

**E. Filiptschik**

**Е. А. Филипчик**

ВА РБ (Минск)

*Научный руководитель Е. Л. Банникова*

## **DIE GESUNDHEIT IST DAS HÖCHSTE GUT DES MENSCHEN**

### **ЗДОРОВЬЕ – НАИВЫСШЕЕ БЛАГО ЧЕЛОВЕКА**

Alle Menschen möchten gesund sein. Aber nicht alle tun etwas für ihre Gesundheit. Ein russisches Sprichwort sagt, es sei besser arm und gesund zu sein, als reich und krank. Wir müssen an unsere Gesundheit denken und dafür sorgen. Der Sport ist dabei sehr wichtig. Das ist sehr gesund, Sport zu treiben, Morgengymnastik zu machen.

Um gesund zu sein, muss man auch genug schlafen und sich richtig ernähren. Ungesund ist viel zu rauchen und Alkohol zu trinken. Heute versuchen sich viele Menschen das abzugewöhnen, denn Gesundheit ist viel wichtiger als schlechte Gewohnheiten.

"Du bist, was Du isst", heißt es im Volksmund. Jeder kann frei entscheiden, wie er sich ernährt. Richtig zu essen ist nicht leicht. Die Verdauungskrankheiten sind heute ein wichtiges Problem für Ärzte. Man wacht morgens auf und denkt sofort an das Essen, deutlich zu sagen, an das Frühstück. Es ist sehr wichtig, dass das erste Essen des Tages nahrhaft ist. Diese Mahlzeit gibt uns Energie für den ganzen Tag. Ein Glass Saft oder Wasser hilft dem Organismus aufzuwachen. Jeden Tag muss man nicht weniger als zwei Liter Wasser trinken, um die Gesundheit zu pflegen und lange Zeit ohne schwere Krankheiten zu leben. Gewöhnlich essen die Menschen 3, 4 oder 5 Mal pro Tag. Aber sie müssen nicht vergessen, dass nicht alle Nahrungsmittel gesund und nützlich sind. Viele Menschen essen oft unregelmäßig oder Fastfood oder machen die lange Pause zwischen den Mahlzeiten, sprechen oder lesen beim Essen. Es ist sehr wichtig und gesund viel Gemüse und Obst essen. Viele Fischarten und Milchprodukten geben unseren Organismus die nützlichen Nährstoffe. Tabak und Alkohol schaden unserer Gesundheit, man muss sich daran erinnern.

Wie gesund leben die Deutschen? Die Deutschen werden dicker: Das geht aus dem Gesundheitsreport 2017 hervor. Im Vergleich zu 2007 hat die Zahl der Menschen zugenommen, die an Fettleibigkeit oder Diabetes leiden.

Aber wie steht es mit der Gesundheit der Soldatinnen und Soldaten in der Bundeswehr? Die Gesundheit der Soldatinnen und Soldaten zu schützen und wiederherzustellen ist die zentrale Aufgabe des Sanitätsdienstes der Bundeswehr.

Daneben versorgt er auch zivile Patienten. In Krisengebieten über die ganze Welt verteilt befinden sich Soldatinnen und Soldaten des Sanitätsdienstes der

Bundeswehr. Mit modularen Sanitätseinrichtungen gewährleisten sie schnell die medizinische Versorgung. Falls eine Krankenhausbehandlung erforderlich wird, erfolgt diese in den Bundeswehrkrankenhäusern.

Der Sanitätsdienst ist ein Fachdienst des Katastrophenschutzes in Deutschland. Seine Aufgabe ist die Versorgung von Verletzten und Erkrankten bei einem Massenanfall von Verletzten bzw. Großschadenslagen oder Katastrophen. Dies umfasst vor allem die Schaffung von erforderlicher Infrastruktur durch den Aufbau von Behandlungsplätzen und Einrichtung von Rettungsmittelhalteplätzen. Die Einheiten des Sanitätsdienstes bestehen aus ehrenamtlichen Einsatzkräften, die für ihre Tätigkeit eine entsprechende Fachdienstausbildung absolvieren.

**S. Zidik**

**С. Цидик**

БГЭУ (Минск)

*Научный руководитель Т. П. Бахун*

## **EHRENAMTLICHES ENGAGEMENT DER JUGENDLICHEN**

## **ОБЩЕСТВЕННО ПОЛЕЗНАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ МОЛОДЕЖИ**

Ehrenamtliches Engagement leistet einen wichtigen Beitrag zum sozialen und gesellschaftlichen Zusammenhalt und ist wertvoll für die Demokratie. Es fördert gegenseitiges Vertrauen und dient dazu, unterschiedliche Gruppen in die Gesellschaft zu integrieren. Die Jugendlichen gehören zu der Bevölkerungsgruppe mit den meisten Ehrenamtlichen.

Ziel der vorliegenden Arbeit ist es, das Engagementverhalten der jungen Menschen darzustellen und Zusammenhänge mit ausgesuchten Merkmalen zu analysieren. Die Arbeit stützt sich hauptsächlich auf statistische Erhebungen des Dritten Freiwilligensurveys des Bundesministeriums für Familie, Senioren, Frauen und Jugend, die in einigen Punkten durch die Shell Jugendstudie ergänzt wird.

Das Wort Ehrenamt hat heute einen anderen Stellenwert als ursprünglich. Es wird oft mit bürgerschaftliches Engagement oder Freiwilligendienst gleichgesetzt. Es gibt für diesen Begriff keine festgelegte Definition. Es wird oftmals als eine Tätigkeit definiert, die man **freiwillig, unbezahlt und gemeinwohlorientiert** durchführt. Die Bereiche des Engagements sind vielfältig. Sie umfassen die Unterstützung von Älteren, Kranken und Menschen in Not, etwa bei den Senioren- oder Behindertengruppen, den Hilfsorganisationen, beim Rettungsdienst oder bei der freiwilligen Feuerwehr. Darüber hinaus sind junge Erwachsene tätig als Mitarbeiter in Sportvereinen, kirchlichen Institutionen, in der Sozial- und Jugendarbeit, in den