

ECHT

1
2026

Das Heft für den Bundesfreiwilligendienst

bundesfreiwilligendienst.de



*Wasservogelreservat
Wallnau 6*

*Theater
Osnabrück 18*

*Feuerwehr
Düsseldorf 24*

INHALT

04 **ECHT***aktuell*
 Laufbereitschaft
 Landpartie
 Pflegeleistung
 Bühnenerfahrung

06 **ECHT***natürlich*
 Schutz für die
 Schnatterente

10 **ECHT***informativ*
 Der BFD auf einen Blick
 Das Bundesamt vor Ort

12 **ECHT***kompetent*
 Das ist meine
 berufliche Zukunft

16 **ECHT***informativ*
 Zentralstellen
 im BFD

ECHT*digital*

Sie finden alle Reportagen,
 Berichte und Infos auch
 online unter
www.bundesfreiwilligendienst.de,
 ein Video zu der Reportage
 „Das ist meine berufliche
 Zukunft“ (Seite 12) finden Sie
 auf unserem YouTube-Kanal

Bundesfreiwilligendienst: Echt



Foto: Margit Wild



Foto: Ulrich Weinert

18 **ECHT** *kreativ*
*Ein guter Raum
zum Wachsen*

22 **ECHT** *informativ*
**Bundessprecherinnen und
Bundessprecher**

24 **ECHT** *praktisch*
*Wie eine
große Familie*

28 **ECHT** *unterwegs*
*Immer der
grünen Linie nach*

31 **ECHT** *schluss*
**Jahrhundertleistung
Sudoku
Impressum**

**Liebe Leserin,
lieber Leser,**

der Bundesfreiwilligendienst ist ein Angebot an Menschen aller Generationen, sich für die Gesellschaft zu engagieren. Mitmachen können alle, die die Vollzeitschulpflicht erfüllt haben. Geschlecht, Nationalität oder die Art des Schulabschlusses spielen darüber hinaus in der Regel keine Rolle. Auch lebensälteren Freiwilligen bietet ein gemeinnütziger Dienst viele Möglichkeiten.

Genauso vielfältig wie die Freiwilligen ist auch der Dienst selber: Egal ob Kindergärten, Schulen oder Pflegeeinrichtungen, Rettungsdienste, Naturschutzverbände oder Kulturzentren, Museen, Sportvereine oder Katastrophenschutz, es ist für jeden etwas dabei.

Sich freiwillig in einer gemeinwohlorientierten Einrichtung für die Gesellschaft zu engagieren, ist eine sinnstiftende Aufgabe mit vielen überraschenden Facetten. In der aktuellen Ausgabe stellen wir Menschen aus verschiedenen Regionen und Einsatzbereichen vor, die sich aus ganz unterschiedlichen Gründen für einen Bundesfreiwilligendienst entschieden haben, zum Beispiel im Wasservogelreservat Wallnau auf Fehmarn, im St. Johannes Hospital Dortmund, bei der Feuerwehr Düsseldorf oder den Städtischen Bühnen Osnabrück.

Darüber hinaus gibt es auch diesmal wieder viele interessante Tipps und Termine - echt lesenswert!

P.S.

Schreiben Sie uns!

Die Redaktion freut sich über Ihre Meinung zu den veröffentlichten Artikeln. Schreiben Sie an:

**echt@bafza.bund.de
oder per Post an das BAFZA,
Redaktion Echt, 50964 Köln**



12



Foto: Jörg Wild



Foto: Harriet Wolff

Laufbereitschaft

Noch bis zum 31. Juli 2026 haben Kindergruppen, Jugendgruppen und Schulklassen die Möglichkeit, sich mit originellen und **innovativen Wanderaktionen** am Bundeswettbewerb „Jugend wandert“ zu beteiligen. Egal ob Trekkingabenteuer, Naturerlebnistouren oder Barfußwandern, Geocaching, Kanuwandern oder Radtouren – alle Wanderaktivitäten, die von Kinder- und Jugendgruppen oder Schulklassen im Wettbewerbszeitraum durchgeführt werden, können teilnehmen. Es werden Preisgelder von insgesamt 11.000 Euro verliehen. Dabei werden auch drei Sonderpreise in den Kategorien Nachhaltigkeit, Demokratieförderung sowie Inklusion vergeben. Im Vordergrund steht natürlich die Aktivität selbst, jedoch ist auch die Dokumentation sehr wichtig, da sich die Jury nur anhand der Darstellung ein Bild von den Aktivitäten machen kann. Jede teilnehmende Gruppe ist dabei frei in der Wahl ihrer Präsentation. Die Beiträge können per Video, Fotoalben, Zeichnungen o. ä. dokumentiert werden; eingesetzte Musik



Foto: Michal/AdobeStock

muss GEMA-frei sein. Einsendeschluss ist der 15. September 2026, alles Weitere läuft unter www.wanderjugend.de/

P.S.

Landpartie

Egal ob gesunde Nahrungsmittel oder nachwachsende Rohstoffe, Pflege der Kulturlandschaft oder nachhaltige Energieerzeugung – ohne Landwirtschaft läuft nichts. Gemeinsam mit dem Deutschen Bauernverband und dem Deutschen Landfrauenverband organisiert der Bund der Deutschen Landjugend alle zwei Jahre den **Tag des offenen Hofes**, an dem zahlreiche Bauernhöfe ihre Tore öffnen. Diese gemeinsame Aktion bietet Menschen aus Stadt und Land die Gelegenheit, moderne Landwirtschaft und die handelnden Personen dahinter persönlich kennenzulernen. Im Jahr

2026 ist es wieder so weit: am 13. und 14. Juni präsentieren sich bundesweit zahlreiche landwirtschaftliche Betriebe. Gemeinsam mit Landwirtinnen und Landwirten können interessierte Menschen dann direkt vor Ort die ganze landwirtschaftliche Vielfalt in Farbe und Aktion entdecken. Viele Betriebe lassen sich aber auch an anderen Tagen besuchen, einfach mal anrufen und checken, wann es am besten passt. Frische Landluft gibt es hier www.landjugend.de

P.S.

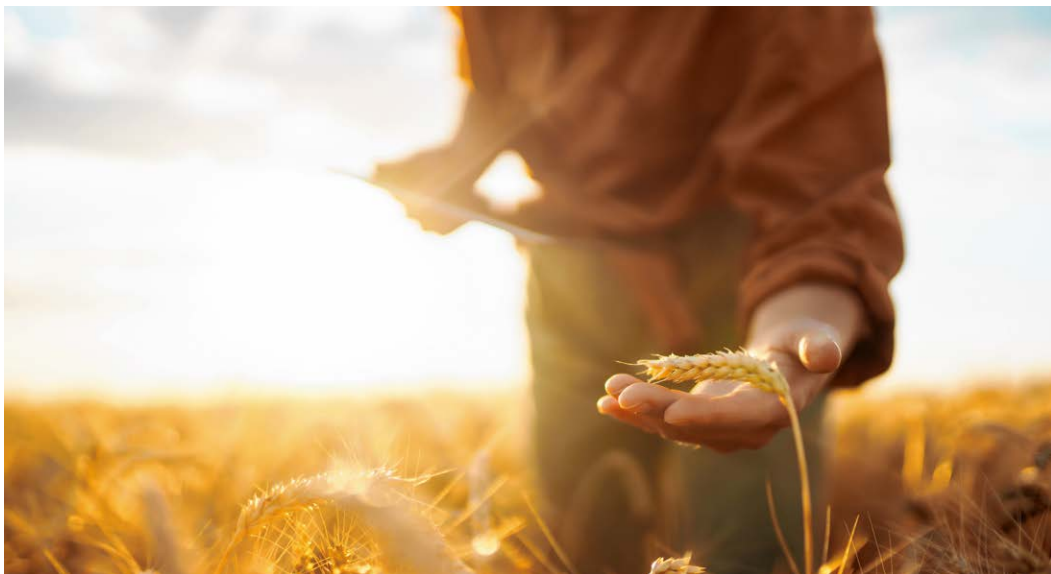


Foto: maxbelchenko/AdobeStock

Pflegeleistung

In Deutschland leben tausende junge Menschen, die Familienangehörige pflegen oder bei der Pflege unterstützen. Dieser enormen Leistung wird viel zu selten Aufmerksamkeit geschenkt. Das Projekt „Pausentaste - Wer anderen hilft, braucht manchmal selber Hilfe“ ist ein **Angebot für Kinder und Jugendliche**, die sich um ihre Familien kümmern. Zum Beispiel, weil der Bruder eine Behinderung hat oder die Mutter an einer schweren Krankheit leidet. Unter der Nummer 116 111 erhalten Kinder und Jugendliche Rat und Hilfe, die Beratung ist anonym und wird von Montag bis Samstag jeweils von 14 bis 20 Uhr angeboten. Eine Online-Beratung gibt es per E-Mail (rund um die Uhr) und im Terminchat (Montag bis Donnerstag von 14 - 18 Uhr), alles anonym und kostenlos. Darüber hinaus gibt es eine bunte Mischung aus Angeboten von Gesprächsrunden bis hin zu bundesweiten Kochkursen oder Tanzprojekten sowie eine spezielle Datenbank zu Beratungsstellen, die zum Thema Pflege beraten sowie Links zu

weiteren Hilfsangeboten. Weitere Unterstützung gibt es unter www.pausentaste.de

P.S.



Foto: panitan/Adobe Stock

Bühnenerfahrung



Foto: etitov/AdobeStock

Beim Bundeswettbewerb „Schultheater der Länder“ (SDL) begegnen sich jedes Jahr über 300 Schülerinnen und Schüler aus allen Bundesländern sowie ein nationales und internationales Fachpublikum zu einem besonderen, inklusiven und offenen Festival, um sich intensiv auszutauschen und weiterzubilden. An fünf Festivaltagen präsentiert das SDL die **Vielfalt von Schultheater** aller Schulformen und -stufen aus Deutschland. Die Jury wählt eine diverse Festival-Gemeinschaft unter den Kriterien vielfältiger künstlerischer und pädagogischer Spielformen sowie kreativer und in-

novativer Bezüge zum Festivalthema aus. Der Wettbewerb findet vom 19. bis 24. September 2026 in Frankfurt zum Fokus-Thema „Schultheater.Tanz(t)“ statt. Schultheater-Gruppen können sich bis zum 30. April 2026 mit ihren Projektvorschlägen bewerben; die Auswahl erfolgt durch eine Fachjury. Die ausgewählten Gruppen erhalten die Möglichkeit, ihre Inszenierungen im Rahmen des SDL 2026 in Frankfurt zu präsentieren. Das komplette Programm ist hier zu finden www.schul.theater

P.S.

Schutz für die Schnatterente

Auf der Insel Fehmarn kümmern sich Leopold, Carolin, Luzia, Jonah und Malte um Schutz, Zählung und Kartierung von Säbelschnäblern, Sandregenpfeifern, Silbermöwen & Co. Dabei helfen ihnen unter anderem 80 Galloway-Rinder und eine außergewöhnliche WG. Die fünf sind Freiwillige beim NABU-Wasservogelreservat Wallnau.



High Five:
Leopold
Moll, Carolin
Woock,
Luzia Busse,
Jonah
Bartsch und
Malte Laur
(v.r.n.l.)



Alles im Blick: Carolin Woock und Malte Laur engagieren sich im Wasservogelreservat Wallnau auf Fehmarn

Fotos: Margit Wild



Einsame Felder, leergefegte Straßen und ein Horizont, an dem sich das Grau von Land und Meer mischen – Fehmarn im Winter. Die nach Rügen und Usedom drittgrößte deutsche Ostseeinsel, gelegen im nordöstlichen Zipfel Schleswig-Holsteins, ist im Sommer ein Paradies für Surfer, Camper und Künstler. Fehmarn im Winter – das ist ein Fest für alle, die Einsamkeit suchen. Wie gut, dass Malte, Jonah, Luzia, Carolin und Leopold einander haben – und eine Aufgabe, die sie jeden Tag neu fordert.

Die fünf sind Bundesfreiwillige beim Wasservogelreservat Wallnau des NABU. Das rund 300 Hektar große Gebiet aus Wiesen, Teichen, Strand und einem Stück Ostsee ist schon seit 1977 Naturschutzgebiet und ein Paradies für rund 270 Vogelarten. „Rund 100 von ihnen brüten auch bei uns, darunter seltene Arten wie Zwergseeschwalbe und Rothalstaucher“, sagt Norbert Schmell. Er kennt das Reservat seit seiner Schulzeit vor rund 50 Jahren, ist einer von derzeit vier festen Mitarbeitern und Koordinator für die insgesamt zehn Freiwilligen (BFD und FÖJ). „Ohne sie würde hier nichts gehen, würden Gras und Büsche in den Himmel wachsen, kein Besucher glücklich und kein Zug- oder Singvogel gezählt werden“, so singt Norbert Schmell ein Loblied auf seine „Bufdis“.

Zukunftsplan

Apropos Vögel: Wir treffen Carolin Woock, ausgerüstet mit gelben Gummistiefeln, Fernglas und Tablet, inmitten des grauen Nirgendwo. Carolin ist wie ihre Kollegin Luzia Busse eine der „Orni-Bufdis“ und gerade auf der Suche nach Lachmöwen, Austernfischern und Schnatterenten. Schnatterenten? „Die gibt es wirklich“, sagt Carolin, die alle Caro nennen. Trotz ihres Namens ist die Schnatterente keine Plaudertasche, „sie gründelt oder schnattert aber bei der Nahrungsaufnahme durchs Wasser“. Als Caro am 1. Oktober 2024 als Freiwillige auf Fehmarn anheuerte, wusste sie davon freilich noch nichts. Grob konnte sie eine Feldlerche von einer Graugans unterscheiden (was kein Kunststück ist), aber die heute 20-Jährige war kein Vogel-Freak.

In Dinslaken im Ruhrgebiet aufgewachsen und frisch das Abi in der Tasche, wollte Caro nicht gleich Klassenzimmer mit Hörsaal tauschen. Fehmarn im Sommer kannte sie bereits vom Camping mit den Eltern, also bewarb sie sich als Freiwillige beim Wasservogelreservat Wallnau. Kurz darauf fand sie sich bei Sonnenaufgang gegen 4 Uhr morgens mit Fernglas um den Hals und Fragezeichen im Kopf auf einer Wiese wieder. Doch die Fragen wichen unter fachkundiger Anleitung



einer erfahrenen Freiwilligen schnell der Routine. Inzwischen zählt Caro routiniert alle 14 Tage in jeweils fünf- bis sechsstündiger Arbeit die gefiederten Bewohner ihres Gebietes. Die so gesammelten Daten geben unter anderem Aufschluss über die Bestände und das Brut- und Zugverhalten der Vögel. Das ist nicht nur nützlich für den Artenschutz, sondern macht Caro auch so viel Spaß, dass sie ihren Freiwilligendienst um ein halbes Jahr verlängerte. Statt anfänglicher Fragezeichen hat sie jetzt einen Zukunftsplan im Kopf. Nach einem Studium der Umweltwissenschaften kann sie sich einen Job im Kartierungsbüro vorstellen.

Auch Luzia Busse, 18, hat einen Plan: Nach einem Bio- oder Biochemie-Studium würde sie gern in der Umweltbildung arbeiten. Doch zuvor sammelt Luzia, die im ländlichen Sauerland aufwuchs und sich früh für Klima- und Artenschutz engagierte, seit dem 1. September 2025 Erfahrungen als Freiwillige in Wallnau. Wie Caro ist Luzia „Orni-Bufdi“. Doch neben Pfeifenten und Kanadagänsen ist sie auch von den rund 80 Galloway-Rindern begeistert, die zur biologischen Landwirtschaft des NABU-Reservats gehören. Lisa Dornhege, 25, heute studierte Öko-Landwirtin und für die Bio-Landwirtschaft im Reservat verantwortlich und 2018 selbst als Bufdi in Wallnau gestartet,

erklärt: „Vereinfacht gesagt sind unsere Rinder biologische Rasenmäher. Sie halten auf den Flächen den Bewuchs kurz, so dass die Vögel Futter und Brutplätze finden“. Darüber hinaus liefern die Rinder bestes Bio-Fleisch, das regional vermarktet wird.

Jonah Bartsch, 19, aus Lüneburg, hatte vor seinem Freiwilligendienst mit Rindern und Landwirtschaft wenig am Hut. Trotzdem wollte er nicht gleich nach dem Abi mit dem Studium von Biologie oder Molekularbiologie starten. Stattdessen lernt er als Bufdi in Wallnau Treckerfahren, Heuschwadern, Silagepressen und Rindertreiben – und macht eine unerwartete Erfahrung: „Die Tiere reagieren

Hinterm Horizont geht's weiter: Für Luzia Busse und Leopold Moll ist der BFD ein Schritt in die berufliche Zukunft



Die Erfahrung, dass ich Sachen schaffe, die ich mir vornehme, ist toll.



**Neue Perspektiven:
Der BFD bietet interessante Ausblicke**



Technik, die begeistert: Carolin Woock und Luzia Busse im praktischen Einsatz



Ganzjährige Freilandhaltung: Die Bundesfreiwilligen kümmern sich sich auch um die Galloway-Rinder in Wallnau

wirklich auf mich.“ Täglich hat Jonah mit Luzia die wuscheligen Galloways im Blick, kontrolliert ihre Gesundheit und die Weiden, baut oder repariert Zäune, bringt die Tiere von einer Weidefläche zur anderen. Luzia: „Die Erfahrung, dass ich Sachen schaffe, die ich mir vornehme, ist toll, ebenso das Gefühl, gebraucht zu werden.“

Leopold Moll, 20, von allen Leo genannt, wurde gleich beim Bewerbungsgespräch gebraucht. Bei einem ersten Rundgang über den Lehrpfad, der Besucher durch das Reservat Wallnau führt, fiel ihm eine kaputte Brücke auf. Leo nahm sich ein Herz, griff in den Werkzeugkasten und reparierte im Handumdrehen die Brücke. Eine Schreinerlehre in München hatte Leo unterbrochen, als ihm ein Cousin von der NABU-Einsatzstelle im hohen Norden vorschwärmte. Also griff Leo zu - und zu Motorsäge und Freischneider. Wo immer gemäht, gesägt, Feuerholz gehackt, geschraubt oder gebaut werden muss, ist Leo zur Stelle. Zum ersten Mal ist er von Zuhause weg, steht auf eigenen Füßen und hat einen festen Vorsatz: Nach dem Freiwilligendienst möchte er seine Schreiner Ausbildung abschließen, aber gerne an der Ostsee bleiben.

Davon ist Malte Laurs Heimat knapp 1.000 Kilometer entfernt. Der 21jährige hat von Überlingen am Bodensee den weiten Weg nach Wallnau gefunden. Wie Caro hat er seinen Einsatz als „Orni-Bufdi“ bereits um ein halbes Jahr verlängert. Die meisten Singvögel kannte er schon seit seiner Kindheit von gemeinsamen Vogel-Beobachtungen mit seinem

Opa. Doch in Wallnau ist er auch Rohrdommel und Waldohreule auf der Spur. Wenn er nicht gerade zwischen Wiesen und Weiden unterwegs ist, steht Malte gemeinsam mit den anderen in der Küche. Denn die Wallnauer Freiwilligen wohnen gemeinsam unter einem WG-Dach. Malte: „Jeder hat ein eigenes Zimmer, doch wir kochen jeden Tag gemeinsam, spielen Billard, Tischtennis oder Kicker“. Auch gequatscht wird viel - wenn auch eher über Krickenten und Kälber statt über coole Klubs. Immerhin, mit so viel Nähe lässt sich auch der frostige Winter auf Fehmarn überstehen.

Kontakt: NABU-Wasservogelreservat Wallnau, Wallnau 4, 23769 Fehmarn, Tel. (04372) 10 02, www.wallnau.nabu.de

Lars Herde



Der BFD auf einen Blick

Der BFD ist als freiwilliges Engagement ein unentgeltlicher Dienst. Für das Taschengeld, das die Freiwilligen für ihren Dienst erhalten, gilt derzeit (Stand 2026) eine Höchstgrenze von 676 Euro monatlich. Der konkrete Betrag wird mit der jeweiligen Einsatzstelle vereinbart. Die Einsatzstellen können zusätzlich Geld- oder entsprechende Sachleistungen für Unterkunft, Verpflegung, Arbeitskleidung und Mobilitätszuschläge gewähren.

Freiwillige im BFD sind während ihrer Dienstzeit Mitglied in der gesetzlichen Kranken-, Renten-, Pflege-, Unfall- und Arbeitslosenversicherung. Die Beiträge werden insgesamt, also sowohl der Arbeitgeber- als auch der Arbeitnehmeranteil, von der Einsatzstelle gezahlt.

Eltern, deren Kinder das 25. Lebensjahr noch nicht vollendet haben und einen BFD leisten, können während des BFD Kindergeld bzw. steuerliche Freibeträge für Kinder erhalten. Ein Anspruch auf Kindergeld kann auch für eine Übergangszeit bestehen, wenn z.B. zwischen dem Schulabschluss und dem Beginn des BFD nicht mehr als vier Monate liegen. Beträgt die Übergangszeit mehr als vier Monate, führt das Bemühen um einen Freiwilligenplatz nicht zu einer Verlängerung dieser Übergangszeit. Weitere Informationen zum Kindergeld erhalten Sie bei der zuständigen Familienkasse der Agentur für Arbeit.

Die wöchentliche Arbeitszeit richtet sich nach den Festlegungen für die Hauptbeschäftigten in der jeweiligen Einsatzstelle. Freiwillige können ihren Dienst aber auch in Teilzeit mit mehr als 20 Stunden wöchentlich leisten. Es besteht kein Rechtsanspruch auf einen BFD in Teilzeit. Ob der Dienst in Teilzeit geleistet werden kann, ist mit der jeweiligen Einsatzstelle zu klären und setzt das Einverständnis aller Beteiligten voraus. Ein BFD in Teilzeit bei einer Einrichtung, bei der bereits eine Teilzeitausbildung durch die Freiwilligen absolviert wird, kommt nicht in Betracht.

Beim Einsatz von minderjährigen Freiwilligen muss die Einsatzstelle die Vorschriften des Jugendarbeitsschutzgesetzes z. B. zur Arbeitszeit, zu Pausen- und Ruhezeiten, Beschäftigungsverboten und Beschäftigungsbeschränkungen sowie die Regelungen zur gesundheitlichen Betreuung beachten.

Wer sich für den Bundesfreiwilligendienst bewerben möchte, wendet sich an eine anerkannte Einsatzstelle oder einen Träger. Grundsätzlich ist es möglich, sich jederzeit um einen BFD zu bewerben. Allerdings können die Einrichtungen unterschiedliche Bewerbungsfristen haben. Es ist deshalb ratsam, sich frühzeitig an den jeweiligen Anbieter zu wenden. Eine Einsatzstellensuchfunktion, die Kontaktdaten der regionalen Beraterinnen und Berater des Bundesamtes sowie der Zentralstellen finden Sie unter www.bundesfreiwilligendienst.de



Foto: BAFzA/Frederike Eybe

Das Bundesamt vor Ort

Schule aus - und dann? Gerade für jüngere Leute kann der Bundesfreiwilligendienst eine wichtige Orientierungsphase für ihren weiteren Lebensweg sein. Wer noch keine Vorstellung über seinen weiteren Werdegang hat, kann mit dem Bundesfreiwilligendienst interessante Erfahrungen sammeln; diejenigen, die noch keinen Ausbildungs- oder Studienplatz haben, können die Zeit bis zum Ausbildungs- oder Studienbeginn sinnvoll überbrücken. Die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter des Bundesamtes beraten bundesweit über die vielen Möglichkeiten, die ein Freiwilligendienst bietet.



Foto: BAFZA

06./07. März

Lörrach, CULT, Messegelände im Grütt

07. März

Lingen, Abi Zukunft, Emslandhallen

07. März

Chemnitz, Jobmesse, Stadion an der Gellertstraße

07. März

Leipzig, Stuzubi, Kongresshalle am Zoo

14. März

Jena, Berufs-Info-Markt, Volkshaus

17./18. März

Kiel, Vocatium, Wunderino Arena

20./21. März

Schorndorf, Focus Beruf, Schulzentrum Grauhalde

21. März

Berlin, Abi Zukunft, Ludwig-Erhard-Haus

24./25. März

Freiburg, Einstieg, Messe

21. März

Neubrandenburg, Vocatium, Jahnsportforum

28. März

Hamburg, Stuzubi, Sporthalle

31. März/01. April

Saarbrücken, Vocatium, Saarlandhalle

Weitere Termine und aktuelle Infos finden Sie unter www.bundesfreiwilligendienst.de

Freiwilligenausweis

Jede/r Freiwillige im Bundesfreiwilligendienst erhält einen Freiwilligenausweis. Mit dem Ausweis soll es den Freiwilligen erleichtert werden, verschiedene Angebote für Vergünstigungen wie beispielsweise ermäßigte Fahrkarten oder Ermäßigungen im Museum, Schwimmbad oder Kino auch tatsächlich zu erhalten. Der Freiwilligenausweis bringt aber nicht automatisch eine Vergünstigung mit sich. Er dient lediglich als Nachweis über die Teilnahme am Freiwilligendienst. Welche (Alters)gruppen im Einzelfall Ermäßigungen erhalten, wird von den Einrichtungen entschieden, die diese jeweiligen Vergünstigungen anbieten.



Das ist meine berufliche Zukunft

Ein Bundesfreiwilligendienst in einer großen Klinik konfrontiert insbesondere jüngere Menschen mit vielen neuen Eindrücken: Einbindung in ein größeres Team, Umgang mit unterschiedlichsten Personen und Schicksalen, Krankheit, Heilung, aber auch dem Tod, viel Lernstoff, Verlässlichkeit und ein offenes Ohr und Herz für Menschen. Die Einsatzstellen fangen das im Rahmen der pädagogischen Begleitung auf und lassen ihre BFDler damit nicht allein. Einige Einrichtungen gehen sogar noch einen Schritt weiter und bieten neben den bekannten Seminaren eigene Formen der Fort- und Weiterbildung an, im Falle des St. Johannes Hospitals ein regelmäßiges „Pflege-Skills-Lab“. Wir haben zwei Bundesfreiwillige in diesem großen Krankenhaus der Grundversorgung in Dortmund begleitet und beleuchten, was damit gemeint ist und welche Skills - also Kompetenzen - vermittelt werden.



Teamwork: Thilo Stankowski und Lya Scheld fühlen sich im BFD gut aufgehoben

Thilo Stankowski, 24, hat schon 2021 die Hochschulreife erworben und direkt im Anschluss daran seinen Bundesfreiwilligendienst im JoHo absolviert. Recht bald während seines freiwilligen Engagements war ihm klar, dass die positiven Erfahrungen als Bufdi auch sein Berufsleben bestimmen könnten und so hat er sich schon vor Ende seines BFD auf einen Ausbildungsplatz zur Pflegefachkraft beworben. Das für die Generation Z fast obligatorische Gap-Jahr fand vor Ausbildungsbeginn auch noch Platz; seit Sommer 2023 läuft nun die Ausbildung. Extra fürs Fotoshooting für „Echt“ hat er noch mal eins der für Praktikanten und BFDler üblichen brombeerfarbigen Hemden übergezogen, als Auszubildender ist er sonst an einem blauen Leibchen zu erkennen.

Lya Scheld, 19, hat genau wie Thilo frisch vom Abitur weg gewusst, dass sie ein freiwilliges Jahr im medizinisch-pflegerischen Bereich absolvieren möchte. Sie interessiert sich für ein Medizinstudium, und erwartet von ihrem Bundesfreiwilligendienst mehr, als es ein Praktikum je bieten könnte: „Direkt nach der Schule war ich erst einmal überfordert, es hieß von allen Seiten nur: Du musst dir eine Uni aussuchen, du musst dir eine mögliche Ausbildung aussuchen, du musst, du musst. Ich wusste nur, dass ich im medizinischen Bereich arbeiten wollte, aber nicht in welchem und wo. Da hilft mir der BFD enorm.“ Sie ist hauptsächlich im Bereich der Notaufnahme / Schockraum eingeteilt und erlebt dort die ganze Bandbreite von Notfällen und Schicksalen. Diese Vielseitigkeit gibt Lya die Sicherheit, alle Aspekte eines Berufslebens im Gesundheitswesen bzw. einer großen Klinik kennenzulernen. „Ich darf hier auf Nachfrage nahezu überall mitgehen, in die Notaufnahme, Schockraum oder auf den Stationen. Ich frage kurz und in der Regel kann ich dann auch bei den Arztgesprächen, Behandlungen und Versorgungen dabei sein.“

Thilo hatte durch die Pflege Angehöriger schon früh in seinem Leben Berührungspunkte mit der Thematik; das freiwillige Jahr bestärkte ihn dann darin, das auch zu seinem Beruf zu machen. „Für mich war der BFD der Eintritt in die

Arbeitswelt, aber auch toll zu erfahren, was es heißt, im Team zu arbeiten auf einer Überwachungsstation. Ich war direkt Teil dieses Teams, mir wurde alles gezeigt“, fasst er seine Erfahrungen zusammen. Beim Einstellungsgespräch für den BFD wurde auf seine Wünsche Rücksicht genommen, Thilo hat sich für die Mitte zwischen einer Intensiv- und der Normalstation entschieden, der sogenannten Überwachungsstation. In der Ausbildung wird es etwas anders gehandhabt, hier wird er im Laufe der dreijährigen Ausbildung alle Stationen kennenlernen.

Viel Abwechslung

Der Tagesablauf ist an den Bedürfnissen von Patienten und Notfällen ausgerichtet, kein Tag gleicht dem anderen. Dennoch gibt es Routinen wie Bestände prüfen, Materialien in den einzelnen Räumen auffüllen, die Morgenvisite begleiten, allgemein Hilfestellung leisten für Patienten vom Glas Wasser bis zum Weg zur Toilette, Vorbereitung zur Blutabnahme (die Spritze selbst dürfen Bufdis nicht setzen) und zum EKG, Vitalparameter erfassen und wo es geht auch die festangestellten Kräfte entlasten. Last but not least ist es sehr wichtig, ein offenes Ohr und Herz zu haben, wenn ein Mensch in Not einfach nur jemanden zum Zuhören braucht.

Jasmin Fleddermann, 37, koordiniert die Bundesfreiwilligen als Festangestellte in der Pflegedirektion und hat immer ein offenes Ohr für die Wünsche, Sorgen und Nöte ihrer Schützlinge. Sie besucht die BFDler regelmäßig auf den Stationen, hört zu, fragt nach



Betreuungsleistung: Koordinatorin Jasmin Fleddermann besucht die BFDler regelmäßig auf den Stationen



Kompetenzbereich:
Die Freiwilligen erlernen in einzelnen Modulen die Grundlagen der Pflege

möglichen Stolpersteinen und hilft bei Bedarf vom Urlaubsantrag über den Wunsch nach Stationswechsel bis hin zur Aufarbeitung belastender Situationen oder einer Bewerbung für eine Ausbildung. Der menschliche Aspekt ist für Jasmin Fleddermann das Wichtigste: „Alle Freiwilligen können und sollen in Patientenkontakt treten, uns dabei unterstützen, dass die Patientinnen und Patienten sich in der Klinik gut fühlen, gesehen werden, gehört werden.“ Gemeint sind Gespräche, ein Rundgang über die Station oder die Begleitung bei Transporten im Haus. Die Freiwilligen sind nicht in ein so strenges Zeitmanagement wie

die Festangestellten eingebunden und können sich genau deshalb eben mehr Zeit nehmen. „Es ist toll, die Entwicklung der Bundesfreiwilligen zu sehen, vom oftmals schüchternen Jugendlichen hin zu einem emphatischen, zugewandten jungen Menschen, der sowohl die Tätigkeit in einem Team kennengelernt hat, wie auch sich selbst jetzt besser einschätzen kann.“

Geschützter Rahmen

Das Besondere im Hause ist der monatliche Pflege-Skills-Kurs, den alle Bufdis in einem

eigens dafür hergerichteten Raum besuchen können. Zunächst geht es hier um den zwischenmenschlichen Kontakt der immerhin 24 Bufdis aus dem Pflegebereich untereinander, darum, sich kennenzulernen und Erfahrungen auszutauschen, Erlebtes zu verarbeiten. Zudem erlernen sie in einzelnen Modulen pflegerische Aspekte und Tätigkeiten, die anschließend unter Aufsicht fallweise angewendet werden. Damit können die Bundesfreiwilligen in einem geschützten Rahmen gezielt ihre Kompetenzen trainieren.

Und wie beurteilt der Ex-Bundesfreiwillige Thilo seine Skills für sein künftiges Berufs-

leben? „Dieses eine Bundesfreiwilligenjahr hat mich einfach mega erwachsen gemacht, ich habe an Reife gewonnen, mich persönlich weiterentwickelt. Ich wusste, ich kann gut mit Menschen, ich will etwas mit Menschen machen, das Thema berührt mich – also war klar: Das ist meine berufliche Zukunft.“

Ulrich Weinert



St. Johannes Hospital

Das auch JoHo genannte Hospital ist ein großes Krankenhaus der Grundversorgung in Dortmund unter dem Dach der St. Paulus Gesellschaft. Diese betreibt noch weitere Einrichtungen an zehn Standorten in der Region. Es gibt im JoHo insgesamt 32 Plätze für Bundesfreiwillige, 24 speziell für den Pflegedienst auf mehr als 20 Stationen. Weitere BFD Stellen: 1 x Kreißsaal, 1 x Medizintechnik, 2 x Zentrallager, 2 x Apotheke und 2 x Patiententransportdienst. Hervorgehoben bei dieser Einsatzstelle ist die Betreuung durch eine eigene Praktikumskoordinatorin und der monatliche Treff im Pflege-Skills-Lab für alle Freiwilligen.

Alle Altersgruppen und jeder Schulabschluss sind willkommen, aber natürlich ist es hilfreich, wenn Interesse am Gesundheitswesen, Interesse an sozialem Engagement und eine gewisse Offenheit und Zugewandtheit gegenüber Menschen erkennbar sind.

Bewerbungen für einen Bundesfreiwilligendienst:

Via Mail an jasmin.fleddermann@paulus-gesellschaft.de

Anschreiben mit Motivation und Zeitraum des BFD, Lebenslauf, letztes Zeugnis. Weitere Voraussetzung ist eine Basisimmunität zu Masern/Mumps/Röteln, Hepatitis B und Windpocken mit jeweils mindestens zwei Impfungen.

Weitere Informationen unter www.karriere-johannes.de/bundesfreiwilligendienst.html

und karriere.paulus-gesellschaft.de/

Zentralstellen

Sie interessieren sich für den Bundesfreiwilligendienst, haben aber noch Fragen? Sie möchten sich bewerben, haben aber noch keine passende Einrichtung gefunden? Die Zentralstellen im Bundesfreiwilligendienst helfen bei der Suche nach einer Einsatzstelle und allen weiteren Fragen rund um das Thema BFD gerne weiter.



Kultur

Bundesvereinigung Kulturelle Kinder- und Jugendbildung e. V.

Freiwilligendienste Kultur und Bildung
Marienburger 1, 10405 Berlin,
Telefon: 030 484860-20,
E-Mail: info@freiwilligendienste-kultur-bildung.de,
www.freiwilligendienste-kultur-bildung.de

Zentralstelle ÖBFD beim Förderverein Ökologische Freiwilligendienste e. V.

Niedstraße 21, 12159 Berlin,
Telefon: 030 499 517-43,
E-Mail: oebfd@foef.info,
www.oeko-freiwillig.de



Soziales

Arbeiter-Samariter-Bund Deutschland e. V.

Fachbereich Engagementförderung
Sülzburgstr. 140, 50937 Köln,
Telefon: 0221 47605-0,
E-Mail: bfd@asb.de,
www.asb.de/mitmachen/freiwilligendienste/bundesfreiwilligendienst-bfd



Ökologie

Bund für Umwelt und Naturschutz Deutschland e. V.

Kaiserin-Augusta-Allee 5, 10553 Berlin,
Telefon: 030 27586-541 (Katrin Müller-Thalheim),
E-Mail: bundesfreiwilligendienst@bund.net,
www.bund.net/bfd

Naturschutzbund Deutschland e. V.

BFD-Team
Charitèstr. 3, 10117 Berlin,
Telefon: 030 284984-1580 (Anja Laurisch),
-1135 (Julian Prenzel),
E-Mail: freiwilligendienst@nabu.de,
www.nabu.de/bfd

Arbeiterwohlfahrt Bundesverband e. V.

Heinrich-Albertz-Haus, Blücherstr. 62/63,
10961 Berlin,
Telefon: 030 26309-219 (Romy Pohland),
E-Mail: info@awo-freiwillich.de,
www.awo-freiwillich.de

Arbeitsgemeinschaft der Evangelischen Jugend in Deutschland e. V.

Otto Brenner Str. 9, 30159 Hannover,
Telefon: 0511 4500083-30,
E-Mail: info@ev-freiwilligendienste.de,
www.ev-freiwilligendienste.de

AKLHÜ e.V. - Netzwerk und Fachstelle für internationale personelle Zusammenarbeit

Meckenheimer Allee 67-69, 53115 Bonn,
Telefon: 0228 90899-19 (Lena Ahrends),
E-Mail: ahrends@entwicklungsdienst.de,
www.entwicklungsdienst.de/ueber-uns/fachbereiche/incoming/

Bundesamt für Familie und zivilgesellschaftliche Aufgaben

Zentralstelle BFD
An den Gelenkbogenhallen 2-6, 50679 Köln,
Telefon: 0221 3673 -0,
E-Mail: zentralstelle@bafza.bund.de,
www.bafza.de/engagement-und-aktionen/zentralstelle-bafza-bundesfreiwilligendienst

Bundesanstalt Technisches Hilfswerk

Referat EA 1 / Bundesfreiwilligendienst
Provinzialstraße 93, 53127 Bonn,
Telefon: 0228-940 1700,
E-Mail: referat.ea1@thw.de,
www.thw-bufdi.de/DE/Home/home_node.html

Deutsche Lebens-Rettungs-Gesellschaft e. V.

Im Niedernfeld 1 - 3, 31542 Bad Nenndorf,
Telefon: 05723 955-506,
E-Mail: bfd@dlrg.de,
www.dlrg.de/mitmachen/bundesfreiwilligendienst

Deutscher Caritasverband e. V.

Karlstr. 40, 79104 Freiburg,
Telefon: 0761 200-767 (Bettina Kieninger),
E-Mail: bfd@caritas.de,
www.caritas.de/bundesfreiwilligendienst

Deutscher Paritätischer Wohlfahrtsverband Gesamtverband e. V.

Oranienburger Str. 13 - 14, 10178 Berlin,
Telefon: 030 24636-348 (Timea Kreißler),
E-Mail: bfd@paritaet.org,
www.freiwillig.paritaet.org

Deutsches Rotes Kreuz e.V.

Carstennstr. 58, 12205 Berlin,
Telefon: 030 85404-561 (Claudia Peters),
E-Mail: freiwilligendienste@drk.de,
www.freiwilligendienste.drk.de

Internationaler Bund e.V.

Valentin-Senger-Str. 5, 60389 Frankfurt,
Telefon: 069-94545220 (Olav Homburg),
E-Mail: bundesfreiwilligendienst@ib.de,
www.ib-freiwilligendienste.de/

Johanniter-Unfall-Hilfe e. V.

Siegburger Str. 197, 50679 Köln,
Telefon: 0221 99399320 (Volker Niemann),
E-Mail: bundesfreiwilligendienst@johanniter.de,
www.johanniter.de/mitarbeiten-lernen/freiwilligendienste/bfd/

Malteser Hilfsdienst e. V.

Referat Freiwilligendienste
Erna-Scheffler-Straße 251103 Köln,
Telefon: 0221 9822-3500,
E-Mail: freiwillig@malteser.org,
www.malteser-freiwilligendienste.de

Tafel Deutschland e.V.

Germaniastraße 18, 12099 Berlin,
Telefon: 030 2005976-282,
E-Mail: bfd@tafel.de,
www.tafel.de

Zentralwohlfahrtsstelle der Juden in Deutschland e.V.

Hebelstr. 6, 60318 Frankfurt,
Telefon: 069 944371-34 (Evgenia Petrovski),
030 2576099-20 (Günter Jek),
E-Mail: bfd@zwst.org,
www.zwst.org/de/aktiv-werden/bundesfreiwilligendienst-bfd



Sport

Allgemeiner Sportclub Göttingen von 1846 e.V.

Freiwilligendienste im Sport
Danziger Str. 21, 37083 Göttingen,
Telefon: 0551 51746-511 (Daniel Reuter),
-514 (Heidi Ludwig),
E-Mail: info@fwd-sport.de, reuter@fwd-sport.de oder
ludwig@fwd-sport.de,
www.fwd-sport.de

Deutsche Sportjugend im Deutschen Olympischen Sportbund e.V.

Otto-Fleck-Schneise 12, 60528 Frankfurt am Main,
Telefon: 069 6700-385 (Dennis Hügl),
-266 (Nina Eberlein),
E-Mail: bfdverwaltung@dsj.de,
www.freiwilligendienste-im-sport.de

Ein guter Raum zum Wachsen

Bundesfreiwilligendienst hinter den Kulissen des laufenden Kulturbetriebs im Theater Osnabrück

Draußen weht ein kalter Wind um das weitläufige Osnabrücker Theatergelände. Ganz nah liegen der Markt, der riesige Dom und das historische Rathaus. Hier wurde der ebenso berühmte wie wegweisende Westfälische Friede mit ausgehandelt und unterzeichnet, der 1648 den Dreißigjährigen Krieg beendete. Es ist also eine Gegend, in der schon seit Langem das Leben pulsiert, und wo die Menschen ihre Stadt zum Anfassen erleben.

Wohl auch deswegen wollte Anfang des 20. Jahrhunderts das Osnabrücker Bürgertum sein eigenes Theater hier aufbauen, im Zentrum des Alltags und in der Mitte der Stadt.

Es ist ein Kulturzentrum von Menschen für Menschen - „und so versteht sich das Theater bis heute“, erklärt Tobias Fritzsche, Leiter der Kommunikations- und Marketingabteilung.

Katja und Clara machen einen sehr zufriedenen Eindruck. Die Arbeit im Theater Osnabrück gefällt den beiden jungen Freiwilligen





Clara frisiert die Perücke mit Lockenwicklern, damit bei der Premiere die Frisur sitzt



Am Premierenabend Pressekarten und Programmhefte für Journalisten verteilen, das gehört auch zum breiten Aufgabenspektrum von Katja

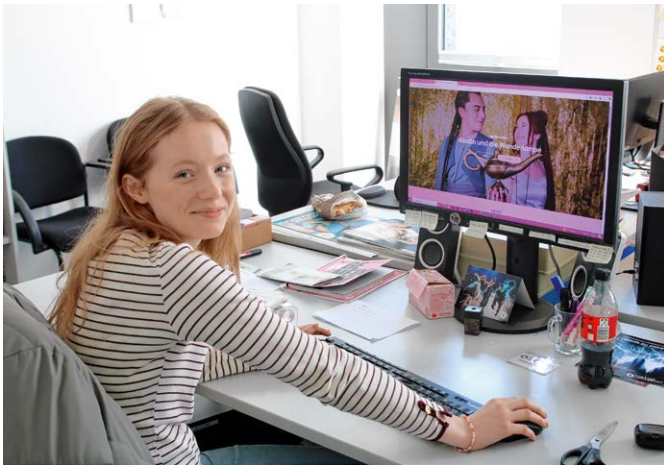
In seinem Team arbeitet seit einigen Monaten Katja Demmer als Bundesfreiwillige. Die 18-jährige ist über Umwege in den Kulturbetrieb gerutscht: In der Schule, die sie „ziemlich zielstrebig und mit hohen Ansprüchen an mich selbst“ durchlaufen hat, war sie zwar mal in einer Theater-AG „und hat ein Stück mit auf die Bühne gebracht“. Aber von der BFD-Stelle im Osnabrücker Theater hat sie erst bei ihren Recherchen erfahren. „Zwischen Schule und Studium und vor dem Auszug von Zuhause wollte ich auf jeden Fall etwas Greifbares machen“, berichtet sie.

Kreatives Engagement

Ganz anders ist ihre Freiwilligen-Kollegin Clara Wolf an das Thema herangegangen. Auch sie wollte mit 19 Jahren nach dem Abi „erst mal ein Jahr lang etwas anderes erleben als Lernen.“ Sie machte aus ihren vielen Kreativ-Hobbies wie Malen und Häkeln einen konkreten BFD-Wunsch und bewarb sich ganz gezielt auf die eine Freiwilligenstelle in der Maske des Osnabrücker Theaters. „Ich war echt froh, als das dann auch geklappt hat“, erzählt sie.

Den Einsatz der beiden jungen Frauen kann Tobias Fritzsche gar nicht hoch genug schätzen. Das Haus mit seinen fünf Sparten und mehreren Spielstätten nicht nur im Hauptgebäude „deckt eine riesige Vielfalt von Ästhetiken und Programmatiken ab.“ Man will möglichst alle Zielgruppen in der Stadt ansprechen und geht dabei auch ungewöhnliche Wege, auf die wir noch zu sprechen kommen. „Um das alles leisten zu können, haben wir 350 Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter. Vom Orchestermusiker bis zum Handwerker sind hier Menschen angestellt, die von Stahl bis Haare alles bearbeiten“, berichtet der Presseferent.

Womit wir auch wieder bei Clara wären und ihrer Bedeutung für das Theater. Wer ihren Job verstehen will, muss wissen: Die Perücken im Theater werden von Hand gefertigt und mit viel Gefühl an die Köpfe der Darsteller angepasst. Das ist unfassbar kleinteilige und zeitraubende Arbeit, wie Clara in den letzten Monaten gelernt hat. Sie ist mit zuständig für mehrere Perücken. Und momentan schminkt sie fünf Chormitglieder bei den Aufführungen des Fliegenden Holländers. ➤



Ein cooler Bürojob in der Abteilung für Öffentlichkeitsarbeit am Theater Osnabrück? Ja, aber für Katja kann es auch ganz schön hektisch werden

„Genau das meine ich“, erläutert Tobias Fritzsche: „Die Freiwilligen sind hier sehr bewusst sehr schnell mitten in den Teams und werden in ganz konkreten Aufgaben eingebunden.“ Das kann auch Katja bestätigen, die tiefe Einblicke ins Marketing und in die Kommunikation des Hauses erhält. „Das reicht bis dahin, dass ich beispielsweise Social-Media-Ideen mitentwickeln kann.“ Ein Skript schreiben, selbst Filme aufnehmen und schneiden – das ist alles dabei. Ob sie das macht, weil sie auch dank ihres Alters fast dazu prädestiniert ist? Katja lächelt und meint, dass sie die Aufgabe

eher von ihrer Vorgängerin „geerbt“ hat – und den Job wohl auch ganz gut macht.

Aber wie vielseitig und anspruchsvoll die Aufgabe ist, zeigte sich einige Wochen zuvor, als Spieler des VFL Osnabrück im Theater eine Signierstunde gaben. Viele Fans, die ihre Spieler dort treffen wollten, kamen zum ersten Mal in ihrem Leben in ein Theater – und auch das bot viel Stoff für gute Instagram-Bilder und Social-Media-Posts.

Vielfältige Themen

Das Theater als Spiegel der Gesellschaft, das möchte man in Osnabrück gerne in der Tradition des vom Bürgertum gegründeten Ortes beibehalten. „In unseren Zeiten bedeutet das, dass wir die postmigrantisches Gesellschaft im Theater abbilden“, sagt Tobias Fritzsche. Flucht und Migration sind natürlich Themen. Man arbeitet an internationalen Kooperationen, hat aber in der Friedenstradition von Osnabrück auch mit dem Erich Maria Remarque-Friedenszentrum zusammengearbeitet. Der Autor des wegweisenden Anti-Kriegsbuches „Im Westen nichts Neues“ hat in Osnabrück gelebt. In seinem ehemaligen Wohnhaus befinden sich heute ein Museum und ein Archiv zu seinem Gedenken.

Clara und Katja sprechen mit Tobias Fritzsche zusammen über ihr Jahresprojekt



Wir sehen in dem vermeintlich kleinen Kosmos des Osnabrücker Theaters wieder einmal, dass letztlich alles mit allem zusammenhängt. Und deshalb sind auch die Einblicke, die Clara und Katja während ihres Freiwilligendienstes sammeln, so wichtig.



Die Freiwilligen sind hier sehr bewusst sehr schnell mitten in den Teams.

Ob sie nun einen Pressespiegel erstellt, ob bei Aufführungen die Pressevertreter ihre Eintrittskarten und Programmhefte erhalten, ob Kampagnen besprochen oder Texte zu schreiben sind: Katja ist eingebunden. Sie lernt, wie ein Stück mit all seinen Aspekten und Notwendigkeiten entsteht, bevor es auf die Bühne kommt. Wie Regie und Bühnenbau, Kostüm und Maske, Marketing und Intendanz zusammenarbeiten. Und sie kann lernen, was hinter dem Begriff Marketing steckt. Das ist anspruchsvoll und vielseitig – und genau deshalb gefällt es der jungen Frau auch gut, schon vor Beginn ihres Berufslebens einen Einblick zu bekommen. „Ich weiß nicht, ob ich das als Schwerpunkt nehmen würde“, sagt sie ganz ehrlich. Aber egal, welche Berufsrichtung sie



Im Fernsehen läuft eh nix? Zumindest nicht für Katja und Clara, die am Theater gut eingebunden sind

einschlägt: Das Wissen um die Bedeutung von Marketing und um seine Tricks werden ihr helfen.

Mitten im Geschehen

Bei Clara ist der Bundesfreiwilligendienst im Osnabrücker Theater eine Bestätigung ihrer Idee, „dass der Beruf ja immer auch Spaß machen soll.“ Und wenn man sich einen Beruf sucht, der eng mit den Hobbies verbunden ist, dann ist die Wahrscheinlichkeit groß, dass man ihn auch gerne ausübt. Deshalb ist sie bereits jetzt sehr zielstrebig mit der Suche nach geeigneten Möglichkeiten beschäftigt. Entsprechende Studiengänge in Dresden und München sind schon in Bezug auf die umfangreichen Bewerbungsmappen extrem anspruchsvoll – „das schaffe ich wohl nicht mehr vor der Bewerbungsfrist“, berichtet sie. Aber einige Theater bieten Ausbildungsplätze an, darunter auch das Osnabrücker, wo sie ja gerade mit viel Leidenschaft zeigt, was in ihr steckt. Clara hofft, dass dieses freiwillige Engagement im Auswahlverfahren einen Einfluss haben wird.

Film oder Fernsehen kommen übrigens für Clara nur im Notfall in Frage, obwohl ja auch dort wirklich viele ausgefallene Masken zum Alltag gehören. Die Arbeit mit Sängern und Tänzern, Perücken und Kostümen im täglichen Live-Ambiente, das hat sie gepackt.

Die Erkenntnisse und Erfahrungen, die die beiden jungen Frauen hier sammeln, zeigen, was Tobias Fritzsche über die Arbeit der Freiwilligen im Team gesagt hat: „Sie sind hier mitten im Geschehen, und man sieht immer wieder tolle Entwicklungen. Der Bundesfreiwilligendienst im Theater ist ein guter Raum zum Wachsen!“

Jörg Wild

Hallo zusammen,

bei der Wahl im November habt ihr uns zu euren neuen Bundessprecher*innen gewählt. Wir sind 14 Bundesfreiwillige aus ganz Deutschland und vertreten euch ab sofort für ein Jahr. Unsere Aufgabe ist es, uns für eure Anliegen einzusetzen, egal ob ganz konkrete Probleme in eurer Einsatzstelle oder Themen, die alle Bufdis betreffen. Zu den Punkten, an denen wir bereits arbeiten und die wir wie auch die Generationen vor uns weiterverfolgen möchten, gehören ein kostenloses oder vergünstigtes ÖPNV-Ticket für Freiwillige, mehr gesellschaftliche Anerkennung und Aufmerksamkeit für den Freiwilligendienst sowie der Schutz von Freiwilligen vor jeder Form von Diskriminierung. Der Bundesfreiwilligendienst sollte für alle möglich und zugänglich sein. Denn nicht nur wir Freiwilligen profitieren von den Erfahrungen dieses Jahres, sondern auch für die Gesellschaft als Ganzes sind Bufdis unentbehrlich.

Falls ihr Anregungen, Ideen, Probleme oder Fragen zu allem habt, was den BFD betrifft, schreibt uns gerne eine E-Mail an info@bundessprecher.net oder nutzt unseren Kummerkasten (kummerkasten@bundessprecher.net). Auf unserer Internetseite oder unserem Instagram Account ([bfdsprecher_innen](#)) findet ihr außerdem weitere Informationen zu vielen Themen, die euch betreffen.

Wir hoffen auf viel Kontakt mit euch und darauf, viele eurer Ideen umsetzen zu können, damit wir und alle folgenden Generationen ein schönes BFD-Jahr haben.

Echt für euch da!

Eure Bundessprecher*innen



Kita Blueberry Hill

Mein Name ist Rebecca und ich mache zurzeit einen Bundesfreiwilligendienst in der Kita Blueberry Hill. Ursprünglich komme ich aus England und habe mich für dieses Programm entschieden, weil ich mich für Sprachen, kulturellen Austausch und Bildung interessiere.

Ich hatte schon immer das Ziel, Englischlehrerin zu werden, und der Freiwilligendienst in einer bilingualen Kita fühlte sich wie ein natürlicher und inspirierender Schritt in diese Richtung an. Es hat mir die Möglichkeit gegeben, in ein anderes Bildungsumfeld einzutauchen, mein Deutsch zu verbessern und zu beobachten, wie das Sprachenlernen in einem so frühen Alter beginnt.

Neugierig und engagiert

In der Kita bin ich Teil eines vielfältigen und hilfsbereiten Teams, das stets auf Augenhöhe zusammenarbeitet, um einen sicheren, einladenden und anregenden Raum für kleine Kinder zu schaffen. Zu meinen Aufgaben gehört auch die Gartenarbeit, die ich oft zusammen mit den Kindern erledige und die zu einer meiner Lieblingsbeschäftigungen geworden ist. Es ist eine wunderbare Möglichkeit, mit den Kindern in einer entspannten Umgebung in Kontakt zu treten, und ich liebe es zu sehen, wie neugierig und engagiert sie sind, wenn sie Samen pflanzen, Pflanzen gießen oder einfach die Umwelt erkunden. Diese kleinen, aber bedeutungsvollen Momente tragen dazu bei, eine Verbindung zur Natur zu schaffen und Verantwortung und Geduld zu fördern, sowohl bei ihnen als auch bei mir.

Ich helfe auch bei der Reinigung und Instandhaltung der Umgebung, was vielleicht nicht glamourös erscheint, aber für den reibungslosen Ablauf in der Kita absolut notwendig ist. Es erfüllt mich mit Stolz, auf diese Weise einen Beitrag zu leisten, denn ich weiß, dass ein sauberer und organisierter Raum dazu beiträgt, dass sich die Kinder wohlfühlen und frei lernen und spielen können. Gelegentlich helfe ich auch bei anderen Aufgaben im Zusammenhang mit der Kinderbetreuung, was mein Verständnis für die frühkindliche Ent-



Foto: Blueberry Hill

wicklung und die einzigartige Dynamik eines zweisprachigen Umfelds vertieft hat.

Während dieser Zeit habe ich nicht nur viel über Kinder gelernt, sondern auch über mich selbst. Ich bin selbstbewusster geworden, habe meine Kommunikations- und Teamfähigkeiten gestärkt und eine klarere Vorstellung davon gewonnen, welche Art von Lehrerin ich einmal sein möchte.

Teil des Alltags in einer Kita zu sein, hat mir gezeigt, wie wertvoll Geduld, Beständigkeit und Empathie im Umgang mit Kindern sind. Es ist eine Freude, auf kleine, aber bedeutungsvolle Weise einen Beitrag für die Gesellschaft leisten zu können, und ich bin dankbar für alles, was mir diese Erfahrung für meine Zukunft weiterhin beibringt.

Wie eine große Familie

Bei der Feuerwehr zu arbeiten ist für viele Menschen Kindheitstraum und Berufung zugleich. Bei Sanja und Elias, beide 18 und aus Düsseldorf, war das anders. Und trotzdem absolvieren sie ihren Bundesfreiwilligendienst jetzt bei der Feuerwehr in der Landeshauptstadt NRW - aus ganz unterschiedlichen Gründen.



Sanjas Großvater und Vater sind ebenfalls Teil der Feuerwehr und sie kennt die positiven, aber auch die negativen Aspekte des Berufs: „Ich weiß wie es ist, in eine Feuerwehrfamilie geboren zu sein. Es ist nicht immer das Schönste, das muss ich ehrlich zugeben. Mein Vater war teilweise die ganze Woche

nicht da oder ich habe ihn nur zweimal die Woche gesehen.“ Auf der anderen Seite ist ihr wichtig: „Die Feuerwehr ist wie eine große Familie, man hält zusammen, man akzeptiert jeden, man ist immer herzlich aufgenommen.“ Trotzdem war es für Sanja nie ein Traum, Feuerwehrfrau zu werden und sie weiß, dass



Große Familie: Elias und Tanja sind Teil des Teams einer Feuer- und Rettungswache

das nicht ihr Berufsweg sein wird. Sie hat ganz andere Pläne: „Ich möchte eine Logopädie-Ausbildung machen und dann das Studium ranhängen. Damit kann ich Menschen helfen, was für mich ein Kernpunkt ist.“ Den Bundesfreiwilligendienst bei der Feuerwehr macht sie unter anderem für die Familientradition: „Auch um sagen zu können, dass ich ein Teil davon war.“ Dazu kommt, dass Sanja auf der Gesamtschule im letzten Sommer den schulischen Teil des Fachabiturs abgeschlossen hat: „Für einen vollwertigen Abschluss brauche ich ein Jahr praktischen Dienst und habe mich daher für den Bundesfreiwilligendienst entschieden.“

Abwechslungsreicher Alltag

Elias hatte ebenfalls nicht den Kindheitstraum Feuerwehrmann zu werden, auch wenn er sich wie die meisten Kids früher für die Einsatzfahrzeuge interessiert hat. „Der BFD war mein erster Berührungspunkt, ich war auch nicht bei der Freiwilligen Feuerwehr. Jetzt will ich mich für die Stufenausbildung bei der Feuerwehr Düsseldorf bewerben.“ Während der Schulzeit hat Elias Praktika im Handwerk gemacht, zum Beispiel im Metallbau: „Das hat mir viel Spaß gemacht. Mir geht es darum, viel Neues kennenzulernen. Die Kombination aus Handwerk und dem sportlichen Aspekt, das hat mich an der Feuerwehr begeistert.“ Nach dem Ende der Bewerbungsfrist geht es bald schon los mit den verschiedenen Tests, sowohl sportlich als auch theoretisch: „Ich bin gespannt wie ich abschneide und ob es mit der Bewerbung klappt.“

Als Elias in den Bundesfreiwilligendienst gestartet ist, hatte er noch keine Pläne. Er kam frisch vom Gymnasium mit dem Abitur in der Tasche: „Ich wusste nicht, was ich machen sollte, nur grob, dass ich in die praktische handwerkliche Richtung wollte. Bei einer Veranstaltung in der Schule, bei der Eltern ihren Job vorgestellt haben, war auch jemand von der Flughafenfeuerwehr, das war sehr interessant. Davor hatte ich mich auch schon ein bisschen mit dem Berufsfeld der Feuerwehr auseinandergesetzt.“

Dienstbeginn ist früh am Morgen, für Sanja auf der Feuer- und Rettungswache 1 in Stadtteil Friedrichstadt, Elias ist in Garath in der Feuerweherschule eingesetzt. „Wir starten morgens um 7 Uhr mit der Frühbesprechung, ich stehe dafür um 5 Uhr auf, aber das gehört dazu“, berichtet er. Hier werden die Besonderheiten des Tages besprochen und anschließend stimmt sich Elias mit seinem Vorgesetzten in der Schirrmeisterei



Auf Lager: BFDler Elias Unterweger kümmert sich um die Verwaltung des Materials

ab, die für die Verwaltung der Materialien und des Fuhrparks zuständig ist. Elias' Alltag ist abwechslungsreich: „Ich fahre zu anderen Wachen, bringe Material hin oder hole etwas ab. Beim LKW-Training war ich dabei, da haben wir die Sachen für die Übungen aufgebaut. In der Feuerweherschule mache ich Inventurarbeiten: Was wird aufgefüllt, nachgefüllt, umgeräumt?“ Elias hilft beim Lagern der Chemikalienschutzanzüge und beim Aufhängen der ABC-Anzüge, die in der Atemschutzwerkstatt gereinigt wurden.

Praktische Tätigkeit

Direkt an die Schirrmeisterei grenzt die Fahrzeughalle der Feuerweherschule, in der verschiedene Fahrzeugtypen dicht an dicht stehen. Hier üben Auszubildende – davon 10 bis 20 Prozent Frauen – den Umgang mit der Technik und legen praktische Prüfungen ab. Da kniet schon mal ein angehender Feuerwehrmann in voller Montur vor einem Einsatzfahrzeug und muss Geräteteile in der richtigen Reihenfolge zusammenbauen, während Elias auf dem Weg ins Lager ist. Auf der Galerie der Fahrzeughalle befinden sich die



Im Einsatz: Sanja Brings lernt in ihrem BFD fürs Leben

Klassenräume, in einem ist gerade ein großes Stadtmodell aufgebaut, um verschiedene Einsatzszenarien zu zeigen. „Meine Oma dachte, dass ich auf Einsätze fahre, das passiert natürlich nicht. Aber ich habe sie schnell aufgeklärt



Ich wollte ein Jahr, in dem ich nicht am Papier hängen und Aufgaben für die Schule bewältigen muss.



und sie freut sich für mich, dass ich hier etwas gefunden habe, das mir Spaß macht“, erzählt Elias.

Auch Sanja ist früh dran, morgens zwischen viertel vor 7 und 7 Uhr meldet sie sich bei ihrem Vorgesetzten in der zentralen Werkstatt. Im Meisterbüro, einem Glaskasten zwischen Hebebühnen und Feuerwehrfahrzeugen, die auf eine Reparatur warten, wird dann besprochen, was an diesem Tag ansteht. Zum Beispiel muss eine Drehleiter zu einer anderen Wache gebracht werden oder ein Krankentransportwagen zu einer externen Werkstatt. Sanja arbeitet aber auch an den Fahrzeugen mit: „Ich frage einen der Ge-

sellen, was ich tun kann. Dann wechseln wir zum Beispiel die Bremsen oder ich ziehe die Muttern an den Reifen nach. Ich kann viel Abwechslungsreiches machen, ich habe schon foliert, Ölwechsel gemacht und viele verschiedene Filter gewechselt.“ Ihr war wichtig, mit den Händen zu arbeiten: „Ich wollte ein Jahr, in dem ich nicht am Papier hängen und Aufgaben für die Schule bewältigen muss.“ Ihr gefällt besonders, dass sie in einen Bereich reinschauen kann, mit dem sie vorher keine Berührungspunkte hatte: „Ich darf nicht nur an Krankentransportwagen und PKW arbeiten, sondern auch an LKW. Es ist halt cool zu sehen, was hinter so einem Fahrzeug steckt, wie man Probleme beheben kann. Deswegen





Alles im Griff: BFDler Elias Unterweger ...

macht das sehr viel Spaß. Davor hatte ich keinen Plan von der Mechanik hinter den ganzen Fahrzeugen, ich finde es toll, was zu lernen, was fürs Leben wichtig ist.“

Herzlich willkommen

An anderen Tagen wird Sanja auch in der Kleiderkammer eingesetzt: „Dort mache ich Inventur, wir hatten zum Beispiel letztes eine neue Lieferung Schuhe. Außerdem gebe ich Kleidung aus.“ Vor der Ausgabetheke steht eine Schaufensterpuppe in voller Einsatzmontur. Die Kleidung, egal ob Schutzanzug oder Alltagsuniform, muss natürlich gut sitzen, damit volle Bewegungsfreiheit im Einsatz garantiert ist. Während Sanja mit einigen Kleiderbügeln in einem der langen Gänge mit schier endlosen Reihen an Schranktüren verschwindet, testet eine junge Feuerwehrfrau mit der hauseigenen Schneiderin, welche Jackengröße besser sitzt.



... und BFDlerin Sanja Brings engagieren sich bei der Feuerwehr

Fragt man beide Bufdis, was sie am schönsten finden, sind sie sich einig: Dass sie so viel Neues lernen können, begeistert Sanja und Elias. Ebenso sind sie happy über die offene Arbeitsumgebung. Elias fasst zusammen: „Das Team ist unglaublich nett. Die Feuerwehr ist wirklich wie eine Familie. Ich wurde herzlich aufgenommen und als vollwertiges Mitglied anerkannt.“

Sandra Langen-Straeter

Feuerwehr Düsseldorf

Die Feuerwehr ist in Düsseldorf für Brandschutz, Bevölkerungsschutz, technische Hilfe und den Rettungsdienst verantwortlich. Neben der Leitstelle in der Hüttenstraße werden verteilt über das gesamte Stadtgebiet acht Feuer- und Rettungswachen und zusätzlich sieben Rettungswachen betrieben sowie eine eigene Feuerweherschule mit Atemschutzübungszentrum und Brandsimulationsanlage. Über 900 Feuerwehrleute sind im aktiven Einsatz, dazu kommen über 100 Mitarbeitende in der Verwaltung plus Azubis, Freiwillige und Jugendfeuerwehr. In 2024 gab es 174.000 Alarmierungen für Feuerwehr und Rettungsdienst zusammen - davon etwa 17.000 bei der Feuerwehr und 157.000 im Bereich Rettungsdienst. Die Bundesfreiwilligen können in verschiedenen Abteilungen eingesetzt werden, z. B. Werkstatt, Kleiderkammer oder Feuerweherschule.

www.duesseldorf.de/feuerwehr



Nantes verbindet Umwelt und Kultur

Immer der grünen Linie nach

Nantes ist lässig, Nantes ist luftig und grün. Die südwestfranzösische Stadt im Windschatten der Bretagne wartet nur darauf, per Fahrrad oder zu Fuß entdeckt zu werden. Nachhaltig und spürbar investiert Nantes in Umwelt und Kultur – und in coole Orte zum Chillen. Auch das Umland lohnt mit Weinbergen, Sandstränden und Salzfeldern. Bon voyage!

Grün. Und nochmal grün. Wer per Zug in Nantes ankommt, sieht ihn fast sofort. Vielleicht keine andere Stadt auf dem Globus hat gleich jenseits der Gleise einen Jardin des Plantes, einen gratis Botanischen Garten. Er lässt einen durchatmen und geruhsam ankommen, hier in der historischen Hauptstadt der Bretagne. Heute gehört die an Loire, Erdre und Sèvre liegende Stadt, nur rund 50 Kilometer vom Atlantik entfernt, allerdings zur Region Loire-Atlantique – und steht stets im Schatten bekannterer französischer Metropolen.

Wohl keine von ihnen aber ist so lebenslustig, so liebenswert wie Nantes mit seinen rund 330.000 Einwohnern. Die Innenstadt ist weitgehend autofrei, Füße, Zweiräder und Trambahnen sind dort sichtbar die Fortbewegungsmittel erster Wahl. Eben erst eröffnete das größte Fahrradparkhaus Frankreichs. Und welcher Ort bloß besitzt überlebensgroße Parkbänke zum Darunterdurchgehen – die im Botanischen Garten sind nur ein paar von über 120 unterschiedlichsten Kunstwerken im öffentlichen Raum. Letztere gehören der Stadt, und sie erzählen anschaulich von ihrer Geschichte, ihrer Architektur und ihrem vorurteilsfreien Kunstbegriff.

Riesengroß müsste man sein, wollte man auf dieser Art Stühle im über sieben Hektar großen Jardin des Plantes Platz nehmen. Und wir wollen ja auch erstmal weiter, wollen die ehemalige Hafenstadt entdecken. Fun Fact für unterwegs: In Nantes liegt das geographi-



Mit besten Grüßen von Jules Verne: Les Machines de l'Île

sche Zentrum der Landhemisphäre, also der Halbkugel des Erdglobus, die den größten Festlandanteil hat.

Nantes, schon 50.v.Ch. von den Römern gegründet, versteckt nicht, dass der frühere Reichtum der Metropole auf einem brutalen Sklavenhandel zwischen Europa, Afrika und den USA basierte. Zwar betrieben die Nantaiser Kaufleute erst lange nach Portugiesen, Spaniern und Briten dieses menschenverachtende Geschäft, doch während des 18. Jahrhunderts wurde die Stadt zur Drehscheibe des atlantischen Dreiecksbusiness – und zur wichtigsten Hafenstadt Frankreichs. Heute liegt der nächste Seehafen in Saint Nazaire direkt am Atlantik.



Mehr als 40 Prozent des französischen Sklavenhandels wickelte Nantes damals ab – rund 450.000 Männer, Frauen und Kinder verschleppte man von Afrika nach Amerika. Das „Mahnmal für die Abschaffung der Sklaverei“ steht seit 2012 am Quai de la Fosse, wo die Sklavenschiffe anlegten, bevor sie nach Afrika aufbrachen. Die Installation erinnert, ober- wie unterirdisch gelegen, an den mehr als 200-jährigen Kampf gegen Sklaverei und Unterdrückung.



Wir folgen weiter der auf dem Asphalt leuchtend markierten „Grünen Linie“, der ligne verte, die am Botanischen Garten begonnen hat. Sie führt auf über 20 Kilometern entlang der zentralen Attraktionen, Aussichtspunkte und Kunstprojekte der Stadt. Ziemlich geniale Orientierungsidee – Verlaufen als Touri ist hier unmöglich! In Nantes wurde übrigens auch 1828 einer der Begründer der Science-Fiction-Literatur geboren: Jules Verne. Ein kleines, feines Museum hoch über der Loire erinnert heute an den genialen Fantasten.



Riesensache: Der Jardin des Plantes verändert die Perspektive



Es liegt im hügeligen Viertel Saint-Anne. Was dort sonst zu sehen ist? Gemütliche Cafés, kleine Galerien und Modelabels. Außerdem am Rande von Saint-Anne: Der neu von der Stadt entwickelte Jardin extraordinaire, ein kostenloser, tropisch anmutender Park mit Riesenwasserfall (eine Art Miniatur davon ist der „Innere Dschungel“, der Jungle intérieure im Zentrum, unbedingt auch gucken!) Zum baldigen 200. Geburtstag von Jules Verne soll nahebei ein futuristischer Ausstellungskomplex eröffnen – im Cap 44, einer ehemaligen Großmühle der einstigen Industrie- und Agrarmetropole Nantes.

Passend zu Verne stromern wir für den Rest des Tages auf die Île de Nantes, die mit dem urbanen Festland über mehrere Brücken verbunden ist. Hier schlug früher das Herz der Schiffbauindustrie. Doch, halt, was ist das? Ein Elefant stapft majestätisch über einen weiten Platz. Zwölf Meter ist er hoch, acht Meter breit, ganze 21 Meter lang und Wasser kann er auch versprühen: Dieser Dickhäuter ist ein Wunder der Handwerkskunst. Aus Holz, wiegt er fast 50 Tonnen, im Inneren erwecken ihn ein Stahlskelett und Hydrauliksysteme zum Leben. Und außen? Kleben an ihm begeisterte Besucherinnen und Besucher.

Dieses abgefahrene Projekt lässt die imaginäre Welt von Jules Verne, das mechanische Universum von Leonardo da Vinci und die industrielle Geschichte von Nantes kongenial verschmelzen. Der „Große Elefant“ ist das wohl famoseste Werk von Les Machines de l'Île. Auch ein Karussell der Meereswelten und die Galerie der Maschinen, mit gratis spannenden Mitmachvorstellungen, gehören dazu. Die ganze Insel ist ein Ort zum Flanieren. Ein Ort, der das Fantastische lebendig macht, die Vergangenheit nicht vergisst und den Erfindungsgeist feiert. Mit anderen Worten: Nantes – nicht verpassen!

Harriet Wolff

Ankommen und Rumkommen in Nantes

- * Informative und barrierefreie Website des Fremdenverkehrsamts:
www.levoyageanantes.fr/en/other-languages/willkommen-in-nantes/
Praktisch: Der günstige „Pass Nantes“ für ein bis drei Tage oder eine ganze Woche. Im Preis stets drin sind ein Rundum-ÖPNV-Ticket und viele Museumseintritte.
- * Chillen: Geht am besten an den lauschigen Ufern der Erdre im Zentrum, auf der Île de Versailles, wo sich auch Kanus und Kayaks mieten lassen, und der weitläufigen Île de Nantes. Oder gleich über die Loire kurz mal ins Ex-Fischerdorf Trentemoult schippern!
- * Ausgetipps leckere, oft auch günstig:
www.lestablesdenantes.fr/en/
Städtisches Kult-Kulturzentrum in einer Ex-Keksfabrik Le Lieu unique mit Bar, Café und Turmbesteigung:
www.lieuunique.com/en
- * Übernachten: Genossenschaftlich organisierte, kleine Herberge:
<https://aubergelesbainsdouches.fr>

Drei Highlights in der Umgebung

- * 60 Kilometer die Loire entlang Richtung Saint-Nazaire und dabei über 30 international renommierte Freiluftkunstwerke gucken. Mehr unter: www.estuaire.info.
- * Abhängen? Geht prima am Strand von Monsieur Hulot in Saint-Marc-sur-Mer. Dort drehte einst Jacques Tati die Komödie „Die Ferien des Monsieur Hulot“.
- * Und nicht vergessen: Die einzigartige Landschaft des Salzanbaus nahe des mittelalterlichen Städtchens Guérande entdecken.

Tipps fürs weitere Umland

Wer von Nantes aus die in Deutschland weniger bekannte Südbretagne entdeckt, macht das am besten per Rad. Empfehlenswert dafür: Teilstrecken des insgesamt 500 km langen Fernradwegs *Traversée Bretonne*, der von Nantes bis zum Mont Saint-Michel in der Normandie geht.
<https://traversee-bretonne.com/de/radreise-in-der-bretagne/>

Jahrhundertleistung

Zum Jahresende 2024 lebten in Deutschland rund 17.900 mindestens Hundertjährige. Die Zahl ist gegenüber dem Jahr 2011 um knapp ein Viertel gestiegen, wie das Statistische Bundesamt (Destatis) mitteilt. Damit ist auch der Anteil der Altersgruppe 100plus an der Gesamtbevölkerung gestiegen. Kamen im Jahr 2011 auf 10.000 Einwohnerinnen und Einwohner noch 1,8 Menschen, die 100 Jahre oder älter waren, so waren es 2024 bereits 2,1 Personen. Die meisten Hochbetagten lebten zum Jahresende 2024 in den bevölkerungsreichen Bundesländern Nordrhein-Westfalen (3.900), Bayern (2.400) und Baden-Württemberg (2.300). Die älteste Gemeinde Deutschlands lag 2024 in Rheinland-Pfalz: In Welschenbach im Landkreis Mayen-Koblenz lag das Durchschnittsalter der 48 Einwohnerinnen und Einwohner bei 63,0 Jahren. Das nur knapp eineinhalb Autostunden entfernten Lautzenhausen im Rhein-Hunsrück-Kreis war im Jahr 2024 hingegen die jüngste Gemeinde Deutschlands. Das Durchschnittsalter der 1.122 Einwohnerinnen und Einwohner lag hier bei 33,7 Jahren. In diesem Kontext sei abschließend noch einmal darauf hingewiesen, dass der Bundesfreiwilligendienst ein Angebot an Menschen aller Generationen ist...

P.S.



Foto: bohemama/AdobeStock

Sudoku

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

Impressum

Herausgeber

Bundesamt für Familie und zivilgesellschaftliche Aufgaben
50964 Köln



Redaktion

Peter Schloßmacher (P.S.)
An den Gelenkbogenhallen 2 - 6,
50679 Köln
Tel.: 0221 3673 4203
Fax: 0221 3673 54203
echt@bafza.bund.de
www.bundesfreiwilligendienst.de

Verlag

Die Zeitschrift erscheint im
Eigenverlag

Gesamtherstellung

Bonifatius GmbH
Druck · Buch · Verlag
Karl-Schurz-Straße 26
33100 Paderborn

Papier aus heimischem Durchforstungsholz mit hohem Recyclinganteil

Titel

Margit Wild / fotowild.de

Die mit Namen gekennzeichneten Beiträge entsprechen nicht in jedem Fall der Meinung des Bundesamtes für Familie und zivilgesellschaftliche Aufgaben. Der Nachdruck der Beiträge ist nur mit vorheriger Genehmigung und unter Quellenangabe gestattet. Die Redaktion behält sich bei Zuschriften, die veröffentlicht werden, Kürzungen und gegebenenfalls Änderungen vor.



Auflösung aus Heft 4/2025

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

ZEIT, VIELES ZU BEWEGEN

Der Bundesfreiwilligendienst
bietet vielfältige Möglichkeiten.



Jetzt mitmachen:
bundesfreiwilligendienst.de



Bundesamt
für Familie und
zivilgesellschaftliche Aufgaben

BFD 
Der Bundesfreiwilligendienst
Zeit, das Richtige zu tun.