

# Johanniter

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

Mit Ihren  
Regionalseiten

## Gemeinsam geht's besser.

Seit 10 Jahren unterstützen  
die Johanniter Geflüchtete  
in Deutschland.



**Für alle Fälle**  
Praktischer Ratgeber  
zur Notfallvorsorge

**Hoffnung und Wandel**  
Wertvolles Wissen für  
Menschen in Mosambik

# Gemeinsam hilfsbereit

Ehrenamt – wie für dich gemacht. Komm ins Team der Johanniter, zum Beispiel zu den Besuchs- und Begleitdiensten für Seniorinnen und Senioren. [kein-wir-ohne-euch.de](http://kein-wir-ohne-euch.de)

KEIN WIR  
OHNE EUCH



JOHANNITER



Dein Ehrenamt: **Begleiten und Betreuen**

# Vorwort

Liebe Freundinnen und Freunde der Johanniter,

wie es vor zehn Jahren war, als erstmals Geflüchtete in großer Zahl bei uns ankamen, weiß ich noch genau. Morgens um 6 Uhr war ich im Wald unterwegs, als mein Telefon klingelte: 500 Menschen würden in Kürze ankommen. Vorbereitet war noch nichts. Damals war ich gerade aus der Bundeswehr ausgeschieden und diese hat in Windeseile improvisiert. Auch die Johanniter haben das in dieser Zeit vielerorts mit riesigem Engagement getan. Dabei wurde schnell deutlich, dass es professionelle Strukturen zur Unterstützung des ehrenamtlichen Engagements braucht. In unserer Arbeit sind wir seither weit gekommen. Was gleich geblieben ist und was sich verändert hat, zeigen wir Ihnen in unserer Titelgeschichte.

Eine andere große Veränderung mit weitreichenden Konsequenzen hat mit der weltweiten Sicherheitslage und zunehmenden Wetterextremen zu tun – und wie wir als Privatpersonen damit umgehen. Katastrophenvorsorge hat eine unerwartete Renaissance erlebt. Mit diesem Heft wollen wir es einfach machen, sich damit zu beschäftigen: Auf den Seiten 9 bis 12 finden Sie eine komplette Broschüre mit hilfreichen Checklisten. Themen, die wir in unseren „Erste Hilfe mit Selbstschutzhinhalten“-Kursen für das Programm des Bundesamtes für Bevölkerungsschutz und Katastrophenhilfe lehren. ([www.johanniter.de/ehsh](http://www.johanniter.de/ehsh)). Trennen Sie diese Seiten einfach heraus und falten Sie diese – fertig ist Ihr Helfer im Taschenformat. Sie werden sehen: Vorsorge zu betreiben ist nicht aufwendig, beruhigt das Gewissen ungemein und hilft im Ernstfall, einen klaren Kopf zu behalten.



Fotos: Andreas Schoelzel, Alfredo Zuniga

Ihr

**Volker Bescht**

Präsident der  
Johanniter-Unfall-Hilfe e.V.



**JOHANNITER**  
Aus Liebe zum Leben

## Themen



**09 /**  
Ausschneiden und falten: Fertig ist Ihre praktische Broschüre für die Notfallvorsorge.



**13 /**  
Die Johanniter helfen den Menschen in Mosambik, die Folgen des Klimawandels zu bewältigen.

## In Aktion

Integration – Eine Dekade der Unterstützung	<b>04</b>
Ratgeber – Für alle Fälle	<b>09</b>
Mosambik – Hoffnung und Wandel	<b>13</b>

## In Kürze

Namen & Nachrichten	<b>14</b>
---------------------	-----------

## Ihre Johanniter in Nordrhein-Westfalen

**15**

## Fürs Leben

Gesundheit & Sicherheit	<b>23</b>
Service: Lotse für letzte Dinge	<b>24</b>

## Unter Freunden

Lesertelefon	<b>26</b>
Im Porträt – An Aufhören ist nicht zu denken	<b>27</b>
Drei Fragen an Klaus Preuß /	
Leserstimmen	<b>28</b>
Denkanstoß – Nein und Amen	<b>29</b>

## Zum Schluss

Rätselspaß	<b>30</b>
Augenklick	<b>31</b>

Johanniter-Mitgliedertelefon  
**0800 32 33 900 (kostenlos)**



Integration

# Eine Dekade der Unterstützung.



Zehn Jahre ist es her, dass die Johanniter mit großem Engagement und viel Leidenschaft in die Hilfe und Unterstützung für Geflüchtete eingestiegen sind. Und das in allen Landesverbänden von der Nordseeküste bis ins Allgäu. Viel ist dabei passiert – einiges hat sich verändert.

Klatschende Menschen am Münchner Hauptbahnhof, mit Willkommensgeschenken, Kleidungs- und Lebensmittelpaketen sowie Teddybären für die Kinder. Die Johanniter mittendrin in der medizinischen Versorgung. Die Bilder aus dem Spätsommer 2015 sind vielen noch in den Köpfen. Für die Ehren- und Hauptamtlichen der Johanniter waren es bewegende Momente, denen arbeitsreiche Monate und Jahre folgten: Tausende Menschen wollten mit dem Nötigsten versorgt und betreut werden. Oftmals über Nacht wurden Notunterkünfte aufgebaut und in der Folge als Provisorien betrieben, bis längerfristige Unterkunftsmöglichkeiten erschlossen werden konnten.

**Vielzahl von Angeboten** / Ihre Aufgaben gingen dabei weit über die Grundversorgung hinaus: Sie leisteten psychosoziale Beratung, boten Deutschkurse und berufsvorbereitende Angebote an und organisierten eine Vielzahl sozialer Aktivitäten im nachbarschaftlichen Umfeld, um die Integration der Menschen zu unterstützen. Um die anfangs überwiegend eingesetzten ehrenamtlichen Kräfte zu

## Stationen der Hilfe



### 2015

Start der Hilfen für Geflüchtete: Bis zum Frühjahr 2016 entstehen rund 200 Notunterkünfte, Erstaufnahmeeinrichtungen und Einrichtungen für unbegleitete Minderjährige.



### 2016

Die Johanniter bekennen sich mit der „Butzbacher Erklärung“ für die Wahrung der Menschenwürde und ein friedliches Miteinander.



### 2018

Das Projekt „ZIEL – Zugänge in das Erwerbsleben“ beginnt: In den Bereichen Sanitätsdienst und Pflege starten in München und Leipzig niedrigschwellige Ausbildungsangebote.



### 2018

In bundesweit zwölf „Leuchttürmen der Integration“ schaffen die Johanniter unter anderem Begegnungsräume und fördern so den gemeinschaftlichen Austausch.



### 2022

Bundesweit leisten die Johanniter Hilfe für Geflüchtete aus der Ukraine: Gemeinsam mit der Auslandshilfe wird die Aufnahme, Unterbringung und Integration von Geflüchteten in Deutschland organisiert.



### 2023

Mit dem Projekt „Ehrenamt vereint!“ fördern die Johanniter die Erstintegration und gesellschaftliche Teilnahme von Geflüchteten durch ehrenamtliches Engagement.

entlasten, haben die Johanniter innerhalb kurzer Zeit und da wo es nötig war mehr als 2000 neue hauptamtliche Mitarbeitende eingestellt: medizinische und pädagogische Fachkräfte, Sozialbetreuerinnen und -betreuer sowie Sprachmittler. Viele von ihnen selbst mit eigener Einwanderungsgeschichte – ein unschlagbarer Pluspunkt für die tägliche Arbeit.

In einer Vielzahl von Projekten und lokalen Initiativen hat sich dieser Kurs der Johanniter als tragfähig und erfolgreich erwiesen. Und wo Förderungen ausliefen und mühsam geknüpfte Netzwerke zur Integration verloren zu gehen drohten, sind oft kreative Projekte entstanden. Wie bei „Ehrenamt vereint!“ in Frankfurt am Main, wo Menschen mit und ohne Fluchterfahrung gemeinsam Sprachkurse, Bewerbungstrainings sowie Freizeit- und Sportangebote organisieren – und so wichtige Orte der Begegnung schaffen. Zu den neu gewonnenen Ehrenamtlichen gesellten sich dort immer mehr ehemalige Bewohnerinnen und Bewohner der Unterkünfte für Geflüchtete. Ein Erfolgsmodell, nach Auslaufen von Bundesmitteln für das Pilotprojekt finanziert durch die Kommune und Spenden – eine starke Kombination.

„Wir Johanniter stehen nach wie vor fest an der Seite der Menschen, die sich in der Phase zwischen Flucht und Ankommen befinden“, sagt Thomas Mähnert, Mitglied des Bundesvorstandes der Johanniter-Unfall-Hilfe. Weil geflüchtete Menschen Schutz, gesundheitliche Versorgung, Orientierung und vor allem praktische Unterstützung im Kontakt mit der

aufnehmenden Gesellschaft brauchen, sind Hilfsorganisationen unersetzlich: „Mit unseren Angeboten und dem Engagement unserer Ehren- und Hauptamtlichen leisten wir hierzu einen wichtigen Beitrag.“

**Integrationsarbeit heute /** Aktuell engagieren sich in der Johanniter-Unfall-Hilfe bundesweit rund 3200 Personen auf vielfältige Weise für geflüchtete Menschen, davon mehr als 1400 ehrenamtlich. Sie leisten Sozialberatung und Alltagsunterstützung, geben Sprachkurse, helfen bei der Suche nach Ausbildungsmöglichkeiten und organisieren Begegnungen vor Ort. Zudem betreiben und unterstützen die Johanniter aktuell noch rund 170 Unterkünfte für Geflüchtete im gesamten Bundesgebiet.

[www.johanniter.de/integration](http://www.johanniter.de/integration)



## Spenden Sie!

Unterstützen Sie die Arbeit der Johanniter zur Integration von Geflüchteten!  
**Spendenkonto**  
 Johanniter-Unfall-Hilfe e.V.  
 IBAN DE94 3702 0500 0433 0433 00  
 BIC: BFSWDE33XXX  
 Stichwort: Integration



Foto: Jennifer Christine Photography

## Von der Nothilfe zum langfristigen Engagement

**Anne Ernst ist Geschäftsbereichsleiterin Krisenmanagement & Nothilfe in der Bundesgeschäftsstelle der Johanniter. Neben den Themen Bevölkerungsschutz und Ehrenamt ist sie dort auch für den Fachbereich Flucht und Migration zuständig.**

**Wie war das, als 2015 mehrere Hunderttausend Geflüchtete nach Deutschland kamen? /** Ich erinnere mich zunächst an die furchtbaren Nachrichten aus Ländern wie Syrien, wo viele Menschen nach Jahren des Krieges keine Alternative zur Flucht sahen. Und an die positive gesellschaftliche Grundstimmung und große Hilfsbereitschaft in der deutschen Bevölkerung, als schließlich viele Geflüchtete bei uns ankamen. Die ehren- und hauptamtlichen Mitarbeitenden der Johanniter standen sofort bereit, zu helfen und haben die Arbeit vor Ort mit allen Kräften unterstützt. Das war ein echter Kraftakt, getragen von einem großen Zusammenhalt.

**Was waren die größten Herausforderungen? /** In dieser ersten Zeit wurden wir von den Kommunen und Ländern in der Regel sehr kurzfristig angefragt,

Messe- oder Turnhallen innerhalb von wenigen Tagen in Unterkünfte für Geflüchtete umzufunktionieren. Teils war es schwierig, Material zu bekommen. Feldbetten etwa waren plötzlich europaweit nur zu horrenden Preisen zu bekommen. Außerdem mussten wir Sanitätsdienste, Beratung, die Lebensmittelversorgung, Reinigung oder die Sicherheit organisieren. Qualifiziertes Personal zu finden, war nicht einfach: Dass wir von Beginn an viele Mitarbeitende aus den Herkunfts ländern der Geflüchteten gefunden haben, war und ist wichtig. Aktuell sind es Menschen aus 80 unterschiedlichen Herkunftsstaaten.

**Durch den Krieg in der Ukraine wurde Deutschland erneut zum Zufluchtsland. Waren Sie da besser vorbereitet? /** Unser Bereich „Flucht & Migration“ war da bereits gut etabliert und wir hatten bundesweit viel Wissen gesammelt – auch mit den notwendigen Kooperationspartnern. So wurden wir vielerorts wieder angesprochen, Notunterkünfte aufzubauen. Anders als 2015 waren unter den Geflüchteten deutlich mehr Frauen, Kinder und ältere Menschen. Wir standen vor neuen Fragen: Wie können wir den Pflegebedarf der Menschen decken? Auch die Kinderbetreuung und die Integration in die Bildung waren große Themen.

**Wie hat das die Johanniter verändert? Und wie blicken Sie in die Zukunft? /** Die Nothilfe für die neu in Deutschland Ankommenden ist für uns mittlerweile zum langfristigen Engagement geworden. Weil wir davon ausgehen, dass die Zahl der Menschen, die ihre Heimat verlassen müssen, weiterhin hoch bleibt, halte ich es für wichtig, Kapazitäten für die Unterbringung und Betreuung von Geflüchteten aufrechtzuerhalten. Und nach wie vor: Wir brauchen Integrationsarbeit, die den Geflüchteten das Ankommen in Deutschland ermöglicht und sie mit der Aufnahmegesellschaft zusammenbringt.



# Entlastung auf Knopfdruck

# Wie wir den Alltag pflegender Angehöriger erleichtern können.

Etwa 7,1 Millionen Menschen in Deutschland kümmern sich laut Bundesgesundheitsportal zuhause um ihre hilfsbedürftigen Angehörigen. Sie leisten damit nicht nur einen großen Beitrag für unsere Gesellschaft, sondern stellen dabei oft ihre eigenen Bedürfnisse zurück.

So auch Anna (23), die wir in ihrem Zuhause besuchen durften. Nachdem ihr Vater Petr (62) einen Schlaganfall hatte, war das Leben für beide nicht mehr dasselbe. Petr sitzt im Rollstuhl, das Sprechen fällt ihm schwer. Für Anna ist klar: Ihn allein zu lassen, ist keine Option. Sie pflegt ihn liebevoll bei sich zuhause und ermöglicht ihm ein Leben in der eigenen Wohnung. So kann er seinen Leidenschaften – dem Malen und Fotografieren – weiter nachgehen.

Doch auch Anna möchte ihr eigenes Leben gestalten. Neben der Arbeit absolviert sie ein Studium. Mit der Pflege ihres Vaters bleibt ihr kaum Zeit und Ruhe und für sich selbst.

Deshalb ließen Anna und Petr sich vor einigen Jahren den Johanniter-Hausnotruf installieren. So kann Petr auch mal allein bleiben – ohne Annas Sorge, einen Hilferuf zu verpassen. Medizinisch geschultes Personal ist seitdem nur einen Knopfdruck entfernt, rund um die Uhr. Petr trägt den Handsender immer bei sich und konnte bereits drei Mal selbstständig Hilfe rufen. Dank Freisprechfunktion hört er, dass der Johanniter-Einsatzdienst auf dem Weg ist.

## Die Vorteile des Johanniter-Hausnotruf für zuhause und unterwegs:

- 24-Stunden-Sicherheit, 365 Tage im Jahr
  - Einfach zu bedienen
  - Maximale Flexibilität dank deutschlandweiter GPS-Ortung
  - Sichere Schlüsselhinterlegung, nach Wunsch und Verfügbarkeit

Anna hat nun den Kopf wieder öfter frei und kann so auch mal an sich denken. Denn sie weiß: Im Notfall ist ihr Vater in guten Händen.

„Der Johanniter-Hausnotruf ist ein Versprechen an die Lebensqualität – für die hilfsbedürftige Person und ihre Angehörigen gleichermaßen.“

(Matthias Schafstädt,  
Fachbereichsleiter für Notrufdienste)

Anna und Petr nutzen neben 300.000 weiteren Kunden den Johanniter-Hausnotruf – für mehr Sicherheit und Entlastung im Alltag. Informieren Sie sich jetzt!



**Der Johanniter-Hausnotruf für zuhause und unterwegs. Jetzt 4 Wochen gratis testen und bis zu 120 Euro Preisvorteil sichern.\***

[www.johanniter.de/hausnotruf-testen](http://www.johanniter.de/hausnotruf-testen)  
Service-Telefon: 0800 32 33 800 (gebührenfrei)

\* Gültig vom 15.09. bis 31.10.2025. Zu den Aktionsbedingungen besuchen Sie bitte: [hausnotruf-testen.de/aktionsbedingungen](http://hausnotruf-testen.de/aktionsbedingungen) oder schreiben eine Mail an [aktionsbedingungen@johanniter.de](mailto:aktionsbedingungen@johanniter.de).



JOHANNITER



JOHANNITER



Was Sie für den Katastrophenfall zu Hause haben sollten

Deutsche Journalisten-Union e. V.  
Lützowstraße 94  
10785 Berlin  
Telefon: +49 30 26997-0

CHAMBERS

- Zeugnisse und Qualifizierungsnachweise**
- Testament, Patientenverfügung und Vollmachten**
- Einkommenssteuer**
- Sparbücher, Kontoverträge, Aktien, Wertpapiere, Versicherungspolicen**
- Beschleinerungen (z. B. Rente, Pension, Einkommensteuer)**

- Zeugnisse und Qualifizierungsnachweise**
- Testament, Patientenverfügung und Vollmachten**

- Zeugnisse und Qualifizierungsnachweise**
- Testament, Patientenverfügung und Vollmachten**

- Zeugnisse und Qualifizierungsnachweise**
- Testament, Patientenverfügung und Vollmachten**

- Zeugnisse und Qualifizierungsnachweise**
- Testament, Patientenverfügung und Vollmachten**

- Zeugnisse und Qualifizierungsnachweise**
- Testament, Patientenverfügung und Vollmachten**

- Zeugnisse und Qualifizierungsnachweise**
- Testament, Patientenverfügung und Vollmachten**

- Zeugnisse und Qualifizierungsnachweise**
- Testament, Patientenverfügung und Vollmachten**

- Zeugnisse und Qualifizierungsnachweise**
- Testament, Patientenverfügung und Vollmachten**

- Zeugnisse und Qualifizierungsnachweise**
- Testament, Patientenverfügung und Vollmachten**

- Zeugnisse und Qualifizierungsnachweise**
- Testament, Patientenverfügung und Vollmachten**

- Zeugnisse und Qualifizierungsnachweise**
- Testament, Patientenverfügung und Vollmachten**

- Zeugnisse und Qualifizierungsnachweise**
- Testament, Patientenverfügung und Vollmachten**

- Zeugnisse und Qualifizierungsnachweise**
- Testament, Patientenverfügung und Vollmachten**

- Zeugnisse und Qualifizierungsnachweise**
- Testament, Patientenverfügung und Vollmachten**

- Zeugnisse und Qualifizierungsnachweise**
- Testament, Patientenverfügung und Vollmachten**

- Zeugnisse und Qualifizierungsnachweise**
- Testament, Patientenverfügung und Vollmachten**

- Zeugnisse und Qualifizierungsnachweise**
- Testament, Patientenverfügung und Vollmachten**

- Zeugnisse und Qualifizierungsnachweise**
- Testament, Patientenverfügung und Vollmachten**

- Zeugnisse und Qualifizierungsnachweise**
- Testament, Patientenverfügung und Vollmachten**

- Zeugnisse und Qualifizierungsnachweise**
- Testament, Patientenverfügung und Vollmachten**

- Zeugnisse und Qualifizierungsnachweise**
- Testament, Patientenverfügung und Vollmachten**

- Zeugnisse und Qualifizierungsnachweise**
- Testament, Patientenverfügung und Vollmachten**

- Zeugnisse und Qualifizierungsnachweise**
- Testament, Patientenverfügung und Vollmachten**

- Zeugnisse und Qualifizierungsnachweise**
- Testament, Patientenverfügung und Vollmachten**

- Zeugnisse und Qualifizierungsnachweise**
- Testament, Patientenverfügung und Vollmachten**

- Zeugnisse und Qualifizierungsnachweise**
- Testament, Patientenverfügung und Vollmachten**

- Zeugnisse und Qualifizierungsnachweise**
- Testament, Patientenverfügung und Vollmachten**

- Zeugnisse und Qualifizierungsnachweise**
- Testament, Patientenverfügung und Vollmachten**

- Zeugnisse und Qualifizierungsnachweise**
- Testament, Patientenverfügung und Vollmachten**

- Zeugnisse und Qualifizierungsnachweise**
- Testament, Patientenverfügung und Vollmachten**

- Zeugnisse und Qualifizierungsnachweise**
- Testament, Patientenverfügung und Vollmachten**

- Zeugnisse und Qualifizierungsnachweise**
- Testament, Patientenverfügung und Vollmachten**

- Zeugnisse und Qualifizierungsnachweise**
- Testament, Patientenverfügung und Vollmachten**

- Zeugnisse und Qualifizierungsnachweise**
- Testament, Patientenverfügung und Vollmachten**

- Zeugnisse und Qualifizierungsnachweise**
- Testament, Patientenverfügung und Vollmachten**

- Zeugnisse und Qualifizierungsnachweise**
- Testament, Patientenverfügung und Vollmachten**

- Zeugnisse und Qualifizierungsnachweise**
- Testament, Patientenverfügung und Vollmachten**

- Zeugnisse und Qualifizierungsnachweise**
- Testament, Patientenverfügung und Vollmachten**

- Zeugnisse und Qualifizierungsnachweise**
- Testament, Patientenverfügung und Vollmachten**

- Zeugnisse und Qualifizierungsnachweise**
- Testament, Patientenverfügung und Vollmachten**

- Zeugnisse und Qualifizierungsnachweise**
- Testament, Patientenverfügung und Vollmachten**

- Zeugnisse und Qualifizierungsnachweise**
- Testament, Patientenverfügung und Vollmachten**



## Checkliste Technik und wichtige Dokumente

**Energieausfall und Brandschutz / Dokumentensicherung /**

- Kerzen, Teelichter
- Streichhölzer, Feuerzeug
- Taschenlampe
- Reservebatterien
- Camping- Spirituskocher mit Brennmaterial
- Heizgelegenheit
- Brennstoffe
- Rundfunkgerät / Radio mit Batterie- oder Kurbelbetrieb
- Feuerlöscher (voll und geprüft)
- Garten- oder Autowaschschlauch (angeschlossen und betriebsbereit), Behälter für Löschwasser
- Wassereimer
- ggf. Kübelspritze oder Einstellspritze
- Rauchmelder
- Keller und Dachböden entrümpeln
- Erste Hilfe zur Versorgung von Wunden und zur Versorgung von Bagatellverletzungen wie Schürfwunden
- Mittel gegen Durchfall: Arzneimittel nach Rucksprache mit Ihrer Arztin oder Ihrem Arzt bzw. Apothekerin oder Apotheker
- gegen allergische Reaktionen der Haut z. B. bei Insektensstichen: Antiallergikum oder Antihistaminikum
- Repellents gegen Insekten weitere individuell verschriebene Arzneimittel
- gegen Fieber: Digitalthermometer; febrileersenkendes Arzneimittel
- gegen Blähungen oder Verstopfung: z. B. Kümmelöl
- gegen Erkältung oder Schnupfen: Arzneimittel zur Schmerzlinderung, zum Abschwellen und ggf. zum Abbau von Blutergüsse
- gegen Schmerzen: schmerzlinderndes Arzneimittel; ferner für Schmerzen und Schwellung bei einem Insektennistisch geeignetes kühlendes Gel
- gegen Schmerzen: Nasensekretabsauger, um die Nase des Babys zu reinigen; als Nasentropfen ggf. Hustensaft



## Checkliste Hausapotheke

**Materialien bei Pflegebedarf /**

- (Inhalt eines) DIN-Verbandkastens
- Erste Hilfe zur Versorgung von Wunden und zur Versorgung von Bagatellverletzungen wie Schürfwunden
- Hierzu kann der Inhalt eines Verbandkastens um Folgendes ergänzt werden:
  - Material zur Reinigung und Desinfektion der Wunde
  - Wundheilsalbe und Salbe gegen "Wunden Po" (mit Zinkoxid oder Panthenol)
  - Zeckenkarte / -pinzette
  - Material zur Reinigung und Desinfektion der Wunde
  - Wundheilsalbe und Salbe gegen "Wunden Po" (mit Zinkoxid oder Panthenol)
  - Splitterpinzette
- gegen Prellungen oder stumpfe Verletzungen: Arzneimittel zur Schmerzlinderung, zum Abschwellen und ggf. zum Abbau von Blutergüsse
- gegen Schnupfen: Arzneimittel zu reinigen; als Nasentropfen ggf. Hustensaft
- gegen Schmerzen: schmerzlinderndes Arzneimittel; ferner für Schmerzen und Schwellung bei einem Insektennistisch geeignetes kühlendes Gel
- gegen Schmerzen: Nasensekretabsauger, um die Nase des Babys zu reinigen; als Nasentropfen ggf. Hustensaft



## Checkliste Hygieneartikel und Pflegebedarf

**Hygieneartikel / Materialien bei Pflegebedarf /**

- Seife und Schnierseife
- Waschmittel
- Zahnbürste und Zahnpasta
- Set Einweggeschirr mit Besteck
- Haushaltspapier
- Desinfektionsmittel (Fläche / Hände)
- Toilettenpapier
- Müllbeutel
- 1,5 kg Fisch, Fleisch, Eier bzw. Volleipulver
- Besonderheiten bei Lebensmittel bei Pflegebedarf
- Sondernahrung oder Alternativen (z. B. purierte Kost)
- Müsliriegel / Kekse (z. B. Butterkekse zum Anrühren von Brei)
- Schmelzflocken (auch zum Andicken von Flüssigkeiten geeignet)
- ggf. spezielle Bevorratung bei Unverträglichkeiten
- Allgemeine Hinweise / Individuelle Pflegebedürfnisse und Gegebenheiten müssen vor Ort berücksichtigt werden! Es empfiehlt sich, bei pflege- und hilfebedürftigen Menschen einen Notfallkoffer an Pflegeleuten und Verbrauchsartikeln zu Hause anzulegen und sicher zu verwahren. Dieser sollte regelmäßig auf Aktualität überprüft werden.
- Weitere Hilfsmittel bei Pflegebedarf
- ggf. Verbandsmaterial und Zubehör (z. B. Spülösung) bei bestehenden Wunden
- Zubehör bei Ernährungssonde (z. B. Spritzen, Spülflüssigkeit Mörser / Stöpfe)
- Sehnhilfen
- Hörgeräte inkl. Zubehör
- Prothesenaufbewahrung und ggf. Reinigungsset



## Checkliste Getränke und Lebensmittel

**Checkliste Getränke und Lebensmittel**

**Hygieneartikel /**

- Im Falle einer Katastrophe / besteht die Gefahr, dass Lebensmittel nur noch schwer zu bekommen sind und Sie ggf. nicht einkaufen können. Sorgen Sie daher für einen ausreichenden Vorrat. In der folgenden Übersicht finden Sie ein Beispiel für einen Grundvorrat für zehn Tage für eine Person. Dieser entspricht ca. 2.200 kcal pro Tag und deckt damit im Regelfall den Gesamtenergieliebedarf ab. Berücksichtigen Sie bei Ihrer Planung persönliche Vorlieben, Diätvorschriften und Allergien.
- 20 Liter (12 Liter pro Tag und Person)
- Bei dem vorgeschlagenen Getränkevorrat wurde über den Bedarf von mindestens 1,5 Litern pro Person und Tag hinaus ein Zuschlag von 0,5 Litern vorgenommen, um unabhängig von der öffentlichen Trinkwasserversorgung auch über Wasser zur Zubereitung von Lebensmitteln zu verfügen.
- 3,5 kg Getreide, Getreideprodukte, Brot, Kartoffeln, Nudeln, Reis
- 4 kg Gemüse, Hülsenfrüchte
- Denken Sie daran, dass Gemüse und Hülsenfrüchte in Gläsern oder Dosen bereits gekocht sind und für getrocknete Produkte zusätzlich Wasser benötigt wird.
- 2,5 kg Obst, Nüsse
- Bevorzugen Sie Obst in Dosen oder Gläsern und verwenden Sie als Frischobst nur lagerfähiges Sorten.
- 2,6 kg Milch, Milchprodukte



Foto: Alfredo Zuniga

# Mosambik Hoffnung und Wandel.

**Grün, soweit das Auge reicht: Der idyllische Eindruck des Nordens von Mosambik trügt. Das Land ist akut durch den Klimawandel bedroht. Mit zielgerichteten Projekten zur Stärkung der eigenen Widerstandsfähigkeit unterstützen die Johanniter Menschen im Südosten Afrikas.**

Sorgenvoll blickt Agaifa Nsilamo auf ihr Reisfeld. Die grünen Halme sind zu klein, und wenn es nicht bald regnet, wird die Frucht vertrocknen. „Eigentlich müsste es längst regnen“, berichtet sie. „Wir Bäuerinnen und Bauern spüren die Veränderungen des Klimas sehr deutlich!“ Von den Johannitern hat Agaifa das Saatgut erhalten. Mais, Reis und Sojabohnen – eine erste erfolgreiche Ernte konnte sie bereits einholen. Jetzt macht sie sich Sorgen um die Felder. Denn mit dem Ertrag versorgt sie ihre Familie und kann einen Teil auf dem lokalen Markt verkaufen, um so ein Einkommen zu erwirtschaften.

**Unterricht im Lehrgarten** / Die Johanniter geben den Bauern nicht nur Saatgut. Sie bieten auch Schulungskurse in einem eigens dafür angelegten Lehrgarten an. Dort lernen die Menschen, wie sie am besten ihre Felder bestellen und wie sie mit natürlichen Mitteln, etwa mit gehackten Chilis, Schädlinge vertreiben. Die Landwirtdamen und Landwirte schließen sich auch zu Spargruppen zusammen. Monatliche Einlagen und Kredite für größere Anschaffungen oder neues Saatgut sowie ein Zins schaffen ein funktionierendes System. Bei regelmäßigen Treffen werden dann Erfahrungen ausgetauscht.

Neben der Landwirtschaft motivieren die Johanniter die Menschen auch für Kleingewerbe-Projekte. Das Dorf entscheidet im ersten Schritt gemeinsam, wer diese Unterstützung bekommt und wer am dringendsten darauf angewiesen ist. Das sind vor allem ältere Menschen, Menschen mit einer Behinderung

oder alleinerziehende Frauen. Auch die kleine Bäckerei von Dona Antumani und Amade Nacir gehört zu dem Projekt der Johanniter. Als Startpaket haben die beiden Mehl, Zucker und Salz erhalten und von ersten Erlösen einen Lehmofen gebaut. Viele Nachbarn kommen auf dem Weg zu oder von ihren Feldern vorbei und kaufen Brötchen. „Früher war ich Fischer und musste auf dem Meer unseren Lebensunterhalt verdienen“, berichtet Amade. Heute sind die beiden glücklich mit ihrer kleinen Bäckerei. „Wir lieben es, die Menschen mit unserem Brot zu versorgen“, berichtet Amade. „Heute haben wir jeden Tag etwas zu essen, dank der Unterstützung der Johanniter.“ / Birte Kötter

[www.johanniter.de/mosambik](http://www.johanniter.de/mosambik)



## Spenden Sie!

Unterstützen Sie die Arbeit der Johanniter für die Menschen in Mosambik:

### Spendenkonto

Johanniter-Unfall-Hilfe e.V.

IBAN: DE94 3702 0500 0433 00

BIC: BFSWDE33XXX

Stichwort: Mosambik

## Checkliste Notfallgepäck



**In einem Notfall** kann es schwierig sein, an alles zu denken, was man mitnehmen muss. Daher ist es ratsam, im Voraus zu planen und ein Notgepäck vorzubereiten, das Sie immer griffbereit in Ihrer Wohnung stehen haben.

Berücksichtigen Sie die Möglichkeit, dass es längere Zeit dauern könnte, bis Sie Ihre Wohnung wieder betreten können. Das Notgepäck soll Ihnen helfen, in den ersten Tagen außer Haus zurechtzukommen. Eine wichtige Regel bei der Vorbereitung: Packen Sie für jedes Familienmitglied nur so viel ein, wie in einen Rucksack passt. Ein Rucksack ist praktischer als ein Koffer, da Sie beide Hände frei haben. Sollten Sie Haustiere haben, denken Sie auch an deren Bedürfnisse.

- persönliche Medikamente
- Erste-Hilfe-Material
- Schutzmaske, behelfsmäßiger Atemschutz (z. B. FFP2-Maske)
- Dokumentenmappe für Kinder: Brustbeutel oder eine SOS-Kapsel mit Namen, Geburtsdatum und Anschrift
- haltbare Lebensmittel für 2 Tage (staubdicht verpackt)
- Wasserflasche
- Essgeschirr und -besteck, Thermoskanne, Becher
- Dosenöffner und Taschenmesser
- Schlafsack oder Decke
- strapazierfähige, warme Kleidung für ein paar Tage, auch Wetterschutzbekleidung
- Unterwäsche und Strümpfe
- feste, strapazierfähige Schuhe
- Kopfbedeckung
- Arbeitshandschuhe
- Hygieneartikel für ein paar Tage
- batteriebetriebenes Radio mit Reservebatterien oder Kurbelradio
- Handy mit Fotofunktion
- Taschenlampe, Reservebatterien
- Powerbank / Ladekabel
- Feuerzeug / Streichhölzer
- Pfeife, um sich bemerkbar zu machen
- Fortbewegung bei Pflegebedarf
- Rollstuhl
- Gehhilfen
- Rollator
- Hilfsmittel zum Ankleiden bei Pflegebedarf
- Anziehhilfe Kompressionsstrümpfe (z. B. aus Seide oder genoppte Haushaltshandschuhe aus Gummilatex)
- Schuhlöffel
- Weitere Hilfsmittel bei Pflegebedarf
- Greifhilfe (um Gegenstände aufzuheben)
- Glocke oder Pfeife, um sich bemerkbar zu machen
- Prothesenaufbewahrung und ggf. Reinigungsset

## Namen & Nachrichten



### Spürnasen mit Bundesinnenminister

**Bevölkerungsschutz** / Mehr als 40 Helferinnen und Helfer aus den drei JUH-Regionalverbänden in Mecklenburg-Vorpommern haben die Johanniter am 12. Juli als eine der großen anerkannten Hilfsorganisationen auf dem diesjährigen gemeinsamen Bevölkerungsschutztag des Bundes und der Länder in Rostock vertreten. An gleich drei Ständen präsentierten die Helfenden unter anderem ihre Fähigkeiten in den Bereichen Betreuung, Verpflegung, Logistik – und beim Treffen mit Bundesinnenminister Alexander Dobrindt auch im Rettungshundewesen.

### 2024 in Wort, Bild und Zahl

**Jahresberichte** / Rund 857 000 Einsätze in der Notfallrettung haben die Johanniter 2024 absolviert und rund 320 000 Menschen in Erster Hilfe ausgebildet. Dies sind nur zwei Zahlen, die der neue Jahresbericht mit weiteren Geschichten aus vielen Einsatzbereichen illustriert. Die weltweite Unterstützung Hilfebedürftiger dokumentiert der neu aufgelegte Bericht der Johanniter-Auslandshilfe. Beide Dokumente sind für die digitale Lektüre im Internet aufbereitet und auch als blätterbare Dateien abgelegt: [www.johanniter.de/jahresbericht-2024](http://www.johanniter.de/jahresbericht-2024)



### Bekenntnis zu Demokratie und Vielfalt

**Kirchentag** / Mit mehr als 300 ehrenamtlichen Helferinnen und Helfern sowie Mitgliedern der Johanniter-Jugend haben die Johanniter den Deutschen Evangelischen Kirchentag (DEKT) in Hannover unterstützt. Sie leisteten nicht nur Sanitätsdienste, boten Kinderbetreuung an und ermöglichen durch Fahr- und Begleitdienste Menschen mit Mobilitäts-einschränkungen die Teilnahme. Sie setzten auch ein deutliches Zeichen für Demokratie und gesellschaftlichen Zusammenhalt und schlossen sich der Selbst-verpflichtung zur Demokratie des DEKT an.



### Auszeichnungen vergeben

**Johanniterorden** / Der Herrenmeister des Johanniterordens, Dr. Oskar Prinz v. Preußen, hat das „Ehrenzeichen der Johanniter-Unfall-Hilfe“ verliehen an Tim Heinrich (Wennigsen), Ralph Heinz (München), Anja Heinze (Bornsdorf Heideblick) und Dorothea Reuster (Weißenhorn-Oberhausen).



Fotos: Henning Schacht, André Schweiger



# Die Johanniter in Nordrhein-Westfalen

Katastrophenvorsorge: Für alle Fälle vorbereitet.

**Stürme, Hochwasser oder Stromausfälle – Katastrophen können unseren Alltag plötzlich aus der Bahn werfen.**

Unsere Erfahrungen als Johanniter haben gezeigt, wie essenziell gute Vorbereitung im Krisenfall ist. Die Johanniter in NRW stehen mit ihrem umfassenden Know-how im Bevölkerungsschutz und der Katastrophenvorsorge

bereit – ob bei Naturereignissen, großflächigen Blackouts oder während sonstiger Krisenlagen. Unsere Einsatzkräfte leisten dort Hilfe, wo sie am dringendsten gebraucht wird – schnell, kompetent und verlässlich.

### Katastrophenschutz



Der Katastrophenschutz ist Aufgabe der Bundesländer, die mit Kommunen, Feuerwehr, Johannitern und anderen Hilfsorganisationen plus THW zusammenarbeiten. Die Johanniter stellen in NRW 82 ehrenamtliche Einheiten, um bei Naturkatastrophen usw. Menschenleben zu retten und Schäden zu begrenzen.

### Zivilschutz



Der Zivilschutz ist Hoheitsaufgabe des Bundes und eine Form des Katastrophenschutzes im militärischen Einsatzfall. Er schützt die Bevölkerung zum Beispiel durch Warnungen vor kriegsbedingten Gefahren wie Bombenangriffen, sorgt für Spezialtechnik und schützt die Gesundheit der Bevölkerung durch Ausbildungen.

### Bevölkerungsschutz

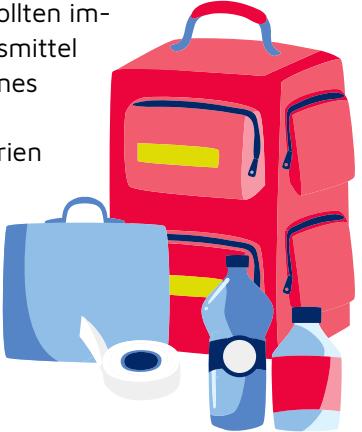


Der Bevölkerungsschutz ist der Oberbegriff für den Zivil- und den Katastrophenschutz. Er beinhaltet den Schutz der Bevölkerung vor großflächigen, längerfristigen oder überregionalen Gefahren (wie Pandemien, Stromausfällen oder terroristischen Angriffen). Er ist eine gemeinsame Aufgabe von Bund und Ländern.

► Doch nicht nur die Einsatzkräfte sind gefragt – auch jede und jeder Einzelne kann vorsorgen. Wenn Supermärkte geschlossen bleiben oder Hilfe erst verspätet eintrifft, ist Eigenverantwortung entscheidend. Wer vorbereitet ist, schützt sich selbst und entlastet zugleich die Gemeinschaft.

#### Wie sieht gute persönliche Notfallvorsorge aus?

Ein Lebensmittel- und Trinkwasservorrat für mindestens zehn Tage bildet die Grundlage. Ebenso wichtig sind pro Haushaltsbewohner eine volle Hausapotheke, Medikamente, Hygieneartikel sowie wetterfeste Kleidung. Wichtige Dokumente (z.B. Ausweise) und ausreichend Bargeld für mehrere Tage sollten immer griffbereit sein. Hilfsmittel wie ein batteriebetriebenes Radio, Kerzen, Taschenlampen und Ersatzbatterien helfen dabei, informiert zu bleiben und handlungsfähig zu sein. Auch ein familiärer Notfallplan mit Treffpunkten und Kontaktdaten ist sinnvoll.



**»Vorsorge ist Verantwortung – für sich selbst, die Familie und die Gesellschaft. Wer vorbereitet ist, kann in Krisensituationen ruhig und überlegt handeln – und wertvolle Zeit für die Rettungskräfte gewinnen.«**

Matthias Schröder,  
Experte für Katastrophenvorsorge

Weitere Informationen finden Sie in unserer neuen Broschüre „Für alle Notfälle“, die Sie sich kostenlos unter Angabe Ihrer Adresse schicken lassen können per E-Mail an [spenden.nrw@johanniter.de](mailto:spenden.nrw@johanniter.de) oder hier herunterladen:



## RV Münsterland/Soest

### Trainings für Ehrenamtliche: Gut vorbereitet für den Einsatz

**Münster** / Dank Ihrer Unterstützung engagieren sich im Regionalverband Münsterland/Soest inzwischen 350 gut ausgebildete Ehrenamtliche. Ihre Fördermitgliedschaft ermöglicht nicht nur die anspruchsvolle Ausbildung, sondern auch die Ausstattung mit Einsatzkleidung

und regelmäßige Trainings. Kürzlich erhielten die Ehrenamtlichen der Obdachlosenhilfe ein Deeskalationstraining – ein wichtiger Beitrag zur Sicherheit im Einsatz. Auch unsere Rettungskräfte profitierten von einer Großübung mit Feuerwehr und Polizei: Eine Massenkaram-

bolage beim GIRO Radrennen wurde realitätsnah simuliert. Solche Übungen retten im Ernstfall wertvolle Minuten und manchmal Leben.

Bitte unterstützen Sie unsere Ehrenamtlichen weiterhin – wir sagen von Herzen „Danke!“

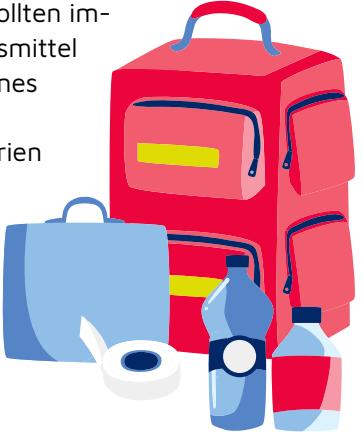


Foto: Maren Küter

► Doch nicht nur die Einsatzkräfte sind gefragt – auch jede und jeder Einzelne kann vorsorgen. Wenn Supermärkte geschlossen bleiben oder Hilfe erst verspätet eintrifft, ist Eigenverantwortung entscheidend. Wer vorbereitet ist, schützt sich selbst und entlastet zugleich die Gemeinschaft.

#### Wie sieht gute persönliche Notfallvorsorge aus?

Ein Lebensmittel- und Trinkwasservorrat für mindestens zehn Tage bildet die Grundlage. Ebenso wichtig sind pro Haushaltsbewohner eine volle Hausapotheke, Medikamente, Hygieneartikel sowie wetterfeste Kleidung. Wichtige Dokumente (z.B. Ausweise) und ausreichend Bargeld für mehrere Tage sollten immer griffbereit sein. Hilfsmittel wie ein batteriebetriebenes Radio, Kerzen, Taschenlampen und Ersatzbatterien helfen dabei, informiert zu bleiben und handlungsfähig zu sein. Auch ein familiärer Notfallplan mit Treffpunkten und Kontaktdaten ist sinnvoll.



**»Vorsorge ist Verantwortung – für sich selbst, die Familie und die Gesellschaft. Wer vorbereitet ist, kann in Krisensituationen ruhig und überlegt handeln – und wertvolle Zeit für die Rettungskräfte gewinnen.«**

Matthias Schröder,  
Experte für Katastrophenvorsorge

Weitere Informationen finden Sie in unserer neuen Broschüre „Für alle Notfälle“, die Sie sich kostenlos unter Angabe Ihrer Adresse schicken lassen können per E-Mail an [spenden.nrw@johanniter.de](mailto:spenden.nrw@johanniter.de) oder hier herunterladen:



## RV Minden-Ravensberg Freude verbindet Generationen

**Bad Oeynhausen** / Die Kinder unserer Kindertageseinrichtung „Oeynhausener Schweiz“ besuchen regelmäßig die Gäste der Johanniter-Tagespflege in Bad Oeynhausen und sorgen jedes Mal für strahlende Gesichter und gute Laune. Beim letzten Besuch spielten Jung und Alt mit viel Begeisterung gemeinsam „Mensch ärgere dich nicht!“ Voller Lachen, Spannung, Teamgeist und mit großem Ehrgeiz wurde gewürfelt, gezogen und lautstark gejubelt, wenn ein Sieg gelang. Am Ende eines fröhlichen Nachmittags durfte eine süße Belohnung für alle natürlich nicht fehlen. Schon jetzt freuen sich alle auf den nächsten Besuch – dann wird wieder gemeinsam gespielt, gebastelt und gelacht! Diese wertvollen Begegnungen zeigen eindrucksvoll, wie bereichernd das Miteinander der Generationen ist und welch schöne Erinnerungen dabei entstehen.



## RV Essen Übung für den Ernstfall in Mülheim



Übungen wie diese zeigen, was im Einsatz funktioniert – und was noch besser werden muss. Sie sind notwendig, um Abläufe zu trainieren und im Ernstfall gemeinsam handlungsfähig zu bleiben.

**Mülheim** / Dunkelheit, dichter Wald, das Szenario: eine vermisste Schülergruppe nach einem schweren Unwetter. Ende März trainierten rund 300 Einsatzkräfte von Johannitern, THW und Feuerwehr in Mülheim an der Ruhr den Ernstfall – mit dabei: unsere Einsatzeinheit „NRW EE 03“ und die Johanniter-Jugend aus Essen. Im Mittelpunkt standen unsere ehrenamtlichen Helferinnen und Helfer: Sie versorgten die Verletzten, richteten einen Behandlungsplatz ein und zeigten eindrucksvoll, wie professionell sie im Team agieren – auch unter Druck. Jugendliche der Johanniter-Jugend übernahmen die Rolle der Verletzten und sorgten mit realistisch geschminkten Wunden für authentische Bedingungen. Im Gelände wurden sie von Suchtrupps, die unter anderem aus unserer Drohnen- und Rettungshundestaffel bestanden, gefunden und erstversorgt.

## RV Rhein.-/Oberberg Ehrenamtlicher Einsatz beim Karneval

»Danke!«

**Wiehl** / Zum Start des Karnevals war unser Sanitätswachdienst im Einsatz, um die medizinische Versorgung der Feiernden sicherzustellen. Ob kleinere Verletzungen, Kreislaufprobleme oder akute Notfälle – sie standen mit Fachwissen und Einsatzbereitschaft bereit. Unser Sanitätswachdienst ist rund ums Jahr bei Veranstaltungen im Einsatz – immer ehrenamtlich, mit hoher Qualifikation und großem Engagement. Damit leisten sie einen wichtigen Beitrag zur öffentlichen Sicherheit und Gesundheitsversorgung bei Großveranstaltungen.

Dieser Einsatz ist nur dank Ihrer Fördermitgliedschaft und Spende möglich. Sie helfen uns, unsere Helferinnen und Helfer auszubilden, auszurüsten und für den Ernstfall vorzubereiten. Dafür sagen wir Ihnen herzlich „Danke!“



## RV Ruhr-Lippe Rekordspende für unsere KälteEngel® Bochum

**Bochum** / Mit großer Freude und Dankbarkeit haben wir Johanniter vom Regionalverband Ruhr-Lippe eine Rekordspende in Höhe von 6.300 Euro für unser Projekt KälteEngel® Bochum entgegengenommen. Das Geld hatten Besucherinnen und Besucher des Westfield Ruhr Park gespendet. Dank der Unterstützung vom Westfield Ruhr Park und der Sheltersuit Foundation konnten wir vor Ort eine Informationsstelle für unseren KälteEngel® Bochum aufstellen und die Sheltersuits vorstellen. Mit dieser Spende können zehn witterfeste Sheltersuits und 33 Shelterbags angeschafft werden – mobile Schutzlösungen, die den obdachlosen Menschen am Bochumer Hauptbahnhof Wärme, Trockenheit und ein Stück Sicherheit schenken. Unsere ehrenamtlichen Helferinnen und Helfer der KälteEngel® erleben immer wieder, wie wichtig dieser Schutz in den kalten Wintermonaten ist.

Wir danken allen Spenderinnen und Spendern von Herzen. Gemeinsam können wir helfen – und dort Wärme spenden, wo sie am dringendsten gebraucht wird.



## RV Niederrhein Löschritter lernen spielerisch

**Neuss** / Mit dem Projekt „Löschritter“ bietet die Johanniter am Niederrhein ein besonderes Bildungsangebot für Kinder im Kindergarten- und Grundschulalter an. Ziel ist es, bereits die Jüngsten für das Thema Brandschutz zu sensibilisieren – kindgerecht, spannend und praxisnah.

In einer dreistündigen Veranstaltung werden die Kinder spielerisch an wichtige Inhalte herangeführt: Was tun, wenn es brennt? Wie erkenne ich Gefahren? Und wie wähle ich im Notfall die 112? Diese Fragen stehen im Mittelpunkt der Ausbildung – ergänzt durch anschauliche Beispiele und kleine Löscherübungen, bei denen die Kinder mit viel Freude das Gelernte direkt anwenden können. Die Teilnehmenden werden während des Kurses symbolisch zu „Löschrittern“ ernannt – mit allem, was dazugehört: kindgerechten Materialien, Mitmachaktionen und einer motivierenden Atmosphäre. So entsteht ein nachhaltiger Lerneffekt, der über den Tag hinauswirkt. Ganz nach dem Motto: Früh übt sich, wer ein echter Retter sein will.

## RV Köln/Leverkusen/ Rhein-Erft Junge Lebensretter im Einsatz

**Köln** / Der Johanniter-Schul-sanitätsdienst wächst weiter – und mit ihm eine neue Generation junger Ersthelfender. Mit viel Engagement bauen wir als Johanniter im Regionalverband unser Angebot an Ko-operationsschulen aus. Jüngst konnten 20 weitere Schülinnen und Schüler in einem eintägigen Erste-Hilfe-Kurs für ihre verantwortungsvolle Aufgabe im Schulsanitätsdienst qualifiziert werden. Die Ausbildung übernahmen unsere Freiwilligendienstleistenden des Fachbereichs Jugend, die nicht nur Fachwissen vermittelten, sondern auch Begeisterung für das Helfen weckten. Die neuen „Schulsanis“ sind nun bereit, an ihren Schulen Erste Hilfe zu leisten und bei Notfällen schnell und kompetent zu reagieren.

Wir freuen uns darauf, sie im Rahmen regelmäßiger AGs weiter zu begleiten und ihr Wissen zu vertiefen. Erste Hilfe beginnt nicht erst im Erwachsenenalter – sie ist Herzenssache von Anfang an.

»Wir freuen uns über den weiteren Ausbau des Schulsanitätsdienstes!«

Das Team der Johanniter-Jugend



Fotos: Robin Beckmann, Manon Lamers, Florian Roth

Fotos: AdobeStock Chinnapong, Susanne Hilmert, James Happel

## RV Aachen-Düren-Heinsberg Bis zuletzt in Würde leben: Das sollte jedem Menschen vergönnt sein.

**Wassenberg** / Mit der „Allgemeinen ambulanten Palliativversorgung“ haben die Johanniter in Wassenberg den Leistungen ihrer Pflege eine neue Leistung hinzugefügt. Ein fachkundiges und engagiertes Team steht unheilbar erkrankten Menschen und ihren Angehörigen zur Seite. Um sterbende Menschen in ihrer gewohnten Umgebung bestmöglich zu versorgen, ist vorab ein Netzwerk geschaffen worden, mit dem viele Bedürfnisse der Pflegebedürftigen erfüllt werden können. Damit schaffen die Beteiligten eine Betreuung, die den Menschen in seiner letzten Lebensphase und sein familiäres Umfeld als Ganzes sieht. Die Johanniterinnen und Johanniter in der „Palliative Care“ wollen Menschen in ihrer letzten Lebensphase eine größtmögliche Selbstbestimmung zusichern und sie würdevoll, individuell, unterstützend und warmherzig versorgen.



**Infos unter  
Tel. 02432 94865-300**

## RV Lippe-Höxter Erste Hilfe für und mit Senioren bei Kaffee und Kuchen



Die neue Veranstaltungsreihe der Johanniter Lippe-Höxter „Erste Hilfe für und mit Senioren bei Kaffee und Kuchen“ richtet sich an ältere Menschen und ihre Angehörigen.

**Blomberg** / Nach der positiven Resonanz auf die ersten Veranstaltungen der Reihe „Erste Hilfe für und mit Senioren bei Kaffee und Kuchen“ haben die Johanniter Lippe-Höxter ihr Angebot ausgeweitet. An den Johanniter-Standorten Bad Salzuflen, Beverungen, Blomberg und Lage sind Fördermitglieder und Hausnotrufteilnehmende zu saisonalen Info-Nachmittagen wie Oster-, Sommer-, Herbst- und Wintercafé eingeladen. Gemütlich bei Kaffee und Kuchen lernen die Teilnehmenden seniorengerecht Erste Hilfe. Ein erfahrener Erste-Hilfe-Trainer informiert über Themen wie Schlaganfall, Herzinfarkt, Stürze oder Verschlucken. Ein weiterer Johanniter informiert über den Hausnotruf. Die Veranstaltung richtet sich sowohl an ältere Menschen als auch an ihre Angehörigen und gibt ihnen hilfreiche Tipps für den Notfall mit auf den Weg.



v.l.: Bettina Wichmann, Leiterin des Ambulanten Hospizdienstes, mit Sabine Hildebrand und Ilka Beyer von der Stadt Menden

## RV Südwestfalen Was bleibt, wenn alles geht?

**Menden** / Zum weltweiten Tag der Kinderhospizarbeit eröffneten die Johanniter gemeinsam mit der Dorte-Hilleke-Bücherei in Menden die Ausstellung „Wenn das letzte Hemd doch Taschen hätte“. 23 gestaltete Hemden, bestückt mit Erinnerungen, Symbolen und Gedanken, luden dazu ein, sich mit Leben und Abschied auseinanderzusetzen. Neben Ehrenamtlichen beteiligten sich auch Prominente wie die ehemalige Bundestagsabgeordnete Dagmar Freitag. Ihre Botschaft: Nicht Dinge, sondern Erinnerungen, Freiheit und Frieden zählen am Ende. Mit der Ausstellung machten die Johanniter sichtbar, wie wichtig ihre Arbeit im ambulanten Hospizdienst ist: Sie begleiten Menschen in schwierigen Zeiten und schaffen Raum für Gespräche und Trost. Die Resonanz war überwältigend – weitere gemeinsame Aktionen sind bereits geplant.

## RV Östliches Ruhrgebiet Individuelle Hilfe für die ganze Familie

**Dortmund** / Seit über einem Jahr unterstützen die Johanniter im Raum Dortmund Kinder, Jugendliche und ihre Familien mit ambulanter Kinder- und Jugendhilfe – passgenau zu Hause, im Alltag, im vertrauten Umfeld. In dieser Zeit wurden rund 100 Familien begleitet, jede mit eigenen Herausforderungen. Viele meistern ihren Alltag inzwischen wieder selbstständig: Kinder gewinnen Stabilität, Jugendliche neuen Mut, Eltern spüren, dass sie nicht allein sind. „Frühzeitige, individuelle Hilfe ist entscheidend“, betont eine Mitarbeiterin. „Wenn eine Familie wieder gemeinsam lacht oder ein Jugendlicher Perspektiven entwickelt, wissen wir, warum wir das tun.“ Die Erfolgsgeschichten zeigen, wie wirksam ambulante Hilfe ist, wenn Fachkompetenz, Empathie und der feste Glaube an familiäre Stärken zusammenkommen.



Infos unter Tel. 02306 44866 und E-Mail [ambulantehilfen.oestliches-ruhrgebiet@johanniter.de](mailto:ambulantehilfen.oestliches-ruhrgebiet@johanniter.de)

## RV Rhein-Ruhr Projekt „Pflasterlaster“ startet in Düsseldorf



**Düsseldorf** / Pflaster kleben, Wunden desinfizieren und Verbände legen: Der „Pflasterlaster“ ist seit dem Frühjahr einmal in der Woche in Düsseldorf unterwegs und bietet medizinische Versorgung für Obdachlose an. Hier bekommen Menschen, die auf der Straße leben, kostenfrei medizinische Hilfe – ganz gleich, ob sie über eine Krankenversicherung verfügen oder nicht. Der umgebaute Rettungswagen ist gut sichtbar und ausgestattet mit allem Notwendigen für die (Wund-)Versorgung und Diagnostik. „Wir freuen uns sehr, diese wichtige Hilfe gemeinsam mit unseren Partnern vom ‚gutenachtbus‘ zu leisten“, sagt Regionalvorstand Marvin Adels. Auf dem Wagen arbeiten – rein ehrenamtlich – ein Arzt sowie zwei Johanniter mit medizinischen Kenntnissen. Los geht es um 22 Uhr in der Düsseldorfer Altstadt, danach geht es weiter an den Bahnhof.

»Wir starten mit einem Einsatz in der Woche und werden sehen, wie hoch der Bedarf der Menschen ist.«

Regionalvorstand Marvin Adels

Weitere Informationen zum Pflasterlaster und die Möglichkeit, für das Projekt zu spenden gibt es hier: [www.johanniter.de/pflasterlaster](http://www.johanniter.de/pflasterlaster)

Fotos: Amelie Glaser, Wiebke Aßheuer



## RV Ostwestfalen Jette wird Therapiehund in Rettungshundestaffel Paderborn

**Paderborn** / Jette feierte kürzlich ihren ersten Geburtstag und kam vor ein paar Monaten aus Rumänien zu Daniela und Jochen Ortmann. Beide sind Mitglieder „ohne Hund“ in der Rettungshundestaffel Paderborn. Nun wird Daniela Ortmann Jette als Besuchs- und Therapiehund ausbilden.

Ausgebildete Besuchs- und Therapiehunde werden sehr erfolgreich in Einrichtungen für Senioren und in der Pädagogik eingesetzt, beispielsweise in Schulklassen oder Kitas. In den Einrichtungen wirken sie mit ihrer Anwesenheit positiv auf die Menschen und unterstützen Heilpädagogen und Ergotherapeuten bei der Behandlung von Patienten mit unterschiedlichen Krankheitsbildern. Alle Mitglieder unserer Rettungshundestaffeln engagieren sich ausschließlich ehrenamtlich. Auch Jette wird sich dank Ihrer Spenden für das Wohlergehen von Menschen einsetzen können. Herzlichen Dank für die Unterstützung!

Jochen und Daniela Ortmann mit Jette



## RV Bonn/Rhein-Sieg/ Euskirchen

### Aus Akuthilfe wird Zukunft – wie Spenden nachhaltig helfen

**Sankt Augustin** / Die Hochwasserhilfe der Johanniter arbeitet nicht nur an akuten Problemen der Betroffenen. Sie will die Menschen in ihrer Region langfristig stärken, zum Beispiel mit „nachhaltigen Aktionstagen“. Dafür wurden schon viele naturnahe Erlebnisse für die von der Flut betroffenen Teilnehmenden organisiert: etwa Wanderungen oder Vorträge zum Klimaschutz, die das Naturverständnis, Gemeinschaft und Eigenschutz stärken. Dafür wurde die Hochwasserhilfe Bonn/Rhein-Sieg/Euskirchen jetzt von den Johannitern mit dem „Nachhaltigkeitspreis“ in der Kategorie „Gesellschaft“ auf dem 1. Platz prämiert – zur großen Freude von Projektleiterin Luisa Mertens, Erik Heneka und dem gesamten Team. Verena Dienst, Mitglied des Regionalvorstands:

„Für uns ist das eine tolle Bestätigung, dass unsere nachhaltige Arbeit Anerkennung findet. Wir möchten mit innovativen Ideen und zuverlässiger Hilfe weiter für die Betroffenen aktiv bleiben.“

## Landesverband Nordrhein-Westfalen

### Landesgeschäftsstelle

Siegburger Straße 197  
50679 **Köln**  
Tel. 0221 99399-0  
Fax 0221 99399-199  
info.nrw@johanniter.de  
www.johanniter.de/nrw

### Spendenkonto

IBAN: DE25 3702 0500  
0004 3150 18  
BIC: BFSWDE33XXX  
SozialBank AG



## Regionalverbände

### 1 / RV Münsterland/Soest

Geringhoffstraße 45/47  
48163 Münster  
Tel. 0251 97414-900  
info.muensterland-  
soest@johanniter.de

### 5 / RV Rhein-Ruhr

Erkrather Straße 245  
40233 Düsseldorf  
Tel. 0211 73830-0  
info.rhein-ruhr@  
johanniter.de

### 9 / RV Niederrhein

Hellersbergstraße 7  
41460 Neuss  
Tel. 02131 7148-00  
info.niederrhein@  
johanniter.de

### 13 / RV Köln/Lever- kusen/Rhein-Erft

Frankfurter Straße 666  
51107 Köln  
Tel. 0221 89009-0  
info.koeln@johanniter.de

### 2 / RV Ostwestfalen

Artur-Ladebeck-Str. 85  
33617 Bielefeld  
Tel. 0521 299099-0  
info.ostwestfalen@  
johanniter.de

### 6 / RV Essen

Henricistraße 100  
45136 Essen  
Tel. 0201 89646-0  
info.essen@johanniter.de

### 10 / RV Bergisches Land

Wittensteinstraße 53  
42285 Wuppertal  
Tel. 0202 28057-0  
info.bergischesland@  
johanniter.de

### 14 / RV Rhein.-/ Oberberg

Ohlerhammer 14  
51674 Wiehl  
Tel. 02262 7626-0  
info.rhein-oberberg@  
johanniter.de

### 3 / RV Minden- Ravensberg

Vlothoer Straße 193  
32547 Bad Oeynhausen  
Tel. 05731 5599-0  
info.minden-ravensberg@  
johanniter.de

### 7 / RV Ruhr-Lippe

Schillerstraße 18 d  
58089 Hagen  
Tel. 02331 9399-0  
info.ruhr-lippe@  
johanniter.de

### 11 / RV Südwestfalen

Alsenstraße 1  
58511 Lüdenscheid  
Tel. 02351 8707-0  
info.suedwestfalen@  
johanniter.de

### 15 / RV Bonn/Rhein-Sieg/ Euskirchen

Einsteinstraße 13  
53757 Sankt Augustin  
Tel. 02241 23423-0  
info.bonn@johanniter.de

### 4 / RV Lippe-Höxter

Am Diestelbach 5-7  
32825 Blomberg  
Tel. 05235 95908-0  
info.lippe-hoexter@  
johanniter.de

### 12 / RV Aachen- Düren-Heinsberg

Wittbrücker Straße 26  
44287 Dortmund  
Tel. 0231 442323-0  
info.oestliches-ruhrgebiet@  
johanniter.de

### 16 / RV Aachen- Düren-Heinsberg

Rotter Bruch 32-34  
52068 Aachen  
Tel. 0241 91838-0  
info.aachen@johanniter.de

### Impressum der Regionalseiten im Magazin Johanniter

Herausgeber / Johanniter-Unfall-Hilfe e.V., Landesverband  
Nordrhein-Westfalen, Siegburger Straße 197, 50679 Köln,  
Tel. 0221 99399-0, Fax 0221 99399-199, info.nrw@johanniter.de

Redaktion / Dr. Tobias Eilers (verantwortlich)

Layout / ARTWORK Werbeagentur Titelfoto / Adobe Stock

Druck, Verlag / be1druck GmbH,

Emmericher Straße 10, 90411 Nürnberg

www.johanniter.de/nrw



Unser gebührenfreies NRW-Service-Telefon  
0800 88 11 220

## Gesundheit & Sicherheit



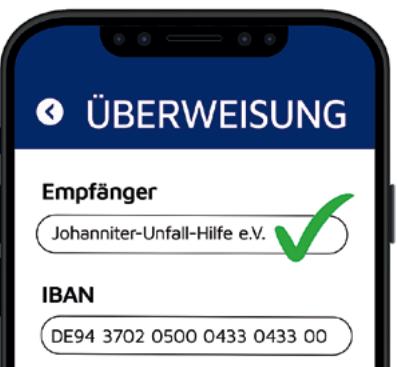
**/// Kühlt nicht der Tau die  
Hitze? So ist das Wort  
besser als die Gabe.**

Die Bibel, Sirach 18,19



## Digitale Hitzeschutzkampagne

**Prävention** / Mit einer Themenseite im Internet sowie einem kostenfreien E-Book zum Hitzeschutz bieten die Johanniter diesen Sommer konkrete Hilfestellungen für ältere und chronisch kranke Menschen, Eltern sowie professionelle Fachkräfte: Mit fachlich fundierten Tipps zum Schutz vor Hitze und zur Prävention von gesundheitlichen Folgen bieten die Internetseite [www.johanniter.de/hitzeschutz](http://www.johanniter.de/hitzeschutz) sowie ein dort erhältliches E-Book wertvolle Informationen für heiße Tage. Ein kostenloses E-Learning zum Thema „Gut durch Hitzewellen kommen“ gibt es zudem unter [qr.johanniter.de/hitzewelle](http://qr.johanniter.de/hitzewelle).



## Sicherheitscheck im Online-Banking

**EU-Verordnung** / Für einen zusätzlichen Sicherheitscheck bei allen Überweisungen sorgt vom 5. Oktober an die sogenannte Empfängerprüfung (VoP) durch die Bankinstitute: Nur wenn künftig beim Online-Banking Empfängername und IBAN exakt übereinstimmen, kann eine reibungslose Ausführung sichergestellt werden. Für Spenden oder Mitgliederbeiträge an die Johanniter müsste also zukünftig immer „Johanniter-Unfall-Hilfe e.V.“ eingetragen werden. Bei bereits bestehenden Kontoverbindungen ist keine nachträgliche Änderung notwendig.



## Zehn Jahre NINA-Warn-App

**Jubiläums-Update** / Mehr als 12 Millionen Menschen nutzen sie bereits – die Warn-App des Bundesamtes für Bevölkerungsschutz und Katastrophenhilfe (BBK). In einem aktuellen Update hat sie viele Neuerungen erhalten: Neben den bewährten „Notfalltipps“ gibt es neu den Themenbereich „Polizeitipps“ mit umfassenden Informationen zur polizeilichen Kriminalprävention, Hinweise für Opfer von Straftaten und praktische Tipps für mehr Sicherheit im Alltag.

[www.bbkbund.de/nina](http://www.bbkbund.de/nina)

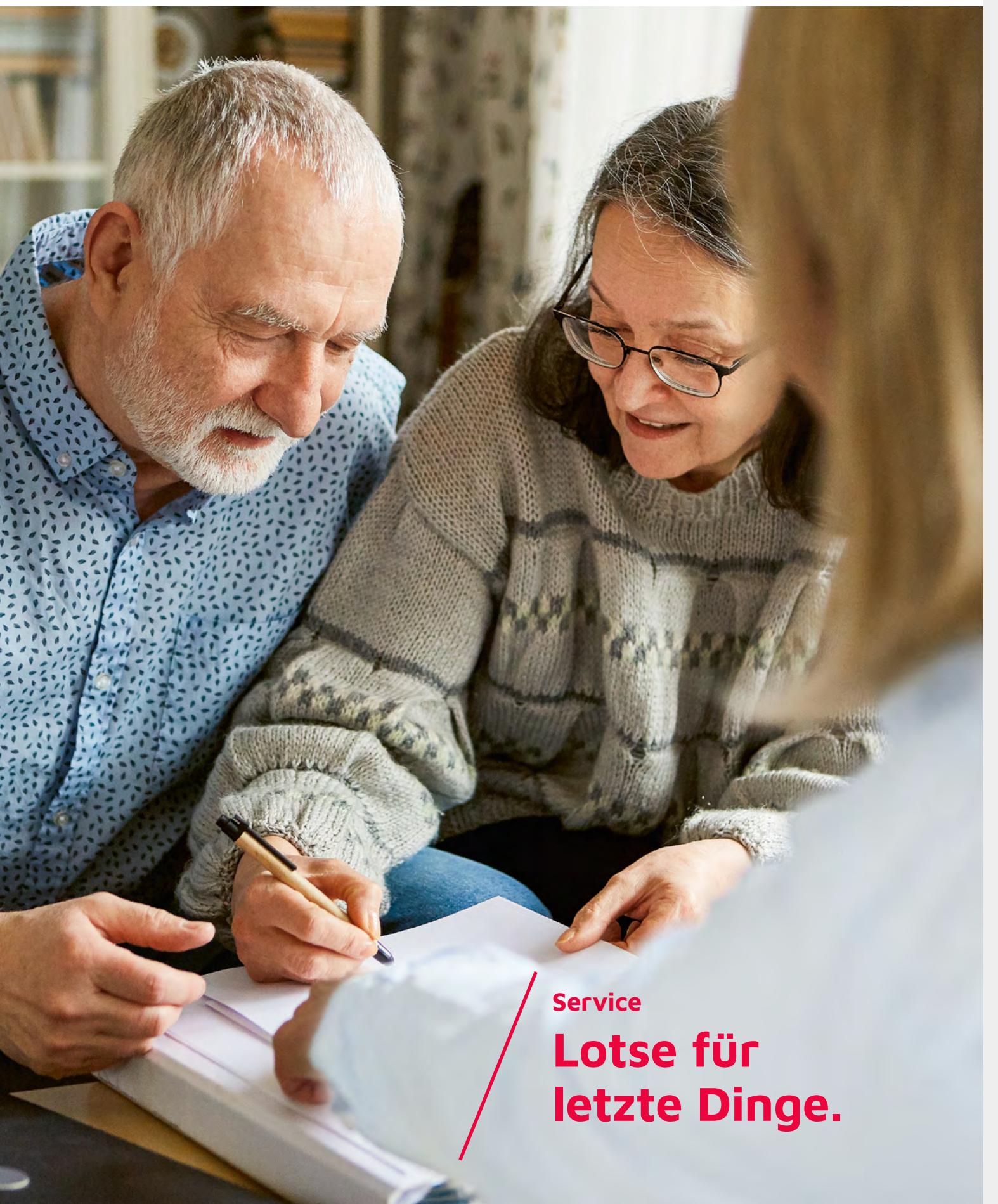


Foto: AdobeStock

## Service Lotse für letzte Dinge.

Abschiede sind ein notwendiger Teil des Lebens. Statt den letzten Abschied zu tabuisieren, empfehlen die Johanniter, sich damit zu beschäftigen. Der neue „Abschiedslotse“ hilft dabei, Dinge zu ordnen. Für sich und auch für andere.

Wir Johanniter betreuen, begleiten und versorgen Menschen in den unterschiedlichsten Phasen des Lebens – und auch des Sterbens. Oft erleben wir dann die Ratlosigkeit von Menschen in Extremsituationen und hören drängende Fragen. Unsere wichtigsten Erkenntnisse und eine Vielzahl von Ratschlägen haben wir nun für Sie in unserem „Abschiedslotse“ zusammengefasst – einem 26-seitigen Wegweiser für einen bewussten Umgang mit Sterben, Tod und Abschied.

**Eigene Wünsche formulieren** / Darin ermutigen wir alle, sich beizutzen mit letzten Dingen zu beschäftigen. Denn es ist gut, sich darüber klar zu werden, was man selbst möchte oder was sich Betroffene, Angehörige oder auch Freundinnen und Freunde für ihr Lebensende wünschen: Wie weit darf die im Notfall notwendige medizinische Behandlung gehen? Wer soll einen dabei begleiten? Wie soll einst der letzte Abschied gestaltet werden? Und wie möchte man schlussendlich seinen Nachfahren und Freunden in Erinnerung bleiben?

Weil das Thema Abschied nie einseitig ist und Menschen in ganz unterschiedlichen Lebenslagen betreffen kann, richten wir uns mit dieser Broschüre ganz bewusst an alle, die sich mit der letzten Lebensphase auseinandersetzen möchten: An diejenigen, die gehen. Und die, die bleiben.

Unser „Abschiedslotse“ möchte dafür Anlass zur Beschäftigung mit diesen Themen sein und gleichzeitig schon konkrete Hilfestellungen bieten: Neben einer detaillierten Bestattungsverfügung und einer Checkliste für Erledigungen nach einem Sterbefall gibt es wertvolle Hinweise zur Gestaltung einer Trauerfeier, zu Ritualen und nicht zuletzt zur Praxis des Kondolierens – auch

mit neuen Formen des digitalen Zeitalters. Auch zum Umgang mit den eigenen Gefühlen und möglichen Hilfen haben wir viel Wissenswertes zusammengetragen.

**Unser Lotsen-System** / Weiterführende Literaturtipps, hilfreiche Adressen und sogar Bücher zu Spezialgebieten wie der Trauerarbeit mit Kindern runden den „Abschiedslotse“ ab und machen ihn mit unseren weiteren Johanniter-Publikationen wie dem Testaments-Ratgeber „Viel mehr als ein Stück Papier“ und dem „Vorsorge-lotsen – Wegweiser für den Ernstfall“ zum Teil eines umfassenden Hilfesystems. So kann jeder Weitsicht und Verantwortung gegenüber den Menschen seines Vertrauens beweisen.

### Aus dem Inhalt des „Abschiedslotse“

- Letzte Hilfe – Vorbereitet sein
- Palliative Versorgung – Den letzten Weg begleiten
- Selbstbestimmung wahren – Rechtzeitig vorsorgen
- Die Welt ist eine andere – Wohin mit den Gefühlen?
- Die richtigen Worte – Achtsam und respektvoll
- Abschied nehmen – Passend zum Leben
- Trauerwege – Struktur im Alltag finden
- Formulare + Checklisten



**Bestellung und Download**  
Ihr kostenloses Exemplar des „Abschiedslotse“ bestellen Sie einfach per E-Mail oder Telefon:

[info@johanniter.de](mailto:info@johanniter.de)

Tel. 030 8 16 90 16 60  
Alternativ schicken Sie eine Postkarte an:  
Johanniter-Unfall-Hilfe e.V.  
Matthias Jach, Lützowstraße 94,  
10785 Berlin  
Zugang zum Download:  
[www.johanniter.de/abschiedslotse](http://www.johanniter.de/abschiedslotse)

# Lesetelefon

Ehrenamt  
0800 56 43 664

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



Foto: Johanniter/Surma

Ob im Bevölkerungsschutz oder Rettungsdienst, bei der Betreuung und Begleitung von Geflüchteten oder der Unterstützung von Pflegebedürftigen und Älteren: Viele Johanniter-Dienste werden von engagierten Ehrenamtlichen getragen. Wer sich noch während des aktiven Arbeitslebens stundenweise für eine gute Sache einsetzen möchte oder im Ruhestand regelmäßig eine erfüllende Beschäftigung sucht, ist herzlich willkommen in der Johanniter-Gemeinschaft.

Welche Dienste Ehrenamtliche leisten können, wie eine Mitarbeit konkret aussieht und welche Ausbildungsmöglichkeiten die Johanniter dafür zur Verfügung stellen – diese Fragen und viele weitere beantwortet Ihnen unsere Expertin während unserer Telefonaktion am 9. September von 10 bis 13 Uhr



**Nancy Kestler**  
Referentin Ehrenamt,  
ist unsere Ansprechpartnerin für Sie. Fragen  
gerne auch schriftlich an:

Johanniter-Unfall-Hilfe,  
Ehrenamt, Lützowstr. 94,  
10785 Berlin,  
lesetelefon@johanniter.de

## Fragen & Antworten vom Lesetelefon am 10. Juni zum Thema „Vielfalt“

**Warum ist den Johannitern Vielfalt als Wert wichtig?** Wir verstehen uns als Teil einer tollen Zivilgesellschaft, in der Menschen zwar unterschiedlich, aber immer gleich viel wert sind. Durch unsere Dienste wollen wir den sozialen Zusammenhalt stärken und schätzen die Bereicherung durch unterschiedliche Erfahrungen und Lebensumstände.

**Wie setzen sich die Johanniter in ihrer Arbeit für Vielfalt ein?** In unseren Projekten fördern wir Vielfalts- und Frauennetzwerke. Wir fördern die Integration bzw. den Barriereabbau für Menschen mit Behinderung und entwickeln Schutzkonzepte, damit gelebte Vielfalt auch tatsächlich zum Berufsalltag gehören kann. Außerdem unterstützen wir die Demokratieförderung durch partizipative frühe Bildung, Betreuung und Erziehung in unseren Kindertageseinrichtungen.

**Was möchten die Johanniter mit diesem Engagement erreichen?** Wir haben die Erfahrung gemacht, dass vielfältig zusammengesetzte Teams und eine an Vielfalt orientierte Führung für gute Dienste sorgen. Außerdem möchten wir Zugangbarrieren abbauen und so gleiche Chancen für alle schaffen. Gemeinsam mit vier weiteren Hilfsorganisationen haben wir deshalb auch eine gemeinsame Erklärung für eine vielfältige und demokratische Gesellschaft verfasst. Darin verpflichten wir uns für die gleichberechtigte Teilhabe aller Menschen und treten jeder Form von Ausgrenzung und Diskriminierung entschieden entgegen. Gemeinsam arbeiten wir an unserer Vision, eine Welt zu schaffen, in der jeder Mensch die Möglichkeit hat, ein würdevolles und selbstbestimmtes Leben zu führen.

### Weitere Informationen

[www.johanniter.de/vielfalt](http://www.johanniter.de/vielfalt)

## Porträt

# An Aufhören ist nicht zu denken.

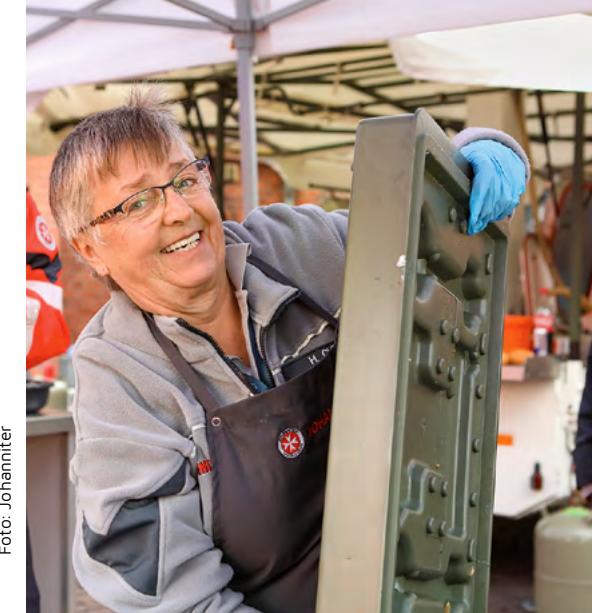
Vor wenigen Wochen hat Helga Christ Jubiläum gefeiert: Seit 50 Jahren ist sie im Sanitätsdienst aktiv. Eine lange Zeit, in der im Ehrenamt viel passiert – und ein Kultgebäck entstanden ist.

In ihrer beruflichen Laufbahn hätte Helga Christ schon vor vier Jahren in Rente gehen können. Die gelernte Chemielaborantin machte dennoch andertags Jahre länger weiter. Ein Projekt musste noch abgeschlossen und das Büro organisiert werden. „Das war für beide gut – und mein Chef konnte noch auf mich zählen“, erklärt die 68-Jährige. Eine Frau, auf die Verlass ist. Bald steht der nächste Abschied an: Nach 50 Jahren scheidet sie nun auch aus dem aktiven ehrenamtlichen Dienst aus.

**Etwas Soziales sollte es sein** / Begonnen hat Helga Christ ihre „ehrenamtliche Karriere“ mit 18 Jahren. Etwas Soziales sollte es sein, ihre drei älteren Geschwister waren allesamt Krankenschwestern. Doch vor dem intensiven Kontakt mit den Patienten hatte Helga zu viel Respekt. „Meine damalige Ausbilderin erzählte von einem Helferabend der Johanniter und nahm mich einfach mit.“ So landet sie im Sanitätsdienst, fährt an den Wochenenden ehrenamtlich auf dem Rettungswagen mit, ist nach Feierabend bei Krankentransporten dabei, oder macht an freien Tagen Laborfahrten. Bis Ende der 70er Jahre wurden einige dieser Aufgaben von den neu dazu gekommenen Zivildienstleistenden übernommen. In einen der jungen Männer verliebt sie sich – er wird ihr Ehemann und Vater ihrer zwei Söhne.

Weil Job, Familie und Ehrenamt doch des Guten zu viel werden, zieht sie sich eine Weile aus dem Rettungsdienst zurück. Doch den Johannitern des Regionalverbandes Hessen West bleibt sie treu: Sie arbeitet im Büro des Bereitschaftsführers des Katastrophenschutzes und sorgt selbst auch für Nachwuchs im Verband. Einer ihrer Söhne ist Be-

Foto: Johanniter



rufsfeuerwehrmann und fährt auch ab und an für den Johanniter-Rettungsdienst. Der andere ist Notfallsanitäter und Praxisanleiter in Wiesbaden.

**Schoko-Banane statt Zucchini** / Seit ihre Jungs groß sind, ist auch Helga Christ wieder im Einsatz mit den Sanitätern. Als im Jahr 2001 einer der Kollegen beim Rosenmontags-Einsatz Geburtstag feiert, entschließt sie sich kurzerhand, zu backen. „Der Kuchen kam sehr gut an“, erinnert sich die ehrenamtliche Helferin. Ein Jahr später war klar: Ohne ihr Backwerk ist der nächste Rosenmontag-Einsatz nicht durchzustehen. Der Handlichkeit wegen steigt Helga Christ auf Muffins um. Seither sind ihre Leckereien zu Rosenmontag ein Muss. Die Schoko-Banane-Variante ist der erklärte Liebling. Ein Versuch mit Zucchini wurde verworfen. Jetzt sind es etwa 300 Muffins, die Helga Christ vor jedem Rosenmontag in der heimischen Küche backt. Jedes Jahr.

**Mehr als nur Naschwerk** / Dahinter steckt mehr als nur ein bisschen Naschwerk für lange Tage. Denn ehrenamtliches Engagement, wie das bei der sanitätsdienstlichen Absicherung von Großevents, basiert auf der Idee von Gemeinschaft. Wenn Menschen sich in ihrer Freizeit einbringen, um als Helfer für andere unterwegs zu sein, dann ist das „Wir“ besonders wichtig. „Sanitätsdienste sind lang, anstrengend und gehen oft an die Substanz. Da ist die gute Stimmung besonders wichtig“, sagt sie.

Und auch, wenn sie nun nicht mehr selbst im Sanitätsdienst unterwegs ist, den Johannitern bleibt sie noch eine Weile erhalten. Schon allein der dringend erwarteten Muffins wegen. / Peter Altmann



Foto: Daniela Schäfer

## Drei Fragen an Klaus Preuß ...

... 73 Jahre, der seit 55 Jahren ehrenamtlich für die Johanniter aktiv ist und in Griesheim jüngere Generationen mit seiner Modellbau-Leidenschaft ansteckt.

**Eine prächtige Modelleisenbahn-Anlage mit 18 Streckenabschnitten auf 100 Quadratmetern Fläche für ein Projektan-gebot an Jugendliche: Wie kam es denn dazu? /** 2018 brauchten wir für die Anlage, die ich als Lehrer an einem Darmstädter Gymnasium vor mehr als 20 Jahren mit aufgebaut habe, eine neue Heimat. In einem Gebäude der Johanniter in Griesheim haben wir diese gefunden und bieten seit drei Jahren für Schülerinnen und Schüler einen Ort für unsere Modellbahn-AG.

**Was gibt es im Projekt „Modellbahn“ zu lernen? /** Ganz viel: Einmal rein handwerklich, wenn man etwa Landschaften modellieren muss. Oder auch ganz praktisch die Grundlagen der Physik, wenn es um Strom geht. Außerdem betreiben wir unsere Anlage bewusst über sieben analoge Stellwerke. Da müssen die Jugendlichen viel reden und miteinander kommunizieren, wenn sie sich über weite Strecken die Züge schicken.

**Und was sagen die Teenager dazu? /** Die haben Spaß! Wenn wir samstags um 10 Uhr mit dem Bauen anfangen, fragen sie spätestens um 14 Uhr, wann sie endlich die Züge fahren lassen können. Manchmal kommen auch Gäste aus unserer Tagespflege rüber und erinnern sich dann beim Anblick der Anlage staunend an ihre eigene Jugend.

## Leserstimmen

**E-Mail / Christine B. hätte sich für unsere Juni-Ausgabe einen kritischeren Denkanstoß zum Pflege-Alltag mit den eigenen Eltern gewünscht. „Das Thema Pflege, Verpflichtung und Umgang damit ist eine gute Idee und sehr wünschenswert, da leider bitterer Alltag. Die Art und Weise wie das von Herrn Kron gemacht wurde, ist leider völlig ungeeignet. Diese Art schürt nur das Vorurteil, dass vor allem Töchter oder Nichten undankbare und egoistische Personen sind. Das ist grundfalsch. Tatsache ist, dass ältere Menschen sehr oft beratungsresistent sind und ihre Töchter als persönliches Eigentum benutzen. Wie sie sich sicher schon denken konnten, hatte ich selbst so eine Mutter. Sie hat mich an den Rand des Burn Outs gebracht. Erst eine Angehörigenberatung hat uns geholfen. Dabei wurde mir endlich der Rücken gestärkt gegenüber meiner Mutter Grenzen zu ziehen. Dazu muss man aber die Situation in ihrer realistischen Gegebenheit sehen und nichts beschönigen.“**

### Ihre Nachricht

#### Leserbriefe

Johanniter-Unfall-Hilfe e. V. Marketing/Kommunikation, Lützowstraße 94, 10785 Berlin  
**leserbriefe@johanniter.de**  
[www.facebook.com/DieJohanniter](http://www.facebook.com/DieJohanniter)

#### Servicetelefon

Rund um die Uhr. 365 Tage im Jahr. Sie haben Fragen zu Ihrer Mitgliedschaft? Ihre Anschrift hat sich geändert? Sie interessieren sich für die Dienstleistungen der Johanniter? Tel. 0800 32 33 900 (kostenlos)  
[info@johanniter.de](mailto:info@johanniter.de)

### Die Johanniter in den Sozialen Medien

Immer aktuelle Berichte, Videos und Einblicke in unsere Arbeit gibt es in folgenden Kanälen:

- [facebook.com/DieJohanniter](https://facebook.com/DieJohanniter)
- [@instagram.com/die\\_johanniter](https://instagram.com/die_johanniter)
- [@tiktok.com/@die\\_johanniter](https://tiktok.com/@die_johanniter)
- [youtube.com/johanniter](https://youtube.com/johanniter)

## Denkanstoß

# Nein und Amen.



Da stand sie. Nackt. Stolz. Mit wehendem Haar. Und dem Apfel in der Hand. So stelle ich mir sie vor. Eva. Nachdem sie Nein sagte. Zu dem Verbot. Zum Paradies. Und zu Gott. Für das Neinsagen – dafür wurde Eva bestraft und vertrieben. Bis heute wird Eva dafür die Schuld in die Schuhe geschoben und mit ihr allen anderen Frauen auch. Je nach Gemeinde oder Kirche mehr oder weniger. Frauen sollen sich unterordnen, einfügen, heiraten, Hausfrau werden und Kinder bekommen.

**Lieber lieb als anstrengend? /** Frauen aber, die Nein sagen, gelten in unserer Gesellschaft als zu laut, zu anstrengend, zu fordernd. Denn Frauen sollen lieb sein, schön lächeln und ihrer Umgebung ein gutes Gefühl geben. Kurz: Frauen sollen Ja sagen. Das Ja ist freundlich. Es baut Beziehung auf. Das Ja bejaht. Stimmt zu. Schließt sich an. Es versöhnt. Es schafft. Es baut. Ganz am Anfang unserer Welt stand das große Ja Gottes zu unserer Welt. Und zu uns. Am Anfang war das Wort: das Ja. Gottes Ja an uns. Schöpfung. Bund. Liebe. Taufe. Abendmahl. In Gottes Ja stecken Gnade, Versöhnung, Frieden, Annahme, Liebe. Und schließlich Jesus Christus. Gottes menschgewordenes Ja.

Aber in diesem Ja Gottes steckt auch immer ein Nein. Denn Gott und Gottes Wirken lassen sich nie in einem einzigen Wort beschreiben. Zum Ja gehört eben auch das Nein. Alles Leben steht unter dem Zuspruch Gottes, und gerade deswegen müssen wir da Nein sagen, wo es nötig ist, wo das Leben, die Schöpfung oder der Mensch bedroht, abgewertet oder ungerecht behandelt werden.

**Ermutigt und stiftet an /** Das Nein. In ihm steckt ein Stopp. Eine Unterbrechung. Eine Grenze. Ein „so geht es nicht weiter“. Das Nein unterbricht. Beendet. Verneint. Lehnt ab. Deshalb ist es wohl auch so schwer zu sagen... Und doch müssen wir es.

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



Vielleicht kann es uns helfen, ermutigen und anstrengen, wenn wir aus unserer Geschichte die Neinsagenden hervorholen. Wie Eva, Judith, Jona oder Jesus selbst. Wie Rosa Parks, Martin Luther King, Sophie Scholl, Masha P. Johnson, Sinead O'Connor. Wie Fridays for Future, die Frauen im Iran und jede einzelne CSD-Demonstration.

Wir müssen Nein sagen. Denn im Nein steckt immer auch ein Ja, zu einem anderen Zustand. Ein Ja zu Gerechtigkeit. Ein Ja zu Gott. Ein Ja zum Leben. Einem guten Leben für alle. Das Wort Amen ist Teil der jüdischen, christlichen und muslimischen Tradition. Es kommt aus dem Hebräischen und bedeutet „So sei es“. Es meint aber mehr. Die Verb-Wurzel **καὶ** meint „fest/zuverlässig sein“. Amen kann also auch bedeuten „sich fest machen in, sich verankern in, sich ausrichten auf Gott“. Ein Amen drückt Zustimmung aus, Vertrauen, Anteilnahme und soll das Vorangesagte bekräftigen. Was ist dem Nein also noch hinzuzufügen? Ein Amen. Und wie! Nein und Amen. / Maike Schöfer

**Maike Schöfer**

36, ist Pfarrerin in Berlin-Adlershof und schreibt sowohl digital im Netz und analog im Talar gegen Ungerechtigkeiten an. Ihr Buch „Nö – Eine Anstiftung zum Neinsagen“ ist im Piper Verlag erschienen (siehe auch Verlosung S. 30).

# Rätselspaß

nützlich, passend		▼	Name zweier Rheinzuflüsse	Luftrolle (Sport)	▼	be-stim-mter Artikel	Haar am Augenlidrand	▼	früher: Diener in Livree	römi-scher Kaiser
Stadt in Mittelitalien, am Arno		►		▼	6	Frage-wort	►			▼
Bildhauer-kunst-werk	►						4		eine Zahl	
►				Frau, die ein fremdes Kind stillt	Senke vulkanischen Ursprungs	►			▼	
ugs.: heftig, sehr stark		Hafenstadt in Mexiko	►		▼					2
►					Schwert-wal		Elektronik-messe in Berlin		Fußglied	
fließen-de Elektrizität		wertvolles Möbelholz	Figur bei Wilhelm Busch	►		▼		▼		▼
►	5	▼			asia-tischer Halbesel		kuban. Politiker: ... Guevara			
Bestie	größere Anzahl, Gruppe		Teil der Uhr	Trainer, Betreuer (engl.)	►		▼			3
Gewürz; Farbstoff	►				9	Steigen und Fallen des Wassers			der Rote Planet	
►	7		ein Europäer	Lebenshauch	►			▼		1
Zimmerwinkel		kleinstes Beiboot auf Schiffen		▼			persönliches Fürwort			
►				linker Nebenfluss der Fulda	►			▼		
schneller Auto-fahrer		Ersatzanspruch	►	8						

## Lösungswort

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

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

Herausgeber Johanniter-Unfall-Hilfe e.V., Marketing/Kommunikation, Lützowstraße 94, 10785 Berlin

Redaktion Wolfgang Brenner (verantwortlich), Claudia Hauptmann, Tanja Knaak, Therese Raatz, Claudia Schreiber redaktion@johanniter.de

Grafik Raufeld Medien GmbH, Paul-Lincke-Ufer 42/43, 10999 Berlin; Lisa von Klitzing, Daniel Krüger (Kreativdirektion)

Titelfoto Niklaus Bräde  
Druck, Verlag & Anzeigen bei druckt GmbH, Emmericher Straße 10, 90411 Nürnberg

Gültige Anzeigenpreisliste 1/24 Gedruckt auf Recyclingpapier, das mit dem BLAUEN ENGEL ausgezeichnet ist. Der Redaktionsschluss für die nächste Ausgabe ist der 7. Oktober 2025. Die nächste Ausgabe wird am 28. November per Post versendet. Teile der Auflage enthalten Beilagen der Josef Witt GmbH und der Heinrich Heine GmbH.

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.



ET5

[www.blauer-engel.de/uz195](http://www.blauer-engel.de/uz195)

Dieses Druckerzeugnis ist mit dem Blauen Engel zertifiziert!



## Rätseln & gewinnen!

Unter allen richtigen Einsendungen verlosen wir drei Exemplare des Buchs „Nö – Eine Anstiftung zum Neinsagen“ unserer „Denkanstoß“-Autorin Maike Schöfer.

Die Gewinner werden schriftlich benachrichtigt.

Schicken Sie uns Ihre Lösung bis zum 30. September 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

Eine Teilnahme über Gewinnspiel-Clubs ist ausgeschlossen.  
Lösungswort der Ausgabe Juni 2025:  
PFINGSTROSE  
Die Gewinnerinnen und Gewinner des Buchs „Manchmal ist es sogar lustig“ von Norbert Kron sind: Gerhard S. (Bad Urach), Peter N. (Troisdorf) und Ingrid L. (Ludwigshafen am Rhein).



# Augenklick

„Bootsgast“ zu werden, das heißt mitnichten, munter auf Gewässern herumgepaddelt zu werden. Als Voraussetzung zur Qualifikation als Bootsführer ist es vielmehr ein wichtiger Schritt in der Ausbildung von Ehrenamtlichen im Wasserrettungsdienst. Durch fachkundiges Bergen von Verunglückten (oder einer Puppe) haben Sarah Spreitzer und Mirka Dembski vom Regionalverband Essen der Johanniter unlängst ihre Prüfung erfolgreich abgeschlossen und sind jetzt bereit für die Mission: Leben retten!

