

Dezember 2025

# Johanniter

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

Mit Ihren  
Regionalseiten

## Mobile Hilfe für alle.

Der „Pflasterlaster“ kommt  
zu Menschen, die durch das  
gesellschaftliche Raster fallen.



### Hospizhilfe

Ein Netzwerk für die  
ambulante Versorgung

### Gaza

Nach zwei Jahren Krieg  
ist die Not vor Ort groß





Jetzt Päckchen packen!  
Auch virtuell möglich.



# Johanniter- Weihnachtstrucker

Jedes Päckchen ein Zeichen der Hoffnung



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



**JOHANNITER**  
Aus Liebe zum Leben

## Vorwort

Liebe Freundinnen und Freunde der Johanniter,

wie kann man Menschen helfen, die durchs Raster fallen und außerhalb sozialer und gesundheitlicher Sicherungssysteme auf der Straße leben? Einer der Grundsätze unserer Arbeit ist es, dass wir ohne Ansehen der Gründe für die Not von Menschen dort Hilfe leisten, wo sie notwendig ist. Und in der kalten Jahreszeit trifft es obdachlose Menschen eben besonders hart. Wie wir ihnen in einer Vielzahl von Initiativen ein Mindestmaß an gesundheitlicher Grund-sicherung bieten, lesen Sie im Aufmacher unserer letzten Ausgabe für dieses Jahr.

Dieses durch viele Highlights geprägte, aber auch für viele Menschen zunehmend schwierige und durch Herausforderungen geprägte Jahr geht nun langsam zu Ende. Dass Sie als Fördermitglieder den Wert unserer Arbeit anerkennen und uns treu sind, dafür möchte ich Ihnen an dieser Stelle meinen herzlichsten Dank ausdrücken. Ihr Beitrag, zusammen mit dem Engagement unserer knapp 50.000 Ehrenamtlichen, bewegt unendlich viel. Und mein Blick in die Zukunft ist auch in Zeiten vieler Krisen nicht bang: Beim jüngsten „Tag der Johanniter“ mit dem Erste-Hilfe-Wettstreit unserer vielen Nachwuchs-helferinnen und -helfer war wieder spürbar, wie groß der Zusammenhalt und der Wille sind, sich für andere einzusetzen. In diesem Sinne wünsche ich Ihnen einen segensreichen Advent und ein friedliches Weihnachtsfest!

Fotos: Andreas Schoelzel, Nikolaus Brade



Ihr

**Volker Bescht**  
Präsident der  
Johanniter-Unfall-Hilfe e. V.



**JOHANNITER**  
Aus Liebe zum Leben

### Themen



**04/** Ohne festen Wohn-sitz bleibt Men-schen medizinische Hilfe oft verwehrt. Die Johanniter sind dafür unterwegs.



**10/** Mit einem Netz-werk betreuen die Johanniter in der ambulanten Hospiz-hilfe Menschen am Ende des Lebens.

### In Aktion

Mobile Hilfe – Der „Pflasterläster“ auf Tour **04**  
Hospizdienst – Viele Rädchen, ein Getriebe **10**  
Gaza – Zwischen Hoffnung und Not **13**

### In Kürze

Namen & Nachrichten **14**

### Ihre Johanniter

in Baden-Württemberg **15**

### Fürs Leben

Gesundheit & Sicherheit **23**  
Service: Gut gelaunt durch Wintertage **24**

### Unter Freunden

Lesertelefon **26**  
Im Porträt – Helfer trotz Handicap **27**  
Drei Fragen an Iris Domagalla /  
Leserstimmen **28**  
Denkanstoß – Hoffnung die Tür aufhalten **29**

### Zum Schluss

Rätselspaß **30**  
Augenblick **31**



Johanniter-Mitgliedertelefon  
0800 32 33 900 (kostenlos)





Mobile Hilfe

# Auf Tour mit dem „Pflasterlaster“.



Foto: Nikolaus Bräde

Menschen ohne festen Wohnsitz bleibt der dringend benötigte Zugang zu medizinischer Versorgung oft verwehrt. In vielen Verbänden der Johanniter bringen deshalb Ehrenamtliche die Hilfe dorthin, wo sie gebraucht wird.

Mit ihrer Suppe in der Hand laufen sie an diesem Oktoberabend unruhig hin und her. Schauen gleichzeitig in der Kleiderspende nach verwertbaren Hosen, Jacken und Schuhen. Stehen in kleinen Gruppen beieinander. Inmitten der Düsseldorfer Altstadt, flankiert von der Kabarettbühne „Kom(m)ödchen“ und der renommierten Kunstsammlung NRW, hat der „Gutenachtbus“ Station gemacht und versorgt an die 50 obdachlose Menschen mit einer warmen Mahlzeit. Gleich daneben steht seit diesem Frühjahr ein ganz besonderer Rettungstransportwagen (RTW) der Johanniter: „Pflasterlaster“ nennen sie die rollende Praxis, die mit einem Arzt und zwei Pflegerinnen besetzt ist und jede Menge medizinisches Material, vor allem Verbandszeug, Salben und Schmerzmittel, dahin bringt, wo es benötigt wird.

**Mit Pflastern ist es nicht getan** / Gleich nach dem Eintreffen um 22 Uhr schließt sich die Seitentür des Rettungswagens auch schon wieder hinter der ersten Patientin. Auch für Menschen, die sonst auf öffentlichen Plätzen der Stadt unterwegs sind, gilt bei der medizinischen Behandlung Privatsphäre. Eine Stunde hat das Team des „Pflasterlasters“ Zeit, die offenen Wunden zu versorgen, die Schmerzen an Gliedmaßen, Kopf und Bauch zu lindern – und dabei kommt es auch immer wieder an seine Grenzen.

„Wir versorgen vor allem Wunden, die durch fehlende Hygiene, unsaubere Spritzen oder körperliche



Entzündete und offene Wunden: Für das „Pflasterlaster“-Team gehört das zur täglichen Arbeit.

Auseinandersetzungen entstanden sind“, erklärt Sandra Walter, eine der Pflegerinnen des „Pflasterlaster“-Teams. Mit einem Pflaster ist es da aber in der Regel nicht getan: „Oft sind das schon heftige Entzündungen, weil die Erstversorgung der Wunden ausgeblieben ist.“ Was sie und ihre 64-jährige Kollegin Sylvia Schoofs, im Hauptberuf Pflegepädagogin und Ausbildungskoordinatorin, jeden Einsatztag wieder schockiert: „Viele unserer Fälle gehören ins Krankenhaus. Die Entzündungen müssten mit intravenöser Antibiotikum-Gabe behandelt werden. Andere brauchen eine aufwendigere Diagnostik, als wir sie hier im ‚Pflasterlaster‘ durchführen können.“

Doch der Zugang zu medizinischer Betreuung scheitert nicht nur an der Angst und Scham der Betroffenen. „Immer wieder hören wir, dass sie im Krankenhaus abgewiesen oder nur notdürftig behandelt und viel zu schnell wieder entlassen werden“, so Sylvia Schoofs. Menschen auf der Straße können den üblichen Ansprüchen an Hygiene nicht entsprechen, haben nicht selten eine Drogengeschichte und sind allein dadurch schon schwieriger im Umgang. Ungeklärt ist auch, wer für etwaig notwendige Behandlungen aufkommen soll. Denn krankenversichert sind die wenigsten.

**Am Ende einer langen Karriere /** „Krankenhäuser sind heute leider Profitcenter. Da hat ein Mensch, der ungepflegt oder sichtbar Junkie ist und vielleicht auch noch nach Alkohol riecht, keine guten Karten – und wird schnell wieder vor die Tür gestellt“, bringt es Gerhard Schneider auf den Punkt. Der 76-Jährige ist der Arzt im „Pflasterlaster“-Team und schaut auf eine lange Karriere als Radiologe mit Spezialisierung auf Krebstherapie zurück. Das Thema Obdachlosenhilfe ist ihm nicht neu: „Vor mehr als 20 Jahren kam eine damalige Praxismitarbeiterin auf mich zu und erzählte mir von der Notwendigkeit, Obdachlose medizinisch zu betreuen. Ihr Ehemann betrieb einen Fahrdienst und konnte einen Krankenwagen zur Verfügung stellen und ich habe dann noch einen Apotheker gewinnen können“, erinnert sich Gerhard



Schneider. Damals stellte er das erste Projekt dieser Art in Wuppertal auf die Beine. Auf das Johanniter-Projekt „Pflasterlaster“ ist er – wie auch die beiden Pflegerinnen – über einen Fernsehbeitrag aufmerksam geworden. „Ich hab direkt bei Ete angerufen und gesagt: Wenn ihr mich braucht, komme ich!“

Ete, das ist Etemad Parishanzadeh, der „Pflasterlaster“-Projektverantwortliche – und eigentlich Fachbereichsleiter Rettungsdienst bei den Johannitern in Düsseldorf. Auch für ihn ist der Dienst in dem Projekt nach der regulären Arbeitszeit ein ehrenamtliches Engagement. Er ist sichtlich stolz auf das Projekt. Hat aber auch so einige Sorgen. „Wir werden durch Spenden unterstützt – der Rückhalt durch die Bevölkerung ist gut. Aber der eingesetzte Rettungswagen fällt uns leider bald auseinander und muss durch einen neuen ersetzt werden. Das ist teuer. Und wir brauchen dringend mehr Helfer.“

Derzeit besteht sein Team aus zehn Ehrenamtlichen, darunter aktuell nur ein Arzt: Gerhard. „Wir sind von einigen Kooperationspartnern schon gebeten worden, häufiger zu kommen. Wir würden gebraucht!“, so Etead Parishanzadeh. Also ist er auf der Suche



**„Der Rückhalt durch die Bevölkerung ist gut, aber der eingesetzte Rettungswagen fällt uns leider bald auseinander und muss durch einen neuen ersetzt werden.“**

Etemad Parishanzadeh

nach weiteren Medizinerinnen, um den Einsatz jeden Montag und künftig vielleicht auch an weiteren Tagen in der Woche sicherzustellen.

**Anderer Ort – gleiche Probleme /** „Wir erleben viel Zuspruch und Unterstützung – auch aus der Ärzteschaft“, erklärt Marc Kannengießer, der bei den Johannitern in Augsburg mit dem Hilfsmobil seit Juni 2024 ein ähnliches Angebot für Obdachlose leitet. Auf eine Anfrage beim ärztlichen Bezirksverband Schwaben melden sich gleich mehrere Mediziner, die ihre Hilfe anbieten. Und so können die Augsburger Johanniter regelmäßig gleich fünf Haltestellen für ihr Hilfsmobil anfahren. Und wenn möglich, endet diese Hilfe nicht an der Fahrzeugtür. „Besonders hat mich der Fall eines Mannes bewegt, dem eine Beinamputation drohte“, erzählt Kannengießer. „Dank konsequenter Wundversorgung und Vermittlung an ein Gefäßzentrum konnten wir helfen, das zu verhindern.“

Für Etemad Parishanzadeh ist nach der hauptamtlichen Arbeit nicht Schluss: Ehrenamtlich koordiniert er den „Pflasterlaster“.



Ein ähnliches Projekt wie den „Pflasterlaster“ betreut Marc Kannengießer (re.) im schwäbischen Augsburg: das „Johanniter-Hilfsmobil“.

In mehreren Orten in Deutschland sind die Johanniter mit solchen mobilen Arztpraxen unterwegs: Ob in Neuss, Düsseldorf, Augsburg oder ganz neu auch in Frankfurt am Main – sie alle eint der Wunsch, die notwendige Hilfe direkt zu den Menschen zu bringen. Und dies vor allem verlässlich, sprich regelmäßig. Denn viele der Patienten kommen immer wieder. Manchmal mit neuen Verletzungen, manchmal mit den alten. Dass es den „Pflasterlaster“ gibt, spricht sich auch schnell herum.

Birgit H. ist heute zum Platz an der Dominikanerkirche in Düsseldorf gekommen, weil sie wusste, dass es dort Hilfe gibt. Schulter und Arm schmerzen sie. Birgit H. lässt sich untersuchen, tatsächlich hat sie ihren Arm bei ihren Touren durch die Stadt und mit den schweren Flaschentüten zu sehr belastet. Versorgt und dankbar verlässt sie den RTW. Ob sie eine Tablette haben könne, fragt eine ältere Frau, die mit Flaschensammeln ihre Rente aufbessert. Eine Adresse habe sie nicht, mehr sagt sie zu ihrer Obdachlosigkeit nicht. Einfach nur Schmerzmittel werden aber nicht ausgegeben. Da sind die „Pflasterlaster“-Pflegerinnen konsequent. Zu groß ist die Gefahr, dass die Tabletten weitergegeben werden.





Mann mit großer Erfahrung: Der Mediziner Gerhard Schneider ist schon seit mehr als 20 Jahren in der Hilfe für obdachlose Menschen aktiv.

Und das „Pflasterlaster“-Team wird auch langsam nervös. Der zweite Standort an diesem Abend ruft. Doch erst klettert noch ein weiterer Patient in den RTW. Der Mann mit Migrationshintergrund ist kein medizinischer Notfall. Aber er weiß nicht, wohin mit sich.

**Sprechende Medizin** / Die Beratungsstellen und Ämter, die ihm helfen können, öffnen erst am nächsten Morgen. Und so versucht Gerhard Schneider, der Arzt im Team, ihn zu beruhigen und die nächsten Schritte zu erklären: „Auch das gehört zu unserer Arbeit. ‚Sprechende Medizin‘ nenne ich das. Zuhören, verstehen und vielleicht Lösungsvorschläge finden.“

Gleich danach steigt das Team zurück ins Fahrzeug und fährt den nächsten Haltepunkt an: In Bahnhofsnähe stehen die Kollegen des „Gutenachtbusses“ schon und geben Suppe aus. Und sofort bildet sich auch eine kleine Menschengruppe vor dem „Pflasterlaster“. Gerhard, Sandra und Sylvia versorgen offene Beine, Hand- und Kopfverletzungen. Am Ende der nächtlichen Schicht kurz vor 0.30 Uhr haben sie es noch mit einem besonders schweren Fall zu tun: Alles bei dem Mann spricht für eine Krebserkrankung, eindringlich wird er ermahnt, ins Krankenhaus zu gehen.

Genau hier sieht Gerhard Schneider den größten Mangel, den sie verwalten müssen. Er wünscht sich mehr Vernetzung all der Angebote, die es für obdachlose Menschen gibt. So wie die Zusammenarbeit mit dem „Gutenachtbus“, der die Bedürftigen mit warmem Essen und Kleidung versorgt, und dem

**„Immer wieder hören wir, dass sie im Krankenhaus abgewiesen werden oder nur notdürftig behandelt und viel zu schnell wieder entlassen werden.“**

Sylvia Schoofs, Pflegerin im „Pflasterlaster“

„Pflasterlaster“-Team, das gleich nebenan steht und damit den Schritt zum Arzt einfach macht. Projektleiter Etemad Parishanzadeh sieht das ganz ähnlich. Er plant, künftig neben einem Ehrenamtlichen mit medizinischem Hintergrund auch den Bereich Soziales Ehrenamt stärker mit an Bord zu holen. Denn er weiß auch, dass der Bedarf steigen wird: Von den rund 450 auf der Straße lebenden Menschen, die allein in Düsseldorf unterwegs sind, wird sein Team in den kommenden Wintermonaten noch mal deutlich mehr sehen. / Peter Altmann

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



### Spenden Sie!

Unterstützen Sie die Arbeit der Johanniter in der Arbeit für obdachlose Menschen!

#### Spendenkonto

Johanniter-Unfall-Hilfe e.V.

IBAN DE94 3702 0500 0433 0433 00

Stichwort: Pflasterlaster

Foto: Nikolaus Brade



JOHANNITER

Fotos: SmartResQ AppS

# Werde Herzensretter



## Korrekte Herz-Lungen-Wiederbelebung, wenn es darauf ankommt

Jedes Jahr erleiden 60.000 Menschen einen Herz-Kreislaufstillstand. 10.000 Leben mehr könnten gerettet werden, wenn sofort mit einer wirksamen Herz-Lungen-Wiederbelebung begonnen würde.

Unser E-Learning, ein kleines Gerät für den Schlüsselbund und ein Übungstool für die Herz-Lungen-Wiederbelebung helfen Ihnen, lebensrettende Maßnahmen optimal durchzuführen.



Werde Herzensretter mit den Johannitern und CorPatch®!



[johanniter.de/johanniter-unfall-hilfe/corpatch](http://johanniter.de/johanniter-unfall-hilfe/corpatch)





Hannelore Engel weiß sich bei der Ehrenamtlichen Bettina Schröder-Polten in guten Händen.

Foto: Nikolaus Brade

## Ambulanter Hospizdienst Viele Rädchen, ein Getriebe.

**Es braucht ein ganzes Dorf, um ein Kind großzuziehen. Und ein gut koordiniertes Netzwerk, um einen Menschen am Ende des Lebens zu betreuen. Der ambulante Hospizdienst der Johanniter bringt dafür Ehrenamtliche und Betroffene zusammen. Ein Beispiel aus Hannover.**

So farbenfroh wie ihre Kleidung sind die Anekdoten, die Hannelore Engel aus ihrem bewegten Leben erzählt. 85 Jahre alt, sitzt sie auf ihrem Sofa in Hannover. Übers Tablet zugeschaltet ist ihr Martina Niedhammer, eine Familienangehörige im mehr als 620 Kilometer entfernten München.

Wer die Szene beobachtet, käme nicht eine Sekunde auf die Idee, dass die so lebenslustig wirkende Hannelore Engel schwer erkrankt ist und seit dem Frühjahr eine lebensverkürzende Diagnose hat. Dass sie auf Hilfe angewiesen ist, die familiär einfach nicht allein zu stemmen ist. Und dankbar die Unterstützung der Johanniter in Anspruch nimmt, welche die Familie von München aus gefunden hat. Bettina Schröder-Polten heißt die ehrenamtliche Begleiterin des ambulanten Hospizdienstes der Johanniter, die auch mit von der Partie ist und mit Hannelore Engel über Gott und die Welt, das Oktoberfest und „Hummelchen“

spricht, die Großnichte in München. „Es ist immer wichtig, dass eine echte Beziehung entsteht“, sagt Schröder-Polten.

Einmal pro Woche kommt die ehemalige Musikerin und Lehrerin zu Besuch. Was dann passiert, bestimmt die 85-Jährige selbst: meist reden, vielleicht auch spazieren gehen. Ganz nach Tagesform. Bettina Schröder-Polten hört zu, erfreut sich an den Lebensgeschichten der früheren Chefsekretärin, den Erzählungen über deren längst verstorbene Eltern, die geliebte Schwester und einstige Winterurlaube in Tirol. Sie weiß dann, dass es Hannelore Engel gut geht. Dass sie nicht an die Krankheit und das Lebensende denkt. Dass sie motivieren, aufbauen oder auch trösten kann. Und dass sie beide gemeinsam noch einen Weg gehen werden.

**Das kann man lernen /** Für ihr Ehrenamt hat Bettina Schröder-Polten eine rund 100-stündige Ausbildung bei den Johannitern absolviert. Damit sie Menschen auf ihrem letzten Lebensabschnitt begleiten und deren Bedürfnisse erfüllen, aber auch den Angehörigen eine Entlastung sein kann. Etwa zwölf Personen werden dafür pro Jahr in Hannover ausgebildet.

Wer sich für eine Weiterbildung als Begleitung im ambulanten Hospizdienst entscheidet, lernt viel über Kommunikation und persönlichen Zugang zu Menschen in einer schwierigen Lebenssituation, erzählen Jasmin Heinecke und Anika Jagodzinski. Beide sind in Hannover verantwortlich für dieses Angebot der Johanniter. Wie berühre ich einen Menschen? Was kann ich für die betroffene Person tun, um deren Schmerzen zu lindern, sie in ihrer Gedankenwelt wahrzunehmen, ihre Lebensgeister zu fördern? Wie erreiche ich Wohlbefinden oder Genuss bei ihnen? Aber auch: Womit kann ich Angehörige in ihrer Trauer unterstützen?

„Es ist eine riesige Palette lebenspraktischer Fragen, die Begleitpersonen am

Ende ihrer Weiterbildung zu beantworten wissen. Wie eine Art Rucksack, der sich immer weiter füllt“, erzählen Jasmin Heinecke und Anika Jagodzinski.

**Ein funktionierendes System /** Es braucht viele Akteure – was die Begleitung von sterbenden Menschen jenseits aller notwendigen Sensibilität zu einer komplexen Sache macht. Wie eine Art Getriebe mit vielen kleinen Zahnrädern, die ineinandergreifen. Dazu zählen im besten Falle Familienangehörige, Vertrauenspersonen aus dem sozialen Umfeld wie Freundinnen oder Nachbarn. Aber ebenso die verschiedenen Pflegedienste, die häusliche oder medizinische Pflege leisten, und zusätzlich noch der ambulante Hospizdienst, dessen Freiwillige den Betroffenen Zeit schenken, ihnen zuhören und Wünsche erfüllen – soweit das möglich ist. Und die auch Angehörige in ihrer Beanspruchung oder Trauer entlasten.

Entscheidend ist die passende Abstimmung zwischen Hilfesuchenden und künftig Begleitenden. Bei Bedarf kontaktieren Jasmin Heinecke und Anika Jagodzinski jemanden aus ihrer Liste der Freiwilligen, die bereits ausgebildet sind. Bei der Erstbegegnung ist ohnehin immer eine der beiden dabei. „Man merkt sehr schnell, wenn man sich dann rausziehen kann“, sagt Heinecke. Aber natürlich sind die Koordinatorinnen auch erster Ansprechpartner für die Freiwilligen, denn „die Begleitung – egal ob nur kurze Zeit oder länger – kann ja emotional und körperlich sehr kräftezehrend sein“. Dafür haben sie immer ein offenes Ohr und es gibt regelmäßige Feedbackgespräche.

**„Am Ende weiß man immer, es hat sich gelohnt.“**

Monika Neubacher-Fesser,  
ehrenamtliche Begleiterin





Jasmin Heinecke (li.) koordiniert den ambulanten Hospizdienst in Hannover. Monika Neubacher-Fesser ist in ihrem Auftrag unterwegs.



Koordinatorin Anika Jagodzinski (li.) ist auch dafür da, wenn Ingrid Butemann bei einer Begleitung Probleme haben sollte.

Monika Neubacher-Fesser und Ingrid Butemann gehören ebenfalls zum Kreis der ehrenamtlichen Begleitung in Hannover. Beide blicken auf viele Erfahrungen mit unterschiedlichen Menschen und Anforderungen zurück. Egal, ob eine Begleitung nur ein paar Wochen oder vielleicht sogar Jahre dauert – sie sind sich einig: „Am Ende weiß man immer: Es hat sich gelohnt.“

Monika Neubacher-Fesser begleitet derzeit einen 97-Jährigen. Bevor sie sich kennenlernten, hieß es, er höre und sehe nicht mehr gut. Doch schon bei der ersten Begegnung hatten die beiden einen guten Draht zueinander. Wenn die Illustratorin von Kinderbüchern ihn gemäß der Vereinbarung einmal in der Woche besucht, können daraus auch mal zwei Stunden werden. „Ich genieße dann auch die Unterhaltung und die Zeit mit ihm.“

**Zuhören und Fragen stellen** / Die 75-jährige Ingrid Butemann liebt ebenso die Begegnung mit den Betroffenen, auch wenn nie klar ist, wie lange sie einen Menschen dann begleiten wird. „Ich bin neugierig, schaue gerne in anderer Leute Leben“,

sagt die ehemalige Informatikerin. Meine Funktion ist es dann, ihnen zuzuhören, Fragen zu stellen, Erinnerungen anzuregen. Ich merke manchmal ja, da muss noch etwas raus.“ Sie erfährt dann, dass jemand Opern und die Callas liebt. Oder auch, dass jemand seine Lebensgeschichten den eigenen Angehörigen nicht erzählen möchte.

Dabei wissen sie, dass sie den Menschen, die sie begleiten, wichtig sind. „Indem wir ihnen Zeit schenken“, sagt Monika Neubacher-Fesser. „Geht es dem Betroffenen gut, dann geht es auch mir gut“, ergänzt Ingrid Butemann.

Nicht alle aus ihrem Freundes- und Bekanntenkreis verstehen, weshalb sie dieses Ehrenamt ausüben. Sie würden auch nie jemanden dazu überreden wollen. Aber von den wertvollen Begegnungen mit den sterbenden Menschen können sie warmherzig erzählen. Und Anteil daran zu haben, dass es noch viele schöne Momente bis zum letzten Atemzug gibt, sehen sie als ihre Aufgabe. „Ich habe inzwischen einen ganz anderen Zugang zu Leben und Tod“, sagt Monika Neubacher-Fesser. „Tod und Freude schließen sich nicht aus.“

Zurück auf dem Sofa von Hannelore Engel zeigt sich genau das. Ob bei der Video-telefonie mit der kleinen Familie in München oder den geschenkten Stunden beim Plaudern mit Bettina Schröder-Polten: Es sind die Freude und persönliche Zuwendung durch eine empathische Begleitung, die dem Tag X den Schrecken nimmt. / *Ina Krauß*

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



Der ambulante Hospizdienst ist ein kostenfreies Angebot der Johanniter-Unfall-Hilfe. Mit Haupt- und Ehrenamtlichen entsteht an vielen Orten ein Netzwerk aus medizinischer Versorgung, Pflege und Begleitung von Angehörigen. Krankenkassen leisten einen Zuschuss zu dieser Arbeit. Zur Deckung aller Kosten sind die Johanniter auf Spenden angewiesen.

Fotos: Nikolaus Brade

Gaza

## Zwischen Not und Hoffnung.



Wo es noch Hilfe gibt, steigen die Patientenzahlen. Besonders betroffen sind Kinder.

**Der Waffenstillstand im Gazastreifen bringt ein Aufatmen – doch von einem Zustand der Normalität sind die Menschen dort weit entfernt. Areej Jamal, Koordinatorin für Gesundheitsprojekte bei der Johanniter-Partnerorganisation Juzoor, berichtet über das Leben in einem zerstörten Land.**

„Es fehlt an Unterkünften, sauberem Wasser. Gesunde Lebensmittel sind praktisch nicht mehr zu bekommen. Seit zwei Jahren essen wir fast nur Konserven“, schildert die Krankenschwester Areej. Schon vor dem letzten Aufflammen der Kämpfe lebten Menschen in Gaza unter schwierigsten Bedingungen – nach zwei Jahren Krieg ist die Not nun allgegenwärtig.

### Hilfe unter extremen Bedingungen /

Der Bedarf an medizinischer Versorgung ist enorm: „Die Patientenzahlen in unseren Zentren steigen täglich an. Vor allem Hautkrankheiten, Lungenentzündungen und Unterernährung nehmen zu“, bestätigt Areej. „Das liegt auch an den verheerenden hygienischen Bedingungen. Kaputte Toiletten und Waschküchen, Hunger und

Luftverschmutzung fordern ihren Tribut.“ Doch die Medikamentenlager sind nahezu leer, die Vorräte an Verbandsmaterial und Hilfsmitteln gehen zur Neige. „Wir hoffen dringend auf neue Lieferungen, um die Menschen ordentlich versorgen zu können. Um ein Krankenhaus betreiben zu können, müssen alle Hilfsgüter importiert werden. Auch Benzin für Generatoren“, so Sevin Ibrahim, Johanniter-Programmmanagerin für Nahost.

Die Johanniter und ihre Partner leisten trotz aller Widrigkeiten weiter medizinische Hilfe: In acht Gesundheitszentren in Gaza wurden allein in den vergangenen zwölf Monaten mehr als 230.000 Menschen versorgt. Gut 20.000 schwer verletzte Patientinnen und Patienten erhielten lebensnotwendige Hilfe.

„Wir Johanniter sind erleichtert über den vereinbarten Waffenstillstand und den angestrebten Friedensplan für die Region. Denn das bedeutet, dass unsere Partner nicht mehr täglich in Lebensgefahr sind und wir unsere Hilfe ausweiten können“, betont Susanne Wesemann, Leiterin der Johanniter-Auslandshilfe. / *Sandra Lorenz*



### Spenden Sie!

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

#### Spendenkonto

Johanniter-Unfall-Hilfe e.V.

IBAN: DE94 3702 0500 0433 0433 00

BIC: BFSWDE33XXX

Stichwort: Gaza



## Namen & Nachrichten



### Oliver Meermann neu im Bundesvorstand

**Führungriege** / Der Herrenmeister des Johanniterordens, Dr. Oskar Prinz von Preußen, hat Oliver Meermann zum neuen hauptamtlichen Mitglied des Bundesvorstandes der Johanniter-Unfall-Hilfe e.V. ernannt. Der 55-jährige gebürtige Hesse ist gelernter Betriebswirt und ausgebildeter Notfallsanitäter und blickt auf eine lange Karriere bei den Johannitern zurück. Meermann wird die Johanniter-Unfall-Hilfe künftig gemeinsam mit Thomas Mähner und dem ehrenamtlichen Bundesvorstandsmitglied Christian Meyer-Landrut führen. „Die neuen gesellschaftlichen Herausforderungen im Zivil- und Katastrophenschutz, aber auch in vielen anderen Bereichen, fordern uns als Hilfsorganisation. Hier gemeinsam gute Lösungen zu finden, wird in den nächsten Jahren eine unserer wichtigsten Aufgaben sein“, sagte Meermann zu seinem Amtsantritt.



### Auszeichnungen vergeben

**Johanniterorden** / Der Herrenmeister des Johanniterordens, Dr. Oskar Prinz von Preußen, hat das „Ehrenzeichen am Bande der Johanniter-Unfall-Hilfe“ verliehen an Helga Christ (Wiesbaden) und Norbert Holzheid (Schweinfurt) sowie das „Ehrenzeichen der Johanniter-Unfall-Hilfe“ an Dominik Bankl (Würzburg), Florian Büttner (Würzburg), Constanze Gastager (Würzburg), Lena Görner (Würzburg), Tim Heinrich (Wennigsen), Claus Meier (Berne), Jeanette Malluschke (Berlin), Janina Prescher (Ravensburg), Silke Weiler (Teublitz) und Vera Wissmann (Würzburg).

## Würdigung von Einsatzkräften

**Gedenkveranstaltung** / Zum Dank für ihr beherztes Eingreifen beim Anschlag auf den Magdeburger Weihnachtsmarkt im vergangenen Dezember sind Anfang Oktober in der Staatskanzlei Helfende der Johanniter ausgezeichnet worden. „Ich danke Ihnen herzlich für Ihren Einsatz. Ich hoffe, dass Sie die Kraft finden, auch weiterhin Ihren Dienst für uns alle tun zu können“, sagte Tamar Zieschang, Ministerin für Inneres und Sport in Sachsen-Anhalt. Fast 100 Johanniter waren damals im Einsatz, um unverzüglich medizinische und psychosoziale Hilfe zu leisten.



### Gute Taten im Abo

**Mitgliederwerbung** / Bis kommenden Januar bewirbt die Johanniter-Unfall-Hilfe bundesweit auf Plakaten und im Internet Fördermitgliedschaften unter dem Titel „Gute-Taten-Abo“. Mit dieser Aktion versuchen wir in digitaler Form, auf Plakaten und überall dort, wo Menschen auf uns aufmerksam werden können, neue Unterstützerinnen und Unterstützer zu gewinnen. An allen bereits bestehenden Mitgliedschaften ändert sich dadurch nichts: Diese laufen wie gewohnt weiter – und sind bereits jetzt schon ein Abo für gute Taten.

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

Fotos: Frank Beck, Carsten Grimme



# Die Johanniter in Baden-Württemberg

## Kinderkaufhaus „Zorella“ Eine Mutter mit viel Durchhaltevermögen

**Stuttgart** / Zwischen winzigen Gummistiefeln, gebrauchten Bilderbüchern und bunter Kinderkleidung erzählt im Kinderkaufhaus „Zorella“ jedes Stück eine zweite Geschichte – genau wie die Frau hinter dem Tresen. Ana-Maria Iacobet, aufgewachsen im rumänischen Dorf Hunedoara, hat in Deutschland ein neues Zuhause und eine neue Aufgabe gefunden: die Leitung eines Kinder-Second-hand-Ladens. Mit wenig Deutschkenntnissen kam sie an, lernte zwischen Windelwechseln und Familienalltag alles rund um den Verkauf und führt heute diesen besonderen Ort in Stuttgart.

Für zweite Geschichten ist Andrea Löchner auch zu haben. Sie ermöglicht es, Menschen ihre eigene zweite Geschichte zu schreiben und leitet die Teilqualifizierung Verkauf (TQ). Ein Projekt für Erwachsene ohne Berufsabschluss. Es bereitet auf einen

IHK-Abschluss vor. Dazu gehört Deutschunterricht, in dem der Wortschatz erweitert und auch fachspezifisches Deutsch geübt wird.

Ana-Maria will arbeiten, bekommt aber nur Aushilfsjobs. Ihre Tochter muss noch in Rumänien bleiben, bis hier alles geregelt ist. Nach fast acht Monaten gibt es weiter keine bessere Arbeit, plötzlich aber hält Ana-Maria einen positiven Schwangerschaftstest in der Hand. Teil ihrer Geschichte ist, dass Ankommen schwer ist. Die Wende kommt, als sie Andrea Löchner begegnet. Noch während Ana-Maria einen Eignungstest für die TQ besteht, melden sich öffentliche Stellen. Sie lehnen die Teilnahme ab. Sie zweifeln an Ana-Maria und prophezeien ihr, dass sie diese TQ nicht schaffen wird. Andrea Löchner setzt sich für Ana-Maria ein und lässt nicht locker bis sie starten darf. Im Unterricht ►



► zeigt sie schnell ihr Talent: Kaufmännisches Rechnen, Buchführung, Preiskalkulation – ihre Stärken, denn Zahlen sind in fast jeder Sprache gleich. Auch sprachlich holt sie rasant auf und gehörte bald zu den Besten. In der mündlichen Prüfung erhält sie eine Eins. Nach der Prüfung ruft sie als erstes die Ansprechpartnerin an, die damals nicht an sie glaubte. Voller Stolz berichtet sie, dass sie es doch geschafft hat. Das zweite Telefonat führt Ana-Maria mit der Frau, die immer an sie glaubte: Andrea Löchner.

Nach dem Abschluss bleibt es schwierig: Viele Unternehmen wollten flexible Arbeitszeiten, was für eine Mutter mit zwei Kindern kaum machbar war. Sie bleibt dran und erhält Unterstützung von Andrea Löchner- und findet schließlich im Sozialkaufhaus der Zora familienfreundliche Arbeitszeiten. Nach dessen Schließung wechselte sie ins Kinderkaufhaus „Zorella“. Als



die Leitung geht, bittet sie das Team, die Aufgabe zu übernehmen. Sie zögert kurz – und sagt dann zu.

Ana-Maria Iacobeti, die junge Frau die damals ohne Deutschkenntnisse und nur mit der nötigen Sturheit nach Deutschland kam, ist heute angekommen. Sie führt das Kinderkaufhaus mit Herz, Verstand und einem ansteckenden Lächeln. Sie erarbeitet sich nicht nur eine neue Sprache, sondern ein neues Leben und beweist, dass Ankommen möglich ist. Schritt für Schritt. Wort für Wort. Herz zu Herz.



### Teilqualifikation – Verkauf

Ein neuer Kurs startet demnächst. Beratung und Anmeldung bei Andrea Löchner möglich unter Tel. 0711 769782-27, E-Mail: tq\_verkauf.stuttgart@johanniter.de [www.johanniter.de/zora-stuttgart](http://www.johanniter.de/zora-stuttgart)

Fotos: Beatrice Weingart

### Danke für Ihre Unterstützung!

Tagtäglich engagieren sich viele Menschen im „Ländle“ bei den Johannitern, um unsere vielfältigen Projekte, Aktionen und Hilfeleistungen mit Leben zu füllen.

Mit dem Kinderkaufhaus »Zorella« schaffen unsere ehren- und hauptamtlichen Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter in Stuttgart neue berufliche Perspektiven, ermöglichen mehr Selbstbestimmung und weniger Einsamkeit und fördern soziale Integration und Teilhabe. Und auch für unsere Rettungshundestaffeln in Baden-Württemberg, unsere Trauerbegleitung für Kinder und Jugendliche „Lacrima“ und viele weitere Aktivitäten ist eine andauernde Unterstützung unerlässlich.

Wir bedanken uns sehr herzlich für Ihre so wichtige Mithilfe in den letzten Monaten. Mit Ihrer Spende und Fördermitgliedschaft ermöglichen Sie unser Engagement auch in Zukunft.

Sprechen Sie mich gerne an:  
Tim Reeth  
Referent Fundraising  
E-Mail: [spenden.bw@johanniter.de](mailto:spenden.bw@johanniter.de)  
Tel.: +49 711 203030 436  
[www.johanniter.de/spenden-bw](http://www.johanniter.de/spenden-bw)



Spendenkonto:  
Johanniter-Unfall-Hilfe e.V.  
BIC: BFSWDE33XXX  
IBAN: DE13 3702 0500 0004 3001 02  
SozialBank AG  
Verwendungszweck: Ehrenamt



### Neuer Pflegedienst Kontinuität und Vertrauen

**Heidenheim** / Die Johanniter haben am 13. Oktober in Heidenheim die Eröffnung ihres neuen Ambulanten Pflegedienstes gefeiert. Ermöglicht wurde dies durch den wohlverdienten Ruhestand von Brigitte Vogl, der langjährigen Inhaberin von „Pflege mit Herz“. Vertrauensvoll hat sie nun ihr Lebenswerk in die Hände der Johanniter gelegt. Mit der Übernahme bleiben das erfahrene Team und die betreuten Personen weiterhin gut versorgt – für eine verlässliche Pflege vor Ort.

Zur feierlichen Eröffnung sind alle Mitarbeitenden und Führungskräfte der Johanniter in Ostwürttemberg zusammengekommen. Yves-Patrick Wörner, Regionalvorstandsmitglied Stuttgart, und Philipp Timmermann, Regionalvorstandsmitglied Ostwürttemberg, begrüßten die Anwesenden und dankten Brigitte Vogl herzlich für ihr Vertrauen. Natascha Kirchgäßner berichtete als neue Pflegedienstleitung von den Umbauarbeiten an der Dienststelle: „Danke für die Chance, den Pflegedienst weiterzuführen. Gemeinsam mit unserem Team begleiten wir gern alle neuen und bekannten Kundinnen und Kunden.“ Landesvorstandsmitglied Thomas Hanisch unterstrich die Bedeutung von Investitionen in die Pflege: „Der Bedarf wächst. Wir übernehmen Verantwortung und schaffen neue Versorgung vor Ort. Für den Start wünschen wir allen viel Erfolg und Gottes Segen.“

Fotos: Johanniter / RV Ostwürttemberg



Das Team des Ambulanten Pflegedienstes Heidenheim.



KTW-Übergabe vor den Räumlichkeiten des Heidenheim-fuer-Ukraine e.V.

### Ukraine-Hilfe Altgedientes Fahrzeug auf neuer Mission

**Heidenheim** / Nach 14 Jahren treuem Einsatz verabschiedet sich ein Krankentransportwagen (KTW) der Johanniter-Unfall-Hilfe Ostwürttemberg in den wohlverdienten Ruhestand – zumindest in Deutschland. Ganz ausgedient hat das Fahrzeug aber nicht: In Zukunft wird es in der Ukraine dringend benötigte Hilfe leisten. Der 2010 in Betrieb genommene KTW kam zunächst im Rettungsdienst zum Einsatz, später verstärkte er das Ehrenamt der Johanniter in Aalen, half bei zahlreichen Sanitätsdiensten, im Katastrophenschutz und während der Hochwasserkatastrophe 2024 in Günzburg bei der Rettung Betroffener. Auch als Anschauungsobjekt für Kinder diente er, um spielerisch die Arbeit der Retterinnen und Retter kennenzulernen.

Nun wird das Fahrzeug an den Verein Heidenheim-fuer-Ukraine e.V. übergeben. Nach technischer Aufbereitung fährt der KTW in Bachmatsch weiter und wird dort dringend gebraucht. Die Johanniter freuen sich, ein Zeichen der Solidarität zu setzen und hoffen, dass der KTW in der Ukraine noch vielen Menschen helfen wird.





Nachfolger für die Studenten Luca, Ata und Furkan gesucht (vorne Mitte)! Wer möchte die Mathe-Nachhilfe für die Internationale Vorbereitungsklasse übernehmen?

## Ehrenamtliche Nachhilfe Mathe-Fans gesucht!

**Tübingen** / Bruchrechnung, Algebra und Parabeln sind für viele Jugendliche kaum zu begreifen. Noch schwieriger sind diese Aufgaben für Schülerinnen und Schüler der Internationalen Vorbereitungsklasse (IVK) der Französischen Schule Tübingen. Alle dort haben einen Migrationshintergrund, sind teilweise aus Kriegsgebieten hierher geflohen. Sie lernen nun Deutsch, um bald in den regulären Schulunterricht wechseln zu können.

Und natürlich steht da auch Mathe auf dem Stundenplan. Mit Zahlen umzugehen, dazu noch in einer fremden Sprache, ist in der IVK eine besondere „Challenge“. Doch die Jugendlichen sind motiviert, weil sie unbedingt einen Schulabschluss machen wollen.

Bis vor kurzem hatten drei Studenten in der IVK Nachhilfeunterricht gegeben. Jetzt müssen sie studienbedingt aufhören.

Deshalb sucht der Regionalverband Württemberg Mitte der Johanniter neue Ehrenamtliche aus dem Raum Tübingen, die den Nachhilfeunterricht übernehmen und sich damit auch für die Integration der Jugendlichen engagieren möchten.

Interessenten können sich gerne melden unter:  
[nachhilfe.tuebingen@johanniter.de](mailto:nachhilfe.tuebingen@johanniter.de)

## „Lacrima“-Trauerbegleitung Start für neue Jugendgruppe

**Tübingen** / Die Johanniter-Trauerbegleitung „Lacrima“ in Tübingen wächst weiter: Dank neuer Ehrenamtlicher im Team kann „Lacrima“ einen zusätzlichen Abend für eine neue Jugendgruppe anbieten. Alle 14 Tage finden nun im Wechsel dienstags (Jugendliche ab 13 Jahre) und donnerstags (Kinder zwischen sechs und zwölf Jahren) „Lacrima“-Abende in der Tübinger Mauerstraße statt. Die Johanniter bieten den Kindern und Jugendlichen dort einen vertrauten Raum der Trauer und zeigen ihnen Wege, um besser mit dem Verlust eines geliebten Menschen umzugehen.

Anfragen oder Anmeldungen gerne an:  
[lacrima.tuebingen@johanniter.de](mailto:lacrima.tuebingen@johanniter.de)



Das Ehrenamtsteam von „Lacrima“ ist gewachsen – neu hinzugekommen sind Jessica, Helen und Cheyenne (v. l.).

Fotos: Bettine Seng

## Schulsanitätsdienst Macht Spaß – und hilft anderen

**Ravensburg** / Ob ein Unfall beim Sportunterricht oder ein medizinischer Notfall beim Elternabend: Die Schulsanitäterinnen und -sanitäter der Johanniter-Jugend helfen als Erste. Regelmäßig bildet die Johanniter-Jugend Schüler aus und fort, damit sie in ihren Schulen im Notfall die Erstversorgung übernehmen können. Nicht wenige Schulsanitäterinnen und -sanitäter engagieren sich auch außerhalb der Schule im Sanitätsbereich und steigen mit der Volljährigkeit ins Ehrenamt im Rettungs- und Sanitätsdienst ein. So auch Nick Bozhko, er ist Mitglied der Regionaljugendleitung Oberschwaben/Bodensee: „Ich bin durch den Schulsanitätsdienst an meiner Realschule zur Johanniter-Jugend gekommen, weil ich mein Wissen erweitern und neue Leute kennenlernen wollte. Mir macht es Spaß, Dinge zu lernen, die anderen helfen, und gemeinsam im Team etwas zu bewegen. In der Regionaljugendleitung engagiere ich mich, weil ich es toll finde, für unsere Mitglieder schöne Veranstaltungen zu organisieren und die Johanniter-Jugend noch mehr jungen Menschen näherzubringen.“

### Jugendgruppen bieten Programm

Die Johanniter-Jugend bietet als Jugendverband der Johanniter-Unfall-Hilfe e. V. im Rahmen der Jugendarbeit Gruppenstunden und Ausflüge für Kinder ab sechs Jahren an. Das abwechslungsreiche Programm, greift auch regelmäßig das Thema „Erste Hilfe“ auf. Ergänzend zu den wöchentlichen Gruppenstunden finden unter anderem in den Pfingstferien Zeltlager am Bodensee statt.

## Kita-Neueröffnung Mit Elfen und Wichteln in der Naturkita

**Grünkraut** / Seit September freuen sich 40 Kindergartenkinder, in ihrer Gruppe als Waldelfen oder Wiesenwichteln im oberschwäbischen Grünkraut die Natur erkunden zu können. Wie bei Naturkitas üblich, halten sich die Kinder grundsätzlich draußen im nahegelegenen Wald und auf dem eigenen Gelände auf. Nur bei Sturm, insbesondere bei Gewitter, geht es nach drinnen. Deshalb hat die Gemeinde Grünkraut statt eines Bauwagens ein

kleines Holzhaus im Stil eines Tiny-House aufgebaut, das über zwei Gruppenräume sowie zwei Toiletten verfügt. Das Besondere an der neuen Naturkita in Grünkraut ist es, dass die Kinder und Erzieherinnen von allen Bereichen das Beste nutzen können: Es gibt einen tollen Wald ganz in der Nähe, sie dürfen Feuer machen, im Sandkasten buddeln, Wasser und Strom ist vorhanden und im Frühjahr wird ein kleiner Garten angelegt, den die kleinen Gärtner hegen und pflegen werden. Warum ist ein Naturkindergarten wertvoll?

Was man kennt, das schätzt man – und die Kinder kommen schon in jungen Jahren mit der Natur in Kontakt und lernen sie lieben. Später werden sie diese Liebe im Herzen tragen und viel dafür tun, sie zu schützen. Sich in der Natur aufzuhalten hat für die Kinder mehrere Vorteile: die Motorik wird geschult, die Fantasie angeregt, die sprachliche Entwicklung wird gefördert, sowie das Gruppengefühl entwickelt.



»Mir macht es Spaß, Dinge zu lernen, die anderen helfen, und gemeinsam im Team etwas zu bewegen.«

Nick Bozhko

Fotos: RV Oberschwaben/Bodensee





## Bildungszentrum Wertheim Gelungene Examensfeier



**Wertheim** / Mit großer Freude hat das Johanniter-Bildungszentrum im September 18 Altenpflegehilfskräfte und zwölf examinierte Pflegefachkräfte im Rahmen einer festlichen Examensfeier verabschiedet. Schulleiter Stefan Dosch würdigte in seiner Ansprache die Leistungen der Absolventinnen und Absolventen und griff die Jahreslosung „Prüfet alles und behaltet das Gute“ auf. Nach Jahren gemeinsamer Lernarbeit und vieler Herausforderungen sei es nun an der Zeit, das Erreichte wertzuschätzen und voller Zuversicht in die Zukunft zu blicken. Das Bildungszentrum habe alle Absolventinnen und Absolventen auf Herz und Nieren geprüft. Nun seien die Kooperationspartner und Praxisstellen gefragt, das Gute zu behalten und die neuen Fachkräfte offen in ihren Teams willkommen zu heißen. Bewegende Worte, kleine Geschenke und herzliche Gesten rundeten den Tag ab und belegten die familiäre Atmosphäre am Bildungszentrum für Pflegeberufe in Wertheim.

## Meilenstein für die Region Neue Rettungswache in Walldürn

**Walldürn** / Seit dem 1. Oktober ist die neue Johanniter-Rettungswache in Walldürn im Einsatz. Zwölf Stunden lang steht dort täglich am Geriatriezentrum St. Josef ein Rettungswagen bereit, um im Notfall schnelle und kompetente Hilfe zu leisten. Besonders die Walldürner Ortsteile Rippberg und Hornbach profitieren jetzt von kürzeren Anfahrtszeiten – eine spürbare Verbesserung für die Menschen vor Ort. Für den Regionalverband Odenwald-Tauber ist die neue Wache eine Premiere: Erstmals betreiben die Johanniter in der Region eine eigene Rettungswache. Landesvorstandsmitglied Thomas Hanisch betont: „Für den Regionalverband Odenwald-Tauber ist der erste Rettungswagen an der neuen Wache in Walldürn ein besonderer Meilenstein. Danke an alle, die das möglich gemacht haben und mit ihrem Know-how beim Aufbau, der Ausstattung und dem Recruiting der neuen Wache beteiligt waren.“ Das engagierte Team sorgt ab sofort für schnelle und verlässliche Hilfe rund um Walldürn – und unterstreicht einmal mehr die Leistungsfähigkeit der Johanniter im Rettungsdienst.



Fotos: RV Odenwald-Tauber

Fotos: Sabrina Risse, Susann Kraft



## Rettungshundestaffel Baden-Karlsruhe Wenn Vertrauen Leben rettet

**Karlsruhe** / Weihnachten ist das Fest der Geborgenheit, des Zusammenhalts und des Vertrauens. Diese Werte prägen auch die Arbeit unserer Rettungshundestaffel Baden-Karlsruhe. Denn wie Familien in dieser Zeit zusammenhalten, bilden auch Hund und Hundeführer und -führerin ein eingespieltes Team, das Leben retten kann.

Die Rettungshundearbeit lebt von gegenseitigem Vertrauen. Nur wenn sich Mensch und Hund blind auf einander verlassen, kann die Suche nach vermissten Personen gelingen. Der Hund vertraut darauf, dass sein Mensch ihn sicher führt, der Mensch darauf, dass sein Rettungshund die entscheidende Spur aufnimmt.

Wussten Sie, dass die Hunde stets im familiären Umfeld ihrer Hundeführerinnen und -führer leben? Jedes Rettungshundeteam wächst über Jahre zusammen. In unzähligen Trainingsstunden entsteht die enge Bindung, die im Sucheinsatz Leben retten kann.

Etwa 50 Mal im Jahr rückt unsere Staffel mit einer klaren Mission aus: Vermisste Personen finden und Hoffnung schenken! Als feste Einheit des Katastrophenschutzes werden wir im Notfall von der Polizei alarmiert. Unsere Teams arbeiten bei jedem Wetter, Tag und Nacht, wenn nötig auch zu Weihnachten. Und das rein ehrenamtlich. Für die Gesuchten und ihre Angehörigen ist der Einsatz kostenfrei.

Derzeit stehen fünf geprüfte Rettungshundeteams für die Personensuche bereit. Neun weitere befinden sich in Ausbildung – sowohl für die Flächensuche als auch für das sogenannte „Mantrailing“. Während bei der Flächensuche große Gebiete mit mehreren Hunden abgesucht werden, folgt beim Mantrailing der Hund der individuellen Spur einer vermissten Person.

Weihnachten steht für Hoffnung und Zusammenhalt – Werte, auf denen auch die Rettungshundearbeit aufbaut. Im Team finden unsere Spürnasen vermisste Personen und schenken Familien so das größte Geschenk: die Rückkehr eines geliebten Menschen.

Besuchen Sie unsere Rettungshundestaffel unter:  
[www.johanniter.de/rettungshunde-karlsruhe](http://www.johanniter.de/rettungshunde-karlsruhe)

**»Wenn im Einsatz jede Sekunde zählt, ist Teamarbeit gefragt. Für mich ist das Vertrauen zu meinem Hund entscheidend. Wir funktionieren nur als eingespieltes Duo.«**

Hundeführerin Nadja mit Marlo



## Landesverband Baden-Württemberg

**Landesgeschäftsstelle**  
Eichwiesenring 9  
70567 Stuttgart  
Tel. 0711 203030-0  
info.bw@johanniter.de  
www.johanniter.de/bw

**Spendenkonto**  
IBAN: DE13 3702 0500  
0004 3001 02  
BIC: BFSWDE33XXX  
SozialBank AG

Impressum der Regionalseiten im Magazin Johanniter

**Herausgeber** / Johanniter-Unfall-Hilfe e. V.,  
Landesverband Baden-Württemberg, Eichwiesenring 9,  
70567 Stuttgart, Telefon 0711 203030-400,  
medien.bw@johanniter.de

**Redaktion und Layout** / Claudia Bangnowski, Wolfgang  
Brenner, Jessica Flemming, Katharina Mössner, Mareen  
Kupka, Annette Lorenz, Bettine Seng, Sonja Steinmaier-  
Berner, Jana Stimmel, Sabine Weigel, Beatrice Weingart,  
ARTWORK Werbeagentur, info@artwork-hannover.de

**Titelfoto** / Beatrice Weingart

**Druck, Verlag** / be1druckt GmbH, Emmericher Str. 10,  
90411 Nürnberg  
www.johanniter.de/bw

## Regionalverbände

**1 / RV Stuttgart**  
Schwieberdingerstraße 58  
70435 Stuttgart  
Tel. 0711 136789-0  
info.stuttgart@johanniter.de

**2 / RV Oberschwaben/  
Bodensee**  
Pfannenstiel 31  
88214 Ravensburg  
Tel. 0751 36149-0  
info.ravensburg@  
johanniter.de

**3 / RV Ostwürttemberg**  
Stuttgarter Straße 124  
73430 Aalen  
Tel. 07361 9630-0  
info.aalen@johanniter.de

**4 / RV Baden**  
Saarburger Ring 61  
68229 Mannheim  
Tel. 0621 48303-0  
info.mannheim@  
johanniter.de

**5 / RV Odenwald-Tauber**  
Frankensteiner Straße 4a  
97877 Wertheim  
Tel. 09342 91102-0  
info.wertheim@johanniter.de

**6 / RV Württemberg Mitte**  
Schweickhardtstraße 3  
72072 Tübingen  
Tel. 07071 989855-0  
info.tuebingen@  
johanniter.de



**Unser gebührenfreies Service-Telefon**  
**0800 0 19 14 14**

## Lacrima – Trauerbegleitung für Kinder Exklusiv für Fördermitglieder: Kostenloser Fachvortrag „Tod und Trauer in der Familie“

Inhalte: Wie trauern Kindern? Wie beziehe ich Kinder in einen Trauerfall mit ein? Was sind gute Rituale in der Familie? Warum kann eine Trauergruppe hilfreich sein? Offene Fragen und Antworten.

Anmeldungen bei Simone Dörk erforderlich: lacrima.stuttgart@johanniter.de oder Tel. 0711 136789 1845. Die Veranstaltung ist auf 20 Personen begrenzt



**JOHANNITER**

**Dienstag, 13. Januar 2026, von  
19 bis 21 Uhr**  
in unseren Räumlichkeiten in der  
Stöckachstr. 16  
70190 Stuttgart

## Gesundheit & Sicherheit

### Sei nicht ein falscher Zeuge wider deinen Nächsten und betrüge nicht mit deinem Munde.

Bibel, Sprüche 24,28



### Wissen, was Recht ist

**Patientenwissen** / Medizinische Behandlungen sind mit Rechten und Pflichten sowohl für Ärzte als auch für Patientinnen und Patienten verbunden. Damit Letztere besser informiert sind, hat das Bundesministerium für Gesundheit (BMG) seine 72-seitige Broschüre „Ratgeber Patientenrechte“ aktualisiert. Darin ist alles enthalten, was gegenüber Ärztinnen und Ärzten oder Einrichtungen wie Krankenhäusern und Pflegeheimen beachtet werden muss. Die Publikation kann über die Website des BMG heruntergeladen (Suche: Ratgeber Patientenrechte) und dort kostenfrei auch als gedruckte Publikation bestellt werden.



Broschüre  
als Download

[bundesgesundheitsministerium.de](https://bundesgesundheitsministerium.de)



### Ein Fest für Cyberkriminelle

**Betrugsmaschen** / Die kommenden Feiertage gelten nicht nur als Hochsaison für Geschenke, sondern auch für Cyberkriminalität.

- **Gefälschte Kreditkarten-Warnungen:** Cyberkriminelle geben sich oft als Vertreter von Finanzinstituten aus und versenden gefälschte Warnungen über verdächtige Aktivitäten.
- **Betrügerische Spendenaufrufe:** Recherchieren Sie die Organisationen, die digital Spenden sammeln. Das DZI Siegel ist ein verlässliches Zeichen für Vertrauenswürdigkeit.
- **Verdächtige Shopping-Rabatte:** Vorsicht vor extrem günstigen Angeboten. Auch wenn die Verlockung groß ist: Oft nutzen Betrüger diese als Köder.



### Nachtkerze mit großem Auftritt

**Heilpflanze des Jahres** / Die Gemeine Nachtkerze (Oenothera biennis) hat kommendes Jahr ihren großen Auftritt: Sie wurde zur Heilpflanze des Jahres 2026 gekürt. Im 17. Jahrhundert als Zierpflanze aus Nordamerika in Europa eingeführt, können sowohl die Wurzeln ähnlich wie Schwarzwurzeln in der Küche gebraucht werden. Auch Blätter, Blüten und Samen sind essbar. Ein aus den Samen gewonnenes Öl findet sich in vielen Cremes für Neurodermitis-Patienten.



Service

# Gut gelaunt durch Wintertage.



Foto: Adobe Stock

**Während der dunklen Jahreszeit steigt bei vielen Menschen die Sehnsucht nach Sonne und Licht. Im Winter sinkt nicht nur die Temperatur, sondern bei vielen Menschen auch die gute Laune. Wir zeigen, warum das so ist, erklären den Unterschied zwischen Winterdepression und Winterblues – und was man dagegen unternehmen kann.**

Morgens ist es noch dunkel, wenn man im Winter aus dem Haus geht. Und bei der Rückkehr am frühen Abend ist es schon wieder dunkel. Auf die menschliche Psyche hat das Auswirkungen – bei manchen mehr, bei manchen weniger. Wer damit ernsthaft zu kämpfen hat, könnte an einer Winterdepression leiden. „Seasonal affective disorder“ nennen Mediziner diese behandlungsbedürftige psychische Erkrankung. Nicht so gravierend, aber dennoch aufs Gemüt schlagend, sind wetter-, licht- oder saisonal abhängige Stimmungsschwankungen, die unter dem Begriff „Winterblues“ fallen – und im Frühjahr von selbst wieder verschwinden.

Doch handelt es sich bei eigenen Symptomen wie Antriebs- und Lustlosigkeit, Erschöpfung sowie Energiemangel um das eine oder das andere? Mediziner gehen davon aus, dass mehrwöchige ununterbrochene Stimmungstiefs Anzeichen für eine Winterdepression sein können, und empfehlen für diesen Fall, professionelle Hilfe zu Rate zu ziehen.

**Eine Frage des Lichts** / Verantwortlich für saisonale Stimmungstiefs ist vor allem die im Winter geringere Lichtintensität: Sie sorgt dafür, dass nicht nur nachts, sondern auch tagsüber vermehrt das Schlafhormon Melatonin ausgeschüttet wird. Ist dies in einer zu hohen Konzentration vorhanden, können Antriebslosigkeit und Niedergeschlagenheit die Folgen sein. Denn für die Melatonin-Herstellung verbraucht der menschliche Körper Aminosäuren, die sonst für die Produktion von Serotonin, einem Neurotransmitter, der für psychische Ausgeglichenheit sorgt, benötigt werden.

**Aktiv gegen den Blues** / Diesen biochemischen Prozessen ist man aber nicht wehrlos ausgeliefert. Mit der richtigen Strategie

kann man nicht nur Symptome für einen Winterblues angehen, sondern auch vorbeugend aktiv werden – und so gut gelaunt durch die dunkle Jahreszeit kommen:

- **Tageslicht nutzen:** So viel Zeit wie möglich im Freien verbringen. Für zusätzliches Licht während der Arbeitszeit hilft es, den Arbeitsplatz ans Fenster zu verlegen und die Mittagspause nach draußen zu verlegen. Überdies können spezielle Tageslichtlampen dabei helfen, die Melatonin-Produktion zu regulieren.

- **Regelmäßige Bewegung:** Sport und körperliche Aktivität unterstützen die Endorphin-Ausschüttung und wirken stimmungsaufhellend. Außerdem tankt man bei der Bewegung im Freien zusätzlich Licht. Und das selbst an trüben Tagen.

- **Gute Schlafhygiene:** Mit Struktur im Alltag und einem festen Schlafrhythmus lässt sich der Antriebslosigkeit begegnen. Allzu langes Ausschlafen gilt es, besser zu vermeiden.

- **Ausgewogene Ernährung:** Übermäßige Mengen an zucker- und kohlenhydratreichen Speisen meiden und auf vitaminreiche und frische Lebensmittel zurückgreifen.

- **Soziale Kontakte pflegen:** Bewusste Verabredungen mit Freunden oder Familie sowie ein aktives Sozialleben wirken stimmungsaufhellend und heben den Serotoninspiegel. Auch wenn die gedrückte Stimmung einen dazu verleitet, sich zurückzuziehen: Mentale Aktivität und die Begegnung mit anderen tun gut.



Informationen rund um das Thema „Depression“ bietet die Stiftung Deutsche Depressionshilfe. Die kostenlose und anonyme Telefonseelsorge ist rund um die Uhr erreichbar unter: Tel. 0800 11 10 111 und 0800 11 10 222. [deutsche-depressionshilfe.de](https://www.deutsche-depressionshilfe.de)



# Lesertelefon



Spenden  
**0800 56 43 664**

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



Gerade zu Weihnachten denken viele Menschen nicht nur an ihr eigenes und das Wohl ihrer Familie. Auch außerhalb des engsten Kreises von Freunden und Verwandten rückt für viele die Lage von Notleidenden in den Fokus. Zum Fest der Liebe ist die Spendenbereitschaft deshalb hoch – auch bei den Unterstützenden der Johanniter, die seit mehr als 21 Jahren mit dem Spendensiegel des Deutschen Zentralinstituts für soziale Fragen ausgezeichnet sind.

Dabei tauchen auch immer wieder Fragen auf: Wie kann man wirksam helfen? Welche Projekte im In- und Ausland sind besonders auf Unterstützung angewiesen? Und was ist bei Spenden über das Internet zu beachten? Diese und viele weitere Fragen beantworten Ihnen unsere Experten während unserer Telefonaktion am Dienstag, 9. Dezember, von 10 bis 13 Uhr.



**Jo Klemens**  
 Leitung Zentralbereich Fundraising, ist einer unserer Ansprechpartner für Sie. Fragen gerne auch schriftlich an:  
 Johanniter-Unfall-Hilfe, Marketing/Kommunikation, Spenden, Lützowstr. 94, 10785 Berlin, [lesertelefon@johanniter.de](mailto:lesertelefon@johanniter.de)

## Fragen & Antworten vom 9. September zum Thema „Ehrenamt“

**Warum ist ein starkes Ehrenamt wichtig?**  
 Ehrenamt ermöglicht Teilhabe und trägt zur Erfahrung von Selbstwirksamkeit bei. Diese wichtigen Aspekte dürfen wir in der heutigen Gesellschaft nicht unterschätzen.

**Wie kann ich mich bei den Johannitern engagieren?** Die Bandbreite für ein ehrenamtliches Engagement ist bei uns sehr breit und umfasst zum Beispiel den Sanitätsdienst bei Veranstaltungen, verschiedene Tätigkeiten im Bevölkerungsschutz sowie den gesamten sozialen Bereich mit Unterstützung etwa der Kinder- und Jugendarbeit, der Seniorenbetreuung oder im ambulanten Hospizdienst. Sie können Kindern bei den Hausaufgaben helfen, ältere und hilfsbedürftige Menschen besuchen oder bei Katastrophen handfest oder auch bei der Organisation im Hintergrund mitanpacken.

**Werde ich dafür vorbereitet?** Es ist uns enorm wichtig, für die richtige Rahmenbedingungen zu sorgen. Sie werden von Anfang an begleitet und wo eine spezifische Qualifikation notwendig ist, wird diese professionell in Form von Aus- und Weiterbildungen angeboten.

**Gibt es eine Altersbeschränkung für Ehrenamtliche?** Im Prinzip nicht. Jugendliche bis zum 16. Lebensjahr können sich in der Johanniter-Jugend einbringen. Auch wer bereits im Ruhestand ist, sich aber noch rüstig fühlt, ist willkommen in der Gemeinschaft der ehrenamtlichen Johanniter-Helfenden.

**Wo kann ich mich bei Interesse melden?**  
 Wenden Sie sich an die Johanniter in Ihrer Umgebung. Die Kontaktdaten dafür finden Sie am Ende des regionalen Teils auf Seite 22. Im Internet können Sie die Ansprechpersonen über die Angabe der gewünschten Tätigkeit und des eigenen Wohnortes finden.  
[www.johanniter.de/ehrenamt](http://www.johanniter.de/ehrenamt)  
 Oder Sie wenden sich direkt an uns unter: [ehrenamt@johanniter.de](mailto:ehrenamt@johanniter.de)

## Porträt Helfer trotz Handicap.

Durch einen Schicksalsschlag ist Samuel Mirzaian schon früh an den Rollstuhl gefesselt. Seinem Lebensplan und seiner Tätigkeit als ehrenamtlicher Sanitäter steht das nicht im Weg.

Für Samuel Mirzaian beginnt die Helferkarriere ganz klassisch: In der Schule entdeckt er den Schulsanitätsdienst für sich. Aus einem Zeitungsartikel erfährt er von der Neugründung der Johanniter-Jugend in Herne und belegt einen Kurs. Es ist ihm daran gelegen, Menschen mit ähnlicher Neigung kennenzulernen und helfen zu können. Das Interesse an Medizin ist schon früh geweckt: Großvater und Vater waren auch Ärzte. 2016 macht er dann bei den Johannitern in Nordrhein-Westfalen die Ausbildung zum Rettungshelfer.

**„Wie durch einen Tunnel“** / Ein Jahr später, mitten während der Abiturvorbereitungen, beginnen die Rückenschmerzen. Eine Augenmuskel-Lähmung setzt ein. Ein paar Tage später merkt er, dass er unsicher läuft. „Am Anfang“, so erinnert er sich, „habe ich es noch auf den Abi-Stress geschoben.“ Als die Symptome heftiger werden, schicken ihn die Ärzte in die Röhre, mit keinem guten Ergebnis. Bei ihm wird ein hochaggressiver Blutkrebs (Non-Hodgkin-Lymphom) diagnostiziert, ein Tumor drückt aufs Rückenmark. Noch am selben Tag folgt eine Notoperation, dann eine zweite. Schnell wird klar: Das Rückenmark ist so schwer geschädigt, dass Samuel Mirzaian mit gerade mal 19 Jahren querschnittsgelähmt sein wird.

An die vier Monate Krankenhaus mit Chemotherapie und Operationen erinnert er sich nur „wie an einen Film“, den er „wie durch einen Tunnel“ erlebt hat. Erst später war Zeit, das zu verarbeiten. Wenn man den jungen Mann heute darüber sprechen hört, dann ist sein Blick auf sein Schicksal bemerkenswert. „Das Leben hat mir einen neuen Weg gewiesen. Es gibt immer einen positiven Ausweg. Es kommt darauf an,

was man daraus macht.“ Sätze, die aus seinem Mund nicht wie Phrasen klingen. Er weiß, wovon er spricht.

**Ein zweites Leben** / Denn seit der Diagnose hat sich sein Alltag um 180 Grad gedreht. Vieles musste er komplett neu lernen. Den Führerschein – nun als Rollstuhlfahrer – neu machen. Die Elternwohnung war nicht barrierefrei. Doch Samuel Mirzaian kämpft sich zurück ins Leben und hält auch an seinem Lebensplan fest: Er holt das Abitur nach, beginnt das Medizinstudium an der Ruhr-Universität Bochum. Seine körperliche Einschränkung war dabei weniger Thema als die immer wieder infrage gestellte mentale Stärke. „Anders als der Hörsaal sind Krankenhäuser barrierefrei, bei dem einen oder anderen Praktikumsplatz ist es manchmal schwierig – aber das funktioniert schon“, so der heute 27-Jährige. Es ist vor allem sein Wille, der so einige Barrieren überwinden hilft. Samuel will Neurologe werden. „Ich denke, da kann mir die eigene Erfahrung sogar helfen, schließlich kann ich mich in Patienten mit Rollstuhl besser hineinversetzen.“

Und auch sein Engagement bei den Johannitern im Regionalverband Ruhr-Lippe setzt er konsequent fort. „Tatsächlich stand das nie zur Disposition, für mich war klar, dass ich das weitermache.“ Geholfen hat da auch, dass der damalige Jugendgruppenleiter ein guter Freund ist. Auch wenn einiges im aktiven Dienst mit Rollstuhl nicht funktioniert, im Sanitätsdienst betreut er die Unfallhilfsstellen bei Veranstaltungen und wird dank der neu und barrierefrei gebauten Rettungswache in Herne auch hier aktiv. Immer wieder lotet er dabei seine eigenen Grenzen aus: „Es ist immer wieder spannend herauszufinden, wie weit ich gehen kann.“ /Peter Altmann



Foto: BBK





Foto: Claudett Minaya Vialet

## Drei Fragen an Iris Domagalla ...

... 54 Jahre, die mit ihren Kolleginnen für die Johanniter im Nordhannoverschen Ortsverband sogenannte „Brandtaschen“ packt – für Menschen, die durch ein Unglück auf das Allernötigste angewiesen sind.

**Wie kam es zur Idee für diese besondere Art der Hilfe?** / Ende 2024/25 hat es bei uns mehrere Brände in Mehrfamilienhäusern gegeben. Kurz vor Weihnachten traf das einige Familien ziemlich hart. Auf Bitten der Stadt Langenhagen haben wir die Betroffenen mit Betten und Waschtensilien versorgt – und auch eine Babytasche rausgegeben. So entstand bei meiner Kollegin Sylvia Nitsche und mir die Idee für die „Brandtaschen“. Von denen haben wir jetzt immer welche parat!

**Sie packen auch Erstausrüstungen für werdende Mütter in Not. Woher kommt die Ausstattung dafür?** / Das machen wir schon seit acht Jahren. Die Sachen, die wir für dafür benötigen, werden das ganze Jahr über aus Spenden für unsere Kleiderkammer „Nahtstelle“ ausgewählt, gewaschen und gelagert, bis sie gebraucht werden. Hygieneartikel wie Stillvorlagen kaufen wir selbst oder bitten Spendende gezielt darum. Das kommt sehr gut an.

**Und wie finden die Bedürftigen zu Ihnen?** / Wir haben einen guten Draht zur Stadt Langenhagen und werden von der Sozialberatung kontaktiert, wenn jemand Hilfe benötigt. Aber es hat sich bei uns in der Region auch schon rumgesprochen!

## Leserstimmen

**E-Mail / Hans K. aus Osnabrück hat der Beitrag über den langen Weg in der Ausbildung eines unserer Rettungshundeteams gefallen:** Es ist wunderbar zu sehen, mit wie viel Einsatz von Zeit und Ressourcen und mit welcher Begeisterung euer Nachwuchs sich in der Rettungshundearbeit ausbilden lässt. Weiter so!

**Brief / Für unsere Leserin Elisabeth M. aus Schwabach ist die in der „Johanniter“-Ausgabe September 2025 mitgelieferte Broschüre „Für alle Fälle“ Anlass für eine Bestandsaufnahme:** Vielen Dank für Ihren praktischen Leitfaden, den ich mir gleich ausgeschnitten habe. Die übersichtlichen Checklisten haben mir sehr geholfen, mir daheim einen Überblick zu verschaffen und Dinge aufzuschreiben, die vielleicht noch sinnvoll wären, vorrätig zu haben. Danke auch, dass Sie bewusst keine Panik schüren – Ihre Ratschläge sind ja für alle Fälle sinnvoll.

### Ihre Nachricht

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



### Spenden Sie!

Unsere wichtige Arbeit für Menschen in Not ist nur möglich durch Ihre Unterstützung. Vielen Dank für Ihr Engagement!

**Spendenkonto**  
Johanniter-Unfall-Hilfe e.V.  
IBAN DE94 3702 0500 0433 0433 00  
Stichwort: Retten und Helfen

Einfach und sicher online spenden.  
[www.johanniter.de/spenden](https://www.johanniter.de/spenden)



## Denkanstoß Der Hoffnung die Tür aufhalten.



„Als Günther zum Engel umschult, denkt er nur ans Fliegen. Fliegen wollte er schon als Kind. Aber dann reichte es bloß zum Gabelstapler. Seit drei Monaten ist auch damit Schluss. Betriebsbedingte Umstrukturierungen. Günther ist zu alt. Als Engel ist man nie zu alt, das geht auch in der Rente noch. Nur reich wird man davon nicht, aber das Licht, das brennt jetzt immer. Trotz der hohen Strompreise. Weil Günther jetzt einfach selber strahlt.“

Der Advent steht vor der Tür und hat Apfel, Nuss und Mandelkern dabei, und wir lächeln ein bisschen wehmütig, weil wir denken, dass er so aus der Welt gefallen ist. Drum herum tobt alles, und er will eine Kerze anzünden. Aber er schiebt uns zur Seite. „Das ist meine Art von Protest“, sagt er. Und auf einmal wirkt er gar nicht mehr so betulich. Wir lassen ihn rein, er verteilt Kekse, die nach Vanille schmecken, und dann beginnt er zu erzählen: Geschichten, die von dieser Welt sind.

Und wir schreiben sie auf. Alle Jahre wieder, jedes Jahr anders. Weil der Advent nämlich längst nicht fertig ist, und mindestens beides will: die kalte Realität in Hoffnung tauchen. Herzen wärmen. Die Welt zum Glänzen bringen. Der Advent weiß, was der Seele guttut. Und gleichzeitig, bevor wir es uns zu behaglich machen, rüttelt er uns wieder wach. „Steht auf“, ruft er, „werdet selber Licht! Stürzt die Herrscher von ihren Thronen, alles Stiefelgedröhn soll verhallen, ein Kind den Himmel spiegeln“, daran hält er fest.

**Sehr von dieser Welt** / Der Advent ist so sehr von dieser Welt, dass er sich nicht zukleistern lässt. Egal, wie viel Zuckerguss er ertragen muss. Im Gegenteil: Er hat viel zu tun, er geht von Tür zu Tür, er versucht es auch bei jenen, denen überhaupt nicht heimelig zumute ist, bei denen erst recht.

Und da kommen wir ins Spiel: Wir helfen ihm ein bisschen, denn er kann Helferinnen und Helfer brauchen. Wir erzählen seine Geschichten weiter, aber in unseren Worten. So ehrlich, wie wir das können. Mal als Gedicht oder als Gebet, mal in Briefform oder mit einer überlebensgroßen Frage.

**Von Mund zu Mund** / „Stille Post“ nennen wir das. Weil jede Geschichte sich ein bisschen verändert, wenn sie von Mund zu Mund geht. Sie wird mit Leben

gefüllt, mit unseren Leben. Und mit Ihren. Denn „Stille Post“ ist ein Adventskalender zum Weitersagen: Jedes Jahr gibt es 24 neue Texte. Garantiert noch nicht gehört. Jede Seite gibt es doppelt – einmal zum Behalten und ein zweites Mal als Postkarte zum Verschenken. Weil Advent zusammen heller wird.

PS: Eine Auswahl unserer Lieblingstexte aus acht Jahren „Stille Post“ gibt es im neuen Buch: „Licht in Sicht: Zusammen durch den Advent“. Da steht alles drin, was wir über den Advent und Weihnachten wissen. Und ja, es ist eine Liebeserklärung ... /  
*Susanne Niemeyer & Matthias Lemme*



### Susanne Niemeyer & Matthias Lemme

leben in Hamburg-Ottensen. Die Autorin und der gemeinsam mit seiner Nachbarin leidenschaftlich gerne schreibende Pastor liefern lieber inspirierende Gedanken als Schokolade. (Siehe auch Verlosung auf S. 30.)

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

Foto: edition chrismom / Privat / Illustration: raufeld/Martin Rümmele



Rätselspaß

Schlagader	▼	Nachtvogel	Farbe	▼	dieser, jener	oberster Teil des Getreidehalms	zu keiner Zeit	Pressstoff	▼
munter, lebhaft	▶		▼		Vorsilbe: gegen (griech.)	▶			
eurasischer Staat	▶	2						Querstange am Mast	
▶				Musikwettbewerb (Abk.)	Körperorgan	▶		▼	4
schweizerischer Sagenheld	▶		7	▼	Taufzeuge		Kfz-Zeichen Cham		ausführen, verrichten
Weinstock		bibl. Stammvater (Arche)	▶					1	▼
▶		▼				Reinigungsgerät (Kzw.)		Fluss zur Donau	
röm. Dichter, Philosoph	Weinbrand (ugs.)		Netzhaut des Auges	amerik. Schriftsteller (Mark)	10	▼		▼	
Ordnungssystem	▶		▼				Automesse (Abkürzung)		eine Blume; ein Gewürz
▶	9			Kalifenname	Gefühl, Verständnis für etwas	▶			▼
lodernde Flamme; Gerbrinde		Oper von Puccini	3	▼				Anerkennung	
▶					Schall, dröhnender Klang; Echo	▶		▼	6
sehr nahe und vertraut		Radmittelsstück	▶				5	Abkürzung für okay	▶
deutlich	▶			8	großer schwarzer Vogel	▶			

Lösungswort

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----



Rätseln & gewinnen!

Unter allen richtigen Einsendungen verlosen wir fünf Exemplare des Sonntagskalenders „Luft nach oben“ für das Jahr 2026 von unserem „Denkankstoß“-Autorenteam Matthias Lemme und Susanne Niemeyer. Die Gewinnerinnen und Gewinner werden schriftlich benachrichtigt.

Schicken Sie uns Ihre Lösung bis zum 30. Dezember an: [gewinnspiel@johanniter.de](mailto: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 September 2025: ECHINACEA  
Die Gewinnerinnen und Gewinner des Buchs „Nö“ von Maïke Schöfer sind: Christel K. (Herdecke), Hannelore D. (Krefeld) und Ingrid T. (Mittenberg).

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, Tonja Knaak, Therese Raatz, Claudia Schreiber [redaktion@johanniter.de](mailto:redaktion@johanniter.de)  
**Grafik** Raufeld Medien GmbH, Paul-Lincke-Ufer 42/43, 10999 Berlin; Lisa von Klitzing, Daniel Krüger (Kreativdirektion)  
**Titelfoto** Nikolaus Brade  
**Druck, Verlag & Anzeigen** be1druckt GmbH, Emmericher Straße 10, 90411 Nürnberg

**Gültige Anzeigenpreisliste** 1/25 Gedruckt auf Recyclingpapier, das mit dem BLAUEN ENGEL ausgezeichnet ist. Der Redaktionsschluss für die nächste Ausgabe ist der 5. Januar 2026. Die nächste Ausgabe wird am 27. Februar per Post versendet.  
Keine Haftung für unverlangte Einsendungen jeglicher Art.  
Für Mitglieder der Johanniter-Unfall-Hilfe e. V. ist der Bezug der Zeitschrift im Mitgliedsbeitrag enthalten. Eine gesonderte Berechnung des Bezugspreises erfolgt nicht.



[www.blauer-engel.de/uz195](http://www.blauer-engel.de/uz195)  
Dieses Druckerzeugnis ist mit dem Blauen Engel zertifiziert!

Augenklick

Stramme 35 Kilometer hatten die Wanderer vor sich, die sich bei der ersten Auflage des „Johanniter-Heidewanderns“ Ende September, Schlag 9 Uhr, auf den Weg machten. Für einen guten Zweck ging es für die 200 Teilnehmenden auf einer Rundtour gut acht Stunden lang durch den Naturpark Südheide nördlich von Celle. Bestens versorgt natürlich von den Johanniter-Helfern, die lediglich fünf Abbrecher per Shuttle wieder zurückbringen mussten. Das Startgeld für diesen Benefiz-Marsch kommt dem Ehrenamt der Johanniter zugute.



Foto: Christian Denda



# Goldprämierte Rotwein-Vielfalt

**-58%**

**REDUZIERT!**



**8 Flaschen + 2 Weingläser statt € 95,58 nur € 39<sup>90</sup>**

**VERSANDKOSTENFREI BESTELLEN: [hawesko.de/johanniter](http://hawesko.de/johanniter)**



Vorteilsnummer  
1119948

Sie erhalten 8 Fl. im Vorteilspaket mit 2 Gläsern der Serie PURE von Zwiesel Glas, gefertigt aus Tritan® Kristallglas, im Wert von € 19,90. Telefonische Bestellung unter 04122 50 44 55 mit Angabe der Vorteilsnummer (wie links angegeben). Versandkostenfrei innerhalb Deutschlands. Max. 3 Pakete pro Kunde und nur, solange der Vorrat reicht. Es handelt sich um Flaschen von 0,75 Liter Inhalt. Alkoholische Getränke werden nur an Personen ab dem vollendeten 18. Lebensjahr geliefert. Informationen zu Lieferbedingungen und Datenschutz finden Sie unter [www.hawesko.de/service/lieferkonditionen](http://www.hawesko.de/service/lieferkonditionen) und [www.hawesko.de/datenschutz](http://www.hawesko.de/datenschutz). Weitere Produktinformationen (Lebensmittellkennzeichnung) finden Sie auf [www.hawesko.de](http://www.hawesko.de) auf der jeweiligen Artikelseite. Ihr Hanseatisches Wein- und Sekt-Kontor Hawesko GmbH, Geschäftsführer: Alex Kim, Nicolas Tantzen, Handelsregistereintrag: HRB 99024 Amtsgericht Hamburg, USt-Identifikationsnr: DE 25 00 25 694.

**HAWESKO**  
JEDER WEIN EIN ERLEBNIS