



Action, Spaß und Blaulicht

ASJ-Jahresprogramm 2023

Wir helfen
hier und jetzt.



ASJ-Jahresprogramm 2023

GLT = Gruppenleiter:innen-Treffen
1 x pro Quartal
LJV = Landesjugendvorstandssitzung
jeden zweiten Dienstag im Monat

- = Schulferien
- = Feiertage
- = ASJ-Termine

JANUAR	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	
	Neujahr	Weihnachtsferien									LJV						GL-Treffen										27	Kicker-Turnier		Winterferien		
FEBRUAR	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	
											SEG-Übung			LJV	SEG-Übung																	
MÄRZ	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	
														LJV	Paradise			Klausurtagung & GL-Wochenende										Osterferien-Programm				
																												GL-Treffen	Osterferien			
APRIL	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30		
	Osterferien						Kar-freitag			Oster-montag	LJV																					
MAI	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	
	Tag der Arbeit									LJV								XÜ-Kinderfestival									LJW-Schleswig-Holstein			Pfingst-montag		
JUNI	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30		
				Vahrer See-lauf									LJV					Tag der Sicherheit										GL-Treffen				
JULI	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	
						CSD-Köln			LJV						Ferienfreizeit Otterndorf						Sommerferien											
AUGUST	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	
	Bremopolis								LJV										Emma TV	Bremer Kinder-tag		LJV										
SEPTEMBER	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30		
					Hanselife						LJV															GL-Treffen						
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	
OKTOBER			Tag der DE Einheit							LJV								Herbstferien-Programm			Frei-markts-umzug	Herbstferien										Reformations-tag
NOVEMBER	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30		
				ASJ-Ausflug										LJV																		
DEZEMBER	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	
											LJV					X-Mas Party		GL-Treffen					Weihnachtsferien									



Die Arbeiter-Samariter-Jugend

Wir, die Arbeiter-Samariter-Jugend (ASJ), sind der Jugendverband des ASB Bremen. Bei uns hast du viele Möglichkeiten dich zu engagieren, dich mit anderen zu treffen, kreative Freizeit zu verbringen und Spaß zu haben. Spiele, Ausflüge, Freizeiten, Seminare, Wettbewerbe und vieles mehr gehören zu unserem Programm. Die Bremer ASJ-Gruppen bieten vielfältige Events und Aktionen für Kinder und Jugendliche an.

In den Gruppen kannst du Erste Hilfe lernen, an spannenden Gruppenausflügen und Besuchen teilnehmen und interessante Tage und Abende verbringen.

Schau doch mal vorbei:

ASJ Bremen-Mitte/Nord

Bremerhavener Straße 155, 28219 Bremen

Jeden Dienstag

- Kindergruppe (ab 7) (16:45 bis 17:45 Uhr)
- Jugendgruppe (ab 13) (18:00 bis 19:30 Uhr)

ASJ Bremen-Ost

In der Vahr 61-63, 28329 Bremen

Jeden Donnerstag

- Kindergruppe (ab 7) (17:00 bis 18:30 Uhr)
- Jugendgruppe (ab 13) (18:30 bis 20:00 Uhr)

Landesjugendvorstand



Finja Wege

Landesjugendleiterin



Maik Schreiber

Stellvertretender
Landesjugendleiter



Mia Godan

Stellvertretende
Landesjugendleiterin



Simon Krummel

Stellvertretender
Landesjugendleiter



Kevin Hilse

Stellvertretender
Landesjugendleiter



Christoph Mau

Vorstandsmitglied /
Ortsjugendleiter
OV-Mitte/Nord



Erik Mathea

Vorstandsmitglied /
Ortsjugendleiter
OV-Ost



Amrei Meggers

Kontrollkommission



Jessica Mahkota

Kontrollkommission



Jens Diestelmann

Kontrollkommission

Schlittschuhlaufen

14. März 2023

Endlich wieder Kufen unter den Füßen und ein paar Runden auf dem Eis drehen. Nach längerer Coronapause wollen wir dieses Jahr endlich wieder unseren traditionellen Ausflug in die Eishalle mit unseren Kinder- und Jugendgruppen unternehmen.

Wo?: Eissporthalle Paradise
Waller Heerstraße 293a
28219 Bremen

Wann?: 14.03. von 16:30-18:00 Uhr

Für wen?: ASJ-Mitglieder

Kosten?: Keine, gerne Schlittschuhe mitbringen, wenn eigene vorhanden sind.



Gruppenleiter:innenwochenende

18. bis 19. März 2023

Für alle Gruppenleiter:innen

Am Samstag, den 18.03. findet die diesjährige Klausurtagung des Landesjugendvorstandes in Ritterhude statt. Am Abend sind alle Gruppenleiter:innen der ASJ eingeladen dazuzukommen, um das Wochenende gemeinsam zu verbringen. Wir werden zusammen in Ritterhude übernachten.

Am frühen Samstagabend starten wir mit einem Abendessen in entspannter Runde und gemeinsamen Werwolf spielen. Am Sonntag geht es mit Teambuilding und weiteren Aktivitäten weiter u.a. wird es eine Fortbildungseinheit zur Verlängerung der JULEICA geben.

Du bist Gruppenleiter:in in der ASJ und möchtest am GL-Wochenende teilnehmen oder hast noch weitere Vorschläge für Fortbildungsinhalte oder Aktivitäten? Dann melde dich im Jugendbüro!

Die Veranstaltung ist für alle Gruppenleiter:innen selbstverständlich kostenlos.



Osterferienprogramm

27. bis 31. März 2023

Du bist zwischen 7 und 12 Jahre alt und möchtest dich in den Ferien nicht langweilen?

Dann mach mit bei unserem Osterferienprogramm!

Zusammen wollen wir spielen, basteln, toben und den Osterhasen suchen!

- Montag: Spielen, Toben, Basteln
Dienstag: Tiere erleben auf dem Kinderbauernhof
Mittwoch: Spielerisch Erste-Hilfe lernen
Donnerstag: Schwarzlicht-Minigolf
Freitag: Eine Schnitzeljagd zum Osterhasen

Wo?: ASB Landesverband Bremen e.V.
Bremerhavener Str. 155,
28219 Bremen

Wann?: 27. bis 31. März 2023
Täglich von 8:00-15:00 Uhr

Kosten?: Pro Tag 10€ für ASJ-Mitglieder
Pro Tag 12€ für Nichtmitglieder

Im Kostenbeitrag ist der Eintritt der verschiedenen Aktivitäten an den Ausflugstagen und ein tägliches Mittagessen bzw. Lunchpaket + Getränke und Snacks enthalten. Eine Anmeldung ist für die ganze Woche, aber auch für einzelne Tage möglich.

Den Anmelde-link findest du auf der letzten Seite.



Offener Jugendtreff Für ASJler:innen ab 12 Jahren.

Viele der Jugendlichen sind über die Jahre hinweg durch verschiedene gemeinsame Aktionen der ASJ zusammengewachsen; es haben sich Freundschaften gebildet, die auch über die eigenen Ortsjugenden hinaus gehen. Abseits der wöchentlichen Gruppenstunden bekommen die Jugendlichen die Möglichkeit in einem „offenen Jugendtreff“ weitere Freizeit innerhalb der ASJ zu verbringen.

Im offenen Jugendtreff treffen sich unsere Jugendlichen aus den beiden Jugendgruppen der Ortsjugenden zu unregelmäßigen Terminen. Sie können hier miteinander quatschen, kickern, Dart oder Werwolf spielen, gemeinsam etwas kochen oder auch mal einen Ausflug machen. Unsere Gruppenleiter:innen stehen als Ansprechpartner:innen ebenfalls zur Verfügung, um bei Bedarf gegebenenfalls hilfreiche Tipps zu geben, z.B. Hilfen bei Bewerbungen etc.

Bei Interesse wende dich ans Jugendbüro!



Pfingstlager mit Landesjugendwettbewerb auf Fehmarn



26. bis 29. Mai 2023

Wir nehmen dieses Jahr wieder als Gast am Landesjugendwettbewerb von Schleswig-Holstein teil. Dafür geht es dieses Jahr auf die Sonneninsel Fehmarn, wo wir ein buntes Wochenende nah am Ostseestrand verbringen werden.

Erlebe ein spannendes Programm mit Spiel und Spaß im Lager und Ausflügen in die Region, wo u.a. der Hansa-Park einen Action geladenen Sonntag verspricht.

Und nicht fehlen darf unser Landesjugendwettbewerb! Mit Geschick und Erster Hilfe könnt ihr euch für den Bundesjugendwettbewerb 2024 qualifizieren!

Vor der Teilnahme am Landesjugendwettbewerb trainierst du vorher regelmäßig mit deinen Gruppenleiter:innen.

Wo?: Jugendherberge Fehmarn
Mathildenstr. 34
23769 Fehmarn

Wann?: 26. bis 29. Mai 2023

Kosten?: 45€ ASJ-Mitglieder
150€ alle weiteren Personen

Wer?: Alle Personen ab 6 Jahre, die von Erste-Hilfe nicht genug bekommen

Du willst mitmachen? Dann melde dich bis spätestens zum 26.03. im Jugendbüro.

ASBienen

Leider sind im vergangenen Jahr unsere beiden Bienen-völker gestorben, da sie von Wachsmotten befallen waren. Um unsere Bienen künftig besser im Blick zu haben, werden sie im kommenden Jahr zum Landesverband umziehen. Das bedeutet, dass wir auch in den Gruppenstunden zu den Bienen gehen können und ihr mithelfen könnt, euch um die weltweit 40.000 kleinsten ASJler:innen zu kümmern.



Erste-Hilfe-Kurs



Wie geht nochmal die stabile Seitenlage? Was ist bei einer Verbrennung zu beachten? Und wie kann ich eigentlich einen Menschen wiederbeleben?

Alle diese Fragen und noch viel mehr werden im Erste-Hilfe-Kurs beantwortet. Ein Erste-Hilfe-Kurs ist nicht nur hilfreich für Notfallsituationen, sondern z.B. auch erforderlich für den Führerschein!

Wo?: **ASB-Ortsverband Bremen-Ost**

In der Vahr 61-63,
28329 Bremen

ASB-Ortsverband Bremen-Mitte/Nord

Bremerhavener Straße 155,
28219 Bremen

Wann?: Nach Absprache

Für wen?: ASJ-Mitglieder nach Absprache

Kosten?: Keine!

Wende dich an unser Jugendbüro.

Sanitätshelfer:innen-Lehrgang (SHL)

Im Sanitätshelfer:innenlehrgang wirst du auf den einfachen Sanitätsdienst vorbereitet. Die Kenntnisse eines Ersthelfenden werden grundlegend erweitert und Methoden der medizinischen Diagnostik, wie Puls und Blutdruckmessen, erlernt. Nach Erreichen der Volljährigkeit kannst du z. B. bei Sanitätsdiensten auf dem Freimarkt mithelfen!

Wo?: ASB-Ortsverband Bremen-Ost
In der Vahr 61-63,
28329 Bremen

Wann?: Nach Absprache

Für wen?: ASJ-Mitglieder
ab 16 Jahren nach Absprache

Kosten?: Keine!

Wende dich an unser Jugendbüro.



RUD - Realistische Unfalldarstellung

Du wolltest schon immer mal erfahren, wie man eine Verbrennung, Prellung oder Bruch schminkt? Beim Seminar RUD lernst du von unseren erfahrenen Schminkerinnen wie man eine Wunde möglichst realitätsnah darstellen kann. Egal ob Gruppenstunde oder das nächste Halloweenfest, damit sorgst du garantiert für Aufmerksamkeit!

Wann?: Bei Interesse melde dich im Jugendbüro, wir suchen dann nach einem Termin.

Für wen?: ASJ-Mitglieder ab 12 Jahre

Kosten?: Keine!



CSD in Köln

08. bis 10. Juli 2023

"Freie Liebe, Toleranz und Vielfalt" dafür steht die ASJ! In diesem Jahr fahren wir nach Köln, um gemeinsam mit der ASJ NRW den Christopher Street Day zu besuchen. Vor dem Wochenende findet ein verpflichtendes Vorbereitungstreffen statt, wo wir Schilder für den Umzug basteln werden.

Wo?: Übernachtung voraussichtlich im ASB-Bildungswerk Köln

Wann?: 08. bis 10. Juli 2023

Kosten?: Eigenanteil steht noch nicht fest

Wer?: ab 16 Jahre



ASJ-Ferienfreizeit

15. bis 22. Juli 2023

Für alle ASJler:innen!

In der zweiten Sommerferienwoche startet unsere ASJ-Ferienfreizeit.

In diesem Jahr werden wir gemeinsam mit der ASJ Hannover erneut im Zeltendorf Otterndorf übernachten und gemeinsam die Ferien genießen. Die Gruppen werden in eigenen Dörfern untergebracht, Gemeinschaftsaktionen sind aber geplant.

Programmpunkte:

- Eine Schnitzeljagd
- Reiten
- Segeln
- „Schlag die Gruppenleiter:innen“
- Lagerfeuer-Abend
- Ausflüge
- Und vieles mehr...

Das Motto der Ferienfreizeit ist noch geheim.

Bei Interesse melde dich im Jugendbüro. Unsere Plätze sind begrenzt, daher melde dich schnell!



Herbstferienprogramm

16. bis 20. Oktober 2023

Du bist zwischen 7 und 12 Jahre alt und möchtest dich in den Ferien nicht langweilen? Dann mach mit bei unserem Herbstferienprogramm!

Montag: Spielen, Toben, Bastel-Action
Dienstag: Tiere erleben auf dem Kinderbauernhof
Mittwoch: Spielerisch Erste-Hilfe lernen
Donnerstag: Hafen-Rummel Bremen
Freitag: Herbstliche Schnitzeljagd

Wo?: ASB Landesverband Bremen e.V.
Bremerhavener Str. 155,
28219 Bremen

Wann?: 16. bis 20. Oktober 2023
Täglich von 8:00-15:00 Uhr

Kosten?: Pro Tag 10€ für ASJ-Mitglieder
Pro Tag 12€ für Nichtmitglieder

Im Kostenbeitrag ist der Eintritt der verschiedenen Aktivitäten an den Ausflugstagen und ein tägliches Mittagessen bzw. Lunchpaket + Getränke enthalten. Eine Anmeldung ist für die ganze Woche, aber auch für einzelne Tage möglich.

Den AnmeldeLink findest du auf der letzten Seite.



Emma TV -

Erste Hilfe, mitmachen, mitbestimmen,
ausprobieren
und das tolerant und vielfältig

Der Termin wird noch bekannt gegeben

Der Tag der offenen Tür der Arbeiter-Samariter-Jugend

Beim Tag der offenen Tür der ASJ Bremen gibt es jede Menge Programm für Groß und Klein:

Du wolltest schon immer mal einen Rettungswagen von innen sehen? Oder etwas über erste Hilfe erfahren? Du suchst eine Jugendgruppe mit viel Spaß und neuen Freunden?

Dann schau bei uns vorbei. Wir stellen dir unsere Arbeit vor und zeigen dir, wie du mitmachen kannst.

Weitere Angebote: Buttons basteln, Kinderschminken und eine Rettungswagen-Hüpfburg!

Tag der offenen Tür im ASB-Ortsverband Bremen-Ost

Adresse: In der Vahr 61-63
28329 Bremen

Kostenlos und ohne vorherige Anmeldung!



Blaulicht, Erste-Hilfe, klimafreundlich! Das Blaulichtbike

Das Projekt „Blaulichtbike“ nimmt langsam Fahrt auf! Mit unserem neuen Lastenfahrrad sind wir nun klimafreundlicher unterwegs. Somit können wir nun unsere Teilnahme an Ortsfesten, Messen und vielen weiteren Aktionen umweltfreundlich und nachhaltig gestalten.

Bestückt wird das Fahrrad mit Verbandsmaterial, Übungspuppe und allem was nötig ist um einen ersten Einblick in die Erste Hilfe zu geben. Das Blaulichtbike bekommt natürlich noch ein Blaulicht und einen ASB typischen Anstrich, bevor es dann im Frühjahr eine kleine Schulung für unsere Gruppenleiter:innen geben wird. Der Termin wird noch bekannt gegeben.



5. ASJ-KICKERTURNIER

28. Januar 2023



„Abseitstore zählen!“
Im fairen „flichen“-Modus tragen wir zum 5. Mal unser Kickerturnier mit jungen Geflüchteten aus, bei dem du in jeder Runde eine:n neue:n Teampartner:in kriegst und damit unabhängig von Alter und Können gleiche Chancen auf den ganz großen Triumph hast!

Wo?: ASB-Landesverband Bremen
Bremerhavener Straße 155
28219 Bremen

Wann?: Samstag, 28. Januar 2023
von 15:00 Uhr bis ca. 18 Uhr

Kosten?: Keine

Den Anmelde-link findest du auf der letzten Seite.

„Ich möchte Gruppenleiter:in werden!“ JULEICA

Die ASJ Bremen ist immer auf der Suche nach engagierten und kreativen Menschen ab 16 Jahren, die Lust auf Kinder- und Jugendgruppenarbeit haben. Unsere Gruppenleiter:innen haben alle eine Jugendleiter:innen-Card (JULEICA, Qualifikationsnachweis für die Jugendarbeit) und planen und gestalten die Gruppenstunden, sowie das Programm für unsere Kinder- und Jugendgruppen. Es finden regelmäßige Treffen und Teambuilding-Aktionen statt, die für einen regen Austausch sorgen und pädagogisch begleitet werden. JULEICA-Fortbildungen werden ebenfalls regelmäßig angeboten.

Du möchtest ein JULEICA-Seminar besuchen und aktiv in der ASJ Bremen mitarbeiten?

Dann melde dich im Jugendbüro!



#Ehrenwaas?! MEG im Einsatz?!



Nach der erfolgreichen #Ehrenwaas?! – ONTour-Reihe, bei der fünf Bremer Jugendverbände mit Bremer Politiker:innen zum Thema Ehrenamt diskutierten und es in den Fokus der Bremer Öffentlichkeit rückten, wurde in Kooperation mit dem Bremer Jugendring die Mobile-Eingreif-Gruppe (MEG) Ehrenwaas?! Gegründet.

Die MEG „greift“ immer dann ein, wenn Politiker:innen nicht genug auf die in den letzten Jahren entwickelten Ehrenamtsforderungen eingehen.

Im letzten Jahr organisierte #EHRENWAAS?! unter anderem auch einen Tag voller Challenges, Spiele und Spaß am Werdersee mit anschließendem Grillen. Sei mit dabei wenn es wieder losgeht! Lerne andere Kinder und Jugendliche aus helfenden Jugendverbänden kennen.

Infos zur MEG bekommt ihr im Jugendbüro, oder beim Bremer Jugendring:

<https://bremerjugendring.de/mobile-eingreif-gruppe-meg/>



Hereinspaziert in den Xü-rkus! - Xü-Festival

18. bis 21. Mai 2023

Werde Teil der zauberhaften Zirkuswelt und zeig dein Talent in der Manege.

Vom 18. bis 21. Mai 2023 ist das XÜ-Festival der Ort für Träume und Sensationen in der ASJ. Anmeldeschluss ist am 1. Februar 2023. Das Angebot gilt für die Altersgruppe von 6 bis 12 Jahre. Euch begleiten natürlich auch unsere Gruppenleiter:innen, welche mit euch gemeinsam Richtung Lauterbach bei Fulda, dem diesjährigen Austragungsort fahren. Die Unterbringung findet in einer Jugendherberge geschlechtergetrennt in Mehrbettzimmern statt.

Dich erwarten Clownerie, Akrobatik, Tanz, Jonglage, Zauberei sowie ganz viel Spiel & Spaß. Zum Abschluss könnt ihr euer Talent in der Manege eines echten Zirkuszelts zeigen.

Weitere Infos bekommst du im Jugendbüro oder auf ASJ.de:
<https://www.asj.de/xue-festival>



WachSam gegen sexualisierte Gewalt

Sexualisierte Gewalt geht uns alle an! Die Statistiken zeigen, dass viele Mädchen und Jungen davon betroffen sind. Täter und Täterinnen stammen oft aus dem nahen Umfeld der Betroffenen. Sie nutzen das Abhängigkeits- und Vertrauensverhältnis aus. Auch Jugendverbände bilden hier leider keine Ausnahme.

Damit wir Täter:innen keine Plattform bieten, haben wir, die ASJ, ein Präventionskonzept entwickelt. Dieses zielt einerseits darauf ab, Betroffenen oder Beobachtenden eine Anlaufstelle zu bieten, andererseits, unsere Jugendleiter:innen zur Wachsamkeit zu schulen. Darüber hinaus können sich Kinder und Jugendliche mit allen Belangen vertrauensvoll an uns wenden.

Eure Vertrauenspersonen in der ASJ:



**Erik
Mathea**



**Anika
Poppe**



**Kevin
Hilse**



**Jana
Holtkamp**

„Selfcare is my super Power!“ – Übernachtungsseminar

November 2023

Für ASJler:innen ab 12 Jahren!

Schule und Corona rauben dir den letzten Nerv? Dann bist du hier genau richtig, denn wir wollen mit euch einfach mal ein Wochenende zusammen abschalten. Wir werden uns gemeinsam sportlich bewegen, Entspannungstechniken kennenlernen sowie leckere und gesunde Snacks zubereiten –

denn das Motto lautet: Selfcare is my super Power! Daher widmen wir uns zwei Tage lang ganz unserem Wohlbefinden und lernen leichte Tipps und Tricks für den Alltag kennen.

Es handelt sich dabei um ein Übernachtungsseminar, der Ort wird noch bekanntgegeben.

Wenn Du Interesse hast, melde dich frühzeitig im Jugendbüro. Die Plätze sind begrenzt.



Weitere Veranstaltungen 2023

✚ Vahrer Seelauf

04. Juni 2023

✚ Tag der Sicherheit (Klinikum Links der Weser)

18. Juni 2023

✚ Waller Stadtteilstadt

Datum wird noch bekannt gegeben

✚ Colognepride (CSD-Köln)

08. – 09. Juli 2023

✚ Bremopolis

31. Juli – 04. August 2023

✚ Hemelinger Stadtteilstadt

Datum wird noch bekannt gegeben

✚ SaVahri

Datum wird noch bekannt gegeben

✚ Hanselife

06. – 10. September 2023

✚ Bremer Kindertag (Bürgerpark)

20. August 2023

✚ Freimartsumzug

21. Oktober 2023

✚ Hand aufs Herz

Termin wird noch bekannt gegeben



Kontakt und Anmeldung

Haben wir dein Interesse geweckt?

Dann melde dich hier für unsere

Veranstaltungen an:

www.asb-bremen.de/ASJ-Anmeldeformular



oder melde dich direkt im Jugendbüro:

Arbeiter-Samariter-Bund

Landesverband Bremen e.V.

Arbeiter-Samariter-Jugend (ASJ)

Bremerhavener Straße 155

28219 Bremen

Deine Ansprechpartnerinnen:



Astrid Paesler

Landesjugendreferentin

Jana Holtkamp

Landesjugendreferentin

Telefon: 0421 3 86 90-638

Mail: asj@asb-bremen.de

www.asj-bremen.de

facebook.com/asj-bremen

instagram.com/asj-bremen

**Wir helfen
hier und jetzt.**

