

# JS

# MAGAZIN

DIE EVANGELISCHE ZEITSCHRIFT FÜR JUNGE SOLDATEN // FEBRUAR 2019

## Mexikos Streitkräfte

Wehrpflicht  
per Los

## WLAN- Desaster

Standorte ohne  
Empfang

## Alltags- doping

Von Koffein  
bis Ephedrin

# WIE WEIT GEHT IHR?

Fantasien, Lust, Sex beim ersten Date:  
Single-Männer haben einige Fragen an die  
Frauen. Hier kommen die Antworten



ZU GEWINNEN!  
**Bose-  
Kopfhörer**



## WIE WIR ARBEITEN

**K**urz vor Weihnachten sind wir in der Redaktion fast von unseren Bürostühlen gefallen. Da kam heraus, dass ein Redakteur vom „Spiegel“ über Jahre hinweg Zitate, Personen, Vorkommnisse einfach erfunden hatte. Wir waren fassungslos, denn für Journalisten ist der höchste Wert, bei der Wahrheit zu bleiben.

Beim JS-Magazin prüfen wir vieles, um Fehler zu vermeiden: Wir checken Zahlen und Fakten und schreiben dazu, woher sie kommen. Wir legen Zitate und einige berichtete Ereignisse vor dem Druck unseren Gesprächspartnern vor. So können sie prüfen, ob wir alles richtig verstanden haben. Mancher Soldat will nicht mit seinem Namen in JS auftauchen, wenn er etwas berichtet. Aber wir kennen die Soldaten immer, sie sind echt. Und wir schicken das gedruckte Heft an Personen, die darin vorkommen. Das wissen auch unsere Autoren. Trotz dieser Maßnahmen kann mal ein Fehler passieren – wie überall. Wenn das so ist, teilen wir es unseren Lesern im Heft mit.

Felix Ehring, Leitender Redakteur

### AUS DER REDAKTION

#### KRUMBIEGEL

„Wir haben unseren neuen Cartoonisten **UWE KRUMBIEGEL** (S. 36) gefragt, wie er Ideen umsetzt und was er damit verdient

##### Wie entstehen Ihre Cartoons?

Wenn ich eine Idee habe, mache ich mir Notizen oder eine kleine Zeichnung ins Skizzenbuch. Später sehe ich mir den Gag wieder an und merke dann definitiv, ob er gut ist oder nicht. Meine Cartoons entstehen noch ganz klassisch am Zeichentisch. Zunächst eine Skizze mit Bleistift, anschließend die Feinzeichnung mit Tusche. Auch die Schrift füge ich noch per Hand ein. Koloriert wird dann am PC mit Photoshop, nachdem ich die Schwarz-Weiß-Zeichnung eingescannt habe.

##### Wie kamen Sie zum Zeichnen?

Cartoons haben mich schon immer fasziniert. Mit zwölf Jahren habe ich die ersten Figuren aufs Papier gekritzelt. Mit Mitte zwanzig habe ich hin und wieder etwas in einer Tageszeitung veröffentlicht. Erst in den letzten zehn bis 15 Jahren hat die Leidenschaft so richtig Fahrt aufgenommen, die Qualität ist deutlich besser geworden. Inzwischen gehöre ich beispielsweise zum festen Stamm der Zeichner der Satirezeitschrift „Eulenspiegel“.

##### Reicht das Geld zum Leben?

Nein, hauptberuflich arbeite ich als Diplomingenieur in der Energiebranche. Mit Cartoons verdient man sehr wenig. Ich zeichne abends und an den Wochenenden. Da bleibt nicht viel Freizeit, aber es ist ein perfekter Ausgleich zum Bürojob.

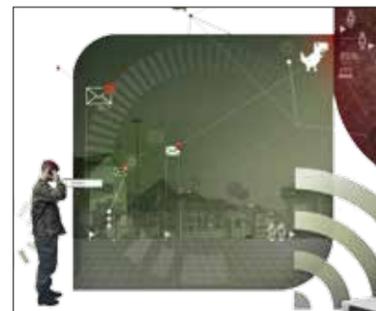
##### Sie sind in der DDR aufgewachsen. Wo waren Sie Soldat?

Ich habe meinen 18-monatigen Grundwehrdienst bei der radargestützten Luftraumüberwachung geleistet. Es war eine extrem stressige Zeit mit abenteuerlicher russischer Militärtechnik und sehr strengem Regime in der Truppe.

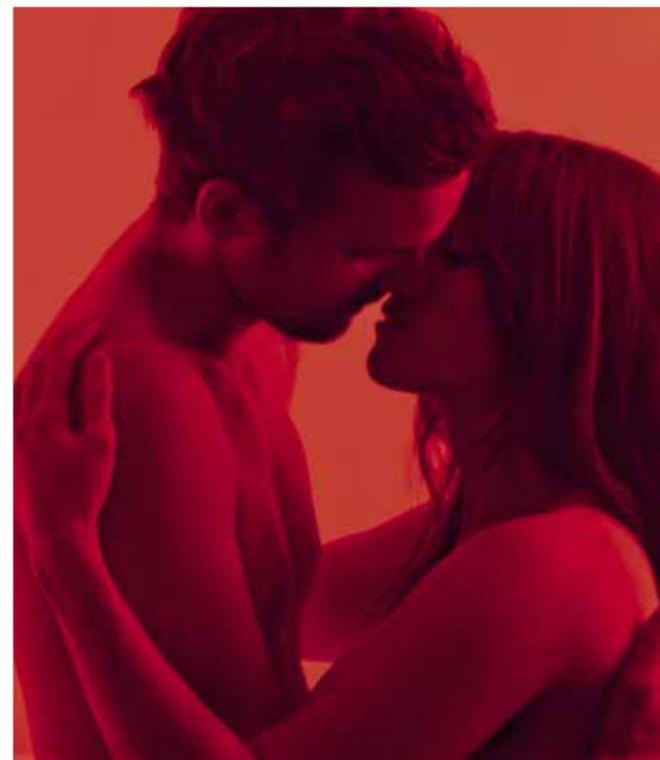


Uwe Krumbiegel

FOTOS: LENA UPHOFF / PRIVAT (2) / COVER: STOCK.ADOBE.COM, DMITRIY KAPITONENKO



#### 8 WLAN-Desaster: Standorte ohne Internet



#### 22 Fragen zum Thema Sex von Single-Männern - und die Antworten der Frauen

#### 28 Doping im Alltag: was Mittel anrichten, von Koffein bis Ephedrin



#### 4 EINBLICK

### DIENST

#### 6 MAGAZIN

**8 WO DER DSCHUNGEL ANFANGT**  
Die meisten Standorte sind ohne WLAN. Wie kann das sein?

**12 MEINE WELT** Die JS-Fotostory

**14 MEXIKOS STREITKRÄFTE** Wehrpflicht per Los und Kampf gegen die Kartelle

**17 GEHORSAMSPFLICHT** Was sie bedeutet und was das für Befehle heißt

### INFOGRAFIK

**18 HAARHAARHAAR!** Namen von Friseursalons, bei denen einem die Haare zu Berge stehen

### LEBEN

#### 20 MAGAZIN

**22 GEHT DA NOCH MEHR?** Frauen beantworten Fragen von Single-Männern

**26 IM NOTEINSATZ**  
Ein Pfarrer hilft Angehörigen bei Todesfällen

**28 DOPING IM FREIZEITSPORT**  
So gefährlich sind leistungssteigernde Mittel

**30 RATSEL** Bose-Kopfhörer zu gewinnen! Plus Sudoku

### SEELSORGE IN DER BUNDESWEHR

**31 TERMINE** Für Angler, Segler und Reiter: Veranstaltungen der evangelischen Militärseelsorge

**32 SCHLUSS MIT DEM HASS** Friedenssymbol: ein Kreuz aus Nägeln auf Reisen

**34 DAS LETZTE WORT HABT IHR**  
Die JS-Liebblingsliste, diesmal aus Schortens

**35 TASCHENKARTE, VORSCHAU, IMPRESSUM**

**36 TASCHENKARTE, CARTOON**



### IDEALE PLATZVERHÄLTNISSE

Forscher und norwegische Soldaten kicken während einer Expedition bei Grönland. Die Männer am Rand passen übrigens auf, dass sich kein Eisbär anschleicht.

FOTO: FORSVARET, MARIUS VÄGENES VILLANGER

## WIR BLEIBEN DRAN!



**ÜBER SCHWULE SOLDATEN** haben wir im Januar 2018 berichtet (siehe Foto), es ging auch um Kameradschaft und das Verhalten von Vorgesetzten. Dabei wurde deutlich, dass einige Soldaten Vorurteile gegen Schwule haben. Nun sagte der Sprecher des Arbeitskreises Homosexueller Angehöriger der Bundeswehr, Jens Marschner,

im Interview mit der „Welt“, es gebe weiterhin „Mobbing, Benachteiligungen, dumme Sprüche – auch von Vorgesetzten“. Marschner kritisiert: „Es kann passieren, dass sich **Vorgesetzte gegenseitig decken** und die Sache runtergespielt wird.“ Der Hauptmann fordert mehr Aufklärungsarbeit in der Truppe, um Vorurteile abzubauen.

## FÖRMLICHE ANERKENNUNG



Der A400M fliegt Soldaten in Einsätze. Aber: Die bis zu 116 Passagiere müssen sich zusammenreißen. Denn es gibt laut „Welt“ an Bord **nur ein Klo**, das für rund 70 Personen ausreicht. Deshalb erhalten all jene Soldaten eine förmliche Anerkennung, die auf dem Flug nach Masar-i-Scharif sieben Stunden nicht müssen, weil sie vorher taktisch pinkeln. Gute Landung!



## FRAG DEN PFARRER! ENTSCHEIDEN

**JÖRG REGLINSKI,**  
Husum,  
antwortet



Ich bin FWDler in der Infanterie und überlege, wie es für mich bei der Bundeswehr weitergehen könnte. Am liebsten würde ich demnächst wechseln, die Logistik interessiert mich. Mein Kompaniechef würde mich aber gerne behalten, hat er mir gesagt. Er ist wirklich ein guter Chef und ich will ihn

nicht enttäuschen. Wie komme ich zu einer Lösung?

Gute Soldaten lässt man nicht gerne gehen – sie werden stets gesucht. Verantwortung für sein eigenes Leben zu übernehmen, ist nicht immer leicht und doch notwendig zum Wachstum. Mir fällt es schwer, etwas anzunehmen oder

abzulehnen, was ich nicht kenne oder wovon ich mir nicht ausreichend, zumindest in Gedanken, ein Bild gemacht habe. Entscheidungen führen auch dazu, dass andere Menschen oder Sie selber enttäuscht sein werden. Was wäre in einigen Jahren unter einem dann neuen Kompaniechef, wenn Sie

sich – ohne Ihre eigenen Pläne zu durchdenken und konkret zu verfolgen – dafür entschieden hätten, zu bleiben, Ihnen Ihr Dienst aber nicht mehr das bietet, was Sie sich gewünscht haben? Würden Sie Ihren Dienst weiterhin tun – ganz ohne Vorwürfe gegen sich selbst, weil Sie das Gewünschte nicht verfolgt haben?

FOTOS: TINE CASPER / BUNDESWEHR, KEVIN SCHRIEF / ARCHIV / PICTURE-ALLIANCE, AP PHOTO / JS-SCREENSHOT



## GUCK, WER DA SPRICHT

US-Wissenschaftler manipulierten eine Rede Obamas. Den Mund modellierten sie mit Hilfe künstlicher Intelligenz

### Das US-Militär arbeitet an Programmen gegen Fake-Clips

Das US-Verteidigungsministerium rüstet sich einem Bericht zufolge gegen eine neue Bedrohung: Deepfakes. Das sind vorrangig Videoclips, in denen beispielsweise Politikern, Wirtschaftsbossen oder Prominenten mit Hilfe von künstlicher Intelligenz Sätze in den Mund gelegt werden, die diese Personen nie gesagt haben. Deepfakes könnten gerade aufgrund der Verbreitung durch soziale Medien Wahlen beeinflussen, innenpolitische Spannungen oder außenpolitische Konflikte

anheizen, Menschen verunglimpfen und vieles mehr.

Da Deepfakes technisch noch nicht ausgereift sind, lassen sie sich anhand verschiedener Merkmale als solche ausmachen. Dazu gehören eine gewisse Unklarheit der Sprache, Unstimmigkeiten in Mimik und Gestik, ein unscharfes Bild – oder auch die Quelle, also woher der Clip kommt. Künftig könnten Deepfakes so gut werden, dass zum Erkennen eine Software nötig wäre. Die Forschungseinrichtung des US-Verteidigungsministeriums, kurz „DARPA“, arbeitet deshalb an Erkennungssoftware, mit der die vermutlich zunehmenden Clips schneller aufzuspüren.

Beispiele und wie man Deepfakes erkennt: [tinyurl.com/deepfakes-check](https://tinyurl.com/deepfakes-check)

## NETZFUND



### DIE BUNDESWEHR HAT FÜR IHRE NACHWUCHSWERBUNG

viel Kritik einstecken müssen. Wie machen es eigentlich andere? Sehenswert ist die aktuelle Kampagne der britischen Streitkräfte. Gezeigt werden junge Leute, die am Rechner daddeln, in einem miesen Job schufteten oder herumalbern. In den Spots heißt es dann: Wir wollen euch, denn ihr habt **Ausdauer, Widerstandsfähigkeit, Temperament**. Zu den Clips:

[tinyurl.com/baf-you](https://tinyurl.com/baf-you)

## ZAHL DES MONATS

# 140 000

und mehr ärztliche Begutachtungen (90/5er) von Soldaten gab es bisher pro Jahr. Künftig soll eine „Allgemeine Verwendungsuntersuchung“ (AVU-IGF) alle drei Jahre die vielen anlassbezogenen Untersuchungen verringern, meldet die Bundeswehr.

# WO DER DSCHUNGEL ANFANGT

An den meisten Standorten gibt es noch immer kein kostenloses WLAN, die Soldaten fühlen sich abgehängt und zahlen drauf. Wie kann das sein?



Ein Hauptgefreiter aus einer Kaserne in Baden-Württemberg berichtet: „Ich bin bei O2 und habe kein Netz in der Kaserne, aber fünf Meter vorm Kasernentor.“ Deshalb wechselt er nun zu einem Anbieter, der auf dem Gelände funktioniert – zumindest außerhalb der Gebäude. Der Hauptgefreite sagt, dass sich viele Soldaten am Standort zusammentun und „Cubes“ für WLAN kaufen. So läuft es auch in der Kaserne in Niedersachsen, wo die Cubes nah am Fenster oder sogar davor stehen, um Daten zu empfangen. Die VP dort sagt: „Das Problem ist nur, dass durch die vielen Cubes die Internetverbindung sehr langsam wird.“ Vor allem für Kasernenschläfer, die abends gern online spielen, sei das nervig.

Die VP fasst die Stimmung der Soldaten so zusammen: „Die Soldaten sind megasauer, auch weil es wichtig ist, Verbindung zur Familie zu halten.“

## „DAS NERVT MEGA“

Schon 2014 hatte Verteidigungsministerin Ursula von der Leyen WLAN für alle Bundeswehrangehörigen versprochen. Fünf Jahre später sieht es noch immer mau aus: Bislang können nur an fünf der rund 250 Standorte insgesamt 2100 Soldaten ein kabelloses Netz des Dienstherrn nutzen, nämlich an den sogenannten „Pilotstandorten“: in der Fürst-Wrede-Kaserne in München, der Robert-Schuman-Kaserne in Müllheim, der Foch-Kaserne und der Fürstenberg-Kaserne in Donaueschingen sowie der Clausewitz-Kaserne in Hamburg.

Auf Facebook machen sich Soldaten und ihre Angehörigen Luft. Die Freundin eines Soldaten schreibt: „Mein Freund ist gerade auf Übung – kein WLAN vorhanden.“ Auch Offiziere sind genervt. Ein Hauptmann schreibt: „Bei uns gibt es kein WLAN...“ Bei keinem Lehrgang habe er je auf ein lokales Netz zugreifen können. Die VP aus Niedersachsen empfindet Übungsplätze ebenfalls als großes Problem: „Die sind am schlimmsten. Wir waren 2018 insgesamt circa vier Monate auf einem und hatten keinen Internetempfang. Das nervt mega.“

## 100 EURO FÜR DATEN

„Wo das WLAN aufhört, fängt der Dschungel an“, sagt Kasernenfeldwebel Carsten Brügger (Name geändert) und lacht. Auch Brüggers Kaserne in Niedersachsen hat kein WLAN. „Frühestens Ende 2019 soll es bei uns soweit sein“, sagt er. Der Stabsfeldwebel selbst kann recht gut mobile Daten empfangen. Ihm reicht das. Nach Dienstschluss fährt er nach Hause und hat dort WLAN. Andere Kameraden wohnen in der Kaserne und geben jeden Monat 100 Euro für Datenvolumen aus, berichtet Brügger. Das betreffe auch Soldaten über 25 Jahre, die nicht mehr unterkunftspflichtig sind: „Wer bald woandershin versetzt wird oder aufs Dienstzeitende zugeht, sucht sich oft keine Wohnung außerhalb der Kaserne.“

**E**ine Sache nervt so ziemlich alle jungen Soldaten: Warum kriegt es die Bundeswehr hin, dass es in Afghanistan WLAN gibt, aber nicht am Standort in Deutschland? In fast keiner Kaserne bietet der Dienstherr im Jahr 2019 WLAN. Eine Vertrauensperson der Mannschafter aus einer Kaserne in Niedersachsen sagt: „Weil die Wände unserer Gebäude recht dick sind, empfangen wir im Block auch keine mobilen Daten. Viele lehnen sich aus dem Fenster, um Nachrichten zu versenden oder zu empfangen.“ Vor dem Block sei der Empfang gut – wenn man beim richtigen Anbieter ist. Die VP sagt, auf dem gesamten Kasernengelände gebe es nicht einen öffentlichen WLAN-Zugang.



### KEIN WLAN IN DIENSTGEBÄUDEN

Dass WLAN für junge Soldaten eine Selbstverständlichkeit ist, kann Stabsfeldwebel Brügger nachvollziehen. Er weiß, dass die Kameraden nicht nur on-

line spielen oder Serien gucken, sondern auch Nachrichten sehen oder lesen wollen, Mails schreiben, Termine vereinbaren, den Urlaub organisieren und anderes. Für Soldaten, die nur einmal im Monat nach Hause fahren, sind Videotelefonate mit Familie und Freunden besonders wichtig. All das geht nur mit einer guten Verbindung.

### „Eine Pilotphase halte ich – höflich ausgedrückt – für überflüssig. Was will man mit einem Pilotprojekt herausbekommen?“

Das Verteidigungsministerium (BMVg) teilt auf JS-Anfrage mit, dass es noch bis Ende 2020 benötige, bis alle Soldaten in Kasernen WLAN nutzen können. Es dauere so lange, weil eine europaweite Ausschreibung gescheitert war. Laut der Ausschreibung hätte eine Firma die Liegenschaften mit WLAN ausstatten sollen und von den Soldaten, die es nutzen, Gebühren erheben, wie das Bundesamt für Infrastruktur, Umweltschutz und Dienstleistungen der Bundeswehr (BAI-UDBw) mitteilt. Die Verhandlungen mit einer Firma hätten aber zu keiner Einigung geführt, „so dass die Ausschreibung aufgehoben wurde“. Laut BMVg habe der bundeswehreigene IT-Dienstleister BWI Informationstechnik das Projekt dann im August 2017 übernommen. Gerade baue die BWI

einen zentralen Service auf, der 40000 WLAN-Router und 100000 Nutzer verwalten könne. Das WLAN wird dann kostenlos sein.

Warum 100000 Nutzer, wenn es doch bis 2025 rund 198500 Soldaten geben soll? Das BMVg erklärt, es sei der Bedarf für alle unterkunftspflichtigen Soldaten (und zivilen Beschäftigten bei Lehrgängen) ermittelt worden. „Bereiche des Dienstbetriebs“, also Dienstgebäude, Werkhallen, Sporthallen etc. werden nicht mit WLAN ausgestattet.

Noch weitere Stolpersteine liegen laut BMVg auf dem Weg zum WLAN: Die Abstimmung mit den vielen Zuständigen innerhalb der Bundeswehr sei schwierig. Auch gebe es in den Bauverwaltungen der Länder und des Bundes zu wenige Sachbearbeiter, und Baufirmen seien oftmals mit Aufträgen ausgelastet.

### „ZU WENIG ENERGIE“

Dass es fünf Pilotstandorte mit WLAN gibt, begründet das BMVg damit, es wolle in diesen Kasernen zunächst Erfahrungen sammeln. Fregattenkapitän Marco Thiele vom Deutschen Bundeswehrverband (DBwV) hat dafür kein Verständnis. Er sagt: „Eine Pilotphase halte ich – höflich ausgedrückt – für überflüssig. Was will man mit einem Pilotprojekt herausbekommen? Wie viele Menschen das nutzen?“ Auch technische Probleme wie die Nähe zu besonders geschützten Gebäuden lassen sich laut Thiele leicht lösen. An fehlendem Geld liege es ebenfalls nicht.



ILLUSTRATIONEN: MARIE LUISE EMMERMANN, SKIZZOMAT-DIARY.DE

Stattdessen stecke das BMVg zu wenig Energie in die Umsetzung des Projekts. „Erste Erfolge werden stolz präsentiert, aber dann bleiben sie in Berlin nicht dran“, ärgert sich Thiele. Das Problem sei die Bürokratie in den Streitkräften. „Es gibt Menschen, die sich hinter Vorschriften verstecken, die sie selbst geschrieben haben. Die sagen immer dasselbe: Das geht nicht. Das war schon immer so. Wer sind Sie überhaupt.“

Für den DBwV sei das auch deswegen so ärgerlich, weil WLAN für die Nachwuchswerbung extrem wichtig sei, sagt Thiele. „Bei jungen Menschen ist das ein großes Thema. Die sagen sich: „Wenn ich abends auf meiner Stube bin, dann will ich online sein können. Sonst gehe ich eben nicht zur Bundeswehr.“

### MEHR VOR ORT ENTSCHEIDEN LASSEN

Den Ärger der Soldaten kann die Bundestagsabgeordnete Siemtje Möller nachvollziehen. Die 35-Jährige interessiert sich als Mitglied des Verteidigungsausschusses besonders für die Lage an den Standorten. Möller sagt: „WLAN gehört heute zum Leben und Arbeiten dazu.“ Aber die SPD-Politikerin weiß sogar von Neubauten der Bundeswehr, die noch 2018 ohne WLAN fertiggestellt wurden.

Möller hat bei Truppenbesuchen erfahren, dass sich manche Einheiten ein eigenes WLAN-Netzwerk aufbauen und genehmigen lassen. Vielleicht seien die Beamten in Berlin einfach zu weit weg von den Gegebenheiten in den ländlichen Gebieten mit den schwachen mobilen Datenverbindungen, vermutet Möller.

„Beim WLAN brauchen wir einfache, pragmatische Lösungen“, sagt die Bundestagsabgeordnete. „Das Verteidigungsministerium könnte etwa den Bataillonskommandeuren vor Ort mehr Kompetenzen geben. Dann könnten sie Gebrauchsgüter wie WLAN-Router selbst kaufen.“

Auch Kasernenfeldwebel Carsten Brügger hofft auf baldiges WLAN für die Kameraden. Gleichzeitig macht er sich so seine Gedanken: „Wenn dann alle nur noch vor dem Laptop sitzen und jeden Abend stundenlang Serien schauen oder in Onlinespielen hängen – dann hat das auch Auswirkungen auf unsere Gemeinschaft“, sagt er. Dann werde es immer schwieriger, einen Zusammenhalt in der Einheit herzustellen. Mit WLAN ergibt sich also für Vorgesetzte künftig die Herausforderung, eine stabile Verbindung zwischen den Soldaten aufzubauen.

Julia Weigelt



# HEAVY METAL

Hauptfeldwebel Tanja Matthias (25) beschichtet Metallteile, die zum Beispiel durch Feuchtigkeit und salzige Luft verschleifen. Die Galvaniseurmeisterin dient in Ummendorf beim Instandsetzungszentrum 12, das zur Luftwaffe gehört. Matthias reinigt und entfettet zunächst die Bauteile, die rosten oder anderweitig angegriffen sind. Mit einem elektrochemischen Verfahren trägt Matthias dann neue Schichten auf, in ihrem Fall Chrom, und chemisch Nickel. „Wenn ich etwas beschichte, darf da nicht einmal ein Fingerabdruck drauf sein“, sagt sie.

Nach dem Hauptschulabschluss begann Matthias eine zivile Ausbildung. Wegen guter Noten bekam sie den Realschulabschluss zuerkannt. Danach verpflichtete sie sich. Als Meisterstück bereitete sie ein altes Schwert auf: vier Schichten, drei Wochen Arbeit. Jetzt strahlt es.



Oben: An der Sandstrahl-anlage beseitige ich Rost und andere Rückstände  
Rechts/unten: Verchromung eines Mantelrohrs (350 kg)  
Ganz rechts: im Fitnessstudio am Standort



Am PC dokumentiere ich die Aufträge  
Links: Mit einem Bleiband klebe ich Stellen ab, die beim Galvanisieren geschützt sein sollen



Links: In dieser Anlagenstraße beschichte ich das Material  
Rechts: Bearbeitete Teile kühle und reinige ich mit Wasser



Oben: Mein Meisterstück!  
Rechts: Mittags koche ich gerne selbst  
Links/unten: Wir heben Material am Kran aus dem Becken



## 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](mailto:info@js-magazin.de). Ihr bekommt dafür eine Nikon Coolpix A 300 schwarz (20.1 Megapixel, mit Speicherkarte), Wert: rund 170 Euro. Damit könnt ihr euren Dienst für uns fotografieren (in Absprache mit dem Presseoffizier). Zum Dank dürft ihr die Kamera behalten. Viel Glück! (Rechtsweg ausgeschlossen.)



# KRIEG IM EIGENEN LAND

Mexikos Streitkräfte kämpfen gegen Drogenkartelle und die Korruption in den eigenen Reihen. Viele Soldaten desertieren, auch wegen der harten Führung

## FUERZAS ARMADAS DE MÉXICO

Die mexikanischen Streitkräfte sind in zwei Bereiche unterteilt. Für das Heer und die Luftwaffe ist das Verteidigungsministerium (Sedena – Secretaría de la Defensa Nacional) zuständig. Dort dienen 198 000 Soldaten, von denen 17 000 der Luftwaffe angehören. Die 58 000 Soldaten der Marine unterliegen dem Marine-Ministerium (Semar – Secretaría de Marina). Beide Ministerien werden von Generälen geführt, oberster Befehlshaber aller Streitkräfte ist der mexikanische Präsident. Sedena und Semar unterstehen

mehrere Spezialeinheiten, die im Kampf gegen die organisierte Kriminalität eingesetzt werden.

## WEHRPFLICHT PER LOS

1940 führte Mexiko die Wehrpflicht ein. Männer ab 18 Jahren müssen dienen, schon 16-Jährige dürfen dienen, Frauen können den Dienst freiwillig antreten. Weil es aber zu viele Wehrpflichtige gibt, entscheidet das Los darüber, wer eingezogen wird. Der Dienst dauert zwölf Monate. Ein einfacher Zeitsoldat bekommt einen monatlichen Nettosold von rund 10 500 mexikanischen Pesos (460 Euro), ein Leut-

nant umgerechnet 750 Euro, ein Oberst verdient ungefähr 3040 Euro. Generäle erhalten durchschnittlich um die 4300 Euro.

## KEINE AUSLANDSEINSÄTZE

Mexikos Streitkräfte sind nicht an Auslandseinsätzen beteiligt und schicken bislang keine Truppen in UN-Friedenseinsätze. Angehörige des Heeres sowie der Marine waren aber als Beobachter an UN-Missionen in Haiti, Kolumbien, der Westsahara und dem Libanon beteiligt. Im Oktober 2018 wurde ein Zentrum eröffnet, um Soldaten für Blauhelmeinsätze auszubilden.

Es raucht: Soldaten zerstören eine Hanfplantage im Bundesstaat Baja California

## KRIEG GEGEN KARTELLE

2006 mobilisierte der damalige Präsident Felipe Calderón militärische Einheiten, um gegen die organisierte Kriminalität vorzugehen. Er entsandte Zehntausende Soldaten in Bundesstaaten, die von Kartellen kontrolliert werden: Michoacán, Guerrero, Baja California, Chihuahua (Karte: Seite 16). Die Streitkräfte spielen heute in diesem „Drogenkrieg“ eine zentrale Rolle, regelmäßig kommt es zu Gefechten mit bewaffneten Organisationen. Einheiten aus Heer und Marine waren auch an der Verhaftung von Mafiabossen wie dem Chef des Sinaloa-Kartells Joaquín „El Chapo“ Guzmán beteiligt. Der Erfolg der Einsätze ist umstritten: Sie führten zwar zur Verhaftung krimineller Anführer, haben aber die Gewalt im Land zusätzlich angeheizt. In den Streitkräften ist Korruption verbreitet. Strafverfolger haben mehrfach hochrangige Armeeangehörige entlarvt, die mit der organisierten Kriminalität zusammenarbeiteten. Seit Beginn der Truppenmobilisierung 2006 wurden über 200 000 Menschen getötet, von denen viele nichts mit kriminellen Geschäften zu tun hatten. Allein 2017 starben 29 168 Menschen eines gewaltsamen Todes – so viele wie seit 20 Jahren nicht mehr.

## SOLDATEN STERBEN UND VERSCHWINDEN

In den vergangenen zwölf Jahren des Krieges gegen die organisierte Kriminalität kam es laut Sedena und Semar zu 4400 gewaltsamen Auseinandersetzungen mit bewaffneten Gruppen. Dabei starben 313 Soldaten, mehr als 200 gelten als verschwunden. Allein im Bereich der Marine erkrankten zwischen 2010 und 2017 infolge der Einsätze 2464 Soldaten an posttraumatischen Belastungsstörungen, Depressionen und Persönlichkeitsstörungen. Das Verteidigungsministerium veröffentlicht

für das Herr keine Zahlen dazu. 110 Soldaten der Sedena nahmen sich laut Regierung zwischen 2006 und 2017 das Leben. Insgesamt kümmern sich 35 Psychologen um die Soldaten.

## ANSEHEN BESCHÄDIGT

Im Gegensatz zur Polizei, die als noch korrupter gilt, genießen die Streitkräfte ein relativ gutes Ansehen. Allerdings wächst die Skepsis in der Bevölkerung, da militärische Einheiten im Rahmen des Drogenkriegs ganze Landstriche besetzen und es immer wieder zu Gewalt kommt. Im Juni 2014 exekutierte eine Armeeeinheit in der Gemeinde Tlatlaya in Zentralmexiko 15 Zivilisten und drapierte die Leichen mit Waffen, um eine bewaffnete Auseinandersetzung mit einer kriminellen Bande vorzutauschen. Die Nationale Menschenrechtskommission kam später zu dem Schluss, dass es sich um gezielte Hinrichtungen von Menschen handelte, die wohl versehentlich für Verbrecher gehalten worden waren.

## DER NEUE PRÄSIDENT WILL EINE NATIONALGARDE

Mexikos neuer Präsident heißt Andrés Manuel López Obrador. Er ist seit Dezember 2018 im Amt und will schärfer gegen von Soldaten verübte Menschenrechtsverletzungen vorgehen. Die Streitkräfte sollen künftig zu einer „Friedensarmee“ umgestaltet werden. Zugleich will López Obrador aber eine 50 000 Personen starke Nationalgarde neu aufstellen, in der polizeiliche und militärische Einheiten zusammen gezielt gegen die organisierte Kriminalität vorgehen. Die Nationalgarde soll unter dem Befehl der Streitkräfte stehen. Allerdings betont der Präsident, dass er persönlich diese Einheit ständig im Blick haben werde. Seine Leibgarde will er hingegen abschaffen. Die 7600 Soldaten sollen in die Kasernen eingegliedert werden.



Patrouillenfahrt: Soldaten im umkämpften Bundesstaat Michoacán

## ARMEE ALS WAFFENHÄNDLER

Die Armee ist die einzige Institution Mexikos, die Waffen verkaufen darf. Zuständig ist die Abteilung DCAM (Dirección de Comercialización de Armamento y Municiones). Wer eine Pistole oder ein Gewehr erwerben will, muss den DCAM-Laden aufsuchen, der an einen Militärstützpunkt in Mexiko-Stadt angegliedert ist. Die Abteilung wickelt auch alle Rüstungsimporte ab und liefert gekaufte Waffen an die Kasernen und Polizeistationen des Landes.

## G36-SKANDAL

Zwischen den Jahren 2006 und 2009 lieferte der deutsche Waffenhersteller „Heckler & Koch“ Tausende G36-Sturmgewehre nach Mexiko. Direkter Abnehmer war das Verteidigungsministerium. Die deutschen Behörden hatten den Export unter der Voraussetzung genehmigt, dass die Waffen nicht in Bundesstaaten gelangen, die besonders stark von Gewalt und Drogenkriminalität betroffen sind. Genau das passierte jedoch, wie Journalisten und Rüstungskritiker später herausfanden: Insgesamt wurden knapp 5000 G36 in Regionen geliefert, die eigentlich vom Export ausgeschlossen waren. Davon profitierte auch ein General der mexikanischen Streitkräfte, der nach Aussagen



**Krisengebiete**  
In Mexiko werden einige Bundesstaaten von Drogenkartellen kontrolliert (rot), andere Regionen sind relativ sicher



Eine Soldatin bei der Parade zum mexikanischen Unabhängigkeitstag (16. September). Die Armee gilt als frauenfeindlich

Mexikanische Bischofskonferenz will dafür sorgen, dass in absehbarer Zeit in allen 46 Militärzonen des Landes solche Anlaufstellen zur seelsorgerischen Betreuung entstehen.

### KAMPF UM UNABHÄNGIGKEIT

Die mexikanische Armee ging aus dem Kampf gegen die spanischen Kolonialherren zu Beginn des 19. Jahrhunderts hervor. 1821 marschierte die siegreiche Befreiungsarmee in die Hauptstadt Mexiko-Stadt ein und beendete Spaniens Herrschaft. Drei Einheiten schlossen sich zusammen und gründeten 1822 das „Imperiale Heer Mexikos“.

### ALS KALIFORNIEN NOCH ZU MEXIKO GEHÖRTE

Eine große Niederlage mussten die Streitkräfte durch den Einmarsch der USA im Jahr 1848 hinnehmen. Beide Staaten schlossen einen Friedensvertrag, demzufolge Mexiko mehr als die Hälfte seines Territoriums abgeben musste, unter anderem die heutigen US-Bundesstaaten Arizona, Nevada und Kalifornien. Heute orientiert sich Mexiko stark an US-Sicherheitsinteressen, einige Einheiten werden in den USA ausgebildet.

Wolf-Dieter Vogel

eines Kronzeugs für jede gekaufte Waffe von Heckler & Koch 25 US-Dollar erhalten haben soll.

### VIELE DESERTEURE

Allein zwischen 2013 und 2018 sind laut Sedena 8087 Soldaten desertiert. Zudem haben 6047 auf eigenen Wunsch frühzeitig ihren Dienst beendet. Experten führen das auch auf die harten Bedingungen zurück, die beim Militär herrschen. Soldaten können sich nicht auf das Arbeitsrecht beziehen, immer wieder kommt es zu körperlichen Misshandlungen durch Vorgesetzte. Auch Homosexuelle klagen. Viele Schwule, Lesben und Transgender vermeiden es, sich zu outen, um nicht von Kameraden oder Vorgesetzten beleidigt oder angegriffen zu werden.

### SOLDATINNEN IN GEFAHR

In den Streitkräften dienen rund 24000 Frauen (9,4 Prozent; Frauenanteil in der Bundeswehr: 12,1 Prozent). Gewalt gegen Soldatinnen gehört zu den größten Problemen der Streitkräfte.

Zwischen 2011 und 2016 hat die Militärjustiz in 148 Fällen wegen sexueller Übergriffe ermittelt. „Die Armee ist die frauenfeindlichste Institution Mexikos, man applaudiert, wenn eine Frau vergewaltigt wird“, sagt der ehemalige Brigadegeneral und Universitätsdozent Francisco Gallardo.

### SEELSORGE

86 Prozent der mexikanischen Soldaten sind katholisch, die meisten Militärpfarrer sind deshalb katholische Geistliche. Derzeit gibt es etwa 20 Militärkirchen und -kapellen. Die

Soldaten schützen Touristen in Acapulco, wo Kriminelle viele Morde begehen



FOTOS: GETTY IMAGES, GUILLERMO ARIAS / PICTURE-ALLIANCE, GUSTAVO AGUADO / COUNTRYFLAG.COM / PICTURE-ALLIANCE, DPA, JESSICA ESPINOSA / GETTY IMAGES, STRINGER / ARCHIV

# IMMER MITDENKEN!

Soldaten müssen Vorgesetzten gehorchen. Aber nicht in jedem Fall. Nur wer die Gesetze im Kopf hat, wird auf einen fragwürdigen Befehl richtig reagieren

Die Gehorsamspflicht gehört zu den Grundpflichten für Soldaten. „Der Soldat muss seinen Vorgesetzten gehorchen“ heißt es gleich zu Beginn von Paragraf 11 des Soldatengesetzes (SG). Gehorsam bedeutet demzufolge, Befehle auszuführen, und zwar „nach besten Kräften, vollständig, gewissenhaft und unverzüglich“.

Festgelegt ist auch, wie weit der Gehorsam geht, denn nicht alles, was Vorgesetzte befehlen, müssen Soldaten tun. Soldaten handeln dem Gesetz zufolge falsch, wenn sie Befehle ausführen, die sich gegen die Menschenwürde richten, zu Straftaten führen oder keinen dienstlichen Zweck erfüllen. Der Befehl „Stellen Sie sich auf den Flur und rufen Sie: Ich bin der faulste Soldat der Kompanie“ bräuchte ebenso wenig befolgt zu werden wie der Befehl des Zugführers, in seinem Garten ein Zelt für seine private Sommerparty aufzubauen. Solche Befehle nennt man „unverbindlich“, Vorgesetzte dürfen sie nicht erteilen (§ 10 (4) SG: Pflichten des Vorgesetzten).

### INFORMIEREN IST PFLICHT

Ganz wichtig: Will ein Soldat einen Befehl aus Gewissensgründen nicht ausführen, dann muss er das nicht. Die Gewissensfreiheit im Grundgesetz schützt auch Soldaten, sie gilt allerdings nicht für alltägliche, eher banale

Aufgaben, sondern insbesondere für den Dienst an der Waffe (Grundgesetz: Art. 4, Abs. 3).

Führen Soldaten ansonsten Befehle nicht aus, dann gilt das als Ungehorsam. Wer den unmissverständlichen Auftrag erhält, bis zu einer bestimmten Uhrzeit eine Meldung abzugeben, und dies nicht tut, verletzt die Gehorsamspflicht. Wer einen Befehl vergisst oder absichtlich verzögert – zum Beispiel durch eine eigenmächtige Pause – begeht eine Dienstpflichtverletzung.

### ZUM NACHLESEN

- Soldatengesetz (SG), § 11: Gehorsam
- Wehrstrafgesetz, § 2, Nr. 2: Befehl
- § 10 SG: Pflichten des Vorgesetzten
- § 11 Abs. 1 SG: Irrtum über die Verbindlichkeit eines Befehls
- Vorgesetztenverordnung: [gesetzte-im-internet.de/svorgesv](http://gesetzte-im-internet.de/svorgesv)

Vorgesetzte müssen nicht extra befehlen, dass Soldaten Aufträge unverzüglich erledigen. Das gehört zur Gehorsamspflicht.

Vergessliche Soldaten müssen mit Hilfsmitteln wie Notizzetteln dafür sorgen, dass sie der Gehorsamspflicht nachkommen. Eine Ausrede wie: „Das kann ja mal passieren“ gilt nicht.

Um der Gehorsamspflicht korrekt nachzukommen, muss man wissen, was ein Befehl ist und wer ihn geben darf. Deshalb müssen Soldaten die Vorgesetztenverordnung kennen. Manche Soldaten mit höherem Dienstgrad sind unter bestimmten Umständen keine Vorgesetzten. Ihre Befehle muss man dann nicht befolgen.

### IM ZWEIFEL NACHFRAGEN

Irrt man sich mit der Annahme, dass ein Befehl zu einer Straftat geführt hätte und deshalb unrechtmäßig war, muss man mit einer Ahndung durch den Disziplinarvorgesetzten rechnen – es sei denn, man konnte den Irrtum in der Situation nicht vermeiden. Deshalb müssen Soldaten bei Zweifeln oder Unklarheiten nachfragen. Wer einen Befehl erhält, der ihn an der Ausführung eines vorangegangenen Befehls hindert, ist verpflichtet, den Vorgesetzten darauf hinzuweisen. Das Soldatengesetz fordert also von Soldaten einen mitdenkenden Gehorsam ein, keinen blinden Gehorsam.

Zweifelt ein Soldat, ob ein Befehl korrekt ist, kann er diesen zunächst ausführen, falls der Befehl nicht zu einer Straftat führt. Im Nachhinein können Soldaten sich über rechtswidrige und / oder unverbindliche Befehle beschweren – nach einer Nacht Bedenkzeit. Christian Peter

# HAARHAARHAAR!

Von Lockenroll bis Dirty Hairy: Deutsche Friseursalons sind bei der Namenswahl schwer kreativ. Eine Auswahl



# LEBEN

## BERUF DES MONATS



### KREMATIONS-TECHNIKERIN Mit Respekt

**J**udith Könsgen wird jeden Tag mit dem Tod konfrontiert. Als Kremationstechnikerin bereitet die 30-Jährige Verstorbene für die Einäscherung vor, übergibt den Sarg in den bis zu 900 Grad heißen Brennofen und sortiert Implantate, Sargnägel und andere Rückstände aus der Asche. Dieser Prozess dauert etwa vier Stunden. Die Arbeit erfordert viel Konzentration, sagt Könsgen. „Macht man einen Fehler, leiden die Angehörigen darunter.“

Da ihr Vater ein Krematorium leitet, interessierte sich Könsgen früh für den Beruf. Nach einer Ausbildung zur biologisch-technischen Assistentin und einem Biologiestudium ließ sie sich zur Kremationstechnikerin fortbilden. Zur Arbeit gehört unter anderem,

die Einäscherungsanlage zu warten. Kremationstechniker sollten technisches Verständnis mitbringen, aber auch Mitgefühl im Umgang mit Angehörigen. „Emotional ist es immer, wenn ein Kindersarg kommt oder wenn man den Verstorbenen kannte“, erzählt Könsgen.

Durch ihre Arbeit gehe sie gelassener, aber auch respektvoller mit dem Tod um: „Man muss sich bewusst machen, dass jeder Verstorbene eine Persönlichkeit war. Und genauso behandle ich ihn.“

- **Für wen?** Menschen mit Mitgefühl, technischem Verständnis und drei Jahren Berufserfahrung
- **Für wen nicht?** Leute, die den Anblick Toter scheuen
- **Für was?** Ab 2200 Euro brutto

## ? FRAG DEN PFARRER! GLEICHGÜLTIGE ELTERN

**MATTHIAS SPIKERMANN,**  
Potsdam,  
antwortet



**Ich habe das Gefühl, dass meine Eltern sich nicht für meinen Beruf interessieren. Sie fragen selten, was ich gerade mache oder wie es mir geht. Wenn ich dann mal von meiner Arbeit erzähle, wirken sie gelangweilt und gehen nicht darauf ein. Wie kann ich das ändern?**

Das relative Desinteresse Ihrer Eltern kann verschiedene Gründe haben. Vielleicht ist es Unsicherheit, vielleicht wollen

Ihre Eltern Ihnen nicht mit zu viel Neugier begegnen? Vielleicht hat es aber auch etwas mit der Einstellung Ihrer Eltern zu Ihrer Entscheidung für einen Beruf bei der Bundeswehr zu tun? In den ersten beiden Fällen hilft Reden. Im letzten Fall hingegen hilft vor allem eines: Geduld. Denn dann ist das „Desinteresse“ Ihrer Eltern aller Wahrscheinlichkeit nach eine Abwehrreaktion gegen Ihre Wahl des Soldatenberufs. Nicht zu unterschätzen ist

dabei auch die Angst Ihrer Eltern vor möglichen Gefahren, die dieser Beruf mit sich bringt. Früher oder später werden Ihre Eltern aber einsehen, dass Ihre Berufswahl eine Tatsache ist, mit der sie sich irgendwie arrangieren müssen. Dann werden sich Ihre Gespräche auch normalisieren, so dass dieser wesentliche Teil Ihres Lebens bei den gemeinsamen Unterhaltungen nicht mehr außen vor bleiben muss.

FOTOS: DEUTSCHE FRIEDHOFSGESSELLSCHAFT / ARCHIV / PRIVAT / SCREENSHOT / ALTERNULLTIV

## STADIONFIEBER

### HEIMLICH BELAUSCHT: JOGI LÖW

Sportjournalist **DIRK BRICHZI** würde sich auch über einen Anruf von Jogi Löw freuen



**W**as macht Jogi Löw eigentlich, wenn er mal wieder wochenlang untertaucht? Ein heimlich mitgehörtes Telefonat in einem Freiburger Café:

„Gut, dass diese Nations League vorbei ist. Ich habe keine Lust mehr auf Frankreich und Holland, die sind alle zu jung und zu schnell. ... gegen Holland in der EM-Quali schon wieder? Wir sind doch Gastgeber!“

... Ich dachte, das ist die Endrunden-Auslosung! Hab mich schon gewundert, was Estland und Weißrussland da zu suchen haben. Aber bei 64 Teams bei der EM...

... Doch nur 32? Egal, in der Quali hätte ich trotzdem gerne Aserbaidschan oder Schottland gehabt.

... Warum lässt der Modus das nicht zu? Dann wenigstens Norwegen, da gibt es die schönen Fjorde.

... Geht auch nicht wegen der Gefahr von Spielabsagen? Hätten die mal durchgesetzt, dass wir nicht so viele Auswärtsspiele am anderen Ende von Europa haben!

... Haben sie? Und wieso sind wir als Gastgeber nicht gesetzt? ... Wie bitte? Es gibt zwölf Ausrichter? Da hätten sie ja gleich noch Ungarn oder Rumänien dazunehmen können. (lacht)

... Himmel! Mal schauen, ob ich das alles unterbringe. Mein Kalender ist voll: Fotoshooting für ein Shampoo. Jury-Auftritt beim Barista-Wettbewerb. Und mit dem Oli zusammen entwickle ich eine Gelcreme für Haar und Gesicht. Der Werbeslogan steht schon: Aalglatt wie Oli und Jogi!

... Ja, finde ich auch toll. Aber ohne Nations League sollte das zu schaffen sein.

... Liga B? Gegen Österreich und Wales? Ach, erst nach der EM.

... Das wird schon. Mit Thomas vorne und Jérôme hinten mache ich mir gar keine Sorgen. Wir dürfen uns nur nicht auskontern lassen. Tja, bald muss ich wieder ran.

... Dich suchen sie auch? Dann pass mal gut auf dich auf! Tschüssi, Klinsi!“

## APP DES MONATS



Ist noch Toilettenpapier da? Wer muss das Bad putzen? „**Flatastic**“ organisiert das **WG-Leben**. Mit der App können sich Mitbewohner austauschen, eine Einkaufsliste schreiben und die Ausgaben eintragen. „Flatastic“ rechnet dann aus, wer wem wie viel schuldet. Außerdem erinnert die App alle an den Putzplan.

## WELTVERBESSERER



### EIN LEBEN OHNE MÜLL

Vanessa Riechmann und Erdmuthe Seth haben beschlossen, so wenig Müll wie möglich zu produzieren. In ihrem Blog „Alternulltiv“ geben die beiden Hamburgerinnen Tipps für den sogenannten „Zero-Waste-Lifestyle“. Sie stellen Alternativen zu Plastikzahnbürste, Strohalm etc. vor, zeigen, wo man verpackungsfrei einkaufen kann und wie man seine eigenen Produkte aus natürlichen Zutaten herstellt.

[www.alternulltiv.de](http://www.alternulltiv.de)

# GEHT DA NOCH MEHR?

Single-Männer haben immer wieder die gleichen Fragen an die Frauen. Unsere Autorin **Anne-Nikolin Hagemann** hat diese Fragen mehreren Frauen gestellt. Hier fasst sie die ehrlichen Antworten zusammen

## Stimmt es, dass nur Männer sehr bald nach dem Kennenlernen an Sex denken?

Die meisten Frauen denken in den ersten fünf Minuten nach dem Kennenlernen daran, wie wohl der Sex mit euch wäre. Die Top 3 der Dinge, die dabei unsere Fantasie anregen: weiche Lippen (kann man küssen), schöne Hände (können uns anfassen) und interessanterweise ein geknöpftes Hemd (kann man aufknöpfen). Ein knackiger Hintern, muskulöse Schultern, ein trainierter Bauch – so etwas fällt uns zwar durchaus positiv auf, wenn ihr dann mal nackt vor uns steht, ist aber nicht das, wohin unser Blick direkt wandert. Übrigens denken wir ähnlich schnell an weniger Leidenschaftliches: wie ihr im Schlaf aussieht, wie ihr euch mit unseren Freunden verstehen würdet und wie gut ihr in unsere Wohnung passt. Ja, wir können das, während wir mit euch Smalltalk führen. Und nein, in unseren Gedanken sammelt ihr dabei leider nicht automatisch Pluspunkte. Wenn ihr in unserem Kopf zu feucht küsst, uns zu ungeschickt anfasst oder schnarcht, unseren Einrichtungsstil und unsere Freunde kritisiert, habt ihr im realen Leben einiges aufzuholen. Aber das bekommt ihr hin! Natürlich nur, wenn wir uns in einem ansatzweise romantischen Kontext kennenlernen.

## Wie signalisieren Frauen, dass sie definitiv keinen Bock auf Sex haben?

Haben wir uns gerade erst kennengelernt und hatten noch nie Sex miteinander, könnt ihr unsere Körpersprache recht einfach lesen: Entziehen wir uns euren Berührungen (das gilt nicht nur für den Arm um die Taille, sondern schon für eure Hand auf unserer), erwidern wir einen Kuss nicht oder halten wir ungern Blickkontakt? Dann wird das definitiv gerade nichts mit uns. Wenn ihr solche Zeichen ignoriert und trotzdem mit vollem Körpereinsatz weiter flirtet, verdirbt ihr euch die Chance, dass es irgendwann etwas werden könnte. Falls wir uns schon länger kennen, werden wir es euch vermutlich einfach sagen. Ihr bekommt dann nämlich diesen bestimmten Blick oder dieses ganz spezielle Grinsen, das uns klar macht, dass die Kuschelei aus eurer Sicht durchaus gerne auf Sex hinauslaufen dürfte. (Eine gute Freundin schwört übrigens, ihr Ex habe dann immer ganz leicht angefangen zu schielen.) Wenn wir dann zu müde oder zu faul sind oder einfach nur die Serie zu Ende gucken wollen, werden wir möglichst früh den Mund aufmachen.

## Ist es okay, wenn Männer bei Tinder schreiben, dass sie vor allem auf Sex aus sind und keine Beziehung suchen?

Das ist völlig okay. Nur bitte nicht vor dem ersten Hallo, nicht untermauert mit aussagekräftigen Bildern (ihr wisst, welche wir meinen) und möglichst in Sätzen, die aus mehr als einem Verb mit Fragezeichen bestehen (ihr wisst, welches wir meinen). Und natürlich müsst ihr immer damit rechnen, keine Antwort oder eine Abfuhr zu bekommen. Um dieses Risiko zu minimieren, hilft ein Blick in unser Profil: Viele Frauen schreiben da selbst ganz deutlich, wonach sie suchen und wonach nicht. Wenn ihr all das beherzigt, ist es aber viel besser, ehrlich zu schreiben, was ihr wollt – statt zu versuchen, uns mit der Aussicht auf die große Liebe ins Bett zu quatschen. Nur dann bitte nicht jammern, wenn auch wir tatsächlich nur auf Sex aus sind und uns einfach nicht in euch verlieben!

## Ärgert es Frauen, wenn Männer zum Sex mit zu ihnen kommen, aber nicht bei ihnen übernachten wollen?

Mehr Details, bitte: Wollt ihr nach Hause, weil eure Freundin dort auf euch wartet? Oder weil ihr extrem früh raus müsst, uns am nächsten Morgen aber nicht stören wollt? Kommt ihr nur mit zu uns, weil ihr allgemein Lust auf Sex und nicht auf Zeit mit uns im Besonderen habt? Oder wollt ihr eine reine Sex-Beziehung und gefühlsmäßig keinesfalls tiefer einsteigen, was durch gemeinsames Schlafen im Bett passieren könnte? Kurz gefragt: Verhaltet ihr euch gerade egoistisch oder besonders feinfühlig? Dann könnt ihr euch die Frage eigentlich selbst beantworten. Reden wir über eine reine Sex-Geschichte ohne die Option auf mehr, scheiden sich bei uns übrigens die Geister. Die einen finden: Wer miteinander schläft, sollte auch miteinander einschlafen und aufwachen können. Die anderen würden euch am liebsten direkt nach dem Akt von der Matratze kicken, und sie werden sich wohligh seufzend über das ganze Bett ausstrecken, sobald ihr weg seid. Am besten fragt ihr uns, mit welchem Typ ihr es zu tun habt.

## Wie stehen Frauen zu Sex beim ersten Date?

Das Tolle an einem ersten Date ist für uns diese Unsicherheit, das Bauchkribbeln, wenn man noch nicht weiß, wo das Ganze hinführt und wo es endet. Alles kann, nichts muss, ihr wisst schon. Wir lieben dieses Gefühl beim ersten Date. Ihr doch auch, oder? Deswegen wollen wir es am liebsten noch beim zweiten Date haben und beim dritten und beim vierten... Also beenden wir den ersten Abend zu zweit oft lieber mit einem schüchternen Kuss, der ein bisschen nach mehr schmeckt – auch dann, wenn wir euch am liebsten schon fünf Minuten nach der Begrüßung die Kleider vom Leib gerissen hätten. Manchmal machen wir das trotzdem.



### Manchmal tanzen und flirten Frauen den ganzen Abend, wollen dann aber nicht mit zu den Männern nach Hause kommen. Wollen solche Frauen die Männer ärgern?

Klar, wir entwickeln diesen fiesen Plan schon, bevor wir das Haus verlassen, meistens beim Schminken, während wir uns böse kichernd die Wimpern tuschen... Das glaubt ihr doch nicht wirklich?! Manchmal haben wir eben einfach nur Lust auf Flirten und Tanzen. Manchmal haben wir auch Lust auf wildes Knutschen. Manchmal haben wir sogar Lust auf Sex – und entscheiden uns spontan noch um, wenn wir schon nackt neben euch liegen. Ob wir dabei irgendeinen Plan haben (haben wir in den allermeisten Fällen natürlich nicht), spielt eigentlich keine Rolle. Merken solltet ihr euch nur: Kein Verhalten, kein Kleidungsstück und kein Satz von uns bedeutet für euch eine Garantie oder gar einen

Anspruch auf Sex. Und nichts ist für uns weniger sexy als ein Mann, der genau das nicht einsehen will.

### Wollen Frauen bei One-Night-Stands über besondere sexuelle Vorlieben sprechen und sie ausleben? Oder erst in längeren Beziehungen?

Machen statt drüber reden – das ist unser One-Night-Stand-Prinzip. Es kann also sein, dass wir uns dabei anders verhalten, als wir das normalerweise beim Sex tun. Wir sind dann zum Beispiel lauter, aktiver oder passiver, weil wir das mal ausprobieren wollen. Auf Vorlieben oder Fantasien, die vorherige Absprachen oder irgendwelche Utensilien brauchen, verzichten wir hingegen beim One-Night-Stand. Wir werden euch sagen, wenn uns das, was ihr gerade macht, gar nicht oder besonders gut gefällt. Schließlich wollen wir beide das Gleiche: maximalen Spaß miteinander.

FOTOS: STOCK.ADOBE.COM, DMITRIY KAPITONENKO (3)

### Wenn Männer nur eine Affäre und keine Beziehung wollen: Wann sollten sie das ansprechen?

So bald wie möglich. Am besten, sobald euch das selbst klar ist. Und vor allem auch so respektvoll wie möglich: Ihr dürft uns auf keinen Fall das Gefühl geben, dass wir für mehr als eine Affäre einfach nicht gut genug sind – eine andere aber vielleicht schon. Wenn das aus eurer Sicht tatsächlich so sein sollte, behaltet das bitte auf jeden Fall für euch! In diesem speziellen Fall sind uns Floskeln wie „Ich bin gerade einfach nicht bereit für eine Beziehung“ ehrlich gesagt lieber als die Wahrheit.

### Warum ergreifen Frauen so selten die Initiative?

Ganz ehrlich? Das wissen wir selbst auch nicht so genau. Wir bewundern auf jeden Fall Frauen, die einfach so die Typen ansprechen, die ihnen gefallen. Und in den wenigen Fällen, in denen wir das selbst probiert haben, ist die Welt auch nicht untergegangen. Warum also? Vielleicht sind wir manchmal zu bequem, um uns weiter aus der Komfortzone zu wagen, als es ohne Worte eben geht. Wir gucken also beim Tanzen, ob ihr guckt, lächeln zu euch rüber und warten darauf, dass ihr so etwas als „Initiative ergreifen“ zählen lasst. Und riskieren so, dass wir uns nie kennenlernen, wenn ihr das genauso macht. Schade eigentlich. Also: Wenn ihr uns da immer wieder gucken und lächeln seht, versteht das bitte als ein „Hallo, wer bist du?“ – nur eben ohne Worte. Und dann kommt gerne rüber in unsere Komfortzone. Da ist es ziemlich gemütlich.

### Wenn Männer doch keine Lust auf einen One-Night-Stand haben: Wie kommen sie da raus, ohne dass die Frauen sich schlecht fühlen?

Natürlich gilt für euch das Gleiche wie für uns: Ihr seid uns keinen Sex schuldig, auf den ihr keine Lust habt. Ein kleines bisschen weh tut es uns natürlich, abgewiesen zu werden. Manchmal hilft es, wenn wir eure Entscheidung nachvollziehen können. Wenn ihr keinen One-Night-Stand wollt, weil ihr euch gerade unsterblich in uns verliebt habt und es deswegen langsam angehen lassen wollt, ist das aus Sicht unseres Egos der denkbar beste Fall – aber eben wohl auch der unwahrscheinlichste. Wenn eure Gründe nichts mit uns zu tun haben (müde, gestresst, in Gedanken noch bei der Ex), hilft es ebenfalls, wenn ihr uns die verrätet. Dass wir Mundgeruch haben oder ihr uns doch weniger sexy findet als gedacht, wollen wir in dem Moment nicht hören. Bitte behaltet es also für euch. Wenn es nur ein unbestimmtes Bauchgefühl ist, dass es nicht passt zwischen uns, dürft ihr das gerne sagen. Die Wahrscheinlichkeit, dass es uns ähnlich geht, ist dann ziemlich groß. Ihr schuldet uns natürlich keine Rechtfertigung. Wenn euch gar keine einfällt, verabschiedet euch einfach freundlich und wünscht uns eine gute Nacht. Wir werden drüber wegkommen.



Schnell vor Ort: Zu Einsätzen fährt Pfarrer Albrecht Roebke meist mit seiner Ural

# EIN PFARRER IM NOTEINSATZ

**Albrecht Roebke steht Menschen in seelischen Notfällen bei. Er musste selbst schon einen großen Schock verkraften**

**D**as Schwierigste an seinem Job, sagt Albrecht Roebke, sei es, das Schweigen auszuhalten. Wenn die drängendsten Fragen beantwortet sind und alles gesagt ist, was gesagt werden musste. Dann sitzt Roebke daneben, hört das Schreien, das Weinen der Angehörigen, die Stille. „Dass ich da bin, reicht“, sagt er: „Es ist eine Bestätigung für das, was passiert ist.“

Roebke ist evangelischer Pfarrer und hauptberuflicher Notfallseelsorger in der Stadt Bonn und im Kreis Rhein-Sieg. Der 51-Jährige steht

Menschen bei, die enge Angehörige verloren haben, durch einen Unfall, Suizid oder ein Gewaltverbrechen. Er begleitet die Polizisten, die die Todesnachricht überbringen.

Gibt es einen Notfall, rufen Polizei, Feuerwehr oder Notarzt Roebke an. Er koordiniert die Notfallseelsorge, gibt manche Fälle an Ehrenamtliche weiter. Ein- bis zweimal pro Woche übernimmt er einen Einsatz. Dann zieht er sich das schwarze Hemd mit dem weißen Kragen an, darüber die lila Jacke der Notfallseelsorge, und schiebt sein Motorrad – eine Ural – aus der Garage.

Vor Ort hält sich Roebke zunächst im Hintergrund: Die Polizisten klingeln, bitten darum, eintreten und sich setzen zu dürfen. Sie müssen die Nachricht aussprechen und Fragen beantworten. „Viele wollen wissen, ob es schnell ging, ob der Gestorbene leiden musste“, sagt Roebke. Andere wollen es gar nicht wahrhaben. So wie die junge Frau und Mutter eines sechs Monate alten Babys, deren Mann bei einem Arbeitsunfall verstarb. Sie fragte Roebke, ob es wirklich wahr sei. Er bestätigte ihr den Tod: „Im Kopf war das längst angekommen, nur in der Seele nicht.“

Wenn die Nachricht durchdringt, brechen viele zusammen, erzählt Roebke. Er lässt es geschehen, tröstet nicht, nimmt auch niemanden einfach so in den Arm. Menschen, die gerade mit allem überfordert sind, will er nicht zu nahe treten: „Das wäre übergriffig.“

## SCHWIERIG: DIE ANTWORT AUF DAS WARUM?

Notfallseelsorge ist ohnehin keine Trauerarbeit. Die beginnt später und kann Jahre dauern. Roebke begleitet die Betroffenen meist nur die ersten Stunden und Tage. Seine Aufgabe ist es, die Menschen zu stabilisieren: „Man fühlt sich unglaublich ohnmächtig, wenn man sich nicht darauf verlassen kann, dass der Ehemann von der Arbeit zurückkommt. Denn: Worauf kann man sich dann überhaupt noch im Leben verlassen?“ Roebkes Gegenmittel: Halt geben und alltägliche Entscheidungen ermöglichen. Kaffee kochen. Mit dem Hund spazieren. Später dann: die Beerdigung organisieren. Die Betroffenen müssen wieder selbstständig handeln können, sagt Roebke. Dann sei seine Arbeit getan.

Roebke arbeitet seit knapp 20 Jahren in der Notfallseelsorge. Manchmal wird auch ihm das Sterben und Leiden zu viel. Dann ist er froh, dass er zusätzlich in Teilzeit als Gemeindepfarrer tätig ist, dort Kinder tauft, Ehen schließt und ganz normale Gespräche führt.

**„Ich weiß, wen ich anschreien kann. Irgendwann muss mir Gott erklären, was das alles sollte.“**

In der Notfallseelsorge gehen Roebke besonders Fälle nahe, bei denen er Angehörige von Gewaltopfern betreut. Manche begleitet er über Jahre hinweg, geht mit zu Gerichtsverhandlungen, stellt Kontakt zu Opferanwälten her und kümmert sich um die verletzte Seele: „Je mehr ein anderer Mensch Schuld am Tod eines geliebten Angehörigen hat, desto größer ist die Gefahr einer Traumatisierung“, sagt Roebke. Vor allem, weil es so schwer sei, eine Antwort auf die Frage nach dem Warum zu finden.

Roebke kann dabei nicht helfen. Einmal habe ihn die Schwester eines Ermordeten gefragt, wo denn jetzt sein „scheiß Gott“ sei. Er habe geantwortet: „Das wüsste ich auch gerne.“ Zweifel zu haben gehört für den Notfallseelsorger zum Christsein dazu. Auch Jesus habe an Gott gezweifelt, als er am Kreuz hing – und sei dann auferstanden. Der Glaube, so formuliert es Roebke, gebe ihm eine Adresse für seine Fragen und seine Wut. „Ich weiß, wen ich anschreien kann. Irgendwann muss mir Gott erklären, was das alles sollte.“

## VOM UNFALL ERFAHRT ROEBKE AUS DER ZEITUNG

Auch das mit seiner Familie: Roebkes Bruder wuchs mit einer schweren Behinderung auf und erkrankte später an Knochenkrebs. „Der konnte gar nicht böse sein, aber er hat trotzdem alles abbekommen“, sagt Roebke. Vor vier Jahren hatten seine Eltern einen Unfall. Sie starben. Sein Bruder saß mit im Auto, schwebte in Lebensgefahr. Roebke erfuhr erst drei Tage später vom Unfall, aus der Zeitung. All das, wofür er sich seit Jahren einsetzte – das schnelle, persönliche Informieren der Angehörigen – ging schief, als er selbst darauf angewiesen war. „Das war so absurd, dass ich in dem Moment wirklich schmunzeln musste.“

Über den ersten Schock hinweg half ihm, dass sein Bruder zunächst überlebte – und er sich um ihn kümmern konnte. Doch auch er starb eine Woche später im Krankenhaus. Immerhin, sagt Roebke, konnte er sich von ihm verabschieden. Ihn selbst tröstete die Nähe zu seiner Frau, den beiden Töchtern und engen Freunden. Und seine Erfahrungen in der Notfallseelsorge: „Ich erlebe viele starke Menschen, die trotz der Schicksalsschläge irgendwann wieder ein gutes Leben haben.“ Das sei ein tolles Geschenk, meint Roebke. Sebastian Drescher

## EHRENAMTLICHE HELFER

Die meisten Notfallseelsorger sind ehrenamtlich tätig. Wer sich engagieren will, sollte mindestens 30 Jahre alt sein und Führerschein und Auto haben. Zum Einstieg gibt es eine Schulung. Albrecht Roebke arbeitet mit mehreren ehemaligen Soldaten zusammen: „Die können gut mit Stress umgehen. Das ist sehr wichtig für die Aufgabe.“ [notfallseelsorge.de](http://notfallseelsorge.de)

# SO GEFÄHRLICH IST DOPING FÜR FREIZEITSPORTLER

Es klingt verlockend: den Körper leistungsfähiger machen, um mehr Fett zu verbrennen, länger zu laufen oder mehr Gewichte zu stemmen. Nach Schätzungen der Deutschen Ärztekammer nehmen Hunderttausende Freizeitsportler leistungssteigernde Substanzen ein – dabei können selbst legale Mittel gefährlich werden.

## SCHMERZMITTEL STATT PAUSE: LEICHTSINNIG

Dass viele Sportler zu Schmerzmitteln greifen, zeigt ein Blick in Internetforen. Nutzer „Shova“ schreibt im Forum von „Runnersworld“, durch eine Sportverletzung habe er zeitweise Schmerzen:

„Wenn ich aber beim Marathon über 200 Euro für Anreise, Hotel, Start und so weiter ausbe, dann nehme ich vorher Diclofenac/Ibuprofen.“ Und im Forum „Team Andro“ berichtet Nutzer „Fleischwunde“, dass Ibuprofen „ein extrem guter Booster“ für das Training sei.

Das klingt zunächst eher harmlos – immerhin sind Schmerzmittel wie Ibuprofen oder Aspirin rezeptfrei in der Apotheke erhältlich. Wer seine Schmerzen überdeckt, um weiter trainieren zu können, riskiere aber seine Gesundheit, warnt Professor Ingo Froböse von der Deutschen Sporthochschule in Köln. Die Leistungsgrenzen ließen sich nicht beliebig verschieben. „Schmerzmittel beim Sport

sind gefährlich, weil Schmerzen immer ein Warnsignal des Körpers sind.“ Wer trotzdem weiter trainiere, nehme dauerhafte Schäden in Kauf, weil Verletzungen nicht ausheilen. Als Beispiel nennt Froböse eine Entzündung der Achillessehne, die bei Läufern zu einer monatelangen Trainingspause führen kann. Sinnvoller sei es, das Training bei Schmerzen zu reduzieren oder auszusetzen, bis der Körper sich erholt hat.

## KOFFEIN UND CO.: NICHT OHNE RISIKO

Weit verbreitet ist die Einnahme legaler Mittel wie Koffein oder bestimmter Aminosäuren. Koffein lässt das Herz kräftiger schlagen und regt die

Mehr Bizeps: Für den Muskelaufbau braucht man keine Mittel, sagt der Experte

Fettverbrennung an, Aminosäuren helfen beim Muskelaufbau und der Regeneration. In gesundheitlich bedenkliche Bereiche gelangt man mit Koffein zwar nicht so schnell, laut European Food Safety Authority gelten bis zu 400 Milligramm über den Tag verteilt als unbedenklich. Eine Tasse Kaffee enthält etwa 90 Milligramm. Problematisch wird es laut Froböse aber, wenn Sportler glauben, keine Leistung bringen zu können, wenn sie vor dem Sport auf Koffein verzichten würden.

„Dann fehlt das Vertrauen in den eigenen Körper und darin, dass sich auch mit regelmäßigem Training und einer ausgewogenen Ernährung die gleichen Erfolge erzielen lassen.“ Der regelmäßige Konsum könne zu einer psychischen Abhängigkeit führen, etwa einer Koffeinsucht.

## EPHEDRIN UND DMAA: AUS GUTEM GRUND VERBOTEN

Nicht alle Sportler belassen es bei legalen Substanzen. Nutzer „Bodychris2010“ schreibt im Forum „Muskelnet“: „Ich habe letztes Jahr immer vorm Training Supercaps [ein Mittel mit dem Wirkstoff Kreatin, Anm. d. Red.] oder Ephedrin abwechselnd

genommen, mit Koffein und ab und zu Aspirin. Was kann ich jetzt mal nehmen mit ähnlicher Wirkung?“ „Xuguang“ schreibt, er verwende einen neuen Fatburner, der 50 mg Ephedrin, 250 mg Koffein, 150 mg Aspirin und 50 mg DMAA enthalte.

Ephedrin ist ein Alkaloid, das das Herz stärker schlagen lässt und den Appetit hemmt – aber auch zu starken Nebenwirkungen wie Halluzinationen führen kann. Es ist in Deutschland rezeptpflichtig. Zudem steht das Aufputschmittel auf der Liste der Welt-Antidoping-Agentur WADA, ist also bei sportlichen Wettkämpfen verboten, genauso wie DMAA, ein mit Amphetamin verwandter Wirkstoff, der die Muskelleistung steigern soll. „Wegen der starken Nebenwirkungen wurde es als Zusatz in Nahrungsergänzungsmitteln verboten“, sagt Daniela Krehl, Fachberaterin für Lebensmittel und Ernährung bei der Verbraucherzentrale Bayern. „DMAA erhöht den Blutdruck und steht im Verdacht, Herzinfarkte und Hirnschäden zu verursachen.“ Sie rät vom Gebrauch solcher Mittel grundsätzlich ab, da Herkunft, Zusammensetzung und Dosis meist unklar seien.

## NAHRUNGSERGÄNZUNGSMITTEL: NUR AUS SICHEREN QUELLEN

Viele Sportler nehmen Nahrungsergänzungsmittel wie Vitamine oder Mineralstoffe und bestellen diese oft günstig im Internet. Gerade Produkte aus dem Ausland enthielten aber häufig Wirkstoffe, die nicht deklariert sind, sagt Krehl, darunter auch DMAA. „Teilweise ist es nicht gekennzeichnet, teilweise taucht es unter anderem Namen im Zutatenverzeichnis auf“, erklärt die Expertin. So wird DMAA als harmlos klingendes „Geranienöl“ oder „Geranium Oil“ bezeichnet. Im Netz bestellte

Nahrungsergänzungsmittel können auch mit anderen Substanzen verunreinigt sein. „Wenn Sportler solche Produkte einnehmen möchten, dann sollten sie diese nur aus sicheren Quellen beziehen“, rät Krehl. Dazu zählen deutsche Apotheken und Onlineapotheken, die mit dem EU-Sicherheitslogo zertifiziert sind. Auch die sogenannte Kölner Liste hilft, die der Olympiastützpunkt Rheinland bereitstellt. Aktuell umfasst sie rund 1000 Produkte von etwa 200 Anbietern, die geprüft und erlaubt sind. Krehl sagt: „Wichtig ist: Die Kölner Liste stellt keine Empfehlung für ein Produkt oder den Einsatz von Nahrungsergänzungsmitteln im Sport dar.“

Wer tatsächlich an einem Vitamin- oder Mineralstoffmangel leidet, sollte nur ärztlich verordnete Mittel einnehmen. „Diese unterliegen strengen Kontrollen und Auflagen. Dazu gehört, dass alle Inhaltsstoffe in der Packungsbeilage aufgeführt sind“, sagt Krehl. Der Arzt lege fest, wie ein Mittel eingenommen werden müsse, damit es nicht zu einer Überdosierung kommt.

Grundsätzlich gilt: Sportler brauchen solche Mittel nicht. Ambitionierte Hobbysportler können den erhöhten Nährstoffbedarf durch eine angepasste Ernährung decken. Geschulte Ärzte und Ernährungsberater helfen bei der Planung. Maria Berentzen

## WEITERE INFOS:

- Kölner Liste: [tinyurl.com/JS-Liste](http://tinyurl.com/JS-Liste)
- Liste verbotener Substanzen der Nationalen Anti-Doping-Agentur/NADA (auch als App): [tinyurl.com/JS-Verbotene](http://tinyurl.com/JS-Verbotene)
- Infos der Kampagne „Gemeinsam gegen Doping“: [tinyurl.com/JS-Gegen-Doping](http://tinyurl.com/JS-Gegen-Doping)

# ZU GEWINNEN

## BOSE-KOPFHÖRER



**Musik pur:**  
Der kabellose Kopfhörer „Quiet Comfort 35“ von Bose schirmt störende Nebengeräusche ab und lässt sich per Sprachsteuerung bedienen



Ganz einfach das Lösen des Rätsels 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. Name und Wohnort der Gewinner geben wir in JS bekannt.

\* Jeweilige Providerkosten für eine SMS.

### SUDOKU

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

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

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

Auflösung Dezember

**Das Lösungswort im Dezember lautete:**  
Advent

**Die Gewinnerin des Apple iPad ist:**  
Rebecca Leppelt aus 82140 Olching

Arbeitsgruppe; Mannschaft	Geld zurücklegen	Lebenshauch	Auslese der Besten	unzugänglich machen	eine Zahl	ein Erdteil
ein Balte	3	Orgelteil	4	Unterkunft, Wohnung	jemandem selbst gehörend	am Tagesanfang
kleine Kirche	5	Wagnis	brennend scharfes Gewürz	Magier, Zauberer	2	
Mutter (Kose-name)	Vorwölbung oder Vertiefung	schenken; reichen	schmal; begrenzt	1	spanisch: Hurra!, Los!, Auf!	ungebraucht
durchführen, verüben			6	7	französisch: in	
die dort	Kasten, Schachtel		Bruder des Romulus			
Unterarmknochen	lediglich					

# SEELSORGE

IN DER BUNDESWEHR

## TERMINE

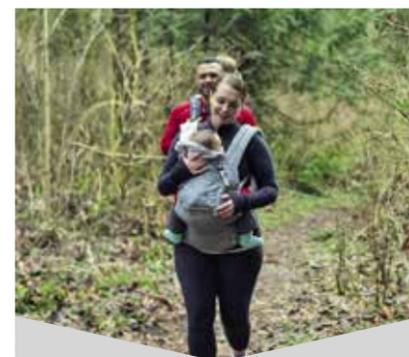
FRÜHJAHR 2019

**Familienrüstzeit, 1.-3.3.** in Steingaden, EvMilPfarramt-Fuessen@Bundeswehr.org, 08362/509-5801

**Fischereiausbildung mit der EAS, 18.-22.3.** in Fritzlar, H.Richter@EAS-Berlin.de, 05622/799847

**Familienrüstzeit, 22.-26.4.** in Berlin, EvMilPfarramtVeitshoechheim@Bundeswehr.org, 0931/9707-2678

**Soldatenrüstzeit, 6.-10.5.** in Belgien und Holland, EvMilPfarramtRotenburgWuemme@Bundeswehr.org, 04261/188-3871



Zu einer **Familienrüstzeit** lädt das Ev. Militärpfarramt Müllheim vom **29. bis 31. März** nach Meßstetten-Tieringen. Anmeldung: EMilPfAMuellheim@Bundeswehr.org, 0771/896719-5851

**Katamaransegeln mit der EAS** auf der Ostsee, **13.-17.5.** in Hohwacht, T.Heiber@EAS-Berlin.de, 0177/6706148

**SCHON MAL VORMERKEN**  
**Biker unterm Birkenkreuz, 24.-26.5.** im „Dorf Wangerland“; Infos: BuB-2019Nienburg@gmx.de, 05021/800-3751

**Internationales protestantisches Soldatentreffen, 13.-16.6.** (plus Reisetage) in Méjannes-le-Clap/Südfrankreich, Infos: EvMilPfarramtRoth@Bundeswehr.org, 09171/83-2568

**Deutscher Evangelischer Kirchentag, 19.-23.6.** in Dortmund, Infos: EKAreferatII@Bundeswehr.org

## MELDUNGEN

**Neue Pfarrhelferinnen:** Neu im Evangelischen Militärpfarramt Rheinbach ist **Angelika Junkes**. Zuvor war sie in Zweibrücken in der Truppenküche tätig. Ihre Vorgängerin **Cornelia Uetrecht** ist in Rente. Im Evangelischen Militärpfarramt Schwielowsee arbeitet nun **Eurydike Brommer**.

**Wechsel im Ausland:** Das Deutsche Evangelische Militärpfarramt USA II ist nach Fort Bliss (nahe El Paso) umgezogen. Neue Leiterin ist Militärpfarrerin **Anna-Margarete Wirges**. Sie war zuletzt Leiterin des Deutschen Evangelischen Militärpfarramtes Belgien/Frankreich (SHAPE).



**EINE FRAGE AN:** Anne Liebenow, Bürokräft, Evang. Militärdekanat Kiel:

### GIBT ES HOFFNUNG, DASS ALLES GUT WIRD?



Die Bundeswehr strukturiert sich ständig neu. Meist heißt es: Alles wird besser. Wirklich? Ich hoffe auf wirkliche Erleichterungen in der Verwaltung. Auf wirkliche Erleichterungen bei der PC- und Telefonausstattung. Auf die Ausstattung aller Dienststellen mit einem Farbdrucker. Auf schnellere Bereitstellung höhenverstellbarer Büromöbel.

Ich hoffe, nicht mehr sagen zu müssen, ich brauche einen Antrag für ein Antragsformular. Ich hoffe, dass wir nicht mehr sagen müssen: Solch Hoffnung soll man nie aufgeben.

Vielleicht sollten wir auch einfach nur dankbar sein für das, was wir haben. Da halte ich mich an Psalm 118,1: Danket dem Herrn; denn er ist freundlich, und seine Güte währet ewiglich.

# SCHLUSS MIT DEM HASS

Der Leitende Militärdekan Helmut Jakobus erklärt die ungewöhnliche Reaktion eines Briten auf deutsche Luftangriffe, was ein Nagelkreuz damit zu tun hat und was Soldaten dabei hilft, anderen zu vergeben

JS-Magazin: Herr Jakobus, 1940 bombardierte die Wehrmacht die englische Stadt Coventry, zerstörte Teile der Industrie, etliche Wohnhäuser und die St.-Michaels-Kathedrale. Ungefähr 600 Menschen starben. Dennoch ließ Dompropst Richard Howard kurz darauf die Worte „Father Forgive“ an die Kirchenruine schreiben. Was wollte er damit ausdrücken?

**Militärdekan Helmut Jakobus:** Richard Howard hat nicht gesagt: Vergib den Deutschen, sondern vergib uns allen, die wir deinen Willen mit Füßen treten. Das war natürlich eine Wahnsinnsache. In so einer Situation ist die normale Reaktion Hass, Feindschaft, Ärger. Wenige Tage später hat Howard dann aus drei Zimmermannsnägeln der Ruine ein Nagelkreuz anfertigen lassen.

Nur einen Monat später, zu Weihnachten, forderte Howard in einer Rundfunkübertragung dazu auf, keine Rache zu üben, sondern sich für Versöhnung einzusetzen. Wie kann man das erklären: Die Deutschen töten und zerstören, die Wehrmacht erobert ein Land nach dem anderen – und Howard will vergeben? Das war bemerkenswert und völlig gegen den damaligen Zeitgeist. Dieses Verhalten von Richard Howard zeigt seine tiefe Verwurzelung im christlichen Glauben. Ohne diesen Glauben könnte man das nicht hinkriegen, so zu denken und zu handeln. Nagelkreuze wurden dann später aus Coventry als Zeichen der Versöhnung in alle Welt geschickt, auch zu den ehemaligen Feinden, nach Deutschland.

Was bedeutet das Nagelkreuz für Sie?

Ich bin vor 14 Jahren leitender Dekan für Ostdeutschland geworden. Da stand das Nagelkreuz auf dem Schrank des Büros, das ich übernommen habe. Mein Vorgänger Werner Krätschell war engagiert in der Aussöhnung mit England. Er ist Ossi, ich bin Wessi. Für mich war die Versöhnung mit England bereits weit fortgeschritten, ich hatte eher die Aussöhnung mit Polen und Russland im Blick. Dann habe ich mich doch näher damit beschäftigt und fand heraus, dass das Nagelkreuz ein Symbol für all jene ist, die sich auf den Weg der Versöhnung und des Friedens machen.

Wie macht man das – den Weg hin zu Versöhnung und Frieden einschlagen?

Wir setzen uns praktisch dafür ein. Meine Idee war, dass das Nagelkreuz nicht im Büro stehen soll, sondern in der Fläche der Militärseelsorge sichtbar wird. Also haben wir das Nagelkreuz auf Wanderschaft geschickt, zunächst von einem Militärpfarramt zum nächsten. Und bei der Übergabe haben die Militärpfarrer am Standort oft eine Andacht gehalten, dafür den Kommandeur, weitere Soldaten und andere wichtige Leute eingeladen und Frieden und Versöhnung zum Thema gemacht. Weil Militärseelsorge nicht nur in Deutschland stattfindet, habe ich das Kreuz später auch nach Afghanistan gebracht. Mir war wichtig, in dieses von Krieg zerrissene und zerschundene Land den Gedanken und das Gebet der Versöhnung zu bringen, das zur Nagelkreuzgemeinschaft gehört. Dafür stand das

Kreuz als Symbol in der „Gottesburg“ von Kundus, so hieß damals die Kirche dort im Camp. Später kam das Nagelkreuz auch ins Kosovo, wo die fehlende Versöhnung zwischen den Volksgruppen offensichtlich ist. Auch da empfand ich das Kreuz und das Versöhnungsgebet als wichtiges Symbol.

Wie kam das Kreuz in die Camps?

Ich habe es mitgenommen, wenn ich zu den Militärpfarrern in die Einsätze geflogen bin. Als Leitender Militärdekan besuche ich die Pfarrer in meinem Zuständigkeitsbereich immer ungefähr in der Mitte ihres Einsatzes, damit auch sie mal über all das Erlebte sprechen können. Denn die meiste Zeit hören sie ja anderen zu.

Die vorletzte Zeile des Versöhnungsgebets lautet, man solle Hochmut vermeiden, „der uns verleitet, auf uns selbst zu vertrauen und nicht auf Gott“. Warum sollen wir nicht auf uns selbst vertrauen? Es geht darum, sich nicht zu überschätzen und eine gewisse Demut zu behalten. Eine der zentralen Botschaften des Christentums ist, dass Gott mich trotz meiner Fehler annimmt, ich von ihm Vergebung erfahre und so einen Neuanfang machen kann. Bei unserer Seelsorgearbeit in der Bundeswehr geht es öfters um Verletzungen zwischen Soldaten, Kameraden, Freunden – wegen dienstlicher oder privater Konflikte. Den Beteiligten fällt es sicherlich leichter, auf den anderen zuzugehen und zu vergeben, wenn sie wissen: Gott hat längst vergeben. Interview: Felix Ehring

## Das Versöhnungsgebet

**Vater, vergib** den Hass, der Rasse von Rasse trennt, Volk von Volk, Klasse von Klasse.

**Vater, vergib** das Streben der Menschen und Völker, zu besitzen, was nicht ihr Eigen ist.

**Vater, vergib** die Besitzgier, die die Arbeit der Menschen ausnutzt und die Erde verwüstet.

**Vater, vergib** unseren Neid auf das Wohlergehen und Glück der anderen.

**Vater, vergib** unsere mangelnde Teilnahme an der Not der Gefangenen, Heimatlosen und Flüchtlinge.

**Vater, vergib** die Entwürdigung von Frauen, Männern und Kindern durch sexuellen Missbrauch.

**Vater vergib** den Hochmut, der uns verleitet, auf uns selbst zu vertrauen und nicht auf Gott.

**Vater, vergib!**



Über Frieden sprechen: Helmut Jakobus (2. v.l.) übergibt 2013 das Nagelkreuz in Kundus an Militärdekan Holger Windisch

### DER LEITENDE MILITÄRDEKAN HELMUT JAKOBUS...

...leitet das Evangelische Militärdekanat Berlin, das 16 Dienststellen der Militärseelsorge in Ostdeutschland sowie die deutschen Soldaten an zwei polnischen Standorten betreut. Das Dekanat ist seit 1998 Mitglied der Nagelkreuzgemeinschaft. In Deutschland gibt es rund 68 Nagelkreuzzentren, ein Kreuz steht z. B. in der Kaiser-Wilhelm-Gedächtniskirche in Berlin. [www.nagelkreuz.org](http://www.nagelkreuz.org)



Feldwebel **MELANIE KÖNIG** (23), Personalfeldwebel, 1. Staffel

- 1) Die Tribute von Panem
- 2) Ich möchte noch vieles von der Welt sehen
- 3) Dass neue und innovative Ideen und Projekte schneller umgesetzt werden

Feldwebel **CHRISTOPH SCHIPPER** (28), Personalfeldwebel, 1. Bataillon

- 1) Mann unter Feuer
- 2) Urlaub auf den Seychellen
- 3) Modernere Ausstattung am Arbeitsplatz

# WAS IHR WOLLT

Soldaten vom Standort Schortens sagen, was sie denken.

Die drei Fragen diesmal:

- 1) Was ist dein Lieblingsfilm?
- 2) Was musst du unbedingt noch einmal tun in deinem Leben?
- 3) Was würdest du dir von der Bundeswehr wünschen?

Obergefreiter **PASCAL STEINS** (24), Luftwaffensicherung, 2. Staffel



- 1) Ghost - Nachricht von Sam
- 2) Nordlichter sehen
- 3) Entlohnung von Überstunden, die nicht abgebaut werden können

Hauptgefreiter (OA) **LEAH MEYER** (22), Luftwaffensicherung, 1. Staffel



- 1) König der Löwen
- 2) Eine Weltreise
- 3) Weniger Bürokratie

Oberstabsgefreiter **VANESSA WÖHLER** (25), Stabsdienstsoldat, 1. Staffel



- 1) Honey
- 2) Eine Weltreise
- 3) Einen Kühlschrank mit Gefrierfach

Hauptgefreiter **LEONIE STEINBECK** (22), Stabsdienstsoldat, 1. Staffel



- 1) The Art of Flight
- 2) In den USA Motocross fahren
- 3) Weniger Papierverbrauch

Obergefreiter **TAJDIN ÖZDEMİR** (20), Luftwaffensicherung, 2. Staffel



- 1) Project X
- 2) Eine Weltreise machen
- 3) Wiedereinführung der Wehrpflicht

Hauptgefreiter **DIANA STAUB** (26), Nachschubsoldat, 2. Staffel



- 1) Rain Man
- 2) Für mehrere Monate in Sibirien leben
- 3) Mehr Soldaten, die für den Beruf brennen

## • SCHORTENS

Die Soldaten des Objektschutzregimentes „Friesland“ der Luftwaffe sind auf dem Fliegerhorst „Upjever“ in Schortens stationiert

Stabsgefreiter **DENNIS SCHULTE** (31), Luftwaffensicherung, 2. Staffel



- 1) Tränen der Sonne
- 2) Fallschirmspringen
- 3) Wiedereinführung der Wehrpflicht

In der JS-Ausgabe 1/2019 hatten wir den Fliegerhorst Laage zu weit nordwestlich verortet. Pardon! Laage liegt bei Rostock.



SCHNEID'S AUS UND STECK'S EIN!

gute Kenntnisse hat, dem empfiehlt Heinz, im Internet interessante Texte und Foren in der jeweiligen Sprache zu suchen. Und bei Serien die entsprechende Sprache einzustellen, wenn möglich. „Mit einer Anwaltsserie beispielsweise trainiert man ein ganz spezifisches Wortfeld“, sagt Heinz.

### WELCHE IDEEN GIBT ES NOCH?

- Neben Apps gibt es online weitere Lernhilfen:
- \* planet-schule.de stellt kostenlose Lehrmaterialien zur Verfügung
  - \* Wortschatzarbeit mit digitalen Karteikarten – auch auf viele Berufe zugeschnitten – bietet z. B. brainyoo.de
  - \* Auf Seiten wie sprachduo.de findet man einen „Tandempartner“ zum Unterhalten in dessen Muttersprache
  - \* Hörbücher herunterladen, um systematisch das Hörverstehen zu üben
  - \* Große ausländische Radiosender bieten in Mediatheken manche Beiträge in einfacher Sprache an. Man kann auch einen fremdsprachigen Sender nebenbei laufen lassen. Wer parallel übt, versteht nach und nach mehr.

### WO FINDET MAN WEITERE INFORMATIONEN?

- \* Eine erfolgreiche Sprachenlernerin gibt Tipps: [tinyurl.com/profi-tipps](http://tinyurl.com/profi-tipps)
- \* Hier werden vier Apps getestet und verglichen: [tinyurl.com/sprachapps-test](http://tinyurl.com/sprachapps-test)

Seite 4

# JS TASCHENKARTE

SCHNEID'S AUS UND STECK'S EIN! Nr. 2/2019

## SPRACHEN ONLINE LERNEN

### WIE SOLL DAS GEHEN?

Sprachlern-Apps machen es Anfängern leicht, Vokabeln und einfache Grammatik für alltägliche Gespräche zu lernen. So kann man sich Grundkenntnisse einer Sprache aneignen. Um eine Fremdsprache auch wirklich zu sprechen, kann man Unterrichtsstunden bei einem Muttersprachler nehmen. Das geht auch per Skype, viele Sprachschulen weltweit bieten solchen Unterricht an.

### WAS SIND DIE VORTEILE?

Mit einer App zu lernen oder fremdsprachige Podcasts zu hören heißt, dass man das Lernen in den Alltag einbindet. Das ist auch dann sinnvoll, wenn man gleichzeitig einen traditionellen Sprachkurs belegt. Onlineangebote sind flexibel und ein guter Weg, um eine Sprache kennenzulernen und die Basiskenntnisse zu erwerben.

Seite 1

## JS im März 2019



**MAKING OF**  
Wie ein Game entsteht – am Beispiel von „Spec Ops: The Line“

### PLUS:

Im Container: Zu Besuch bei Luftbildauswertern Ehrlich jetzt? Ein Alltag ohne Lügen

### IMPRESSUM

#### JS MAGAZIN



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

**Redaktion:**  
Leitender Redakteur:  
Felix Ehring (V.i.S.d.P.)  
Redaktionelle Mitarbeit:  
Sebastian Drescher,  
Fabienne von der Eltz  
Redaktionsassistentin:  
Rahel Kleinwächter  
Layout: Lukas Fiala  
Bildredaktion:  
Caterina Pohl-Heuser,  
Sandra Schildwächter  
Emil-von-Behring-  
Straße 3  
60439 Frankfurt am Main  
Telefon: 069/580 98-414  
Telefax: 069/580 98-163

E-Mail: [info@js-magazin.de](mailto:info@js-magazin.de)  
[www.js-magazin.de](http://www.js-magazin.de)  
[www.militaerseelsorge.de](http://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](mailto:vertrieb@js-magazin.de)

Die Evangelische  
Zeitschrift für junge  
Soldaten

Im Auftrag der  
Evangelischen Kirche  
in Deutschland.  
34. Jahrgang

**Druck:**  
Strube Druck & Medien  
OHG  
Stimmerswiesen 3  
34587 Felsberg

**Versand:**  
A & O GmbH,  
63110 Rodgau-Dudenhofen  
**Erscheinungsweise**  
**monatlich**  
Für unverlangt eingesandte  
Manuskripte, Fotos,  
Bücher kann keine Gewähr  
übernommen werden.  
Nachdruck nur mit Genehmigung  
des Verlages

Sudokulösung  
von S. 30

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

## WAS SIND DIE NACHTEILE?

Ein Nachteil beim Lernen mit Apps ist die Auswahl: Wer Englisch oder Französisch lernen möchte, findet schnell Anbieter. Nach anderen Weltsprachen (z. B. Arabisch) oder weniger verbreiteten Sprachen sucht man länger. Und um die Sprache sehr gut sprechen und verstehen zu können, sollte man sich nicht allein auf eine App verlassen. Aktives Sprechen und Hörverstehen kommen dabei zu kurz. „Sprachen lernen heißt auch, Vokabeln im Zusammenhang zu sprechen“, sagt Susanne Heinz, Professorin für englische Fachdidaktik an der Universität Kiel.

## WIE FINDE ICH DIE PASSENDE APP?

Allgemein lohnt es sich, bei Apps zuerst die Testversion herunterzuladen. Die Anbieter setzen unterschiedliche Schwerpunkte. Bei Duolingo beispielsweise erarbeitet man sich Lektionen mit Formaten wie Multiple Choice und erfüllt dadurch „Challenges“ – der Anbieter setzt auf spielerisches Lernen, um die Lernenden zu motivieren. Nutzer des Anbieters Busuu vernetzen sich mit einer Social-Media-Community, die mit Feedback zur Seite steht. Für Babbel entscheiden sich eher nüchterne Lerner, die schlicht Vokabeln und Grammatik lernen wollen. Die Testphase umfasst entweder nur eine Lektion oder dauert so lange, wie man bereit ist, Werbung zu akzeptieren. Danach werden die Apps kostenpflichtig.

Seite 2

## WAS KOSTET DAS?

Sprachlern-Apps kann man ab 13 Euro im Monat nutzen. Eine Stunde Skype-Unterricht kostet für Anfänger circa 15 Euro. Fortgeschrittene zahlen mehr. Dafür bekommt man Einzelunterricht und macht durch die hohe Intensität schnell Fortschritte. Man sollte darauf achten, dass die Lehrer qualifiziert sind, also die Sprache und möglichst auch Pädagogik studiert haben.

## WIE LERNT MAN?

Auch beim Lernen mit Apps und Onlineplattformen gilt: am Ball bleiben! Disziplin und Regelmäßigkeit sind wichtig, sonst kommt man über ein „Bonjour, Baguette!“ kaum hinaus. Besser dreimal am Tag fünf Minuten als einmal wöchentlich zwei Stunden. „Übung und Wiederholung festigen“, sagt Lernexpertin Susanne Heinz. Und man benötigt Ruhe. Nebenbei während der Bahnfahrt zu lernen, wird spätestens dann schwierig, wenn das Smartphone einen auffordert, die Vokabel nachzusprechen.

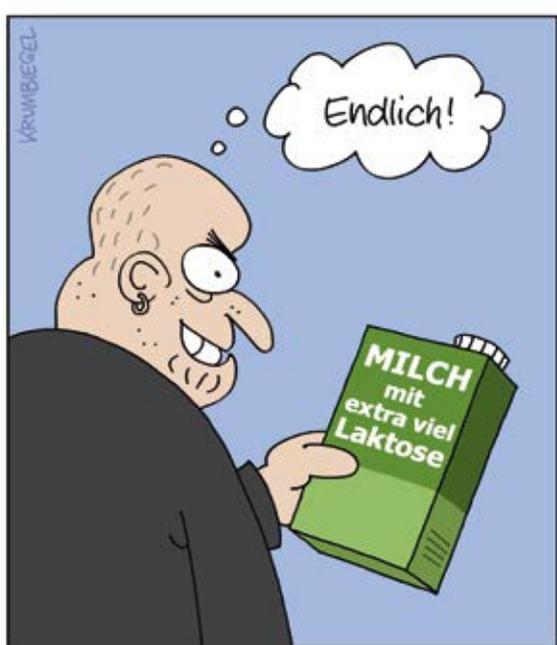
## WAS KÖNNEN FORTGESCHRITTENE TUN?

„Die Apps sind ganz gut, um ein Reiseniveau zu erreichen“, sagt Expertin Heinz. Für alles, was darüber hinausgeht, rät sie: „Bleiben Sie nicht in der App. Die ist zu einfach.“ Wer sein Schulenglisch auffrischen möchte und noch ganz

Seite 3



# KRUMBIEGEL



Harte Männer von heute



Kommasetzung für Bekloppte