

# JO!



Aus Liebe zum Leben

## „Wer, wie, was – wieso, weshalb, warum?“

(Nach-)Fragen kostet nichts – und kann wertvoll sein, denn in der Neugier liegt der Schlüssel, um neues Wissen zu erlangen.

**Wie funktioniert eigentlich das neue Senioren-Smartphone? Und was ist das für ein besonderer Schmetterling?** Neugier steckt in jedem von uns. Dabei ist sie besser als ihr Ruf – schließlich bezeichnet sie nicht bloß den Drang danach, seine Nase überall hineinzustecken. Vielmehr ist sie eine der wichtigsten menschlichen Eigenschaften: Ohne Neugier wäre menschlicher Fortschritt undenkbar.

Sie treibt uns an, neue Erkenntnisse zu gewinnen. Ihr ist es zu verdanken, dass der Mensch herausfand, wie man Feuer macht oder zum Mond fliegt. Nicht nur für die menschliche Entwicklung, auch für den Einzelnen hat sie positive Effekte. Sie sind neugierig darauf, welche das sind?

Lesen Sie weiter auf **Seite 3**. ▶



## Editorial



*Liebe Leserin,  
lieber Leser,*

Sommerzeit ist „Draußen-Zeit“ – und damit die beste Gelegenheit, sich aufmerksam in der Welt umzuschauen. Wer der Umgebung neugierig begegnet, wird so manch schöne Entdeckung machen – beispielsweise herausfinden, warum in diesem Jahr der Mohn wieder vermehrt blüht.

Nicht nur im Alltag, auch in unserer täglichen Arbeit bei den Johannitern treibt uns die Neugier an – etwa darauf, wie wir die Kita der Zukunft gestalten können (mehr zur Kita-Leitungsfachtagung finden Sie auf Seite 10) oder wie wir dank Virtual-Reality-Technik Menschen mit Demenzerkrankung Ausflüge ermöglichen (erfahren Sie mehr auf Seite 11). Auch Sie sind neugierig darauf, wie smarte Technik Sie im Alltag unterstützen kann? Dann lesen Sie weiter auf Seite 12. Und damit Sie trotz hoher Temperaturen einen frischen Geist bewahren, geben wir auf den Seiten 4 und 5 Tipps, wie Sie der Hitze trotzen.

Klar ist: Wer sich neugierig neuen Hobbys widmet, regt sein Gehirn an. In den Johanniter-Tagespflegeeinrichtungen stehen deshalb abwechslungsreiche Aktivitäten auf dem Programm (mehr auf Seite 6).

Auch in Zukunft bleiben wir neugierig darauf, wie wir unsere Mitmenschen noch besser unterstützen können.

Herzlichst, Ihr

**Uwe Beyes**  
Mitglied im Landesvorstand  
Niedersachsen/Bremen

## Vielen Dank für Ihre Empfehlung!



Ihre Sicherheit steht für uns an erster Stelle – deshalb bietet der Johanniter-Hausnotruf im Fall der Fälle schnelle Hilfe auf Knopfdruck. Auch Sie sind von dem Hausnotruf überzeugt? Das muss kein Geheimnis bleiben: Sagen Sie es gern weiter und empfehlen Sie den Hausnotruf der Johanniter in Ihrem Freundes- und Bekanntenkreis. Für jeden erfolgreich vermittelten neuen Kunden bieten wir Ihnen als Dank einen von drei Gutscheinen im Wert von 25 Euro.

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



Unser gebührenfreies Service-Telefon  
0800 0019214



## Gibt's was Neues?

**Schnelle Hilfe soll im Notfall dort ankommen, wo sie gebraucht wird.** Es ist deshalb wichtig, dass Sie uns über neue Telefonnummern – von Ihnen oder der Kontaktperson, die im Notfall benachrichtigt werden soll –, über neue Krankheitsbilder und Diagnosen oder ausgewechselte Türschlösser informieren.

### 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

## Impressum

Herausgeber / Johanniter-Unfall-Hilfe e.V.  
Landesverband Niedersachsen/Bremen  
Baumschulenallee 16, 30625 Hannover  
Sitz des Vereins: Lützwitzstraße 94, 10785 Berlin  
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 / 49 150 Exemplare

Titelfoto / Adobe Stock / Monkey Business



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/)



### Gewinnspiel-Adresse

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



**JOHANNITER**



► Fortsetzung von Seite 1

Neugier bezeichnet einen Zustand, bei dem man Wissensdurst und die Energie verspürt, seinen Horizont zu erweitern, und mit offenem Herzen durch die Welt geht. Sind wir neugierig, sind wir auch dazu bereit, uns mit komplexen und unbekannten Situationen auseinanderzusetzen.

Schon von Kindesbeinen an treibt uns die Neugier dazu an, die Welt zu erkunden: Zunächst mit den Augen, dann mit den Händen und schließlich folgen die ersten Schritte, durch die wir – wenn auch anfangs noch etwas wacklig unterwegs – losziehen, um die Umgebung zu erforschen. Neugier ist uns also in die Wiege gelegt und gilt bei Kindern als „Motor der Entwicklung“. Doch nicht bei jedem bleibt die Offenheit für Neues im Laufe des Lebens gleichermaßen erhalten: So verliert der eine seine kindliche Neugier weitestgehend, während ein anderer weiterhin offen durch die Welt läuft und beim Spaziergang jeden ihm unbekanntem Käfer betrachtet. Doch warum sind manche Menschen wissbegieriger als andere? Auf diese Frage hat die Wissenschaft bislang noch keine abschließende Antwort.

**Die Kraft der Neugier**

Während die Unterschiede des individuellen Ausmaßes der Neugier für die Forschung noch ein Rätsel sind, gibt es weitaus mehr Erkenntnisse über ihre positiven Auswirkungen.

So konnten Untersuchungen zeigen, dass neugierige Menschen auch zufriedener sind und das Leben eher als aufregendes Abenteuer statt als anstrengende Belastung sehen.

Eine interessante Entdeckung machten Forschende in einer weiteren Studie: So konnte ermittelt werden, dass Menschen an den Tagen neugieriger waren, an denen sie fröhlicher gestimmt waren, und im Gegensatz dazu von weniger Neugier berichteten, wenn sie schlechte Stimmung verspürten. Dieses Erkenntnis stimmt mit der Theorie der Psychologin Barbara Fredrickson überein, wonach wir uns, wenn wir niedergeschlagen sind, eher auf uns selbst und unsere aktuelle Situation statt auf die Welt fokussieren.

Gehen wir offen durchs Leben, haben wir verschiedene Interessen und können wir uns für Neues begeistern, wirkt sich das außerdem positiv auf unser Gehirn aus. Gehirnscanner konnten nachweisen, dass sich das Beschäftigen mit uns bislang Unbekanntem neue Verbindungen zwischen Nervenzellen, sogenannte Synapsen, schafft. Bereits bestehende Synapsen werden zudem gestärkt. Mediziner vermu-

ten deshalb, dass Neugier ein Einflussfaktor dafür sein könnte, bis ins hohe Alter geistig vital zu bleiben.

**Man lernt nie aus**

Zwar sind Wissensdurst und Offenheit kein Garant dafür, mental fit zu sein, dennoch gilt es als belegt, dass neue Aufgaben das Gehirn anregen. Wieso also nicht im Alter noch ein neues Hobby starten – etwa mit dem Stricken beginnen, das Lösen von Kreuzworträtseln neu für sich entdecken oder zu malen? Es muss auch nicht gleich eine neue Fähigkeit sein: Schon das Ausprobieren eines neuen Rezeptes, einen neuen Weg zum Einkaufen zu wählen – soweit dies möglich ist – oder die Blüten am Wegesrand einmal neugierig zu betrachten, können für viele neue Eindrücke sorgen und dazu beitragen, die Entdeckerfreude in den Alltag zu integrieren. Und wer erst einmal beginnt, wird merken, dass der Wissensdurst ganz von allein kommt ...

Wer nicht neugierig ist,  
erfährt nichts.

Johann Wolfgang von Goethe

# Modemobil: 20 Jahre Spaß mit Mode

Mode ist keine Frage des Alters. Sie muss nur leicht zugänglich sein und für jeden das Richtige bieten. Das ist die Idee, die das Modemobil vor 20 Jahren vorangetrieben hat. Seitdem steht das Unternehmen für Freude an Mode und am selbstbestimmten Einkaufen. Modemobil bringt ein Stück Lebensqualität und bietet ein komfortables Einkaufserlebnis für Kunden jeden Alters.

## Die Idee der mobilen Boutique

Als eine Art mobiles Modehaus bringt das Modemobil die neuesten Kollektionen direkt zu den Kunden. Ob in Seniorenheimen, Seniorentreffs, betreuten Wohnanlagen, Kirchentreffs und Tagespflegestellen – zum vereinbarten Event fährt das Modemobil vor und präsentiert eine abwechslungsreiche Auswahl von rund 1.500 Modeartikeln aus einem Sortiment, das über 25.000 Teile umfasst. Ein besonderes Highlight dabei ist, wenn die Präsentation mit einer kleinen Modenschau verbunden wird, bei der die Bewohnerinnen der Einrichtungen selbst zu Modellen werden. Vor begeisterten Zuschauern wird dann nicht nur die Kleidung namhafter Hersteller präsentiert, sondern seit 2010 auch eine Modemobil Eigenkollektion.



Dabei legt Modemobil zum einen Wert auf schöne Farben und sportive Schnitte und zum anderen auf einen hohen Trage- und Pflegekomfort. Ob kaschierende A-Formen bei den Oberteilen, extra kurze Ärmel- und Hosenlängen, große Knöpfe, Innentaschen bei Jacken, Bequemschuhe oder Zwei-Wege-Reißverschlüsse – in jedem modischen Kleidungsstück steckt ein großer Funktions- und Wohlfühlfaktor. Jeder Kunde soll modisch und bedarfsmäßig perfekt eingekleidet sein.

## Das besondere Erlebnis

Jeder Auftritt des Modemobils soll für die Kunden jeden Alters zu einem besonderen Event werden. Deshalb legt das Unternehmen auch Wert darauf, dass die vielseitige Kollektion in einer entspannten und fröhlichen Atmosphäre präsentiert wird. Der persönliche Kontakt zu den Kunden und die ehrliche Beratung sind dabei die Grundlagen für ein rundum positives Einkaufserlebnis.



Die Reaktionen der Kunden in den Einrichtungen sind eindeutig: Längst hat die Freude am Entdecken und der Spaß an der stimmungsvollen Präsentation viele Kunden zu Fans der Mode und der „Modemobiler“ gemacht.

## Erfolgreich in ganz Deutschland unterwegs

Den Erfolg des Unternehmens dokumentiert auch ein kurzer Blick auf die Zahlen:

Während Gründerin Beate Winklewsky im Jahre 2003 mit einem einzigen Modemobil ihre Zielgruppe ansteuerte, gibt es das Unternehmen Modemobil inzwischen an über 40 Standorten in ganz Deutschland. Die Modemobil Franchisepartner haben mehr als 60.000 Modepräsentationen abgehalten und insgesamt 3.112 Einrichtungen zählen jährlich zu Modemobil Stammkunden.

## Zitat einer Modemobilerin:

„Wir stellen fest, dass viele Kunden seit Jahren keine Mode mehr gekauft haben, da sie nichts finden konnten oder der Weg zu beschwerlich war. Modemobil ist für sie wie ein Licht am Ende des Tunnels, denn hier wird alles aus einer Hand geliefert. Dass ich hilfebedürftigen Menschen mit meinen Mode-Events neue Lebensfreude schenken kann, ist für mich das Tüpfelchen auf dem i.“



Modemobil GmbH  
info@modemobil.de  
Mehr Informationen unter: [modemobil.de](http://modemobil.de)

# Kühler Kopf an heißen Tagen

**Hohe Temperaturen und Sonne satt: Wenn die Temperaturen an der 30-Grad-Marke kratzen, wird der Sommer für viele Menschen zur Herausforderung. Mit den folgenden Tipps kommen Sie gut durch die hochsommerlichen Tage.**

**Der richtige Aufenthaltsort** / Bei Hitze empfiehlt es sich, in Gebäuden zu bleiben oder Schatten zu suchen. Wählen Sie für Erledigungen draußen am besten den frühen Morgen oder späten Abend und vermeiden Sie die Mittagshitze – in Deutschland strahlt die Sonne zwischen 11 und 15 Uhr am intensivsten.

**Siesta!** / An heißen Tagen sollten ausreichend Pausen eingelegt werden! Außerdem gilt: Körperliche Anstrengung vermeiden, denn das belastet den Körper zusätzlich.

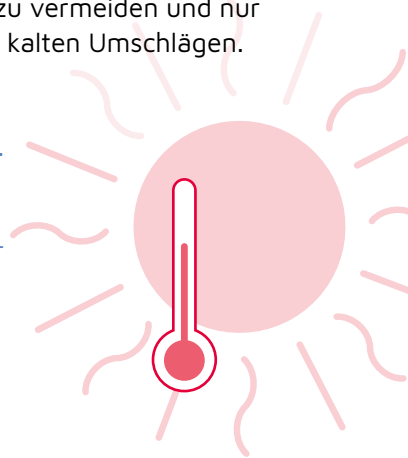
**Gut gekleidet** / Bei sommerlichen Temperaturen am besten luftige Kleidung tragen. Für den Aufenthalt

draußen gilt es zudem, den Kopf durch eine Kopfbedeckung – etwa einen Sonnenhut oder eine Kappe – und die Augen mit einer Sonnenbrille zu schützen. Außerdem nicht vergessen, sich mit Sonnenschutz einzucremen, denn trotz langer Kleidung, Schatten oder Wolken dringt UV-Strahlung an die Haut.

**Cool bleiben!** / Zwischendurch können Hände, Nacken und Gesicht mit Wasser abgekühlt werden. Auch ein Eimer mit Wasser kann als „Mini-Planschbecken“ für die Füße dienen.

**Auf Warnsignale achten** / Kann der Körper nicht von allein herunterkühlen, kann es zu einem Wärmestau kommen. Erste Anzeichen sind etwa Schwindel, Übelkeit, Kreislaufstörungen, Kopfschmerzen und das Gefühl, sich nicht mehr auf den Beinen halten zu können. Dann gilt es, drastische Temperaturstürze zu vermeiden und nur vorsichtig abzukühlen – etwa mit kalten Umschlägen.

**Achtung: Schwere Überhitzung kann zu Bewusstlosigkeit führen. In diesem Fall sollten Anwesende Erste-Hilfe-Maßnahmen einleiten und den Rettungsdienst unter der Notrufnummer 112 alarmieren.**



## Durstlöscher

**Genug Flüssigkeit zu sich zu nehmen, ist wichtig für unser Wohlbefinden und unsere Gesundheit: Wer genug trinkt, hält die Schleimhäute feucht, den Darm in Bewegung, das Blut flüssig und fördert seine Konzentration. Rund 1,5 Liter sollten Erwachsene laut der Deutschen Gesellschaft für Ernährung deshalb pro Tag trinken. In besonderen Situationen – etwa an heißen Tagen oder bei Krankheit mit Fieber, Erbrechen oder Durchfall – steigt der Flüssigkeitsbedarf. Die folgenden Tipps helfen dabei, ausreichend zu trinken.**

**Trinkritual** / Unser Alltag besteht aus Gewohnheiten – das gilt auch fürs Essen und Trinken. Es empfiehlt sich deshalb, das Trinken zu ritualisieren. Wie wäre es, jeden Vormittag um 11 Uhr eine Saftschorle zu trinken? Oder ein täglicher „Drei-Uhr“-Nachmittagstee?

**In Sichtweite** / Eine Kanne Tee oder eine Flasche Wasser, die an einer zentralen Stelle – etwa neben dem Kühlschrank oder auf dem Esstisch – steht, erinnert zusätzlich ans Trinken.

**Geschmackssache** / Wasser lässt sich ganz einfach aufpeppen – beispielsweise mit etwas Zitronensaft, Beeren oder Minzblättern. Auch mit Wasser verdünnte Fruchtsäfte oder ungezuckerte Früchte- und Kräutertees bringen Abwechslung.

**Wasserlieferant: Essen** / Viele Nahrungsmittel enthalten jede Menge Wasser: In Äpfeln, Gemüse und Kartoffeln stecken etwa rund 70 Prozent, in Gurken sogar 95 Prozent Wasser. Auch Melone, Pfirsich oder Tomaten gehören zu den leckeren Wasserlieferanten.

**Trinken nach Plan** / Fällt es trotz der vorgestellten Tipps schwer, genug zu trinken, kann ein „Trinkfahrplan“ unterstützen. Dieser kann beispielsweise so aussehen:

Aufstehen	-----		-----	<input checked="" type="checkbox"/>
Frühstück	-----		-----	<input type="checkbox"/>
Vormittags	-----		-----	<input type="checkbox"/>
Mittagessen	-----		-----	<input type="checkbox"/>
Nachmittags	-----		-----	<input type="checkbox"/>
Abendessen	-----		-----	<input type="checkbox"/>

Übrigens: Spezielle Smartphone-Apps erinnern daran, wenn es wieder Zeit für ein Glas Wasser ist. **Mehr dazu erfahren Sie auf Seite 12.**



# In guten Händen

**Neue Tätigkeiten und der Austausch mit anderen Menschen sind gut für Körper und Geist. Doch mit steigendem Alter nehmen Beschäftigung und soziale Kontakte häufig ab. Wie gut, dass es die Johanniter-Tagespflegeeinrichtungen gibt, in denen die Gäste den Tag mit Gleichgesinnten und zahlreichen abwechslungsreichen Aktivitäten verbringen können. Auch für pflegende Angehörige bieten die Johanniter mit den Tagespflegeeinrichtungen Entlastung. Denn egal ob fit oder pflegebedürftig – das Angebot richtet sich an alle Seniorinnen und Senioren.**

In einer Ecke knobelt eine Gruppe Senioren bei einem gemeinsamen Quiz um die Wette, in einer anderen wird gemalt und wieder andere entspannen im Ruhesessel – in den Tagespflegeeinrichtungen der Johanniter wird immer viel geboten. Das ist nur einer der Vorteile der Einrichtungen: Dort findet jeder Gast die für ihn passende Aktivität. Mit den Tagespflegeeinrichtungen bietet die Johanniter-Unfall-Hilfe ein selbstbestimmtes Leben in Gemeinschaft mit Unterstützung, wo diese nötig ist. Ziel ist es, dem Gast den Verbleib in der häuslichen Umgebung, solange es geht, zu ermöglichen und pflegende Angehörige zu entlasten. Im Landesverband Niedersachsen/Bremen betreiben die Johanniter derzeit neun Tagespflegeeinrichtungen. Im Laufe des Jahres wird zudem mit einer neuen Einrichtung in Cuxhaven eine zehnte hinzukommen.

Eine der Johanniter-Tagespflegeeinrichtungen befindet sich in Hannover-Kirchrode. Montag bis Freitag stehen dort täglich 20 Betreuungsplätze zur Verfügung. Die Besuche der Gäste werden dabei nach individuellem Bedarf abgestimmt. „Manche kommen nur einmal die Woche, andere sind drei, vier oder bis zu fünf Mal wöchentlich da – das ist ganz unterschiedlich“, berichtet Sascha Grote, stellvertretende Pflegedienstleitung in der Johanniter-Tagespflege in Kirchrode.

## **In Gesellschaft**

Der Tag beginnt für die Gäste mit der Fahrt zur Einrichtung durch den Johanniter-Fahrdienst oder durch Angehörige. Sind alle Gäste eingetroffen, startet das gemeinsame Programm gegen neun Uhr mit einem gemütlichen Frühstück in geselliger Runde. Im Anschluss stehen parallel verschiedene Morgenaktivitäten in Kleingruppen oder auch mit allen an: von Bewegungsübungen – wie Kraft-Balance-Training und weiteren Maßnahmen zur Sturzprophylaxe – bis hin zu Angeboten für den kognitiven Bereich, beispielsweise durch Quiz- oder Rätselraten. Auch Handarbeiten

wie Basteln oder Malen, Singen, Gesellschaftsspiele oder gemeinsames Zeitunglesen stehen regelmäßig auf dem Programm.

**„Unser Ziel ist es, dass unsere Gäste nicht nur herkommen und passiv konsumieren, sondern dass sie selbst aktiv werden“,**

*berichtet Sascha Grote.*

„Besonders bei gestalterischen Tätigkeiten kommen sie schnell ins Gespräch, etwa, wenn sie sich gegenseitig für ihre Werke loben. Das fördert nicht nur die Kommunikation, sondern sorgt auch für positive Erlebnisse“, erzählt der stellvertretende Pflegeleiter.



Neue Beschäftigungen halten fit – und eröffnen die Möglichkeit, eine neue Leidenschaft für sich zu entdecken.

Durch die vielfältigen Aktivitäten und den Austausch mit Gleichgesinnten werden soziale Kontakte hergestellt, Abwechslung im Alltag geboten und die Selbstständigkeit gefördert. Speziell auf die Bedürfnisse von Demenzerkrankten zugeschnittene Angebote ermöglichen auch diesen den Aufenthalt in den Tagespflegeeinrichtungen.

Bei den Vorbereitungen für das Mittagessen packen – soweit es körperlich möglich ist – alle mit an: Während einige den Tisch decken, unterstützen andere beim Kartoffelschälen oder beim Schneiden von Gemüse. „Wir möchten die Gäste in Alltagstätigkeiten miteinbeziehen. Jede und jeder leistet damit einen wertvollen Beitrag für die Gemeinschaft“, erzählt Sascha Grote. Auch am Nachmittag gibt es nach der Mittagsruhe wieder verschiedene Beschäftigungsangebote. „Wichtig ist, auf die Bedürfnisse und Vorschläge der Gäste einzugehen. Schließlich sollen sich alle wohlfühlen“, berichtet er weiter. So können die Gäste Aktivitäten vorschlagen, die dann in den Tagesablauf integriert werden.

Auch die medizinische Versorgung ist sichergestellt: Eine Pflegefachkraft vor Ort kümmert sich um die Medikamenteneinnahme und die Blutdruck- und Blutzuckerkontrollen.

Wenn der Tag in der Einrichtung um 16 Uhr endet und sich einer der Gäste, der dem Angebot

anfangs skeptisch gegenüberstand, für das Erlebte bedankt und wiederkommen möchte, wissen Sascha Grote und sein Team: „Irgendetwas machen wir richtig“, erzählt er schmunzelnd.

Über die Betreuung der Tagesgäste hinaus gehört auch die Arbeit mit Angehörigen zu den Tätigkeiten des Teams. „Pflegerische Angehörige sind stark belastet, haben häufig viele Fragen oder sind verzweifelt“, so Sascha Grote. „Wir stehen den Menschen deshalb beratend zur Seite.“



Sie oder ein Angehöriger sind an der Tagespflege der Johanniter interessiert? Dann melden Sie sich bei unserem **KundenServiceCenter** in Hannover unter der Nummer **0800 0019214**.

Wir beraten Sie gern und finden das für Sie passende Angebot. Auf Wunsch vereinbaren wir einen Besichtigungstermin und Schnuppertage für die Einrichtung Ihrer Wahl.



Miteinander statt allein: Bei den gemeinsamen Aktivitäten in den Tagespflegeeinrichtungen der Johanniter kommen die Gäste schnell in Kontakt.



Gemeinsam mit ihren Kolleginnen und Kollegen ist Sabine Symietz (links) auf den Straßen unterwegs, um in gefährlichen Verkehrssituationen zu helfen.

# Rettende mit Herz und PS

Mit Beginn der Sommerzeit sind wieder zahlreiche Fahrzeuge auf den Autobahnen unterwegs. Das Ziel: Urlaub! Kommt es auf dem Weg zu einer Panne oder einem Stau, steht Frust statt Urlaubsfreude auf der Tagesordnung. Und nicht nur das: Besonders bei hochsommerlichen Temperaturen kann Hitze zusätzlich zur Herausforderung werden – und schnell zu einem medizinischen Notfall führen. Hilfe kommt dann von den Rettenden auf zwei Rädern: den Ehrenamtlichen der Johanniter-Motorradstaffeln.

Ferienbeginn, 31 Grad bei strahlendem Sonnenschein – und auf der A2 bei Braunschweig hat sich ein langer Stau gebildet. Per Funkspruch erreicht die Staumeldung die Motorradstaffel des Johanniter-Ortsverbands Salzgitter. Am Einsatzort angekommen, fahren die ehrenamtlich Helfenden den Stau mit ihren wendigen Einsatzmotorrädern routiniert ab und erinnern Autofahrende bei Bedarf an das Bilden einer Rettungsgasse. Als sie ein Fahrzeug passieren, in dem eine Frau sichtlich erschöpft und blass aussieht, halten sie an. Jetzt ist schnelle Hilfe gefragt: Die Ehrenamtlichen der Motorradstaffel, die als Mindestqualifikation Sanitätshelferinnen und -helfer sind, übernehmen die Versorgung und stellen fest, dass es sich lediglich um Kreislaufbeschwerden infolge der hohen Temperaturen handelt. Mit ausreichend Wasser, das die Motorradstaffel mit im Gepäck hat, um Reisende bei Hitze zu versorgen, kann die Frau glücklicherweise schnell wieder auf die Beine gebracht werden.

Schnelle Hilfe: Dank der wendigen Motorräder kann die Johanniter-Motorradstaffel auch im Stau zügig zum Unfallort vordringen.





Doch nicht nur für die Reisenden im Stau, auch für die Helfenden können hochsommerliche Temperaturen zur Herausforderung werden. „Auch für uns sind die Fahrten bei Hitze anstrengend – viel zu trinken, ist deshalb das A und O“, berichtet Sabine Symietz, Staffelleiterin der Johanniter-Motorradstaffel des Ortsverbandes Salzgitter. „Wenn es die Situation zulässt, legen wir auch mal eine kurze Pause im Schatten ein, um abzukühlen“, so die Staffelleiterin. „Dabei bietet sich auch immer die Gelegenheit, das Geschehene zu besprechen und aufzuarbeiten.“ Denn nicht nur bei Hitze, sondern auch in schwierigen Situationen gilt es, einen kühlen Kopf zu bewahren. Schließlich versorgen die Mitglieder der Johanniter-Motorradstaffel nicht nur Autofahrende mit Erfrischungen, Kinderspielzeug und Umleitungsempfehlungen, sondern sie sind häufig auch die Ersten an Unfallstellen, sichern diese ab und leisten Erste Hilfe. „Was uns dabei unterstützt, auch in brenzligen Situationen ruhig zu bleiben, ist das Wissen, dass wir uns auf unsere Kolleginnen und Kollegen verlassen können“, so Sabine Symietz. Denn: Alle Helfenden werden umfassend aus- und fortgebildet und durchlaufen regelmäßig Pflichtstunden.

Die rund 60 ehrenamtlichen Biker der sieben Motorradstaffeln im Johanniter-Landesverband Niedersachsen/Bremen sind zwischen den Oster- und Herbstferien auf den niedersächsischen Autobahnabschnitten als Stauhilfen unterwegs. Mit Dienstbeginn melden sie sich bei ihren Blaulichtkolleginnen und -kollegen der Polizei. Dann heißt es: Streife fahren – und nach Liegenbleibern, Staus oder medizinischen Notsituationen Ausschau halten. Darüber hinaus sind die Staffeln auch auf Anforderung der Polizei tätig und fahren Einsatzorte gezielt an.

### Abseits der Autobahnen im Einsatz

Nicht nur für Notfälle auf der Autobahn sind die Motorradstaffeln im Dienst, auch bei Lotsendiensten – etwa bei Marathons – oder bei der Personensuche im offenen Gelände unterstützen die Helfenden auf zwei Rädern. Um die verschiedenen Einsatzbereiche bestmöglich bedienen zu können, stehen der Staffel des Ortsverbandes Salzgitter zwei unterschiedliche Motorräder zur Verfügung: Eines, das sich besonders für lange Strecken auf der Autobahn eignet, sowie eine Maschine für die Fahrt in unebenem Gelände. Für die Anschaffung dieser speziell für den Rettungsdienst ausgerüsteten Motorräder sowie ihre Instandhaltung, aber auch für die Einsatzklei-



**851 Hilfeinsätze,**  
**124 467 gefahrene Kilometer und**  
**3 826 ehrenamtlich geleistete Stunden**  
 – das ist die Bilanz der Johanniter-Motorradstaffeln in Niedersachsen und Bremen im vergangenen Jahr, die deutlich macht, wie wertvoll die Arbeit der Ehrenamtlichen ist.

dung der Biker und für das medizinische Equipment sind die Johanniter auf finanzielle Unterstützung angewiesen, denn die Motorradstaffeln werden ausschließlich durch Spenden finanziert. Über die finanzielle Mithilfe hinaus ist die Unterstützung der Johanniter-Motorradstaffeln in Notsituationen nur dank des ehrenamtlichen Engagements der Fahrerinnen und Fahrer möglich.

Trotz des zeitintensiven Ehrenamts ist Sabine Symietz weiterhin gern auf zwei Rädern unterwegs: „Die private Ausfahrt mit dem Motorrad ist schön, um auch mal abschalten zu können“, erzählt sie. „Bei Einsatzfahrten ist man schließlich hoch konzentriert – und immer für den Dienst am Menschen unterwegs.“

Fotos: Johanniter / Henning Stauch



## Hilfe für Helfende

**Ehrenamtlich dort im Einsatz, wo Unterstützung dringend benötigt wird** – das trifft nicht nur auf die Motorradstaffeln, sondern auch auf die Helfenden in vielen anderen Bereichen der Johanniter, etwa bei Sanitätsdiensten, im Hospizdienst oder bei der Rettungshundestaffel, zu. Damit die Ehrenamtlichen diese wichtige Hilfe auch weiterhin leisten können, sind die Johanniter auf Ihre finanzielle Mithilfe angewiesen:

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



# Zukunfts-Kommunikation

Wie sieht die Kita der Zukunft aus? Und welche Bedeutung hat eigentlich Kommunikation in diesem Kontext? Unter dem Motto „Kommunikation verbindet – Netzwerk stärkt“ lud der Fachbereich Bildung und Erziehung 70 Teilnehmende der Johanniter-Leitungsfachtagung für Kita-Verantwortliche ein, sich am 27. und 28. Juni in Krellingen fachlich auszutauschen und neue Impulse aufzugreifen.

Für Kita-Leitungen gibt es zahlreiche Kommunikationswege mit Eltern, Fachschulen und dem Kollegium. Dies kann herausfordernd sein, gleichzeitig aber auch die Gelegenheit bieten, Netzwerke aufzubauen und zu stärken. „Kita-Leitungen haben in diesem Rahmen eine Schlüssel-funktion, deshalb möchten wir sie mit unterschiedlichen Ansätzen in ihrer Handlungsfähigkeit stärken“, erläutert Karin Schätzlein, Fachbereichsleitung (FBL) Bildung und Erziehung des Landesverbandes Niedersachsen/Bremen.

Workshops, Vorträge und offene Räume boten Gelegenheiten, um Impulse, Kritik und Visionen für die Johanniter-Kitas aufzugreifen. Auf der abschließenden Podiumsdiskussion unter dem Motto „Zukunft pink? – Kita zwischen rosaroter Brille und Schwarzmalerei“ diskutierten Hannes Wendler, Mitglied des Landesvorstands Niedersachsen/Bremen, Katalin Soppart,



Mitglied des Regionalvorstands Niedersachsen Mitte, Jennifer Frank, FBL Bildung und Erziehung des Regionalverbands Bremen-Verden sowie Antje Bargemann-Schmädeke, Kita-Leitung aus dem Ortsverband Landesbergen und Karin Schätzlein über die Kita der Zukunft. Kritisch, aber konstruktiv wurden dabei unter anderem die Rolle der Johanniter als Arbeitgeber, Unterstützung für Kita-Leitungen, transparente Entgelte und die Sicherung von Nachwuchs und Qualitätsstandards debattiert.

An der Bedeutung der Kitas lässt Hannes Wendler keine Zweifel: „Wir sind durch Sie und Ihre Arbeit in einer anderen Kultur angekommen, in der wir Perspektiven verknüpfen können und die für Vielfalt und Nachhaltigkeit steht.“ Insgesamt zieht auch Karin Schätzlein ein positives Fazit: „Wir stehen vor einigen Herausforderungen, aber ihr habt vieles in der Hand. Mit der Leitungsfachtagung konnten wir einen Ausblick auf die Zukunft der Kitas geben und darauf, welche Rolle eine gelungene Kommunikation spielt, um diese gemeinsam zu gestalten.“

Foto: Johanniter / Oliver S. Bruse

## Traumhaft lecker: Der Johanniter-Menüservice

Und damit der Genuss noch länger anhält,  
bestelle ich gleich für mehrere Tage.

Wir liefern mehr als nur schmackhafte Gerichte. Denn bei uns steht das ganzheitliche Wohlbefinden unserer Kundinnen und Kunden im Vordergrund.

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

Für eine individuelle Beratung, Auskunft zu unseren Liefergebieten sowie 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



**Fünfmal essen,  
dreimal zahlen.\***  
Stichwort „mein JO!-Menü“



# Auf Reisen

An den geliebten Urlaubsort noch einmal zurückkehren oder den wöchentlichen Sonntagsspaziergang rund um den Maschsee in Hannover weiterführen – das ist für Menschen, die an Demenz erkrankt sind, häufig nicht mehr möglich. Damit Erkrankte nicht gänzlich auf Ausflüge verzichten müssen, bieten die Johanniter im Demenz-Projekt eine Alternative: mithilfe von Virtual-Reality-Technik. Virtual Reality (kurz: VR) bezeichnet dabei eine computergenerierte, virtuelle Welt.

In Zusammenarbeit mit dem Start-up Granny Vision kommen im Rahmen des Projektes VR-Brillen, die 360-Grad-Bilder erzeugen, zum Einsatz. Ob am Strand entlanglaufen, den Ausblick vom Berggipfel genießen oder – durch Unterstützung der Stadtverwaltung Hannover – das Neue Rathaus Hannover bestaunen: Mit den VR-Brillen wird der Ausflug zu beliebten Reisezielen und den Sehenswürdigkeiten Hannovers möglich.



Anika Jagodzinski (rechts), die den ambulanten Hospizdienst koordiniert, erklärt dem Ehrenamtlichen Uwe Menze (links) die VR-Brille.

Das Angebot richtet sich an Menschen des Demenz-Projekts, die von ehrenamtlichen Helfern und Helferinnen zu Hause betreut werden. Das Team begleitet die Nutzenden dabei, passt auf, dass sich niemand verletzt oder irritiert wird. Auch die individuelle Biografie der Menschen wird miteinbezogen: Leidet eine Person etwa unter Höhenangst, geht die virtuelle Reise nicht in die Berge. Bei den Bildern wurde zudem auf grelle Farben und schnelle Bewegungen verzichtet. Schließlich sollen die Teilnehmenden bei ihrem Ausflug an vertraute Orte zur Ruhe kommen. Und das ist bereits gelungen: „Wir konnten schon oft an der Körperhaltung erkennen, wie sich die Menschen entspannen“, berichtete Anke Rohlf vom Demenz-Projekt. Mehr noch: „Viele wollen die Brille gar nicht wieder absetzen“, erzählt sie weiter.

Neben Demenzkranken bietet VR-Technik auch für Menschen, die an ihrem Lebensende stehen und aufgrund zunehmender körperlicher Einschränkungen bettlägerig sind, die Möglichkeit, noch einmal einen virtuellen Ausflug zu unternehmen – und das Gefühl von Freiheit zu spüren.



## Kolumne

### ... wer nicht fragt, bleibt dumm!

von **Pastorin Inge Matern**



Anfang der 70er-Jahre gehörte sie einfach zum täglichen Abendprogramm meiner Kinder: die Sesamstraße.

Sie gingen noch nicht zur Schule, aber sie fieberten jeden Abend auf den Beginn der Sendung um 18 Uhr, die wir Eltern gemeinsam mit ihnen ansahen, bevor sie danach bald ins Bett sollten. Mit großen Augen saßen sie vor dem Bildschirm und konnten schon nach kurzer Zeit die Erkennungsmelodie mitsingen. Und dann ging es los: „Mama, was ist das? – Wie geht das? – Warum ist das so?“ In der Sendung gab es Antwort auf diese Fragen. Aber im Anschluss hörte das Fragen bei ihnen noch längst nicht auf.

Und das Fragen ging auch ständig weiter. Waren wir unterwegs, und es gab etwas Neues zu sehen, dann hieß es: Was ist das? Wie geht das? ...

Manchmal fragte mich dann auch jemand: „Sind die immer so neugierig?“ Oder es hieß: „Du bist noch zu klein. Das musst du noch nicht wissen!“ – Und prompt kam: „Warum nicht?“

Ja, das Fragen, das Wissen-Wollen gehört schon bei kleinen Kindern einfach dazu. Schon bevor sie reden können, wollen sie erforschen, entdecken, wollen verstehen, wollen wissen, wie etwas funktioniert. Das ist ein wichtiger Teil ihrer Entwicklung. Sie wollen die Welt entdecken und wissen, was es mit ihnen zu tun hat.

**Und wenn Menschen sich diese Neugier nicht verbieten lassen, sondern ihrem Interesse an neuen Erkenntnissen weiter folgen, geht auch die geistige Entwicklung weiter.**

Auch in der Bibel lesen wir schon, dass Moses unbedingt den Namen Gottes kennen wollte – hatte er doch mit ihm zu tun. Also lasst uns diese Neugier, den Wissensdurst wachhalten: Wer ist es, der uns beim Namen nennt?



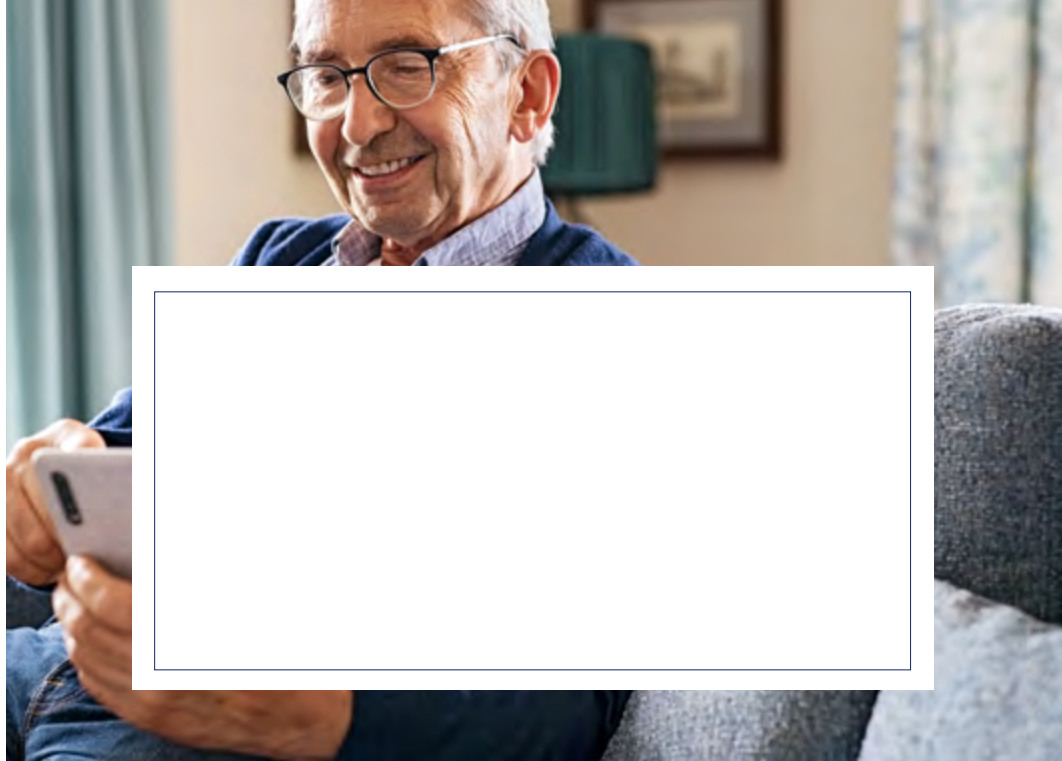
Apps für Senioren

# Smarte Helfer

Das Smartphone ist aus dem Alltag nicht mehr wegzudenken – das gilt auch bei vielen Senioren dank spezieller, auf ihre Bedürfnisse zugeschnittener Modelle. Mit den smarten Geräten können sogenannte Apps genutzt werden, die das tägliche Leben durch nützliche Funktionen erleichtern. Wir zeigen, welche das sind:

**In Verbindung** / Mit Messenger-Apps können Sie mit Familie und Freunden in Kontakt bleiben und Text- und Sprachnachrichten, Bilder und Videos versenden und empfangen. Einige Messenger-Apps ermöglichen zudem Video-Telefonie.

**Gedächtnisstütze** / Morgens zwei Tabletten, mittags drei, abends wieder zwei und die Tropfen nicht vergessen! – Die Medikamenteneinnahme kann mit zunehmender Anzahl an Arzneimitteln herausfordernd sein. Abhilfe schaffen Apps, die an die Einnahmezeit und die richtige Dosierung von Tabletten und Co., aber auch an



das Messen von Blutdruck oder Blutzucker erinnern.

Nicht nur bei der Medikamenteneinnahme, auch um ausreichend zu trinken, können Apps unterstützen: Trink-Apps erinnern regelmäßig daran, ein Glas Wasser zu sich zu nehmen. Einige Apps motivieren zusätzlich mit spielerischen Ansätzen – beispielsweise, wenn mit jedem getrunkenen Glas eine virtuelle Pflanze gegossen wird.

**Wandelbar** / Von Sprache zu Text, von Text zu Sprache: Mit der passen-

den App können Sie sich Texte auf dem Smartphone ganz einfach vorlesen lassen. Andersherum kann Gesprochenes auch in Text umgewandelt werden. So können Nachrichten ohne mühsames Tippen verschickt werden.

**Der richtige Ort** / Unterwegs – und auf der Suche nach der nächsten Apotheke oder öffentlichen Toiletten? Auch dafür gibt es jeweils „App-Unterstützung“. Damit wird im Fall der Fälle langes Suchen erspart.



## Hirnjogging

formgebende Kleidernaht	▼	▼	spanische Anrede (Herr)	Riesen, Titanen	▼	nicht stationär	▼	Vorname von Tennisprofi Agassi	▼	Wohl-täter, Förderer
Schick-sal	▶						○	1		▼
	▶			Gift-schlange		japan. Kampfsportarten	▶			
britische Prinzessin		○	4	ein-faches Boot	▶			englisch, spa-nisch: Idee	▼	
	▶						○	3		
Angaben zur Person		Kloster-vor-steher	▶			röm. Zahl-zeichen: zwei	▼		Kfz-Z. Kempten	
	○			Fabel-name für den Fuchs	▶			○	6	
Düsen-flug-zeug		die Hygiene betref-fend	▶		○					
1	2	3	4	5	6					

www.raetsejschmiede.de

## Sommer für zu Hause

Die Neugier hat Sie gepackt und Sie möchten wissen, welche Wörter wir suchen? Dann raten Sie bei unserem Kreuzworträtsel mit und gewinnen Sie einen sommerlichen Blumengruß für sich oder einen lieben Menschen.

Senden Sie das richtige Lösungswort sowie die Adresse, an die der Blumenstrauß geschickt werden soll, an die Gewinnspielanschrift, die Sie auf **Seite 2** finden.

Einsendeschluss ist der **5. September 2023**.

Mitarbeitende der Johanniter-Unfall-Hilfe e.V. sind von der Teilnahme ausgeschlossen. Auflösung des letzten Rätsels: **Tagtraum**

Die Gewinner der Ausgabe 1/2023 wurden persönlich benachrichtigt.