

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



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 Sachsen-Anhalt und Thüringen **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

Fotos: Nikolaus Brade (2), Johanniter (1)



„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



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



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



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 Tamera 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

Fotos: Frank Beck, Carsten Grimme



Inhalt

- 16 Gemeinsam gegen die Flammen
- 18 Tag der Johanniter 2025 in Erfurt
- 20 Neue Einsatzmittel für Trost, Sicherheit und schnelle Hilfe
- 21 Gedanken von Landespfarrerin Anne-Christina Wegner

Die Johanniter in Sachsen-Anhalt und Thüringen



(1) Johanniter-Einsatzteam in Göselsdorf

Ehrenamtliche Johanniter im Einsatz bei Waldbrand in Südthüringen

Gemeinsam gegen die Flammen

Ein Flimmern in der Luft, beißender Rauch über den Baumwipfeln und tagelang kein Regen in Sicht – Anfang Juli wurde der Landkreis Saalfeld-Rudolstadt zum Schauplatz einer der größten Waldbrände der vergangenen Jahre. Bei Göselsdorf standen mehr als 250 Hektar in Flammen. Einsatzkräfte aus der gesamten Region kämpften unermüdlich gegen die Flammen. Mitten unter ihnen: die Johanniter aus den Regionalverbänden Süd- und Ostthüringen.

Über eine Woche lang waren unsere Katastrophenschutzeinheiten im Schichtbetrieb im Dauereinsatz. Sie sorgten für die medizinische Absicherung der Einsatzkräfte, unterstützten die Einsatzleitung vor Ort und halfen bei der Lageerkundung per Spezialdrohne. Rund 23 ehrenamtliche Helferinnen und Helfer der Johanniter waren mit zehn Einsatzfahrzeugen im Einsatz – vom Krankentransportwagen über den Einsatzleitwagen bis hin zum Kommandowagen.

Präzision aus der Luft – 185 Brandherde identifiziert

Ein wichtiger Bestandteil der Einsatztaktik war der Einsatz von Drohnentechnik. Unsere Drohnestaffel aus dem Saale-Orla-Kreis unterstützte die Feuerwehr bei der Erkundung der Brandherde. Mit Hilfe einer Wärmebildkamera konnten 185 Glutnester ausfindig gemacht werden. Viele davon wären mit bloßem Auge kaum zu erkennen gewesen. Durch die enge Zusammenarbeit mit den Bodentrupps der Feuerwehren konnten die Brandherde gezielt gelöscht werden.

Neben der technischen Unterstützung stand die sanitätsdienstliche Versorgung im Mittelpunkt. Unsere Einsatzkräfte sicherten die Feuerwehrleute während der Löscharbeiten ab, kühlten überhitzte Personen, versorgten kleinere Verletzungen und waren für jede Lage sofort einsatzbereit.

Fotos: Johanniter/Regionalverband Südthüringen; Adobe Stock



Die Bedingungen vor Ort waren herausfordernd: hohe Temperaturen, lange Einsatzzeiten, staubige Luft. Trotzdem blieb die Stimmung im Team konzentriert und kollegial. Immer wieder kamen neue Kräfte hinzu, um Schichten abzulösen und Fahrzeuge zu reinigen oder auszurüsten.

Ehrenamt, das verbindet

Die ehrenamtlichen Helferinnen und Helfer investierten insgesamt rund 200 Stunden ihrer Freizeit – hinzu kamen Anfahrt, Nachbereitung und die Wiederherstellung der Einsatzfähigkeit der Fahrzeuge.

Unterstützung kam zudem aus Bayern: Der Bevölkerungsschutzzug München-Stadt der Johanniter reiste an, um die Thüringer Kräfte vor Ort zu entlasten. Ein starkes Beispiel für überregionale Zusammenarbeit im Katastrophenschutz.

Der Einsatz bei Göselsdorf hat einmal mehr gezeigt, wie wertvoll das Zusammenspiel von Ehrenamt und hauptamtlichen Strukturen ist. Feuerwehr, Katastrophenschutz, Polizei und Hilfsorganisationen arbeiteten eng zusammen – konzentriert, respektvoll und mit einem gemeinsamen Ziel: Mensch und Natur zu schützen. (df)

Gut geschützt im Einsatz

Ob bei Hochwasser, Waldbrand oder Evakuierungen – unsere Katastrophenschutzlerinnen und -schützer sind da, wenn Hilfe gebraucht wird.

In den vergangenen Jahren hat sich die Zahl der Einsätze deutlich erhöht. Neue Herausforderungen, von großflächigen Waldbränden bis zu Überflutungen, haben dazu geführt, dass unsere Katastrophenschutzeinheiten wachsen. Immer mehr Menschen schließen sich uns an, um ehrenamtlich zu helfen. Damit alle sicher helfen können, braucht es passende Schutzkleidung.

Nur dank der Unterstützung unserer Fördermitglieder ist es möglich, dass unsere Helfenden gut ausgerüstet in den Einsatz gehen können.

DAFÜR SAGEN WIR VON HERZEN:
DANKE!



Jede Spende hilft und schützt die, die helfen.

Mit Ihrer Spende helfen Sie uns, weitere Einsatzkräfte mit Schutzkleidung auszustatten und die Hilfe im Katastrophenfall sicherzustellen.

Spendenkonto:

Johanniter-Unfall-Hilfe
Sachsen-Anhalt/Thüringen

Sozialbank

IBAN: DE80 3702 0500 0020 1841 01

BIC: BFSWDE33XXX

**Stichwort: Von Kopf bis Fuß
einsatzbereit**

Herzlichen Dank für Ihre Hilfe!

Gemeinschaft, Engagement und gelebter Teamgeist

Tag der Johanniter 2025 in Erfurt

Vom 26. bis 28. September verwandelte sich die Messe Erfurt in das Zentrum der Johanniter-Familie. Rund 3.000 Ehren- und Hauptamtliche, Jugendliche, Auszubildende und Gäste aus ganz Deutschland kamen zusammen, um den bundesweiten „Tag der Johanniter 2025“ zu feiern – ein Wochenende voller Begegnungen, Wettbewerben und Wertschätzung.

Ein Wochenende unter der Schirmherrschaft des Ministerpräsidenten

Besondere Ehre: **Thüringens Ministerpräsident Mario Voigt** übernahm die Schirmherrschaft für die Veranstaltung. In seiner Eröffnungsrede betonte er die gesellschaftliche Bedeutung des Johanniter-Engagements:

»Die Johanniter beweisen Tag für Tag, dass Mitmenschlichkeit und praktisches Handeln Hand in Hand gehen können. Sie geben Sicherheit und Halt. Gerade in herausfordernden Zeiten zeigt sich, wie wertvoll dieses Engagement für unser Gemeinwesen ist.«

Die „Olympiade der Retter“

Herzstück des Wochenendes war der **Bundeswettbewerb in Erster Hilfe und Notfallrettung** – oft auch die „Olympiade der Retter“ genannt. 47 Teams aus allen neun Landesverbänden der

Johanniter sowie zwei Gastmannschaften traten in realistischen Einsatzszenarien gegeneinander an. Ob Verkehrsunfall, Brandverletzung oder Kreislaufstillstand, die Teilnehmenden mussten unter Zeitdruck zeigen, was sie können. 130 Schiedsrichterinnen und Schiedsrichter bewerteten die Leistungen.

Das Wetter spielte mit: Nach einem grauen Freitag zeigte sich pünktlich zum Wettkampftag die Sonne über Erfurt. Das Messegelände bot die perfekte Kulisse für ein Wochenende, das den Teamgeist der Johanniter sichtbar machte.

Siegerinnen und Sieger mit starken Leistungen

Die Vielfalt der Teilnehmenden spiegelte das Engagement der Johanniter in allen Altersgruppen wider – vom Kind bis zum Profi-Retter. Auch die Mannschaften aus unserem Landesverband Sachsen-Anhalt/Thüringen zeigten beim Bundeswettbewerb beeindruckende Leistungen und Teamgeist.

In der **Kategorie B** (Ersthelferinnen und Ersthelfer zwischen 12 und 19 Jahren) sicherte sich das Team aus dem **Regionalverband Mittelthüringen** den **zweiten Platz**. Und in der **Kategorie S** (professionelle und fortgeschrittene Helfer) landeten die Mittelthüringer auf **Rang fünf**. In der **Kategorie E**, der Ersten Hilfe am Kind, konnte das Team aus dem **Regionalverband West-**



(1) Wettkampf in Erster Hilfe und Notfallrettung

thüringen sogar den **ersten Platz** erringen. Der **Regionalverband Magdeburg/Börde/Harz** erreichte in der **Kategorie A** (Sanitätshelferinnen und -helfer ab 16 Jahren) den **siebten Platz**.

Diese Ergebnisse zeigen eindrucksvoll, wie engagiert und kompetent unsere Teams im ganzen Landesverband zusammenarbeiten – mit Leidenschaft, Fachwissen und echter Freude am Helfen.

Gemeinschaft erleben – Vielfalt entdecken

Neben dem Wettkampf lud ein buntes Rahmenprogramm zum Verweilen und Entdecken ein. Beim **Markt der Möglichkeiten** präsentierten sich Landesverbände, Fachbereiche und Partnerorganisationen mit interaktiven Aktionen, Ausstellungen und Mitmachangeboten. Vom Johanniter eigenen Intranet „4juh“ über die Auslandshilfe, Pflege, Kinder- und Jugendarbeit, historischen Einsatzfahrzeugen bis hin zu Social-Media-Aktionen – überall wurde sichtbar, wie viele Möglichkeiten die Johanniter bieten.

Auch kulinarisch hatte die Veranstaltung einiges zu bieten: Vom Kaiserschmarrn am Stand des Landesverbandes Bayern bis hin zu thüringischen Klassikern wie „Kloß mit Soß“ aus Heichelheim.

Feierlicher Auftakt mit Ehrungen

Der offizielle Auftakt des Wochenendes fand bereits am Freitagabend im Panorama-saal des Erfurter Congress Centers statt. In feierlichem Rahmen wurden acht ehrenamtliche Johanniterinnen und Johanniter für ihr



(2) Wettkampf in Erster Hilfe und Notfallrettung

herausragendes Engagement ausgezeichnet.

»Wir – und die Gesellschaft – brauchen das Ehrenamt“, betonte JUH-Präsident Besch in seiner Ansprache. „Es ist ein unfassbares und unbezahlbares Gut und verdient Wertschätzung, unseren Respekt und Förderung.«

Ministerpräsident Voigt ergänzte:

»Sie sind die wahren Helden des Alltags – Menschen, die die kleinen und großen Brände in unserer Gesellschaft löschen und anderen in schweren Zeiten beistehen. Sie geben Sicherheit und Halt. Darauf können Sie sehr stolz sein.«

Auszeichnung für Janek Günther

Aus unserem Landesverband wurde Janek Günther geehrt. Der langjährige Leiter der Sam-bagruppe Como Vento in Altenburg wurde mit dem Leistungsabzeichen in Gold ausgezeichnet. Seit 2009 leitet er das inklusive Musikprojekt unter dem Motto „Inklusion ohne Diskussion“. Über 500 Auftritte und unzählige Stunden Engagement machen ihn zu einem Vorbild in der Kinder- und Jugendarbeit. Janek Günther zeigt mit seinem Projekt, wie Musik verbinden und jungen Menschen Selbstbewusstsein und Gemeinschaft schenken kann.

Ein Wochenende, das bleibt

Drei Tage voller Begegnungen, Bewegung und Begeisterung – der Tag der Johanniter 2025 war ein starkes Zeichen für Zusammenhalt und Engagement im Herzen Thüringens.

»Wir haben im grünen Herzen Deutschlands einen großartigen Teamgeist und faires Miteinander erlebt. Erfurt war ein toller Gastgeber«, sagte Volker Besch, Präsident der Johanniter-Unfall-Hilfe.

Der Tag der Johanniter verbindet das, was die Johanniter ausmacht: Hilfe, Gemeinschaft und das Miteinander von Haupt- und Ehrenamt.

(df)

Hilfe, die ankommt

Neue Einsatzmittel für Trost, Sicherheit und schnelle Hilfe

Was Ihre Unterstützung möglich macht, zeigt sich in vielen kleinen und großen Momenten. Zwei Projekte aus Thüringen stehen beispielhaft dafür, wie Spenden, Fördermittel und ehrenamtliches Engagement gemeinsam Gutes bewirken.

Kleine Begleiter mit großer Wirkung

1.500 neue Trosttierchen helfen bei Einsätzen der Johanniter in Thüringen. Die kuscheligen Hunde mit Johanniter-Halstuch sollen Kindern in schwierigen Situationen ein Lächeln schenken. Ob im Rettungswagen, bei der Rettungshundestaffel, in der Notfallseelsorge oder im Hospizdienst – sie helfen, Angst und Unsicherheit zu nehmen, wenn Worte fehlen. Das Design der Kuscheltierhunde orientiert sich an den echten Helfern auf vier Pfoten, unseren Rettungshunden. Gefördert wurde das Projekt vom Thüringer Ministerium für Arbeit, Soziales, Gesundheit, Frauen und Familie, der Share Value Stiftung sowie N+L Kinderfreuden gGmbH.

Allzeit bereit – Neues Einsatzfahrzeug für die Rettungshundestaffel

Auch bei der Rettungshundestaffel in Jena gibt es Grund zur Freude: Nach über 300.000 gefahrenen Kilometern konnte dank großzügiger Unterstützung ein neues Einsatzfahrzeug angeschafft werden. Es bietet mehr Platz und Sicherheit für die 14 Hundeführerinnen und



(1) Spendenübergabe in Erfurter Rettungswache mit Ministerin Katharina Schenk und Landesvorstand Skadi Köhler

Hundeführer sowie ihre vierbeinigen Partner. Das Fahrzeug verfügt über moderne Sicherheitsausstattung, eine Standheizung und Platz für die Einsatzleitung – wichtige Voraussetzungen, um auch bei Nacht und Kälte schnell und effektiv helfen zu können. Ermöglicht wurde das Projekt durch die Förderung des Sparkassen- und Giroverbandes Hessen-Thüringen, der Share Value Stiftung, der Glücksspirale und der Böttcher AG.

Die Rettungshundestaffel, gegründet im Jahr 2001, zählt zu den ältesten in Thüringen und blickt auf mehr als 400 Einsätze zurück. Sie kommt immer dann zum Einsatz, wenn Menschen vermisst werden – ob in Waldgebieten, unwegsamem Gelände oder in der Stadt. Mit dem neuen Fahrzeug sind die Ehrenamtlichen auch künftig „allzeit bereit“.

(df)

Fotos: Johanniter/Denise Fischer; Adobe Stock



(2) Übergabe Einsatzfahrzeug für Rettungshundestaffel

RETTUNGSHUNDE AUF DEM WEIMARER WEIHNACHTSMARKT

Wer unsere Rettungshundestaffel einmal live erleben möchte, hat in der Adventszeit Gelegenheit dazu:

An allen vier Adventssamstagen sind unsere ehrenamtlichen Hundeführerinnen und Hundeführer mit ihren vierbeinigen Partnern von 12 bis 18 Uhr auf dem Weimarer Weihnachtsmarkt anzutreffen.

Erfahren Sie mehr über ihre Arbeit, kommen Sie ins Gespräch und lernen Sie die Helfer auf vier Pfoten persönlich kennen.

Sie möchten sich engagieren oder die Staffel unterstützen?

Alle Informationen finden Sie hier:



Johanniter Weihnachtstrucker in unserem Landesverband

Seit 1993 packen jedes Jahr tausende Menschen in der Vorweihnachtszeit Hilfspakete für den Johanniter-Weihnachtstrucker, um notleidende Familien in Südosteuropa zu unterstützen. Darüber hinaus kooperieren wir mit Tafeln, um Päckchen an Bedürftige in Deutschland zu verteilen. Der diesjährige Sammelzeitraum ist vom 15. November bis 12. Dezember 2025.

Alle Informationen zur Packliste, Kartongröße und regionalen Abgabestellen finden Sie hier:



Virtuell Packen. Real helfen.

Wer kein physisches Paket packen möchte, kann auch virtuell helfen – mit einer Spende für ein digitales Päckchen.



Gedanken von Landespfarrerin Anne-Christina Wegner

Wenn Sie diese Ausgabe des Johanniter in den Händen halten, in den Händen halten, beginnt die Adventszeit. Draußen ist es lange dunkel, aber überall leuchtet das Licht des Advents. Häuser und Gärten sind mit Lichterketten geschmückt, man sieht Liebe und Fantasie leuchten. Gerade im Advent wird mir deutlich, wieviel ich tun kann, damit es hell wird draußen und im Herzen. Das Dunkel und das Licht draußen helfen mir, auch klarer zu sehen, was in mir drin vorgeht: Vorliebe oder Abneigung, Ärger oder Geduld, Sorge oder Hoffnung, nicht immer weiß ich, woher das kommt, ich merke nur, ob ich trüb oder hell gestimmt bin. Weil Advent für uns Christen eine Zeit der Selbstprüfung ist, hilft mir das Adventslicht, die Schatten zu sehen. Auch die Schatten, die zwischen uns liegen, erkenne ich, und will sie durch Schritte auf die anderen zu vertreiben. Jedes Missverständnis, jeder Streit, den ich auf diese Art beseitige, ist wie ein Licht an einer inneren Lichterkette. Und genauso jede Hoffnung, die ich teile, jede Sorge, die ich mittrage, die



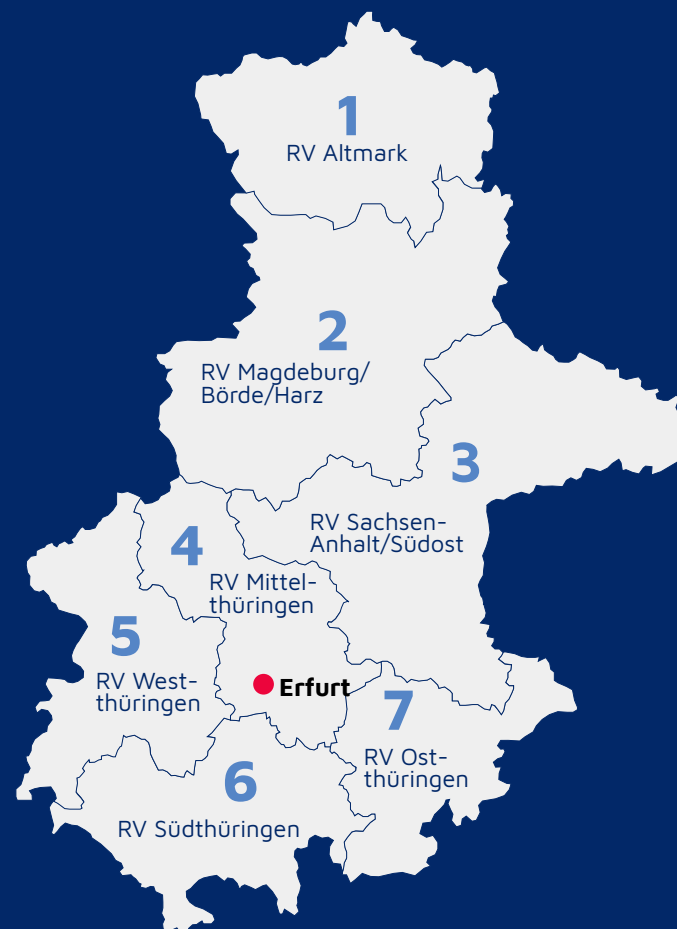
Trosttiere für die Kinder, der Zusammenhalt im Einsatz. Dieses Jahr brauche ich den Advent mit seinem Licht besonders, als Korrektur, als Leitlicht, als Hoffnung. In mir kann es heller und friedlicher werden, dann wird es auch um mich herum hell. Das wünsche ich uns: Ein warmes Licht im Herzen. Damit wir gesegnete Weihnachten feiern können, im Frieden mit uns und im Frieden mit allen, so, wie es die Weihnachtengel verkünden!

Ihre Anne-Christina Wegner

Landesverband Sachsen-Anhalt/ Thüringen

● **Landesgeschäftsstelle**
Schillerstraße 27
99096 Erfurt
Tel. 0361 22329-0
Fax 0361 22329-90
info.sat@johanniter.de
www.johanniter.de/sat

☎ **Unser gebührenfreies Service-Telefon**
0800 32 33 800



Regionalverbände

1 / RV Altmark

Heerener Straße 21
39576 Stendal
Tel. 03931 58909-30
Fax 03931 58909-37
rv.altmark@johanniter.de
www.johanniter.de/altmark

2 / RV Magdeburg/Börde/Harz

An der Enckekaserne 1
39110 Magdeburg
Tel. 0391 73570-0
Fax 0391 73570-75
rv.magdeburg@johanniter.de
www.johanniter.de/magdeburg

3 / RV Sachsen-Anhalt/Südost

Delitzscher Straße 65
06112 Halle (Saale)
Tel. 0345 44507-520
Fax 0345 44507-599
rv.sachsen-anhalt-suedost@johanniter.de
www.johanniter.de/
rv-sachsen-anhalt-suedost

4 / RV Mittelthüringen

Schillerstraße 27
99096 Erfurt
Tel. 0361 77880-0
Fax 0361 77880-890
rv.mittelthueringen@johanniter.de
www.johanniter.de/
mittelthueringen

5 / RV Westthüringen

Ernst-Thälmann-Straße 53-57
99817 Eisenach
Tel. 03691 7877-30
Fax 03691 787733-01
rv.westthueringen@johanniter.de
www.johanniter.de/
westthueringen

6 / RV Südthüringen

Oststraße 22
07407 Rudolstadt
Tel. 03672 82915-30
Fax 03672 82915-31
rv.suedthueringen@johanniter.de
www.johanniter.de/
suedthueringen

7 / RV Ostthüringen

Kastanienstraße 2
07549 Gera
Tel. 0365 55160-0
Fax 0365 55160-14
rv.ostthueringen@johanniter.de
www.johanniter.de/
ostthueringen

Impressum der Regionalseiten im Magazin Johanniter

Herausgeber / Johanniter-Unfall-Hilfe e.V., Landesverband
Sachsen-Anhalt/Thüringen, Schillerstraße 27, 99096 Erfurt
Tel. 0361 22329-0. Fax 0361 22329 90
lg.erfurt@johanniter.de

Redaktion / Carsten Grimme (verantwortlich), Denise Fischer (df)

Layout / Ulrike Ratz
Titelfoto / Tino Sieland
Druck, Verlag / be1druckt GmbH Emmericher
Strasse 10, 90411 Nürnberg
www.johanniter.de/sat

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



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

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
 Oder Sie wenden sich direkt an uns unter: 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
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



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



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 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
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
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 € 39⁹⁰

VERSANDKOSTENFREI BESTELLEN: 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 und www.hawesko.de/datenschutz. Weitere Produktinformationen (Lebensmittellkennzeichnung) finden Sie auf 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