anderen Kulturen und Ländern ganz anders aussieht als bei uns, steht fest: Etwas zu geben, ist überall auf der Welt eine schöne Art, seine Wertschätzung zu zeigen.

**Das kostbarste Geschenk**

Dabei muss es nicht immer etwas Materielles sein, denn wir können unseren Mitmenschen etwas viel Wertvolleres geben: Zeit und Aufmerksamkeit. Wie wichtig das Geschenk der Zeit für zwischenmenschliche Beziehungen ist, fasst der Philosoph Wilhelm Schmid zusammen: „Schenken schafft Beziehung, und wir Menschen brauchen Beziehungen.“ Mit dem Gegenüber Zeit zu verbringen, richtig zuzuhören und einfach da zu sein, kann also eine der wohlwundsten Gaben sein.

Wie wäre es deshalb, unsere Liebsten mal wieder mit einem Telefonat, einem Besuch oder einem gemeinsamen Spaziergang zu überraschen?

Von allen Geschenken, die uns das Schicksal gewährt, gibt es kein größeres Gut als die Freundschaft, keinen größeren Reichtum, keine größere Freude.

**Epikur von Samos**



# In der Weihnachtsbäckerei ...

... gibt's so manche Leckerei – wie etwa Plätzchen, Glühwein oder heiße Schokolade. Kein Wunder, dass die Waage nach Weihnachten ein paar Kilo mehr anzeigt. Doch das muss nicht sein: Mit den folgenden Tipps kommen Sie gut durch die „Naschzeit“ – ohne auf Plätzchen und Co. verzichten zu müssen.



## Tricks beim Backen

Plätzchen dürfen in der Adventszeit nicht fehlen. Doch ihre Zutaten – Zucker, Fett und Weizenmehl – sind alles andere als gesund. Mit einfachen Mitteln lassen sich jedoch einige Kalorien einsparen.

Als gesunde Alternative zum Weizenmehl eignet sich Vollkornmehl: Das liefert neben wertvollen Vitaminen Ballaststoffe. Auf Mehl kann auch ganz verzichtet und stattdessen können Haferflocken genutzt werden. Diese sind wichtige Energielieferanten und Sattmacher. Es ist außerdem ausreichend, etwas weniger Zucker als im Rezept angegeben zu verwenden und die Kekse nur zur Hälfte mit Glasur zu überziehen, denn süß sind die Naschereien allemal.

## Heißgetränke mal anders

Glühwein und heiße Schokolade sind beliebte Warmmacher in der kalten Jahreszeit. Doch Vorsicht: Die Heißgetränke können schnell zur Kalorienfalle werden. Es empfiehlt sich

deshalb, statt Glühwein Tee oder alkoholfreien Früchtepunsch zu wählen. Dieser kann mit Apfel-, Ingwer- und Orangenscheiben verfeinert werden. Wie wäre es außerdem, den Zucker im Tee durch Zimt auszutauschen? Das ist nicht nur gesünder, sondern auch eine leckere Abwechslung. Für den heißen Kakao am besten dunkle Schokolade und fettarme Milch nutzen und auf die Sahnehaube verzichten.

## Gesundes Naschen

Neben all den süßen Verlockungen sollte zwischendurch zu gesunden Snacks wie etwa zu Äpfeln, Kiwis, Mandarinen oder Orangen gegriffen werden. Auch Nüsse gehören dank Vitaminen, Mineralstoffen und Spurenelementen zu den gesunden Naschereien.

## Die richtige Balance

Und zu guter Letzt gilt: Es muss nicht sofort jeder Tipp umgesetzt werden. Entscheidend ist, die Balance zwischen gesund und lecker zu finden. Nach der Leckerei auf dem Weihnachtsmarkt gibt's am nächsten Tag einfach etwas mehr Obst.

Foto: Johanniter / Pauline Mahn

# Zu Hause schmeckt es am besten.

Und wenn ich meine Nachbarin zu mir einlade, bestelle ich einfach für zwei.

## Der Johanniter-Menüservice

Wir sind mehr als nur Menüservice. Bei uns steht das ganzheitliche Wohlbefinden unserer Kundinnen und Kunden im Vordergrund.

Es erwartet Sie ein vielseitiges Speisenangebot, das mit viel Liebe für Sie zubereitet wird.

Für eine individuelle Beratung, Auskunft zu unseren Liefergebieten und Bestellungen rufen Sie uns gerne an:

 **0800 0019214**  
(gebührenfrei)

\*Zwei Essen für Sie kostenlos. Die Aktion gilt nur für Neukunden – die beiden günstigsten Menüs sind kostenlos. Nur ein Gutschein pro Person.



**JOHANNITER**  
Aus Liebe zum Leben

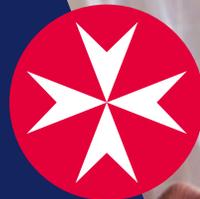


Foto: aletia2011 – stock.adobe.com

**Fünfmal essen,  
dreimal zahlen.\***

Stichwort „mein Jo! Menü“

## Hilfe, die ankommt

**Ob für Menschen in Not oder Tier- und Umweltschutz: In Deutschland stehen über 600 000 Organisationen für Spendenzwecke zur Auswahl. Bei dieser großen Anzahl den Überblick zu behalten, ist nicht leicht. Wir zeigen, was es zu beachten gilt, um wirkungsvoll zu unterstützen.**

**Transparenz und Vertrauenswürdigkeit** / Wichtig ist, einer Organisation vertrauen zu können, dass Spenden effizient genutzt werden. Seriöse Hilfsorganisationen informieren daher in Jahresberichten öffentlich über Einnahmen und Ausgaben. Werbe- und Verwaltungskosten weisen sie getrennt aus, sodass Spender nachverfolgen können, wie viel ihrer Spendensumme direkt in ein Hilfsprojekt fließt. Auch auf persönliche Nachfragen geben seriöse Organisationen wahrheitsgemäß Auskunft.

**Spendensiegel** / Einen zuverlässigen Hinweis darauf, dass es sich um eine seriöse Hilfsorganisation handelt,

bietet das Siegel des Deutschen Zentralinstituts für soziale Fragen (DZI), denn das erhalten Organisationen nur, wenn sie festgelegte Standards erfüllen. Das bedeutet im Umkehrschluss jedoch nicht, dass Organisationen ohne Siegel nicht vertrauenswürdig sind: Da das Zertifikat mit finanziellem Aufwand verbunden ist, verzichten häufig kleinere Vereine darauf.

**Spendensumme** / Spenden gehen für die Empfänger mit Verwaltungsaufwand einher. Es empfiehlt sich deshalb, die persönliche Spendensumme einer oder einigen wenigen Organisationen zukommen zu lassen, anstatt sie auf viele aufzuteilen. Das reduziert Verwaltungskosten, wodurch mehr Geld für den eigentlichen Spendenzweck bleibt.

**Sammlung an der Haustür** / Bei Spendensammlern, die von Tür zu Tür gehen, gilt es wachsam zu sein, denn diese arbeiten häufig nicht seriös. Gehen Sie deshalb auf Nummer sicher und lassen Sie Fremde nicht in Ihre Wohnung. Mitarbeitende seriöser Organisationen wie von den Johannitern

erkennen Sie etwa an ihrem Ausweis. Diese drängen außerdem nie zu einer sofortigen Unterschrift.

Auch die Johanniter-Unfall-Hilfe ist auf finanzielle Mithilfe angewiesen. Über die einzelnen Projekte, die wir mit den Mitteln unterstützen, informieren wir unter anderem auf den Seiten 8 und 9 in diesem Heft. Weitere Informationen bieten unsere Jahresberichte.

### „Spenden statt schenken“

Mit Geschenken Gutes tun:

Die Johanniter-Unfall-Hilfe bietet mit der Aktion „Spenden statt schenken“ die Möglichkeit an, Spenden zu verschenken. Und so geht's: Unterstützen Sie mit Ihrer Spende ein Herzensprojekt der Johanniter. Im Anschluss können Sie eine Spendenurkunde verschenken und einem lieben Menschen damit eine Freude machen. Mehr dazu erfahren Sie unter [www.johanniter.de/geschenkspenden-nb](http://www.johanniter.de/geschenkspenden-nb)



## Aufgeschlossen? Aber sicher.

Mit dem Johanniter-Schlüsselnotruf bieten wir Ihnen die Möglichkeit, einen Zweitschlüssel sicher bei uns zu verwahren, um im Notfall Zugang zu den eigenen vier Wänden zu bekommen. Klingt gut? Es wird noch besser.

### Ihre Vorteile:

- 24-Stunden-Service an 365 Tagen im Jahr
- Transparente Kosten
- Sichere Schlüsselaufbewahrung nach hohen Qualitätsstandards
- Kein Aufbrechen der Tür, keine Reparaturkosten



### Neugierig geworden?

Hier gibt's alle Infos:  
[www.johanniter.de/schlüsselnotruf-nb](http://www.johanniter.de/schlüsselnotruf-nb)  
0800 0019214 (gebührenfrei)



**JOHANNITER**  
Aus Liebe zum Leben

**Jetzt neu in Braunschweig und Verden -  
der Johanniter-Schlüsselnotruf**

# Sicherheit auf Knopfdruck

Vor einigen Jahren zog bei Frieda S. der Hausnotruf der Johanniter ein. Denn mit steigendem Alter wurde der Gang unsicherer, Gleichgewichtsprobleme kamen hinzu. Damit einher ging das Gefühl von Unsicherheit. Wie gut, dass der kleine Knopf nun Sicherheit schenkt und Frieda S. sich wieder sorgenfrei in Haus und Garten fortbewegen kann – denn im Notfall ist Hilfe nur einen Knopfdruck entfernt.



Knopfsache: Der Johanniter-Hausnotruf schenkt Sicherheit in den eigenen vier Wänden.

Zum Einsatz kam der Hausnotruf bei Frieda S. schon einige Male. So auch, als sie letzten Sommer im Garten stürzte. Nach dem Drücken des Notrufknopfes wurde automatisch ein Sprechkontakt mit den Johannitern in der Hausnotrufzentrale hergestellt. Der Johanniter-Mitarbeitende am anderen Ende der Leitung hörte dabei ganz genau hin: Wie ist der Gesundheitszustand? Ist sie ansprechbar? Soll der Hausnotruf-Einsatzdienst oder aufgrund schwerwiegenderer Verletzungen der Rettungsdienst zur Hilfe gerufen werden? Frieda S. konnte dem Mitarbeitenden in der Zentrale schildern, was passiert war.

Dank des Komfort-Paketes, das die Rentnerin aus den drei zur Verfügung stehenden Hausnotruf-Leistungspaketten gewählt hatte, kam nach dem Gespräch mit der Hausnotruf-Einsatzzentrale ein Mitarbeitender des Einsatzdienstes vorbei, um zu helfen. Eine Johanniter-Mitarbeiterin, die an diesem Tag alarmiert wurde, ist Nadin Willesch-Klebba. Ausgestattet mit einem Rettungsrucksack, in dem sich medizinisches Material für die Erstversorgung befindet, machte sich die 45-Jährige auf den Weg zu Frieda S. Die Einsatzkräfte des Hausnotruf-Einsatzdienstes sind ausgebildete Sanitätshelferinnen und -helfer und können im Ernstfall Erste Hilfe leisten. Dank der Hinterlegung des Wohnungsschlüssels haben sie in solchen Fällen außerdem schnell Zutritt zur Wohnung. „Kleinere Schürfwunden versorgen – etwa nach einem Sturz –, Blutdruck messen oder den Kreislauf stabilisieren, gehören zu den üblichen Behandlungen im Einsatzdienst“, berichtet Nadin Willesch-Klebba. Die Sanitätshelferin ist seit knapp zwei Jahren für den Hausnotruf-Einsatzdienst im Ortsverband Cuxhaven tätig. Bei den rund 50 Einsätzen, die das Team in Cuxhaven durchschnittlich im Monat verzeichnet, kann es aber auch ganz anders kommen. „Es gibt auch schlimme Notfälle, in denen ein Rettungswagen hinzugezogen werden muss, etwa wenn eine Person nach einem Sturz nur schwache Vitalzeichen zeigt“, berichtet die Johanniter-Mitarbeiterin.

Frieda S. hatte Glück im Unglück: Verletzungen zog sie sich bei dem Sturz keine zu. Nachdem die Johanniter-Mitarbeiterin die Vitalwerte der Rentnerin geprüft hatte, hakte sie bei ihr nach: Hat sie ihre Medikamente genommen? Und hat sie an diesem warmen Sommertag auch genug Flüssigkeit zu sich genommen? Schnell stellte sich heraus, dass die Rentnerin zu wenig getrunken hatte und deshalb gestürzt war. „In sol-



Zubehör austauschen, Geräte prüfen oder abholen: Das gehört zu den vielfältigen Aufgaben der Mitarbeitenden des technischen Kundendienstes.

chen Fällen bleiben wir vor Ort, bis die Kundin oder der Kunde etwas getrunken hat und sich wieder fit fühlt“, berichtet Nadin Willesch-Klebba. Frieda S. ging es glücklicherweise rasch wieder besser. So war sie dank der Unterstützung der Einsatzdienst-Mitarbeiterin im wortwörtlichen Sinn schnell wieder auf den Beinen.

#### Sicher ist sicher

Damit der Hausnotruf im Notfall auch funktioniert, überprüfen sich die Geräte alle sieben Tage von selbst. Das Prüfprotokoll wird automatisch an die Hausnotrufzentrale geschickt. Kommt es dabei zu einer Fehlermeldung, sind die Mitarbeitenden des technischen Kundendienstes zur Stelle, um das Gerät zu prüfen und im Schadenfall auszutauschen. Auch wenn Zubehör wie etwa der Funkmelder ersetzt werden muss, machen sich die Techniker auf den Weg zu den Hausnotruf-Besitzerinnen und -Besitzern.

Vor ihrem Besuch kündigen sich die Außendienstmitarbeitenden des technischen Kundendienstes immer telefonisch an. Zudem fahren sie mit einem Johanniter-Dienstfahrzeug und in Johanniter-Kleidung zu den Kundinnen und Kunden. Doch Vorsicht: „Fahrzeug, Kleidung und Dienstaussweis sind kein sicherer Hinweis dafür, dass es sich um Johanniter-Mitarbeitende handelt, denn diese können von Trickbetrügern nachgeahmt werden“, warnt Daniel Helms, Fachbereichsleiter Notrufdienste der Johanniter in Niedersachsen und Bremen. Besteht Unsicherheit darüber, ob der Besuch, der vor der Tür steht, auch wirklich von den Johannitern ist, sollte immer telefonisch bei den Johannitern vor Ort nachgefragt werden. „Das ist letztlich die einzige Möglichkeit, sich abzusichern“, erklärt Daniel Helms.

Ob Mitarbeitende in der Hausnotruf-Einsatzzentrale, Techniker oder Sanitätshelferinnen und -helfer des Einsatzdienstes – das engagierte und gut ausgebildete Hausnotruf-Team arbeitet rund um die Uhr daran, Kundinnen und Kunden schnelle Hilfe im Notfall zu bieten und damit im Alltag ein Stück weit Sicherheit zu schenken.



Die Johanniter-Kundenberater nehmen sich bei der Installation des Hausnotrufs viel Zeit, um die Bedienung ausführlich zu erklären und bei der Wahl des passenden Standortes des Geräts zu helfen.

**Jetzt weiterempfehlen und  
Gutschein über 25 € sichern!**

## Danke, dass Sie uns Ihr Vertrauen schenken!



Auch Sie nutzen den Johanniter-Hausnotruf – für Ihr Vertrauen möchten wir Ihnen herzlich danken. Eine helfende Hand zu reichen, wenn sie gebraucht wird, ist für uns Johanniter eine Selbstverständlichkeit.

Ihnen fällt jemand aus Ihrem Freundes- und Bekanntenkreis ein, für den Sicherheit per Knopfdruck ebenfalls eine gute Sache wäre? Dann empfehlen Sie den Johanniter-Hausnotruf gerne weiter und erhalten Sie als Dankeschön für jeden neuen Kunden, der durch Ihre Empfehlung auf uns aufmerksam wurde, einen von drei Gutscheinen in Höhe von je 25 Euro:

- **Johanniter-Wertgutschein:** einlösbar für alle Johanniter-Dienstleistungen in Niedersachsen und Bremen.
- **Aral-Gutschein (SuperCard):** Einkaufen & Tanken – in allen teilnehmenden Aral-Tankstellen gültig.
- **Rossmann-Gutschein:** lässt sich in allen Filialen der Dirk Rossmann GmbH deutschlandweit einlösen.



Sie möchten mehr über unser Empfehlungsangebot erfahren? Besuchen Sie uns im Internet auf [www.johanniter.de/wir-sagen-danke](http://www.johanniter.de/wir-sagen-danke)

# Päckchen voller Hoffnung

Weihnachten ist die Zeit im Jahr, in der wir ganz besonders an die Menschen denken, denen es nicht so gut geht. Um hilfsbedürftige Menschen und sozial schwache Familien zu unterstützen, sind die Johanniter-Weihnachtstrucker jedes Jahr im Einsatz. Mit der Hilfsaktion schenken die Johanniter nicht nur Pakete mit dringend benötigten Grundnahrungsmitteln, Hygieneartikeln und kleinen Präsenten für die Kleinsten, sondern auch Freude und Zuversicht. Das Ziel der Päckchen ist auch in diesem Jahr Südosteuropa, um den Menschen dort an Weihnachten Hoffnung zu geben.

Der Duft von Plätzchen erfüllt den Raum, Weihnachtsmusik tönt aus dem Radio und die Kinderaugen strahlen beim Auspacken der Geschenke. So oder so ähnlich sieht Weihnachten bei den meisten von uns aus. Doch ganz anders kann es in anderen Teilen Europas sein, denn nicht überall gehören Geschenke zu Weihnachten ganz selbstverständlich dazu – etwa dort, wo lebenswichtige Grundnahrungsmittel oder Hygieneartikel fehlen.

Aus diesem Grund machen sich seit 29 Jahren die Johanniter-Weihnachtstrucker gefüllt mit liebevoll gepackten Paketen auf den Weg mit dem Ziel, Menschen in Not, die sich kaum Grundnahrungsmittel – geschweige denn Geschenke – leisten können, an Weihnachten eine kleine Freude zu bereiten.

Möglich wird die Fahrt der Weihnachtstrucker durch Ihre finanzielle Mithilfe sowie das tatkräftige Engagement der Ehrenamtlichen, die sich Jahr für Jahr dafür einsetzen, dass die Päckchen ihr Ziel erreichen. So kamen die Päckchen etwa auch während der Corona-Pandemie und den damit einhergehenden organisatorischen Hürden sicher an ihr Ziel – dank des Einsatzes der vielen ehrenamtlichen Helferinnen und Helfer.

## Ein Lichtblick in schwierigen Zeiten

Auch in diesem Jahr werden die ehrenamtlichen Mitarbeitenden wieder alles in Bewegung setzen, damit die Päckchen dort ankommen, wo sie am dringendsten benötigt werden: in Südosteuropa. Insbesondere die Menschen in der Ukraine müssen Weihnachten in diesem Jahr anders feiern als noch im vergangenen Jahr.



Die Weihnachtstrucker-Aktion wäre ohne die Unterstützung der Ehrenamtlichen nicht möglich: Sie packen Päckchen, beladen Lkws und sorgen dafür, dass die Pakete sicher an ihrem Zielort ankommen.





Insbesondere den Kleinsten zaubern die Überraschungen – etwa Malbücher, Buntstifte und weitere Spielsachen – zur Weihnachtszeit ein Lächeln ins Gesicht.

Die Folgen des Angriffskriegs sind im ganzen Land spürbar: Es fehlt an lebenswichtigen Grundnahrungsmitteln und Hygieneartikeln. Aber auch andernorts in Südosteuropa leben die Menschen in Armut und Not.

Die gespendeten Weihnachtstrucker-Päckchen – gefüllt mit Gütern wie Mehl, Nudeln oder Reis, Hygieneartikeln und Spielsachen für die Kleinsten wie Buntstiften oder Malbüchern – kommen deshalb all jenen Menschen zugute, denen im Alltag eine Vielzahl an lebenswichtigen Dingen fehlt.

Wir freuen uns, wenn Sie die Aktion auch in diesem Jahr wieder unterstützen und den notleidenden Menschen in der Ukraine und in anderen südosteuropäischen Ländern in diesen schwierigen Zeiten Hoffnung in Paketen schenken. Besonders in Zeiten wie diesen ist Unterstützung für die vor Ort lebenden Menschen existenziell. Helfen Sie mit und setzen Sie mit Ihrer Unterstützung ein Zeichen der Solidarität.



## So können Sie Hoffnung schenken

Unterstützen Sie die Johanniter-Weihnachtstrucker, um den in Armut lebenden Menschen ein kleines Weihnachtswunder zu bereiten – mit Ihrer finanziellen Mithilfe auf das folgende Spendenkonto:

Spendenkonto für die  
Johanniter in Niedersachsen/Bremen  
Bank für Sozialwirtschaft  
IBAN: DE97 3702 0500 0004 3141 10  
BIC: BFSWDE33XXX  
Stichwort: Weihnachtstrucker

Oder packen Sie  
virtuell Päckchen:  
[www.weihnachtstrucker-spenden.de](http://www.weihnachtstrucker-spenden.de)



**Herzlichen Dank!**

# Der Luftretter

Schwerverletzte bei einem Verkehrsunfall, ein Herzinfarkt oder Verbrennungen – in Notfällen muss es schnell gehen. Oft entscheiden Minuten über Leben und Tod. Mit der Rettung per Luft kann in diesen Momenten wertvolle Zeit gespart werden. Der Luftretter in Hannover, der seit dem 2. Oktober 1972 im Einsatz ist, heißt Christoph 4. Nun feiert der Rettungshubschrauber sein 50. Jubiläum.

Anlässlich des runden Dienstjubiläums des Zivilschutz-Hubschraubers kamen am 6. Oktober 2022 im Neuen Rathaus Hannover mehr als 100 Gäste zusammen, darunter der Staatssekretär im Niedersächsischen Ministerium für Inneres und Sport, Stephan Manke, Vertreterinnen und Vertreter des Bundesamtes für Bevölkerungsschutz und Katastrophenhilfe (BBK) sowie der Institutionen, die an der Luftrettung beteiligt sind – der Johanniter-Unfall-Hilfe (JUH), der Unfallchirurgischen Klinik der Medizinischen Hochschule Hannover (MHH) und der Bundespolizei.



Christoph 4 ist von 7 Uhr morgens bis Sonnenuntergang im Dienst. Mit rund 1500 Einsätzen im Jahr – durchschnittlich vier bis fünf Alarmierungen pro Tag – ist er einer der einsatzstärksten Rettungshubschrauber Deutschlands.

Die Crew des Rettungshubschraubers wird von den letztgenannten Institutionen gestellt: Die Johanniter-Unfall-Hilfe des Landesverbandes Niedersachsen/Bremen verantwortet den gesamten Dienstbetrieb. Bei den Einsätzen begleitet deshalb immer ein Notfallsanitäter der Johanniter, der als Helicopter Emergency Medical Services Technical Crew Member (HEMS-TC) für Einsätze in der Luft ausgebildet ist. Die ärztliche Leitung an Bord übernimmt die Unfallchirurgische Klinik der Medizinischen Hochschule Hannover – denn der Hubschrauber ist an das Unfall- und Rettungszentrum Niedersachsen der

Fotos: Johanniter / Stefan Hillen

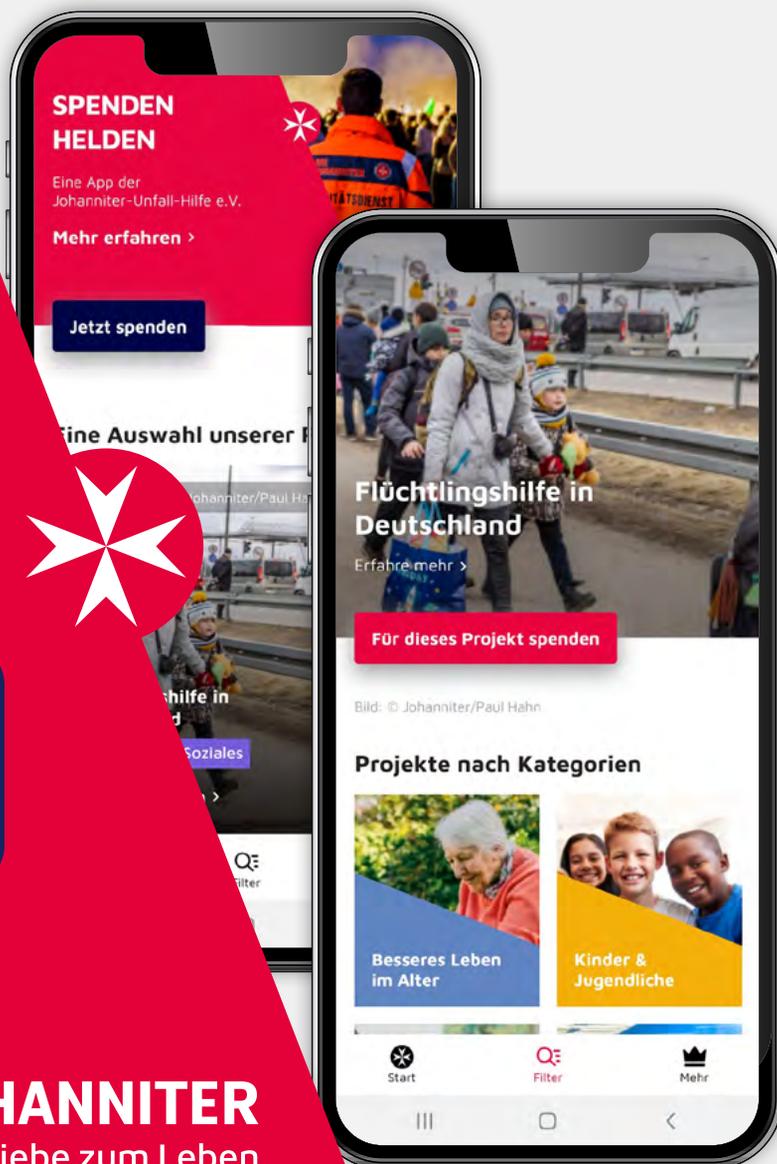
## Helfen ist jetzt spielend einfach!

Mit unserer neuen Spendenhelden-App! Schnell und einfach Menschen vor Ort helfen. Transparent, einfach und sicher.

Laden, spenden, helfen!



Jetzt über [juhapp.de](https://juhapp.de) herunterladen oder den QR-Code scannen.



**JOHANNITER**  
Aus Liebe zum Leben

Illustration Telefon: mystock2 – stock.adobe.com



Prof. Dr. Stephan Sehmisch (Chefarzt der Unfallchirurgischen Klinik der MHH), Christiane Dörnen (BBK), Dr. med. Jan-Dierk Clausen (Unfallchirurgie der MHH), Volker Hubrich (JUH), Hannes Wendler (JUH) und Polizeirat Jürgen Errerd (Leiter Fliegerstaffel Gifhorn) gratulierten zum Jubiläum mit je einem Grußwort auf der Veranstaltung.

Medizinischen Hochschule Hannover angebunden. Die Bundespolizei ist für Wartung und Instandhaltung des Hubschraubers verantwortlich und stellt darüber hinaus die Piloten. Für den Einsatz in der Luft ist eine reibungslose Zusammenarbeit essenziell – die Mitarbeitenden sind deshalb ein eingespieltes Team. Polizeirat Jürgen Errerd, Leiter Fliegerstaffel-Standort Gifhorn der Bundespolizei, betonte bei der Jubiläumsveranstaltung diese außerordentliche Teamleistung und dankte allen Beteiligten – Piloten, Ärzten und Notfallsanitätern, aber auch Technikern und Verwaltungskräften.

Wie wichtig Christoph 4 für die Versorgung der Bevölkerung in Niedersachsen ist, zeigte der Staatssekretär im Niedersächsischen Ministerium für Inneres und Sport, Stephan Manke, auf: „In den vergangenen 50 Jahren hat sich Christoph 4 zu einer echten Erfolgsgeschichte entwickelt. 1972 zum ersten Einsatz abgehoben, ist der orangene Rettungshubschrauber heute über 71 800 Mal gestartet. Mit einem Einsatzradius von gut 50 Kilometern und einer Geschwindigkeit von 250 Kilometern pro Stunde ist er für das Rettungswesen in Niedersachsen unersetzlich geworden.“

Während die große Bedeutung, die Christoph 4 für die Rettungsarbeit hat, seit 50 Jahren gleichgeblieben ist, hat sich im Inneren des Rettungshubschraubers einiges verändert: Die technische, aber auch die medizinische Ausstattung sei in diesem Zeitraum revolutioniert worden, berichteten der ehemalige Johanniter-Mitarbeiter Volker Hubrich, der 37 Jahre lang im Christoph 4 im Einsatz war, und Dr. med. Jan-Dierk Clausen aus der Unfallchirurgie der MHH. Neben der Ausstattung sei die Arbeit des Teams jedoch entscheidend.

Seit 2010 werden Notärzte und Notfallsanitäter aller orangenen Hubschrauber deshalb an der Johanniter-Akademie Niedersachsen/Bremen durch Training am Hubschraubersimulator Christoph Life – und damit unter möglichst realen Bedingungen – geschult. So werden die Einsatzkräfte auf die Herausforderungen in der Luft bestmöglich vorbereitet, um mit dem orangefarbenen Rettungshubschrauber auch weiterhin lebensrettende Hilfe zu leisten.

## Kolumne

### „Advent, Advent, ein Lichtlein brennt...“

von **Pastorin Inge Matern**



Seit Kindertagen ist diese Zeit wohl für die meisten von uns aufregend. Es ist eine Zeit, in der wir unsere Wunschzettel vorbereiten und vielleicht auch Geschenke basteln. Denn Weihnachten steht bevor – das große Fest der Geschenke.

Je näher das Weihnachtsfest rückt, desto größer wird die Spannung: Werden meine Wünsche erfüllt? Machen meine Geschenke den andern Freude? Aber warum sind uns Geschenke an Weihnachten so wichtig? Es gibt doch genug Gelegenheiten im Jahr für Geschenke...

Wir Menschen sind einmal ganz besonders beschenkt worden: Vor über 2 000 Jahren hat Gott uns seinen Sohn geschenkt. Mitten in der Dunkelheit der Nacht kam er zur Welt, und Engel haben ihn den Hirten auf dem Feld angekündigt. Die Hirten gehörten damals zu eher gemiedenen Menschen. Sie machten sich vom Feld auf den Weg nach Bethlehem und fanden das Kind, das eine ganz besondere Wirkung auf sie hatte. Denn als sie zu ihren Herden zurückkehrten, waren sie erfüllt und erzählten von diesem Erlebnis – und nach ihnen noch viele andere Menschen.

Aus Freude und Dankbarkeit begannen die Menschen später, sich zu Weihnachten zu beschenken, um selbst Freude zu bereiten. Bei vielen Familien gibt es noch Fotos von strahlenden Kindern unterm Weihnachtsbaum. Doch das größte Geschenk, das Gott aller Welt, „allem Volk“ bereitet hat, ist das Christuskind.

Heute wissen das viele Menschen gar nicht mehr. Da ist es vielleicht an uns Johannitern, wie die Hirten begeistert davon zu erzählen. Wir schenken doch, weil wir selbst beschenkt worden sind:

**Gott schenkt uns seinen Sohn.**



