JS

DAS EVANGELISCHE MAGAZIN
FÜR JUNGE SOLDATEN UND SOLDATINNEN

Nr. 8
2024

Viel Gewalt
Vergessene Konflikte

Grillmeister
Outdoorküche selbst bauen

SO LEBEN WIR

Ein Fotoprojekt zeigt Soldaten in ihrem Zuhause

Besser hinschauen

In dieser Ausgabe blicken wir nach Myanmar, Haiti, Sudan, Libyen und Burkina Faso: fünf Staaten, in denen derzeit Kriege oder bewaffnete Konflikte herrschen, die aber hierzulande kaum Beachtung finden (Seite 14). Das hat Gründe: Manche Konflikte betreffen uns direkter (Ukraine), zu anderen haben wir einen besonderen Bezug (Israel), insgesamt wirkt die Welt unübersichtlicher und chaotischer.

Politisch klug ist das nicht: Libyen etwa spielt für die deutsche und europäische Außenpolitik derzeit kaum mehr eine Rolle. Dabei erschwert die instabile Lage dort einen kontrollierten und humanen Umgang mit Migranten. Und Russland nutzt die Gunst der Stunde, um trotz Embargo Waffen ins Land zu bringen und seinen Einfluss in Afrika zu stärken.

Auch an Hilfe für die Kriegsopfer mangelt es, etwa im Sudan. Deutschland kann das nicht alleine stemmen, aber als eines der reichsten Länder der Welt einen wichtigen Beitrag leisten. Aus Menschlichkeit. Und weil sich die Länder sonst alleingelassen fühlen und sich anderen Partnern zuwenden. Zum Beispiel Russland.

Sebastian Drescher,
LEITENDER REDAKTEUR

AUS DER REDAKTION

Bevor wir für uns für ein **Covermotiv** entscheiden, testen wir immer viele unterschiedliche Varianten und Ausschnitte. Diesmal fiel uns die Auswahl einfach: Das Bild steht gut auf dem Cover, lässt Platz für den Text – und wir fanden es schön, nach längerer Zeit mal wieder ein Soldatenpaar auf der Titelseite zu zeigen.

Markus Wanzeck hat seinen Urlaub als „Voluntourist" verbracht - also mit ehrenamtlicher Arbeit (Seite 22). In den Alpen entfernte er Wildzäune und setzte Jägerpfade instand. „Man ist vom Start an Teil einer Gruppe aufgeschlossener Gleichgesinnter. Perfekt, um den Alltag auszuknipsen."

FOLGT UNS AUF INSTAGRAM: jsmagazin

INHALT

8
So leben wir
Fotos zeigen, wie Soldaten wohnen

14
Viel Gewalt
Der Sudan und andere vernachlässigte Konfliktregionen

4 EINBLICK

DIENST

6 MAGAZIN

8 BESTER ORT
Soldaten in ihrem Zuhause

12 MEINE WELT
Die JS-Fotostory

14 VERGESSENES LEID?
Kriege abseits von Ukraine und Nahost

17 AM RAD DREHEN
Alle wichtigen Infos zur Dienstfahrerlaubnis

INFOGRAFIK

18 WILDES TREIBEN
Sex-Rekorde aus dem Tierreich

Fotos: Jan Kraus (6) / Kathrin Harms / Getty Images, Eirasophie / Getty Images, AFP
Cover: Jan Kraus

28
Grillmeister
Outdoorküche selbst planen und bauen

LEBEN

20 MAGAZIN

22 ANPACKEN STATT ABHÄNGEN
Freiwillige berichten vom Arbeitseinsatz im Urlaub

26 GÖNN DIR!
Warum man sich auch mal selbst am nächsten sein darf

28 HEISSE LEIDENSCHAFT
In neun Schritten zur eigenen Outdoorküche

30 RÄTSEL
Weber-Grill zu gewinnen! Plus Sudoku, Impressum

SEELSORGE

31 TERMINE
Rüstzeiten für Familien, Segler, Kraftsportler; Personalmeldungen

32 KINDER IN DER ZEITENWENDE
Bessere Begleitung in unsicheren Lagen

34 WAS IHR WOLLT
Die JS-Lieblingsliste, diesmal aus Erndtebrück

35 WISSEN
Männergesundheit

36 VORSCHAU, CARTOON

MUSIK GEHT IMMER

Stromausfall in Kiew. Ein Angriff auf die Stromversorgung. Wieder einmal. Der Klavierspieler weiß, was jetzt guttut. Das Publikum auf der Straße auch.

Foto: Getty Images, AFP, Roman Pilipey

DIENST

Über Assistenzhunde haben wir im Februar berichtet. Traumatisierte Soldaten müssen die sehr teure Ausbildung der Hunde bislang selbst bezahlen. Begründung der Bundeswehr: fehlende wissenschaftliche Erkentnnisse. Doch der positive Effekt der Tiere ist international längst belegt. Auch eine im Juni erschienene Studie der University of Arizona zeigt: PTBS-Patienten mit Assistenzhunden leiden weniger unter Panikattacken, Depressionen und Angststörungen. tinyurl.com/Studie-Hunde

FÖRMLICHE ANERKENNUNG

Die Bundeswehr will mit zwei neuen Spionagesatelliten ihre Aufklärung verbessern. Nun kreisen die Satelliten zwar seit einem halben Jahr unermüdlich um die Erde, **liefern aber leider keine Bilder.** Medien berichten von einem „technischen Defekt", die Bundeswehr spricht von „Verzögerungen bei der Inbetriebnahme". Einfach hochfliegen und reparieren? Eher schwierig. Eine Förmliche Anerkennung **an alle friedlich gesinnten Aliens**, die das Problem beheben. Manchmal hilft eben nur noch der Beistand von oben.

Veränderte Lage durch die Eskalation in Nahost: deutsche UNIFIL-Soldaten auf der Fregatte „Baden-Württemberg" vor Beirut

Vom Einsatz her denken

Ein Bericht zu Auslandseinsätzen schlägt flexiblere Mandate vor

Der Bundestag hat Ende Juni die Auslandseinsätze im Libanon (UNIFIL), Kosovo (KFOR) und Bosnien und Herzegowina (EUFOR Althea) verlängert. Die Mandate legen die Aufgaben und Grenzen der Einsätze sowie die maximale Anzahl der Soldaten fest, die die Bundeswehr jeweils entsenden darf.

Ein Gutachten, das mehrere laufende Einsätze bewertet, schlägt nun eine andere Praxis vor. Demnach sollte die Bundesregierung in der Lage sein, flexibel und robust auf akute Krisenentwicklungen zu reagieren. „Bei bereits laufenden Einsätzen sollten nationale, einsatzbegründende Beschlüsse wie die Bundestagsmandate grundsätzlich wichtige Handlungsspielräume bieten", heißt es in dem Bericht, der vom Auswärtigen Amt und dem Verteidigungsministerium erstellt wurde. Übersetzt: In den Mandaten sollten Obergrenzen für eingesetzte Soldaten weniger starr definiert sein. Die grundsätzliche Entscheidung darüber müsste der Bundestag treffen.

Der Bericht enthält weitere Empfehlungen: So sollten Auslandseinsätze künftig stärker den sicherheitspolitischen Interessen Deutschlands folgen und dafür vorab realistische Ziele formuliert werden. Außerdem müsse die Bundeswehr so ausgerüstet sein, dass sie ihre Kernaufgabe der Bündnis- und Landesverteidigung erfüllen könne. Zum Bericht: tinyurl.com/Bericht-Einsatz

FRAG DEN PFARRER!

Kritik nicht erwünscht?

Ich bin Unteroffizier, 27, und mir macht der Krieg gegen die Ukraine große Sorgen. Ich finde: Deutschland heizt den Konflikt weiter an, gibt immer mehr Waffen von der Bundeswehr ab, die jetzt auch in Russland eingesetzt werden können. Die meisten in der Truppe sehen das anders, vor allem ganz oben. Manchmal frage ich mich, ob ich hier noch richtig bin. Ich will nicht in einen Krieg mit Russland reingezogen werden.

REINHOLD KÖTTER, Hamburg

Ihr friedenspolitisches Sensorium funktioniert gut – der Krieg gegen die Ukraine macht Ihnen Sorgen. Aber: Der Aggressor war und ist Russland, das von Anfang an gezielt militärische und zivile Infrastruktur zerstört hat. Und Russland hat es in der Hand, die Eskalation zu beenden.

Wie wäre es, wenn Sie im Kameradenkreis in einen Austausch treten – vielleicht teilen manche dort Ihre Bedenken, manche auch nicht? Mir scheint wichtig, dass Sie sich darüber klar werden, ob die Bundeswehr noch der richtige Ort für Sie ist. Im Hören auf Ihre eigenen Instinkte und die Meinung anderer können Sie das sicherlich herausfinden.

Meine Einschätzung dazu: Völkerrechtlich ist dem angegriffenen Staat die Selbstverteidigung erlaubt und ebenso anderen Staaten, Waffen zu liefern, ohne Kriegspartei zu werden. Deutschland hat bisher bei Waffenlieferungen immer mit Bedacht und in Absprache mit der Nato und befreundeten Staaten agiert – im Blick darauf, nicht zur Kriegspartei zu werden. Trägt das für Sie?

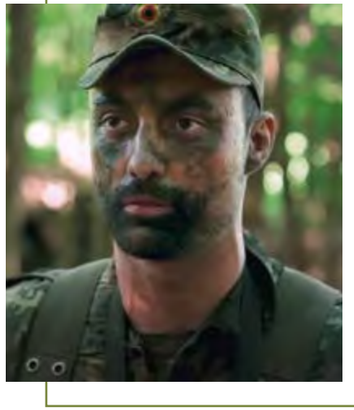
Fotos: Tim Wegner / Privat / Picture Alliance, dpa / Picture Alliance, dpa, Michael Kappeler / JS-Screenshot

ZAHL DES MONATS

91,4

Milliarden Euro investierten die neun Atomwaffenstaaten im Vorjahr in ihre **Nukleararsenale.** Mehr als die Hälfte entfiel auf die USA (51,5 Mrd.), gefolgt von China (11,8) und Russland (8,3). (Quelle: ICAN-Report)

NETZFUND



Michael hat sich als Ungedienter freiwillig zum Reservisten ausbilden lassen. Das ZDF hat den 29-Jährigen dabei begleitet. Die Doku zeigt, was angehende Reservisten während der vierwöchigen Ausbildung lernen. Und Michael erzählt, warum er sich für den Reservedienst gemeldet hat und was das im Ernstfall bedeuten würde. Auch seine Eltern kommen zu Wort. Zum Beitrag: tinyurl.com/Freiwillig-Reserve

Hauptmann Lara, 29, und Hauptbootsmann Markus, 35

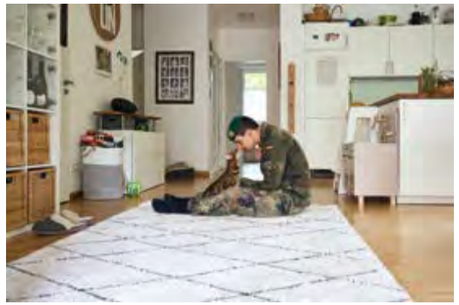
Als Berufssoldaten sind wir in den letzten Jahren oft umgezogen. Hier zwischen Weinbergen und Rhein haben wir endlich unser Paradies gefunden. Unser Lieblingsraum ist das Wohnzimmer mit der angrenzenden offenen Küche. Nach der Arbeit kochen wir gemeinsam, oft mit neuen Gewürzen aus aller Welt. Danach lassen wir den Abend gemütlich auf der Couch ausklingen. Zu Hause können wir loslassen – hier sind wir nicht mehr Soldat und Vorgesetzter, die ihre Emotionen beherrschen müssen, sondern einfach Mensch und Ehepartner.

Bester Ort

Der Fotograf Jan Kraus hat Soldaten in ihrem Zuhause besucht. Seine Fotos zeigen die Menschen hinter der Uniform

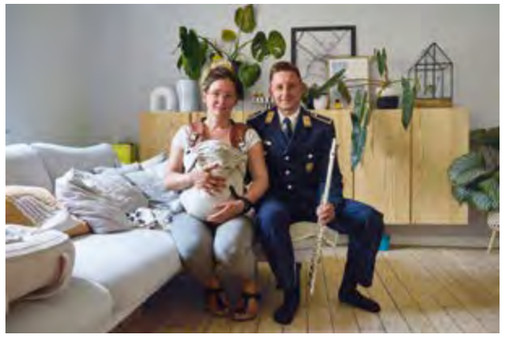
Major Clemens, 42

Am liebsten sitzen wir als Familie auf dem Sofa. Das Wohnesszimmer mit der angrenzenden offenen Küche ist der Mittelpunkt unseres Heims. Hier laden wir gerne Freunde oder unsere Eltern zum Essen ein. Meine Frau liebt Kaffee, deshalb haben wir uns vor einiger Zeit eine gute Kaffeemaschine gekauft. Ich trinke meinen Kaffee am liebsten in Ruhe auf der Toilette. Unsere zwei Katzen, die von uns sehr verwöhnt werden, lassen mir sonst keine Ruhe.



Kapitänleutnant Fabio, 32

Meine Wohnung ist mein Heimathafen, in dem ich wieder Energie tanken kann. Am liebsten bin ich in meinem Wohnzimmer, denn da scheint den ganzen Tag die Sonne rein. Mit einer guten Tasse frischem Kaffee, einem Buch und leichten Sounds im Hintergrund. Abends sitze ich gerne auf der Loggia. Ich erfreue mich sehr an der Ästhetik meiner vier Wände, besonders wenn es aufgeräumt ist. Das gibt mir viel Ruhe, aber auch Raum für kreative Ideen. Zum Beispiel, wie ich einen interessanten Unterricht für meine Soldaten gestalten kann.



Hauptfeldwebel Benjamin, 33

Wir haben unser Haus vor zwei Jahren gekauft und saniert. Das war viel Arbeit, aber wir konnten uns ein Zuhause nach unseren Vorstellungen schaffen. Wir haben viel Holz verwendet und einen cremigen Weißton für die Wände. Jetzt sind Terrasse und Garten dran. Ich mache gerne Dinge selbst, zum Beispiel habe ich unseren Esstisch aus einer alten Scheunentür gezimmert. Einer meiner Lieblingsräume ist der Fahrradkeller, dort stehen meine Räder, mit denen ich Triathlon gefahren bin. Nächstes Jahr, wenn die größten Arbeiten im Haus abgeschlossen sind und unsere kleine Tochter etwas älter ist, möchte ich wieder mit dem Training beginnen.

Hauptmann d. R. Thomas, 37

Unser Eigenheim war ein Lebenstraum für mich und meine Frau. Er gibt uns und unseren Kindern Raum, unseren Interessen nachzugehen. Ich arbeite gerne handwerklich und habe mir eine kleine Werkstatt eingerichtet. Da habe ich zum Beispiel einen Bilderrahmen gebaut, in dem jetzt ein selbst gemaltes Bild meiner Frau hängt. Unser Haus grenzt direkt an ein Naturschutzgebiet. Ich liege gerne auf der Terrasse und beobachte die Natur, zum Beispiel die Rehe, die hier oft zu sehen sind. Für unsere Kinder habe ich ein Tipi aus Baumstämmen im Garten gebaut.

Drei Fragen an den Fotografen Jan Kraus

Wie sind Sie auf die Idee gekommen, Soldaten in ihrem Zuhause zu fotografieren?
Ich wollte für meine Abschlussarbeit an der Berliner Ostkreuzschule für Fotografie etwas über Staatlichkeit machen und zeigen, was staatliche Institutionen bedeuten. Sichtbar wird das durch Uniformen und die Menschen dahinter. Ich wollte die Menschen aber nicht einfach auf der Straße, sondern zu Hause fotografieren, weil das persönlicher ist. Neben Soldaten habe ich auch Polizisten in Uniform und Richter in ihren Roben fotografiert.

Was haben Sie über die Menschen erfahren?
Ich habe festgestellt, wie unterschiedlich die Menschen sind, die diese Dienste leisten. Für manche ist es eher eine normale Arbeit, für andere eine Berufung.

Warum tragen die Soldaten auf den Bildern Uniform, haben aber keine Stiefel an?
Zu Hause trägt man ja keine Stiefel. Einer der ersten Protagonisten machte mir die Tür auf und hatte Adiletten an, das sah super aus und hatte auch etwas Witziges. Auch die privaten Schuhe sind etwas Persönliches und erzählen über ihren Besitzer.

Jan Kraus sucht weitere Soldaten für sein Projekt! Kontakt und Infos: jan-kraus.com

Ex-US-Soldat Chris, 40

Ich wurde 2003 in Kitzingen stationiert. Dort habe ich mich in dieses Land verliebt und etwas später auch in meine Frau. Deshalb bin ich geblieben. Zunächst habe ich als Zivilist weiter für die amerikanische Regierung bzw. das Militär gearbeitet. Vor zwei Jahren habe ich die Armee endgültig verlassen. Wir haben gerade ein Haus gekauft und sind mitten in der Renovierung. Stockwerk für Stockwerk. Nächstes Jahr sind wir hoffentlich fertig. Am meisten freue ich mich darauf, die Küche neu zu gestalten – mein Lieblingsraum. Ich arbeite als Koch und liebe es, zu Hause für meine Frau und unsere drei Kinder zu kochen, zum Beispiel selbst gemachte Nudeln oder Pizza.

Stabsfeldwebel André, 47

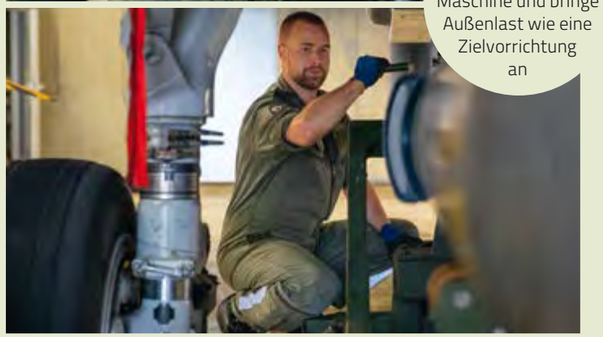
Unser Zuhause ist ein Ort, an dem ich mich wirklich sicher fühle. Draußen bin ich mehr unkontrollierbaren Einflüssen ausgesetzt, die meine PTBS-Erkrankung triggern können. In den eigenen vier Wänden bin ich von vertrauten und geliebten Menschen umgeben. Das beruhigt mich. Ich sitze gerne auf dem Sofa und schaue aus dem Fenster in die Ferne. Weil ich Dänemark so schön finde, ist unser Haus skandinavisch eingerichtet.

Tornado-Techniker

Stabsunteroffizier
KAI, 25,
Jagel

Stabsunteroffizier Kai ist seit 2018 bei der Bundeswehr. Er kommt aus einer Fliegerfamilie, sein Vater war Luftwaffenpilot. Kai absolvierte die Zivilberufliche Aus- und Weiterbildung (ZAW) zum Fluggerätmechaniker und besuchte die Lehrgänge zum Unteroffizier. Seit einem guten Jahr kümmert er sich im Taktischen Luftwaffengeschwader 51 „Immelmann" um die Wartung der Tornados.

Sein Dienstalltag: Die Kampfflugzeuge inspizieren, Reifen und Betriebsmittel wechseln. Stellt er Fehler oder Mängel fest, holt er Fachleute wie Hydrauliker oder Elektriker dazu. Den Austausch mit den Spezialisten schätzt er sehr. „Der Dienstposten ist sehr abwechslungsreich. Und man muss sehr gewissenhaft arbeiten, weil man der Erste und Letzte am Flugzeug ist", sagt Kai.

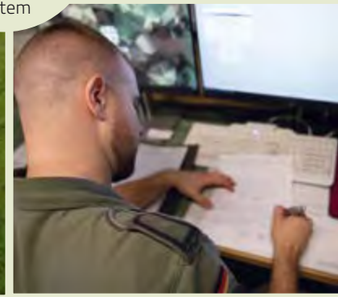


Vor dem Flug betanke ich die Maschine und bringe Außenlast wie eine Zielvorrichtung an

Inspektion im Cockpit und am Heck des Tornados

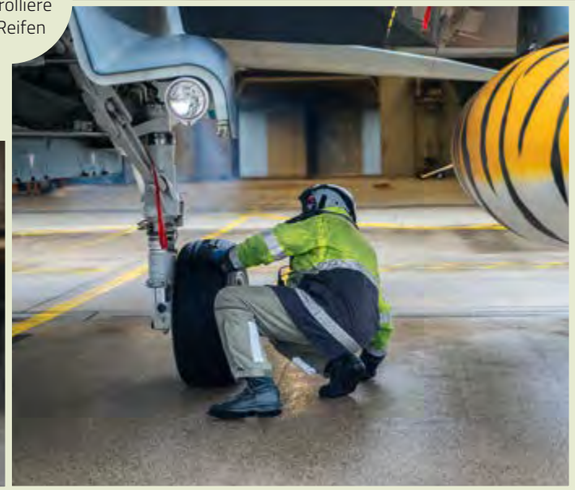
Nach den Flügen kommen Schutzabdeckungen auf den Triebwerkauspuff

Ich dokumentiere alle Arbeitsschritte im Bordbuch und im Computersystem



Wir winken den Tornado ein und bringen ihn mit einem Schleppfahrzeug in den Hangar

Ich kontrolliere die Reifen



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 Camkory mit 48 MP oder eine andere Digitalkamera mit Speicherkarte. Damit könnt ihr euren Dienst für uns fotografieren (in Absprache mit dem Presseoffizier). Zum Dank dürft ihr die Kamera behalten.

Viel Glück!
(Rechtsweg ausgeschlossen)

Vergessenes Leid?

Vom Krieg vertrieben: Viele Geflüchtete aus dem Sudan sind in einfachen Lagern gestrandet

Zehntausende Tote, Millionen Vertriebene: Abseits der Ukraine und von Nahost gibt es Kriege, die wenig Aufmerksamkeit erhalten. JS zeigt Beispiele und Folgen

Sudan: Brutaler Bürgerkrieg

Kurz nach Beginn des Bürgerkriegs im April 2023 flogen die Bundeswehr und andere westliche Armeen ihre Staatsbürger und andere Menschen aus dem nordostafrikanischen Sudan. Seitdem sind bei Kämpfen mindestens 15 000 Menschen getötet worden, fast zehn Millionen sind auf Flucht. Die UN berichten von Gräueltaten, Vergewaltigungen und warnen vor einer Hungersnot.

Dabei wurde am Anfang viel versucht, um den Krieg zu verhindern: Die Bundesregierung, Frankreich und die EU organisierten außerdem ein Gipfeltreffen mit der Hoffnung, die Konfliktparteien zusammenzubringen, bevor der Krieg außer Kontrolle gerät. Man wollte den gerade begonnenen Wechsel von einer Militär- zu einer Zivilregierung retten. 2018 war Diktator Omar al-Baschir abgesetzt worden, stattdessen sollte eine Übergangsregierung aus Militärs und Zivilisten den Übergang zur Demokratie vorbereiten. 2021 hatte das Militär dann geputscht. Erst Anfang 2023 wurde wieder über eine Demokratisierung gesprochen. Doch die Führung der „Schnellen Unterstützungskräfte“ (RSF), die den Krieg mit den Regierungstruppen begann, sieht sich von mehr Demokratie bedroht: Viele Jahre lang hatte sie mit den autokratisch geführten Regierungen zusammengearbeitet, politischen und wirtschaftlichen Einfluss erlangt. Und im Hintergrund hatte die russische Söldnergruppe Wagner mit Geld und Waffen dafür gesorgt, dass die RSF immer stärker wurden.

Haiti: In der Hand krimineller Banden

In unmittelbarer Nähe zum Urlaubsparadies Dominikanische Republik haben rund 200 bewaffnete Banden die Kontrolle übernommen. Sie schlossen sich 2022 den beiden Gangvereinigungen „G9“ und „G-Pep“ an, um gemeinsam staatliche Institutionen zu bekämpfen. Die Folge: mehrere Zehntausend Tote, Selbstjustiz, gut die Hälfte der Bevölkerung hungert.

Seit 2018 kam es in Haiti zu gewaltsamen Protesten, nachdem gegen den damaligen Präsidenten Jovenel Moïse Korruptionsvorwürfe öffentlich geworden waren. 2021 wurde Moïse ermordet. Nach jahrelangem politischem Chaos wurde diesen April eine Übergangsregierung gebildet.

Vergangenen Oktober hat der UN-Sicherheitsrat eine bis zu Tausend Mann starke internationale Eingreiftruppe beschlossen. Kenia versprach, eine Führungsrolle zu übernehmen, die USA sagten Unterstützung zu. Doch geschehen ist bisher nichts: In Kenia hatte zunächst ein Gericht den Einsatz gestoppt. Dann blockierte der US-Kongress die für den Einsatz erforderlichen 300 Millionen Dollar. Und nun versinkt die Übergangsregierung erneut in Machtkämpfen.

Mitglieder einer haitianischen Gang posieren in der Hauptstadt Port-au-Prince für ein Foto

Warten und rauchen: Kämpfer der Widerstandsgruppe „People's Defence Forces“ in Myanmar

Myanmar: Kampf gegen Militärjunta

Nach dem Militärputsch 2021 hatten fast 300 Mitglieder der bisherigen Regierungspartei eine Exilregierung gewählt, die zum bewaffneten Kampf gegen das Militärregime aufrief. Seitdem kämpft in dem südostasiatischen Land eine große Zahl an bewaffneten Widerstandsgruppen auf Seiten der Exilregierung. Die Allianz hat mittlerweile die Kontrolle

„Es fehlt an Hilfe“

Die in den Medien prominenten Konflikte verdrängen das Elend in anderen Kriegsgebieten, sagt Nothilfe-Experte Ralf Südhoff

JS-MAGAZIN: Schenken wir manchen Konflikten in der Welt zu wenig Aufmerksamkeit?
RALF SÜDHOFF: So nehmen es zumindest die Länder aus dem sogenannten Globalen Süden wahr. Sie kritisieren, dass nach dem russischen Angriffskrieg auf die Ukraine eine „Zeitenwende“ ausgerufen wurde, der sich die Geopolitik sowie die Not- und Entwicklungshilfe unterordnen. Gleichzeitig werden Konflikte wie im Kongo, im Jemen oder im Sudan von Politik und Medien im Globalen Norden kaum beachtet. Das macht auch den Ruf nach einer „Globalen Allianz“ gegen Russland für diese Länder wenig glaubwürdig, die bei einer Blockade Russlands teils massive wirtschaftliche Folgen in Kauf nehmen müssten.

Geht die Hilfe für die Ukraine und Nahost auf Kosten von Notleidenden in anderen Krisen?
Es fehlt insgesamt mehr denn je an Hilfe. Und das macht es umso tragischer, dass die vorhandenen Mittel nicht angemessen für die Menschen in größter Not eingesetzt werden. Schon 2023 wurden nur noch etwa 40 Prozent der benötigten Nothilfe weltweit finanziert. Die humanitäre Hilfe Deutschlands sank drastisch, und soll 2025 noch mal um fast 40 Prozent sinken. Allerdings vergibt Berlin seine Mittel weitgehend nach dem Maß der Not, auch in „vergessenen Krisen“. Das ist aber leider eine Ausnahme. Das Resultat ist, dass in der Ukraine immerhin 70 bis 80 Prozent der benötigten Hilfe finanziert werden, in vielen anderen Regionen dagegen nicht einmal zehn Prozent.

Zeigt sich die Vernachlässigung auch in der Außenpolitik?
Ja, wenn auch unterschiedlich. Im Falle der USA spielen zumeist geopolitische Prioritäten eine Rolle. In Deutschland scheitert ein breiteres Engagement oft an den Kapazitäten. Das Außenministerium hat für die Gaza-Krise eine hoch geschätzte Sonderbeauftragte für humanitäre Diplomatie eingesetzt, für ein ähnliches Engagement im Sudan fehlen aber bislang die Ressourcen.

RALF SÜDHOFF
ist Direktor des Centre for Humanitarian Action (CHA), einem unabhängigen Thinktank für humanitäre Hilfe in Berlin

über mehr als 80 Prozent des Landes erlangt. Doch der Preis ist hoch: Mehr als 50 000 Tote, über 1,5 Millionen Vertriebene und viele zerstörte Gebäude sind die Folgen des Kriegs. Zivilisten beklagen, dass beide Seiten den Kampf mitten in bevölkerte Gebiete tragen. Zudem greifen die Kämpfe immer wieder auch auf ausländisches Gebiet über.

Die Forderung nach UN-Sanktionen gegen das Militär ist im Sicherheitsrat bislang am Veto Chinas und Russlands gescheitert. Doch mittlerweile gerät das Militär auch von innen unter Druck: Eine große Zahl von Soldaten begeht Fahnenflucht, an die 15 000 sollen sich der Exilregierung angeschlossen haben.

Libyen: Kämpfe in der Wüste

Nach dem Sturz von Diktator Muammar al-Gaddafi im Jahr 2011 waren die Hoffnungen auf eine demokratische Zukunft in dem nordafrikanischen Staat groß. Doch stattdessen wird das Land seitdem von Kämpfen erschüttert, bei denen mehrere Zehntausend Menschen getötet wurden. Offiziell ging der Bürgerkrieg im Oktober 2020 mit der Unterzeichnung einer Waffenstillstandsvereinbarung zwischen der international anerkannten Regierung und der Libyschen Nationalarmee (LNA) zu Ende. Für die Aufrüstung der LNA war maßgeblich die russische Wagner-Gruppe verantwortlich. An den Verhandlungen war auch die Bundesregierung beteiligt.

Doch auch die Terrororganisation „Islamischer Staat“ ist in Libyen aktiv, hatte dort in einigen Städten ein Terrorregime wie jenes im Nordirak und in Syrien errichtet. Heute haben sich die Kämpfer überwiegend in die Wüste zurückgezogen und finanzieren sich durch Menschenhandel und Warenschmuggel.

Regierungsnahe Einheiten im Kampf gegen den IS im Jahr 2016 in Libyen

Und auch der Waffenstillstand ist brüchig: Immer wieder kommt es zu bewaffneten Auseinandersetzungen zwischen beiden Seiten, die bislang lokal begrenzt bleiben. Sorgen bereitet im Westen zudem, dass das russische Militär nun daran arbeitet, seine Präsenz in Libyen weiter auszubauen.

Burkina Faso: Terroristen und Wagner-Söldner

Seit 2015 leidet das westafrikanische Land unter ständigen Angriffen durch islamistische Milizen, die sich heute überwiegend den Terrororganisationen Al-Qaida und „Islamischer Staat“ angeschlossen haben. Dabei sind mindestens 20 000 Menschen getötet worden, bis zu zwei Millionen sind auf der Flucht. Die Islamisten wenden oft extreme Gewalt an. Aber auch den Regierungstruppen werden Massaker an der Zivilbevölkerung vorgeworfen.

Nach einem Putsch 2022 stellte die neue Militärregierung zudem die Beziehungen zu den westlichen Staaten ein, die einstige Kolonialmacht Frankreich musste ihre Truppen abziehen. Neuer Partner ist nun Russland: Seit Anfang des Jahres sind um die 100 russische Soldaten eingetroffen, die offiziell das burkinische Militär ausbilden sollen. Vermutet wird aber, dass es vor allem darum geht, Einfluss in dem an Bodenschätzen reichen Land zu gewinnen.

Oliver Eberhardt

Ibrahim Traoré (vorne), Anführer der Militärjunta von Burkina Faso, besucht Sankt Petersburg

Fotos: picture alliance, Reuters, Jok Solomun / SOPA Images, LightRocket, Getty Images, Kaung Zaw Hein / Getty Images, Giles Clarke / Getty Images, AFP, Mahmud Turkia / Getty Images, AFP

Am Rad drehen

Wer Dienstfahrzeuge lenken soll, muss eine dienstliche Fahrerlaubnis haben. Die kann man auch nach der Zeit bei der Bundeswehr nutzen, wenn man sich kümmert

Die Bundeswehr hat, salopp gesagt, eine eigene „Führerscheinwelt“. Wer Dienst- oder angemietete Fahrzeuge fahren soll, benötigt eine Dienstfahrerlaubnis (DFE). Sie soll sicherstellen, dass die Besonderheiten eingehalten werden, die für militärische Fahrzeuge gelten. Zum Beispiel für das Fahren mit Tarnlicht oder Gelände- und Kolonnenfahrten. Für Pkw gilt zudem eine Maximalgeschwindigkeit von 130 km / h.

Achtung: Nur wer die DFE hat, darf im Dienst fahren. Ein ziviler Führerschein ist nicht ausreichend, auch nicht, wenn dieser während der Zeit bei der Bundeswehr abgelegt wurde!

Wichtig außerdem: Alle DFE für die Führerscheine der Klasse B, die vor dem 1. Januar 2013 ausgestellt wurden, sind ungültig. Falls für den Dienst nötig, muss die Prüfung absolviert werden.

Wer fahren darf

Soldaten haben keinen Rechtsanspruch auf eine DFE. Ohne Dienstpostenbeschreibung „Kraftfahrer“ bekommen ihn nur Soldaten, die mit dienstlichen Kraftfahrzeugen umgehen müssen, etwa Mechaniker. Für eine Vollausbildung muss man eine Mindestverpflichtungszeit von 16 Monaten sowie eine Restdienstzeit von zehn Monaten haben. Bei Lkw und Panzer nur vier Monate. Auch die sogenannte „Kraftfahrverwendungsfähigkeit“ ist vorgeschrieben. Die „90 / 5er“-Untersuchung muss wiederkehrend festgestellt werden. Vor dem Beginn der Fahrausbildung wird der Punktestand im Kraftfahrtbundesamt abgefragt. Außerdem gelten verschiedene Altersbeschränkungen.

Für jeden Fahrzeugtyp sind Einweisungsfahrten zu absolvieren und im Fahrtennachweisheft einzutragen. Wer einen zivilen Führerschein der Klasse B (Pkw) hat, kann in einer meist einwöchigen Weiterbildung mit Prüfung die DFE erwerben. Dazu hat die Bundeswehr eigene Fahrlehrer und Prüfer. Die Prüfungen sind mit denen im zivilen Bereich für einen EU-Führerschein vergleichbar. Dafür ist der Kraftfahrfeldwebel der eigenen Einheit der richtige Ansprechpartner. Wer durchfällt, darf die Prüfung in der Regel wiederholen.

Wer schlau ist, geht zur Kfz-Zulassungsstelle und schreibt die DFE vor Dienstzeitende um

Besonderheiten beachten

Neben der gesetzlich vorgeschriebenen Erste-Hilfe-Weiterbildung muss man bei der Bundeswehr den Kurzlehrgang „Ladungssicherung“ absolvieren und diese Kompetenzen mit regelmäßigen Wiederholungsausbildungen nachweisen. Ferner sind Kraftfahrweiterbildungen vorgeschrieben.

Die EU-Führerscheinklassen können verwirren. Die Bundeswehr hat zusätzlich eigene Führerscheinklassen, zum Beispiel die Motorradklasse AY und die Klasse F (Voll- und Halbkettenfahrzeuge). Oder die Klasse G (Radpanzer). Eine Übersicht findet man im Intranet.

Die DFE übertragen

Die DFE gilt nur für die Dauer des Dienstverhältnisses. Zeitliche Befristungen der Gültigkeit sind in der DFE eingetragen, z. B. für Lkw und Busse. Hier hilft Mitdenken: Zu Verlängerungsmöglichkeiten sollte man rechtzeitig den Kraftfahrfeldwebel ansprechen

Am Ende der Dienstzeit verschwindet die DFE in der Personalakte. Wer schlau ist, geht vorher damit zur Kfz-Zulassungsstelle und schreibt ihn (kostenpflichtig) in einen EU-Führerschein um. So hat man den Wert des Führerscheines in die Zeit danach gerettet.

Verliert ein Soldat seinen privaten EU-Führerschein (z. B. wegen Trunkenheit am Steuer), dann darf er auch nicht dienstlich fahren. Der Verlust ist zu melden und kann sogar eine Versetzung zur Folge haben.

Hendrik Schwarz

Wo findet man weitere Informationen?

- A2-1050 / 10-0-20 Dienstfahrerlaubnis
- C2-1050 / 10-0-230 Dienstfahrerlaubnis der Bundeswehr - Fachspezifika
- Zentrum für Kraftfahrwesen der Bundeswehr im Intranet mit einer wöchentlich aktualisierten Liste mit Last-Minute-Lehrgangsplätzen in der Kraftfahrgrundausbildung

Wildes Treiben

Zehn ungewöhnliche Sex-Rekorde aus dem Tierreich

Auf Viagra?

Während der Paarungszeit vergnügen sich Löwen und Löwinnen etwa jede Viertelstunde für 30 Sekunden miteinander – und das rund um die Uhr. Über mehrere Tage!

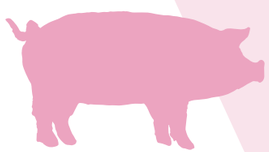
Klettensex

Um zu verhindern, dass Konkurrenten zum Zug kommen, klammern sich männliche Stabheuschrecken bis zu zehn Wochen lang an einem Weibchen fest und haben dabei immer wieder Sex mit ihnen.

Dauersex

22,57 Stunden – so lange dauerte der längste je gemessene Geschlechtsverkehr bei Klapperschlangen.

Längster Orgasmus



Der Weltrekord „Längster Orgasmus bei Säugetieren" geht ans Schwein. Im Durchschnitt kommen Schweine für 30 Minuten, ihr Orgasmus kann aber auch 90 Minuten lang anhalten.

Längstes Vorspiel

Die meisten Schnecken, die an Land leben, besitzen männliche, weibliche und zwittrige Geschlechtsteile. Dadurch können sie sowohl Eizellen als auch Samenzellen produzieren und sich selbst befruchten. Auch Weinbergschnecken haben mehrere Geschlechtsteile, brauchen für den Geschlechtsakt allerdings eine andere Schnecke. Das Vorspiel kann bei ihnen bis zu 20 Stunden dauern.

Quicker Quickie

Moskitos machen am schnellsten schlapp! Nur etwa zwei Sekunden dauert ihr Liebesspiel.

Größte Hingabe

Bei einigen Arten von Anglerfischen verbeißt sich das kleinere Männchen in das größere Weibchen und verwächst mit ihm. Haut und Blutkreisläufe verschmelzen miteinander – sie werden eins. Die Eier des Weibchens können so immer direkt mit dem Sperma des Männchens befruchtet werden. Manchmal ist die Verbindung nur vorübergehend, manchmal auch für immer.

Affengeil

Bonobo-Schimpansen haben im Durchschnitt alle 90 Minuten Sex. Ihr Sex wird deshalb aber nicht etwa langweilig: Sie küssen sich mit der Zunge, haben Oral- oder auch Analsex. Dabei ist es ihnen egal, ob sie sich homo- oder heterosexuell vergnügen.

Sicher ist sicher!

Weibliche Mondfische können bis zu 300 Millionen Eier auf einmal legen. Das erhöht die Chance, dass wenigstens ein paar der Nachkommen in der Tiefsee überleben.

Dauererektion

Männliche Alligatoren sind immer bereit für Geschlechtsverkehr, ihr Penis ist dauerhaft erigiert.

Quelle: 100 Karten über Sex, Katapult-Verlag

LEBEN

BERUF DES MONATS
SEGELLEHRER

Multitasking auf See

Die schönsten Momente sind für Segellehrer Valentin Birkner, wenn er mit seinen Schülern rausfährt und der Wind das Boot beschleunigt. „Segeln lernt man wie Fahrrad fahren“, sagt er. Er macht die Schüler mit den Booten vertraut, erklärt das Handwerkszeug und versucht, sie zu bestärken. Der 47-Jährige hat mit den unterschiedlichsten Menschen zu tun: „Man muss den richtigen Zugang finden.“

Von April bis September ist sein Tag in drei Unterrichtseinheiten von je drei Stunden gegliedert mit Pausen von fünfzehn Minuten. Bei ausgebuchten Kursen sind das lange, anstrengende Tage, an denen er viele Dinge gleichzeitig organisieren und im Blick behalten muss: das Wetter, die Schüler, die Boote. „Der Job ist nicht so easy, wie manche denken“, sagt Birkner. Er mag es aber, so gefordert zu sein.

Zu Beginn und am Ende der Saison pflegt und wartet er den Bootspark, auch bei Sturm und Eis. Dabei hantiert er mit giftigen Lacken, worauf er lieber verzichten würde. Sein Arbeitsvertrag endet mit der Saison. Eineinhalb Monate im Jahr ist er ohne Anstellung.

Segellehrer kann sich jeder nennen, der Segeln und Motorbootfahren kann. Trotzdem empfiehlt Birkner die qualifizierenden Lehrgänge bei einem der großen deutschen Segelvereine, etwa dem DSV oder dem VDWS.

→ Für wen?
Wache, mental und körperlich belastbare Segelfans mit Verantwortungsgefühl und pädagogischem Geschick

→ Mit was?
Segelschein

→ Für was?
Von 1900 bis 3500 Euro brutto

FRAG DEN PFARRER!

Herablassende Sprache

Mein Vater und seine neue Frau verwenden öfter das Wort „Neger“ und andere rassistische Begriffe. Meine Geschwister und ich finden das auch im Spaß nicht lustig. Ich glaube, sie wollen uns provozieren. Was können wir tun?

UWE RIESKE,
Nörvenich

Bleiben Sie standhaft! Klar, oft hört man Kritik an „Gendersternchen“, Wokeness und überzogener politischer Korrektheit. Oft wird in digitalen Foren über „Moralapostel“ gelästert. Aber wer selbst betroffen ist von Ausgrenzung, denkt rasch anders. Viele Menschen erleben täglich Respektlosigkeit und Herablassung: Menschen dunkler Hautfarbe, Kinder aus den Hochhäusern der Vorstädte, Einwanderer. Sie haben schlechtere Chancen auf dem Arbeitsmarkt, bei der Wohnungssuche, bei Bankgeschäften.

Wer selbst von Respektlosigkeit betroffen ist, wird dünnhäutig und wehrt sich – wie auch immer. Wertschätzung und Menschlichkeit zeigen sich in unserer Sprache, tun allen gut. Aber wie fordern Sie dies am besten ein? Vielleicht humorvoll?

Vorschlag: Meine Kinder formulieren zuweilen grinsend: „Mensch Alder. Ey Digger. Ist das dein Ernst?“ Probieren Sie es doch mal damit und schauen, wie viel Humor dann noch so da ist.

Fotos: Evangelische Militärseelsorge / privat / Philipp Reiss, philreiss.de / JS-Screenshot / UMMD, Melitta Schubert

FANKURVE
Die Sport-Kolumne

Datenschutzerklärung vor dem Torschuss

Ach, was wäre die Welt nur ohne technischen Fortschritt! Auch ich will beim Einparken auf dem Bildschirm die Parklücke kleiner werden sehen – um es dann doch nicht zu schaffen. Und meine enttäuschenden Läufe muss ich unbedingt mit der App aufzeichnen. Sonst ist es nicht passiert, das weiß doch jeder.

Der Fortschritt macht auch vorm Fußball nicht halt. Bei der EM sorgte nicht nur der Videobeweis einmal mehr für Schlagzeilen. Jetzt gibt es sogar einen Chip im Ball. Mit Hilfe der Daten lässt sich über eine Grafik zeigen, wann der Ball von was auch immer berührt wurde. Das sieht aus wie eine Mischung aus Musikproduktion und EKG.

In der neuen Bundesligasaison, die im August startet, soll die Sensorik noch nicht zum Einsatz kommen. Aber alle wissen: Es ist nur eine Frage der Zeit. Was dann als Nächstes folgt?

Als Erstes wird der Posten der Linienrichter abgeschafft. Wofür braucht es die armen Kollegen noch?

HENRIK BAHLMANN
ist Hobbyfußballer und Journalist

Jeder Angriff wird zu Ende gespielt, egal, ob der Spieler zwei oder zwanzig Meter im Abseits stand. Statt an der Seitenlinie könnten sie an der Bar vor dem Stadion ihre Fahne kundtun.

Irgendwann wird es nicht einmal mehr Schiedsrichter geben, prophezeie ich. Der Kölner Keller wird zum ultimativen Schiedsrichterverlies. In Pyjamas können sich die Unparteiischen dort am Samstagmittag treffen, Essen bestellen und bei Bedarf werden sie mit Bademantel, Chinanudelbox in der Hand, per Hologramm ins Stadion geschaltet. Um zu erläutern, dass Manuel Neuer, der dann natürlich immer noch spielen wird, seinen Krückstock nicht zum Vereiteln von Gegentoren nutzen darf.

Ok, vielleicht übertreibe ich. Und vielleicht entwickle ich mich zu so einem miesepetrigen Früher-war-alles-besser-Ingo. Aber verdammt, ich will einfach die guten alten Fußbälle, bei denen ich vor dem Schuss nicht erst eine Datenschutzerklärung ausfüllen muss.

APP

Wo genau liegt Nepal? Was ist die Hauptstadt von Tansania? Und wie sieht die mexikanische Flagge aus? Mit der App Geotrainer lernt man **Länder, Hauptstädte und Flaggen** als Quiz in unterschiedlichen Schwierigkeitsgraden samt zusätzlichen Informationen. Die 25 bevölkerungsreichsten Länder gibt es gratis, den Rest für 9,99 Euro pro Jahr.

WELTVERBESSERER

Exoskelette im Test

Die Universitätsmedizin Magdeburg testet zwei Exoskelette, um die **körperliche Belastung in der Intensivpflege zu reduzieren**. Passive Exoskelette sind Hilfsmittel, die wie Rucksäcke getragen werden und Bewegungen unterstützen sollen, etwa beim Umlagern von Patienten. Sie sind leicht, komfortabel und benötigen keine schweren Akkus oder Motoren. Besonders im unteren Rücken können sie Pflegekräfte entlasten und Muskel-Skelett-Erkrankungen vorbeugen.

Anpacken statt abhängen

Urlaub machen und etwas Sinnvolles tun – das ist die Idee hinter Voluntourismus. Drei Freiwillige erzählen

Maloche verbindet: Die Wildzäune sollen weg und Jägerpfade instand gesetzt werden. Für viele Forstämter ist das ohne Freiwillige kaum zu schaffen. Am Ende schmerzen die Glieder, aber das gute Gefühl wiegt mehr

Der Berg ruft zur Arbeit

Markus Wanzeck, 44, hat in den Alpen marode Wildzäune abgebaut und Wege instand gesetzt

Im Dorf Altenau, bayerischer Bilderbuch-Alpenrand, ist ein gutes Dutzend Abenteuerlustiger zwischen 30 und 60 Jahren aus ganz Deutschland zusammengekommen, für einen Arbeitseinsatz in den Bergen. Anreise: auf eigene Kosten. Bezahlung: keine. Der Andrang: groß. Förster Hendrik von Riewel, ein Mittvierziger mit Bart und Kappe, leitet den Einsatz für das Bergwaldprojekt. Für eine Woche beziehen wir eine knarzige Holzhütte. Drei Mehrbettzimmer. Gießkannen statt Toilettenspülung.

Vor der Hütte bittet Hendrik zum Stuhlkreis. Er erklärt, woran wir werkeln werden. Erstens: Abbau eines maroden Wildzauns. Zweitens: Instandsetzung in die Jahre gekommener Jäger- und Förstersteige am Steilhang – wichtig für die Jagd aufs Wild, damit junge Bäume eine Chance haben. Für viele Forstverwaltungen wären solch aufwendige Arbeiten ohne Ehrenamtliche nicht zu stemmen. „Wir stehen um sechs Uhr auf, Frühstück gibts um halb sieben“, lässt uns Hendrik wissen. „Wir wollen was Gutes für die Natur bewirken. Deshalb beginnen unsere Tage früh.“

Um sieben in der Früh gehts rauf auf 1400 Meter ins Einsatzgebiet. Für den Panoramablick bleibt keine Zeit; zwei Kilometer Wildzaun warten. Wir schnappen uns Eimer mit Werkzeug, setzen Schutzbrillen auf. Kurz darauf erfüllt Hämmern den Wald. Binnen Minuten spielen sich unabgesprochen Routinen ein. Die eine löst mit Hammer und Krampenzieher den Drahtzaun vom Pfosten. Der andere, Schweißperlen auf der Stirn, zerschneidet den abgetrennten Zaun mit einem Bolzenschneider. Ich schleppe die Zaunstücke raus auf den Forstweg.

Als am späten Nachmittag ein Gewitterregen niedergeht, treten wir den Rückweg an. Meine Beine sind schwer. Der Kopf leer und leicht. Die Unterarme zerkratzt, als hätte ich mit einem Luchs gerungen. Der Lohn sind ein warmes Abendessen und ein kühles Bier aus dem Brunnentrog vor der Hütte. Danach gehen alle zu Bett. Unsere Nächte beginnen früh.

Gefühl von Gemeinschaft

Morgens um sechs, es klopft an der Tür. Die Beine sind immer noch schwer. Der Steilhang fordert seinen Tribut. Doch der Bergwald ruft. „Gehn wir’s an!“, sagt ein Mithelfer. „Nützt ja nix …“, brummelt ein anderer. Und schon stehen wir wieder im Wald. Der Werkzeugeimer zieht an der Hand. Der Puls trommelt im Ohr. Darüber das Knacken der Pfosten, die fallen. Zaunstücke rollen den Berghang hinunter. „Ich finde diese Gruppendynamik großartig“, sagt Markus, 32, einer der Helfer, der das zweite Mal dabei ist. Einwöchige Arbeitseinsätze bietet das Projekt außer in den Alpen auch in Mittelgebirgen und Mooren an. „Anfangs kennt man sich noch gar nicht, und am Ende ist da so ein schönes Gemeinschaftsgefühl.“

Mittagessen im Halbschatten einer saftig grünen Wiese, mit Blick auf von Restschnee gesäumte Alpengipfel. Aus einem Thermotopf wird in Stahlschälchen Gemüsesuppe gereicht. „Verzicht ist immer etwas negativ behaftet“, sagt Projektleiter Hendrik. „Dabei kann man ja gerade in solch einer Projektwoche sehen, dass reduziertes Leben glückstiftend sein kann.“ Und er blickt in viele zustimmend lächelnde Gesichter.
bergwaldprojekt.de/mitmachen

Affen füttern im Regenwald

Oskar Ott, 24, war für zwei Wochen in einer Tierrettungsstation in Ecuador

Nach meinem Bachelor in Psychologie war ich etwas orientierungslos. Ich habe überlegt, in die Tierverhaltensforschung zu gehen, Affen interessieren mich besonders. Tierversuche und Zoo kamen für mich nicht infrage, ich wollte etwas machen, das den Tieren zugutekommt. Im Internet bin ich auf die Organisation Merazonia in Ecuador gestoßen. Die bereitet Tiere, die illegal gehalten wurden, auf die Auswilderung vor. Die Organisation finanziert sich durch Spenden und Beiträge der Freiwilligen. Ich habe zwei Wochen auf einer Station im Regenwald geholfen und 320 Dollar gezahlt plus meinen Flug. Davor und danach bin ich noch ein paar Wochen herumgereist.

Auf der Station leben die Tiere in großen Käfigen, die mit Pflanzen aus ihrem natürlichen Lebensraum ausgestattet sind. Meine Aufgabe war, die Käfige sauber zu halten und die Tiere zu füttern. Rote Brüllaffen bekamen unter anderem Bananen und Granatäpfel. Den Nasenbären haben wir einen Behälter mit Erde

Der Dschungel hat nie Feierabend: Oskar Ott mit einer riesigen Stabheuschrecke auf der Schulter

hingestellt, in dem sie dicke Würmer finden konnten. Das sollte sie an die Futtersuche gewöhnen.

Während der Käfigarbeiten waren die Tiere in einem anderen Teil untergebracht, damit sie sich nicht zu sehr an Menschen gewöhnen. Wir durften ihnen auch nicht zu lange in die Augen schauen. Was lustig war: Rote Brüllaffen haben einen roten Bart – genau wie einer der Freiwilligen. Er wurde deutlich mehr respektiert als wir anderen.

Immer in Gummistiefeln

Am Anfang wurde ich bei allem begleitet, nach ein paar Tagen durfte ich alleine losziehen, um Pflanzen und Blätter zu sammeln. Frei durch den Regenwald zu laufen ist etwas Besonderes. Als Tourist darf man das nicht, aber die Station ist auf Privatgelände. Oft bin ich durch einen Fluss gelaufen – das ist schonender, als sich einen Weg durchs Gestrüpp zu suchen. Meine Gummistiefel waren meine besten Freunde, nicht nur, weil es im Dschungel nass und matschig ist. Zweimal habe ich eine Korallenschlange gesehen – ein Biss und man ist innerhalb von acht Stunden tot.

Mit der Arbeit ging es um 7.30 Uhr los, mittags gab es zwei Stunden Pause, in der ich immer Mittagsschlaf gemacht habe. Durch die hohe Luftfeuchtigkeit und weil man in den Käfigen oft in der Hocke arbeitet, war es körperlich anstrengend. Dazu die ganzen Moskitos! Um 18 Uhr war Feierabend und auch dann vergisst man nur selten, dass man im Urwald ist, weil plötzlich eine 30 Zentimeter lange Stabheuschrecke auf deiner Schulter sitzt oder dir auf dem Weg zur Toilette ein Opossum über den Weg läuft.

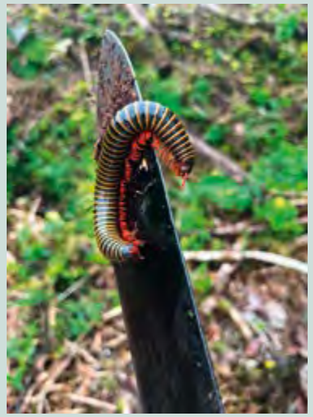
Die Arbeit mit Tieren und der Ansatz, sie auf ein Leben in Freiheit vorzubereiten, finde ich wunderbar. Ich kann so einen Freiwilligeneinsatz auf jeden Fall weiterempfehlen. Man sollte aber hinterfragen, ob der Einsatz wirklich sinnvoll ist oder eher schadet als nützt – etwa, wenn man Arbeiten macht, für die man nicht qualifiziert ist. Trotz der tollen Erfahrung habe ich mich beruflich für etwas anderes entschieden: soziale Arbeit. Forschung ist doch eher nichts für mich, habe ich gemerkt. Der Regenwald aber bleibt mein Sehnsuchtsort. merazonia.org

Worauf man bei Freiwilligenarbeit achten sollte

Voluntourismus versucht, zwei Welten zusammenbringen, die auf den ersten Blick wenig gemein haben: ausspannen und arbeiten. Es gibt allerdings auch Anbieter, die aus dem Wunsch zu helfen ein Geschäft machen. Das kann die Menschen vor Ort zusätzlich belasten und der lokalen Bevölkerung Arbeitsplätze wegnehmen. Nicht jede Arbeit ist für kurze Aufenthalte geeignet. Freiwillige sollten keine Aufgaben übernehmen, für die sie nicht geschult sind. Auch können ständig wechselnde Bezugspersonen mehr schaden als helfen, besonders bei der Arbeit mit Kindern.

Weitere Infos und Angebote:

- bundesfreiwilligendienst.de
- Vereinigung junger Freiwilliger e. V.: vjf.de
- Aktion Sühnezeichen Friedensdienste: asf-ev.de



Viel Wildlife: Raupen, Papageien und ein junger Brüllaffe

Große und kleine Abenteuer

Anke Lübbert, 45 Jahre, hat mit ihrer Familie in Wales auf einer Farm geholfen

Im Sommer hatten wir uns fünf Wochen Fahrradfahren und Zelten in Wales vorgenommen. Die ganze Zeit unterwegs sein wollten mein Mann und ich mit unseren zwölf, zehn und drei Jahre alten Kinder aber nicht und weil wir keine bezahlbaren Ferienhäuser in der Gegend fanden, kam uns die Idee, unsere Ferien mit Wwoofing zu kombinieren – World Wide Opportunities on Organic Farms. Das heißt: für freie Kost und Logis auf Biohöfen arbeiten.

Sandra schrieb auf ihrer Wwoofing-Seite, dass Kinder willkommen seien. Ihr Hof im Südwesten von Wales schien perfekt: direkt am Küstenwanderweg gelegen und Pferde hatte sie auch. Wir meldeten uns für acht Tage an. Der Hof, den Sandra mit ihrem Mann und ihren erwachsenen Kindern bewirtschaftet, ist noch im Aufbau.

Dass Wwoofing aber kein Urlaub ist, machte uns Sandra gleich am ersten Morgen klar, als wir vor ihr standen, wie Schulkinder, die erst nach dem Pausengong zum Unterricht erschienen sind. Sie erwarte Pünktlichkeit und angemessenen Einsatz – auch von den Kindern. Wir würden von 9 bis 13 Uhr und von 15 bis 18 Uhr arbeiten. Dafür gab es ein Mittagessen und am Mittwoch einen freien Tag.

Wir nickten betreten und zogen los für unseren ersten Einsatz: Jakobskraut, auf Englisch Ragwort, aus dem Boden reißen. Die ganze Farm war übersät mit der gelb blühenden Pflanze, die giftig ist und für Pferde lebensgefährlich sein kann. Ob das mit dem Wwoofen eine gute Idee war?

Bis der Fuchs kam

Jakobskraut kann sehr groß werden, es samt Wurzeln aus dem Boden zu bekommen, war gar nicht so leicht. Trotzdem konnte sogar unsere Dreijährige mithelfen: Sie durfte immer an den kleinsten Stauden ziehen. Am Ende des Tages waren wir verschwitzt, unsere Arme und Rücken schmerzten, aber wir sahen auch, was wir geschafft hatten, und das war ein gutes Gefühl.

Am nächsten Morgen kam Sandra ohne Standpauke aus und wir lernten ihre direkte Art zu schätzen. Sie ist Mitte 50, eine Macherin mit lauter Stimme und unerschöpflicher Energie. Wir misteten Ställe aus und ernteten jede Menge Kartoffeln. Auch die unerfreulichen Seiten des Bauernhoflebens gehörten dazu: In einer Nacht hatte der Fuchs alle Hühner geholt und nur einen traumatisierten Hahn übrig gelassen.

Gänsestall bauen, Jakobskraut rupfen: Anke Lübberts Kinder wuchsen in Wales über sich hinaus und probierten ihr Schulenglisch aus

Es war schön zu sehen, wie unsere Kinder über sich hinauswuchsen und wir als Familie ein noch besseres Team wurden. Unsere Zehnjährige, die bis dahin alles langweilig fand, dirigierte uns mit Hilfe der Anleitung beim Aufbau eines neuen Entenstalls. Die Zwölfjährige war stolz, weil sie öfter Sonderaufgaben bekam und am Ende sogar reiten durfte. Wenn das Frühstück auszuufern drohte, erinnerte sie uns daran, dass wir nicht noch mal zu spät kommen durften.

Als wir nach einer Woche wieder auf unsere Räder stiegen, konnten wir zwar kein Jakobskraut mehr sehen, denn wir hatten den ganzen Hof von der Pflanze befreit. Aber wir hatten uns in neuen Situationen kennengelernt, große und kleine Abenteuer erlebt. Und wir spürten Stolz: Unsere Arbeit hat einen Unterschied gemacht. Auch für die Kinder war klar, dass es wirklich auf sie ankommt. Unsere Jüngste fragt uns manchmal, wann wir endlich wieder nach Wales fahren. Und neulich rief eine unserer Töchter beim Anblick des aufblühenden Jakobskrauts am Wegrand: „Guck mal Mama, Ragwort!“ wwoof.net

Fotos: Zeitenspiegel, Markus Wanzeck / Merazonia, Oskar Ott, Stewart Maclean / Anke Lübbert

Gönn dir!

In der Bibel ist viel von Nächstenliebe die Rede. Aber um für andere wirklich da sein zu können, muss man sich auch um sich selbst kümmern, schreibt Militärpfarrer Yves Töllner

Vor einiger Zeit las ich ein Interview mit dem Schauspieler Eddie Murphy anlässlich seines 60. Geburtstages mit der Überschrift: „Ich liebe mich selbst.“ Darüber sprach ich mit einem älteren Soldaten, und wir beide waren uns einig: „Der Mann hat recht!“ Ohne Selbstliebe geht es nicht. Wir alle kennen das Gebot von Jesus: „Liebe Gott und deinen Nächsten wie dich selbst.“ In der Kirche habe ich nie eine Predigt über das Gebot: „Liebe dich selbst“ gehört, aber viele Predigten zu dem Thema: „Liebe Gott und liebe deinen Nächsten.“ Das mit der Selbstliebe ist irgendwie immer unter den Tisch gefallen. Und selbst in der Lutherbibel steht fälschlicherweise die Überschrift: „Vom Doppelgebot der Liebe.“ Dabei ist es ein „Dreifachgebot“: Gott lieben, seinen Nächsten lieben – und sich selbst lieben.

Aber wie geht das mit der Selbstliebe, mit der Selbstachtung, mit dem „Sich-Selber-Liebgewinnen“? Und das bei all dem, was uns heute an Leistungswettbewerb und Idealen – auch im Blick auf Aussehen und dem, was als „schön“ und „liebenswert“ gilt – umgibt? Wenn du als Mensch die Erfahrung machst, dass man geliebt wird, dass du in den Augen eines anderen Menschen schön bist, dann „macht das etwas mit dir“. Vielleicht kommt dann die Frage: „Wieso findet der oder die mich eigentlich schön? So schön bin ich doch gar nicht!“ Ja, das denkst du. Aber ein anderer sieht das anders.

Seitdem ich Soldatenseelsorger bin, habe ich eine neue Lieblingsstelle in der Bibel. Da begegnet Jesus einem Menschen, der Rat bei ihm sucht, und nachdem dieser Mensch Jesus seine Not geklagt hat, heißt es dann so schön: „Jesus sah ihn an und gewann ihn lieb …“ (Markus 10, 21). Ich glaube, alles beginnt mit dieser grundlegenden Erfahrung, dass wir geliebt sind. Mir hat es in meinem Leben immer gutgetan, mich mit Menschen zu umgeben, die mir das Gefühl der Wertschätzung und Achtung entgegengebracht haben. Die Bibel nennt das „Nächstenliebe“.

Wer nicht genießen kann, wird für andere ungenießbar

Eine Pause vom Alltag machen

Wenn ich mich so von Gott geliebt weiß – und weiß, dass ich schön bin, in Ordnung bin, so wie ich bin – dann kann ich auf diese Liebe auch antworten. Dreifach. Indem ich bei mir selbst anfange, mich selbst liebe, mir also immer wieder etwas Gutes gönne, mein Leben genieße und mich daran von Herzen erfreue. Aber nicht nur einmal in der Woche. Jeden Tag sollte eine Auszeit drin sein. Eine schöne Pause zum Genießen – Freude an Sonnenstrahlen, an einem guten Gespräch oder einem geliebten Drink. Oder ein Konzert, ein Ausflug mit Freunden, die lange aufgeschobene Reise machen.

Wie beim Rettungseinsatz im Flugzeug – erst die eigene Sauerstoffmaske anlegen. Dann um den Nächsten an Bord kümmern. Erst Selbstsorge, dann Sorge um den Nächsten. Sonst bin ich nicht mehr einsatzfähig. Liebe austeilen an andere geht immer. Aber du musst bei dir selbst anfangen, sonst bist du „leer“ und kannst niemandem helfen.

Die Bibel erzählt uns schöne Beispiele, etwa im Buch des Predigers: „Denn ein jeder Mensch, der da isst und trinkt und hat guten Mut bei all seinem Mühen, das ist eine Gabe Gottes.“ (Prediger 3,13) Umgangssprachlich heißt es: Wer nicht genießen kann, wird für andere ungenießbar. Oder positiv ausgedrückt: Mensch, lerne genießen – dann bleibst du auch für andere genießbar!

Wenn meine Töchter erleben, wie ich mich an bestimmten Dingen erfreue – etwa im Sommer ein leckeres Erdbeereis mit Schlagsahne zu essen –, dann rufen sie mir gerne einen Ausspruch zu, der typisch ist für ihre Generation: „Papa, gönn dir!“ und sie freuen sich mit mir. Das zu hören, ist eine wunderbare Bestätigung dafür, dass es gut ist, sich selbst zu lieben und sich etwas Gutes zu gönnen – immer wieder einmal!

Yves Töllner ist Militärpfarrer und zuständig für die Standorte Lohheide und Munster

fotos: getty images, orion-media

Heiße Leidenschaft

Grillfans träumen von einer Outdoorküche. Wie man sie selbst plant und baut, erklärt Experte Carsten Sens

1. Was will ich?

Grillenthusiasten sollten sich ehrlich fragen, welche Geräte sie wirklich brauchen. „Wer noch nie mit einem Smoker gearbeitet hat, sollte erst mal ein Grillseminar besuchen und lernen, wie man damit umgeht, bevor man einen bestellt“, rät Küchenentwickler Carsten Sens. Meistens reicht schon das Minimalpaket: Grill, Arbeitsfläche und eine Spüle.

2. Wie viel Platz habe ich?

Eine fest verbaute Outdoorküche mit Grill, Kochstelle, Ofen, Smoker und Stauflächen kann mehrere Meter lang werden und mit Steinfassade etliche Tonnen wiegen. „Bei kleinem Garten rate ich zu einer mobilen Küche mit Rollen“, sagt Sens. Und er empfiehlt, ausreichend Abstand zum Nachbargrundstück einzuhalten, damit der Qualm keinen Ärger macht.

3. Muss ich den Himmel sehen?

Für Sens entscheidet sich die komplette Planung an der Dachfrage. Er rät immer zu einer Überdachung. Die schützt vor Feuchtigkeit und damit vor Rost und Schimmel. „Wenn die Küche ungeschützt im Freien steht, rate ich zu Edelstahl und einer Granitarbeitsplatte. Beim Dach ist die günstigste Variante ein selbst gebauter Carport oder ein Pavillon.“

4. Holzkohle oder Gas?

Jede Elektronik kann kaputtgehen. „Grills und Öfen, die ich mit Holzkohle oder Holz befeuere, können bei richtiger Pflege und guter Überdachung ein Leben lang halten“, sagt Sens. Gas bleibt die praktischere Lösung. Hitze auf Knopfdruck, keine Asche. Und kein Funkenflug, der in heißen Sommernächten einen Gartenbrand auslösen könnte.

5. Der richtige Plan

Weiß man, was man will, muss man einen Bauplan machen, sagt Sens. In die Skizze zeichnet man Strom- und Wasserleitungen ein und rechnet aus, wie viel Material man benötigt. Wer schon einen Grill besitzt, kann prüfen, ob man ihn in die neue Küche integrieren kann. Ein beliebter Fehler: Die Granitplatte zu eng um den Smoker bauen. „Der Smoker dehnt sich bei Hitze aus und drückt den Granit auseinander. Ich habe mal gesehen, wie eine Granitplatte in 1000 Teile zerfiel“, erzählt Sens. Ein weiterer Flop: zu wenige Steckdosen verbauen.

6. Ein gutes Fundament

Mit dem Trockenbetonfundament geht der Küchenbau los. „Auf jeden Fall muss man tief genug graben, mindestens 70 Zentimeter, um in frostfreie Schichten zu kommen.“ Die Betondecke sollte mindestens 20 Zentimeter dick sein. Wer Wasser-, Strom- und Gasleitungen braucht, sollte die Rohre und Leitungen gleich durch das Fundament legen.

7. Stein auf Stein

Am einfachsten baut man eine feste Küche mit Porenbeton. Der lässt sich mit einem Fuchsschwanz zersägen, sagt Sens. Nachdem das Fundament ausgehärtet ist, wird die erste Steinreihe verlegt. Die muss absolut gerade sein, sonst wird die ganze Küche schief. Am besten ein Schnurgerüst spannen und mit der Wasserwaage kontrollieren. Damit die Steine halten, kann man Mörtel, frostsicheren Dünnbettkleber oder Silikon verwenden. „Auf diese Steinkonstruktion kommt am Ende der Grill und vielleicht noch eine Spüle.“ Arbeitsfläche drauf – und fertig ist die Selfmade-Lösung. „Für das Fundament und das Material ohne Geräte kommen mindestens 1500 Euro zusammen, verbunden mit vielen Stunden Eigenleistung“, sagt Sens. Etwas preiswerter wird es, wenn man Abbruchsteine verwendet, am besten alte Klinkersteine.

8. Günstiger, aber empfindlich

Eine günstigere – und leichtere – Lösung ist eine Outdoorküche aus Holz, sagt Sens. Die kann auch auf der Terrasse stehen. Als Material bietet sich preiswertes Holz aus dem Baumarkt an. Das muss jedoch zuerst mit Holzschutz grundiert werden und dann mit einer Wetterschutzfarbe angestrichen werden. Der Korpus besteht aus zwei langen Rahmenbrettern (Douglasie eignet sich dafür gut), die mit mehreren Querstreben verbunden sind. Winkelverbinder in den Ecken sorgen für mehr Stabilität. An die Rahmbretter kommen dann die horizontalen Pfosten aus Kanthölzern. Sie tragen die Küche, deshalb unbedingt Winkeleisen verschrauben. Steht das Gerüst, kann der Grill eingesetzt werden. Arbeitsplatte drauf und die Fronten mit Glattkantbrettern verkleiden. Fertig! Sens rät hier dringend zu einem Dach. „Sonst werden die Oberflächen grau und das Holz fängt an zu reißen“, warnt er.

9. Achtung, Lebensgefahr!

Nicht vergessen: an Stromschlüsse denken. Hobby-Heimwerker müssen jedoch unbedingt die Finger vom Strom und von der Gasleitung lassen. Sonst wird man am Ende selbst gegrillt.

CARSTEN SENS, 46, ist Outdoorküchen-Entwickler, Informatiker und Metallbildner. Mit seiner Firma „Sens Outdoor Grills“ baut er Outdoorküchen auf Kundenwunsch. sens-outdoor-grills.de

Wasserfest: Mit Dach über der Küche kann man auch bei schlechtem Wetter grillen

Fotos: Getty Images, Aldo Morillo / Aluna1, iStockphoto / Privat

GEWINN: WEBER-GRILL

Jetzt wird's heiß!
Auf dem Q1400 Elektrogrill von Weber gelingt die perfekt gebrutzelte Wurst - und knackiges Gemüse. Dank Fettauffangschale gibt es keine Sauerei.

Lösungswort Juni:
Sommer

Gewinner der GPS-Sportuhr:
Martin Richter aus 48432 Rheine

1 2 3 4 5 6 7

Ganz einfach das Lösungs[illegible] is s[illegible]")

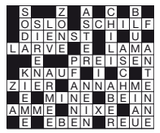
Die Teilnahme am Rätsel ist nur mit dem gedruckten Heft möglich. Das bekommt ihr bei eurem Militärpfarrer.

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

Jede Ziffer von 1 bis 9 darf in jeder Reihe, in jeder Spalte und in jedem Quadrat nur ein einziges Mal vorkommen.

großer Fluss	▼	das Hochgebirge betreffend	▼	kleines hirschartiges Waldtier	▼	Geburtsnarbe	untere Rückenpartie	die dort	▼	Form des Sauerstoffs	▼
▶						▼	poetisch: Frühling	▶ ▼			(5)
ein Bedürfnis befriedigen		gedeckter Tisch		Liegeplatz für Schiffe	▶	(4)				Spaß; Unfug	
▶		▼	(6)	▼	Campingartikel		eine Zahl	▶		▼	
Vermerk, kurze Aufzeichnung	▶ (1)						hochbetagt		koffeinhaltiges Kaltgetränk		Sportruderboot
Zirkusarena	Hartschalenfrucht		Backmasse		Loch, fehlendes Stück	▶	▼		▼		▼
nach Abzug der Kosten	▶ ▼		▼		▼	musikalisches Bühnenwerk		erfolgreiches Musikstück		schmal; begrenzt	
▶				großtun, sich rühmen	▶		(2)	▼		▼	
Nachtvogel		ein Europäer	▶			Schling-, Urwaldpflanze	▶			(7)	
Strudelwirkung	▶		(3)	Ausflug zu Pferde	▶				Kfz-Zeichen Griechenland	▶	

Auflösung Rätsel Juni



Auflösung Sudoku oben

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

* Jeweilige Providerkosten für eine SMS. Teilnahmeberechtigt sind Soldaten und Zivilangestellte der Bundeswehr. Mehrfachteilnahme führt zum Ausschluss, der Rechtsweg ist ausgeschlossen. JS veröffentlicht Vor-/Zuname samt Dienst-/Wohnort des Gewinners in der übernächsten Ausgabe. Dazu speichern und nutzen wir personen- und ggf. institutionsbezogene Daten vertraulich und ausschließlich für die Abwicklung des Preisrätsels (Auslosung, Benachrichtigung, Zusendung des Gewinns ggf. durch Händler). Wir geben Daten nicht an Dritte weiter und verkaufen sie auch nicht. Mehr Infos zum Umgang mit Daten und Rechten (Widerruf- und Widerspruchsrechte) stehen auf js-magazin.de/datenschutz.

JS
DIE EVANGELISCHE ZEITSCHRIFT FÜR JUNGE SOLDATEN UND SOLDATINNEN

Im Auftrag der Evangelischen Kirche in Deutschland.
39. Jahrgang

Herausgeber:
Dr. Dirck Ackermann, Albrecht Steinhäuser, Dr. Will Teichert, Dr. Johannes Wischmeyer

Redaktion:
Leitender Redakteur: Sebastian Drescher (V. i. S. d. P.)
Redaktion: Constantin Lummitsch
Bildredaktion: Caterina Pohl-Heuser
Redaktionelle Mitarbeit: Katharina Müller-Güldemeister
Redaktionsassistenz: Reyhan Evcin, Shalini Frank
Designkonzept: Ellina Hartlaub
Grafikdesign: Lukas Fiala

Emil-von-Behring-Straße 3
60439 Frankfurt am Main
Telefon: 069 / 580 98-270
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: Direktorin Ariadne Klingbeil, Direktorin Dr. Stefanie Schardien
Einzelprokura: Bert Wegener

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,
63110 Rodgau-Dudenhofen

Erscheinungsweise monatlich
Für unverlangt eingesandte Manuskripte, Fotos, Bücher kann keine Gewähr übernommen werden. Nachdruck nur mit Genehmigung des Verlages

TERMINE AUGUST BIS NOVEMBER

FAMILIENRÜSTZEIT
18.8. – 23.8.2024 in Steingaden,
EVMilPfarramtMayen@Bundeswehr.org, 02651 - 497 2911

BAS-GOLFTURNIER IN SOLTAU
27.8. in Soltau,
eas-berlin.de/veranstaltungen

TAGESRÜSTZEIT: SCHATTEN DER VERGANGENHEIT
3.9.2024 in Hannover,
EvMilPfarramtMunsterl@Bundeswehr.org, 05192 - 12 1802

FRAUENRÜSTZEIT
20.9. – 22.9.2024 in Eggenfelden,
EvMilPfarramtKuemmersbruck@Bundeswehr.org, 09821 - 891 4421

WANDERWOCHE IM ALLGÄU
30.9. – 4.10.2024 in Steingaden,
eas-berlin.de/veranstaltungen

BUNDESWEHR-THROWDOWN 2024
1.10. – 2.10.2024 in Potsdam. Infos und Anmeldung:
eas-berlin.de/event/bundeswehr-throwdown-2024

FISCHEREIAUSBILDUNG MIT PRÜFZERTIFIKAT
1.10. – 18.10.2024 in Fritzlar,
eas-berlin.de/veranstaltungen

PAARRÜSTZEIT
28.10. – 1.11.2024 in Rothenburg,
EvMilPfarramtBerlinI@Bundeswehr.org, 030 - 4981 3571

HELM AB – HUT AUF
11.11. – 15.11. 2024 in Seevetal,
EvMilPfarramtHusum@Bundeswehr.org, 04841 - 7764 2006

EINE FRAGE AN ...

JÖRG BARUTH,
Militärpfarrer, Daun

Welchen Beruf würden Sie gern ausprobieren?

Zwei Tage vor meinem 19. Geburtstag trat ich zum Grundwehrdienst an. Zufällig landete ich in dem Bett, in dem der Koch bis zu seiner Entlassung geschlafen hatte. Damit war meine Verwendung geregelt: Ich wurde Koch. Bis zu diesem Tag konnte ich Spiegeleier braten und Kaffeewasser kochen.

Drei Monate hatte ich Zeit, um mit einer Feldküche so umzugehen, dass 70 Mann satt wurden und nicht übers Essen murrten. Das Experiment ging gut. Ich koche noch heute gern. Gern scharf, denn ich habe in Südkorea gelebt und mag die richtig feurigen Gerichte. Hätte ich die Wahl, würde ich einem Sternekoch über die Schulter gucken und mich in die Geheimnisse der gehobenen Kochkunst einführen lassen.

Fotos: Tom Ullrich

SEELSORGE

PERSONAL-MELDUNGEN

Eingestellt
Monika Petkova, EKA – Referat III.

Versetzt
Militärpfarrer **Christian Tröger**, EMilPfA Aachen.
Pfarrhelfer **Eugen Berger,** EMilPfA Münster.

Ausgeschieden
Pfarrhelferin **Angelika Meinhold.**

Rückkehrappell des letzten Malikontingents. Der Einsatz ist vorbei, aber auf die Soldaten warten neue Aufgaben – und damit neue Herausforderungen für die Familien

Kinder in der Zeitenwende

Krieg in Europa, neue Aufgaben in der Bündnisverteidigung: Fachleute gingen bei einer Veranstaltung der EAS der Frage nach, wie Kinder in unsicheren Zeiten besser begleitet werden können. Fünf Erkenntnisse

1 Nicht kriegs-, sondern lebenstüchtig werden

„Müssen wir unsere Kinder kriegstüchtig machen?“ Mit dieser provokanten Frage eröffnete der Evangelische Militärbischof Bernhard Felmberg die Podiumsdiskussion der Evangelischen Arbeitsgemeinschaft für Soldatenbetreuung (EAS) im Juni in Berlin. Seine Antwort: „Nein, das müssen und das wollen wir auch nicht.“ Aber es ist „unsere Aufgabe, ihnen zu helfen, lebenstüchtig zu werden“. Kinder hätten ein feines Gespür dafür, was um sie herum passiert. Wichtig sei, ihre Bedürfnisse ernst zu nehmen und auf ihre Sorgen einzugehen.

2 Soldatenkinder sind besonders belastet

Cordula Klaffs, Diplom-Sozialpädagogin und Psychologin, die als Therapeutin viele Paar- und Familienfreizeiten der EAS für Soldaten und Soldatinnen begleitet hat, betonte, dass Kinder heutzutage bereits mehrere Zeitenwenden erlebt haben. „Seit 2015 flüchten viele Menschen vor kriegerischen Auseinandersetzungen nach Deutschland.“ Hinzu kämen der Klimawandel sowie die Pandemie, die die Welt in ein „Davor“ und „Danach“ geteilt habe.

Besonders Soldatenkinder seien belastet: „Soldatenfamilien ziehen öfter um, ihre Eltern sind häufig nicht anwesend“, sagte Klaffs. Dazu komme die Angst um das Leben der Eltern. „Wir müssen uns an die Lage gewöhnen, dass ein Krieg in Europa ausbrechen könnte“, sagte Klaffs. Kinder bräuchten ein liebevolles Umfeld, das altersgemäß auf sie eingeht.

Fotos: Imago, Political-Moments

3 Reden, reden, reden!

Eva Högl, Wehrbeauftragte des Bundestages, betonte, dass die Vereinbarkeit von Familie und Dienst kein Thema sei, um das man sich nur in Friedenszeiten kümmern müsste. Im Gegenteil: „Die Soldatinnen und Soldaten sind nur dann voll und ganz im Einsatz, wenn sie wissen, für ihre Familien ist gesorgt.“ Eine zentrale Frage sei, wie man mit den Kindern über die Einsätze spreche.

Michael Rohde, Militärdekan und Referent Einsatzbegleitung im Evangelischen Kirchenamt für die Bundeswehr, sagte: „Wir müssen die Familien untereinander sprachfähig machen. Es darf kein Tabu sein, darüber zu sprechen, was sie bewegt.“ Rohde erzählte von einem persönlichen Erlebnis: Als er 2011 als Militärseelsorger in Afghanistan war und ein Anschlag passierte, hörte sein damals sechsjähriger Sohn in Deutschland davon im Radio und fragte seine Mutter: „Haben die jetzt Papa zerschossen?“ Es sei entscheidend, dass die Eltern vorbereitet und in der Lage seien, solche Situationen angemessen zu bewältigen. Auch die gemeinsame Aufarbeitung sei bedeutend. Sein Sohn habe bei einer Familienrüstzeit vom Austausch mit anderen Soldatenkindern profitiert. „Sonst hätte er es in sich reingefressen“, sagte Rohde.

Susanne Bruns, Leiterin des Psychologischen Dienstes der Bundeswehr, hob hervor, dass es nicht einfach sei, Kindern zu erklären, was vor sich geht. „Man muss mit einem Sechsjährigen anders sprechen als mit einem Teenager.“ Soldateneltern könnten Unterstützung in Gesprächen bekommen, um selbst gefestigt zu sein und die Fragen ihrer Kinder beantworten zu können.

4 Der Umzug ins Ausland ist eine andere Nummer

Fordernd für Familien ist der Dienst im Ausland, den mit der geplanten Stationierung einer Brigade in Litauen künftig mehr Soldaten leisten müssen. Christiane Rehder, Lehrerin, Mutter und Frau eines Soldaten, die ihren Mann zweimal zu Verwendungen in die USA begleitet hat, berichtete, dass viele Soldateneltern Auffälligkeiten bei ihren Kindern wahrgenommen hätten. Verwunderlich sei das nicht. „Der Papa arbeitet sofort wieder, die Mutter schaut, wo sie was einkaufen kann. Aber die Kinder haben ihre Freunde nicht mehr.“ Dazu suchten sich die Kinder die Veränderungen nicht aus. Der Grund, warum die Familie in einem anderen Land ist, sorgt für Ängste und Unsicherheiten, die es aufzufangen gelte.

5 Kinder brauchen andere Kinder

Wichtig sei, den Kindern Möglichkeiten zum Spiel und Austausch zu bieten, besonders wenn es keine Kita gibt. „Kinder brauchen andere Kinder“, betonte Rehder. Die Angebote der Militärseelsorge seien eine große Hilfe, weil sie Gemeinschaften fördern und den Kindern Raum geben. Außerdem helfe es Müttern, sich auch noch anderen Aufgaben zu widmen. Bei ihrem ersten Einsatz habe es nur Container ohne Fenster gegeben, beim zweiten habe sie arbeiten können, was ihr sehr geholfen habe. „Es geht nicht darum, eine volle Stelle zu haben, sondern um eine sinnvolle Beschäftigung, die den Qualifikationen entspricht.“

Militärdekan Michael Rohde wünschte sich von der Bundeswehr klare Zeitpläne, um in Litauen Angebote der Militärseelsorge einrichten zu können.

Katharina Müller-Güldemeister

„Wir müssen uns an die Lage gewöhnen, dass ein Krieg in Europa ausbrechen könnte“

Was IHR wollt

Soldatinnen und Soldaten vom Standort Erndtebrück sagen, was sie denken. Die drei Fragen diesmal:

1. Welchen Song musst du dir ständig anhören?
2. Auf was sparst du gerade?
3. Was wünschst du dir von der Bundeswehr?

ERNDTEBRÜCK

Die Soldatinnen und Soldaten vom Einsatzführungsbereich 2 sind in der Hachenberg-Kaserne in Erndtebrück stationiert

Stabsunteroffizier **Kevin (30),** Einsatzführungsunteroffizier

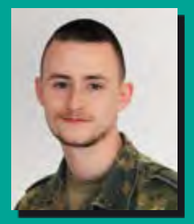
1. Sexion d'Assaut - Désolé
2. Auf Immobilien
3. Mehr Transparenz

Gefreite **Xenia (19),** Einsatzführungssoldatin

1. Beethoven – 7. Sinfonie
2. Auf die eigene Wohnung
3. Ein besseres Bild der Bundeswehr in der Gesellschaft

Stabsgefreite **Maike (25),** Einsatzführungssoldatin

1. Natasha Bedingfield - Unwritten
2. Auf eine Pilotenlizenz
3. Dass mehr Menschen Erfahrungen bei der Bundeswehr sammeln können



Stabsunteroffizier **Nico (27),** Einsatzführungsunteroffizier

1. Mac Miller – The Spins
2. Auf den Urlaub
3. Faires Trennungsgeld

Oberstabsgefreite **Ann-Kathrin (25),** Einsatzführungssoldatin

1. Natasha Bedingfield - Unwritten
2. Auf neue Tattoos
3. Mehr Kameradschaftspflege

Fotos: Bundeswehr (5)

MÄNNERGESUNDHEIT

Was meint das?

Frauen gehen zum Frauenarzt. Und Männer? Beschwerden rund um die Geschlechtsorgane behandelt in der Regel ein Urologe. Er kümmert sich um Penis und Hoden, Harnleiter, Blase, Nieren etc. Auch bei Erektionsproblemen, Prostataerkrankungen oder Geschlechtskrankheiten ist man beim Urologen richtig. Bei Hautausschlägen im Genitalbereich hilft der Hautarzt. Dann gibt es noch Andrologen, das sind Experten für die Fortpflanzungsfähigkeit des Mannes. Androloge ist ein Zusatztitel für Fachärzte wie Urologen.

An wen wenden sich Soldaten?

Zuerst immer an den Truppenarzt. Auch bei gesundheitlichen Fragen, die einem unangenehm sind, sollte man dem Truppenarzt gegenüber offen sein, damit er einem optimal helfen kann. Der Truppenarzt untersucht bei Beschwerden und überweist gegebenenfalls an einen Facharzt. Die Bundeswehr übernimmt die Kosten für die Untersuchung und Behandlung (unentgeltliche truppenärztliche Versorgung).

Was sollten Männer untersuchen lassen?

Männer jeden Alters sollten regelmäßig selbst Haut und Geschlechtsorgane (Penis, Hoden) anschauen und abtasten und dabei auf Knoten, Schwellungen (z. B. eines Hodens) und Hautveränderungen achten. Empfindet man etwas als auffällig, lässt man es vom Arzt prüfen. Ab einem bestimmten Alter empfehlen Ärzte alle zwei Jahre Vorsorgeuntersuchungen:

- ab 35: Gesundheitscheck beim Truppenarzt (Bluthochdruck, Diabetes, Herz- und Nierenprobleme), Hautkrebsscreening beim Hautarzt,
- ab 45 Jahren: Prostata-Untersuchung als Krebsvorsorge,
- ab 50 Jahren: Darmkrebsvorsorge (bei „familiärem Risiko" früher).

Ist die Vorsorge für Soldaten Pflicht?

Nein. Allerdings müssen sie gesundheitliche Untersuchungen dulden, mit denen die Bundeswehr prüft, ob sie für spezielle Aufgaben (Kampfschwimmer, Kraftfahrer, Auslandseinsatz) „verwendungsfähig" sind.

Kann man Krebs verhindern?

Mit einem gesunden Lebensstil kann man zumindest das Risiko etwas senken, an Krebs zu erkranken. Dazu gehört:

- Nicht rauchen – senkt das Erkrankungsrisiko für Leber- und Blasenkrebs.
- Wenig Alkohol trinken – senkt das Leberkrebsrisiko.
- Gesunde Ernährung mit vielen Ballaststoffen, Obst und Gemüse – senkt das Darmkrebsrisiko.
- Nicht zu lange und nur geschützt (Sonnencreme, Kleidung) in die Sonne – senkt das Hautkrebsrisiko.

Was tun bei Erektionsproblemen?

Auch das kann man beim Truppenarzt ansprechen, der ärztliche Schweigepflicht hat. Er überweist in der Regel zum Urologen, der zunächst auf organische Ursachen hin untersucht. Erektionsstörungen können etwa durch Nervenschädigungen, Störungen des Blutflusses oder Hormonstörungen entstehen. Auch andere Erkrankungen wie Diabetes, Schilddrüsenfehlfunktionen oder Gefäßverkalkungen können Ursachen sein. Es kann auch mal an Stress, Nervosität oder Unsicherheit liegen, dass die Erektion ausbleibt. Das ist normal. Wenn es dauerhaft nicht klappt und der Urologe eine organische Ursache ausgeschlossen hat, sollte man einen Psychologen oder Sexualberater aufsuchen.

Wer beantwortet Fragen zur Verhütung und Familienplanung?

Der Truppenarzt wird ein offenes Ohr für diese Themen haben. Wer nach einer intensiveren, detaillierten Beratung sucht, kann sich auch an Beratungsstellen von Pro Familia (profamilia.de) oder der Diakonie (diakonie.de/informieren/einrichtungssuche) wenden.

Und bei Hämorrhoiden?

Schätzungsweise jeder Zweite(!) über 30 Jahre hat sogenannte Analbeschwerden. Also: kein Grund, sich zu schämen. Der Truppenarzt wird am ehesten an einen Facharzt überweisen. Hämorrhoiden sind „Abdichtungspolster" am After, die jucken, brennen und auch bluten können. Salben und Zäpfchen können da schon helfen.

Wo findet man weitere Informationen?

- Erklärungen, Hinweise und Tipps sowie Ansprechpartner zum Thema: maennergesundheitsportal.de

NÄCHSTEN MONAT IN JS

MMA-Fighter: hart im Kampf, sozial im Kiez

Kein Platz bei uns? Umgang mit Rechtsextremen

Barett und Kippa: jüdische Soldaten

Fotos: Zino Peterek

JS-MAGAZIN FÜRS SMARTPHONE

Holt euch die **JS-App!** Jetzt kostenlos für Android und iOS in den Appstores.

FERNANDEZ GEGEN DEN STRICH