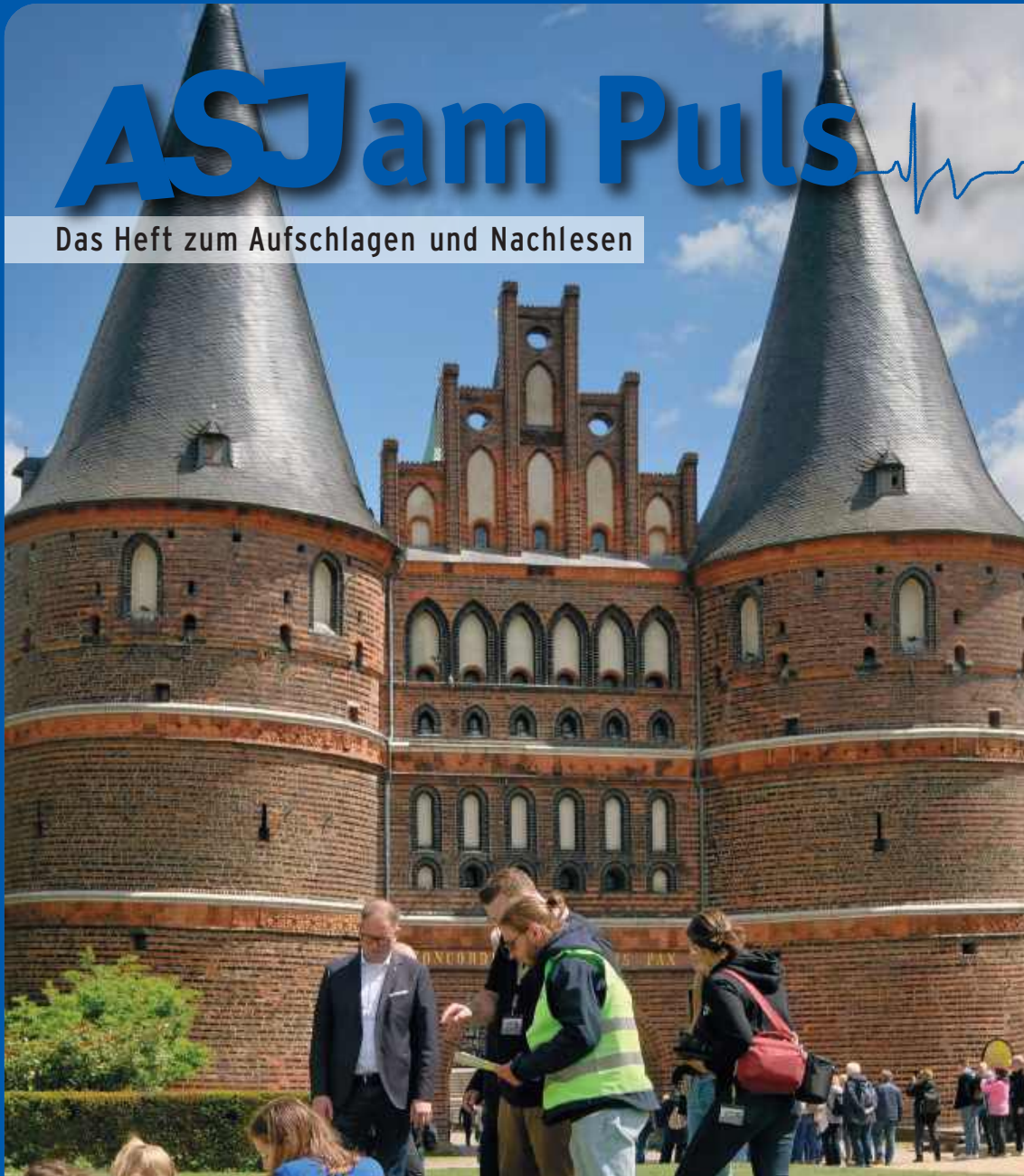


ASJ am Puls

Das Heft zum Aufschlagen und Nachlesen



Teamgeist und Hanse beim Bundesjugendtreffen

Orgateam bewältigt große Herausforderungen

Delegierte stellen Weichen für die Zukunft
V wie vegetarisch

Vorwort	3
Teamgeist und Hanse beim Bundesjugendtreffen	4
Delegierte stellen Weichen für die Zukunft	8
Das ist die neue Spitze der ASJ	13
V wie vegetarisch	16
Das vegetarische Rezept	19
Aktuelle Pinnwand	20
Neues von XÜ	22
Neues aus den Landesjugenden	23
Adressen der Landesjugenden	30
Adressen des Bundesjugendvorstandes	31

Impressum

ASJ am Puls – Das Heft zum
Aufschlagen und Nachlesen

Herausgeber:

Arbeiter-Samariter-Jugend

Bundesjugendvorstand

Sülzburgerstraße 140

50937 Köln

Tel.: 0221 47605-209

Internet: www.asj.de

E-Mail: info@asj.de

Redaktion:

Alexander Bühler, Robin Pardey,

Anna Plank, Robin Wolff.

Mitarbeit:

Friederike Compernaß, FSJler der ASJ
Bremen, Martin Gey, Kai Höchenberger,
Darius Molitor, Nils Nippe, Frauke Spil-
ker, Nadine Wieland, Hannah Zander.

Bildnachweise:

Titelbild: ASJ/Mikii Eventfotografie

Seite 3: ASJ/Hannibal

Seiten 4-7: ASJ/Mikii Eventfotografie

Seiten 8-15: ASJ/Hannibal

Seite 19: karolina-kolodziejczak auf uns-
plash.com

Seite 20: Privat, ASJ/Philipp Lansing, Privat

Seite 21: Bundesregierung/Steffen Kugler,
Geoffroy Hauwen auf unsplash.com

Seite 23: Nils Nippe

Seite 24: Petra Ludwig

Seite 25: ASJ Bremen, Caja Langkat

Seiten 26 und 27: ASJ Niedersachsen

Seite 28: Lukas Haas, Amy Czymik

Seite 29: ASB Leipzig, ASB Sachsen/Martin Gey

Rückseite: Hannah Zander/ASJ

Gestaltung:

www.diseagno-kommunikation.de

Rechtschreibkorrektur:

Die Rechtschreibkorrektur wird mit Hilfe
von KI durchgeführt.

Druck: Druckerei Flock, Köln-Marsdorf

Auflagenstärke: 3.450 Exemplare

Für eingesandte Beiträge wird keine Haftung
übernommen. Die Redaktion behält sich vor,
Beiträge zu kürzen. Der Inhalt namentlich ge-
kennzeichneter Beiträge muss nicht zwangs-
läufig mit der Meinung von Herausgebenden
und Redaktion übereinstimmen.

Redaktionsschluss für die Ausgabe
Winter 2026/2027 ist der 26. Oktober
2026.



„ASJ am Puls – Das Heft zum Aufschlagen
und Nachlesen“ wird auf chlorfrei ge-
bleichtem 100-Prozent-Recyclingpapier
gedruckt.

„ASJ am Puls – Das Heft zum Aufschlagen
und Nachlesen“ wird gefördert aus Mitteln
des Bundesministeriums für Bildung,
Familie, Senioren, Frauen und Jugend.

Gefördert vom:



Bundesministerium
für Bildung, Familie, Senioren,
Frauen und Jugend

Im Rahmen des:



Liebe ASJler:innen,

hinter uns liegt eine spannende und ereignisreiche Bundesjugendkonferenz in Nürnberg, vor uns eine neue Amtszeit mit vier Jahren voll mit allem, wofür die ASJ steht: Engagement, gemeinsames Gestalten und viel Spaß.

Die Ergebnisse des höchsten Gremiums der ASJ stehen im Fokus dieser Ausgabe der ASJ am Puls. Ihr lernt die Mitglieder des neu gewählten Bundesjugendvorstands und der Bundesjugendkontrollkommission kennen und erfahrt, welche Pläne sie für die ASJ in den nächsten vier Jahren haben. Außerdem fassen wir natürlich auch alle anderen wichtigen Anregungen und Entscheidungen der Bundesjugendkonferenz für euch zusammen.

Von Anstößen zur Überarbeitung von Richtlinien, über Änderungen unserer Satzung bis hin zu Anträgen an die Bundeskonferenz des ASB war alles dabei, was die ASJ bewegt. Eine der getroffenen Entscheidungen war ein Antrag zu vegetarischer Verpflegung bei Veranstaltungen der Bundesjugend. Trotz anfänglicher Bedenken hat sich schnell eine Gruppe gebildet, die aus allen Perspektiven gemeinsam eine überarbeitete Version des Antrags erstellt hat. Diese Zusammenarbeit hat eindrucksvoll gezeigt, dass wir auch über kontroverse Themen fair, wertschätzend und zielorientiert diskutieren und für alle tragfähige Kompromisse finden können. Das ist Demokratie wie aus dem Lehrbuch! In Pausen und beim Abendprogramm ist natürlich auch der Austausch zwischen den Landesjugenden und der Bundesjugend nicht zu kurz gekommen.

An dieser Stelle möchte ich die Gelegenheit nutzen, mich auch im Namen des gesamten Teams der Bundesjugend noch einmal herzlich zu bedanken. Zum einen bei den Delegierten der Bundesjugendkonferenz für ihr Vertrauen. Zum anderen bei den Mitgliedern des ehemaligen Bundesjugendvorstands und der Bundesjugendkontrollkommission für ihr Engagement und ihren Einsatz in den letzten sehr turbulenten Jahren. Ihr seid spitze!



Liebe Grüße und ganz viel Freude beim Lesen, euer

Darius



Teamgeist und Hanse beim Bundesjugendtreffen

Orgateam bewältigt große Herausforderungen

Alle zwei Jahre treffen sich ASJler:innen aus ganz Deutschland zum Bundesjugendtreffen. Dieses Jahr kam das Orga-Team bei der Planung ganz schön ins Rudern. Doch welche Herausforderung mussten sie lösen? Und welche Teams vertreten die ASJ als Sieger des Bundesjugendwettbewerbs beim SAM.I-Contest in Oggau?

„Hinter der Veranstaltung stecken viele Monate Vorbereitung und das Engagement zahlreicher Ehrenamtlicher aus ganz Deutschland“, sagt

Kevin Sell, der das Orga-Team leitete. „Wenn man dann sieht, wie Jugendliche gemeinsam lachen, sich austauschen, neue Freund-

schaften schließen und die ASJ erleben, dann weiß man, warum sich der Aufwand lohnt.“ Aufgrund der Erfahrungen früherer BJT hatte das

Orga-Team zunächst mit etwa 200 Personen geplant. Am Ende folgten knapp 300 ASJler:innen der Einladung nach Lübeck. „Das ist natürlich ein tolles Signal für die ASJ, hat uns organisatorisch aber vor enorme Herausforderungen gestellt“, lautet Kevins Resümee.

Die erste Herausforderung war dabei die Unterbringung. Denn die Jugendherberge in Lübeck hat nur rund 210 Betten. Dadurch mussten weitere Übernachtungsmöglichkeiten in einer weiteren Location außerhalb organisiert und ein Bus-Shuttle eingerichtet werden. Beim Wettbewerb selbst mussten wegen der hohen Anzahl von 24 Teams einige Stationen doppelt besetzt werden. Nur so kamen die Teams trotz unterschiedlich langen Laufwegen und Aufgaben für unterwegs mit den vorgegebenen Zeitfenstern zurecht.

Digital und historisch zugleich

Ein weiterer Unterschied zu den Vorjahren war die Nutzung der digitalen Veranstaltungsplattform PlaceM. Mit ihr konnte das Team die Teilnehmenden und Betreuen-

den schnell und zielgerichtet mit aktuellen Informationen versorgen. „Das hat die Kommunikation deutlich verbessert und war für mich ein wichtiger Schritt hin zu einer moderneren und digitaleren Veranstaltungsorganisation“, sagt Kevin.

Trotz des technischen Fortschritts durfte aber auch ein Blick zurück in die vom Hansemarkt geprägte Lübecker Geschichte nicht fehlen. So gestaltete jedes Bundesland für den Kreativteil einen eigenen Hansemarktstand. Auch das Stadtspiel folgte dem Motto „ASJ & Hanse“. Hierfür trieben die Gruppen typische Handelswaren wie Salz, Tuch, Fisch, Getreide oder Gewürze in der Stadt auf. Dann stellten sie ihr Geschick als Hansekaufleute unter Beweis, indem sie durch geschickte Tauschgeschäfte den Wert ihres Gegenstandes steigerten. Zudem mussten die Gruppen auf ihrem Weg durch Lübeck historische Orte finden und an diesen kreative Gruppenfotos aufnehmen. „Die Ergebnisse haben mich wirklich beeindruckt“, erinnert sich Kevin vor allem mit Blick auf die Kreativaufgabe. „Mit wie viel Kreativität, Liebe zum Detail und unterschiedlichen

Ideen die Gruppen an die Aufgabe herangegangen sind, war großartig zu sehen. Jede Gruppe hat das Thema auf ihre eigene Weise interpretiert und genau diese Vielfalt hat den Wettbewerb so besonders gemacht.“

Von Montenegro über Lübeck nach Oggau

Neben den Aufgaben mit Bezug zur Hansestadt gab es auch wieder die klassischen Wettbewerbsaufgaben, bei denen die Gruppen Teamgeist, Geschicklichkeit, medizinisches Wissen und Allgemeinbildung unter Beweis stellen mussten. Am Ende setzten sich die Schülergruppe aus NRW sowie das Jugendteam aus Hamburg durch. Damit ergibt sich für die ASJ Hamburg eine beeindruckende Statistik: 2024 ist die Gruppe das erste Mal beim BJW angetreten und hat sich direkt in der Kategorie Schüler für den SAM.I-Contest qualifiziert. „Das war super überraschend für uns und wir hatten eine richtig coole Zeit in Montenegro!“, erinnert sich ein Teammitglied.

Dass die ASJ Hamburg nun erneut die Bundesjugend auf internationaler Ebene vertritt, kommt auch beim Stammverband gut an, wie Christin Maack (Landesjugendleiterin und Landesvorstand ASB Hamburg) deutlich macht: „Der ASB Hamburg ist total stolz auf den Erfolg der ASJ! Es zeigt, dass es bei uns ein wirklich hohes Ausbildungsniveau gibt und unsere ASJler:innen das mit Spaß und Begeisterung



weitertragen.“ Aus NRW heißt es zudem, dass die erfolgreiche Qualifikation für den SAM.I-Contest und die sehr guten Einzelwertungen das Ergebnis einer intensiven Vorbereitung sowie des großen Engagements aller Betreuenden und des außergewöhnlichen Teamzusammenhalts der Jugendlichen sei. Doch können die beiden Teams diese Leistung auch dann erbringen, wenn die Wettbewerbsaufgaben in englischer Sprache gemeistert wer-

den müssen? Das zeigt sich, wenn sie Ende Juli die ASJ Deutschland beim SAMARITAN Contest in Oggau (Österreich) vertreten.

Tim, der 2024 bereits beim BJW in Hameln für NRW angetreten ist und dort den vierten Platz belegte, ist jedenfalls schon ziemlich aufgeregt. Die sprachlichen Herausforderungen beschäftigen ihn. Gleichzeitig freut er sich zu erleben, wie Samariter:innen aus anderen Län-

dern ihre Arbeit gestalten. Teamkollege Richard, der zum ersten Mal bei einem Wettbewerb auf Bundesebene mitgemacht hat und bei den Vorbereitungen die Schulung für den Bereich Allgemeinbildung übernommen hat, freut sich vor allem darauf, Samariter:innen aus verschiedenen Ländern kennenzulernen – und auf seine erste Reise nach Österreich.





Viel Lob und eine klare Empfehlung

Zurück zum BJW: Hier gab es lobende Worte von den Teilnehmenden: „Danke an das gesamte Orga-Team für die viele Arbeit, die ihr in diese Veranstaltung gesteckt habt! Wir hatten eine richtig coole Zeit und haben uns viel mit anderen ASJler:innen austauschen können“, heißt es aus Hamburg. „An alle, die 2028 überlegen, ob sie wirklich teilnehmen sollen: Macht es! Es lohnt sich total.“ Aus NRW kommt ähnliches Feedback. Sarah z. B. hat die tolle Atmosphäre, der Spaß und das gemeinsame Erleben mit den anderen Teilnehmenden besonders gefallen. Den Bundesjugendwettbewerb empfiehlt sie daher jederzeit weiter. Teamkollege Richard lobt, dass die Teilnehmenden hervorragend durch die Veranstaltung und die Stadt geführt wur-

den. Für ihn gehörten die historische Altstadt und ein Gewürzladen zu den Highlights. Denn das Geschäft hat nicht nur beim Tauschspiel weitergeholfen, sondern auch sein Hobby – das Kochen – widerspiegelt. Außerdem schätzt Richard, dass ASJ-Veranstaltungen an Orten stattfinden, die viele Teilnehmende sonst wahrscheinlich nie besucht hätten.

Ein Feedback, über das sich Kevin als Mitglied des Bundesjugendvorstands sehr freut. „Gerade heute, wo vieles digital stattfindet, sind persönliche Begegnungen wertvoll. Sie zeigen, was unseren Verband ausmacht: Gemeinschaft, Engagement und die Bereitschaft, zusammen etwas zu bewegen.“ Doch neben viel Lob und konstruktiven Anregungen für zukünftige Veranstaltungen, habe es auch grenz-

wertiges Feedback gegeben. „Das hat mich persönlich betroffen gemacht“, sagt Kevin. Denn hinter dem BJT und dem BJW stehen viele Ehrenamtliche, die über Monate hinweg Teile ihrer Freizeit investiert haben. „Sie haben versucht, unter den gegebenen Bedingungen das Beste für die Teilnehmenden zu ermöglichen. Wenn man dann einzelne Rückmeldungen liest, die diesem Engagement nicht gerecht werden, tut das durchaus weh“, sagt Kevin. Ein großes Dankeschön gehe daher vor allem an die vielen ehrenamtlichen Schiedsrichter:innen, Helfenden und Unterstützenden, ohne die eine so große Veranstaltung nicht möglich gewesen wäre.

Robin Pardey



Delegierte stellen Weichen für die Zukunft

So lief die 22. Bundesjugendkonferenz der ASJ in Nürnberg

Alle vier Jahre treffen sich die Delegierten der Landesjugenden, um die Weichen für die Zukunft der ASJ zu stellen. Bei der 22. Bundesjugendkonferenz vom 4. bis 7. Juni kamen so insgesamt 76 ASJler:innen aus 14 Bundesländern auf der Nürnberger Burg zusammen. Sie nutzten die Zeit, um wegweisende Entscheidungen zu treffen, bildeten sich in Workshops fort und knüpften Kontakte.

Der Anblick, der sich den Teilnehmenden der 22. Bundesjugendkonferenz bietet, ist beeindruckend. Denn die Unterkunft liegt im Nebengebäude einer alten Burg. Und wer den beschwerlichen Weg mit Gepäck den Berg hinauf gemeistert hat, wird von einem gut gelaunten Team der Bundesjugend und mit einer warmen Mahlzeit begrüßt. Das Highlight aber ist neben der Location selbst der weite Blick über Nürnberg. Nach dem Abendessen ist dann Zeit, mit den anderen ASJler:innen ins Gespräch zu kommen, die Stadt auf eigene

Faust zu erkunden oder an einer Infoveranstaltung zum Thema Bundesjugendkonferenz teilzunehmen.

Rückblick auf die vergangenen vier Jahre

Tag zwei in Nürnberg. Anna Witt eröffnet zum letzten Mal als Bundesjugendleiterin die Konferenz. Es folgen Grußworte, die Annahme der Geschäftsordnung, die Wahl der Versammlungsleitung, die Feststellung der Tagesordnung sowie die Wahl der Wahl- und Mandatsprüfungskommission. Dann beginnt der Rückblick. Er

wird von den Mitgliedern des Bundesjugendvorstands und der Bundesjugendkontrollkommission gemeinsam präsentiert. Dabei wird deutlich, wie umfangreich und vielfältig die Arbeit in der ASJ ist. Oder, um es mit den Worten von Anna Witt zu sagen: „Jugend ist nicht nur Kindergruppe und Schulsanitätsdienst. Jugend ist auch Jugendpolitik, Digitalisierung, Schutzkonzept, Öffentlichkeitsarbeit und Freiwilligentätigkeit. All das spiegeln wir als Jugendverband wider.“

Weiter geht es mit einer Aussprache zu den Berichten. Es gibt Lob und Anerkennung, aber auch kritische Fragen – z. B. zu den Bereichen Schulsanitätsdienst und zum TikTok-Kanal der ASJ. Am Ende folgt die Konferenz der Empfehlung der Bundesjugendkontrollkommission und stimmt mit großer Mehrheit für die Entlastung des Bundesjugendvorstands. Die Stimmberechtigten bestätigen damit, dass der Vorstand während seiner Amtszeit korrekt und nach den Bestimmungen der Satzung gehandelt hat und somit von jeglicher privater Haftung befreit wird.

Delegierte stellen Weichen für die kommenden Jahre

Damit ist der Weg frei für den Blick in die Zukunft. Und wie die gestaltet wird, liegt nun in der Hand der Delegierten. Doch bevor es zur finalen Abstimmung kommt, werden zunächst alle sieben Anträge vorgetragen und Fragen geklärt. In den Anträgen geht es um den

Verhaltenskodex der ASJ, die Überarbeitung des ASJ-Leitbilds, der Reisekostenrichtlinie sowie der Suchtmittelrichtlinie. Zudem geht es darum, eine Regel zur Neugründung einer ASJ-Gliederung in die Bundesjugendrichtlinie aufzunehmen und die Stimme der ASJ in ASB-Konferenzen durch eine Anpassung des Delegiertenschlüssels zu stärken.

Den meisten Gesprächsbedarf aber löst ein Antrag zum Thema „vegetarische Ernährung bei ASJ-Veranstaltungen“ aus NRW und Hamburg aus. In einem sogenannten Antragscafé wird intensiv über Detailfragen diskutiert und weiter am Antragstext gefeilt. Am Ende steht ein Kompromiss, der bei der Abstimmung am dritten Konferenztag mit großer Zustimmung angenommen wird. Damit gilt nun, dass bei Gremiensitzungen und Bildungsveranstaltungen der ASJ Deutschland – soweit an dem jeweiligen Veranstaltungsort möglich – kein

fleischhaltiges Essen mehr angeboten werden darf. Beim Bundesjugendtreffen und beim XÜ-Festival soll Fleisch nur noch an maximal der Hälfte der Veranstaltungstage auf dem Speiseplan stehen. Zudem wird die Bundesjugend beauftragt, über die Hintergründe dieser Entscheidung zu informieren und „eine Handreichung zur Umsetzung vegetarischer Ernährung“ zu erarbeiten. Mehr zum Thema gibt es daher auch im Artikel „V wie vegetarisch“ ab Seite 16.

Zwei Vorstandsmitglieder wollen die Führung übernehmen

Spannend wird es auch bei den Wahlen, welche alle vier Jahre im Rahmen der Bundesjugendkonferenz stattfinden. Denn Anna Witt hat bereits im Vorfeld bekannt gegeben, dass sie nach zwei Amtszeiten als Bundesjugendleiterin nicht mehr für ein Amt in der Bundesjugend zur Verfügung stehen wird. Als mögliche Nachfolger werfen Adrian Rasch aus Hessen und Darius Molitor von der Landesjugend Niedersachsen ihren Hut in den Ring. Beide waren bereits Mitglied im frisch entlasteten Bundesjugendvorstand und setzen in ihrer Kandidatur verschiedene Schwerpunkte.

Darius stellt die Werte der ASJ in den Mittelpunkt seiner Rede. Er sieht die ASJ als einen „Raum für Menschen, die zusammenhalten, die zusammenstehen, die aufeinander achten und die Verantwortung





für andere Menschen übernehmen.“ Verantwortung beziehe sich dabei sowohl auf die Menschen selbst, aber auch auf die finanziellen Ressourcen und die Umwelt. Dies sei auch durch ein vorbildhaftes Handeln der Bundesjugend umzusetzen. Damit könne die ASJ auch ein Vorbild für den ASB sein und ihm zeigen: „Guckt mal, wir können wahnsinnig tolle Sachen mit relativ geringem Mitteleinsatz machen. Wir sind sehr gut darin, aus wenig viel und tolle Sachen zu machen und zu beeindrucken.“ Damit werde deutlich, dass „jeder Euro und jede Minute, die in die ASJ investiert werden“ gut aufgehoben sind.

Adrian hingegen betonte seine in den letzten vier Jahren gesammelte Erfahrung als stellvertretender Bundesjugendleiter. Diese resultierte nicht nur aus dem Einsatz in

der ASJ selbst, sondern zu einem großen Prozentsatz auch aus der Arbeit in den Gremien des ASB. Hier seien auch manchmal klare Worte notwendig. Ein Kurs, den er gerne fortsetzen würde, um die Interessen der ASJ durchzusetzen. Auch für die Bereiche ‚Kommunikation mit dem Bundesjugendministerium‘ und ‚Personalführung‘ hob

er sein diesbezüglich in den letzten vier Jahren gesammeltes Wissen als Pluspunkt hervor. Auf Nachfrage gab er als inhaltliche Ziele für die nächste Wahlperiode an, die Reisekostenrichtlinie weiter zu entwickeln und in Zusammenarbeit mit der THW-Jugend Bevölkerungsschutz für junge Menschen greifbarer zu machen. Außerdem wolle er die Eigenständigkeit der ASJ stärken, die Bundeszuschüsse sichern und Synergien mit dem ASB stärken, indem sich die ASJ in die Fachgruppe Schulsanitätsdienst des Bundesverbandes einbringt.

Das ist das neue Spitzen-Team

Und dann fällt die Entscheidung: Mit 53 zu 22 Stimmen kann Darius das Rennen um die Gunst der Delegierten für sich entscheiden. Es folgt die Wahl des Stellvertreters. Hier holt Calvin Keller aus Hamburg die meisten Stimmen. Stellvertretende Bundesjugendleiterin mit Finanzverantwortung wird Anja Reimann aus NRW. Als weitere Mit-





glieder werden Hannah Heckes (NRW), Jacob Hicks (Niedersachsen), Miriam Honigfort (NRW), Eva Köhnlein (Thüringen) und Kevin Sell (Mecklenburg-Vorpommern) gewählt. Der verbleibende Platz als weiteres Vorstandsmitglied kann nicht besetzt werden.

Und auch bei der Wahl der Bundesjugendkontrollkommission bleibt neben den neu gewählten Mitgliedern Simon Carstens und Aileen Oberthür (beide aus Schleswig-

Holstein) noch ein Posten frei. Damit stehen die beiden vakanten Positionen bei der nächsten Bundesjugendausschusssitzung am 26. September erneut zur Wahl. Interessierte können sich gerne schon jetzt bei der Bundesjugend melden.

Workshops, Aktionen und Emotionen

Auf der Bundesjugendkonferenz wird nicht nur gewählt und abgestimmt. Es gibt auch immer Zeit,

um neue ASJler:innen und Orte kennenzulernen. Und so stehen auch Programmpunkte wie selbstständiges Erkunden von Nürnberg, Führungen durch die Lochgefängnisse oder die historischen Felsengänge, Stolpersteine putzen oder das Stadtspiel „Dem Kunsträuber auf den Fersen“ auf der Agenda. Die Abende sind stets eine gute Möglichkeit, um bei Essen und Getränken in unterschiedlichen Locations ins Gespräch zu kommen. In diesem Jahr geht es dazu in das Jugendkulturzentrum „Luise“ und das DB-Museum, wo die Tische direkt zwischen Zügen aus verschiedenen Epochen stehen. Ein spannender Einblick in die Geschichte. Apropos spannende Einblicke: Die gibt es auch in den Workshops, die ebenfalls Teil des Programms sind. Zur Auswahl stehen die Themen: „Social-Media“, „Präventionskonzepte“, „Argumentieren gegen Rechts“, „Zukunftscafé“ und „Kreativworkshop“.





Und dann wird es emotional. Seit 17 Jahren ist Anna Witt in der ASJ aktiv, war 14 Jahre im Bundesjugendvorstand, davon acht Jahre als Bundesjugendleitung. Und nun steht sie symbolisch mit dem frisch gewählten Bundesjugendvorstand und der Bundesjugendkontrollkommission im Rücken vorne auf der Bühne. „Ein Jugendverband wie die ASJ lebt nicht von Satzungen und auch nicht von Regularien“, sagt die Juristin. „Er lebt von den Menschen und ihrem Engagement.“

Dankbarkeit und Wertschätzung

Die Versammlung lauscht gespannt den Erinnerungen, von denen Anna Witt deutlich gerührt mit Blick auf die Vergangenheit berichtet. Immer wieder werden ihre Augen feucht und einzelne Tränen kullern – bei

ihr und auch bei den Zuhörenden. „Ich verabschiede mich als Leitung, aber ich verabschiede mich weder von euch als Menschen, noch von der Idee und den Werten der ASJ“, führt Anna ihre Abschiedsrede fort. „Ich übergebe dir diesen Jugendverband mit ganz viel Freude und bin natürlich immer noch da, wenn du mich brauchst“, sagt sie an Darius gerichtet. An die Konferenz gewandt endet sie mit den Worten: „Von Herzen danke für euer Vertrauen, das ich immer wieder mit Stolz mit mir getragen habe und dessen ich mir sicher war. Auf bald!“ Es folgen ein nicht enden wollender lebhafter Beifall und Standing Ovationen.

Ein starkes Zeichen der Wertschätzung. Aber nicht das einzige an diesem Wochenende. Auch Anna

Plank, Dina David und Matthias Witt wird eine besondere Ehre zuteil. Sie werden für ihr herausragendes Engagement für die ASJ mit der ASJ-Ehrung in Gold ausgezeichnet.

Robin Pardey/Alexander Bühler

Der schriftliche Vorstandsbericht kann unter dem Link <https://kurzlinks.de/bjv-bericht-2026> angesehen werden.



Der Verhaltenskodex kann unter dem Link www.asj.de/verhaltenskodex angesehen werden





Die Gewählten stellen sich vor

Die Mitglieder des neuen Bundesjugendvorstands und der Bundesjugendkontrollkommission werden in den nächsten vier Jahren die ASJ Deutschland und ihre Aktivitäten maßgeblich prägen. Hier stellen sie sich vor.



Darius Molitor (Bundesjugendleiter)

Ich bin 32 Jahre alt.

Ich komme aus Marburg.

Mein Ziel im Bundesjugendvorstand ist, die ASJ weiter voran zu bringen und die Interessen von jungen Menschen im ASB zu vertreten.

Meine geheime Superkraft ist, Menschen zuzuhören und mir ihre Antworten zu merken.

Am besten erhole ich mich bei Spaziergängen oder anderer Zeit in der Natur.

Calvin Keller (Stellv. Bundesjugendleiter)

Ich bin 32 Jahre alt.

Ich komme aus Hamburg.

Mein Ziel ist, das Thema Inklusion in der ASJ wieder präsent zu machen und verschiedene Wege schaffen, die Hürden zum inklusiven Arbeiten so klein wie möglich zu machen.

Mein vegetarisches Lieblingsessen ist Pommes.

Am besten erhole ich mich beim Lesen auf dem Campingplatz oder in der Sonne am Strand.





Anja Reimann (stellv. Bundesjugendleiterin mit Finanzverantwortung)

Ich bin 36 Jahre alt.

Ich komme aus Köln.

Mein Ziel im Bundesjugendvorstand ist die Stimme von Kindern und Jugendlichen zu vertreten.

Mein vegetarisches Lieblingsessen ist Ofengemüse mit dem selbstgemachten Hummus meiner Freundin Kim.

Meine geheime Superkraft ist Glitzer.

Hannah Heckes (Mitglied im Bundesjugendvorstand)

Ich bin 23 Jahre alt.

Ich komme aus Oberhausen und wohne heute in Dreieich.

Mein Ziel im Bundesjugendvorstand ist es, ein diskriminierungsfreies Miteinander vorzuleben, in dem jeder willkommen ist und zu Wort kommen kann.

Mein schönster ASJ Moment war als ich das gegenseitige Empowerment der queeren

Menschen in der ASJ erlebt habe.

Am besten erhole ich mich bei einem langen Frühstück mit meiner Oma.



Jacob Hicks (Mitglied im Bundesjugendvorstand)

Ich bin 26 Jahre alt.

Ich wohne in Berlin, meine Heimat ist aber Hannover.

Mein Ziel im BJV ist es, viele coole Veranstaltungen zu ermöglichen und Chancen zur Vernetzung zu schaffen.

Meine geheime Superkraft ist, bei Problemen immer eine Lösung zu improvisieren.

Wenn ich nicht für die ASJ unterwegs bin, betreibe ich Netzwerktechnik für Behörden und den Katastrophenschutz.



Miriam Honigfort (Mitglied im Bundesjugendvorstand)

Ich bin 22 Jahre alt.

Ich komme aus der ASJ Münsterland.

Mein Ziel im Bundesjugendvorstand: Planen von Großveranstaltungen, Sozial Media und Öffentlichkeitsarbeit, Mitwirken in der H7

Wenn ich nicht für die ASJ unterwegs bin mache ich Sanitätsdienste für den ASB oder

fahre Motorrad.

Mein Vegetarisches Lieblingsessen : Gefüllte Paprika mit Reis, Bohnen und Mais



Eva Köhnlein (Mitglied im Bundesjugendvorstand)

Ich bin 27 Jahre alt.

Ich komme aus Erfurt.

Ich möchte während meiner Amtszeit unser Schutzkonzept wachsam bekannter machen und gemeinsam mit euch weiterentwickeln.

Meine geheime Superkraft ist, einen kühlen Kopf zu bewahren.

Wenn ich nicht für die ASJ unterwegs bin sitze ich auf dem Fahrrad oder schraube an Fahrrädern.



Kevin Sell (Mitglied im Bundesjugendvorstand)

Ich bin 37 Jahre alt.

Ich komme aus Güstrow (Mecklenburg-Vorpommern).

Mein Ziel im Bundesjugendvorstand ist Erlebnisse zu schaffen, die bleiben.

Mein schönster ASJ-Moment war das 100-Jahre-ASJ-Festival mitzugestalten.

Am besten erhole ich mich beim Schiffe beobachten am Strand.



Simon Carstens (Bundesjugendkontrollkommission)

Ich bin 21 Jahre alt.

Ich komme aus Schleswig-Holstein.

Mein Ziel im Bundesjugendvorstand ist es, neue Kontakte zu knüpfen, die ASJ so viel ich kann zu unterstützen und dennoch ein wachendes Auge auf den Vorstand zu haben.

Mein vegetarisches Lieblingsessen ist der Nudelsalat von meiner Mutter.

Mein Lieblingseis ist Kokosnuss oder Vanille.



Aileen Oberthür (Bundesjugendkontrollkommission)

Ich bin 24 Jahre alt.

Ich komme aus Neustadt in Holstein.

Mein Ziel im Bundesjugendvorstand ist es, den Zusammenhalt zu stärken, die Aufgaben des Vorstandes als Bundesjugendkontrollkommission gut im Auge zu behalten und eine tolle Amtsperiode mit dem neuen Vorstand und der gesamten ASJ zu haben 😊.

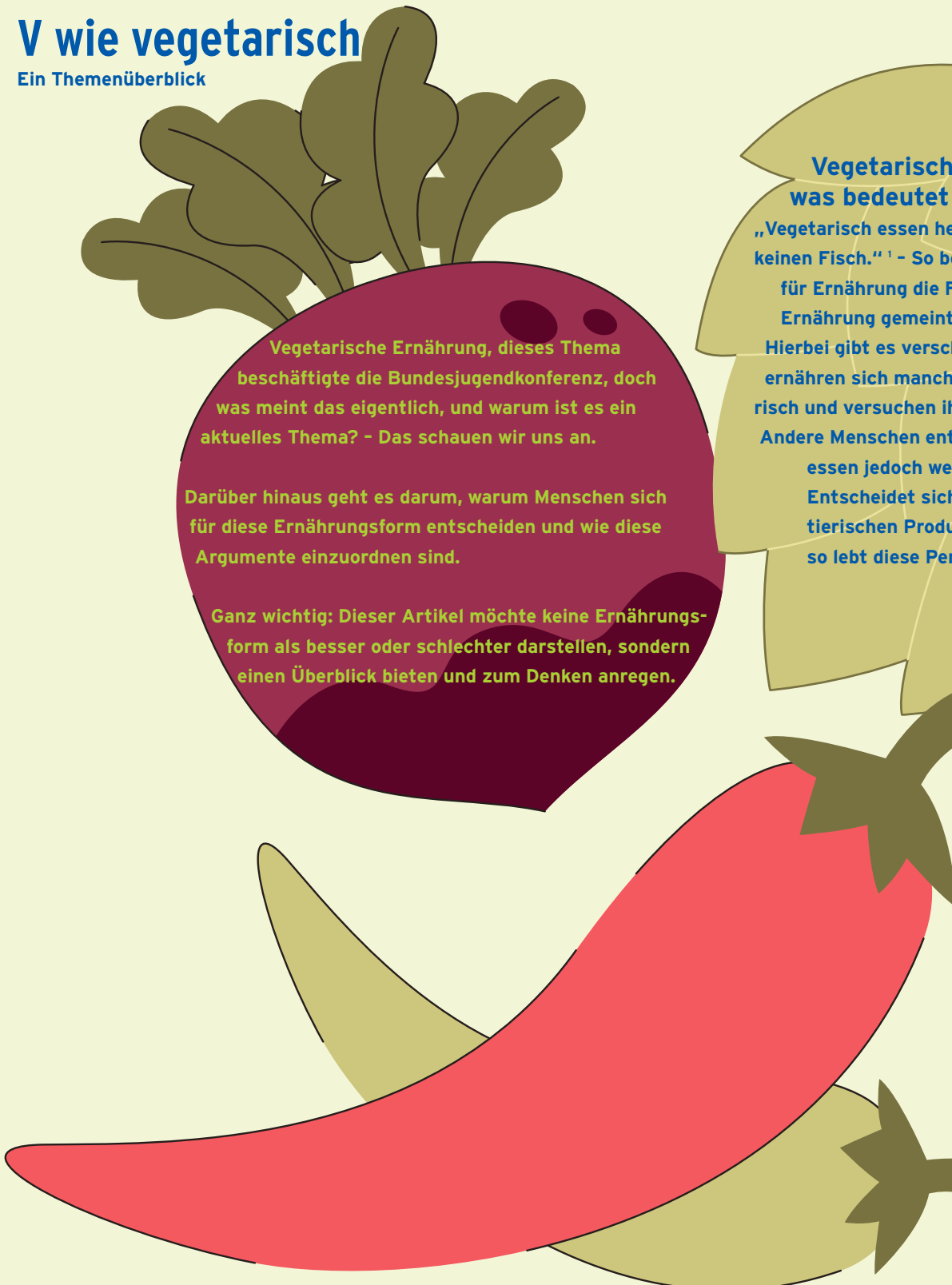
Meine geheime Superkraft sind Einhörner.

Meine Schuhgröße ist 39.



V wie vegetarisch

Ein Themenüberblick



Vegetarische Ernährung, dieses Thema beschäftigte die Bundesjugendkonferenz, doch was meint das eigentlich, und warum ist es ein aktuelles Thema? – Das schauen wir uns an.

Darüber hinaus geht es darum, warum Menschen sich für diese Ernährungsform entscheiden und wie diese Argumente einzuordnen sind.

Ganz wichtig: Dieser Artikel möchte keine Ernährungsform als besser oder schlechter darstellen, sondern einen Überblick bieten und zum Denken anregen.

Vegetarisch was bedeutet

„Vegetarisch essen heißt, keinen Fisch.“¹ – So beginnt die Definition für Ernährung die F

Ernährung gemeint

Hierbei gibt es versch

ernähren sich manch

risch und versuchen ih

Andere Menschen ent

essen jedoch we

Entscheidet sich

tierischen Produ

so lebt diese Per

, Vegan,
es?

eißt: Man isst kein Fleisch und
antwortet das Bundeszentrum
Frage, was mit vegetarischer
ist.
chiedene Ausprägungsformen, so
e Menschen nur zeitweise vegeta-
hren Fleischkonsum gering zu halten.
scheiden sich, kein Fleisch zu essen,
iterhin Fisch.
n jemand, auf jegliche
kte zu verzichten,
erson vegan.

1 <https://www.bzfe.de/einfache-sprache/gut-essen/vegetarische-ernaehrung>

Warum entscheiden sich Menschen für eine vegetarische Ernährung?

Menschen entscheiden sich aus verschiedenen Gründen für eine vegetarische oder sogar vegane Ernährung. Eine bessere Gesundheit, moralische Hemmungen oder Klimaschutz sind häufig angeführte Begründungen.

„Eine vegetarische oder eine rein pflanzliche Ernährung ist für sich genommen weder gesund noch ungesund“² – So beginnt die ARD ihre Antwort auf die Frage, ob eine vegetarische oder vegane Ernährung gesünder als eine fleischbasierte Ernährung ist. Bei allen Ernährungsformen ist es wichtig, eine ausgewogene und vielfältige Mischung an Nahrungsmitteln zu sich zu nehmen, um auf die eigene Gesundheit zu achten. Menschen, die sich ausgewogen und vegetarisch ernähren leiden jedoch seltener an z. B. Bluthochdruck, Diabetes oder einem erhöhten Cholesterinspiegel.

2 <https://www.ndr.de/ratgeber/gesundheit/vegane-und-vegetarische-ernaehrung-wor-auf-sollte-man-achten,vegane-ernaehrung-102.html>



Im Kontext einer vegetarischen Ernährung kann das Argument des Klimaschutzes jedoch nur bedingt gelten, da weiterhin Produkte tierischen Ursprungs verzehrt werden. 13,5 KG CO_{2e} werden ausgestoßen, um ein Kilogramm Rindfleisch zu produzieren. Für ein Kilogramm Emmentaler sind es nur 6 KG CO_{2e}. Ein Kilogramm Äpfel dagegen benötigt nur 0,3 KG CO_{2e}. Dieser gravierende Unterschied regt viele Menschen dazu an, ihren Fleischkonsum zu überdenken, zu reduzieren oder sogar ganz auf Fleisch zu verzichten.

CO_{2e}: CO₂-Äquivalent

Gase können einen Einfluss auf die Erwärmung unserer Atmosphäre haben, dann nennt man sie Treibhausgase. Diese Gase werden bei der Herstellung aller möglichen Produkte frei. Wie groß der Einfluss ist, variiert von Gas zu Gas. Um dies vergleichbar zu machen, gibt man den Einfluss eines Produktes, in einer einheitlichen Einheit, dem CO₂-Äquivalent an.

Was bei dieser Betrachtung nicht vergessen werden darf: Die Landwirtschaft macht nur rund 10 % der weltweiten Treibhausgasemissionen aus, während der Energiesektor allein zwei Drittel verursacht.³

3 Vgl. UN Emissions Gap Report, S. 7, abgerufen am 03.07.2026: <https://kurzlinks.de/co2-aequivalente>

Fazit

Eine vegetarische oder vegane Ernährung beschäftigt sich damit, ob und wie viele tierische Produkte verzehrt werden. Insbesondere geht es hierbei um den Konsum von Fleisch.

Warum sich Menschen entscheiden, vegetarisch oder vegan zu ernähren, hat verschiedene Gründe. Die häufigsten sind Gedanken rund um die eigene Gesundheit, das Tierwohl oder den Umweltschutz.

Hier noch ein paar Interessante Fragen für eure Arbeit und einen Austausch vor Ort:

- Verpflegt sich eure Gliederung teilweise oder komplett vegetarisch? - Wenn ja, was sind eure Beweggründe und kennen sie alle bei euch?
- Kann eure Gliederung von einer vegetarischen Ernährung profitieren? - Interessante Themen dabei u.a.: Kühlkette, Hygiene und religiöse Aspekte



Vegetarische Frikadellen

Zutaten (2 Portionen)

100 g Haferflocken
 100 ml Milch
 1 EL Sonnenblumenöl
 100 g geriebener Gouda
 1/2 Ei
 1 kleine Zwiebel
 Gemüsebrühe (Pulver)
 Salz
 Pfeffer
 Kräuter der Provence
 Paprika



Zubereitung

1. Die Zwiebel in kleine Würfel schneiden und in große Schüssel füllen.
2. Haferflocken, geriebenen Käse und Ei hinzugeben. Mit Milch und Öl aufgießen.
3. Gemüsebrühe und Gewürze nach Geschmack hinzugeben.
4. Masse zu einem klebrigen Brei vermengen.
5. Handtellergröße Frikadellen formen und mit Öl in der Pfanne durchbraten.

Huch, auf welcher Pinnwand bin ich denn hier gelandet? – Naja, ihr fragt euch bestimmt eher, wer ich bin.



Die Kurzfassung: Robin Wolff, 21 Jahre alt. Jugendleiter der ASJ Rhein-Erft/Düren, Mitglied der Landesjugendkontrollkommission in NRW und neu im Redaktionsteam.

Mehr Details: Vor drei Jahren bin ich durch Zufall aus dem Katastrophenschutz heraus in die ASJ gestolpert, habe mit meinen Mitstreitenden unseren ASJ Regionalverband aufgebaut und verbringe fast jede freie Minute beim ASB. Die ASJ ist mir sehr ans Herz gewachsen und ich lebe dafür, einen Ort zu schaffen, an

dem sich junge Menschen wohlfühlen und sie selbst sein können.

Bin ich nicht beim ASB, so arbeite ich als Dateningenieur für einen kommunalen Energiekonzern in Köln. Auf sportlicher Seite gehe ich gerne Joggen, stehe auf dem SUP oder stürze mich mit meinem Kajak ins Wildwasser. Zur ASJ am Puls hat mich mein Namensvetter aus Niedersachsen gebracht, Grüße gehen raus! – Das Team möchte ich insbesondere im Bereich Fotografie unterstützen, schreibe jedoch auch gerne Texte.

Mein Motto: Eure Taten sollen eure Denkmäler sein!

– Solltet ihr mal etwas zu lesen brauchen:

Dieses wunderbare Zitat stammt aus dem Buch „Wunder“ von R. J. Palacio.

Liebe ASJ'lerinnen,



Nach vier Jahren ASJ am Puls ziehe ich mich aus dem Redaktionsteam zurück. Ein paar wunderbare Menschen werden dafür sorgen, dass ihr weiterhin mit spannenden Berichten und einem bunten Magazin ausgestattet werdet.

Vielen Dank für die angenehme Zusammenarbeit!
Eure Anna

Liebe ASJ'lerinnen,

ich bin neu an Bord und möchte mich gerne kurz vorstellen. Mein Name ist Sarah, ich bin 42 Jahre alt und gebürtige Kölnerin. Seit Mitte Juni unterstütze ich das Bundesjugendbüro im Bereich Veranstaltungsorganisation und Administration.



Zuvor war ich fast 20 Jahre in der Pharmabranche tätig – zunächst als Reiseverkehrskauffrau und später im Bereich Event-Management. Organisation, Planung und der Austausch mit Menschen begleiten mich quasi mein halbes Leben.

Außerhalb des Büros liebe ich das Singen – ob im Chor, im Auto oder zu

Hause: Gesungen wird bei mir eigentlich jeden Tag. Ich freue mich, euch bald kennenzulernen und ab sofort Teil der ASJ zu sein.

Viele Grüße
Sarah

Neue Mailadresse der Redaktion

Was ist euer vegetarisches Lieblingsrezept? Wie haben euch die Bundesjugendkonferenz und das Bundesjugendtreffen gefallen? Zu welchem Thema würdet ihr gerne einen Artikel in der ASJ am Puls lesen? Sagts uns. Unter redaktion-aap@asj.de könnt ihr uns ab sofort eure Meinung zu unseren Berichten mitteilen.



ASJ und Bundeskanzler Merz im Austausch

Anfang Juni trafen sich auf Einladung des Deutschen Bundesjugendrings (DBJR) rund 40 junge Engagierte aus verschiedenen Jugendverbänden mit Bundeskanzler Friedrich Merz im Bundeskanzleramt. Für die ASJ nahmen Kevin Henkel von der ASJ Sachsen sowie Dina David aus dem BJV der ASJ Deutschland teil.



Im Mittelpunkt des Austauschs standen vier zentrale Themen: junges Engagement, Generationengerechtigkeit, die Stärkung von Demokratie und gesellschaftlichem Zusammenhalt sowie aktuelle Herausforderungen für junge Menschen und ihre Verbände.

Kevin Henkel, Vorstandsmitglied der Arbeiter-Samariter-Jugend Sachsen und Ortsgruppenleiter der ASJ Leipzig, übernahm die Sprecherrolle für die Arbeitsgruppe „Junges Engagement“. Dabei wurden unter anderem die finanzielle Absicherung von Jugendverbänden, die

Ausstattung des Kinder- und Jugendplans des Bundes (KJP) sowie die Anerkennung und Wertschätzung ehrenamtlichen Engagements junger Menschen thematisiert. „Der direkte Austausch mit dem Bundeskanzler war ein wichtiges Signal für die Jugendverbandsarbeit und die Anliegen junger Engagierter“, betonte Kevin Henkel.

(Martin Gey/Nadine Wieland)

ASJ am Puls in elektronischer Form

Du bist Digital Native und willst die ASJ am Puls lieber online anstatt auf Papier lesen? Kein Problem. In unserem neuen Online-Formular kannst du die Papierversion abbestellen. Stattdessen erhältst du zukünftig per Mail einen Link zur elektronischen Version der ASJ am Puls: www.asj.de/aap_digital



Studie zu Einsamkeit bei jungen Menschen



Britische Forschende haben über 46.000 Menschen aus fast 300 Ländern gefragt, warum sie sich einsam fühlen. Die meisten einsamen Menschen sind jung, männlich und leben in Individualgesellschaften. In Individualgesellschaften sind Menschen höherem Leistungsdruck ausgesetzt und dabei auf sich selbst gestellt. Das macht auch jungen Menschen zu schaffen. Gründe sind u. a. sozialer Status, schwierige Lebensphasen, Mediennutzung und unpassenden Erwartungen an Beziehungen.

Was gegen Einsamkeit hilft, ist sehr individuell. Ein guter Ansatz ist sich Gruppen anzuschließen, deren Fokus einen selbst auch interessiert. Eine solche Gruppe kann auch eine ASJ-Gruppe

sein. Menschen die sich einsam fühlen, finden eure Gruppe z. B. wenn ihr euch bei einem Stadtfest vorstellt oder einen Tag der offenen Tür veranstaltet. Mehr Infos findet ihr unter https://kurzlinks.de/studie_einsamkeit



Xüzelu, liebe
ASJler:innen!

Puh, ist das eine Hitze diesen Sommer! Vielleicht erinnert Ihr euch daran, dass Ich euch mal davon erzählt habe, wie ich aus Versehen durch unbedachtes Herumreisen mit meinem Raumschiff eine Hitzewelle ausgelöst habe. Aber diesmal war ich nicht verantwortlich, das schwöre ich. So etwas werde ich nie wieder tun, schon gar nicht in dem Ausmaß, dass es sich tagelang nicht abkühlt.

Losbuch Projekt
Xüzelu, Eintrag 428

Wisst Ihr eigentlich, dass wir auf Youth die Erde als einen Todesplaneten ansehen? Bei uns gibt es gelegentlich mal einen kleineren Höhleneinsturz und Wetter, nun, das ist was für die Oberfläche, an der wir uns ja nicht aufhalten.



Aber ihr Menschen – ihr habt Vulkanausbrüche, Taifune, Orkane, Tsunamis, Gewitter, Starkregen, Erdbeben, Überschwemmungen, Lawinen, es scheint kein Tag zu vergehen, an dem nicht irgendein Teil der Erde von einer Naturkatastrophe heimgesucht wird. Um ehrlich zu sein, wir sind fasziniert, dass ihr Menschen trotzdem überlebt – ach, was rede ich, der Umstand wird als halb bedrohlich, halb beeindruckend empfunden. Und einige wenige bestehen sogar darauf, dass die Geschichten von der Erde nur eine Erzählung sind, allen gegenteiligen Beweisen zum Trotz.

Einer der Gründe, warum es so lange gedauert hat, bis wir eine Mission zur Erde geschickt haben war, dass wir uns kaum vorstellen konnten, wie überhaupt jemand unter solchen Umständen überleben kann. Die ersten Nachweise für menschliches Leben wurden lange von unseren Wissenschaftlern in Zweifel gezogen, weil alle anderen Daten darauf hindeuteten, dass niemand in einer solchen Umgebung existieren kann. Das ist im Grunde ja auch richtig. Ohne meinen Schutzanzug und die Technologie, die mich vor Gefahren warnt, hätte ich keine Überlebenschance.

Vielleicht finde ich deswegen Hitzewellen am bedrohlichsten von allen Naturkatastrophen. Allein schon, weil die Gefahr so schleichend kommt. Es gibt

keine unheimlichen Wolken, keinen lauten Knall, keinen pfeifenden Wind, stattdessen gibt es zunächst einladenden Sonnenschein – und irgendwann dann unerträglich Hitze, der nur wenige wirklich entfliehen können.

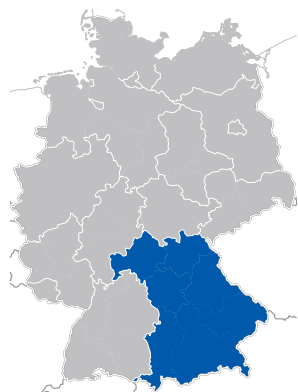
Nehmt mal die kleine Büchermäus. Anfangs war sie noch guter Dinge, weil die Bibliothek recht groß ist und sich nur langsam aufheizt. Aber dann hat Sie feststellen müssen, dass sich in ihrem Versteck unterm Dach, in dem sie sich tagsüber aufhält, nach zwei Tagen die Hitze so sehr staute, dass es nicht auszuhalten war. Und es ist ja auch nicht so, als könne Sie einfach ihr Fell ausziehen. Zu ihrem Glück habe ich sie dann in meinem Raumschiff aufgenommen. Aber was sie wohl getan hätte, wenn sie keinen Zufluchtsort gefunden hätte – wahrscheinlich hätte sie sich an einem sehr viel riskanteren Ort verbergen müssen.

Und was würde ich selbst ohne meinen Schutzanzug und mein sorgfältig auf meine Bedürfnisse abgestimmtes Raumschiff tun? Ich hätte ja schon an einem normalen Sommertag keine Überlebenschance. Deswegen ist es ja so wichtig, dass ich immer auf alles vorbereitet bin. Denn die nächste Hitzewelle, die kommt leider bestimmt.

In diesem Sinne
Euer XÜ!

(Frauke Spilker)

ASJ Bayern



Wandertour der ASJ Bayern

Wir starteten unsere Wandertour in Benediktbeuren mit einer Gondelfahrt zum Brauneck. Das ersparte uns 800 Höhenmeter Anstieg. (Es waren dann immer noch 450 Höhenmeter übrig.) Oben haben wir direkt die erste Gipfelkuh getroffen (die wohl nicht mit der Seilbahn nach oben gefahren ist).

Anfangs trotzten wir Regen und Matsch. Später wurden wir dafür mit Sonnenschein und bestem



Wetter belohnt. Wir konnten sogar eine Gruppe Steinböcke aus der Ferne beobachten. Unsere erste Etappe endete an der Tutzinger Hütte. Den Abend verbrachten wir mit der Tourenplanung für den zweiten Tag. Weil wir dazu eine analoge Karte vom Alpenverein verwendeten, hatten wir so auch etwas Kartenkunde.

Am nächsten Tag ging es auf die Benediktenwand. Deren Gipfel ist nur 500m Luftlinie von der Tutzinger Hütte entfernt. Er liegt allerdings 620m höher. Unser Weg führte zwar nicht senkrecht die Wand nach oben, trotzdem mussten wir über ein paar Felsen kraxeln. So erfuhren wir, was die verschiedenen Wegkategorien des Alpenvereins konkret bedeuten – vom einfachen blauen Bergweg bis zur schwarz markierten Kraxelei war alles dabei. Ein kleiner Umweg über ein Schneefeld gab uns die Chance, im Juni einen Schneeball zu werfen. Zurück auf der Hütte haben wir über alpine Gefahren und Erste Hilfe in den Bergen gesprochen. Wenn man einen Unfall in den Alpen hat und zum Glück gutes Wetter ist, wird man recht schnell von einem Helikopter gerettet. Bei schlechtem Wetter kommt allerdings der Rettungswagen nicht innerhalb von 15 Minuten.





Entsprechend länger muss man alleine klarkommen.

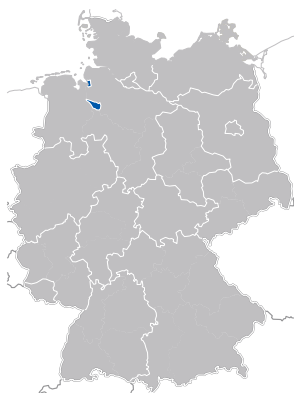
Für den am nächsten Tag geplanten Abstieg war schlechtes Wetter angesagt. Darum entschieden wir uns für die kürzeste Strecke. Es regnete dann nur am Start, und wir sind (mit Ausnahme einer kleinen Bach-

querung) trockenen Fußes bis nach Lenggries zum Bahnhof gekommen.

Unterwegs stießen wir auf eine Kuhherde, die nicht begeistert war, dass der Weg mitten durch ihre Weide führte. Mit etwas Vorsicht und kreativer Wegfindung haben wir es trotzdem ohne Rodeo geschafft.

Für den letzten Tag hatten wir uns die Challenge gesetzt, ausschließlich mit Kompass und Karte (und ein paar Wegschildern) zu navigieren. Das Fazit im gerade noch erreichten Zug zurück nach Nürnberg: ein voller Erfolg!

(Nils Nippe)



Rettungsbär:innen in Bremen

Bei der Aktion „Rettungsbär:in werden“ handelt es sich um ein kooperatives Angebot der Sparkasse

ASJ Bremen

Bremen und der ASJ Bremen. Die ASJ Bremen hat jährlich mindestens 4 Termine an verschiedenen Stadteilfilialen der Sparkasse, wo sie Kindern im Grundschulalter spielerisch Erste Hilfe beibringt. Bei den Aktionen kommen bis zu 20 Kinder in die Stadteilfilialen. Dieses Jahr waren wir unter anderem im Viertel, in Lesum, in Findorff und in Schwachhausen.

Die Aktion findet immer an einem Mittwoch von 16:00 bis 18:00 Uhr statt. Wir begleiten die Kinder mit

mindestens zwei Personen, die den Inhalt vermitteln. Je nach Bedarf wird die Gruppe auch aufgeteilt. Es werden drei Stationen aufgebaut. Themen an den Stationen sind einmal ein Druckverband, die stabile Seitenlage und die Reanimation.

Nach einer kleinen Kennenlernrunde geht es direkt an die Stationen. Die Kinder werden aktiv einbezogen und gefragt, wie wir vorgehen sollen. Die einzelnen Methoden werden wirklich sehr detailliert, aber kindgerecht erklärt. Unser

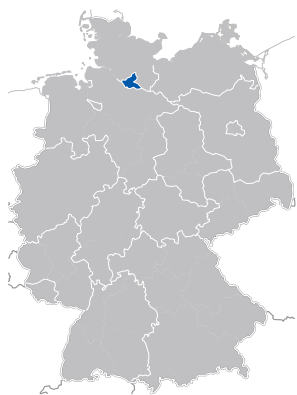


Rettungsbär Arnold unterstützt uns fleißig bei der Ausbildung der Rettungsbär:innen. Die Betreuer:innen machen es einmal vor. Die Aufgabe der Kinder ist es anschließend, das Gesehene aneinander zu üben. Wo es klemmt, unterstützen die Betreuer:innen.

Die Kinder haben dann am Ende die Möglichkeit das Gelernte ihren Eltern vorzuführen. Zum Abschluss bekommen sie Urkunden und Goodies, unter anderem einen Arnold-Schlüsselanhängers oder eine Erste Hilfe-Tasche. Die ASJ und die Sparkasse freuen sich, auch weiterhin neue Rettungsbär:innen auszubilden!

FSJler ASJ Bremen

ASJ Hamburg



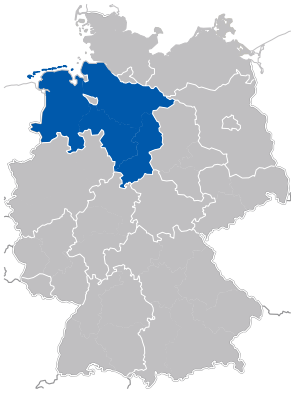
Mehr Mitbestimmung für die Jugend

Am 13. Juni 2026 war es so weit: Bei der Landeskonferenz des ASB Hamburg wurde nicht nur ein neuer Landesvorstand gewählt; auch für



die ASJ Hamburg gab es gleich mehrere Gründe zum Feiern.

Mit vier Delegierten waren wir nach unserer Neugründung im vergangenen Jahr erstmals (wieder) offiziell auf der Landeskonzferenz vertreten. Damit konnte die Stimme der Jugend wieder aktiv in die Verbandsarbeit des ASB Hamburg eingebracht werden.



Über den Tellerrand gucken

Nur in der eigenen Bubble schmoren? – Nicht mit uns! Seit über zwei Jahren treffen wir uns regelmäßig mit den anderen Jugendorganisationen der helfenden sieben Verbände. Hierbei tauschen wir uns aus zu Themen wie Satzungen und Schutzkonzepte, Aktionen der Verbände, Gemeinsamkeiten und Unterschiede oder dem Umgang mit bestimmten Parteien und Personengruppen. Das Ziel ist klar: Miteinander voneinander zu lernen sowie gemeinsame Ziele voranzubringen.

Besonders freuen wir uns darüber, dass unsere Landesjugendleitung Christin Maack in den Landesvorstand gewählt wurde. Damit sind die Interessen junger Menschen künftig noch stärker auf Landesebene vertreten.

Die Delegierten der Landeskonzferenz beschlossen außerdem eine wichtige Satzungsänderung: Künftig erhält die Landesjugendleitung

der ASJ Hamburg qua Amt einen stimmberechtigten Sitz im Landesvorstand.

Das ist ein großer Erfolg für die ASJ und ein starkes Zeichen für echte Jugendbeteiligung. Die Ideen und Perspektiven junger Menschen bekommen dadurch künftig noch mehr Gewicht im ASB Hamburg.

(Friederike Compernaß)

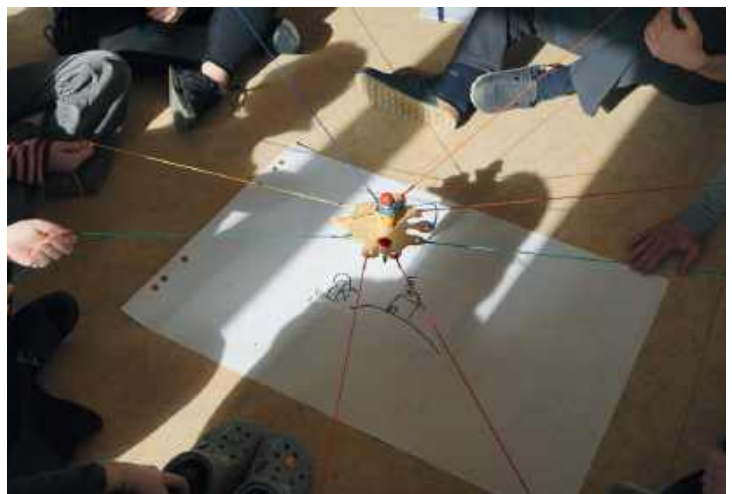
ASJ Niedersachsen

In den Farben getrennt – doch in der Sache geeint

So entstand z. B. ein Grundwertepapier zu den sieben Säulen der H7 in Niedersachsen. Nicht zu vergessen ist auch eine Veranstaltung im März am Niedersächsischen Landtag. Dort beteiligten sich die H7 mit kleinen Ständen und Mitmachaktionen an einer Aktion des Landesjugendrings. Dabei ging es vor allem darum mit Vertreter:innen der Landespolitik ins Gespräch

zu kommen, damit sie die Jugendarbeit nicht vernachlässigen und kaputtsparen.

Zudem fand im Frühjahr ein Spielepädagogik-Seminar für Mitglieder aller H7-Verbände in der Jugendherberge Hannover statt. Ein Angebot, bei dem neben dem fachlichen Input auch das Netzwerken zwischen den verschiedenen Verbänden im Fokus stand. Am abendlichen Austausch nahmen darum





auch Landesjugendvorstandsmitglieder der H7-Verbände teil. Und wegen der guten Resonanz soll es bereits im kommenden Jahr ein zweites H7-Seminar geben.

Besuche und Aktionen auf regionaler Ebene

Auch gegenseitige Einladungen zu den Veranstaltungen der anderen Verbände sind ein fester Teil der H7-Kooperation. Vertreter:innen der ASJ waren z. B. zu Besuch beim Landesjugendwettbewerb der DLRG-Jugend und beim SSD-Tag der Johanniter-Jugend. Eine gute Gelegenheit, um nicht nur die anderen Verbände und ihre Arbeit

besser kennenzulernen, sondern auch, um mit Gästen aus der Politik ins Gespräch zu kommen und auf die Interessen und Bedürfnisse der helfenden Jugendverbände aufmerksam zu machen.

Selbst auf regionaler Ebene wird über den Tellerrand geblickt. So organisierten kürzlich zwei ASJ-Gruppen und drei Jugendfeuerwehren im Freibad Goltern (Barsinghausen) zusammen ein Wochenendzeltlager. Dank Lebensmittelspenden einiger Firmen konnte dabei auf Teilnahmebeiträge verzichtet werden. Leider mussten die gemeinsamen Übungen wegen der

Hitzewelle aus gesundheitlichen Gründen gestrichen werden. Dafür durften die Teilnehmenden aber nach Ende der Öffnungszeiten erneut die Schwimmbecken stürmen und den Tag mit einer Pool-Party ausklingen lassen. Am Ende also trotzdem eine gelungene Aktion, die es sogar in die regionale Presse geschafft hat. Und da nach der Aktion ja bekanntlich vor der Aktion ist, laufen bereits die ersten Gespräche für das nächste Gemeinschaftsprojekt.

(Robin Pardey)

ASJ Nordrhein-Westfalen

ASJ NRW goes Movie Park

Auch in diesem Jahr hieß es für die ASJ NRW wieder: Ab nach Bottrop! Bei strahlendem Sonnenschein trafen sich rund 140 ASJler:innen und Betreuende aus ganz Nordrhein-Westfalen im Movie Park. Dieser

gemeinsame Ausflug zählt jedes Jahr zu den Highlights im Programm der ASJ NRW.

Der Freizeitpark bot die perfekte Kulisse für einen Tag voller Adrenalin, Lachen und Begegnung. Ob rasante Achterbahnfahrten,





packende Shows oder einfach die Freude, sich mal außerhalb von Seminaren und Sitzungen zu sehen – für jede:n war etwas dabei.

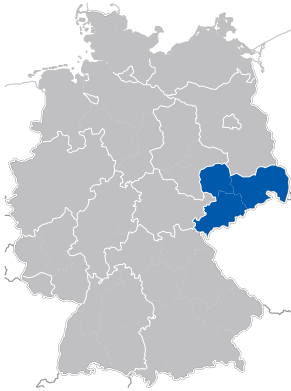
Besonders schön: Über die Region hinweg konnten Kontakte gepflegt und neue Bekanntschaften geknüpft werden. So sorgte der Ausflug nicht nur für willkommene

Abwechslung vom Alltag, sondern stärkte auch spürbar den Zusammenhalt innerhalb der ASJ NRW.

Die ausgelassene Stimmung, das herrliche Wetter und die große Beteiligung haben einmal mehr gezeigt: Solche Tage verbinden und machen Lust auf mehr. Ein herzliches Dankeschön an alle, die dabei waren und diesen Tag zu etwas Besonderem gemacht haben.

Wir sagen schon jetzt: Bis zum nächsten Mal, Movie Park!

(Kai Höchenberger)



ASJ Sachsen



Landesjugendkonferenz in Dresden

ASJ Sachsen wählt neuen Landesjugendvorstand

Im März traf sich die ASJ Sachsen zur Landesjugendkonferenz in der ASB-Landesgeschäftsstelle in Dresden. Delegierte und Gäste nutzten die Gelegenheit, um auf vier Jahre engagierte Vorstandsarbeit und die

Höhepunkte der vergangenen Wahlperiode zurückzublicken.

Dazu gehörten die Landesjugendwettbewerbe, Netzwerktreffen, die jährlichen Sommerferiencamps sowie zahlreiche Bildungsangebote. Im Rahmen der Konferenz wurde der bisherige Landesjugendvorstand entlastet. Anschließend wählten die Delegierten einen neuen Landesjugendvorstand. Zum

Vorsitzenden wurde erneut Marco Niedenführ gewählt. Das Amt der stellvertretenden Vorsitzenden übernimmt künftig Ann Kathrin Ernst. Darüber hinaus wurden mehrere Mitglieder für ihr besonderes ehrenamtliches Engagement in der ASJ Sachsen ausgezeichnet. Die Ehrungen in Bronze, Silber und Gold überreichte Bundesjugendvorstandsmitglied Kevin Sell. Auch in der neuen Wahlperiode bleibt die ASJ Sachsen ein Ort, an dem junge Menschen ihre Persönlichkeit entfalten, soziale Kompetenzen stärken und demokratisches Engagement aktiv leben können. Der Jugendverband bietet Raum für Gemeinschaft, Ehrenamt und Mitbestimmung – getragen von den Werten Solidarität und Pluralismus.



Ehrennadel der Stadt Leipzig **Auszeichnungen für Kevin Henkel** **und Tom Grünhagen**

Im Mai 2026 verlieh Leipzigs Oberbürgermeister Burkhard Jung die Ehrennadel der Stadt Leipzig. Zu den Geehrten gehörten auch Kevin Henkel (26) und Tom Grünhagen (21) von der Arbeiter-Samariter-Jugend Leipzig. Seit vielen Jahren engagieren sich beide ehrenamtlich in der ASJ und begleiten mehr als 50 Kinder und Jugendliche bei ihrer Ausbildung in Erster Hilfe, im Sanitätsdienst und fördern diese im Bereich des sozialen Engagements.

Ein besonderer Schwerpunkt ihrer Arbeit ist das Projekt „Teddy-Rettungswagen“, mit dem sie seit August 2024 bereits über 7.000 Kinder, Jugendliche und Menschen mit und ohne Beeinträchtigungen erreicht haben. Durch Besuche in Schulen, Kitas und Vereinen vermitteln sie spielerisch Erste-Hilfe-Kenntnisse und stärken das Vertrauen in die eigenen Fähigkeiten.

Zudem vernetzt sich die ASJ Leipzig mit lokalen Partnern, beispielsweise im Projekt „Teddybär-Klinik“ mit dem Universitätsklinikum Leipzig, und engagiert sich regelmäßig bei Veranstaltungen und Familienfesten.

Aktiv, Sportlich und Jung **Unter ASJ-Flagge beim** **21.Europamarathon**

Anfang Juni gingen zahlreiche Samariterinnen und Samariter beim Europamarathon in Görlitz in verschiedenen Disziplinen an den

Start. Dabei standen vor allem der gemeinsame Spaß an der Bewegung und der Teamgeist im Mittelpunkt. Bestes Laufwetter bot den Teilnehmenden ideale Bedingungen für einen gelungenen Wettkampftag.

In diesem Jahr traten die Läuferinnen und Läufer unter ASJ-Flagge an: Die Laufshirts waren mit dem ASJ-Logo und dem Motto „Wir bewegen was!“ gestaltet. Auch viele junge Menschen aus der ASJ Sachsen beteiligten sich an der Veranstaltung und vertraten den Jugendverband mit großem Engagement.

Ein besonderer Anziehungspunkt war zudem der Teddy-Rettungswagen der ASJ Leipzig. Er zog zahlreiche Besucherinnen und Besucher an und bot vor allem den jüngsten Gästen die Möglichkeit, spielerisch Einblicke in die Welt der Ersten Hilfe und des Rettungsdienstes zu erhalten.

(Alle drei Artikel Nadine Wieland)



Landesjugendleitungen

**Landesjugend
Baden-Württemberg**
www.asj-bw.de
Landesjugendleiter:
 Simon Lorenz
Stellv. Landesjugendleiter:
 Simon Gröber
Landesjugendschatzmeister:
 Andreas Stolz-Sirino
Landesjugendreferentin:
 Christina Hanck
Landesjugendgeschäftsstelle:
 Bockelstraße 146
 70619 Stuttgart
 Tel: 0711/4 40 13-505
 E-Mail: info@asj-bw.de

Landesjugend Bayern
www.asj-bayern.de
Landesjugendleiterin:
 Petra Ludwig
Stellv. Landesjugendleiterin:
 Christine Fischer
Stellv. Landesjugendleiter:
 Ewan Barnett
Landesjugendreferent:
 Gerhard Mehwald
Landesjugendgeschäftsstelle:
 Gundstraße 9
 91056 Erlangen
 Tel: 01 51/57 00 96 95
 E-Mail: ljr@asj-bayern.de

Landesjugend Berlin
Vorsitz:
 Tom Zeuge
Vorsitz:
 Jannik Wünschmann
Landesjugendgeschäftsstelle:
 Am Köllnischen Park 1
 10179 Berlin
 Tel: 030/2 13 07-126
 E-Mail: asj@asb-berlin.de

Landesjugend Brandenburg
www.asb-lv-bbg.de
Landesjugendleiterin:
 Melanie Beier-Höptner
Stellv. Landesjugendleiter:
 Marco Roscher
Landesjugendschatzmeister:
 Marcel Gunia
Landesjugendgeschäftsstelle:
 Försterweg 1
 14482 Potsdam
 Tel.: 0331/600879-60
 E-Mail: asj@asb-lv-bbg.de

Landesjugend Bremen
www.asj-bremen.de
Landesjugendleitung:
 n.n.
Stellv. Landesjugendleitung:
 Jennifer Melzer, Jan Behrmann,
 Kevin Hilse, Maik Schreiber
Landesjugendreferentinnen:
 Lejla Klüssendorf, Anina Wulff
Landesjugendgeschäftsstelle:
 Bremerhavener Str. 155
 28219 Bremen
 Tel: 0421/3 86 90-638
 E-Mail:
 asj@asb-bremen.de

Landesjugend Hamburg
www.asb-hamburg.de
Landesjugendleiterin:
 Christin Maack
Stellv. Landesjugendleiterin:
 Caja Langka
Finanzen:
 Yannick Hänschke
Landesjugendreferentinnen:
 Adela Gust, Friederike Compertnaß
Landesjugendgeschäftsstelle:
 Heidenkampsweg 81
 20097 Hamburg
 Tel.: 040/83398-284
 E-Mail: asj@asb-hamburg.de

Landesjugend Hessen
www.asj-hessen.de
Landesjugendleiterin:
 Gaby Marneth
Stellv. Landesjugendleiterin:
 Anja Nägele
Landesjugendschatzmeister:
 Max Straub
Landesjugendgeschäftsstelle:
 Feuerwehrstr. 5
 60435 Frankfurt am Main
 Tel: 069/5 48 40 44 55
 E-Mail: info@asj-hessen.de

**Landesjugend
Mecklenburg-Vorpommern**
www.asj-mv.de
Landesjugendleiterin:
 Cora Hauptvogel
Stellv. Landesjugendleiterin:
 Lea Verseemann
Stellv. Landesjugendleiterin:
 Friederike Johannson
Landesjugendgeschäftsstelle:
 Trelleborger Straße 12 a
 18107 Rostock
 Tel: 0381/6 70 71 33
 E-Mail: asj@asb-mv.de

Landesjugend Niedersachsen
www.asj-niedersachsen.org
Landesjugendleiterin:
 Thanh Xuân Nguyen
Stellv. Landesjugendleiterin:
 Svenja Lürig
Finanzen:
 Jacob Hicks
Landesjugendreferentin:
 Mali Kaufhold
Landesjugendgeschäftsstelle:
 Petersstr. 1-2
 30165 Hannover
 Tel.: 0511/3 58 54-542
 E-Mail:
 asj@asb-niedersachsen.org

Landesjugend

Nordrhein-Westfalen

www.asj-nrw.de

Landesjugendvorsitzende:

Zoé Kleine-Möllhoff, Arne Niemeyer

Landesjugendreferent:innen:

Kai Höchenberger, Josephine Lamberti

Landesjugendgeschäftsstelle:

Kaiser-Wilhelm-Ring 50

50672 Köln

Tel: 0221/94 97 07-22, -24, -25

E-Mail: asj@asb-nrw.de

Landesjugend Rheinland-Pfalz

www.asj-rlp.de

Landesjugendleiterin:

Denise Iovanitti

Stellv. Landesjugendleiter:

Davide Iovanitti

Landesjugendschatzmeister:

Thomas Seib

Landesjugendreferentin:

Miriam Duttweiler

E-Mail: m.duttweiler@asb-rp.de

Landesjugendgeschäftsstelle:

Bahnhofstr.2

55116 Mainz

Tel.: 06131/97 79 11

E-Mail: info@asj-rlp.de

Landesjugend Sachsen

www.asb-sachsen.de

Landesjugendleiter:

Marco Niedenfür

E-Mail: niedenfuhr@asb-sachsen.de

Stellv. Landesjugendleiterin:

Ann Kathrin Ernst

Landesjugendreferentin:

Nadine Wieland

E-Mail: wieland@asb-sachsen.de

Landesjugendgeschäftsstelle:

Am Brauhaus 10

01099 Dresden

Tel: 0351/4 26 96 18

E-Mail: kontakt@asj-asb-sachsen.de

Landesjugend

Schleswig-Holstein

www.asj-sh.de

Landesjugendleiterin:

Silja Janßen

Stellv. Landesjugendleiterinnen:

Sherin Bohnhoff, Anni Köhler

Landesjugendreferent:innen:

Jens Vetter, Eva Axtmann

Landesjugendgeschäftsstelle:

Kieler Straße 20a

24143 Kiel

Tel.: 0431/70694 -50 -51

E-Mail: info@asj-sh.de

Landesjugend Thüringen

www.asj-thueringen.de

Landesjugendleiter:

Kai Stolle

Stellv. Landesjugendleiter:

Tim Hemme

Landesjugendschatzmeisterin:

Doreen Gräbner

Landesjugendreferentin:

Anne-Kathrin Eisenblätter

Landesjugendgeschäftsstelle:

Rankestraße 59

99096 Erfurt

Tel.: 0361 214/23 170

E-Mail: lj@asj-thueringen.de

Der Bundesjugendvorstand

Bundesjugendleiter:

Darius Molitor

d.molitor@asj.de

Stellv. Bundesjugendleiter:

Calvin Keller

c.keller@asj.de

Verantwortlich für die Finanzen:

Anja Reimann

a.reimann@asj.de

Weitere Vorstandsmitglieder:

· Hannah Heckes

h.heckes@asj.de

· Jacob Hicks

j.hicks@asj.de

· Miriam Honigfort

m.honigfort@asj.de

· Eva Köhnlein

e.koehnlein@asj.de

· Kevin Sell

k.sell@asj.de

· n.n.

Bundesjugendkontrollkommission:

· Simon Carstens

s.carstens@asj.de

· Aileen Oberthür

a.oberthuer@asj.de

· n.n.

Bundesjugendbüro

· Tamara Schullenberg

Leiterin des Bundesjugendbüros

t.schullenberg@asb.de

· Timo Runde

Leiter des Bundesjugendbüros

t.runde@asb.de

· Alexander Bühler

Referent für Jugendverbandsarbeit

a.buehler@asb.de

· Hannah Zander

Referentin für Jugendverbandsarbeit

h.zander@asb.de

· Sarah Levchin

Veranstaltungen und Administration

· Jeanette Redmann

Referentin für Jugendverbandsarbeit,

in Elternzeit

Postanschrift:

Arbeiter-Samariter-Jugend

Deutschland

Sülzburgstraße 140

50937 Köln

Tel: 0221-4 76 05-2 47/2 09/

2 96/ 2 34

ASJ-Kongress 2026

Das Treffen für Bildung und Vernetzung in der ASJ

Du willst dich engagieren, neue Leute kennenlernen und spannende Dinge lernen, die dich in deiner ASJ-Arbeit und persönlich weiterbringen? Dann bist du beim ASJ-Kongress 2026 genau richtig! Der ASJ-Kongress ist ein ganz besonderes Wochenende: Voller Workshops, Austausch, Kreativität und inspirierendem Miteinander. Es ist das bundesweite Vernetzungs- und Workshop-Wochenende in der ASJ. Dabei stehen nicht nur spannende Inhalte im Mittelpunkt, sondern vor allem auch du und deine Erfahrungen. Es geht um gemeinsames Lernen, um kreative Diskussionen und darum, wie wir als junge, engagierte Menschen zusammenwirken können, um unsere Gesellschaft positiv zu beeinflussen.

Warum solltest DU dabei sein?

- Du hast Lust, Menschen kennenzulernen, die für ähnliche Themen brennen wie du.
- Du willst in deiner ASJ-Gruppe etwas bewegen – brauchst aber neue Impulse.
- Du möchtest dich in gesellschaftlich wichtigen Fragen weiterbilden.
- Du willst gehört werden und dich mit deinen Ideen einbringen.
- Du willst ein Wochenende erleben, das inspiriert und verbindet.

Was ist wichtig?

Datum	2.-4. Oktober 2026
Veranstaltungsort	Köln
Organisatorische Leitung	Kevin Sell, Hannah Zander
Zielgruppe	ASJler:innen ab 16 Jahren
Teilnehmenden-Zahl	30 Personen

Workshops, aus denen du dir einen am Vormittag und einen am Nachmittag aussuchen kannst

Samstagsvormittag:

- Gremienarbeit in der ASJ
- Gruppen leiten – Menschen bewegen

Samstagnachmittag:

- Haltung zeigen – Werte in der ASJ leben
- Kommunikation, die verbindet (Social Media)
- Inklusion in der ASJ

Kosten

Keine! Wir stellen Unterkunft und Verpflegung, Reisekosten werden übernommen

Anmeldung

bis 2. September unter
<https://eveeno.com/Kongress2026>

