

JS MAGAZIN

DIE EVANGELISCHE ZEITSCHRIFT FÜR JUNGE SOLDATEN // AUGUST 2016

Flirten

Was war euer
schönstes
Erlebnis?

„Hi, ich bin der Neue“

Soldaten
über ihren
Standortwechsel

Nach dem Einsatz

Filme über
Kriegsheimkehrer



ZU GEWINNEN!
**2 Sofortbild-
kameras**

...den hier fast keiner kennt:
Sepak Takraw, Juggler, Hurling –
der große JS-Überblick

SPORT





HEIMKEHR

Ob es der Hauptgefreite David ist, der in Afghanistan war und danach nicht mehr mit seiner Freundin spricht. Oder der französische Soldat Antonin, der im Ersten Weltkrieg unfassbares Grauen gesehen hat und nun vor sich hin zittert. Oder ob es die amerikanischen Freunde Michael, Nick und Steven sind, die nach Vietnam gehen – und von denen nur zwei zurückkehren. Es gibt viele bewegende Filme über Soldaten, die aus dem Krieg heimkehren. Filmexperte Patrick Seyboth hat eine Auswahl der besten für uns zusammengestellt (S. 14).

In diesen Filmen sind die Soldaten meist schwer traumatisiert. Wir wissen, dass die Rückkehr aus dem Einsatz aber auch kompliziert ist, wenn man nicht an PTBS leidet: Der Sohn ist schlecht in der Schule, weil er den Vater vermisst hat. Die Frau, so glaubt man, kommt gut ohne einen zurecht. Und die quengelnden Kinder an der Supermarktkasse, die Süßigkeiten wollen, möchte man am liebsten anschreien, weil man an die hungrigen Kinder in Afghanistan denkt. Auch das ist Heimkehr aus dem Krieg. Auch das ist schwer. Wir vergessen das nicht.

Dorothea Siegle, Leitende Redakteurin

AUS DER REDAKTION

„ (...) **DIE NUMMER ‚0‘** nach dem Schrägstrich beschreibt, dass es kein Dachdokument der Ebene A-D gibt, welches als ‚übergeordnete Regelung‘ fungiert. Und die dann folgende 1 ist einfach eine laufende Nummer. Die Regelung war also einfach die erste, die auf dieser Ebene zu diesem Bereich verfasst wurde. (...) “

In der Juni-Ausgabe hatten wir gefragt: Weshalb gibt es die einprägsamen ZDv-Ziffern nicht mehr, sondern die neuen Regelnummern, etwa A1-250/0-1? **Ein Offizier** hat uns sehr kompetent erklärt, wie diese Nummern aufgebaut sind und wie man mit ihrer Hilfe leichter verwandte Regelungen findet. Vielen Dank dafür! Allerdings: Wie der Ausschnitt aus seiner längeren Mail zeigt, muss man sich da erstmal reinfuchsen!

Der Journalist **PATRICK SEYBOTH** stellt Filme über Kriegsheimkehrer vor (S. 14):

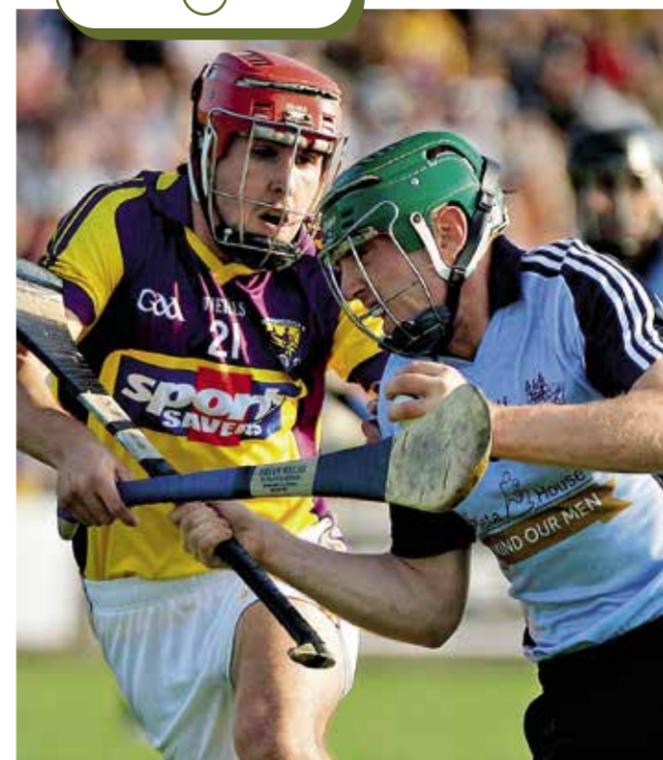


„ Besonders spannend bei dieser Recherche fand ich, wie differenziert viele Filme vom Danach des Kriegs erzählen, jenseits von simplen Helden- und Opfergeschichten. Meine persönliche Entdeckung: der bewegende Dokumentarfilm ‚Let There Be Light‘. “

FOTOS: TORSTEN SEIDEL / PRIVAT // COVER: INTERTOPICS, DDFIMAGES



8
„Hi, ich bin der Neue“: Soldaten über ihren Standortwechsel



22
Sport, den hier fast keiner kennt: Der große JS-Überblick

28
Flirten: Was war euer schönstes Erlebnis?



4 EINBLICK

DIENST

6 MAGAZIN

8 „HI, ICH BIN DER NEUE“ Wie sich Soldaten am neuen Standort zurechtfinden

12 MEINE WELT Die JS-Fotostory

14 HEIMKEHR IN DIE FREMDE Filme über Kriegsheimkehrer

17 UNSICHTBARER Neue Uniformen und Tarnmuster und was sie bringen

INFOGRAFIK

18 WAR MAL MEDIZIN Was sich Ärzte früher von Cola, Kokain und Erdnussbutter erhofften

LEBEN

20 MAGAZIN

22 FUSSBALL WAR GESTERN Mit Pompfe und Hurley: Neun exotische Teamsportarten

26 SEELSORGE AN TERMINAL 1 Besuch bei Frankfurts Flughafenpfarrerin Ulrike Johannis

28 HAST DU LUST ZU TANZEN? Sechs junge Leute über ihr schönstes Flirterlebnis

30 RATSEL Zwei Fujifilm-Sofortbildkameras zu gewinnen! Plus Sudoku

SEELSORGE IN DER BUNDESWEHR

31 TERMINE Rüstzeit für Paare in Berlin, Familienfreizeit, Angebote der Militärseelsorge

32 FRISCHER WIND FÜR DEN KOPF Was man über Rüstzeiten wissen sollte

34 DAS LETZTE WORT HABT IHR Die JS-Liebblingsliste, diesmal aus Bad Salzungen

35 TASCHENKARTE, VORSCHAU, IMPRESSUM

36 TASCHENKARTE, CARTOON



EINBLICK
Urlaub. Sonne. Pause.
Die JS-Redaktion
wünscht euch einen
schönen Sommer!
FOTO: PLAINPICTURE,
JEFF HORNBAKER

DIENST

WIR BLEIBEN DRAN!



PENDELNDE SOLDATEN sind bei JS regelmäßig ein Thema, zuletzt erklärte im Oktober ein Verkehrspsychologe, wie man beim Fahren entspannt bleibt. Für Soldaten bleibt das Pendeln eine der nervigsten Seiten ihres Berufs, ergab vor kurzem eine Befragung der Bundeswehr. 60 bis 90 Prozent der Pendler und ihrer Lebenspartner

empfinden das Pendeln als Belastung, gut jeder Zweite gar als Zwang, nur 29 Prozent können ihrer Mobilität Positives abgewinnen. Die Studie empfiehlt (neben bekannten Forderungen wie flexibleren Arbeitszeiten), dass die Bundeswehr das Pendeln mit Öffis erleichtert, indem sie **Shuttlebusse** zwischen Kaserne und Bahnhof einrichtet.

FÖRMLICHE ANERKENNUNG



Oft ruft JS bei der Bundeswehr-Auskunft an. Zum Glück arbeiten dort kompetente Leute, die sich im **Labyrinth der Bw-Telefonnummern** auskennen und die richtige Nummer finden. Zum Beispiel Herr Sellmann. Er findet nicht nur jede Nummer, sondern ist auch stets gut gelaunt und sehr freundlich. Dafür sprechen wir ihm eine förmliche Anerkennung aus.

?

FRAG DEN PFARRER! GELDNOT

CLAUDIA KIEHN,
Berlin,
antwortet



Ich habe vor der Bundeswehr in der Gastronomie gearbeitet und schlecht verdient. Jetzt sind es einige Hundert Euro mehr, aber es geht auch viel Geld für das Auto und andere Dinge weg, die ich nun brauche. Mein Konto ist ähnlich leer wie im zivilen Leben, dabei hatte ich gehofft, als Soldat besser da-

zustehen. Das frustriert mich. Es kommt nun jeden Monat mehr Gehalt auf Ihr Konto, aber am Monatsende sieht es nicht besser aus als vorher. Da frage ich mich gleich: Wollen Sie daran etwas ändern? Mit Ihrer Erfahrung stehen Sie nämlich nicht allein da. Diese Erfahrung machen viele

Menschen nach einer Gehaltserhöhung. Das „Mehrgeld“ verschwindet im Nirgendwo. Da hilft nur, sich selbst genau auf die Finger zu schauen und konsequent zu notieren, wofür man sein Geld ausgibt. Sprich: das gute alte Haushaltsbuch muss her. Zumindest für ein, zwei Monate. Fixkosten notieren und jeden Euro,

der die Geldbörse verlässt. Welche Ausgabe muss nach Ihrem Wechsel in die Bundeswehr wirklich zusätzlich sein und welche eben doch nicht? Wenn Sie zu einer solchen Selbstbeobachtung bereit sind, finden Sie wahrscheinlich die Stellen, wo der „Geldfresser“ zuschlägt, und können gegensteuern. Die Mühe lohnt sich!



SCHNELLER REAGIEREN

Hilfsprogramme müssten anders aufgezo-gen werden, um Flucht zu verhindern

Das ist bekannt. Viele Bürger verlassen ihr Land jedoch erst nach Kriegsende. Die Gründe haben drei Wissenschaftler vom German Institute of Global and Area Studies in Hamburg untersucht. Das Ergebnis ihrer Studie „Flucht vor dem Frieden“: Die internationale Unterstützung dieser Staaten nach Kriegsende müsste anders organisiert werden.

Den Wissenschaftlern zufolge setzen internationale Hilfsprogramme zunächst vor allem darauf, die vorma-

Flüchtlinge aus dem Irak werden bei ihrer Ankunft in Erding/Bayern von einem Hauptfeldwebel befragt

ligen Gegner der militärischen Auseinandersetzungen wieder in die Gesellschaft zu integrieren. So will man den Frieden sichern. Das sei richtig und wichtig, vernachlässige aber die Opfer der Konflikte und die restliche Bevölkerung. Hilfsprogramme für sie begännen oft erst Jahre nach Kriegsende und somit zu spät, denn dann habe sich ein Teil der Bürger wegen fehlender Perspektiven schon dazu entschlossen, das Land zu verlassen, heißt es.

Die Unterstützung der Opfer von Gewalt müsse direkt nach dem Ende eines Konflikts beginnen. Vor allem mit Blick auf jüngere Menschen rät die Studie, in solchen Staaten verstärkt die Schaffung menschenwürdiger Arbeitsplätze zu fördern.

Zur Studie: tinyurl.com/giga-flucht

NETZFUND



FRAUEN IN RÖCKEN und ohne Kopftuch, moderne Architektur, Kurparks, Hippies aus dem Westen, die im VW-Bully anreisen: In den 1960er und 1970er Jahren galt Afghanistan als Land auf dem Sprung in die

Moderne. Vor allem in den Städten konnten die Menschen weitaus freizügiger leben als heute. Eine Fotoserie zeigt ein **unzerstörtes Kabul** und Kinder, die tanzen durften: tinyurl.com/afg-damals

ZAHL DES MONATS

20

Kilometer Luftlinie hat die Verteidigungsministerin in Berlin mit dem Hubschrauber zurückgelegt. Die Grünen kritisierten: Geldverschwendung. Das BMVg erklärte: Termine! (Bild)

FOTOS: CINDI JACOBS, WWW.CINDIJACOBS.DE / PICTURE-ALLIANCE, ULRICH BAUMGARTEN / ARCHIV / PICTURE-ALLIANCE, ARMIN WEIGEL / GETTY IMAGES, HULTON ARCHIVE, ZH. ANGELOV

„HI, ICH BIN DER NEUE“

Ein Standortwechsel fällt vielen Soldaten nicht leicht, kann aber notwendig sein, etwa für einen Laufbahnwechsel. Hier zeigen Soldaten Selfies von ihrem neuen Standort und berichten vom Ankommen, von Versprechern und russischen Kartenspielen

Panoramablick: SG Hafenrichter am Standort Gera

Bowling zum Kennenlernen

SG Felix Hafenrichter, 23, Panzerpionierbat. 701, von Bischofswiesen nach Gera

Ich war einige Jahre bei den Gebirgsjägern in Bayern. Da hat es mir auch gut gefallen, trotz der langen Pendelstrecke nach Hause nach Gera. Der Dienst hat Spaß gemacht. Aber dann ist mein Vater schwer krank geworden, Krebs. Er musste mehrmals operiert werden und mir wurde klar, dass ich näher bei meiner Familie sein will, um sie besser unterstützen zu können.

Letztes Jahr im April habe ich einen Versetzungsantrag gestellt. Es hat eini-

ge Monate gedauert, bis der durch war, unter anderem weil die Bundeswehr einen ärztlichen Befund meines Vaters haben wollte, um der Versetzung zuzustimmen. Aber diesen Befund habe ich erst nach einiger Zeit bekommen. Auch als ich ihn hatte, musste ich nochmal nachhaken, wie der Stand meines Antrags ist, so sind einige Monate vergangen. In dieser Zeit habe ich lange Wochenenden genommen, wann immer es möglich war.

WENIGER GRUPPENBILDUNG

Zum Oktober wurde ich dann versetzt. Nun gehöre ich zum Unterstützungspersonal des Standortältesten in Gera und arbeite auch im Freizeitbüro. Als ich angefangen habe, war ich ein bisschen aufgeregter. Ich wurde einmal rum-

geführt, meine Ansprechpartner wurden mir vorgestellt, dann sind wir erst mal zusammen Mittagessen gegangen. Noch am gleichen Tag habe ich eine Fahrgemeinschaft gefunden. Zwei Wochen später war ich mit den Kameraden beim Bowling, so habe ich alle gut kennengelernt.

Als Gebirgsjäger war ich viel draußen, jetzt sitze ich mehr am Schreibtisch, aber damit komme ich gut zurecht. Am vorigen Standort, in Bischofswiesen, war es so: Die Soldaten von weiter weg haben etwas zusammen unternommen. Die Heimatnahen sind nach Dienstende gleich nach Hause gefahren. Da hier alle aus der Umgebung kommen, gibt es nicht so eine Gruppenbildung, das gefällt mir hier gut.

Die Kumpels vermisst

HG Maximilian Dorge, 26, Jägerbat. 1, von Wildflecken nach Schwarzenborn

Seit Januar diene ich in Schwarzenborn. Anfangs kannte ich hier niemanden und es fühlte sich für mich an wie Arbeiten auf Probe, weil ich mich einarbeiten musste und neue Vorgesetzte ja die Stärken und Schwächen von einem herausfinden wollen. Aber ich wurde von allen gut aufgenommen.

Ich bin auf eine Dreierstube gezogen, habe die aber noch zweimal gewechselt. Erst wollte ein Kamerad mit seinem besten Kumpel auf die Stube, also habe ich getauscht. Und da unsere Jägerkompanie neu aufgestellt

wurde und wir viele Gefreite dazubekommen haben, habe ich noch mal getauscht, damit nicht nur erfahrene und unerfahrene Soldaten zusammen wohnen. Trotzdem habe ich die neuen Kameraden leicht kennen gelernt, vor allem beim Kartenspielen auf der Stube oder im Aufenthaltsraum. Wir zocken hier Skat, „Bettler“ oder das russische Durak, was soviel wie Dummkopf heißt.

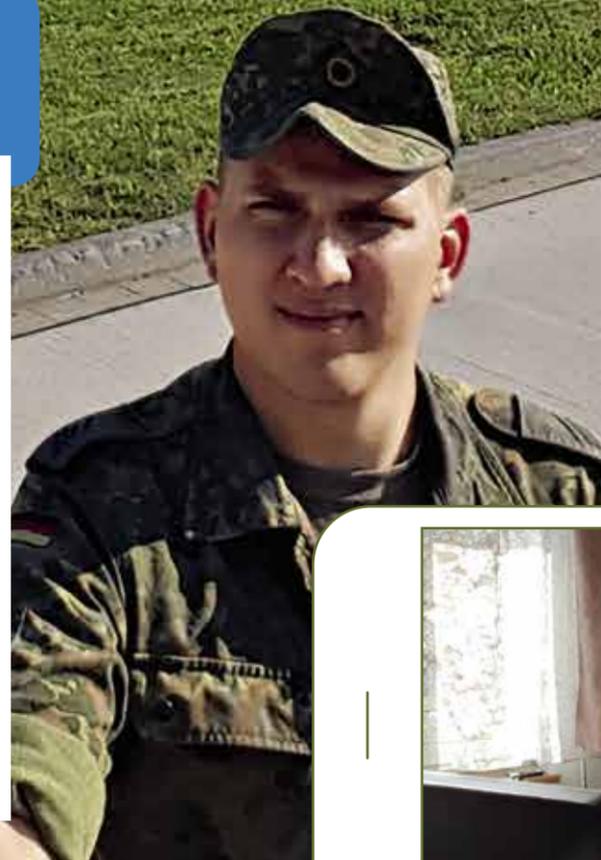
NÄHER BEI DER FREUNDIN

Zwar ist rund um den Standort nicht viel los, aber das ist ja bei den meisten Standorten der Bundeswehr der Fall, bei meinem vorigen in Bayern war es genauso. Dort war ich Hilfsausbilder, nach über zwei Jahren wollte ich mal etwas anderes machen. Ich habe mehrere Versetzungsanträge gestellt, mit Schwarzenborn hat es schließlich ge-

klappt. Nun diene ich heimatnäher, kann am Montagmorgen etwas länger bei meiner Freundin im Bett liegen bleiben.

Viele Kameraden fahren hier unter der Woche abends zum Feiern nach Kassel. Aber dafür bin ich nicht so der Typ, sonst bin ich am nächsten Morgen zu platt. Außerdem habe ich ja meine Freundin zuhause und bin nicht darauf aus, Mädels kennenzulernen.

Was ich nicht gedacht hätte: Die Kameraden von meinem vorigen Standort habe ich wirklich vermisst. Erst als ich weg war, ist mir so richtig bewusst geworden, was das für gute Freunde geworden sind. Ich werde auch immer noch zu Geburtstagen eingeladen. Hier in Schwarzenborn lerne ich gerade die neuen Kameraden kennen und schätzen, das macht den Abschied etwas leichter.



Im Freizeitbüro gibt SG Hafenrichter Tipps, was man unternehmen kann



Selfie am neuen, noch etwas leeren Arbeitsplatz



Meinen Namen nicht vergessen

Gefreiter Nick Buchloh, 24, von Weiden nach Regen

Für mich stand von Anfang an fest, dass ich nach der Grundausbildung in Weiden nach Regen komme. Über den neuen Standort informiert habe ich mich vorher nicht groß. Ich habe von Kameraden beides gehört: „ist blöd“ und „ist super“. Also habe ich mir gedacht: Ich gucke es mir einfach selbst an.

Ich kam kurz vor Dienstschluss in Regen an. Der Zugführer hat mir noch kurz „Hallo“ gesagt. Mein Stubenka-

merad hat mir dann alles gezeigt, vor allem erst mal die wichtigen Orte: Wäschekammer, Kantine und Sanbereich.

Ungewohnt war es anfangs schon, weil ich im neuen Zug keinen kannte, aber alle anderen kannten sich untereinander. Ich habe auf der neuen Fünferstube meinen Spind eingeräumt, dann haben mich Kameraden gleich den anderen vorgestellt, die zum Teil noch jünger sind als ich, da ich vor der Bundeswehr schon eine Ausbildung gemacht habe.

MUSIK, PLAYSTATION, BIER

Am Abend gab es eine Abschiedsfeier für einen anderen Kameraden auf unserer Stube. Wir haben Musik ge-

hört, auf der Playstation gezockt und ein paar Bier getrunken. Die neuen Kameraden haben lustige Geschichten erzählt und mich gefragt, wie meine Grundausbildung lief. Einige Tage später hatte ich gleich drei Wochen Urlaub. Was aber super war: Als ich zurückkam, wussten die Kameraden noch meinen Namen.

Mir fehlt hier am neuen Standort nichts. Abends gehen wir überwiegend außerhalb essen, so circa dreimal die Woche fahren wir nach Regen oder in die Umgebung, manchmal gucken wir Champions League in der Kneipe. Ansonsten spielen wir nach Feierabend öfters Playstation oder Fußball, ich bin hier gut angekommen.



Standortvorteil Schwimmbad: In Munster kann Oberfeldwebel Anett Groß baden gehen

OG Guidi beim Frisierselbst: Praktisch, wenn ein neuer Kamerad etwas vom Friseurhandwerk versteht

Bloß nicht verhaspeln

OG Aaron Guidi, 19, von Bad Salzungen nach Regen

Zum neuen Standort bin ich mit dem Zug gefahren, meine gesamte Ausrüstung hatte ich dabei. Während der Zugfahrt war ich ziemlich nervös. Ich habe wegen einer Verspätung einen Anschlusszug verpasst und hatte dann Angst, dass ich zu spät in der Kaserne ankomme. Das wollte ich unbedingt vermeiden. Vom Bahnhof in Regen habe ich deshalb ein Taxi genommen und habe es gerade noch geschafft.

Ungewohnt war die neue Umgebung schon, vor allem wegen der Sprache. Mir war vorher nicht klar, wie schwierig Bayerisch zu verstehen ist. Als Schwabe bin ich einiges gewohnt, aber als mich ein Bayer am Bahnhof beim Ankommen begrüßt hat, da habe ich fast kein Wort verstanden.

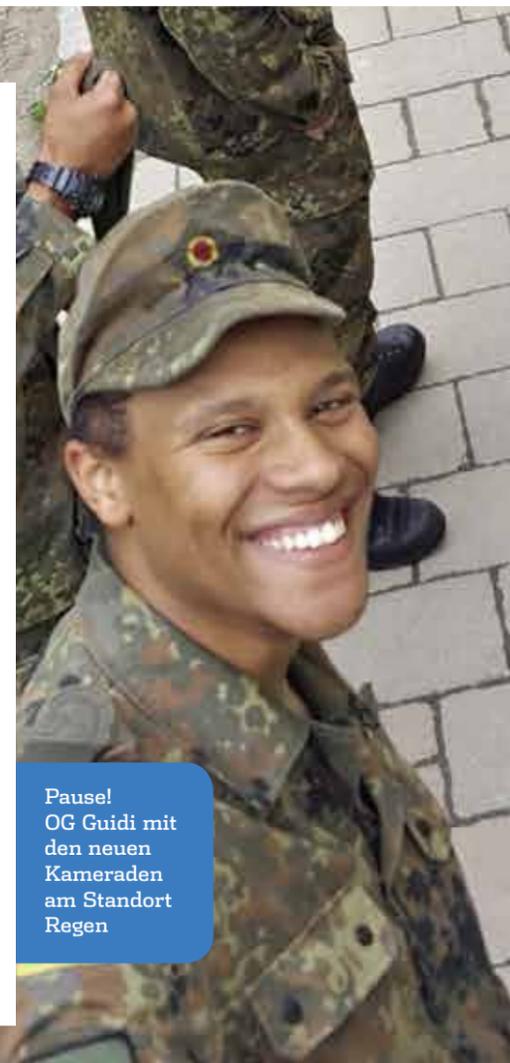
Zuerst habe ich mich beim Spieß gemeldet, dann beim Zugführer und im Gezi. Danach habe ich mir Bettwäsche geholt und bin erst mal viel hin- und hergelaufen.

Wo es was gibt, das habe ich die neuen Kameraden gefragt, nicht im Gezi. Weil: Ich war gerade zum Gefreiten ernannt worden und etwas nervös, weil ich neu in der Kompanie war. Ich wollte mich beim Melden im Gezi nicht verhaspeln und dann den Spruch hören „Bitte noch einmal!“

TIPPS IM KRAFTRAUM

In Bad Salzungen hatte ich gute Kameraden und Freunde kennengelernt, obwohl klar war, dass ich den Standort wieder verlasse. Wir halten noch Kontakt, haben ein Nachtreffen bei einem der Kameraden zuhause veranstaltet. Außerdem schreiben wir uns in der Whatsapp-Gruppe, was wir nun so machen, wie viele Kilometer wir gelaufen sind zum Beispiel.

Meine Hoffnung war, dass die Kameradschaft in Regen genauso gut wird wie in Bad Salzungen. Ich habe das Gefühl, da habe ich auch Glück gehabt, weil einige Kameraden ebenfalls neu am Standort sind. Wir haben Infos ausgetauscht und uns gegenseitig gut geholfen. Nach Dienstschluss gehe ich öfters in den Krafraum, auch da geben die Kameraden mit mehr Erfahrung gute Tipps zum Trainieren.



Pause! OG Guidi mit den neuen Kameraden am Standort Regen

Angekommen in der Panzerstadt

Oberfeldwebel Anett Groß, 28, Panzerlehrbrigade 9, von Mayen nach Munster

Ein halbes Jahr vor meinem Standortwechsel habe ich zu Kameraden gesagt: Nach Munster würde ich niemals gehen. Aber: Mein sehnlichster Wunsch war es, in Norddeutschland zu leben und zu dienen, obwohl ich aus Sachsen stamme. Als Mannschafter war ich in Appen stationiert und habe ich mich in den Norden verliebt. Dort kann es stürmisch und rau sein, doch mindestens genauso ruhig und unberührt.

Für meinen Laufbahnwechsel in die Feldwebellaufbahn habe ich mich in den Süden versetzen lassen. Ich war in Mayen in Rheinland-Pfalz im Bereich

der Operativen Kommunikation eingesetzt. Heimisch geworden bin ich dort aber nie. Deshalb wollte ich zurück in meine Seelenheimat.

KRAFT UND NERVEN

Ich habe lange nach einem passenden Dienstposten gesucht. Es hat Kraft und viele Nerven gekostet, da es nicht viele Außenposten für diesen Bereich gibt. Ausgerechnet in der „Panzerstadt Munster“ bot sich eine Möglichkeit. Ich dachte mir: Ich bin dienstlich geboren in der Luftwaffe, aufgewachsen in der Streitkräftebasis – und nun zum Heer? Nach kurzer Bedenkzeit dachte ich: Das schaffe ich! Und was ich nicht kann oder weiß, lasse ich mir zeigen.

Der Empfang in Munster war herzlich und kameradschaftlich. Ich wurde erwartet und gleich allen vorgestellt. Ob Hauptmann oder Oberstabsgefreite, alle haben angeboten: „Ich zeige dir

das, morgen fahren wir da mal hin...“ Das Miteinander unter den Kameraden ist hier im alltäglichen Dienstbetrieb vermutlich so harmonisch und wirkt sogar freundschaftlich, weil Munster ein sehr „grüner“, kämpferischer Bereich ist. Bei Übungen oder im Einsatz müssen alle gemeinsam funktionieren. Wer einem sympathisch ist, dem vertraut man eher, wenn es hart auf hart kommt.

Was den Standort außerdem sympathisch macht: Alles ist vor Ort, das spart Zeit: Schießplatz, Bekleidungskammer, ein umfangreicher Krafraum, sogar ein Schwimmbad. Und in einer Stunde ist man in Hamburg. In den vergangenen Jahren habe ich viele „Nordis“ kennengelernt, etwa beim Festival in Wacken. Das sind sehr offene und herzliche Typen, die zu Freunden geworden sind. Die kann ich nun regelmäßig treffen. Alle Protokolle: Felix Ehring



FITMACHER

Oberbootsmann Christoph Strozyk (30) dient als Ausbilder an der Marinetechnikschule in Parow. Alle drei Monate durchlaufen neue Rekruten bei ihm die Grundausbildung: Formalunterricht, Innere Führung, Schießausbildung, Sport usw. Strozyk bildet gerne aus: „Ich lerne jedes Mal noch dazu, wie ich Dinge besser vermitteln kann. Außerdem treffe ich immer wieder verschiedene Charaktere, das macht es spannend.“

Vorher war Strozyk Fluggerätemechaniker in Nordholz, sieben Jahre lang hat er am Sea Lynx geschraubt. Dann wollte er etwas anderes machen. Nach zwei Jahren als Ausbilder geht er nach Nordholz zurück und beginnt eine zivilberufliche Aus- und Weiterbildung zum Industriemeister für Luftfahrzeugtechnik. Sein Ziel: Berufssoldat werden.



Im Uhrzeigersinn:
Ich erkläre Begriffe für die Seefahrt//Verwalten der Arbeitszeit mit AZE-Tool// Biwak//Schießausbildung



Ich mache alle sportlichen Übungen mit. Weil ich mich parallel auf einen 100-Kilometermarsch vorbereite, trage ich hier Turnschuhe, um meine Füße zu schonen



Bei dieser Übung, der „Panzerkette“, tragen alle Soldaten einmal ihre Kameraden. Das schafft Vertrauen



Oben: Nachtmarsch. Unten: Kameraden und ich beim Crosslauf in der Döberitzer Heide: 13,4 Kilometer mit Hindernissen



KAMERA ZU GEWINNEN!

Wir wollen wissen, was ihr macht! Immer an dieser Stelle zeigen wir Fotos aus eurem Bundeswehralltag. Bewerbt euch unter info@js-magazin.de. Ihr bekommt dafür eine Nikon Coolpix S7000 schwarz (16 Megapixel, 20-fach-Zoom), Wert: rund 165 Euro. Damit könnt ihr euren Dienst für uns fotografieren (in Absprache mit dem Presseoffizier). Als Dankeschön dürft ihr die Kamera behalten. Viel Glück! (Rechtsweg ausgeschlossen.)



HEIMKEHR IN DIE FREMDE

Wie finden Soldaten nach Auslandseinsätzen und Fronterfahrungen zurück ins normale Leben? Immer wieder beschäftigen sich Filme mit erlebter Gewalt, Traumata und dem Fremdsein in einem Alltag, der seine Selbstverständlichkeit verloren hat

RAMBO

1982

Wer heute Rambo sagt, der meint einen Berserker, der mit zwei Maschinengewehren gleichzeitig schießt. Doch im ersten Rambo-Film ist Sylvester Stallones Figur eher ein gehetztes Tier als ein gnadenloser Vollstrecker. Der Vietnam-Heimkehrer wird von einem Dorfscherriff und seinen Leuten als „dreckiger Gammeler“ drangsaliert und gejagt. Heimgekehrt von Flashbacks aus dem Krieg und verraten von dem Land, für das er sein Leben riskiert hat, flüchtet er in die Wälder und besinnt sich auf das, wofür er trainiert wurde. Die Techniken des Dschungelkampfes wendet er gegen die feindseligen Landsleute mit grausigem Erfolg an. Im Gegensatz zu den Nachfolgefällen hat das nichts Triumphales, sondern ist bei aller Action ein bitteres und starkes Drama.

A WAR

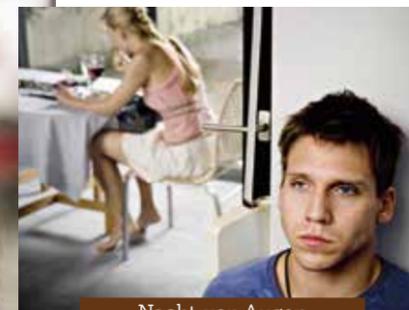
2015

Um seine Männer in Afghanistan aus schwerem Beschuss zu retten, fordert ein dänischer Offizier Luftunterstützung an. Bei der Bombardierung kommen auch zahlreiche Zivilisten ums Leben. Der Film „A War“ zeigt den verheerenden Einsatz und wie sich der Soldat in der Heimat vor Gericht für seinen Befehl verantworten muss. Nicht nur der Gewissenskonflikt des Hauptmanns wird überzeugend dargestellt, sondern auch die Folgen für die Familie und wie seine Ehefrau unter der Situation leidet und um die Familie kämpft. Ein feinfühliges wie bedrückendes Drama über Moral im Krieg, das zeigt, dass es in manchen Situationen kein klares Richtig oder Falsch gibt.

Rambo



A War



Nacht vor Augen

HELL AND BACK AGAIN

2011

Diese Dokumentation begleitet einen US-Sergeant, der mit schwerer Beinverletzung aus dem Afghanistan-Einsatz zurückkehrt. Der Film zeigt, abwechselnd und stellenweise genial ineinander geschnitten, Szenen von seinen Kämpfen an der Front und von denen zu Hause, wo der auf starke Schmerzmittel angewiesene 25-Jährige versucht, so etwas wie ein normales Leben zu führen – und bisweilen schon bei der Parkplatzsuche mit seiner Freundin in Verzweiflung ausbricht: „Warum zum Teufel ist hier alles so kompliziert? Ich wäre oft lieber wieder in Afghanistan, da waren die Dinge einfach.“ – Ein so bedrückender wie bezeichnender Satz.

THE MESSENGER - DIE LETZTE NACHRICHT

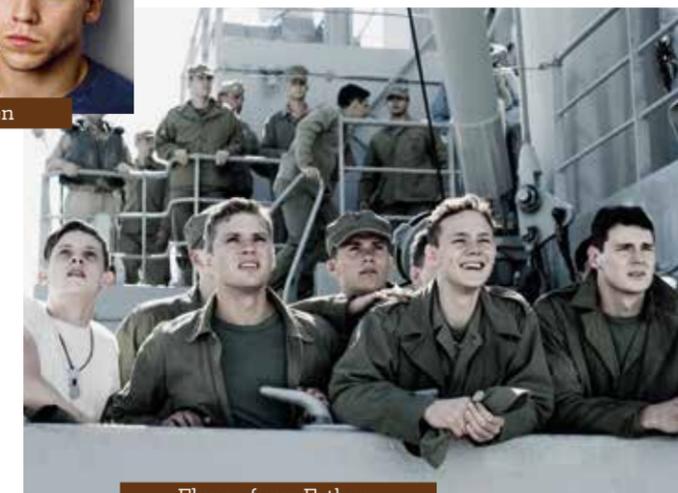
2009

Ruhig, unsentimental und ins Detail gehend kommt The Messenger aus den USA daher. Er verzichtet ganz auf Szenen aus dem Krieg, begleitet einfach seine Hauptfigur (Ben Foster), die aus dem Irak zurückgekehrt ist und nun mit seinem Vorgesetzten (Woody Harrelson) als „Casualty Notification Team“ Todesnachrichten überbringen muss. Der ganze Wahnsinn des Krieges scheint in diesen Szenen auf, in denen die beiden mit kurzem, stocksteifem Auftritt Tod und Verzweiflung in die Familien tragen. Auch mit seinen Fronterlebnissen kommt der Todesbote nicht klar. Doch wie es oft so ist, spricht er nicht über seine Gefühle und weiß nicht, ob und wie er Schwäche zeigen darf. Ben Foster verleiht der Einsamkeit dieses Mannes unvergesslichen Ausdruck.

NACHT VOR AUGEN

2008

Dieser deutsche Film erzählt vom Leben des Hauptgefreiten David (Hanno Koffler) nach seinem Afghanistaneinsatz. An PTBS erkrankt, ohne dies wahrhaben zu wollen, schlaf- und wortlos, dann auch aggressiv, findet er sich in seiner beschaulichen Heimat nicht mehr zurecht. Mit dokumentarisch wirkender Genauigkeit schildert der Film, wie verzweifelt David versucht, wieder „der Alte“ zu sein, seine Seele sich aber immer noch in der Welt des Krieges befindet. Das äußert sich in einer teils gespenstisch anmutenden Abwesenheit. (Youtube zeigt den Film komplett!)



Flags of our Fathers

FLAGS OF OUR FATHERS

2006

Auch Hollywood-Legende Clint Eastwood hat sich mit Veteranen beschäftigt. In „Flags of Our Fathers“ räumt er mit Heldenmythen auf. Das berühmte Foto vom Hissen der US-Flagge auf der japanischen Insel Iwo Jima ist der Ausgangspunkt für eine Rekonstruktion des Leidens an der Front im Zweiten Weltkrieg. Jene Soldaten, die die Flagge gehisst haben, werden in den USA in eine verlogene Propaganda-Show eingespannt. Besonders berührend: das Schicksal des Soldaten Ira Hayes (Adam Beach), der daran zerbricht, dass so viele Freunde starben und er nun als Held gefeiert wird. „Ich hab doch nur versucht, nicht getroffen zu werden.“

DIE GESCHICHTE DES SOLDATEN ANTONIN

2006

Kriegstraumata sind kein neues Phänomen. Im Ersten Weltkrieg, als der technische Fortschritt zu neuen Waffen wie dem Maschinengewehr führte und innerhalb kürzester Zeit mehr Soldaten ums Leben kamen, als es bis dahin denkbar gewesen war, erkrankten zehntausende Soldaten mit Fronterfahrung. Herausragend ist diese Geschichte aus Frankreich: Ein Psychiater in einem Militärhospital versucht, einem jungen Soldaten zu helfen, der durch seine Erlebnisse im Schützengraben seelisch verwundet ist, zittert und stammelt. Langsam setzt die Therapie die Einzelteile seines Ichs wieder zusammen. Ein kluger, bewegender Film, der das Grauen der Schützengräben nur wenige Minuten lang zeigt. Diese Minuten aber machen den Irrsinn umso deutlicher.



WO GIBT'S DIE FILME?

Fast alle genannten Filme sind auf DVD erhältlich, wenn sie nicht auf Youtube zu sehen sind. „Die Geschichte des Soldaten Antonin“ sowie „Hell and Back Again“ gibt es nur als Import-DVDs.

Die besten Jahre...

BROTHERS - ZWISCHEN BRÜDERN

2004

„Brothers“ erzählt die Familiengeschichte eines Soldaten, der nur vermeintlich bei einem Hubschrauberabsturz in Afghanistan stirbt. Während seine Frau und sein Bruder mit der Trauer umzugehen versuchen und sich dabei näherkommen, ist der Totgelebte in Wahrheit in Gefangenschaft bei den Taliban. Monate später kehrt er zurück, mit einem furchtbaren Geheimnis. Die dramatischen Folgen schildert der Film ganz alltagsnah. Vor allem Ulrich Thomsens schauspielerische Leistung als einst souveräner, nun zutiefst verstörter Familienvater ist erschreckend glaubwürdig.

JACOB'S LADDER - IN DER GEWALT DES JENSEITS

1990

Als Sinnbild eines besonders sinnlosen, schmutzigen Krieges hat der Vietnamkrieg zu vielen Filmen inspiriert, die sich mit den Schwierigkeiten der Heimkehr auseinandersetzen. Hier dienen die Kriegserfahrungen als Hintergrund eines Horrorthrillers: Der Veteran Tim Robbins gerät nach seiner Rückkehr aus Vietnam in eine Spirale aus Verfolgungswahn und Höllenvisionen. Die Kriegserlebnisse, sein aktuelles Leben in New York und der Verlust seines kleinen Sohns vor dem Krieg beginnen sich immer mehr zu durchdringen, bis Robbins sich fragt, ob er in Wahrheit nicht längst tot ist. Ein wenig zu viel hat Adrian Lyne in seinen Film hineingepackt. Extrem spannend ist er dennoch.



Brothers

DIE DURCH DIE HÖLLE GEHEN

(1978)

Dieser Klassiker des (Anti-)Kriegsfilms überzeugt bis heute durch seinen nüchternen Blick und das glaubwürdig dargestellte Arbeitermilieu. Mit Robert de Niro in einer der Hauptrollen, porträtiert er eine Gruppe von Stahlarbeitern vor, während und nach ihrem Einsatz in Vietnam, schildert körperliche wie seelische Folgen. Das Spiel von Russischem Roulette ist hier eine eindringliche Metapher für die lebensbedrohlichen Kriegserfahrungen, die danach immer wieder heraufbeschworen werden.

DIE BESTEN JAHRE UNSERES LEBENS

1946

Von alltäglicheren Anpassungsschwierigkeiten an das Leben im Frieden handelt dieser mit sieben Oscars ausgezeichnete Klassiker von William Wyler („Ben Hur“). 1946 gedreht, spiegelt er das Lebensgefühl nach dem Zweiten Weltkrieg wider: Ehekrise, Entfremdung von den eigenen Kindern, aber auch körperliche Versehrtheit erschweren in diesem unaufgeregt erzählten, erstaunlich aktuell wirkenden Drama den Weg dreier US-Kameraden in ein ziviles Leben.

LET THERE BE LIGHT

1946

Schon 1946 drehte Starregisseur John Huston („Die Spur des Falken“, „Moby Dick“) für das US-Militär diese einstündige Dokumentation, die von der Army lange unter Verschluss gehalten wurde. Wahrscheinlich fürchtete man, sie könne auf Soldaten und Angehörige „demoralisierend“ wirken. Erst 1981 wurde eine Freigabe erwirkt. Zu sehen sind traumatisierte US-Soldaten, die zum Ende des Zweiten Weltkriegs in einer Klinik therapiert werden. Ihre psychischen Erkrankungen, Sprachstörungen, Lähmungserscheinungen, ihren Gedächtnisverlust – schildert und zeigt der Film in schonungsloser Offenheit, er dokumentiert aber auch Heilungsprozesse durch damals noch neue Verfahren wie Hypnose. (Youtube zeigt den Film komplett!)

Texte: Patrick Seyboth

UNSICHTBARER

Künftig werden Soldaten neue Tarnmuster und verbesserte Uniformen tragen. Allerdings sind die neuen Muster nur für eine kleine Gruppe innerhalb der Truppe gedacht

Die Bundeswehr hat ein neues Flecktarn entwickelt, den sogenannten Multitarndruck. Er soll Soldaten künftig in Einsätzen besser schützen. Allerdings ist er nur für Spezialkräfte vorgesehen, die ab September mit Kleidung in der neuen Optik ausgestattet werden sollen. Das Kommando Spezialkräfte hatte die Entwicklung eines neuen Flecktarns angeregt, um allgemein und insbesondere vor Nachtsichtgeräten besser geschützt zu sein.

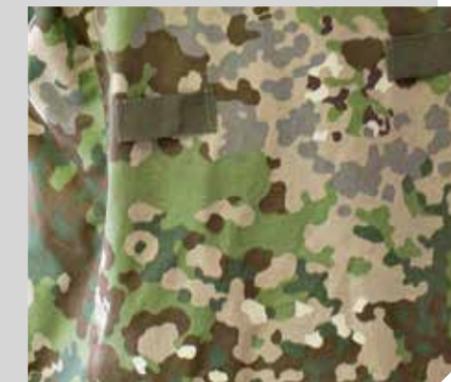
Der neue Multitarndruck besteht aus sechs Farben: größere graue und beige Flächen, darauf Tupfer in Hellgrün, Dunkelgrün, Braun und einem hellen Beige. Er ist für Regionen mit wenig Vegetation geeignet, oder, so drückt es ein Experte vom Wehrwissenschaftlichen Institut für Werk- und Betriebsstoffe (WIWeB) in Erding aus, „mit geringem bis mäßigem Grünanteil“. Dazu gehört etwa Afghanistan.

Der neue Multitarndruck ist heller als das herkömmliche Flecktarn („Fünffarbtarndruck“), das in Deutschland oder im Kosovo getragen wird, aber dunkler als der Dreifarbtarndruck, der derzeit in Afghanistan, Mali und dem Irak zum Einsatz kommt.

Zusätzlich hat das WIWeB einen neuen Schneetarndruck mit großen Weißflächen und kleinen dunkelgrünen und grauen Flecken entwickelt.



Einsatz-Tarndrucke im Vergleich: Der aktuelle Dreifarbtarndruck...



...und der neue sechsfarbige Multitarndruck für Spezialkräfte

Dieser Schneetarndruck wird derzeit mit einem neuen Schneetarnanzug an die gesamte Gebirgstruppe ausgeliefert. Auch das Material sei verbessert, schreibt die Bundeswehr, ein „Funktionslaminat“ schütze länger vor Nässe.

MODELLE AM BILDSCHIRM

Wie entsteht so ein Tarndruck? Bei der Entwicklung achten die Experten in Erding darauf, dass keine Regelmäßigkeiten zu erkennen sind und die Farben auf der Uniform (Sandfarben, Felsgrau, Erdbraun, Blattgrün) in entsprechender Abstufung vorkommen, wie es auch in der Natur der Fall ist. Zunächst werden am Computer Muster entworfen und diese vor entsprechenden Hintergründen am Bildschirm bewertet. Nach einigen Überarbeitungen werden

die angepassten Entwürfe auf Kleidung übertragen und im Gelände geprüft, in diesem Fall in Storkow (Brandenburg), wo die Einheit „Tarnen und Täuschen“ stationiert ist, sowie in Afghanistan.

Bereits seit 2015 erhält ein Teil der Soldaten für Einsätze den sogenannten „Kampfbekleidungssatz Einsatz und Übung“, KBEÜ. Das Material der Oberbekleidung ist laut Bundeswehr reißfester, wind- und wasserabweisend und hält Feuer besser ab. Parallel dazu trägt ein Teil der Soldaten im Einsatz Bekleidung des Systems „Infanterist der Zukunft“, IdZ. Die IdZ-Kleidung ist anders geschnitten und besonders atmungsaktiv. Nächstes Jahr sollen diese zwei Einsatzbekleidungen zusammengeführt werden und dabei die Vorteile beider Systeme vereint. Felix Ehring

WAR MAL MEDIZIN

Cola, Gin Tonic oder Erdnussbutter:
Genussmittel und Drogen, die früher wegen
ihrer heilenden Wirkung gepriesen wurden



GRAFIK: OMNIVORE MEDIA,
ENTNOMMEN AUS „LISTOMANIE –
DIE GRÖSSTEN, BESTEN UND
VERRÜCKTESTEN LISTEN DER WELT“,
© WELDON OWEN



1 HEROIN DEUTSCHLAND / 1898
Ironischerweise wurde Heroin mit der Absicht entwickelt, einen weniger suchterzeugenden Ersatz für Morphin zu finden.

2 CORNFLAKES USA / 1894
Eine religiöse Gruppe kreierte diese bewusst faden Flocken, die die Lust auf Sex zügeln sollten.

3 KETCHUP-„PILLEN“ USA / 1937
Dr. Miles' Compound Extract of Tomato war Ketchup in Pillenform. Es wurde zur Behandlung verschiedenster Beschwerden eingesetzt.

4 GRAHAM CRACKERS USA / 1829
Ein weiteres Nahrungsmittel, das von amerikanischen Reformern erfunden wurde, um die fleischlichen Gelüste und Masturbation zu zügeln.

5 COCA-COLA USA / 1886
Ein Apotheker kreierte das Getränk als Gegenmittel für verschiedene Beschwerden wie Verdauungsstörungen, Kopfschmerzen und Impotenz.

6 ANGOSTURABITTER VENEZUELA / 1824
Der Bitterlikör, der heute als Zutat für Cocktails verwendet wird, diente zunächst der Förderung der Verdauung, galt aber auch als Heilmittel gegen Scharlach.

7 KOKAIN ITALIEN / 1859
Kokablätter wurden seit jeher zu medizinischen Zwecken verwendet; Kokain wurde als Mittel gegen Schläfrigkeit und Flatulenz eingesetzt.

8 7-UP USA / 1929
Die Limonade, die ursprünglich einen stimmungsstabilisierenden Stoff enthielt, wurde als Mittel gegen Kater gepriesen.

9 DR PEPPER USA / 1885
Das von einem Apotheker entwickelte Erfrischungsgetränk wurde zunächst als „Aufputzmittel“ verkauft.

10 BOVRIL GB / 1871
Ursprünglich als „Fleischtrank“ für Soldaten gedacht, wird es heute als allgemeines Gesundheits-tonikum getrunken.

11 ROOT BEER USA / 1876
Das aus der Wurzelrinde des Sassafrasbaumes gewonnene Getränk reinigte angeblich das Blut und machte die Wangen rosig.

12 FERNET BRANCA ITALIEN / 1845
Dieser Digestif enthält viele verschiedene Kräuter und sollte Abhilfe bei Menstruationsbeschwerden, Kater und Koliken bei Kindern schaffen.

13 GIN TONIC GB / 19. JAHRHUNDERT
Chinin (das in Tonic Water enthalten ist) schützt vor Malaria; die britischen Kolonialherren gaben Gin hinzu, damit es besser schmeckte.

14 MOXIE SODA USA / 1876
Das Erfrischungsgetränk, dessen Rezept geheim ist, sollte gegen Lähmung, Angstzustände und Schlaflosigkeit helfen.

15 PEPSI USA / 1898
Da das Getränk das Verdauungsenzym Pepsin enthält, ging der Erfinder Caleb Bradham davon aus, dass es die Verdauung fördern würde.

16 ERDNUSSBUTTER USA / 1903
Von den Azteken vor Hunderten von Jahren entdeckt, diente sie der Proteinzufuhr für Menschen ohne Gebiss.

LEBEN

BERUF DES MONATS

Franz Meisners Beruf: Menschen helfen. Der ehemalige FWDler macht eine dreijährige Ausbildung zum Gesundheits- und Krankenpfleger in einem evangelischen Krankenhaus in Magdeburg. Er hilft den Kranken beim An- und Umziehen, unterstützt bei der Körperpflege, wenn es notwendig ist (Duschen, Waschen im Bett, Rasur), und bringt denen die Bettpfanne, die es nicht auf die Toilette schaffen. Dazu sagt Meisner: „Das stellen sich manche schlimmer vor, als es ist. Mir macht das nichts aus, Ausscheidungen sind halt ein menschliches Grundbedürfnis.“

Pfleger fördern die Selbstständigkeit der Patienten. „Zum Gesundwerden gehört eine positive Einstellung, also spreche ich gut zu, leite an und motiviere“, erklärt Meisner.



Wie es dem Patienten körperlich und mental geht, dokumentiert er in der Patientenakte. Im Laufe seiner Ausbildung wird der 20-Jährige immer mehr medizinisch arbeiten, beispielsweise Spritzen geben und Verbände wechseln.

Gewöhnungsbedürftig war für Meisner das anstrengende Dreischichtsystem und die körperliche Belastung: „Man ist den ganzen Tag auf den Beinen.“ Dafür bekommt er von den Patienten viel Dankbarkeit.

KRANKEN- & GESUNDHEITSPFLEGER Nah am Menschen

- **Für wen?** Hilfsbereite, verständnisvolle Leute mit Menschenkenntnis
- **Für wen nicht?** Körperlich oder mental wenig belastbare Menschen
- **Für was?** ca. 1500 bis 2500 Euro brutto (nach der Ausbildung)



FRAG DEN PFARRER! STREITLUSTIG

ANDREAS ROMINGER,
Füssen,
antwortet



Meine Freundin sagt, ich hätte psychische Probleme, weil sich meine Eltern früher so viel gestritten haben. Ich merke, dass ich tatsächlich oft Streit suche. Vielleicht hat meine Freundin recht. Was soll ich tun?

Zunächst mal finde ich es klasse, dass Sie die Wahrnehmung Ihrer Freundin

nicht kalt lässt. Menschen, die uns nahestehen, merken oft eher als man selbst, dass man sich verändert. TOP! Und dann fangen Sie tatsächlich an, in Ihrer eigenen Wahrnehmung entwaffnend ehrlich zu werden: „Ich merke, dass ich tatsächlich oft Streit suche.“ TOP! Streiten ist wichtig und will auch in der Beziehung gelernt sein – aber

natürlich in Maßen und mit Respekt und Achtung. Ob Sie in Ihrer Beziehung Grenzen überschritten haben, können nur Sie beide klären. Reden Sie drüber... Wenn Kinder miterleben müssen, wie Eltern viel streiten, kann sich das später mal „fett“ auswirken – muss es aber nicht. Auch da kommt es sehr drauf an, welche Grenzen

überschritten wurden und wie oft. Falls Sie Geschwister haben, dann reden Sie mit ihnen darüber, wie es ihnen ergangen ist und wie sie mit der Erfahrung klarkommen. Falls Sie Einzelkind sind, können Sie mit anderen vertrauten Menschen sprechen, um herauszufinden, welche Rolle Sie bei den Streits der Eltern gespielt haben.

FOTOS: FRANZ MEISNER / PRIVAT / BERGHAINTRAINER.COM / IMAGINECARGO

STADIONFIEBER

AUSWARTS IST ES DOCH AM SCHÖNSTEN

Sportjournalist **DIRK BRICHZI** schont sich bei Heimspielen



Die neue Bundesliga-Saison steht vor der Tür. Und als richtiger Fan eures Vereins wollt ihr dieses Mal besonders glänzen. Ich habe da ein paar Tipps für euch:

Trikot: Dumm, dass euer Trikot ein wenig veraltet wirkt, obwohl ihr es erst im Frühjahr gekauft habt. Aber euer hinten drauf gravierter Lieblingsspieler ist plötzlich zu RB Leipzig gewechselt, obwohl er zuvor noch nach jedem Treffer das Wappen eures Vereins geküsst hat. **Tipp:** Für das Trikot immer einen Spieler aussuchen, der wenigstens noch einen Hauch von Bindung zum Verein hat. Der Ersatzkeeper aus der eigenen Jugend etwa, der nie so recht den Durchbruch schafft. Das sind meistens die Leute, die am längsten bleiben.

Dauerkarte: Ihr seid es leid, im „Block C Nordkurve“ ständig größere Leute vor der Nase zu haben, bei jedem Tor von hinten eine Bierdusche zu bekommen und der Einheizer vorne am Zaun nervt auch nur

mit seinem Gegröle? Dann weg von dort. Und ab auf einen entspannten Sitzplatz! Eure Freunde werden doof gucken, aber ganz ehrlich: Was Schöneres gibt es nicht, zumal ihr nicht zwei Stunden vor dem Spiel da sein müsst, um noch einen halbwegs ordentlichen Platz zu ergattern. Aber Vorsicht: Nicht aus Versehen im Familienblock landen, da könnte es dann doch etwas langweilig werden.

Auswärtsfahrten: Ja, Sky ist toll, die Couch ist so gemütlich und die meisten Stadien der anderen Vereine sind so weit weg. Auswärts ist out? Von wegen! Wenn es etwas Schöneres gibt als eine Sitzplatz-Dauerkarte, dann eine Fahrt zum Spiel in der Fremde. Die Gemeinschaft der Fans ist besser, euch stört es überhaupt nicht, wenn ihr den Zwei-Meter-Mann vor der Nase habt, die Bierdusche ist herrlich und ihr grölt alles mit, was der Einheizer vorne am Zaun vorgibt. Also, ab ins Auto, Schal aus dem Fenster und Gas geben!

NETZFUND



INS BERGHAIN, Antworten und den legendären Berliner Techno-Club, kommt nicht jeder rein. Zum Üben gibt's die Web-App Berghaintrainer.com. Da fragt ein virtueller Türsteher „Bist du allein?“ oder „Warst du schon mal hier?“

Antworten und Körpersprachen werden via Webcam und Mikrofon erfasst. **Ein Tipp: Cool bleiben.** Nicht was, sondern wie man antwortet entscheidet - angeblich wie an der echten Tür. (Nur für Google-Chrome-Browser)

ZAHL DES MONATS

50

Prozent aller großen Langstreckenläufe nach 1980 haben Sportler der kenianischen Ethnie der Kalendjin gewonnen. Das Volk stellt gerade **0,05 Prozent der Weltbevölkerung.**

WELTVERBESSERER

SAUBER GELIEFERT

Online-Shopping ist beliebt, belastet durch den Transport aber die Umwelt. Das Schweizer Startup „ImagineCargo“ bietet

eine saubere Alternative: Die Zustellung übernehmen Fahrradkurier, längere Strecken fährt das Paket im Zug mit. Der Paketdienst ist jetzt in mehreren deutschen Städten aktiv und teilweise sogar schneller als die Konkurrenz – aber auch etwas teurer: imaginecargo.com



Sepak Takraw

Wie Volleyball, nur mit dem Fuß: In Sachen Artistik lassen Takraw-Spieler selbst Profi-Kicker alt aussehen

Darum geht's: Auf jedem Feld sind drei Spieler, die den Ball aus Rattan oder Hartplastik über das Netz kicken. Der Kapitän an der hinteren Linie schlägt per Fuß auf, die Angriffsspieler vorne legen sich die Bälle vor, springen hoch und schießen sie möglichst scharf übers Netz. Je nach Ausführung sprechen die Spieler von einer Adler- oder Tigerkrallen, Fallrückzieher sind hier nichts Besonderes. Erlaubt sind Kopf und Fuß, Blocken geht auch mit dem Rücken. Wer es schafft, den kleinen Ball auf den Boden im gegnerischen Feld zu kicken, erhält einen Punkt.

Der Sport entstand vor etwa 500 Jahren in Thailand und Malaysia – damals noch ohne Netz und Punkte. Der Wettbewerbsgedanke kam erst mit den britischen Kolonialherren, die Federball und damit durch Netze getrennte Felder mitbrachten. In Südostasien ist der Sport heute weit verbreitet und seit 1990 sogar bei den Asienspielen vertreten. Auch in Europa ist Sepak Takraw inzwischen angekommen: Erfolgreiche Clubs gibt es unter anderem in Köln und Berlin:

www.takraw-germany.de

80 Meter weit und bis zu 150 Kilometer pro Stunde schnell: Ein guter Schlag beim Hurling ist weit und hart, Plastikhelme sind deshalb Pflicht. Geschlagen wird mit einem Holzstock, dem Hurley, mit dem die Spieler auch den Ball balancieren. Der Mitspieler fängt den Ball mit der Hand und drischt ihn direkt weiter, bis der Lederball in einem der H-förmigen Tore landet oder der Gegner dazwischengeht – immer mit vollem Körpereinsatz.

Erstmals Erwähnung fand Hurling in Schriften über die Schlacht von Moytura, wo die Kelten im 14. Jahrhundert vor Christus die damaligen Bewohner Irlands schlugen. Der Legende nach wurde erst Hurling gespielt, danach mit den Schwertern gekämpft. Hurling ist heute Nationalsport in Irland, konnte sich aber international nie durchsetzen. Die wenigen Spieler in Deutschland sind meist Exil-Iren: www.europegaa.eu

FUSSBALL
WAR GESTERN

Schon mal eine Pompfe geschwungen? Oder mit einem Hurley geschlagen? Neun exotische Mannschaftssportarten, die hier fast keiner kennt

Jugger

Pompfe bereit? Dann auf in den Kampf! Ein Mix aus Rugby und Fechtkampf mit vielen Regeln

Vorbild war der australische Endzeitfilm „Die Jugger – Kampf der Besten“ der 1980er Jahre. Auf der Leinwand geht es brutal zur Sache, beim Sport sind Verletzungen die Ausnahme. Der Ball in Form eines Hundeschädels ist nur aus Schaumstoff, genauso wie die „Waffen“ der Spieler. Ziel des Spiels ist es, den Schädel auf dem „Mal“ des Gegners, einer 50 Zentimeter großen Fläche, zu platzieren. Jede Mannschaft hat einen Läufer, einen Kettenmann und drei Kämpfer, bewaffnet mit einem gepolsterten Stab, der Pompfe. Der Läufer darf als einziger den Hundeschädel tragen,

ist aber unbewaffnet. Am Anfang eines Spielzuges stehen beide Mannschaften an den gegenüberliegenden Seiten des Feldes, auf Kommando stürmen sie los, und die Läufer versuchen, sich den Ball zu schnappen. Die Kämpfer attackieren die Gegner mit ihrer Pompfe, der Kettenmann schwingt seine drei Meter lange Plastikkette. Wer von einem Sportgerät berührt wird, muss einige Sekunden hinknien und aussetzen.

Um die Spielzeit zu messen, wurden ursprünglich Steine gegen einen

Gong geworfen. Eine Halbzeit dauert 100 Steine, was etwa zweieinhalb Minuten entspricht. Inzwischen wurde der Einfachheit halber vom Steinewerfen auf Trommeln umgestellt. Die Zeit wird nach jedem Spielzug gestoppt, damit sich die Mannschaften neu aufstellen können.

Gespielt wird vor allem in Australien, Jugger findet aber weltweit immer mehr Anhänger. In Deutschland gibt es eine Liga mit mehreren Mannschaften:

www.jugger.org

Kabaddi

Zwischen Fangen spielen und Ringkampf – nur ohne Luft zu holen. Klingt bizarr? In Indien ist das Volkssport

Die beiden Mannschaften stehen in ihrer eigenen Hälfte und schicken im Wechsel einen Räuber in die gegnerische Zone, um dort einen oder mehrere Spieler zu fangen. Sobald der Räuber das andere Feld betritt, muss er die Luft anhalten und immer wieder „Kabaddi, Kabaddi“ sagen. Hat der Räuber einen Spieler abgeschlagen, versuchen die Verteidiger, ihn an der Rückkehr in die eigene Hälfte zu hindern. Sobald er Atem holen muss, ist der abgeschlagene Spieler befreit.

Entstanden ist Kabaddi vor rund 4000 Jahren im Süden Asiens. Einheitliche Regeln wurden erst Anfang des 20. Jahrhunderts eingeführt. Neben Indien sind auch Pakistan, Iran oder sogar Australien und Italien bei den Kabaddi-Weltmeisterschaften vertreten, allerdings spielen in diesen Teams meist indische Immigranten:

www.kabaddi.org

Gaelic Football

American Football - das ist klar. Aber Gaelic? Der Sport ist ein Mix aus Fußball und Rugby

Es heißt zwar Football, aber die jeweils 15 Spieler setzen den gesamten Körper ein, um den Lederball irgendwie ins Tor des Gegners zu befördern. Das Tor sind zwei sieben Meter hohe Pfosten mit einer Querstange in zweieinhalb Meter Höhe. Ob über oder unter der Stange, beides zählt. Darunter sind es drei Punkte, darüber ein Punkt. Kompliziert wird die Sache durch weitere Regeln: Spieler dürfen den Ball nicht mit der Hand aufheben, sondern nur mit dem Fuß. Vier Schritte mit dem Ball in der Hand sind erlaubt, danach muss er einmal kurz den Boden berühren.

Zum Mitspieler darf der Ball mit dem Fuß gepasst oder mit der Hand geschlagen werden.

Das Spiel hat keltische Wurzeln und war zu Beginn im 17. Jahrhundert noch viel rauer als heute. Seit 1884 gibt es feste Regeln. In Irland hat fast jeder Ort seinen eigenen Gaelic-Football-Verein.

Die Profis spielen um die All-Ireland Championship, dessen Gewinner im September vor 80000 Zuschauern in Croke Park in Dublin ermittelt wird. Unter dem Dach des offiziellen Verbands Gaelic Athletic Association finden sich auch einige wenige Clubs in Deutschland: www.europegaa.eu



Chinlone

Eine Kombination aus Sport und Tanz - ohne Punkte und Wettstreit, dafür mit viel Ballgefühl

Ziel des Spiels: den Ball in der Luft halten und sich dabei im Takt der Musik bewegen. Meist stehen fünf Spieler im Kreis und umringen den sechsten, der jeweils für einige Sekunden den Ball hochkickt, egal ob mit der Hacke oder überkreuzten Beinen. Das sieht je nach Ausführung aus wie Breakdance oder Ballett - nur eben mit Ball. Zwischendurch passen sich die Spieler den Ball zu und wechseln die Positionen.

Weil so das Ballgefühl besser ist, wird traditionell barfuß gespielt. Es geht nicht nur darum, den Ball in der

Luft zu halten - damit die Tricks gut aussehen, muss auch die Körperhaltung stimmen.

Entstanden ist Chinlone vor über 1500 Jahren im südostasiatischen Land Birma. Im Laufe der Zeit entwickelten die Tänzer mehr als 200 verschiedene Bewegungsformen. In Deutschland ist das Spiel völlig unbekannt. Wer Chinlone erleben will, muss in den Flieger steigen oder sich die DVD zu Greg Hamiltons „Mystic Ball“, eine Doku über den Sport, besorgen:

tinyurl.com/JS-Chinlone



Lacrosse

Den Ball in den Kescher und ab ins Tor: ein rasantes Spiel mit einer düsteren Vergangenheit

Erfunden haben das Spiel Indianer an der nordamerikanischen Ostküste und der Region der Großen Seen. Der Sport galt damals als Übung für den Kampf gegen andere Stämme, nicht selten endeten Partien tödlich. Der kriegerische Aspekt ging erst Mitte des 19. Jahrhunderts verloren. In den USA und Kanada ist Lacrosse heute weit verbreitet und wird vor allem als Schulsport betrieben.

Die Regeln sind einfach: Beim Anstoß knien sich zwei Spieler gegenüber und versuchen, den Ball zu erobern. Wer den Ball in den Kescher bekommt,

rennt damit übers Feld, passt ihn weiter oder wirft auf die kleinen Tore. Verteidiger fangen mit dem Netzschläger (Crosse) die Würfe des Gegners ab oder schlagen damit auf den Kescher der Angreifer, um den Ball frei zu bekommen.

Je nach Variante ist Körperkontakt erlaubt. Die Spieler tragen Helm, teilweise auch Schutzkleidung. Bei den Männern stehen pro Mannschaft zehn Spieler auf dem Feld, bei den Frauen sind es zwölf. In Deutschland gibt es Clubs in vielen größeren Städten: www.dlaxv.de

Ultimate

Die Welt ist eine Scheibe - zumindest für Ultimate-Spieler

Das Wichtigste bei Ultimate ist der „Spirit of the Game!“ Gemeint ist, dass Fair Play und Respekt an erster Stelle stehen und jeder Körperkontakt als Foul gewertet wird. Einen Schiedsrichter gibt es bei den meisten Partien nicht. Wer gefoult wird, zeigt das an, das Spiel wird unterbrochen, und beide Teams treffen gemeinsam eine Entscheidung.

Im Spiel geht es darum, die Frisbee-Scheibe in der Endzone der gegnerischen Hälfte zu fangen. Das Laufen mit der Scheibe ist nicht erlaubt. Die Kunst besteht deshalb darin, im rich-



tigen Moment in den freien Raum zu sprinten und die Scheibe vor den Gegenspielern zu fangen.

Vor einigen Jahren hieß die Sportart noch Ultimate Frisbee, doch der zweite Namensteil musste wegfallen, weil sich ein amerikanischer Sportartikelhersteller den Begriff hatte schützen lassen. Schätzungen zufolge spielen heute weltweit mehr als fünf Millionen Menschen Ultimate, der Großteil davon in den USA und Kanada. Auch in Deutschland gibt es einen Verband: www.frisbeesportverband.de

Unterwasserhockey

Hockey unter Wasser, geht das? Auf jeden Fall braucht man ein ordentliches Lungenvolumen, um mithalten zu können

Weil er im Winter wegen der Kälte nicht im Meer tauchen konnte, erfand der britische Taucher Alan Blake das Unterwasserhockey - auch Octopush genannt. Das Ganze geht so: Ausgerüstet mit einem Schnorchel, Flossen und einem etwa 30 Zentimeter langen Schläger versuchen die sechs Spieler pro Team, einen Puck in das gegnerische Tor, eine Metallrinne am Beckenende, zu befördern.

Der nasse Sport wird in vielen europäischen Ländern betrieben, in Deutschland gibt es nur wenige Vereine: www.uwspport.de



Texte: Sandra Langen



SEELSORGE AN TERMINAL 1

Reisen bewegt. Auch innerlich. Ulrike Johanns erlebt das jeden Tag. Am Frankfurter Flughafen betreut sie eine große und bunte Gemeinde

Endlich Urlaub! Aber bevor der Flieger vom Frankfurter Flughafen Richtung Süden abhebt, wird es noch mal stressig: Den richtigen Schalter finden, einchecken, hoffen, dass man nichts vergessen hat. Überall aufgeregte Menschen, das Klackern und Surren der Rollkoffer, das grelle Licht. Wer sich in solchen Situationen nach Stille sehnt, geht im Terminal 1 die Treppe hoch in den ersten Stock – und findet dort eine kleine Flughafenkapelle, die Tag und Nacht für alle geöffnet ist.

Ein paar Türen weiter sitzt Ulrike Johanns in ihrem Büro. Die evangelische Pfarrerin arbeitet als Seelsorgerin am Frankfurter Flughafen. Zu ihr kommen Passagiere, die gerade noch ein paar Minuten Zeit haben und sich nach einem Gespräch sehnen. Aber auch die Angestellten, die am Flughafen arbeiten, bei den Fluglinien, in den Cafés oder draußen auf dem Rollfeld.

Worum es bei den Gesprächen geht? Die Pfarrerin erzählt von der Begegnung mit einer schwangeren Frau, die von niemandem abgeholt wurde. Von einem Obdachlosen, der im Flughafen lebte und dem Johanns einen Job besorgte. Oder von einem Manager, den es belastete, viele Leute entlassen zu müssen. Manche Reisende würden ihr Dinge erzählen, die sie noch nie jemandem erzählt haben, noch nicht mal ihrem Pfarrer zu Hause. „Sie wissen, dass sie mich wahrscheinlich nie wiedersehen.“

HILFE IN DER NOT

Den Job als Flughafenseelsorgerin macht Johanns schon seit 18 Jahren. Die Arbeit wurde mit den steigenden Passagierzahlen ständig mehr, heute unterstützen sie zwei Assistentinnen und ein zweiter Pfarrer. Die Seelsorge ist aber nicht das einzige Angebot der evangelischen

SEELSORGE AM FLUGHAFEN

Die **evangelische Seelsorge am Frankfurter Flughafen hat ihr Büro im Terminal 1, Abflughalle B, Raum 3135.**

Pfarrämter gibt es an allen größeren Flughäfen in Deutschland: www.airportchapel.de

Kirche am Flughafen. Der Sozialdienst der Diakonie kümmert sich um Passagiere, die nicht mehr weiterkommen oder in anderen Notsituationen Hilfe benötigen. Und der kirchliche Flüchtlingsdienst unterstützt Menschen, die in der Asylunterkunft im Transitbereich untergebracht sind.

Johanns kennt viele Leute am Flughafen und fast jeden Winkel des riesigen Areals. Jeden Tag dreht sie ihre Runde: Abflughallen, Transitbereich, Duty-Free-Shops. Mit der schwarzen Hose und der blauen Jeansjacke ist Johanns nicht sofort als Seelsorgerin zu erkennen. Nur ihr Namensschild verrät ihre Funktion. Man kann sich gut vorstellen, dass die freundliche Pfarrerin leicht mit Menschen in Kontakt kommt. Manchmal ergebe sich aus einem Blickkontakt ein längeres Gespräch, an dessen Ende der Wunsch nach einem Segen stehe, erzählt sie.

Gottes Segen erteilt die Pfarrerin auch in der Kapelle im Terminal 1. Für die Reisenden liege der Raum am Wegesrand, sagt Johanns. Manche kommen zufällig vorbei, ande-

re suchen gezielt einen Ort der Stille. Das Kreuz vorne an der Wand ist aus dem gleichen Material, das auch zum Bau von Flugzeugen benutzt wird, davor stehen ein einfacher Altar, Blumen, ein paar Stühle. Schlicht und ruhig wirkt der Raum, den jeden Tag rund 150 Menschen aufsuchen. Sie zünden eine Kerze an, sprechen ein Gebet oder setzen sich einfach für einen Moment hin. In einem Fürbittenbuch haben Besucher aufgeschrieben, was sie bedrückt oder was sie sich wünschen: „Ich hoffe sehr, ich sehe Dich bald“, steht da. Oder: „Es tut so weh, nicht bei Dir zu sein. Ich hoffe, Dein Vater kommt zur Vernunft. Ich liebe Dich, Deine Mama.“

AM FLUGHAFEN GETAUFT

Für die rund 80000 Beschäftigten am Flughafen ist die Kapelle die „Dorfkirche“ und Johanns die Gemeindepfarrerin. Sie traut Paare, die sich bei der Arbeit kennengelernt haben, oder tauft die Kinder der Angestellten. „Viele sind später stolz darauf, dass sie an einem so ungewöhnlichen Ort getauft worden sind.“ Auch den ganz normalen Arbeitsalltag begleitet die Pfarrerin. Zum Beispiel mit der wöchentlichen Andacht, die unter dem Motto

„Thank God It's Friday“ zum Durchatmen einlädt. Oder mit den Mittagskonzerten, die einmal im Monat in der Kapelle zu hören sind.

Die Trauerarbeit ist ein weiterer Schwerpunkt ihrer Tätigkeit. Es komme häufiger vor, dass die Mitarbeiter aus einem Betrieb eines verstorbenen Kollegen gedenken wollen, sagt sie. Sie habe auch schon eine Trauerfeier auf dem Flugfeld gefeiert – und dort gegen den Lärm der Flugzeuge anschreien müssen.

Sich mit dem Tod auseinanderzusetzen, das hat Johanns während ihrer früheren Arbeit als Krankenhauspfarrerin gelernt: „Die Kranken haben mir beigebracht, Seelsorgerin zu sein“, sagt sie. Bis zur Rente will die 61-Jährige im Flughafen bleiben. Die Arbeit mache ihr Freude. Sie spüre die Dankbarkeit der Leute, die froh darüber seien, dass jemand mit ihnen über ihre Sorgen spricht oder ein Glücksgefühl teilt.

Der Flughafen, findet Johanns, ist außerdem ein besonderer Ort. Das Reisen öffne die Menschen. „Viele fragen sich hier auch im übertragenen Sinn: ‚Wo komme ich her, wo will ich hin?‘“ Wenn die Menschen mit solchen Fragen zu ihr kommen, hört sie gerne zu.

Sebastian Drescher, Sebastian Philipp

Oft unterwegs, immer ein offenes Ohr: Ulrike Johanns im Frankfurter Flughafen

HAST DU LUST ZU TANZEN?

Es fühlt sich gut an, passiert oft unerwartet und ist manchmal der Beginn einer Beziehung: Sechs junge Leute über ihr schönstes Flirterlebnis

Florian Meyer, 21 Jahre

Auf einem Festival vor drei Jahren habe ich sie angesprochen. Mit ihren knallroten Haaren war sie mir schon tagsüber aufgefallen. Nachts um zwei Uhr saßen wir mit vielen Leuten auf dem Zeltplatz zusammen. Als der Song „Hier kommt Alex“ von den Toten Hosen lief, habe ich sie spontan zum Tanzen aufgefordert. So bin ich: Wenn mir eine Frau gefällt, spreche ich sie direkt an. Sie hat überhaupt nicht gezögert und sofort mitgemacht. Wir haben uns lange unterhalten und festgestellt, dass wir viele gemeinsame Interessen haben. Zum Beispiel, dass wir gerne Rock und Metal hören. Nach dem Festival haben wir uns dann öfter getroffen, ein halbes Jahr später waren wir ein Paar – und sind es bis heute!

Marie Brunne, 24 Jahre

In einem Hostel in Thailand habe ich in einem Zimmer mit sieben anderen Leuten übernachtet. Als ich mich gerade für den Abend schick machen wollte, hat mich dort plötzlich ein Typ angesprochen. Bis dahin war er mir noch gar nicht richtig aufgefallen. Es stellte sich heraus, dass er derjenige war, der im



Juraj Korec, 22 Jahre

Nette Flirts passieren immer unerwartet: Mein Kumpel und ich saßen in meinem Auto auf dem Parkplatz einer Disco, als eine Gruppe Mädels vorbeikam. Aufgefallen ist mir sofort ein Mädchen mit hellblonder

Löwenmähne. Ich habe sie einfach angesprochen und gefragt, auf welche Musik sie steht. Sie stand wie ich auf Metal. Das fand ich gut. Unterhalten haben wir uns dann über organisierte Kriminalität, das Thema hat mich schon immer interessiert. Um uns herum haben wir gar nichts mehr wahrgenommen. Irgendwann standen nur noch wir alleine dort. Die anderen waren wohl schon reingegangen. Uns war das egal, wir haben im Auto weitergequatscht, uns kurze, schüchterne Blicke zugeworfen, herumgewitzelt und uns geneckt. Mehr ist am Abend nicht passiert, erst später sind wir zusammengekommen. Mittlerweile ist sie allerdings meine „Ex“.

FOTOS: GINDY JACOBS

Miriam Bünger, 21 Jahre

Es war an einem Mädelsabend an der Bar – und neben mir dieser gut aussehende Typ. Aber da kam kein Anmach-Spruch, keine Blicke – nichts. Und genau das hat mich gereizt, ihn kennenzulernen. Allerdings bin ich zu schüchtern, um jemanden direkt anzusprechen. Da hat meine Freundin spontan die Initiative ergriffen und ihm gesagt, dass ich ihn cool finde. Das war mir so peinlich! Er hat aber toll reagiert und sympathisch gelacht. Das hat die Situation entspannt. So sind wir beide tatsächlich ins Gespräch gekommen. Ich weiß gar nicht mehr genau, worüber wir eigentlich geredet haben. Ich hatte nur noch Augen für ihn, es hat leicht geprickelt zwischen uns. Mehr ist nicht aus uns geworden, aber das ist egal: Flirten macht einfach Spaß, ist Abwechslung vom Alltag und hebt das Selbstbewusstsein. Man muss ja nicht immer gleich den Partner fürs Leben finden.



Anna Weißbach, 18 Jahre, und

Lukas Porstendorfer, 22 Jahre

Anna: Ich bekomme meist gar nicht mit, wenn jemand mit mir flirten möchte. Und selbst flirte ich scheinbar, ohne es richtig zu merken. So war es auch bei Lukas. Als ich ihm zum ersten Mal an der Uni begegnet bin, war ich sofort von seinen schönen Haaren begeistert. Aber ich bin zurückhaltend, deshalb habe ich ihm das nicht offen gesagt. Weil wir das Gleiche studieren, haben wir viel Zeit miteinander verbracht. Wohl deshalb war mir gar nicht bewusst, dass er meine Nähe sucht. **Lu-**

kas: Mein schönstes Flirterlebnis hatte ich, als ich Anna kennengelernt habe. Sie hat mich ganz schüchtern angelächelt. Ich habe gleich gemerkt, dass da etwas Besonderes zwischen uns ist. Ein Gefühl, das ich gar nicht beschreiben kann. Natürlich gab es schon vor ihr Flirts. Aber wenn nichts draus wird, vergesse ich die Begegnungen später ganz schnell wieder.



Protokolle: Viviane Reineking

ZU GEWINNEN

2 SOFORTBILDKAMERAS



Für den Augenblick:
Wir verlosen zwei Mal die Instax Mini 50S Kamera von Fujifilm plus je zwei Filme. Knipsen, Foto rauslassen, aufheben - oder der Freundin schicken.



Die Teilnahme am Rätsel ist nur mit dem gedruckten Heft möglich. Das bekommt ihr bei eurem Militärpfarrer.

Teilnahmeberechtigt sind Soldaten und Zivilangestellte der Bundeswehr. Mehrfachteilnahme führt zum Ausschluss, der Rechtsweg ist ausgeschlossen.

* Jeweilige Providerkosten für eine SMS.

SUDOKU

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

Jede Ziffer von 1 bis 9 darf in jeder Reihe, in jeder Spalte und in jedem Quadrat nur einmal vorkommen. Die Sudokulösung aus diesem Heft findet ihr auf Seite 35.

A	A	P	C	L					
D	E	M	O	E	R	L	O	E	S
K	A	M	E	R	U	N	O	I	
M	I	N	I	I	W	A	D	E	
R	O	B	A	N	G	E	N		
F	A	H	N	D	E	N	A	R	G
P	A	T	E	A	L	T	V	E	
M	B	A	U	I	D	E	A	L	
G	O	T	E	E	C	K	E	L	K
S	N	U	R	E	R	B	S	E	

Das Lösungswort im Juni lautete: Europa

Der Gewinner des Outdoor-Smartphones CAT S40 ist: Oliver Markus Brockholz aus 39288 Burg-Waldfrieden

FOTO: PROMO

FOTOS: 123RF.COM, HANOHIKI / MILITÄRSEELSORGE

SEELSORGE

IN DER BUNDESWEHR

TERMINE

AUGUST / SEPTEMBER / OKTOBER

Familienfreizeit, 20.8.-2.9. in Steingaden, EK AReferatII@Bundeswehr.org, 030/310181-125

Familienrüstzeit „Sag zu mir ein gutes Wort“, 2.-4.9. im Blockhaus Ahlhorn, EvMilPfarramtMunsterII@Bundeswehr.org, 05192/12-1801

Herbstrüstzeit der Cornelius-Vereinigung CoV, 2.-4.9. in Woltersdorf, EvMilPfarramtStrausberg@Bundeswehr.org, 03341/58-2191

Familienrüstzeit „Du bist mein Zufluchtsort“, 9.-11.9. in Zinnowitz, EvMilPfarramtTorgelow@Bundeswehr.org, 03976/250-5451



Auf nach Berlin! Eine **Rüstzeit für Paare** findet vom **17.-21.10.** in der Bundeshauptstadt statt. Informationen und Anmeldung: EvMilPfarramtMuenchen@Bundeswehr.org, 089/992692-4706

Familienrüstzeit, 23.-25.9. in Steingaden, EvMilPfarramtFuessen@Bundeswehr.org, 08362/509-5801

Familienrüstzeit, 23.-25.9. in Langenargen, EMilPfA-Muellheim@Bundeswehr.org, 0771/896719-5851

Familienrüstzeit, 2.-9.10. in Steingaden, EvMilPfarramtFassberg@Bundeswehr.org, 05055/17-20906

Familienrüstzeit „Elia“, 4.-7.10. in Darß/Ostsee, EvMilPfarramtMunsterII@Bundeswehr.org, 05192/12-1801

RÜSTZEITEN SIND BESONDERE VERANSTALTUNGEN DER MILITÄRSEELSORGE. DAS BEDEUTET:

1-5 Tage zu einem Thema: Gespräche und Bibelarbeit, dazu Entspannung, Spaß, nette Leute - für die Einheit, den Standort oder überregional.

Die Teilnahme ist sehr preiswert - der Eigenanteil für Rüstzeiten wird je nach Besoldungsgruppe erhoben und beginnt bei 9 € pro Tag, Hin- und

Rückfahrt werden organisiert. **In den Sommerferien** gibt es auch längere Familienfreizeiten für Soldatenfamilien mit Kinderbe-

treuung und Ausflugsprogramm, die Teilnehmerbeiträge sind - unabhängig von der Kinderzahl - nach Einkommen gestaffelt, ab 50 € pro Tag.

Zur Teilnahme an Rüstzeiten könnt ihr gemäß ZDv 14/5 beim Disziplinarvorgesetzten Sonderurlaub beantragen, der soll euch „im notwen-

digen Umfang gewährt werden“. **Infos über alle Angebote** bekommt ihr beim Militärpfarrer, im JS-Magazin (Termine) und auf:

www.militaerseelsorge.de



EINE FRAGE AN: Johannes Wolf, Militärpfarrer, Evang. Militärpfarramt Laage:

LIEBER FILM ODER BESSER EIN BUCH?



Das kommt drauf an: Im Sommer setze ich mich lieber ins Freie und lese ein Buch. Wenn es draußen wieder kälter und früher dunkel wird, gucke ich mehr Filme. Dazu haben meine Frau

und ich uns zu Hause ein kleines Kino gebaut, mit einer alten Kinobank mit Klappsitzen und Beamer. Gern laden wir dann auch Freunde zu Kinoabenden ein. Meine Lieblings-Romanverfilmung ist

„Alles ist erleuchtet“ mit Elijah Wood. Ein großartiger Film nach einer riesigen Romanvorlage von Jonathan Safran Foer! Buch und Film habe ich mir schon mehrfach gegönnt, es geht um

einen jungen Amerikaner jüdischer Abstammung, der auf einer Reise durch die Ukraine versucht, die Wurzeln seiner Familie zu finden. Berührend. Bewegend. Schreiend komisch. Todtraurig.

FRISCHER WIND FÜR DEN KOPF

Rüstzeiten: für ein paar Tage raus aus der Kaserne. Die Kameraden wirklich kennenlernen, mal andere Fragen stellen als sonst – die Militärseelsorge macht's möglich

Das sind wir: Soldaten aus Speyer, deren Kompanie aufgelöst werden sollte, beschäftigten sich auf Sardinien mit Abschied und Neuanfang

UND WORUM GEHT'S GENAU?

Jede Rüstzeit hat ein eigenes Thema, dem man sich während der Zeit widmet. Zum Beispiel: „Was mache ich mit meiner Zeit?“ oder: „Was ist gut für unsere Partnerschaft?“ Es kann um Persönliches gehen wie Sucht, Kindererziehung oder Einsatzvorbereitung. Oder auch um politische oder kulturelle Themen wie: „Macht und Autorität“ oder „Christentum und Judentum“. Deshalb: Rüstzeiten machen nicht nur Spaß, man kommt auch schlauer zurück, als man losgefahren ist.

WO GEHT ES HIN?

Die Militärseelsorge hat neben einem eigenen Haus in Marienheide (Nordrhein-Westfalen) auch Verträge mit Tagungsstätten, über die ganze Republik verstreut. So gibt es die Möglichkeit, nach Zinnowitz an die Ostsee zu fahren, nach Berlin oder Hamburg. Manche Rüstzeiten gehen ins Ausland, etwa nach Polen, Prag, Österreich oder ins Elsass. Das hängt immer auch vom Thema ab und vom Engagement der Teilnehmer.

Das Angebot: drei Tage Sonderurlaub, ein Haus in toller Gegend, leckeres Essen, interessante Themen, ehrliche Gespräche mit den Kameraden und einem Pfarrer. Eine Rüstzeit ist eine Auszeit vom Dienst, die nicht viel kostet und einen weiterbringt – als Mensch und als Soldat.

WER VERANSTALTET DAS?

Ein bis fünf Tage dauert so eine Rüstzeit, in Ausnahmefällen länger. Die Evangelische und die Katholische Militärseelsorge laden dazu alle Soldaten ein. Neben Soldatenrüstzeiten, bei denen die Kameraden unter sich sind, gibt es auch Familienrüstzeiten, zu denen Partner und Kinder mitkommen können. Manche Militärpfarrer machen auch spezielle Angebote wie Fahrradrüstzeiten, Motorradrüstzeiten oder Pilgerwanderungen. Einige Rüstzeiten entstehen gemeinsam mit der Evangelischen Arbeitsgemeinschaft für Soldatenbetreuung (EAS).

WAS MACHT DER PFARRER BEI DER RÜSTZEIT?

Da die Kirche einlädt, findet auch ein bisschen Kirche statt. Morgens und/oder abends hält der Militärpfarrer eine kleine Andacht mit Gedanken für den Tag. In den Gesprächsrunden kommen manchmal auch biblische Geschichten zur Sprache, die einen besonderen Bezug zum Thema der Veranstaltung haben. Natürlich muss keiner beten, der nicht will. Aber zuhören schon.

KANN ICH MIT, WENN ICH NICHT IN DER KIRCHE BIN?

Jeder kann mitfahren. Es wird nicht nach der Religion oder Konfession gefragt. Nur offen und tolerant sollte man sein. Und interessiert an Menschen und ihren Fragen, an Themen, die über den Berufsalltag hinausgehen. So eine Rüstzeit will niemanden zum Christen bekehren. Sie bietet aber die Chance, etwas mehr über die Kirche zu erfahren. Der Militärpfarrer ist jemand, mit dem man gut reden kann. Und dafür steht er immer bereit.

UND GIBT ES AUCH FREIE ZEIT?

Sport, Spiele, eine Menge Spaß – auf jeden Fall gehört Freizeit mit zum Programm. Bei Familienrüstzeiten ist auch für Kinderbetreuung gesorgt, damit die Eltern Zeit haben, etwas für sich zu tun. Ansonsten gibt der Zielort den Takt vor: Auf dem Land kann man in der Natur und an der frischen Luft ausspannen und sich bewegen. In der Stadt bekommt man natürlich die Gelegenheit zum Sightseeing. Und in jedem Fall kann man abends gemütlich beim Bier zusammensitzen.

WAS KOSTET ES?

Rüstzeiten sind günstig, denn die Militärseelsorge bezahlt für jeden Teilnehmer pro Abrechnungstag einen Zuschuss. Bei freiwillig Wehrdienst Leistenden sind das 50 Euro, bei Soldaten in der Besoldungsgruppe A1 bis A8 beträgt der Zuschuss 45 Euro für jeden Tag. Die Höhe des Eigenbeitrages ist dann je nach Art der Rüstzeit unterschiedlich.

WO MELDE ICH MICH AN?

Wenn die Militärseelsorge die Rüstzeit anbietet, gibt es Aushänge in der Kaserne. Bei Rückfragen könnt ihr euch an den Militärpfarrer oder den Pfarrhelfer an eurem Standort wenden. Möglich ist auch, bei diesen selbst eine Rüstzeit anzuregen oder mögliche Ziele vorzuschlagen. Wichtig: Es gibt auch Rüstzeiten, die überregional angeboten werden, das heißt, an denen Soldaten von allen Standorten der Bundeswehr teilnehmen können. Eine Auswahl dieser Angebote findet ihr jeden Monat im JS-Magazin (Seite 31). Denkt dran: Pfarrer und Pfarrhelfer brauchen eine verbindliche Anmeldung, sie müssen ja vorher buchen.

BEKOMME ICH FÜR DIE RÜSTZEIT URLAUB?

Für die Rüstzeit muss man beim Chef oder Spieß Sonderurlaub beantragen. In der Regel wird dieser genehmigt. Falls in dem Zeitraum jedoch eine Übung stattfindet, kann es sein, dass es nicht geht. Bitte beachten: In der Grundausbildung ist die Teilnahme an einer Rüstzeit nicht üblich, man soll in der GA nichts verpassen. Das ist auch sinnvoll. Aber: Nicht aus den Augen verlieren und irgendwann mal mitfahren!

Gesine Wulf

„Rüstzeiten machen nicht nur Spaß, man kommt auch schlauer zurück.“

Zeit mit dem Vater: Acht Soldaten und ihre zehn Teenagerkinder waren beim Fallschirmspringen in der Nähe von Berlin

Oberstabsgefreiter **MARKUS HOOKE (27)**,
Stabsdienstsoldat S4-Abteilung

- 1) Spareribs
- 2) Center Parcs (Ferienparks)
- 3) Bessere, flächendeckende Betreuung für Soldatenkinder



Oberstabsgefreiter **SEBASTIAN HANKE (30)**, Materialbewirtschaftungssoldat, 1. Kompanie

- 1) Schnitzel mit Pommes frites
- 2) Spanien und Kroatien
- 3) Schnellere und bessere Umsetzung von geplanten Maßnahmen



WAS IHR WOLLT

Soldaten vom Standort Bad Salzungen sagen, was sie denken.

Die drei Fragen diesmal:

- 1) Was ist dein Wunschessen in der Kantine?
- 2) Wo machst du am liebsten Urlaub?
- 3) Was würdest du dir von der Bundeswehr wünschen?

Hauptgefreiter **JAN TORBEN MUNDT (22)**, Truppsoldat Panzergrenadierzug, 2. Kompanie

- 1) Milchreis mit Zimt und Zucker
- 2) Norwegen
- 3) W-LAN in der Kaserne



Oberstabsgefreiter **MARGUS SCHUMANN (26)**, Kraftfahrer Marder, 2. Kompanie

- 1) Pulled Pork
- 2) Norwegen
- 3) Bessere Ausrüstung und die Möglichkeit für Mannschaftssoldaten, Berufssoldat zu werden



Oberstabsgefreiter **MICHAEL SULICH (30)**, Scharfschütze, Scharfschützenzug

- 1) Kohlrouladen
- 2) Polen
- 3) BS für Mannschaftssoldaten und finanziellen Ausgleich für Überstunden wieder einführen



Oberstabsgefreiter **DAVID NADSTAWEK (29)**, Beauftragter Sporthalle/Sportgerät, 4. Kompanie

- 1) Nudeln mit Tomatensauce
- 2) Frankreich (Elsass)
- 3) Besseres und moderneres Sportmaterial für unsere Soldaten



Stabsgefreiter **SEBASTIAN GERK (27)**, Scharfschützenanwärter, Scharfschützenzug

- 1) Schnitzel
- 2) Elbsandsteingebirge
- 3) Eine Pauschale, um sich bestimmte Ausrüstung selbst zulegen zu können



Stabsunteroffizier **SUSANN ERXLIVEN (31)**, Personalunteroffizier, Ausbildungskompanie

- 1) Krautroulade
- 2) Bei meiner Familie und meinen Freunden
- 3) Neue Soldaten-Arbeitszeitrichtlinie wieder abschaffen



In Bad Salzungen ist das Panzergrenadierbataillon 391 stationiert.

BAD SALZUNGEN

Hauptgefreiter **DANIEL VOGT (25)**, Instandsetzungssoldat, 1. Kompanie

- 1) Nudeln mit roter Sauce
- 2) „Balkonien“
- 3) Bessere Vergütung



SCHNEID'S AUS
UND STECK'S EIN!



WAS TUN BEI LEICHTEREN VERLETZUNGEN?

- * **Krämpfe:** Dehnen! Bei Oberschenkelkrämpfen etwa so: Auf den Rücken legen, den Fuß mit einer Hand zum Gesäß ziehen und gegen die Hand drücken, 20 Sekunden halten und mehrfach wiederholen. Und trinken – möglichst mit Magnesiumtabletten. Sie beugen auch vor.
- * **Schürfwunden:** Sollte man nicht verbinden, wenn sie nicht zu sehr bluten, sondern unter fließendem Leitungswasser reinigen und an der Luft trocknen lassen.
- * **Nasenbluten:** Beide Nasenflügel zwischen Daumen und Zeigefinger nehmen und zusammendrücken für bis zu fünf Minuten. Durch den Druck verschließen sich die Gefäße eher wieder. Blutet die Nase weiter, ab zum Arzt!

UND WENN MAN ALS HELFER UNSICHER IST?

Es ist immer besser, Erste Hilfe zu leisten, als danebenzustehen. Jeder kann helfen! Wer nach bestem Wissen und Gewissen handelt, kann für gesundheitliche Schäden nicht haftbar gemacht werden. Also ruhig bleiben und loslegen!

WO FINDE ICH WEITERE INFOS?

- * Brüche, Blutungen etc.: Erste Hilfe kompakt, tinyurl.com/drk-hilfe (mit App)
- * Podcasts zum Üben: tinyurl.com/zum-hoeren
- * Herzmassage: tinyurl.com/herzmassage

Seite 4

JS TASCHENKARTE

SCHNEID'S AUS UND STECK'S EIN! Nr. 8/2016

ERSTE HILFE BEI SPORTVERLETZUNGEN

WAS IST ZUERST ZU TUN?

Den Verletzten begutachten, befragen und abwägen! Das ganze Ausmaß der Verletzung kann erst später ein Arzt feststellen. Man kann aber anhand des ersten Eindrucks und der Schmerzen des Verletzten einschätzen, ob er von einem selbst versorgt werden kann oder ob sofort ein Notarzt zu rufen ist. Beim Helfen sichergehen, dass man sich selbst nicht in Gefahr begibt – etwa an einer Straße, wenn jemand mit dem Fahrrad gestürzt ist.

WAS GILT GENERELL?

Bei Verletzungen ohne äußere Wunden, etwa bei Prellungen, Zerrungen oder Verrenkungen, gilt die P-E-C-H-Regel: Pause, Eis, Compression (Straffen, Zusammendrücken), Hochlegen. Hier die einzelnen Schritte ausführlicher:
* Pause machen meint: Sofort den Sport unterbrechen.

Seite 1

JS im September 2016



IM CONTAINER
JS erklärt Einsatz.
Von Abflug bis
Zweidosenregel

PLUS:

Wie geht's? Muslime bei der Bundeswehr
Wo geht's zum Kreißaal? Als Vater bei der Geburt

IMPRESSUM

JS MAGAZIN



Herausgeber:
Dr. Dirck Ackermann,
Dr. Thies Gundlach,
Albrecht Steinhäuser,
Dr. Will Teichert

Redaktion:
Leitende Redakteurin:
Dorothea Siegle
(V.i.S.d.P.)
Redaktionelle Mitarbeit:
Felix Ehring,
Sebastian Drescher
Redaktionsassistentin:
Rahel Kleinwächter

Layout:
Sebastian Spannring
Bildredaktion:
Caterina Pohl-Heuser

Emil-von-Behring-
Straße 3
60439 Frankfurt am Main

Die Evangelische
Zeitschrift für junge
Soldaten

Im Auftrag der
Evangelischen Kirche
in Deutschland.
31. Jahrgang

Sudokulösung
von S. 30

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

Telefon: 069/580 98-170
Telefax: 069/580 98-163
E-Mail: info@js-magazin.de
www.js-magazin.de
www.militaerseelsorge.de

Verlag:
Gemeinschaftswerk der
Evangelischen Publizistik
gGmbH
Postfach 50 05 50,
60394 Frankfurt am Main
Geschäftsführung:
Jörg Bollmann

Marketing, Vertrieb:
Martin Amberg
Telefon: 069/580 98-223
Telefax: 069/580 98-363
E-Mail:
vertrieb@js-magazin.de

Druck:
Strube Druck & Medien
OHG
Stimmerswiesen 3
34587 Felsberg

Versand:
A & O GmbH
63128 Dietzenbach
Erscheinungsweise
monatlich
Für unverlangt eingesandte
Manuskripte, Fotos,
Bücher kann keine Gewähr
übernommen werden.
Nachdruck nur mit Genehmigung
des Verlages

- * Eis/Compression: Möglichst eine Lage Mullbinde um die Stelle wickeln und ein Coolpack darauflegen, weiterwickeln, so dass leichter Druck entsteht. Wichtig: Das Coolpack nie direkt auf die Haut legen und nicht durchgängig kühlen, sondern nach zehn Minuten eine ebenso lange Pause einlegen. Auch ein kaltes, nasses Tuch hilft.
- * Das betroffene Körperteil hochlegen – das Bein etwas höher als die Hüfte, Arme mit einer Schlinge entlasten.

WAS TUN BEI SCHLIMMEN VERLETZUNGEN?

Generell gilt: Bei starken Schmerzen oder starker Blutung, bei verdrehten Gliedmaßen, offenen Brüchen und einem kaum ansprechbaren Verletzten sofort den Notarzt rufen: 112. Bis er kommt, sollte man beruhigend mit dem Verletzten sprechen und ihm Mut machen. Das hilft ihm, den ersten Schock zu verkraften. Ganz falsch wären Sätze wie: „Sieht ja übel aus!“ Will man den Verletzten anders lagern, einen Druckverband anlegen etc., sollte man mögliche Schmerzen ankündigen, ihn also nicht überraschen.

UND IM EINZELNEN?

Hier einige Verletzungen und was zu tun ist:

- * **Vermutete Knochenbrüche:** Wenn die Verletzung nicht an der Wirbelsäule ist: Körperteil hochlegen (siehe oben). Offene Brüche kann man locker mit Mullbinden abdecken, aber nicht drücken! Jede Position, die den

Seite 2

Schmerz lindert, ist gut. Der Verletzte sollte den Bruch möglichst nicht sehen, weil ihn der Anblick ohnmächtig machen könnte. Ist der Rücken betroffen: Den Verletzten möglichst nicht bewegen, höchstens an den Seiten etwas polstern, Krankenwagen rufen.

- * **Schnitt-, Platz- und Risswunden:** Möglichst Handschuhe aus dem Erste-Hilfe-Koffer (im Auto / Sporthalle) anziehen, die Wunde mit einem sterilen Verband locker umwickeln, dabei die Wunde nicht anfassen. Lockere größere Fremdkörper möglichst mit steriler Pinzette entfernen, festsitzende nicht entfernen. Danach den betroffenen Körperteil hochlagern. Ist die Blutung stark, sofort Druckverband anlegen (ggf. mit Kleidungsstück) und 112 wählen. Auch wenn die Wunde tief oder länger als einen Zentimeter ist, sollte der Verletzte zum Arzt.
- * **Gehirnerschütterung:** Erkennt man nicht so leicht. Zunächst verspürt der Betroffene nur Kopfschmerzen. Wird ihm gleich oder in den Tagen danach schlecht oder wird er kurz ohnmächtig, unbedingt zum Arzt bringen!
- * **Ohnmacht:** Den Puls des Betroffenen prüfen, möglichst mit drei Fingern am Hals, dort spürt man selbst schwachen Pulsschlag. Ist er spürbar? Ist der Betroffene sofort wieder ansprechbar? Dann reicht es, ihn auf den Rücken zu drehen und seine Füße hochzulegen. Fühlt er sich etwas besser, sollte er Wasser mit Zucker und Salz trinken. Reagiert der Verletzte nicht, ist die stabile Seitenlage angezeigt. Spürt man keinen Puls, sofort den Notarzt rufen, dann mit der Herzdruckmassage beginnen.

Seite 3



NICHTLUSTIG

