

Mitgliederbrief III / 2026

Deutscher
SanOA e.V.



Vorwort

Sehr geehrte Leserinnen und Leser,
Kameradinnen und Kameraden,

nach langer **Wartezeit** haltet Ihr nun die erste Ausgabe des Mitgliederbriefes im Jahr 2026 in den **Händen!** Aufgrund massiver Arbeitsbelastung, die sich auf immer weniger Schultern verteilt, konnte es in diesem Jahr keine früheren Ausgaben geben.

Der **bisherige Redakteur** Stabsarzt Nicholas Andrae hat die Arbeit an ein Nachfolgeteam übergeben. Wir danken dir vielmals für die sehr gute langjährige Arbeit!

Dieses **Team** besteht aus den Leutnanten Jonathan Griesing, Tobias Luber, Laura Michaelis und Anna-Maria Reeb.

In dieser Ausgabe erwarten euch ein Beitrag über „meet B(w) – Netzwerk von Frauen für Frauen“, ein Erfahrungsbericht über die **Jahrestagung 2026** und vieles mehr.

Wie immer freuen wir uns über die Zusendung von Artikeln für die **nächste Ausgabe** an redaktion@sanoaev.de.

Wir wünschen allen Leserinnen und Lesern **viel Vergnügen** beim Durchstöbern dieses Mitgliederbriefes und einen guten Start in das Wintersemester 2026.

Vielen Dank für euer Interesse!

Mit kameradschaftlichen Grüßen,
Euer Redaktionsteam





Vorwort

2

Frauen stärken = Bundeswehr stärken

4

Erfahrungsbericht "Jahrestagung 2026"

8

Erfahrungsbericht "MEDIC QUADRIGA"

14

Erfahrungsbericht "PJ-Tertial USA"

19

Erfahrungsbericht "Marche Internationale"

24

Stil & Form 2026

28

Save the Date: Wintermarsch 2026

29

Weitere Save the Dates

30

Impressum

31

Frauen stärken = Bundeswehr stärken



Netzwerk von Frauen
für Frauen bei der Bundeswehr

Sehr geehrte Kameradinnen und Kameraden des Dt. SanOA e.V.,

wir möchten Ihnen heute das Netzwerk **von Frauen für Frauen** in der Bundeswehr „meet B(w)“ vorstellen. Meet B(w) ist ein Netzwerk für alle Frauen in und um die Bundeswehr – ob in Uniform oder in Zivil, in Forschung, Verwaltung oder Einsatz. Wir möchten Sichtbarkeit, Vernetzung und gegenseitige Unterstützung fördern und stehen für eine Bundeswehr, die Vielfalt als Stärke versteht.

Seit 1975 gibt es Frauen bei der Bundeswehr und mittlerweile ist die Zahl auf ca. 25.000 Soldatinnen und 32.000 zivile Mitarbeiterinnen angewachsen. Das sind 57.000 Frauen. Das klingt viel, bei den Soldatinnen macht dies aber lediglich einen Anteil von knapp 14% aus. Beim Heer, der größten Teilstreitkraft, gibt es nur 7-8% Frauen. Das heißt **eine Soldatin beim Heer steht 93% Männern gegenüber**. Bisher gibt es aber keine Strategie, um Frauen in den unterrepräsentierten Bereichen bei den spezifischen Herausforderungen, denen sie im Grundbetrieb, bei Einsätzen, Übungen oder im LV/BV-Fall begegnen, zu unterstützen. Mit unserem Netzwerk wollen wir dies ändern.

Wir widmen uns hierbei unterschiedlichsten Themen. Die **AG Frauengesundheit** möchte mehr Fokus auf frauenspezifische Probleme im

Grundbetrieb, aber auch unter Einsatzbedingungen legen. Hier seien z.B. erschwerte Bedingungen während der Menstruation, Verhütung im Einsatz / LV/BV-Fall, aber auch die Krankheitsbilder Endometriose, Lipödem oder PCOS genannt. Außerdem möchten wir auch die Frauen in den Wechseljahren durch eine Menopausestrategie im Dienstalltag unterstützen.

Seit 01.01.2026 Jahr gibt es ein **meet B(w)-Mentoring Programm** für Frauen aller Dienstgradgruppen, bei dem bereits 25 Mentee ihre Mentorin/Mentor gefunden haben. Denn Personalbindung ist von Anfang an wichtig. So wie es auch der Dt. SanOA e.V. mit seinem Mentoring-Programm vorlebt.

In der **AG FemPower** geht es um die gezielte Förderung der körperlichen Leistungsfähigkeit von Soldatinnen, zum Beispiel durch funktionales Training und Berücksichtigung des eigenen Zyklus bei der Regeneration und Trainingsplanung. Dieser Ansatz verdeutlicht, dass eine zielgerichtete Förderung von Soldatinnen nicht in einer Angleichung an bestehende Strukturen bestehen sollte, sondern vielmehr in der Berücksichtigung spezifischer Bedürfnisse und Potenziale. Dies schließt auch eine an die speziellen Körperformen von Frauen angepasste Ausrüstung und Uniform mit ein.

Einmal monatlich gibt es ein virtuelles Erzählcafé, in dem neue Studien vorgestellt werden und in dem man sich zwanglos austauschen kann. Außerdem existiert eine Gruppe im Bw-Messenger, bei WhatsApp und ein WhatsApp Kanal. An vielen Standorten gibt es außerdem bereits regelmäßige **Frauenstammtische**. Diese sind unser Kernelement und an einem Frauenstammtisch in Bad Reichenhall ist meet B(w) auch entstanden. Zusammenkommen, sich austauschen und über Dinge reden, die einem auf dem Herzen liegen. Gemeinsam finden sich viel schneller Lösungen und es wird viel und herzlich gelacht.

Unterstützung kommt auch **von Seiten der Politik** mit unseren zwei Schirmherrinnen Dr. Agnes Strack-Zimmermann und MdB Siemtje Möller.

Die erste große Zusammenziehung des Netzwerkes im März dieses Jahres an der UniBw München war ein voller Erfolg. **Rund 80 Teilnehmerinnen** aus

allen Bereichen der Bundeswehr sowie Gäste aus Wirtschaft, Wissenschaft und Verwaltung kamen zusammen, um sich zu vernetzen, auszutauschen und Impulse für die Zukunft zu setzen. Im Zentrum der Zusammenziehung standen zentrale Zukunftsthemen der Bundeswehr. Personalbindung und Attraktivität, Führung und Sichtbarkeit von Frauen, Einsatz- und Leistungsfähigkeit. Diese Themen wurden dann in Panels, Vorträgen und Workshops vertieft. Eine Wiederholung für nächstes Jahr ist geplant.



Foto: Daniela Skrzypczak

Mit meet B(w) wollen wir als Kommunikationsplattform und Vorwärtsraum dienen. Wir möchten **leistungswillige und -starke Frauen** in der Bundeswehr unterstützen und ihre Bedarfe klar kommunizieren. Wir unterstützen aktiv eine zukunftsfähige Bundeswehr, die modern und attraktiv die Leistung ihrer Soldatinnen und Soldaten fördert.

Gleichstellung gelingt nicht durch Abgrenzung oder Konkurrenzdenken, sondern durch ehrlichen, echten Austausch und gemeinsames Gestalten! Wir distanzieren uns von der Instrumentalisierung systemischer und persönlicher Freiheiten, wenn sie nicht im Interesse der Bundeswehr liegen - Anspruchshaltung ohne Leistungsbereitschaft, Abgrenzung oder Parallelstrukturen innerhalb der Bundeswehr oder Konkurrenzdenken und inhaltlose Selbstdarstellung.

Wir stehen für Gemeinschaft, gegenseitige Unterstützung und **Kameradschaft**. Gleichstellung in der Bundeswehr ist eine gemeinsame

Aufgabe von Frauen und Männern. Deshalb stehen uns neben unseren geschützten Bereichen für Frauen selbstverständlich auch männliche Unterstützer zur Seite.



Weitere Informationen zu meet(B)w, Termine, Links zur WhatsApp-Gruppe und zum WhatsApp Kanal gibt es unter www.meetbw.de oder

mit dem QR-Code.

Flottillenarzt Dr. Nicole Eckert (Bad Reichenhall)
und Oberfeldarzt Dr. Fenja Gläsle (Hamburg)



Ihr möchtet Bücher kaufen, diese per Post geschickt bekommen und gleichzeitig noch etwas Gutes dem Verein tun?

Für jedes Buch, welches bei Lehmanns über den angefügten Link gekauft wird, bekommt der Dt. SanOA e.V. einen prozentualen Anteil.

Es kostet euch keinen Cent mehr, aber ihr könnt so unsere Arbeit ohne Mehraufwand aktiv unterstützen.

Wir würden uns sehr über eure Hilfe freuen!

Nur wenn ihr über den Link auf die Seite gelangt funktioniert das:

Schritt 1: www.sanoaev.de aufrufen

Schritt 2: Das Lehmanns-Symbol öffnen

Schritt 3: Munter shoppen

Schritt 4: Lernen und sich freuen, uns unterstützt zu haben.

Erfahrungsbericht "Jahrestagung 2026"

Die diesjährige Jahrestagung hat uns vom 03. bis 05. Juli an die **SanAkBw in München** geführt. Es handelte sich um ein Jubiläum und zwar war es die 35. Auflage. Diese Gelegenheit ließ der Verein nicht ungenutzt, um eine spannende, abwechslungsreiche und gelungene Jahrestagung auf die Beine zu stellen mit vielen hochkarätigen Gästen. Besonders hervorheben möchten wir die Teilnahme der Internationalen Sanitätsoffizieranwärter aus Frankreich, Österreich, USA, Schweiz und Belgien. Es gab Austausch auf Augenhöhe und echte Kameradschaft wurde gelebt.

Freitag



Foto: Andreas Meyer-Trümpener

Dieser Tag war Anreisetag und nach den Grußworten vom **Kommandeur des Kommando Gesundheitsversorgung der Bundeswehr** und dem stellv. **Kommandeur der Sanitätsakademie der Bundeswehr** sowie dem **Vereinsvorsitzenden** gab es u.a. einen sehr spannenden zahnmedizinischen Workshop. Dieser wurde mithilfe von Führungspersonal aus der Bundeswehr im Bereich Zahnmedizin ausgestaltet und an den Versuchsobjekten vom Schwein konnten die Teilnehmer einiges lernen sowie ihre Präzision für Nähte und kleinere Eingriffe schulen.



Foto: Andreas Meyer-Trümpener

Parallel gab es einen Vortrag „**SanOffz im und beim Heer**“ und ein **Get-Together** bei dem sich verschiedene Arbeitskreise aus der **DGWMP** vorstellen konnten. Den Ausklang bildete ein Besuch im Wirtshaus am Hart, den sich auch **Generalstabsarzt Dr. med. Backus** nicht hat entgehen lassen. Bei einem humorvollen Kneipenquiz konnten wir mit unserem Wissen zu Bundeswehrvorschriften und Vereinsleben des Dt. SanOA e.V. glänzen.



Foto: Andreas Meyer-Trümpener

Samstag

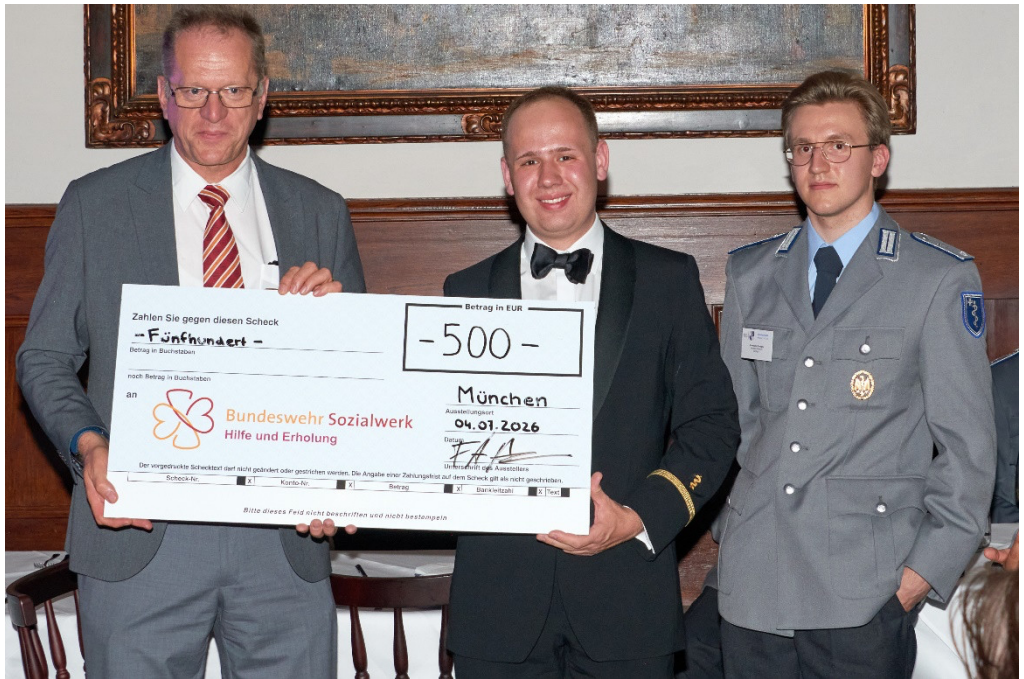
Nach offizieller Eröffnung der Tagung gab es weitere spannende Grußworte. Besonders interessant war ein Vortrag von dem Gründungsmitglied des Vereins **Generalarzt Prof. Dr. med. Friemert**. Er ließ uns an seinen Erfahrungen zur Gründerzeit des Vereins teilhaben und es war wirklich sehr beeindruckend, wie es gelungen ist, mit damaliger Technik (z.B. Überweisungsträger per Hand ausfüllen) die Vereinsarbeit zu stemmen. Er motivierte uns, dranzubleiben und weiterhin die Interessensvertretung der SanOA gegenüber dem Dienstherrn zu übernehmen. Der Präsident der DGWMP hielt ebenso eine Rede für uns. Weitere spannende Vorträge zu ARKOS und zu einem Aufenthalt am Chris Hani

Baragwanath Hospital als Arzt in Südafrika folgten. Nach Stärkung in der Truppenküche gab es einen weiteren Vortragsblock. Themen waren O-Plan Deutschland und VIGOUROUS WARRIOR 2026. Es folgte ein Gruppenfoto. Danach wurde es für uns Zeit aktiv zu werden. Es gab zur Auswahl einen Workshop zu dem Lebensmittelchemie Analytik Container der Bundeswehr und einen TREMA Workshop. Weiterhin gab es Workshops zu Medical Planning und zu der „Socio-biology of war crimes[...]“. Allesamt waren sehr spannend und hervorragend geführt mit toller Möglichkeit mitzuarbeiten.



Fotos: Andreas Meyer-Trümpener

Der Abschluss dieses Tages bildete ein **Festabend** im Augustiner Stammhaus. Es gab exzellente Verpflegung. Weiterhin wurde ein Spendencheck von 500 € an das **Bundeswehr-Sozialwerk e.V.** überreicht. Dieser Betrag konnte am nächsten Tag bei einem Spendenlauf sogar noch auf 1000 € aufgestockt werden. Vielen Dank an alle Personen, die gespendet haben und an die Teilnehmer des Laufes. Der Spendenbetrag kommt der „**Aktion Unvergessen**“ zugute. Natürlich blieb die Möglichkeit nicht aus, das Tanzbein zu schwingen oder die leckere Jubiläumstorte zu probieren.



Fotos: Andreas Meyer-Trümpener

Sonntag

Am letzten Tag bereiteten wir die Abreise vor. Neben dem erwähnten Spendenlauf im Umkreis der Kaserne, der die Athleten zu Höchstleistungen antrieb, gab es einen **K9 Workshop**. Bei diesem lernten wir die taktische medizinische Versorgung von Hunden mit allem, was dazugehört. Nach Abschluss mussten wir Teilnehmer uns schweren Herzens voneinander verabschieden. Coins und Kontaktdaten mit den Internationalen wurden ausgetauscht. Wir hoffen auf ein Wiedersehen nächstes Jahr!



Fotos: Andreas Meyer-Trümpener



Foto: Jonathan Griesing

Erfahrungsbericht "MEDIC QUADRIGA 2026"

1000 verwundete Soldatinnen und Soldaten pro Tag. Mit dieser Zahl rechnet die militärische Führung in Deutschland, sollte es zu einem bewaffneten



Foto: Jonathan Griesing

Konflikt in Europas Osten mit Beteiligung von NATO-Streitkräften kommen. Um auf ein solches Szenario vorbereitet zu sein, hat der UstgBer im Februar/März 2026 die Übung **MEDIC QUADRIGA 2026** durchführen lassen. (nähere Infos zur Übung: <https://www.bundeswehr.de/de/auftrag/uebungen/quadriga/quadriga-2026/medic-quadriga>).

Dieser Erfahrungsbericht schildert meine Erlebnisse, die ich als **SIDAF** (Soldat in darstellender Funktion) in Berlin/Brandenburg sammeln durfte.

Vorgeplänkel

Im Dezember 2025 erfolgte die Ausschreibung für SanOA zur Teilnahme an MEDIC QUADRIGA 2026 als **„Role Player Plus“** bzw. **„Case Manager Assistent“** für 2 Wochen. Aufgrund meiner langjährigen Übungserfahrung im Sanitätsdienst habe ich mich für das Vorhaben beworben und gehörte zu den knapp 25 ausgewählten SanOA. Es waren überwiegend Humanmediziner, und ich war der einzige Pharmazeut.

Die notwendigen Informationen wurden im Vorfeld an die Teilnehmer versandt, allerdings haperte es hier bei einigen Betreuungsstellen an der Weiterleitung. Zentrale Kommandierungen wurden erstellt und die Unterbringung erfolgte in Hotels im Umkreis des Übungsgeländes in Brandenburg. Anreise erfolgte per Kfz. Für zukünftige ähnliche Vorhaben sollte eine klare **Packliste** ausgegeben werden. Hier gab es viel Verwirrung, was unnötigen logistischen Aufwand zur Folge hatte. Ich benötigte ausschließlich witterungsbedingten Feldanzug, Grundform, formale Kopfbedeckung und Rucksack. Weitere Ausrüstung wie Helm und MOBAST wurde nicht benötigt.

Ablauf der Übung

Der Übungshub (Koordinierungsstelle zur Annahme der Verwundeten aus Konfliktregionen und zur Weiterleitung an zivile und militärische Gesundheitseinrichtungen im Inland) wurde in einer Halle auf dem ILA-

Gelände am Flughafen der Hauptstadt betrieben. Auf dem Gelände befand sich der Meldekopf, von wo aus die Verteilung in die Hotels erfolgte. Insgesamt wurden 200 SIDAFs (Best Western Hotel) aus allen möglichen Truppengattungen des Unterstützungsbereichs und darüber hinaus (Feldjäger, Sanität, Heeresaufklärungstruppe etc.) eingeschifft, **vom Gefreiten bis zum Leutnant**.

Der Shuttle-Transport für uns SIDAF wurde mit mehreren Bussen bewerkstelligt. Am nächsten Tag erhielten wir eine Einweisung in das Übungsvorhaben mit eher rudimentären Informationen. Außer der Tatsache, dass bereits eine mehr oder weniger komplexe Erstversorgung stattgefunden hätte (Role 1-3) gab es keine weiteren Anweisungen, wie wir als SIDAF uns konkret zu verhalten hätten. Auch im weiteren Übungsverlauf gab es keine definierten Anweisungen. Das führte dazu, dass die SIDAF mehr oder weniger motiviert und eigenkreativ ihre Rolle als Verletzte (mithilfe von kompakten Infos in **Casualty Cards**) ausgeführt haben.

Die Tage der ersten Woche fanden nun jeweils nach demselben Schema statt. Transport der SIDAF in eine Halle mit „arktischen Bedingungen“ auf dem DRK Gelände neben der Flugbereitschaft. Verteilung der Casualty Cards, Schminken für die Verletzungsmuster mit Verbänden, Kathetern, Fixateuren und Co. und anschließend Transport per Bus zu dem ILA-Gelände und Beüben des Hubs. Beim Hub selbst gab es dann ein komplexes Prozedere in zivil-militärischer Zusammenarbeit mit Befüllen von Listen, medizinischen Übergaben, Behandlungen und anschließend Transport an die jeweilige weiterführende Behandlungseinrichtung per Krankenwagen oder **Hubschrauber**. Bei der Behandlungseinrichtung angekommen, wurde dann der SIDAF kurz begutachtet und wieder zurücktransportiert.

Zu Beginn war der Hub maßlos überfordert mit der Anzahl an SIDAF, was dazu führte, dass die Übung an dem Tage für die SIDAF ab einem gewissen Punkt abgebrochen werden musste, ohne dass ein beachtlicher Teil an SIDAF überhaupt durchgeschleust werden konnte.

Dies besserte sich im Verlauf für die nächsten Tage, sodass am Ende jeweils alle SIDAF auch bearbeitet werden konnten. Der Höhepunkt der Übung für mich war ein Flug im **Christoph 35** zum Krankenhaus Frankfurt/Oder mit einer „komplexen Beckenfraktur aufgrund Artilleriesplitter“ nachdem wir im Airbus A400M simuliert angekommen sind.



Fotos: Jonathan Griesing

Zusätzlich zum Einsatz als SIDAF für uns SanOA, konnten einige auch als **Case Manager** fungieren. Diese haben dann die SIDAFs im Hub begleitet und den Akteuren Anweisungen gegeben und z.B. eine Übergabe übernommen.

Abschluss der Übung

Für mich erfolgte die Abreise nach der ersten Woche. In der zweiten Woche sind nur noch die SanOA verblieben und es gab eine Art Ausstellung mit VIPs unter anderem mit der Präsentation des Lebensmittelchemiecontainers für den Einsatz der Bundeswehr im Rahmen der **Wehrpharmazie** mit modernen Analytikfähigkeiten. Weiterhin wurden die Drohnen für

Verwundetentransport vorgestellt. Für die Kameradinnen und Kameraden gab es weiterhin Möglichkeit zur Kameradschaftspflege in Berlin.

Zum Abschluss der 1. Woche hat uns der **Befehlshaber des Zentralen Sanitätsdienstes** besucht und eine motivierende Ansprache für alle Beteiligten der Übung gehalten. Er hat die Notwendigkeit dieses Vorhabens hervorgehoben. Anschließend gab es noch Möglichkeit des geselligen Zusammenseins mit Gegrilltem und Getränk.

Lessons learned

Zusammenfassend lässt sich sagen, dass es eine interessante Übung war. Sehr gut war die komfortable Unterbringung in Hotels mit tollem Frühstück. Die Anwesenheit von KdoGesVersBw in Präsenz auf der Übung war eine große Bereicherung. Es gab viel Möglichkeit der Kameradschaftspflege für die Kameradinnen und Kameraden auch außerhalb des Sanitätsdienstes bei z.B. einem Dienstabschlussbier in der Hotellobby. Das Hotel verfügte sogar über **eine Sauna**, die genutzt werden konnte. Weiterhin positiv war die große Teilnehmeranzahl aus Bundeswehr und zivilen Rettungsorganisationen, die auf freiwilliger Basis motiviert unterstützten.

Problematisch waren die langen Verweilzeiten in der DRK-Halle, Unübersichtlichkeit in der Organisation mit angesprochener kritisierte Informationsweitergabe. Für Verpflegung (durch zivilen Dienstleister) war häufig wenig Zeit oder diese ist komplett entfallen. Die Verpflegung selbst hätte **weniger fleischlastig** und abwechslungsreicher sein können. Für zukünftige Übungen ist es empfehlenswert, eine medizinisch und militärisch qualifizierte Person einzuteilen, die den SIDAfS noch einmal individuelle Anweisungen zu ihrer jeweiligen Rolle gibt. Über eine Wiederholung der Übung würde ich mich sehr freuen.

Mit kameradschaftlichen Grüßen,
Jonathan Griesing, Leutnant

Erfahrungsbericht "PJ-Tertial Chirurgie am Walter-Reed-National-Military-Medical-Center (WRNMMC)"

Von November 2025 bis März 2026 habe ich mein PJ-Tertial in der Chirurgie am **Walter-Reed-National-Military-Medical-Center** (WRNMMC) in den USA absolviert. Meine Zeit teilte sich dabei in zwei Blöcke: Unfallchirurgie/Orthopädie und Allgemeinchirurgie.

Ankommen und Einbindung

Das PJ als solches ist dem Personal vor Ort nicht bekannt, das amerikanische Ausbildungssystem kennt dieses Konzept schlicht nicht. Entsprechend fällt es den Ärztinnen und Ärzten anfangs schwer, den eigenen Wissensstand richtig einzuschätzen. Diese Hürde lässt sich aber gut überwinden: Im Gespräch und durch den Vergleich mit dem amerikanischen System (das PJ entspricht in etwa einem **Sub-Internship** oder einem Studenten gegen Ende des vierten Jahres im amerikanischen Medizinstudium) wird schnell klar, wo man steht. Ist das einmal eingeordnet, wird man auch entsprechend gut eingebunden.

Der größte Unterschied zu Deutschland: Fast jegliche Kommunikation läuft über das Handy, allen voran über iMessage. Eine SIM-Karte mit Datenvolumen sollte man sich daher unbedingt zulegen. Vor Ort gibt es dafür ein großes Angebot, auch für nur kurzzeitige eSIMs finden sich gute Anbieter. Oft gibt es zudem **Militärrabatte**, wenn man die SIM-Karte erst in den USA besorgt.

Der einzige kleine Wermutstropfen: Aus Gründen des militärischen Datenschutzes bekommt man keinen Zugriff auf das Computersystem und kann somit selbst keine Einträge vornehmen oder Fälle nachschauen. Die Chirurgen sahen darin aber keinen Nachteil, sondern eher einen **Vorteil**: Schließlich ist man dadurch von der Dokumentationspflicht befreit und kann sich voll auf das chirurgische Arbeiten konzentrieren.

Allgemeinchirurgie: Traumachirurgie im Fokus

Den Großteil meiner Zeit in der Allgemeinchirurgie verbrachte ich in der Traumachirurgie, wo sich ein sehr engagierter Altassistent um mich kümmerte. Ich durfte bei einer großen Bandbreite an Eingriffen assistieren, meist sogar als **erste Assistenz**, und bekam dabei hervorragendes Teaching.

Aufgrund der Zutrittsbeschränkungen des Militärkrankenhauses gibt es am WRNMMC kaum primär zu versorgende Traumata, wie man sie von einem **Maximalversorger** in Deutschland kennt. Stattdessen macht die Viszeralchirurgie einen großen Teil aus, und viele Traumafälle kommen bereits vorversorgt zur Weiterbehandlung, etwa Soldaten, die im Ausland verletzt und dort primär versorgt wurden.

Trotzdem stand die Ausbildung ganz klar im Fokus:

- **Tägliches Teaching** für die Assistenzärzte mit Schwerpunkt auf deren anstehende Prüfungen, an dem auch ich teilnehmen durfte
- **Wöchentliches praktisches Skilltraining** gemeinsam mit den Ärzten
- **Wöchentliches Teaching für Medizinstudierende** der Allgemeinchirurgie zu wechselnden Themen
- **Fallvorträge in der Frühbesprechung**: Jeden Morgen hält ein Assistenzarzt einen kurzen Vortrag über einen Fall, eine neue Methode oder eine Erkenntnis daraus

Auch der **Stationsalltag** ist stark auf Ausbildung ausgerichtet und dadurch sehr strukturiert: Vor der Frühbesprechung visitiert zunächst der Medizinstudent, danach der Assistenzarzt im ersten Jahr (Intern), anschließend der Altassistent (Resident) und zum Schluss noch einmal gemeinsam mit dem Facharzt (Attending).

Unfallchirurgie/Orthopädie

Auch im Bereich Unfallchirurgie/Orthopädie stand Teaching hoch auf der Agenda. Auch durfte ich hier bei ganz unterschiedlichen Operationen

assistieren, von der **Knie-TEP** über Schulter- und Handchirurgie bis hin zu Wirbelsäulenoperationen.

Unterkunft & Kosten

Die Unterkunft ist immer etwas individuell und hängt stark vom zuständigen Sachbearbeiter ab. Bei mir hat es am Ende sehr gut gepasst: Ich habe eine kleine Zwei-Zimmer-Wohnung in **Downtown Bethesda** bekommen, etwa 1,6 km vom Krankenhaus entfernt. Der Vorteil: eine eigene Wohnung mit Küche und Waschmaschine, dazu ein kleines Fitnessstudio im Gebäude. Der Nachteil: Man musste morgens entweder laufen oder für die U-Bahn bezahlen. Dafür gab es aber richtig gutes Essen in der Nähe sowie Einkaufsmöglichkeiten in nur fünf Minuten Entfernung.

Bei den Preisen gilt wie überall in den USA: Sie schwanken stark, und Bethesda selbst ist eher teuer. Zum günstigen Einkaufen kann ich den örtlichen Lidl nur empfehlen. Beim Essengehen sollte man natürlich immer die zusätzliche Steuer und das Trinkgeld einkalkulieren. Die **lokale Küche** auszuprobieren, lohnt sich aber definitiv.

Freizeit & Unternehmungen

An Unternehmungsmöglichkeiten mangelt es in der Gegend nicht, es gibt einfach zu viel, um hier alles aufzuzählen. Mit der U-Bahn kommt man super nach Washington, D.C. hinein, und auch eine sehr **preisgünstige Busverbindung**, etwa nach New York, steht zur Verfügung. Dazu kam bei mir noch das ein oder andere echte US-Erlebnis: Super Bowl, Thanksgiving, Weihnachten und Silvester in den USA zu erleben, war jeweils eine tolle Erfahrung für sich. Auch im Krankenhaus selbst bekommt man auf Nachfrage immer gute Tipps, was man in der Freizeit unternehmen kann.

Anerkennung des PJ

Da das WRNMMC nicht auf der PJ-Liste stand, musste ich einen **Äquivalenzantrag** stellen. Dafür benötigte ich einige Informationen über das Krankenhaus, die ich über das Kommando anfragen konnte.

Zum Abschluss des PJ-Tertials musste ich noch mehrere Unterschriften im Krankenhaus für die PJ-Bescheinigung einholen. Das lief aber sehr unkompliziert, und mir wurde dabei sehr gut geholfen. Zudem benötigt man einen Stempel der USUHS, hierfür sollte man frühzeitig klären, wann und von wem man diesen bekommt. Bei Problemen sind das Kommando, der **Verbindungsoffizier** und der zuständige Arzt für internationale Studierende, Dr. Yu, sehr hilfsbereit.

Fazit

Alle Mitarbeitenden im Krankenhaus waren durchweg sehr freundlich und haben ihr Wissen gerne weitergegeben. Insgesamt war es **ein sehr lehrreiches und erfüllendes** PJ-Tertial.

Und auch sprachlich muss man sich keine allzu großen Sorgen machen: Am Anfang ist es anstrengend und ungewohnt, aber man kann jederzeit nachfragen, und mit der Zeit findet man wirklich gut hinein.

Bei Interesse oder Fragen zum Tertial könnt ihr euch gerne bei mir melden:
johannillg@bundeswehr.org



Fotos: Johann Illg

Erfahrungsbericht "Marche Internationale De Diekirch" vom 29.05.26 - 31.05.26

Der „**Marche Internationale de Diekirch**“ ist ein, wie der Name schon sagt, internationaler Marsch in der luxemburgischen Stadt Diekirch und Umgebung. Dieses Jahr findet er bereits zum 58. Mal statt und erneut sind einige Kameraden des Dt. SanOA e.V. vor Ort, um zum zweiten Mal gemeinsam den Marsch zu bestreiten.

29.05.26

Der Freitag war lediglich für die Anfahrt nach Diekirch gedacht, wobei wir SanOAs aus allen Teilen Deutschlands nach **Luxemburg** angereist sind. Ich für meinen Teil, hatte das Vergnügen von Münster aus nach Diekirch anzureisen. In Diekirch angekommen, habe ich mich schnell an der Rezeption registriert und anschließend auf dem Platz der Gruppe, wo schon einige Kameraden selbst am Aufbauen und Vorbereiten waren, mein Zelt errichtet. Am gleichen Abend wurde noch schnell die Anmeldung für den morgigen Marsch abgeschlossen und der Abend schließlich im gemütlichen Beisammensein genossen.

30.05.26

Um 5:30 Uhr klingelte bereits der Wecker, Zeitansatz 45 Minuten. Schnell wurde sich umgezogen, frisch gemacht, die letzte Ausrüstung vorbereitet und einen schnellen Happen gegessen. So standen wir alle am **Platz der Gruppe** in Uniform und marschierten um 6:15 Uhr in Richtung Startlinie. Während einige Kameraden noch schnell ihr Frühstück einnahmen, schaute ich mir noch ein wenig das bunte Treiben am Startpunkt des Marsches an. Neben hunderten von zivilen Teilnehmern waren noch dutzende Soldaten aus vielen Nationen, sowie weitere deutsche Kameraden, anwesend. Schließlich war es so weit, um 7 Uhr ertönte das Startsignal und mit einer leichten Verzögerung ging es dann auch für uns um 7:30 Uhr los. Für mich hieß es bereits am Samstag eine Marschstrecke von 40km zurückzulegen, welche man sich neben 12km und 20km aussuchen konnte.

Die Marschstrecke ging einmal durch die Landschaft rund ums schöne Diekirch herum durch die Städte, bzw. Dörfer, Gilsdorf, Bettendorf, Longsdorf, Bettel, Vianden, Fouhren, Tomm, Tandel, Seltz, Kléck und schließlich zurück nach Diekirch. Die schöne und doch anstrengende Strecke mit vielen Highlights, wie das Schloss Vianden, zeigte uns die wie prächtig Luxemburg mit seiner Natur sein kann. Zwischendurch gab es mehrere Pausen und die Möglichkeiten Wasser nachzufüllen, sowie eine kleine Stärkung einzunehmen. Unterwegs musste man sich ebenfalls an mehreren **Checkpoints** mit einem Armband einscannen, welches man zuvor bekommen hat, um die Strecke zu registrieren.

Nach anstrengenden 40km sind wir schließlich gegen 17 Uhr im Ziel angekommen und konnten uns mit Getränken und verschiedensten Gerichten stärken. Am Abend hieß es dann Nachbereiten und Regenerieren, um am nächsten Tag wieder 100% geben zu können.



Foto: Márec Mühl

31.05.26

Erneut klingelte um 5:30 Uhr der Wecker und es war wieder Zeit sich schnell fertig zu machen und um 6:15 Uhr loszugehen. Die Füße machten sich bereits vom anstrengenden gestrigen Marsch bemerkbar, jedoch nichts das einen an weiteren 40km hindern könnte. So begann unsere Marschstrecke wieder um 7:30 Uhr durch die **schöne Landschaft** Luxemburgs. Diesmal ging es von Diekirch aus in Richtung Sünden durch die Städte, bzw. Dörfer, Gilsdorf, Beaufort, Bigelbaach, Eppeldorf, Moestroff und anschließen wieder nach Diekirch.



Foto: Maximilian Andrejew

Diesmal war die Marschstrecke vor allem durch die schöne Natur der Ortschaften geprägt, wobei es wieder einige Checkpoints und Rastmöglichkeiten gab. Im Vergleich zum Tag davor merkte man jedoch,

dass mit jedem Kilometer die Strecke immer kräftezehrender wurde. Schließlich marschierten wir jedoch erneut gegen 17 Uhr ins Ziel rein und konnten uns unsere verdienten **Abzeichen und Urkunden** abholen. Am Abend wurde sich noch schnell gestärkt und im Anschluss der Platz der Gruppe wieder abgebaut. Gegen 21 Uhr setzten sich dann alle in Richtung Heimat in Bewegung. So ging ein erfolgreiches Marschwochenende in Diekirch zu Ende. Eine Erfahrung, die ich im kommenden Jahr erneut mit meinen Kameraden des Dt. SanOA e.V. bestreiten möchte.

Márec Mühl, Fahnenjunker

Stil & Form 2026

Liebe Kameradinnen und Kameraden,

nach der erfolgreichen Premiere geht „**Stil & Form**“ in die nächste Runde! Vom **6. bis 8. November 2026** laden wir euch zu unserem gemeinsamen Ausbildungswochenende in die **Falckenstein-Kaserne** nach Koblenz ein.

Los geht es am Freitag mit der Anreise und einem gemeinsamen Abendessen im Casino. Am Samstag steht dann die Ausbildung im Mittelpunkt: Neben theoretischen Impulsen zu militärischen und gesellschaftlichen Umgangsformen, Dresscodes und Knigge bei Tisch erwartet euch auch die praktische Tanzausbildung mit Walzer, Discofox und natürlich der Française. Den Höhepunkt des Wochenendes bildet der Festabend im Saal der Sanität mit Empfang, gemeinsamem Menü und anschließendem Tanzabend. Am Sonntag lassen wir das Wochenende bei einem gemeinsamen Frühstück sowie einer Feedbackrunde ausklingen. Für alle, die sich auf dem Tanzparkett bereits sicher fühlen, gibt es in diesem Jahr außerdem die Möglichkeit, ausschließlich am Festabend teilzunehmen.

Termin vormerken und Tanzschuhe bereithalten! Alle Infos zur Anmeldung findet ihr auf unseren Kanälen.

Mit kameradschaftlichen Grüßen
Elisa Lang, Leutnant



Foto: Tristan Pauck

Save the Date: Wintermarsch 2026

Auch dieses Jahr soll es wieder heißen: **Stiefel an und raus in den Westerwald!** Für Mitte Dezember ist erneut ein gemeinsames **Marschwochenende** geplant, aller Voraussicht nach wieder in Rennerod. Genaues Datum und der finale Ort standen zum Redaktionsschluss noch nicht fest, wir wollten euch die Veranstaltung aber schon jetzt ans Herz legen. Geplant sind wie letztes Jahr **zwei Marschtage in gemütlichem Tempo** und als geschlossene Gruppe. Und wir wollen wieder Marschlieder üben :) Alle weiteren Details zu Unterkunft, Verpflegung und Ablauf folgen **rechtzeitig** vor der Veranstaltung über die bekannten Kanäle!



Fotos: Elisa Lang

Save the Dates

Bei Fragen erreicht ihr unsere kompetente Mitarbeiterin Frau Gummert in der Geschäftsstelle immer **mittwochs von 10 Uhr bis 14 Uhr** unter **0228-692096**.

08. Okt. - 10. Okt. 2026	Jahreskongress der DGWMP in Papenburg
23. Okt. - 25. Okt. 2026	Führungskräfteseminar in Koblenz
06. Nov. - 08. Nov. 2026	Stil & Form Ausbildung
13. Nov.	Unterstützerball in Bonn
27. Nov. - 29. Nov. 2026	SVV II/26 Luftwaffenkaserne Köln-Wahn
15. Jan. 2027	Ball der Offiziere in Wien

Werdet jetzt Mitglied im Deutschen SanOA e.V.!



Impressum

Herausgeber:

Deutscher SanOA e. V.

Hausadresse:

Neckarstraße 2a

53175 Bonn

Telefon: 0228-692096

Fax: 0228-98140841

Sprechzeiten: Mittwoch 10 - 14 Uhr

E-Mail: geschaeftsstelle@sanoaev.de

Homepage: www.sanoaev.de



Vorstand

Vorsitzender: Frederick Hofmann

Stellv. Vorsitzende: Emily Evertz

Vorstandsmitglieder: Jonathan Griesing (Finanzreferent), Maximilian Andrejew, Konstantin Donitzky, Elisa Lang, Hartmut Luta

Aufsichtsrat:

Ben Ahlmeyer, Einar Behnke, Melanie Haefner, Sophia Nitsche,
Dr. Paul Häfner Steinwerth

Mitgliederbrief:

Jonathan Griesing, Tobias Lubert, Laura Michaelis, Anna-Maria Reeb

Druck:

CPM Verlag GmbH – DEFENCE. SECURITY. MILITARY-MEDICINE.
Carl-Zeiss-Straße 5
53340 Meckenheim

Redaktionsschluss: 04.09.26

