

UNSER PRODUKT
DES MONATS
JUNI



Teraste
Ortho Raha Sanitätshäuser

Viskoelastisches Kissen
Zum Einführungspreis von
59,90 €*
statt 65,90 €
* Nur im Freiverkauf zur Selbstabholung,
solange der Vorrat reicht.

**WACHKÜSSEN
OPTIONAL:**

Für Ihren erholsamen Schönheitsschlaf

Dieses hochwertige orthopädische Kissen wird aus hochwertigem viskoelastischem Schaumstoff hergestellt, der dabei hilft, das richtige Gleichgewicht von Muskeln und Wirbelsäule zu sichern und beugt dadurch auch Problemen mit der Durchblutung und Taubheitsgefühlen vor. 10 % natürliches Rizinusöl machen das Kissen besonders angenehm weich und garantieren, dass Sie erholt und entspannt erwachen, auch wenn sie mal etwas länger liegen.

- Memoryeffekt
- Durchdachtes Belüftungssystem
- Perfekte Unterstützung für die Halswirbelsäule
- Organisch und umweltfreundlich
- Ideal für Allergiker*innen

Gerne beraten wir Sie in einem unserer Sanitätshäuser.

Leinstraße 33	30159 Hannover	Tel.: (0511) 30 10 50
Rundestraße 5	30161 Hannover	Tel.: (0511) 388 833 43
Falkenstraße 1	30449 Hannover	Tel.: (0511) 44 21 77
Vahrenwalder Str. 62	30165 Hannover	Tel.: (0511) 31 76 53
Ziegelstr. 9	30519 Hannover	Tel.: (0511) 83 17 09

10 x in der Region Hannover www.teraste.de

Freiwilligendienst – eine wichtige Station auf dem Weg zum Beruf

MAGDALENA MÄRTENS und OLIVIA GRAZKA ziehen nach der Hälfte ihres Dienstes eine zufriedene Zwischenbilanz

HANNOVER. Vor einem Jahr haben sie Abitur gemacht. Aber Schule, Klassenarbeiten und endlos lange Wochenenden sind für Magdalena Märtens (20) und Oliwia Grazka (22) gefühlt ganz weit weg. Beide absolvieren derzeit einen Freiwilligendienst im Bevölkerungsschutz bei den Johannitern in Hannover. Seit zehn Monaten bestimmen Einsatzpläne, Dienste am Wochenende und manchmal auch Nachtschichten ihr Leben. „Freizeit habe ich jetzt viel weniger als früher“, sagt Magdalena. Sie habe einige Monate gebraucht, um sich an diesen ungewohnten und bisweilen stressigen Arbeitsalltag zu gewöhnen. „Aber ich bin froh, durchgehalten zu haben“, sagt sie, „es hat sich definitiv gelohnt.“ Oliwia Grazka machte erst nach der Realschule eine Ausbildung zur Biologisch-Technischen Assistentin und setzte dann das Abitur drauf. „Ich wurde in den USA geboren und bin

in Polen aufgewachsen. Ich brauchte einfach die Zeit, um Deutsch zu lernen“, sagt sie. Sie kannte das Gefühl „Arbeitsalltag“ also schon, gewöhnte sich schnell an Schichtdienste und spontane Einsätze und fand auch noch Zeit für ein neues Hobby. „Ich engagiere mich bei den Johannitern jetzt auch ehrenamtlich im Sanitätsdienst“, erzählt Oliwia Grazka. Warum? „Weil es cool ist mit Menschen zusammen zu sein, die die gleichen Interessen teilen.“

Für die jungen Frauen ist nun die Hälfte ihrer gemeinsamen 18 Monate im Bundesfreiwilligendienst (BFD) vorbei. Wie fällt ihre Zwischenbilanz aus? „Mein Ziel ist das Medizinstudium“, sagt Magdalena Märtens, „daran hat sich nichts geändert, der Bundesfreiwilligendienst hat mich bestärkt.“ Oliwia Grazka ist sich noch nicht sicher, wie es für sie weitergehen soll. „Medizin, Jura oder vielleicht doch zur Polizei?“ Sie nutzt den Freiwilligendienst,

um sich zu informieren und in Ruhe zu planen. „Außerdem ist der Freiwilligendienst gut, um sich selbst besser kennenzulernen und weiterzuentwickeln“, sagt sie. Früher sei sie ein eher zurückhaltender Mensch gewesen. „Aber durch die vielen Einsätze und den Kontakt mit fremden Menschen bin ich selbstbewusster und lockerer geworden.“

Im Rahmen ihres BFD sind die jungen Frauen zu Rettungssanitäterinnen ausgebildet worden. An manchen Tagen fahren sie an der Seite von erfahrenen Rettungsdienstmitarbeitenden im Krankentransport, erleben dabei schwere Erkrankungen, mussten sich aber auch schon um viele Bagatellen kümmern. Empathie, Geduld und Verlässlichkeit braucht es jedes Mal. „Es begeistert mich total, wenn wir einen Raum betreten und allein durch unser Erscheinen und unsere ersten Worte Ruhe in eine unruhige Situation bringen



Im Rettungswagen bereiten Oliwia Grazka (links) und Magdalena Märtens zu Übungszwecken das Legen einer Infusion vor
Foto: JUH/Heun

hat sie mitgenommen: „Wenn man die Leute sieht, ist der Krieg plötzlich vorstellbar und viel näher als in den Nachrichten.“

Noch bis zum Jahreswechsel geht der Freiwilligendienst für Magdalena und Oliwia. Beide sind angekommen in der Arbeitswelt bei den Johannitern. Was als nächstes kommt, ist noch offen. Aber von hier aus geht es weiter – Schritt für Schritt. Für dieses Jahr gibt es noch freie Stellen im Freiwilligendienst bei den Johannitern in der Stadt und Region Hannover, zum Beispiel im Bevölkerungsschutz, im Hausnotruf-Einsatzdienst, im Menüservice, in Unterkünften für geflüchtete Menschen oder in Kindertagesstätten.

Mehr Infos unter: johanniter.de/fsj-hannover oder telefonisch unter (0800) 0 01 92 14.

SHEU



JOHANNITER

www.johanniter.de/hannover

Telefon KundenServiceCenter:
0800 / 0 01 92 14 (kostenfrei)

Chiara T.
Freiwilliges Soziales Jahr
Rettungssanitäterin

Arbeiten mit
FREUDE & EINSATZ

Miteinander füreinander da sein. Das macht uns Johanniter aus. Dich ebenso?

Wir suchen engagierte junge Menschen und bieten Praxiserfahrung, Berufsorientierung und coole Teams. Mögliche Dienstorte sind: Hannover, Ronnenberg, Langenhagen, Wunstorf, Schwarmstedt und Landesbergen.

Jetzt bewerben auf
johanniter.de/fsj-hannover



JOHANNITER

Speed Dating in der Pflege

HANNOVER. Die Johanniter in Hannover laden ein zum Speed Dating für Pflegekräfte. Am Donnerstag, 8. Juni, können Pflegefachkräfte, Pflegekräfte und an einem Pflegeberuf Interessierte zwischen 11 und 14 Uhr zu einem zwanglosen Kennenlernen in die Johanniter-Sozialstation an der Sutelstraße 7A in Hannover-Bothfeld kommen. Bewerbungsunterlagen können mitgebracht werden, sind aber nicht notwendig. Es geht um den Austausch, die Möglichkeit Fragen zu stellen und neue Impulse zu bekommen.

Infos gibt es unter Telefon (0800) 0019214 oder online unter www.johanniter.de/pflege-team-hannover.



MADSACK
See Salon

DIE EXKLUSIVE LOCATION ZUM MASCHSEEFEST

Firmen - und Familienfeiern für 99€ pro Person*,
inkl. abwechslungsreichem Buffet und Getränken

Jetzt Buchen:

 www.madsack-seesalon.de

 0511 - 518 2107

(*zzgl. MwSt. Pauschale – exkl. Cocktails – gilt für einen Zeitraum von fünf Stunden)

Täglich vom
26. Juli bis 13. August
ab 17 Uhr