

September 2024

Johanniter

Magazin für die Freundinnen und Freunde der Johanniter-Unfall-Hilfe e. V.

Mehr Zeit fürs Leben.

Im Kinderhaus „Pustebblume“
finden die jungen Gäste und ihre
Eltern einen Ort für Lebenshilfe
und gemeinsame Stunden.

Mit Ihrer
Regionalbeilage



Gemeinsam ist besser
Johanniter schaffen
Orte der Begegnung

Hilfe rund um die Uhr
Mobile Kliniken für
Geflüchtete im Kongo

Damit Zuhause
Zuhause bleibt.



Vorwort

Liebe Freunde der Johanniter,

damit wir uns wohlfühlen, müssen wir nicht nur körperlich auf der Höhe sein. Auch unserer Seele sollte es gut gehen. Der regelmäßige Austausch mit anderen Menschen gehört da unbedingt dazu. Bei mir hier auf dem Land funktioniert das noch gut: Man kennt sich, und sind wir mal ein paar Tage weg, fragen wir die Nachbarn, ob sie ein Auge aufs Haus haben können. Daraus ergeben sich Gespräche, Verbindungen, Verabredungen. In der Stadt dagegen ist es anonym. Viele haben oft nicht einmal Kontakt zu den Menschen eine Tür weiter. Das ist übrigens nicht nur ein Problem von älteren Menschen, sondern zunehmend auch der jüngeren Generation. Deshalb freut es mich, dass es bei uns Johannitern immer mehr Projekte gibt, die Menschen zusammenzubringen. Sozialen Kitt nenne ich das, was unsere Haupt- und Ehrenamtlichen hier bilden. Einige dieser „Orte der Begegnung“ stellen wir Ihnen im Heft vor.

Einen ganz besonderen Ort der Begegnung – und für viele des Rückzugs und der Besinnung – durfte ich selbst schon besuchen: unser Kinderhaus „Pustebblume“. Ich war beeindruckt, leistete mir aber auch gleich einen Fauxpas, als ich von „Patienten“ sprach. Vor Ort spricht man in dem Hospiz aber dezidiert von „Gästen“. Und man sei stolz, diese begleiten zu dürfen, so eine Mitarbeiterin. Lesen Sie auch diese Geschichte und suchen Sie den Austausch mit anderen. So bleiben wir offen für neue Impulse!



Ihr

Volker Bescht
Präsident der
Johanniter-Unfall-Hilfe e.V.

Impressum Verbandszeit-schrift der Johanniter-Unfall-Hilfe e.V.
Herausgeber Johanniter-Unfall-Hilfe e.V., Marketing/Kommunikation, Lützowstraße 94, 10785 Berlin
Redaktion Wolfgang Brenner (verantwortlich), H. Fischer, C. Hauptmann, T. Knaak, T. Raatz, C. Schreiber
redaktion@johanniter.de
Layout Raufeld Medien GmbH, Paul-Lincke-Ufer 42/43, 10999 Berlin; Daniella Heil, Daniel Krüger (Kreativdirektion)
Titelfoto Nikolaus Brade
Druck, Verlag & Anzeigen Zeitfracht Medien GmbH, Emmericher Straße 10, 90411 Nürnberg
Gültige Anzeigenpreisliste 1/24
Gedruckt auf Recyclingpapier, das mit dem BLAUEN ENGEL ausgezeichnet ist. Redaktionsschluss für die nächste Ausgabe ist der 8. Oktober. Die nächste Ausgabe wird am 29. November per Post versendet. Keine Haftung für unverlangte Einsendungen jeglicher Art. Für Mitglieder der Johanniter-Unfall-Hilfe e.V. ist der Bezug der Zeitschrift im Mitgliedsbeitrag enthalten. Eine gesonderte Berechnung des Bezugspreises erfolgt nicht.

Themen



10/
Zusammen besser:
Mit der „Plauderbank“ und weiteren Projekten bringen die Johanniter Menschen in Kontakt.



14/
Der Krieg in der DR Kongo zwingt viele Geflüchtete in Camps. In mobilen Kliniken sind die Johanniter für sie da.

In Aktion

Kinderhaus „Pustebblume“ – Ort fürs Leben **04**
Orte der Begegnung – Gemeinsam sein **10**
DR Kongo – Hilfe im Kriegschaos **14**

In Kürze

Namen und Nachrichten **15**

Fürs Leben

Gesundheit & Sicherheit **16**
Service: Standhaft bleiben **18**

Unter Freunden

Lesertelefon **20**
Im Porträt – Auf Umwegen zum Ziel **21**
Leserstimmen **22**
Denkanstoß – Hoffnung spendet Kraft **23**

Zum Schluss

Augenblick **25**
Drei Fragen an Christian Meyer-Landrut und Rätselspaß **26**



www.blauer-engel.de/uz195
Dieses Druckerzeugnis ist mit dem Blauen Engel zertifiziert!



Johanniter-Mitgliedertelefon
0800 32 33 900
(kostenlos)

Rufen Sie uns gebührenfrei an, auch samstags und sonntags.

0800 20 33 135

Der Treppenlift von Deutschlands Nr. 1 www.lifta.de

Fotos: Andreas Schoelzel, Henrik Isenberg, Aubin Mukoni

*Unsere Lifta Experten informieren Sie über alle Förderungsmöglichkeiten für Ihren Treppenlift und unterstützen auf Wunsch bei der Beantragung. Pro Person sind bis zu 4.000 € Pflegekostenzuschuss durch die Pflegekasse möglich. Grundvoraussetzung ist das Vorliegen eines Pflegegrads.

Kinderhaus „Pusteblume“ Ein Ort des Lebens.



Foto: Nikolaus Bräde

Kraft tanken und noch jeden Moment des Lebens genießen: Im Kinderhaus „Pusteblume“, einer einzigartigen Kombination aus stationärem Kinder- und Jugendhospiz und Intensivpflege-Wohngruppe, wird das Leben gefeiert. Zu Besuch im Spreewald.

Im begrünten Atrium bewundert Alina die Margeriten. Lachend hängt sie ihrem Papa Marcel huckepack auf dem Rücken. Zeigt auf Blumen, Kieselsteine und alles, was sie sonst noch wahrnimmt. Dabei scherzt und gluckst sie – auf die ihr eigene Art. Marcel genießt diese Momente. Er weiß, was der Siebenjährigen gute Laune macht, wenn sie sich an seinen Rücken klammert. Und währenddessen liegt der Reha-Assistenzhund „Eisbär“ etwas phlegmatisch, aber immer mit einem wachen Auge, in Alinas Nähe.

Ein besonderer Ort / Wer das Kinderhaus „Pusteblume“ in Burg (Spreewald) besucht, spürt schnell: Dies ist ein besonderer Ort. „Die Natur ringsum, das Ambiente des Hauses, das Pflegepersonal – wir sind so glücklich, diesen Ort und vor allem diese Unterstützung gefunden zu haben“, sagt auch Constanze Engmann, Alinas Mutter. Zehn gemeinsame Tage verbringen sie als Familie zurzeit im stationären Hospizbereich. Und das bedeutet: Jederzeit gibt es für Alina Pflegefachpersonal, das sich individuell um ihre Bedürfnisse kümmert. Wenn Alina Memory spielen will oder wenn Essenszeit ist, wenn sie Bücher anschauen oder einfach nur ausruhen möchte, dann bekommt sie alle Zuwendung.

Mama Constanze schnappt sich unterdessen ihren Ehemann Marcel und macht mit ihm eine Kahnfahrt durch die Fließe des Spreewaldes. Genau das gehört zum Konzept des Hauses: die Eltern, die normalerweise den Alltag mit Alina managen, für die Zeit des Aufenthalts zu entlasten, ihnen zeitliche und örtliche Freiräume zu ermöglichen.

Alina leidet am Leigh-Syndrom, einer unheilbaren Stoffwechselerkrankung, die vor knapp vier Jahren bei ihr diagnostiziert wurde. Aus einem kleinen, energiegeladenen Wirbelwind ist ein Kind geworden, das sich sprachlich und körperlich zurückentwickelt: Die Muskeln entwickeln eine Spastik, das Sprechen fällt zunehmend schwerer. „Pflegegrad fünf derzeit“, sagt Constanze Engmann verzweifelt. „Alina kann 14 Jahre alt werden – oder 50“, sagt sie, immer wissend, wassie und ihr Mann rund um die Uhr leisten. „Hier können wir wirklich loslassen“, sagt Marcel. „Und das Team des Hauses achtet genau darauf, dass wir das tun“, schiebt Constanze nach. Der Pflegealltag bei ihnen zu Hause im sächsischen Kamenz lässt dafür kaum Raum. „Es tut einfach gut, dass wir alle gemeinsam hier kostbare Zeit verbringen können, weit weg vom Alltagsstress.“ Zwischen der Körperbehindertenschule für Alina in Hoyerswerda und ihren Berufen, denen sie als Hauswirtschaftlerin und er als Handwerker nachgehen. „Abstand bekommen, Kraft tanken – alles das, was andere im Urlaub machen. Was wir aber nie können, wenn wir mit Alina allein sind“, sagt Constanze Engmann.

Nur durch Spenden möglich / Während der Aufenthalt eines lebensbedrohlich erkrankten Kindes durch die Pflegekasse gedeckt ist, wird der Hospiz-



Aufenthalt von Eltern und gegebenenfalls gesunden Geschwisterkindern nur durch Spenden möglich.

Lebensbegleitung in schwierigsten Situationen hat sich das Team des Kinderhauses „Pustebblume“ auf die Fahne geschrieben. „Wir wollen den betroffenen Familien hier in unserer Einrichtung die Pflegeaufgaben erleichtern und ihnen Mut machen, ihre herausfordernde Situation zu bewältigen“, sagt Daniela Konzack, Leiterin des Johanniter-Kinderhauses „Pustebblume“ in Burg, übrigens das einzige stationäre in Brandenburg und eines von insgesamt 18 Kinderhospizen bundesweit.

Für die Aufgaben des Hauses stehen rund um die Uhr Pflegefachkräfte zur Verfügung, unterstützt durch Fachkräfte der Heilerziehungspflege sowie der Heilpädagogik. Für Fahrten im Alltag, für die Fami-

„Wir wollen den betroffenen Familien die Pflegeaufgaben erleichtern und ihnen Mut machen, ihre herausfordernde Situation zu bewältigen.“

Daniela Konzack, Leiterin des Kinderhauses „Pustebblume“ in Burg (Spreewald)



Fotos: Nikolaus Bräde

lienbegleitung oder Küchen- und Gartenarbeiten engagieren sich Ehrenamtliche. Seit Kurzem gibt es auch junge Erwachsene, die ihr Freiwilliges Soziales Jahr hier absolvieren. Aber, und das gehört auch zur Wahrheit, der Fachkräftemangel auch in diesem Bereich macht Chefin Daniela Konzack Sorgen. Für die anspruchsvollen Hospiztätigkeiten können und dürfen sie keine Qualitätsabstriche machen. Und die, die dort schon arbeiten, verbreiten eine greifbare Atmosphäre der Empathie: „Kinder zeigen mit den Augen, was sie wollen, oder halten dir die Hand hin, damit du sie streichelst“, erzählt eine Mitarbeiterin voller Bewunderung.

Lebenshilfe im Zentrum / Das gilt auch für den zweiten Teil des Hauses, die Intensivpflege-Wohngruppe für Kinder und Jugendliche, die mit ihren lebensverkürzenden Diagnosen auf Dauer hier leben. Wie zum Beispiel Isabella. Sie kam vor zehn Jahren mit einer Zyste im Kopf zu Welt, die eine Hälfte ihres Gehirns beeinträchtigt. Sie könne alles außer sprechen und laufen, sagt Manuela Schönling, die mit ihrem Ehemann Dirk ihre zarte, aber auch willensstarke Enkelin seit ihrer Geburt pflegt.

Auf der Suche nach Akuthilfe brachten der Zufall und ein Video im Internet die Familie aus dem oberbergischen Gummersbach nach Burg. Seit Januar 2023 lebt Isabella nun schon hier, die Großeltern inzwischen in Cottbus, von wo aus sie regelmäßig und wann immer sie können Isabella besuchen kommen



Isabella hat in der Intensivpflege-Wohngruppe einen Platz gefunden. Sie ist dort in guten Händen und hat das weitläufige Gelände direkt vor der Tür.

„Wir haben die Entscheidung, Isabella hier unterzubringen, nicht bereut.“

Manuela Schönling, Großmutter von Isabella

und Zeit mit ihr verbringen. Auch für Dirk und Manuela bedeutet die „Pustebblume“ neues Leben und Entlastung. „Isabella entwickelt sich gut“, sagt Dirk. „Sie fühlt sich wohl, das merke ich an ihren Gesten“, ergänzt Manuela. Das, was für die Großeltern so zermürbend war und an den Nerven gezerrt hat, leisten Pflegefachkräfte wie Manuela Winkel, die von Anfang an mit der Intensivpflege von Isabella betraut ist: „Hospiz wird immer mit Sterben verbunden. Aber so ist es hier nicht. Wir leisten Lebenshilfe, Familienarbeit, aber keine Sterbehilfe.“

Loslassen gehört dazu / Während Isabella im Rollstuhl sitzend ganz elegant ihr rechtes Bein fast gummiartig über das andere schlägt und einem fast der Atem stockt angesichts von so viel Beweglichkeit, schaut Manuela Schönling mit Freude zu. „Wir haben die Entscheidung, Isabella hier unterzubringen, nicht bereut. Aber wir lernen noch“, sagt sie und es wird klar, wie wenig Freiraum sie all die Jahre hatte. Loslassen, vertrauen darauf, dass hier ein professionelles Team liebevoll und zugewandt sowohl mit den

kleinen Marotten als auch mit dem Temperament und Bedarfen von Isabella umzugehen weiß.

Ergo- und Physiotherapie, Logopädie und auch der Besuch des Lehrers zur Heimbeschulung wollen koordiniert und in die Intensivpflege eingebunden sein. Zu anstrengend waren acht Jahre Pflege des Enkelkinds rund um die Uhr. Ein Tunnel, den die Schönlings allmählich wieder verlassen können. Wenn neugierige Nachbarn in Cottbus fragen, wieso sie aus Nordrhein-Westfalen zugezogen sind und warum sie so oft nach Burg fahren, dann fallen anerkennende Worte. Der gute Ruf der „Pustebume“ hat sich seit der Eröffnung 2020 längst verbreitet.

Mitten im ersten Lockdown der Pandemie hatte die „Pustebume“ denkbar ungünstige Startbedingungen: Waren doch viele Familien skeptisch, ob ihre Kinder hier den Schutz und die Fürsorge bekommen würden, die normalerweise die pflegenden Angehörigen leisten. „Inzwischen ist das Interesse groß – leider auch die Warteliste“, sagt Daniela Konzack über das Haus mit einer Bibliothek, Räumen für Musik und Gymnastik, einem Entspannungszimmer mit Klangbett, einer Holzwerkstatt und vielem mehr.

Den symbolischen Namen für dieses besondere Haus haben sie damals gut gewählt: „Pustebume“ als Zeichen der Lebensfreude, sanft im Wind tanzend – aber auch zerbrechlich. Das große Herz der Mitarbeitenden und von Spendern macht ihn möglich, diesen Ort, von dem Daniela Konzack voller Überzeugung sagen kann: „Die ‚Pustebume‘ ist ein Haus des Lebens.“ / Ina Krauß

www.johanniter.de/kinderhaus-pustebume



Geduldiger Geselle: Neben den Mitarbeitenden der Johanniter ist auch Reha-Assistenzhund „Eisbär“ immer für Alina da.

Foto: Nikolaus Brade



Foto: JUH Südwestfalen/Nathalie Löbel

Ambulante Angebote für Kinder und Jugendliche

Ob mit der „Kleinen Raupe“ in Lüdenscheid und Iserlohn oder dem Kinderhospizdienst „Nora“ in Frankfurt (Oder): Neben dem stationären Kinderhaus „Pustebume“ ist es in vielen Regionen der Republik das Anliegen der Johanniter, Familien mit schwerstkranken Kindern oder Jugendlichen, die einen hohen Pflegeaufwand beanspruchen und deren Lebenszeit krankheitsbedingt begrenzt ist, in ihrer häuslichen Umgebung zu unterstützen. Wir betreuen, spenden Trost und stehen den Betroffenen auf dem Weg des Abschiednehmens zur Seite. Mitarbeitende und ausgebildete Ehrenamtliche begleiten, hören zu, sind für Gespräche da und vermitteln im Netzwerk weitere Hilfen.

www.johanniter.de/hospize



Spenden Sie!

Unterstützen Sie die Arbeit der Johanniter für Familien und deren Kinder.
Spendenkonto
Bank für Sozialwirtschaft
IBAN DE94 3702 0500 0433 0433 00
Stichwort: Kinderhaus „Pustebume“



Der Johanniter-Hausnotruf

Zuhause und unterwegs immer an Ihrer Seite.

- 24-Stunden-Sicherheit, 365 Tage im Jahr
- Einfache Handhabung für schnelle Hilfe im Notfall
- Maximale Flexibilität dank deutschlandweiter GPS-Ortung
- 98 % Kundenzufriedenheit



Jetzt bestellen!

www.johanniter.de/hausnotruf-testen
Service-Telefon: 0800 32 33 800
(gebührenfrei)

* Gültig bis 03.11.2024. Zu den Aktionsbedingungen besuchen Sie bitte: hausnotruf-testen.de/aktionsbedingungen oder schreiben eine Mail an aktionsbedingungen@johanniter.de.



JOHANNITER

Jetzt 4 Wochen gratis testen und bis zu 120 Euro Preisvorteil sichern!*



Orte der Begegnung Gemeinsam ist die Lösung.

Einsamkeit ist eines der großen Probleme unserer Tage. Betroffen sind davon besonders ältere Generationen. Die Johanniter schaffen deshalb Orte der Begegnung, damit Menschen wieder zueinanderfinden.

Seit Neuestem ist auch Gert dabei, wenn sich Lilo, Renate, Annegret und Inge im Marburger Südviertel treffen. Jeden Dienstag, nachmittags um 14 Uhr auf der „Plauderbank“ der Johanniter im Park am Friedrichsplatz. Seit April gibt es diese, und sie ist für die Senioren vor Ort mittlerweile ein fester Termin in ihrem Kalender. „Mein Dienstag ist schon mal gerettet“, sagt Lilo.

Im Urlaub an der Ostsee hat Lydia Junk, Koordinatorin des Johanniter-Besuchsdienstes Marburg, so eine Bank am Strand mit der Einladung zu plaudern entdeckt.

Sie fand das eine „hübsche Idee“ und war schnell entschlossen, daraus in Marburg ein Projekt zu machen. „Wir sehen in unserem Besuchsdienst viele ältere Menschen und wie sehr ihnen oft der menschliche Austausch fehlt. Und das sind ja jene, die schon mit uns in Kontakt sind – aber was ist mit denen, die wir noch nicht besuchen?“, so die Johanniterin. Also suchte sie eine schöne Bank am Friedensplatz aus, stellte mithilfe der Stadt Marburg und des Johanniter-Regionalverbands Mittelhessen ein Hinweisschild auf und betreut nun jeden Dienstag im Wechsel mit drei Ehrenamtlichen diesen Treffpunkt.

Mit Erfolg: Schon am verregneten Eröffnungstag im April waren 18 neugierige Besucher gekommen. Mit Stühlen musste die Runde vergrößert werden. Und auch wenn die als psychosoziale Begleiterinnen ge-

Beliebig erweiterbar: Wenn die „Plauderbank“ im Marburger Südviertel voll ist, wird angebaut.

Foto: Johanniter



Das Info-Mobil im Geist-Viertel von Münster ist zu einem Anlaufpunkt geworden.

schulden Johanniterinnen immer dabei sind und natürlich auch mit ihren Kompetenzen helfen: „Ziel der ‚Plauderbank‘ ist es, dass sich die Besucher untereinander über die Plauderzeit hinaus vernetzen“, so Lydia Junk. Wie gut das funktioniert – darüber staunt sie selbst immer wieder. „Natürlich gibt es auch Besucher, die gezielt den Kontakt zu uns suchen, konkrete Fragen zu Unterstützungsleistungen, Pflege oder unseren Besuchsdiensten haben. Aber hier auf der Bank haben sich auch schon zwei Damen getroffen, die als Kleinkinder gemeinsam im Urlaub waren und dann jahrzehntelang keinen Kontakt mehr hatten.“

Dass Angebote wie die „Plauderbank“ vor allem Seniorinnen ansprechen, ist kein Zufall. Die Bundesregierung hat gerade erst in ihrer Langzeitstudie, dem „Einsamkeitsbarometer“, festgehalten: „Personen über 75 Jahre sind im Längsschnitt am stärksten von Einsamkeit betroffen. Frauen sind stärker belastet als Männer.“ Und diese Einsamkeit wirkt sich auch negativ auf die physische und psychische Gesundheit aus. „Im Rahmen unseres Besuchsdienstes waren wir bei einer älteren Dame, die neun Tage mit keinem Menschen gesprochen hatte. Das Ergebnis waren Wortfindungsschwierigkeiten“, erinnert sich Lydia Junk.

Erstkontakt ist wichtig / Um solche Situationen zu vermeiden, braucht es

niedrigschwellige Angebote. Manchmal ist der Weg in eine Beratungsstelle schon eine Hürde – schließlich bedeutet das in aller Regel das Eingeständnis, dass man Hilfe benötigt. Genau diese Erkenntnis bewegte die Johanniter des Regionalverbands Münsterland/Soest, ihr Infomobil im Geist-Viertel von Münster aufzustellen. Direkt auf dem Weg zu einem Supermarkt und vor einem gut frequentierten Café und damit recht zentral stehen Monika Klau-Fischer und ihre Kolleginnen mit einem gut sichtbaren Wagen. Hier informieren sie über Hilfsleistungen, wie den Hausnotruf und Besuchsdienst, und vermitteln Kontakte. „Niemand kommt und sagt frei heraus: ‚Ich fühle mich einsam.‘ Das erfahren wir immer nur im Gespräch, wie und worüber Menschen aus ihrem Leben erzählen“, erklärt Monika Klau-Fischer, Koordinatorin der ehrenamtlichen Johanniter. Und deshalb sei dieses erste Gespräch, die Kontaktaufnahme, so wichtig.

Der Ort ist der Star / Kontakte knüpfen – das ist auch Sabine Schestokat-Haupts besondere Fähigkeit. Die 52-Jährige kümmert sich heute für die Johanniter um den Secondhand-Laden „Lieblingsecke“ im niedersächsischen Goslar. Während der Corona-Pandemie drohte die Schließung. Doch weil die ehemalige „Kleidercke“ eben mehr als nur eine Verkaufsstätte von Gebrauchtem ist, sondern ein Ort, wo Menschen sich verabreden, Banker und Wohnungslose gleichermaßen einkehren



Fotos: Henrik Isenberg

Foto: Janek Günther



Bei der längsten Tafel der Stadt im ostthüringischen Altenburg sorgen die Johanniter traditionsgemäß fürs Essen.

und viele Senioren regelmäßig vorbeikommen, übernahmen die Johanniter aus dem Ortsverband Salzgitter Anfang dieses Jahres das Geschäft. Und Sabine Schestokat-Haupt kann sich jetzt auf das konzentrieren, was sie am besten kann: Menschen zusammenbringen. Der familiäre Ton im Laden ist dabei wichtig. „Wir duzen jeden“, sagt Sabine Schestokat-Haupt, „und sind immer für einen Plausch zu haben.“ Hier wurden schon Freundschaften geschlossen, verabredet man sich einmal die Woche zum gemeinsamen Shoppen und die Verkäuferin hat noch eine ganz andere Zielgruppe entdeckt: „Für ausländische Frauen ist es oft sehr schwer, Freundschaften mit Deutschen zu schließen. Dabei sind das so dankbare und freundliche Menschen.“ Auch diesen Mitmenschen Anschluss an die Gesellschaft zu ermöglichen, hat sie sich zum Ziel gemacht.

Für ein verbindendes Gefühl / Menschen zusammenbringen, die sich sonst nicht treffen, und solche, die sonst einsam sind – darum geht es auch bei dem Projekt „Altenburger:innen essen gemeinsam“. Ursprünglich als Reaktion auf den Versuch des damaligen Bürgermeisters, „unangenehme und unerwünschte Personen aus dem Stadtbild zu entfernen“, initiiert, wie sich Janek Günther, Johanniter-Sozialarbeiter und Mitorganisator der Aktion, erinnert, treffen sich hier inzwischen zum 43. Mal bis zu 150 Menschen an einer 50 Meter langen Tafel direkt „unter dem Dienstfenster des OB“. Und essen gemeinsam. „Der Markt als gute Stube der Stadt ist uns als Ort wichtig, denn hier geht es um alle Bürger aus allen

„Wir duzen jeden und sind immer für einen Plausch zu haben.“

Sabine Schestokat-Haupt von der „Lieblingsecke“

Schichten“, erklärt Janek Günther. Bei Nudeln mit Wurstgulasch oder veganer Soße aus der Feldküche des Johanniter-Katastrophenschutzes sitzen Verwaltungsangestellte, Kitagruppen und Senioren beieinander und erleben Gemeinschaft. „Inzwischen schätzen die Stadt und der neue OB dieses Projekt, denn es schafft ein verbindendes Gefühl zwischen den Menschen und auch zu dem Ort, in dem sie leben“, so Janek Günther. Die Schüler eines Gymnasiums servieren das Essen am Platz und die evangelische Jugend organisiert Kaffee und Kuchen. Auch das lindert Einsamkeit – sich als Teil einer großen Gruppe, als Teil der aktiven Stadtbevölkerung zu fühlen.

Was aus der „Plauderbank“ in Marburg wird, wenn das Wetter nicht mehr so einladend ist? Auch dafür hat Lydia Junk bereits eine Lösung: „Im Herbst und Winter ziehen wir ins Johanniterhaus und treffen uns dort im „Plaudercafé.“ Lilo, Renate, Annegret und Inge kommen dann eben dort zusammen. Und Gert vielleicht auch. / Peter Altmann

www.johanniter.de/besuchsdienst



Der Nikolaus-Schlitten „fliegt“ um die beleuchtete Baumspitze!

Mit Musik und Bewegung auf 4 Ebenen

VON INNEN BELEUCHTET

12 beleuchtete Häuser und über 30 Figuren – von Künstlerband bemalt

©2024 Thomas Kinkade, The Thomas Kinkade Company, Morgan Hill, CA., all rights reserved.

Artikel-Nr.: 14-00328-001G
 Artikelpreis: € 199,80
 (zahlbar auch in 4 Monatsraten zu je € 49,95), zzgl. € 14,90 Versand

Originalgröße: ca. 40,6 cm hoch
 Durchmesser Sockel: ca. 25 cm
 Netadapter inklusive, wahlweise auch mit 3 „AAA“-Batterien betreibbar (nicht im Lieferumfang enthalten)

Wunderland-Express

Die erste Christbaum-Skulptur nach Motiven Thomas Kinkades mit 3 fahrenden Zügen, Beleuchtung und Musik

Sankt Nikolaus in seinem Rentierschlitten fliegt in die Heilige Nacht hinaus, und der Wunderland-Express „schlängelt“ sich durch die schneebedeckte Landschaft des romantischen Weihnachtsbaumes. In seine Zweige schmiegt sich ein verträumtes Dörfchen mit herrlich beleuchteten Häusern. So sieht Winterzauber pur aus. Mit dem „Wunderland-Express Weihnachtsbaum“ erfüllen Sie Ihr Heim mit der Magie von Weihnachten!



Thomas Kinkade, preisgekrönter „Maler des Lichts“

Musik, fahrende Züge, warmes Licht

Die 12 beleuchteten Häuser, wie auch die Baumskulptur, sind kunstvoll von Hand koloriert. Über 30 Figuren beleben die winterlich verschneite Szenerie. Warmes Licht strahlt aus den Fenstern der Häuser. Das Musikwerk lässt ein Medley beliebter Weihnachtsmelodien erklingen, die Sie zum Träumen und Vorfreuen einladen. Ein solches Kunstwerk hat es noch nie gegeben: Genießen Sie dieses unvergleichliche Weihnachtsmärchen, inspiriert von Motiven des weltberühmten „Malers des Lichts“, Thomas Kinkade!

Dieses Meisterwerk ist exklusiv bei The Bradford Exchange erhältlich. Bereiten Sie sich, Ihrer Familie und Ihren Enkelkindern ein unvergessliches Weihnachtsfest. Bestellen Sie den „Wunderland-Express Weihnachtsbaum“ am besten noch heute!



Das Angebot ist limitiert – Reservieren Sie noch heute!

PERSÖNLICHE REFERENZ-NR.: 110281
 Mit 1-GANZES-JAHR-Rückgabe-Garantie

Zeitlich begrenztes Angebot:
 Antworten Sie bis **11. November 2024**

☐ **Ja**, ich reserviere die Baum-Skulptur „Thomas Kinkades Wunderland-Express Weihnachtsbaum“
 Artikel-Nr.: 14-00328-001G

Bitte gewünschte Zahlungsart ankreuzen (X):
☐ Ich zahle den Gesamtbetrag nach Erhalt der Rechnung
☐ Ich zahle in vier bequemen Monatsraten

Name/Vorname Bitte in Druckbuchstaben ausfüllen

Straße/Nummer

PLZ/Ort

Geburtsdatum E-Mail (nur für Bestellabwicklung)

Telefon (nur für Rückfragen)

☒ Unterschrift

Datenschutz: Detaillierte Informationen zum Datenschutz finden Sie unter www.bradford.de/datenschutz. Wir werden Ihnen keine Angebote von The Bradford Exchange per E-Mail, Telefon oder SMS-Nachricht zukommen lassen. Sie können Ihre Kontaktpreferenzen jederzeit ändern, indem Sie uns unter nebenstehender Adresse bzw. Telefonnummer kontaktieren. Bitte teilen Sie uns per Telefon, E-Mail oder schriftlich mit, falls Sie keine brieflichen Angebote erhalten möchten.

www.bradford.de

Für Online-Bestellung
 Referenz-Nr.: **110281**

Bitte einsenden an: The Bradford Exchange Ltd.
 Johann-Friedrich-Böttger-Str. 1–3 • 63317 Rödermark • kundenbetreuung@bradford.de
 Telefon: **06074/916 916**
 Österreich: Senderstr. 10 • A-6960 Wolfurt/V • Schweiz: Inwilerriedstrasse 61 • CH-6340 Baar

Demokratische Republik Kongo Verlässliche Hilfe im Kriegschaos.

Die humanitäre Situation im Osten der Demokratischen Republik Kongo spitzt sich weiter zu. Kämpfe zwischen Rebellen und Armee zwingen viele Geflüchtete in provisorische Camps, in denen die Johanniter mit mobilen Kliniken die Not lindern.

Warteraum, Sprechzimmer, Krankenlager: In der mobilen Klinik der Johanniter im Vertriebenenlager Bulengo im Osten der Demokratischen Republik Kongo sind das keine Räume in gemauerten Gebäuden. Die Klinik besteht aus einfachen Zelten. Mehr als 100.000 Menschen leben dort auf engstem Raum. Sie sind geflohen vor den Kämpfen zwischen der Armee und Rebellentruppen, haben ihre Dörfer verlassen und sind in sogenannten Vertriebenen-Camps rund um die Provinzhauptstadt Goma untergekommen – Provisorien, für viele längst zur Normalität geworden.

„Am 15. Oktober letzten Jahres hat uns der Krieg eingeholt. Wir mussten unser Zuhause verlassen und flohen mit dem, was wir am Leib trugen“, berichtet Clement Sinzagire, der mit seinen neun Kindern in dem Lager Bulengo lebt. Hier wohnt er jetzt in einer notdürftigen Behausung aus Stöcken und Plastikplanen. Es gibt nicht genug sauberes Wasser und nur wenige sanitäre Einrichtungen. „Mein Sohn war viermal krank, bevor wir endlich Hilfe bei den Johannitern bekommen haben. Er hat eine Spritze erhalten und ist seitdem gesund.“

Hilfe rund um die Uhr / Auch wenn die mobile Klinik der Johanniter nur von Zeltplanen begrenzt wird: Dort erhalten die Menschen die Hilfe, die sie dringend brauchen – rund um die Uhr. Einer von ihnen ist Dr. Marcel Hangi. „Die Menschen kommen mit allen möglichen Krankheiten her. Wir versorgen sie, kümmern uns aber auch darum, dass sie lernen, Krankheiten vorzubeugen.“ Mit Aufklärungskampagnen werden die Bewohnerinnen und Bewohner informiert, wie sie sich vor Krankheiten schützen und welche Hygiene-



Foto: Aubin Mukoni

Marcel Hangi und sein Team bilden einen zuverlässigen Anlaufpunkt für die Menschen im Lager Bulengo.

maßnahmen wichtig sind, um gesund zu bleiben. Der Bau von Brunnen verbessert außerdem die prekäre Trinkwasserlage. „Wären wir nicht hier, um die Menschen zu versorgen, würden wir Zeugen einer humanitären Katastrophe“, ist sich Marcel Hangi sicher.

Allen Aufklärungsversuchen zum Trotz: Krankheiten lassen sich nicht vermeiden. So wie bei Faïda Vumiliya. Die junge Mutter ist mit Fieber in die Klinik der Johanniter gekommen. Sie wird gründlich untersucht und bekommt Medikamente. Gratis, weil sich die meisten Geflüchteten eine medizinische Behandlung nicht leisten können: „Ich bin so dankbar, dass wir hierherkommen können und kostenlos Hilfe bekommen.“ Wie so viele lebt sie von dem wenigen, das sie noch besitzt. Und wartet, so ihr größter Wunsch für die Zukunft, auf ein Ende der Gewalt: „Ich hoffe, dass der Krieg aufhört, damit wir wieder nach Hause gehen können.“ / Birte Kötter

www.johanniter.de/drkongo



Spenden Sie!

Unterstützen Sie die Arbeit der Johanniter in der Demokratischen Republik Kongo.

Spendenkonto

Bank für Sozialwirtschaft

IBAN DE94 3702 0500 0433 0433 00

Stichwort: Demokratische Republik Kongo



Namen & Nachrichten



Jörg Lüssem aus dem Bundesvorstand abberufen

Bundesvorstand / Mit Wirkung zum 6. Juli ist Jörg Lüssem auf Vorschlag des Präsidiums vom Herrenmeister des Johanniterordens, Dr. Oskar Prinz v. Preußen, als Mitglied des Bundesvorstandes der Johanniter-Unfall-Hilfe abberufen worden. Der Herrenmeister verband dies mit einem ausdrücklichen Dank und der Anerkennung für die langjährigen Verdienste um das Wohl und die Entwicklung der Johanniter-Unfall-Hilfe. Auch Präsident Volker Bescht dankte Lüssem für dessen Engagement: „Jörg Lüssem hat die Organisation maßgeblich mitgeprägt und für die Herausforderungen der Zukunft gut aufgestellt.“



Auszeichnungen vergeben

Johanniterorden / Der Herrenmeister des Johanniterordens, Dr. Oskar Prinz v. Preußen, hat das „Ehrenzeichen am Bande der Johanniter-Unfall-Hilfe“ verliehen an Björn Deppe (Salzgitter), Sascha Fehr (Salzgitter), Michael Fricke (Salzgitter), Maïke Güttner (Ilse), Tobias Heyer (Salzgitter), Andreas Jacob (Schöppenstedt), Maïc Kempe (Salzgitter), Corinna und Nico Müller (Liebenburg), Jenny Pietsch (Salzgitter), Jennifer Reck (Vechelde), Petra Schierding (Lengede), Fabian Stolka (Salzgitter), Dennis Thiemann (Salzgitter), Markus Tomaschek (Salzgitter), Roman Wienckowski (Salzgitter) sowie das „Ehrenzeichen der Johanniter-Unfall-Hilfe“ an Joana Abel (Cramme), Ramona Adam-Hechtel (Neusäß), Olaf Bruhns (Lohfelden), Kim Knoll (Salzgitter), Mandy Nixdorf (Vetschau), Sandra Pereira da Silva David (Lübeck), Gladys Samol (Eisenhüttenstadt), Michael Schuchardt (Nuthe-Urstromtal), Martina Vree (Söhlde) und Andrea Weiß (Schneeberg).



2023 in Wort und Bild

Jahresberichte / Mehr als 1,2 Millionen Mal waren die Johanniter 2023 in der Notfallrettung und bei Krankentransporten unterwegs. Diese und weitere Zahlen illustriert der neue Jahresbericht mit Geschichten aus vielen Einsatzbereichen. Die weltweite Unterstützung Hilfebedürftiger dokumentiert der neu aufgelegte Bericht der Johanniter-Auslandshilfe. Beide Dokumente sind für die digitale Lektüre im Internet speziell aufbereitet und auch als blätterbare Dateien im Internet abgelegt: www.johanniter.de/jahresbericht-2023



Im Hochwassereinsatz

Flut / Rund 500 Einsatzkräfte der Johanniter haben sich im Frühsommer bei der Bewältigung der Hochwasserlage in Baden-Württemberg und Bayern engagiert. Die Helfenden waren bei der Evakuierung von Wohngebieten aktiv, versorgten Menschen medizinisch und verpflegten Betroffene sowie Einsatzkräfte. Mit Unterstützung aus anderen Landesverbänden standen weitere 200 Helfende in Bereitschaft.

Gesundheit & Sicherheit

Das ist der Plan, den er hat für die ganze Erde, und das ist die Hand, die ausgereckt ist über alle Völker.

Bibel, Jesaja 14,26



Mit Plan läuft's besser

Buchtip / Eine Arthrose kann starke Schmerzen verursachen und zu großen Einschränkungen im Leben führen. Orientierung im Dschungel des Info-Dickichts bietet der Berliner Orthopäde Professor Dr. Hanno Steckel mit seinem Ratgeber „Arthrose“. Sein Tipp: Geplant und mit einem Mix aus Training und Ernährung lassen sich Gelenke beweglich halten. „Arthrose – Die beste Therapie finden“, Prof. Dr. med. Hanno Steckel, Trias Verlag, 24,99 Euro, ISBN 978-3-4321-1891-8



Blutdruck messen, länger leben!

Lebensstil / Ein dauerhaft erhöhter Blutdruck schädigt die Blutgefäße und belastet Organe wie das Herz, die Augen sowie die Nieren. „Regelmäßige Blutdruckkontrollen sind also wichtig, um lebensbedrohliche Gesundheitsschäden zu verhindern“, sagt Johanniter-Bundesarzt, Dr. Jörg Oberfeld. Doch jede fünfte Frau und jeder dritte Mann trägt dieses Leiden unerkannt mit sich. Durch eine Änderung des Lebensstils lässt sich aber einiges erreichen:

- 1. **Körpergewicht** / Jedes Kilo weniger senkt den Blutdruck
- 2. **Ernährung** / Umstellen auf wenig Salz und tierisches Fett, viel frisches Gemüse
- 3. **Alkoholkonsum** / Möglichst gering halten: täglich nicht mehr als zwei kleine Gläser Bier (Männer) bzw. ein kleines Glas (Frauen)
- 4. **Bewegung** / Drei Mal die Woche 45 Minuten Rad fahren, joggen oder schwimmen
- 5. **Rauchen** / Am besten gar nicht – Nikotin trägt direkt zum Anstieg des Blutdrucks bei
- 6. **Stress** / Dauerhafter Stress (Disstress) erhöht die Blutdruckwerte

Jetzt sogar mit Rückrufservice

Infoportal / Zu seinem 25-jährigen Bestehen hat das Deutsche Krebsforschungszentrum sein Infoportal www.krebsinformationsdienst.de komplett überarbeitet. Zuverlässige und neutrale Informationen auf dem aktuellen Stand der Wissenschaft bietet die Seite jetzt mit einer besseren Menüführung. Neu ist ein Rückrufservice, über den Ratsuchende einen Telefontermin mit dem Ärzteteam vereinbaren können.

Tauschangebot: € 10,- für € 10,- aus Ihrem Portemonnaie
5 kursgültige 2-Euro-Sammlermünzen!

KEIN RISIKO!

1.-5.

2-Euro Irland
„50 Jahre EU-Beitritt“

2-Euro San Marino
„Der heilige Marinus“

2-Euro Portugal
„50 Jahre Revolution“

2-Euro Spanien
„Nationales Polizeikorps“

2-Euro Frankreich
„Olympiade in Paris“

Fünf offizielle 2-Euro-Gedenkmünzen aus 5 Ländern, bankfrisch (unzirkuliert)!

IM TAUSCH:
5 x 2-Euro für
€ 10,-

Kompletter, postfrischer und bereits 50 Jahre alter Briefmarken-DDR-Jahrgang von 1974!
2-Euro-Münze mit Kaltemaille-Farbauflage „35 Jahre Mauerfall“ und 24-Karat-Feinvergoldung!

Das wird es nicht so schnell wieder geben!
50 Jahre alter Briefmarken-Jahrgang der Deutschen Demokratischen Republik von 1974 in postfrischer Erhaltung. Insgesamt 88 Briefmarken, 2 Sonderblocks und 2 Kleinbogen!

6.

88 Briefmarken,
2 Sonderblocks
und
2 Kleinbogen!

€ 14,50
statt Katalogpreis*
€ 57,50

* lt. Michel-Schwaneberger-Katalog von 2023

7.

24-Karat-Feinvergoldung

Ø 25,75 mm

€ 14,50
statt € 24,50

Schnell bestellbar unter:
<http://euro-shop.new-coins.de>

8. Offizielle Goldmünze „Bulgarien auf dem Weg zum Euro“!

999/1000 Feingold!

€ 59,90
statt € 99,90

- ✓ Reines Gold 999/1000 Feingold (1/100 Goldunze = 0,311 g, Guineas)!
- ✓ Höchste Prägequalität: Polierte Platte!
- ✓ Goldrarität: Streng limitiert auf 2.950 Goldmünzen!

Tausch-Coupon

Ja, bitte liefern Sie mir folgende Startausgaben und monatlich eine weitere Ausgabe aus der jeweiligen Sammlung unverbindlich zur Ansicht. Ich habe immer ein 14-tägiges Rückgaberecht!
(Lieferung zzgl. € 5,95 Versandkostenanteil – Porto, Verpackung, Versicherung)

1.-5.

___ x **€uro-Komplett-Set:**
5 x 2-Euro-Gedenkmünzen (bankfrisch) zum **Tauschpreis** von nur € 10,-!
(Nur 1 x pro Kunde bestellbar!)

6.

___ x **Kompletter Briefmarken-DDR-Jahrgang** von 1974 (postfrisch) für nur € 14,50!

7.

___ x **Vergoldete 2-Euro-Münze** mit Kaltemaille-Farbauflage „35 Jahre Mauerfall“ für nur € 14,50!

8.

___ x **Goldmünze „Bulgarien“** (999/1000 Feingold) für nur € 59,90 statt € 99,90!

Name/Vorname

Straße/Nr.

PLZ/Ort

Telefon

Geburtsdatum

☐ E-Mail _____
(Bitte so ☒ ankreuzen) Ja, ich möchte künftig Informationen über die Angebote von Sir Rowland Hill per E-Mail erhalten. Meine Einwilligung kann ich jederzeit widerrufen! imj (2)

X

Unterschrift

svz/bb2d

Bitte Adresse eintragen und einsenden an:
Sir Rowland Hill Ltd. GmbH & Co. KG
Buchhorstblick 7a • 38162 Weddel
per Fax 0 53 06 / 95 95 77

16

Service Standhaft bleiben.



Foto: Adobe Stock

Die eigene Mobilität lernt man erst so richtig zu schätzen, wenn man sie verloren hat. Stürze im Alter sind dafür oft die Ursache – und sie richten auch psychisch großen Schaden an. Wir zeigen, worauf man achten sollte, damit es erst gar nicht so weit kommt.

Auf der Treppe, im Bad oder beim nächtlichen Gang zur Toilette: Die meisten Stürze passieren zu Hause: Grund dafür sind oft schlechte Beleuchtung, glatte Böden, Stolperfallen und fehlende Haltemöglichkeiten. Statistisch stürzt jeder Dritte im Alter über 60 Jahren einmal im Jahr. Oft ist Angst vor weiteren Stürzen die Folge. Freiwillig wird dann der eigene Bewegungsradius eingeschränkt, die Muskelkraft nimmt ab, was wiederum weitere Zwischenfälle begünstigt – ein Teufelskreis. Doch das muss nicht sein, und mit etwas Aufmerksamkeit und einigen Anpassungen lässt sich die eigene Mobilität für lange Jahre sichern.

Wer vorsichtig sein sollte / Am stärksten gefährdet sind Menschen mit Erkrankungen, welche die Mobilität, Motorik oder Sensibilität verändern. Dazu gehören zum Beispiel Menschen mit Parkinson, Multipler Sklerose, nach einem Schlaganfall, mit Arthritis und einem generell schlechten Allgemeinzustand. Aber auch bei Menschen mit Sehbeeinträchtigung – häufig aufgrund ungeeigneter Brillen und reduzierter Kontrastwahrnehmung – oder mit Erkrankungen, die eine kurzzeitige Bewusstlosigkeit hervorrufen können, wie Diabetes (bei Unterzuckerung), Epilepsie, niedriger Blutdruck (Hypotonie) und Bluthochdruck (Hypertonie), besteht eine erhöhte Sturzgefahr. Ebenso gefährdet sind Menschen, die aufgrund psychischer Erkrankungen wie Depressionen beruhigende oder schlaffördernde Medikamente einnehmen.

Was man tun kann / Viele Maßnahmen zur Sturzprävention sind nicht besonders aufwendig: Regelmäßige Konsultationen beim Hausarzt oder bei der Hausärztin stellen sicher, dass der aktuelle Gesundheitszustand sich nicht verschlechtert, die Medikation angepasst wird und gegebenenfalls weitere Fachärzte zu Rate gezogen werden können. In diesem Zug sollte auch der weitere Bedarf für Hilfsmittel auf den

Bewegungstipps für den Alltag

- Mindestens einmal **täglich richtig aktiv** werden
- **Alltagstätigkeiten im Haushalt**, soweit möglich, selbst erledigen: Spülmaschine ausräumen, zum Briefkasten gehen ...
- Auch **kleine Spaziergänge** zählen – und machen gemeinsam noch mehr Spaß
- Auch bei eingeschränkter Beweglichkeit – etwa mit dem Rollator oder auf dem Ergometer – den **Kreislauf in Schwung** bringen
- **Konkrete Ziele** setzen – und diese ständig etwas erweitern

Prüfstand: Ist es Zeit für einen Duschsitz und Haltegriffe in den Sanitärräumen? Sind vorhandene Sehhilfen in den verschriebenen Stärken noch ausreichend? Sanitätshäuser und Optiker passen die Hilfsmittel dann auf die individuellen Bedürfnisse an.

Wie Training und Ernährung helfen / Wer starke Muskeln, einen stabilen Kreislauf und eine sichere Balance hat, ist besser geschützt. Bewegung und bewusste Ernährung (Calcium, Vitamin D, eiweißreich mit reichlich Ballaststoffen) sind dafür wichtige Bausteine. Wichtig ist es auch, genügend zu trinken: Denn um sicher auf den eigenen Beinen stehen zu können, braucht der Körper genügend Flüssigkeit – zu wenig davon kann Schwindel auslösen.

Mit einer Serie von Bewegungsvideos bietet die Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung in ihrem Internetauftritt www.gesund-aktiv-aelter-werden.de ein einfaches Online-Bewegungsprogramm.



Online lernen mit dem Pflegecoach
Im neuen Modul „Sicherheit im Pflegealltag“ gehen wir besonders auf die Sturzprävention ein. Kostenlos registrieren unter:
www.johanniter-pflegecoach.de



Lesertelefon

Notrufdienste
0800 56 43 664

Fragen Sie uns, wir antworten!
Am 10. September von 10 bis 13 Uhr



Foto: Marcus Brodt

Bis ins hohe Alter selbstbestimmt leben – das wünschen sich die meisten Menschen. Mit zunehmendem Alter steigt jedoch das Risiko, sich unterwegs oder zu Hause zu verletzen oder zu stürzen. Wer alleine lebt, ist zusätzlich der Gefahr ausgesetzt, dass nicht sofort Hilfe vor Ort ist. Viele Menschen nutzen daher schon unseren praktischen Hausnotruf. Denn unser Hausnotrufdienst lässt sich auf die individuellen Bedürfnisse anpassen und kann auch außerhalb der eigenen vier Wände genutzt werden. Welche Möglichkeiten wir bieten und welche unserer flexiblen Optionen Ihrem individuellen Bedarf gerecht werden, das erfahren Sie im Rahmen unserer Telefonaktion am Dienstag, 10. September.

Rufen Sie uns einfach zwischen 10 und 13 Uhr auf unserer kostenfreien Nummer an – und wir finden eine passende Lösung für Ihre Wünsche!



Foto: Privat

Matthias Schafstädt,
Fachbereichsleiter Not-
rufdienste, ist unser
Ansprechpartner für Sie.
Fragen gerne auch schrift-
lich an: Johanniter-Unfall-
Hilfe, Marketing/ Komm.,
Notrufdienste Lützowstr.
94, 10785 Berlin, leser-
telefon@johanniter.de

Fragen & Antworten vom Lesertelefon am 11. Juni zum Thema „Pflege“

**Ab wann gilt ein Mensch als pflege-
bedürftig?** Als pflegebedürftig im Sinne der
Pflegeversicherung gilt, wer aufgrund einer
körperlichen, geistigen oder seelischen Beein-
trächtigung in seiner Selbstständigkeit einge-
schränkt und so dauerhaft (sechs Monate und
mehr) auf Hilfe angewiesen ist. Leistungen
können jedoch auch während dieser Zeit be-
antragt werden. Die Pflegekasse entscheidet
nach Antrag über den Hilfebedarf.

**Wie wird die Pflegebedürftigkeit festge-
stellt?** Die Schwere der Pflegebedürftigkeit
und die Einteilung in einen der fünf Pflegegra-
de wird über Begutachtungsverfahren ermit-
telt. Dafür wird die pflegebedürftige Person
nach Antragstellung in der Regel zu Hause von
Gutachterinnen und Gutachtern des Medizin-
ischen Dienstes besucht. Bei Privatversicherten
erfolgt dies durch Medicproof.

**Wie bereite ich mich auf die Begutachtung
vor?** Weil eine solche Begutachtungssituation
ungewohnt ist, empfiehlt sich die Anwesenheit
einer vertrauten Person. Das vermittelt Sicher-
heit. Ärztliche Unterlagen sollten bereitgelegt
und wichtige Fragen im Voraus notiert werden,
da diese in der Aufregung gern in Vergessen-
heit geraten. Für die Vorbereitung und auch
die Zeit der Begutachtung stehen Pflege-
dienste unterstützend bereit.

Wer erhält Leistungen? Die Pflegeversiche-
rung funktioniert wie eine Teilkasko-Versiche-
rung: Sie leistet einen Beitrag zur Finanzierung
der Pflege, deckt aber nicht zwingend alle
Leistungen voll ab. Wichtig: Bei der Kranken-
und der Pflegekasse handelt es sich um zwei
getrennte Versorgungssysteme. Die Kranken-
versicherung übernimmt die Kosten nur für
eine vorübergehende Pflege.



Weitere Informationen
www.johanniter.de/pflegelotse

Porträt Auf Umwegen zum Ziel.

Susann Kraft arbeitet als evangelische
Religionslehrerin, ist ehrenamtlich
Leiterin einer Johanniter-Rettungs-
hundestaffel – und sie schreibt
Gedichte. Aus Zufällen entstand in
ihrem Leben ein Muster.

Eigentlich war nach dem Abitur schon alles klar: Ein
Beruf mit Menschen verschiedener Altersgruppen
sollte es sein. Gemeindediakonin schien für Susann
Kraft der ideale Beruf. Dafür zog sie von ihrer
Heimatstadt Chemnitz nach Freiburg und studierte
Diplom-Religionspädagogik. Und musste im Studium
plötzlich auch das Fach Religion unterrichten. Ob-
wohl sie bis dahin nie den Wunsch verspürt hatte,
Lehrerin zu werden, wurde schnell klar, dass dies
ihre Stärke ist. Nach dem Studium ging es also in
den Schuldienst – bis heute 21 Jahre lang. Sie pen-
delt zwischen zwei Grundschulen und der Oberstufe
einer Förderschule in Karlsruhe und bildet Lehr-
kräfte aus. „Ein bisschen passiert“ fühlt sich das an,
erzählt die 46-Jährige – und doch: „Es liegt mir und
macht mir Freude.“

Dann gleich ein Dobermann / Auch auf den Hund
gekommen ist sie eher zufällig. Die Ausbilderin von
Rettungshunden erinnert sich: „Ich bin als Kind mal
böse gebissen worden – und hatte dann immer
Angst vor Hunden.“ Ganz im Gegensatz zu ihrem
Mann, in dessen Leben es immer Hunde gab. Und
der für sie auf ein eigenes Tier verzichtete. Dann
2005 ihr Entschluss: doch ein Vierbeiner. „Ich habe
viel gelesen, wie man die Körpersprache von Hun-
den liest und sie erzieht.“ Das wurde beim ersten
Dobermann auch wirklich nötig, und auf der Suche
nach angemessener Auslastung für ihre Lena stieß
Susann Kraft auf die Rettungshundearbeit. Span-
nend fand sie das, viel „Learning by Doing auch“,
wie sie sagt. Nach elf Jahren bei einer anderen Hilfs-
organisation wechselte sie 2016 zu den Johannitern.
Ein wichtiger Schritt: „Ich bin begeistert davon, wie
der familiäre Gedanke im Verband gelebt wird. Wie

Foto: Johanniter



Ein bisschen wie Mut

Nichts singt mir sein Lied so schön wie der Morgen,
der strahlend erwägt, ein Neuer zu sein.
Er weckt mich im Licht entschwindender Sorgen,
was groß grad noch war, wird plötzlich ganz klein.
Es glitzert der Tau, von Sonne umworben,
ein bisschen wie Mut. Es steht mir der Sinn
nach tapferem Schritt in das, was verborgen
heut' tröstet den Tag mit seinem Beginn.



Die etwas längere Version dieses Porträts und
weitere Gedichte finden Sie hier – einfach den
QR-Code scannen.

wir schnell und herzlich aufgenommen wurden.“
Besonders wichtig ist ihr auch der internationa-
le Austausch – „ob in England oder Ungarn, unter
Johannitern hat man eine gemeinsame Basis.“

Gefühle werden Worte / Wie wichtig die Arbeit in
der Rettungshundestaffel ist, zeigt sich in den be-
sonderen Momenten, in denen sie mit ihrem Team
und dessen Hunden vermisste Personen auffindet.
Eine Belohnung für viele Stunden ehrenamtlicher
Arbeit: Ihr Engagement hat ihr dieses Jahr das in
Baden-Württemberg gestiftete Bevölkerungsschutz-
Ehrenzeichen eingebracht. Seit 2014 schreibt Susann
Kraft Gedichte. Dabei hat sie das Auswendiglernen
von Versen in der Schule immer gehasst. Aber als
bei ihrer Hündin Lena eine tödliche Herzkrankheit di-
agnostiziert wurde, „mussten meine Gefühle irgend-
wie aus mir raus“. Sie beginnt zu schreiben, erst auf
Englisch, dann Deutsch. Mit Erfolg: Eine Verlegerin
nimmt sie in eine Anthologie auf. 2015 entsteht ein
Gedichtband nur mit ihren Texten.

Hört man Susann Kraft über ihr Leben reden, dann
klingt das oft zufällig – aber doch folgerichtig. Weil
sie mit Mut an ihre Aufgaben geht. / Peter Altmann



Foto: Jörg Farys

Sie möchten ...

... über die eigene Lebenszeit hinaus Gutes tun und Menschen in Not unterstützen? In unserem Ratgeber erfahren Sie, wie Sie ein Testament rechtssicher gestalten und was Angehörige rund um das Thema Erbschaft und Nachlass wissen sollten.

Ergänzt wird die umfangreiche Broschüre durch wichtige Formulare und gelungene Beispiele, wie sich mit dem eigenen Vermögen Gutes bewirken lässt: Sei es durch ein Vermächtnis für die Johanniter, eine Schenkung zu Lebzeiten oder eine Zustiftung an die Johanniter-Stiftung.

Für gemeinnützige Organisationen wie die Johanniter-Unfall-Hilfe fallen laut Erbschaftssteuergesetz keine Steuern an. So werden Erbschaften, Vermächtnisse und Schenkungen in vollem Umfang für den Zweck eingesetzt, der Ihnen am Herzen liegt.



Broschüre bestellen

Ihr kostenloses Exemplar des Ratgebers bestellen Sie einfach per E-Mail oder Telefon:
info@johanniter.de
 Tel. 030 8 16 90 16 60
 Alternativ schicken Sie eine Postkarte an:
 Johanniter-Unfall-Hilfe e.V.
 Matthias Jach
 Lützowstraße 94
 10785 Berlin

Leserstimmen

Gegen Vorurteile / Angela K. aus Freiburg findet, dass unser Ehrenamts-Porträt in der „Johanniter“-Ausgabe Juni/24 dazu beiträgt, **Vorurteile abzubauen:** Ich bin noch recht neu im Kreis Ihrer Leserinnen. Das Heft fand ich insgesamt sehr interessant und informativ. Besonders gefallen hat mir der Artikel über den türkischstämmigen Kinderarzt Dr. Mehmet Ehliz. Dieser Mann ist bewundernswert, wie viel er geleistet hat in diesen 5 Jahren seit seiner Flucht 2019. Dass er so gut Deutsch gelernt hat und auch andere Geflüchtete dazu ermutigt, vor allem die Sprache zu lernen. Das ist wirklich der entscheidende Punkt für eine gelingende Integration/Inklusion. Und dass er sich so aktiv und helfend in die Gesellschaft einbringt.

Dass Sie solche tollen Geschichten vorstellen, hilft vielleicht auch dabei, die leider häufig bestehenden Vorurteile gegenüber Geflüchteten zu verringern. Wir können dankbar sein für solche Menschen in unserer Gesellschaft.

Ihre Nachricht

Leserbriefe
 Johanniter-Unfall-Hilfe e. V. Marketing/Kommunikation,
 Lützowstraße 94,
 10785 Berlin
leserbriefe@johanniter.de
www.facebook.com/DieJohanniter

Servicetelefon
 Rund um die Uhr.
 365 Tage im Jahr. Sie haben Fragen zu Ihrer Mitgliedschaft? Ihre Anschrift hat sich geändert? Sie interessieren sich für die Dienstleistungen der Johanniter?
 Tel. 0800 32 33 900 (kostenlos)
info@johanniter.de

Beiträge in der Rubrik „Denkanstoß“ geben nicht zwangsläufig die Meinung der Redaktion wieder.

Foto: Sabine Hug/Illustration: raufeld/Martin Rümmele

Denkanstoß Hoffnung spendet Kraft.

„Ich will nicht, dass ihr hoffnungsvoll seid ... Ich will, dass ihr die Furcht fühlt, die ich jeden Tag fühle. Und dann will ich, dass ihr handelt!“, schleuderte die Umweltaktivistin Greta Thunberg den Spitzen aus Politik und Wirtschaft beim Weltwirtschaftsforum 2019 in Davos entgegen. Eine ganz andere Sicht vertritt zum Beispiel der Frankfurter Philosoph Darrel Moellendorf. Für ihn ist „eine hoffnungsvolle Politik ... die beste Antwort auf die Probleme des Klimawandels“.

Ist Hoffnung eine Illusion, die uns von den notwendigen Schritten abhält, um die Welt zu retten? Oder kann uns gerade Hoffnung die Kraft geben, die wir angesichts der drohenden Klimakatastrophe dringender denn je brauchen? Gibt es überhaupt noch Grund zum Hoffen, oder sind Erderwärmung und Artensterben schon zu weit fortgeschritten?

Ein Blick in die Geschichte zeigt: Menschen haben zu allen Zeiten gehofft. Man hat Hoffnung als Emotion, als Tugend und als Haltung begriffen, vor allem aber ist sie ein Weltverhältnis, das in der menschlichen Offenheit zur Zukunft begründet ist. Anders als Tiere denken wir darüber nach, was sein wird. Neben Sorgen haben wir auch Hoffnungen, wenn wir an die Zukunft denken.

Historische Veränderungen / Aber wie und worauf Menschen hoffen, war und ist sehr verschieden: In der Antike war man sich der Gefahr sehr bewusst, dass Hoffnungen verblenden können – die Hoffnung ist das Übel, das in der Büchse der Pandora bleibt. Mit dem Christentum gewann die Hoffnung an Gewicht, als Erwartung der Auferstehung von den Toten richtete sie sich auf das Jenseits und wurde zu einem Pfeiler des Lebens im Diesseits. Im 19. Jahrhundert entwickelten sich die Nation, der technische Fortschritt und der Sieg der Arbeiterklasse zum Gegenstand ähnlich starker Hoffnungen, die man aber schon in dieser Welt erlangen wollte.



Kleine Dinge erreichen / Die zivilisatorischen Katastrophen des 20. Jahrhunderts stellten die Hoffnung auf den Prüfstand, doch nicht einmal im Konzentrationslager verschwand sie gänzlich. Heute fordern uns neben dem Klimawandel auch andere Krisen wie der Krieg in der Ukraine, die Konflikte im Nahen Osten und das Erstarken populistischer Parteien heraus. Kein Zweifel: Die großen Hoffnungen der Moderne sind schwer aufrechtzuerhalten, umso wichtiger sind die kleinen Hoffnungen. Hoffnungen, die sich nicht auf eine ferne Zukunft, sondern das Morgen, nicht auf die gesamte Menschheit, sondern die Gemeinschaften vor Ort richten. Solche Hoffnungen stehen weniger in der Gefahr zu verorten, als dass sie Kraft spenden und zum Handeln motivieren können. Wer hofft, erkennt an, dass das Gelingen von etwas nicht in der eigenen Macht steht, dass es sich aber trotzdem lohnt, danach zu streben./Jonas Grethlein



Prof. Dr. Jonas Grethlein
 46, lehrt als international renommierter Altphilologe an der Universität Heidelberg. Das neue Buch des Leibniz-Preisträgers 2024 heißt „Hoffnung“. Siehe auch Verlosung auf Seite 26.



Kräuterhaus Sanct Bernhard

www.kraeuterhaus.de
Bestell-Telefon: 073 34/96 540



Seit 1903 **Naturheilmittel und Kosmetik** höchster Qualität!



Entwicklung und Herstellung
im eigenen Haus

Augenfit-Kapseln



Mit 12 mg Lutein!
Jede Kapsel enthält **12 mg Lutein**, 2 mg Carotinoide, 0,6 mg Zeaxanthin, **100 mg Heidelbeer-Extrakt**, sowie Vitamin A+B2+E, Zink, Selen. Zink und die Vitamine A+B2 tragen zur **Erhaltung einer normalen Sehkraft** bei.

Best.-Nr. **105** 90 Kapseln € **12,50**
ab 3 Packungen nur € **11,00**

zum Preis von

2

1

Magnesium

Magnesium 400 supra 1x täglich! Verbessert die Funktion der Muskeln, u.a. bei Sport, und fördert so das Wohlbefinden – auch nachts – durch lockere, entspannte Muskeln und Waden.

Aktion im Oktober 2024:
1 Packung bestellen + 1 Packung GRATIS dazu!

Best.-Nr. 129 120 Kapseln für 4 Monate € 8,50

Best.-Nr. 135 300 Kapseln für 10 Monate € 17,50

Gelenkfit

Gelenkfit-Kapseln mit Glucosamin + Chondroitin

Gelenkfit-Kapseln enthalten Calcium, Magnesium, die Vitamine B1, B2, B6, B12, C, Niacin, Pantothensäure, Folsäure und Biotin sowie die Mucopolysaccharide **Glucosamin und Chondroitin**, die natürliche Bestandteile des **Bindegewebes, der Knorpel und der Gelenkflüssigkeit** sind. Für gesunde, stabile Knochen!

Best.-Nr. 1790 240 Kapseln für 40 Tage € 21,50

Best.-Nr. 1791 3er-Packung € 57,00

Gedächtnis

Gedächtnis-Kapseln mit Ginkgo!

Mit B-Vitaminen, Jod, Zink und Ginkgo-biloba-Extrakt! Wichtig für die Erhaltung von Gedächtnis, Lernfähigkeit und geistiger Fitness ist eine gute Versorgung mit Nährstoffen, die auf die Funktion von Gehirn, Psyche und Nervensystem abgestimmt sind.

Best.-Nr. 81 180 Kapseln für 6 Monate € 13,50

ab 3 Packungen nur € 12,00

Bio-Hagebutten

Bio-Hagebutten-Pulver

100% reines Hagebuttenpulver aus kontrolliert biologischem Anbau. Bio-Hagebutten-Pulver eignet sich unter anderem zur Anreicherung von Smoothies, Shakes, Müslis oder zur Vermischung mit Saft. Von Natur aus mit Galaktolipiden. Glutenfrei und vegan.

Best.-Nr. 563 500-g-Dose (je 1 kg = € 24,00) € 12,00

ab 3 Dosen (je 1 kg = € 22,00) nur € 11,00

TOP Hyaluronsäure

Hyaluronsäure-Kapseln 400 mg

Hyaluronsäure ist ein natürlicher Bestandteil der Haut, des Bindegewebes und der Gelenkflüssigkeit. Bemerkenswert ist ihre Fähigkeit, große Mengen Wasser an sich zu binden. Jede Kapsel enthält **400 mg reine Hyaluronsäure und 80 mg Vitamin C**, das zur Kollagenbildung beiträgt.

Best.-Nr. 843 120 Kapseln € 24,50

ab 3 Packungen nur € 21,50

Curcuma

Curcuma-Kapseln mit Cholin

Curcuma, die **Gelbwurzel**, ist vor allem für ihre Verwendung in der asiatischen Küche bekannt. Curcuma enthält sekundäre Farb- und Pflanzenstoffe (Curcuminoiden). **Cholin** trägt zu einem normalen Fettstoffwechsel und einer normalen Leberfunktion bei.

Best.-Nr. 1844 60 Kapseln für 2 Monate € 13,00

Best.-Nr. 1845 180 Kapseln für 6 Monate € 33,00

TOP Vitamin B12

Vitamin B12 Supra-200 µg-Tabletten

Gut für die gesunde Funktion von Gehirn und Nervensystem sowie für mehr Energie. Vitamin B12 trägt zur normalen neurologischen sowie psychischen Funktion und auch zur Verminderung von Müdigkeit und Erschöpfung bei. Jede Tablette enthält 200 µg Vitamin B12.

Best.-Nr. 118 240 Tabletten für 4 Monate € 6,50

ab 3 Packungen nur € 5,95

Kürbiskernöl

Kürbiskernöl-Kapseln aus kbA

Gut für Blase und Prostata. Das Öl des inhaltsstoffreichen steirischen Ölkürbisses *Cucurbita pepo L. convar. citrullina var. styriaca* aus kontrolliert biologischem Anbau gilt als besonders wertvoll.

Best.-Nr. 162 150 Kapseln à 500 mg € 7,50

Best.-Nr. 161 400 Kapseln à 500 mg € 17,50

GRATIS-TEST

GUTSCHEIN-Nr. 42

2-Monatspackung *FÜR ALLE NEUKUNDEN

JA, ich möchte mich selbst überzeugen!
Ich erhalte GARANTIERTE als Dankeschön **unverbindlich, kostenlos und versandkostenfrei** *
Vitamin C + Zink Langzeit-Kapseln 60 Stück
Für gesunde, vitale Abwehrkräfte!
Außerdem erhalte ich **kostenlos** den großen **Sanct-Bernhard-Gesundheitskatalog** mit über 900 Naturheilmittel- und Kosmetikartikeln sowie ein wertvolles **Kosmetik-Probeset**!

Ich bestelle mit 14-tägigem Rückgaberecht folgende Artikel:

Bestell-Nr.	Artikel	Menge	Einzelpreis	Gesamtpreis
96046	Vitamin C + Zink Langzeit-Kps.	1	GRATIS	

versandkostenfrei

Informationen zur Datenverarbeitung finden Sie unter www.kraeuterhaus.de/datenschutz
Alle Informationen zu unseren Produkten und die AGB finden Sie unter www.kraeuterhaus.de
JOH240342

Name, Vorname

Straße, Nr.

PLZ, Ort

Telefon (falls Rückfragen)

Geburtsdatum

Datum, Unterschrift

Bestellung bitte an:

Kräuterhaus Sanct Bernhard KG
Helfensteinstr. 47, Abt. 42
73342 Bad Ditzingenbach

Tel.: 073 34/96 540
Fax: 073 34/96 54 44

Abteilung 42
www.kraeuterhaus.de

Foto: Johanniter Berlin

Augenklick

Kurz vor dem großen EM-Finale durften drei unserer Helfenden am 14. Juli noch im Berliner Olympiastadion ihr persönliches Erinnerungsfoto schießen. Während die großen Stars auf dem Rasen und im Rampenlicht standen, waren sie nämlich wie knapp 2.500 weitere Johanniter im Hintergrund aktiv und sorgten für Sicherheit beim Public Viewing und bei weiteren Veranstaltungen. Gut 1.100 weitere Helfende standen für Notfälle bereit – und waren so für alle Fans ein sicherer Rückhalt.

www.kraeuterhaus.de Bestell-Telefon: 073 34/96 540

Johanniter / September 2024 / Zum Schluss

25

Drei Fragen an Christian Meyer-Landrut ...

... 60, der sich als ehrenamtliches Bundesvorstandsmitglied über den Architekturpreis „eins zu eins“ für das Johanniter-Wohnquartier „AndreasGärten“ auf dem Areal der Zitadelle Petersberg in Erfurt freut.

Ein Architekturpreis für das Wohnprojekt einer Hilfsorganisation? Was ist da passiert? / Maximale baukulturelle Anerkennung! Der Bund Deutscher Architekten hat die AndreasGärten als das „beste Wohnungsbauprojekt in Thüringen“ gewürdigt. Das ist eine Bestätigung für all die Mühen auf dem Weg.

Was haben die Johanniter alles richtig gemacht? / Mit dem Preis soll ja die Qualität des Planens und Bauens in Verantwortung gegenüber Gesellschaft



Schauen Sie sich hier das Video zu den „Andreas-Gärten“ an!



und Umwelt gefördert werden. Offensichtlich haben wir bei diesem gemeinschaftlichen Mehrgenerationenwohnen vieles richtig gemacht: Fast ausschließlich in Holzbauweise erstellte Gebäude mit sinnlichen Räumen in einer autofreien Umgebung schaffen Naturnähe und Gemeinschaft mitten in der Stadt.

Und die Menschen, die seit einem Jahr dort miteinander leben, fühlen die sich dort auch wohl? / Das glaube ich nicht nur. Ich bin davon zutiefst überzeugt, und es wird mir von den unterschiedlichsten Seiten widergespiegelt: den Bewohnern selbst, ihren Angehörigen und auch unseren Mitarbeitenden vor Ort. Ich bin mir sicher: Dieser Lebensraum ist ökologisch, soziologisch und kulturell ein gelungener.

Screenshot: Johanniter

Rätselspaß

eng-
lische
Prin-
zessin

an
keinem
Ort

im Jahre
(latei-
nisch)

Schul-
fach
(Fremd-
sprache)

die Acker-
krume
lockern

Form
des
Sauer-
stoffs

aufbe-
wahren,
deponie-
ren

artig,
brav

wüst,
leer

aus
tiefstem
Herzen

Futter-
behälter

legendä-
res We-
sen im
Himalaja

Allg. Dt.
Automo-
bil-Club
(Abk.)

Spring-
antilope

manche;
nicht
wenige

Verknüp-
fung im
Internet
(engl.)

ge-
feierter
Künstler

Gebäude

5

griechi-
sche
Sagen-
gestalt

Oper
von
Verdi

8

Enterich

Fluss
zur Aller
(Ober-
harz)

gerade
jetzt

1

Un-
versum

2

amerik.
Autor
(Edgar
Allan)

9

Leicht-
metall
(Kzw.)

römi-
scher
Liebes-
gott

6

eng be-
messen

Vergrö-
ßerungs-
glas

Papst-
name

7

4

Turn-
übung

3

10

11

1

2

3

4

5

6

7

8

9

10

11

Schicken Sie uns Ihre Lösung bis zum 30. September an: gewinnspiel@johanniter.de oder auf einer frankierten Postkarte mit Ihrer Anschrift an folgende Adresse:

Johanniter-Unfall-Hilfe e. V.
Marketing/Kommunikation
Postfach 110727
10837 Berlin



Rätseln & gewinnen!

Unter allen richtigen Ein-
sendungen verlosen wir drei
Exemplare von „**Hoffnung**“,
dem neuen Buch unseres
„Denkanstoß“-Autors Jonas
Grethlein (siehe Seite 23).
Die Gewinner werden
schriftlich benachrichtigt.

Eine Teilnahme über Gewinnspiel-Clubs ist ausgeschlossen.
Lösungswort Ausgabe Juni/24:
CASSISIRUP

Die Gewinner des Buchs „Gefühlskino – Die gute alte Zeit aus sicherer Entfernung“ sind: Edith L. (Esslingen), Ingeborg L. (Rheda-Wiedenbrück), Christiane F. (Kolitzheim), Irgard B. (Radevormwald) und Gertraude S. (Schweinfurt).

ANZEIGE

8-tägige Wohlfühl-Reise nach Karlsbad

Weltberühmtes Grandhotel PUPP

Diese luxuriöse 8-tägige Wohlfühl-Reise wird Sie begeistern: Im böhmischen Kurort Karlsbad residieren Sie im weltberühmten Grandhotel Pupp, wo schon der James-Bond-Film „Casino Royale“ gedreht wurde. Sie genießen u. a. Halbpension, bequeme An- und Abreise mit Haustürabholung (wahlweise Eigenanreise mit Abschlag), einen Ausflug nach Marienbad & Franzensbad und täglich freien Eintritt in das noble Spa!

Reisepreis ab € **799,-**

Info & Buchung 0800 33 33 444 statt ab € 899,- p.P.
Kostenfrei anrufen (Mo-Sa 8-20 Uhr) oder
online buchen unter www.lebenslust-touristik.de

Ihr Johanniter-Vorteil

Bei Buchung bis zum 29. November 2024

sparen Sie mit dem Aktions-Code:
JOHB291124

€ **100,-**



Inklusivleistungen

- 8-tägige Busreise nach Karlsbad in das Grandhotel Pupp
- Unser exklusiver Service: Haustürabholung und Haustürrückbringung (deutschlandweit, ausgeschlossen Inseln ohne Festlandanbindung)
- An- und Abreise im modernen, klimatisierten Fernreisebus mit Kofferservice und Drehkreuz-Umstieg (ggf. entfernungsabhängiger Aufpreis – siehe Tabelle „Reisetermine“) & 20 kg Freigepäck
- Je 1x Mittagsimbiss während der Hin- und Rückreise (nicht bei PLZ-Gebieten 92, 95, 96)
- 7 Übernachtungen im Grandhotel Pupp in Karlsbad
- Das Grandhotel Pupp verfügt u. a. über mehrere Bars und Restaurants, einen ca. 1.300 m² großen Spa-Bereich und das Pupp Casino Royal.
- Ihr Doppelzimmer vom Typ „Modern Room“ im Parkside-Flügel pro Woche: +149 € p. P. bei Doppelbelegung/ +599 € bei Einzelbelegung
- Das Grandhotel Pupp verfügt u. a. über mehrere Bars und Restaurants, einen ca. 1.300 m² großen Spa-Bereich und das Pupp Casino Royal.
- Ihr Doppelzimmer vom Typ „Modern Room“ im Parkside-Flügel pro Woche: +149 € p. P. bei Doppelbelegung/ +599 € bei Einzelbelegung
- Verlängerungswoche im Grandhotel Pupp mit Halbpension und kostenfreier Spa-Nutzung: +699 € pro Person im Doppelzimmer/+1099 € im Doppelzimmer zur Alleinbenutzung
- Täglich kostenfreie Nutzung des Spa-Bereichs mit Hallenbad, Medi-

- tationsbecken, Dampfbad, Saunen
- Ganztägiger Ausflug nach Karlsbad, Marienbad & Franzensbad mit deutschspr. Reiseleitung
- Deutschsprachige Lebenslust-Gästebetreuung im Hotel

Nicht inklusive: Kurtaxe von ca. 2 € p. P. / pro Tag (Stand 06/2024)

Wunscheleistungen

Doppelzimmer „Modern Room“ Parkside-Flügel zur Alleinbenutzung: +400 €
Nostalgisches Superior-Zimmer im Riverside-Flügel pro Woche: +149 € p. P. bei Doppelbelegung/ +599 € bei Einzelbelegung
Verlängerungswoche im Grandhotel Pupp mit Halbpension und kostenfreier Spa-Nutzung: +699 € pro Person im Doppelzimmer/+1099 € im Doppelzimmer zur Alleinbenutzung

Jetzt buchen und sparen!

Vor Ort buchbare Anwendungen:

1x Aroma-Massage	ca. 55 €
1x Kräuter-Bad	ca. 36 €
1x Sauerstoff-Therapie	ca. 34 €
1x Salzgrotten-Besuch	ca. 20 €

Als Spa-Royal-Paket bei
Sofort-Buchung statt 145 €
für nur **75 €**

Lebenslust Touristik GmbH

Reiseveranstalter für fördernde Mitglieder der Johanniter-Unfall-Hilfe e.V.



Reisetermine

PLZ- Gebiet*	Auf- preis	Jan. 25	Februar 25	März 25	April 25	Mai 25	Juni 25
0	30€	27.	3. 17.	3. 17. 31.	14. 28.	12. 26.	9.
1	50€	27.	3. 17.	3. 17. 31.	14. 28.	12. 26.	9.
2	50€	27.	3. 17.	3. 17. 31.	14. 28.	12. 26.	9.
3	30€	27.	3. 17.	3. 17. 31.	14. 28.	12. 26.	9.
4	50€	27.	3. 17.	3. 17. 31.	14. 28.	12. 26.	9.
5	50€	27.	3. 17.	3. 17. 31.	14. 28.	12. 26.	9.
6	30€	27.	3. 17.	3. 17. 31.	14. 28.	12. 26.	9.
7	30€	27.	3. 17.	3. 17. 31.	14. 28.	12. 26.	9.
8	30€	27.	3. 17.	3. 17. 31.	14. 28.	12. 26.	9.
9	0€	27.	3. 17.	3. 17. 31.	14. 28.	12. 26.	9.

Saisonzeiten	A	B	B	C	C	D	D	E	F	G	G
Saisonzuschläge	A=0€	B=50€	C=100€	D=150€	E=200€	F=250€	G=300€				

* Mit der 1. Stelle Ihrer Postleitzahl ermitteln Sie Reisetermine und entfernungsabhängigen Aufpreise in Ihrem PLZ-Gebiet.

Bei Eigenanreise alle PLZ: -50 € Abschlag statt PLZ-Aufpreis

Verantwortlicher Reiseveranstalter nach deutschem Reiserecht ist Lebenslust Touristik GmbH, Michaelkirchplatz 1-2, 10179 Berlin

Mit Erhalt der Reisebestätigung und des Reisepreis-Sicherungsscheins wird eine Anzahlung in Höhe von 25% des Reisepreises fällig. Die Restzahlung ist 30 Tage vor Abreise zu leisten. Alle Preise pro Person.

Weitere Informationen auch unter
www.lebenslust-touristik.de

Informationsgutschein



Ja, bitte übersenden Sie mir ausführliche Informationen über die Reise „Wohlfühl-Reise nach Karlsbad“ (JOHB291124)

Coupon einsenden an den Reiseveranstalter Lebenslust Touristik GmbH, Michaelkirchplatz 1-2, 10179 Berlin, Tel.: 0800 3333 444, Fax: 030 8800 13 078 info@lebenslust-touristik.de

Name	Telefon
Straße	PLZ/Ort

8-tägige Donau-Kreuzfahrt

Sehnsuchtsorte an der blauen Donau

Genießen Sie Donauzauber an Bord des 4*-Schiffes MS Fidelio: Bei dieser 8-tägigen Flusskreuzfahrt sind Vollpension mit GenussPlus, Lebenslust-Reiseleitung an Bord sowie An-/Abreise mit Haustürabholung (Eigenanreise gegen Abschlag auf Wunsch) bereits inklusive!

Reisepreis ab € 999,- statt ab € 1.199,- p.P.
Info & Buchung 0800 33 33 444
Kostenfrei anrufen (Mo-Sa 8-20 Uhr) oder online buchen unter www.lebenslust-touristik.de

Ihr Johanniter-Vorteil

Bei Buchung bis zum 28. November 2024 sparen Sie mit dem Aktions-Code: JOHB281124 € 200,-



Inklusivleistungen

- 8-tägige Erlebnisreise mit Donau-Kreuzfahrt Passau – Dürnstein – Wien – Budapest – Bratislava – Melk – Passau (Änderungen aus technischen/nautischen Gründen vorbehalten)
 - Unser Service: Haustürabholung und Haustürrückbringung (deutschlandweit, ausgeschlossen Inseln ohne Festlandanbindung)
 - An- und Abreise im Fernreisebus und Kofferservice bei Drehkreuz-Umstieg & Ein-/Aussschiffung (ggf. entfernungsabhängiger Aufpreis – siehe Tab. Reiseternine) & 20 kg Freigepäck
 - 7x Übernachtung auf der 4* MS Fidelio in einer Standard-Doppelkabine Hauptdeck achtern: Die ca. 14 m² große Kabine verfügt u. a. über DU/WC, Föhn, Doppelbett, Fenster (nicht zu öffnen), Safe, Sat-TV (Empfang standortabh.), und Klimaanlage (saisonal).
 - Ihr Flusskreuzfahrtschiff verfügt u. a. über Rezeption, Restaurant, Retro-Lounge-Bar, Lese-Salon, Shop, WLAN (gg. Gebühr/Empfang standortabh.), Sonnendeck mit bewirteter Terrasse, Liegestühlen und Swimmingpool (wetterabh.) & Fitnessraum (inkl.) und eine kleine Sauna (gg. Gebühr)
 - Vollpension mit GenussPlus an Bord: 7x Frühstück, 6x Mittagessen als 4-Gänge-Menü, 7x Abendessen als 4-Gänge-Menü, 7x Kuchen oder Late-Night-Snack (je nach Tagesprogramm), Kaffee/Tee von der Kaffeestation (07:00-23:00 Uhr) und Wasser zu den Hauptmahlzeiten
- Lebenslust-Reiseleitung an Bord

Wunschleistungen

Standard-Doppelkabine Hauptdeck achtern: +599 € bei Einzelbelegung
Standard-Doppelkabine Hauptdeck: +99 € p. P. bei Doppelbelegung / +797 € bei Einzelbelegung
Komfort-Doppelkabine Mitteldeck: +149 € p. P. bei Doppelbelegung / +897 € bei Einzelbelegung
Deluxe-Doppelkabine Oberdeck: +199 € p. P. bei Doppelbelegung / +997 € bei Einzelbelegung
All-Inclusive-Getränkpaket an Bord: +99 €

Jetzt buchen und sparen!
An Bord buchbare Landausflüge
„Dürnstein mit Weinprobe“ 40 €
„Kaiserliches Wien“ 50 €
„Herrliches Budapest“ 50 €
„Bezauberndes Bratislava“ 30 €
„Welterbe Kloster Melk“ 50 €

Als Ausflugspaket bei Sofort-Buchung statt 220 € für nur 169 €

Lebenslust Touristik GmbH
Reiseveranstalter für fördernde Mitglieder der Johanniter-Unfall-Hilfe e.V.



Reiseternine

PLZ-Gebiet*	Aufpreis	April 25	Mai 25	Juni 25	Juli 25	August 25	Oktober 25
0	50€	7. 21.	5.	23. 30.	7. 14.	4. 18.	13. 20.
1	100€	7. 21.	5.	23. 30.	7. 14.	4. 18.	13. 20.
2	100€	7. 21.	5.	23. 30.	7. 14.	4. 18.	13. 20.
3	50€	7. 21.	5.	23. 30.	7. 14.	4. 18.	13. 20.
4	100€	7. 21.	5.	23. 30.	7. 14.	4. 18.	13. 20.
5	100€	7. 21.	5.	23. 30.	7. 14.	4. 18.	13. 20.
6	50€	7. 21.	5.	23. 30.	7. 14.	4. 18.	13. 20.
7	50€	7. 21.	5.	23. 30.	7. 14.	4. 18.	13. 20.
8	50€	7. 21.	5.	23. 30.	7. 14.	4. 18.	13. 20.
9	0€	7. 21.	5.	23. 30.	7. 14.	4. 18.	13. 20.

Saisonzeiten B C D D D D D C C B A

Saisonzuschläge: A = 0€ B = 50€ C = 100€ D = 150€

* Mit der 1. Stelle Ihrer Postleitzahl ermitteln Sie die Reiseternine und entfernungsabhängigen Aufpreise in Ihrem Postleitzahlen-Gebiet.

Bei Eigenanreise alle PLZ: -100 € Abschlag statt PLZ-Aufpreis

Verantwortlicher Reiseveranstalter nach deutschem Reiserecht ist Lebenslust Touristik GmbH, Michaelkirchplatz 1-2, 10179 Berlin

Mit Erhalt der Reisebestätigung und des Reisepreis-Sicherungsscheins wird eine Anzahlung in Höhe von 25% des Reisepreises fällig. Die Restzahlung ist 30 Tage vor Abreise zu leisten. Alle Preise pro Person.

Weitere Informationen auch unter www.lebenslust-touristik.de

Informationsgutschein

Ja, bitte übersenden Sie mir ausführliche Informationen über die Reise „Sehnsuchtsorte an der blauen Donau“ (JOHB281124)

Coupon einsenden an den Reiseveranstalter Lebenslust Touristik GmbH, Michaelkirchplatz 1-2, 10179 Berlin, Tel.: 0800 3333 444, Fax: 030 8800 13 078 info@lebenslust-touristik.de

Name Telefon

Straße PLZ/Ort

JOH 3/2024

10-tägige Rundreise durch Nordspanien

Höhepunkte im grünen Nordspanien

Bilbao / León / Rioja / Pamplona / San Sebastián

Auf dieser einzigartigen 10-tägigen Rundreise voller Höhepunkte erleben Sie das Baskenland, Asturiens Berge, Kastiliens Königsstädte, den Jakobsweg, Rioja und vieles mehr. Dazu genießen Sie 4*-Komfort und Halbpension Plus mit Erlebnis-Gastronomie – Sie erwartet eine fantastische Reise!

Reisepreis ab € 1.599,- statt ab € 1.799,- p.P.
Info & Buchung 0800 33 33 444
Kostenfrei anrufen (Mo-Sa 8-20 Uhr) oder online buchen unter www.lebenslust-touristik.de

Reiseternine

	Aufpreis	März 25	April 25	Mai 25	Juni 25	Sept. 25	Okt. 25
München	0€	31.	9. 21. 30.	7. 21.	2. 13.	1. 29.	6. 15.
Berlin	55€	31.	9. 21. 30.	7. 21.	2. 13.	1. 29.	6. 15.
Hannover	55€	31.	9. 21. 30.	7. 21.	2. 13.	1. 29.	6. 15.
Stuttgart	55€	31.	9. 21. 30.	7. 21.	2. 13.	1. 29.	6. 15.
Köln-Bonn	55€	31.	9. 21. 30.	7. 21.	2. 13.	1. 29.	6. 15.
Dresden	55€	31.	9. 21. 30.	7. 21.	2. 13.	1. 29.	6. 15.
Düsseldorf	35€	31.	9. 21. 30.	7. 21.	2. 13.	1. 29.	6. 15.
Frankfurt	35€	31.	9. 21. 30.	7. 21.	2. 13.	1. 29.	6. 15.
Hamburg	55€	31.	9. 21. 30.	7. 21.	2. 13.	1. 29.	6. 15.
Bremen	55€	31.	9. 21. 30.	7. 21.	2. 13.	1. 29.	6. 15.
Leipzig	55€	31.	9. 21. 30.	7. 21.	2. 13.	1. 29.	6. 15.

Saisonzeiten A B C D E E D C E C B A

Saisonzuschläge: A = 0€ B = 50€ C = 100€ D = 150€ E = 200€

Zug zum Flug: An- und Abreise mit der Deutschen Bahn in der 2. Klasse: + 70 €

Verantwortlicher Reiseveranstalter nach deutschem Reiserecht ist Lebenslust Touristik GmbH, Michaelkirchplatz 1-2, 10179 Berlin

Informationsgutschein

Ja, bitte übersenden Sie mir ausführliche Informationen über die Reise „Höhepunkte im grünen Nordspanien“ (JOHB301124)

Coupon einsenden an den Reiseveranstalter Lebenslust Touristik GmbH, Michaelkirchplatz 1-2, 10179 Berlin, Tel.: 0800 3333 444, Fax: 030 8800 13 078 info@lebenslust-touristik.de

Name Telefon

Straße PLZ/Ort

JOH 3/2024

Lebenslust Touristik GmbH
Reiseveranstalter für fördernde Mitglieder der Johanniter-Unfall-Hilfe e.V.



Ihr Johanniter-Vorteil

Bei Buchung bis zum 30. November 2024 sparen Sie mit dem Aktions-Code: JOHB301124 € 200,-

Inklusivleistungen

- 10-tägige Erlebnisreise „Höhepunkte im grünen Nordspanien“
- Hin- und Rückflug nach/ab Bilbao mit Lufthansa, Eurowings o. a. und 20 kg Freigepäck
- 9x Übernachtung in 4*-Hotels:
 - 2x im 4* Ilunion San Mames in Bilbao
 - 2x im 4* Gran Hotel Pelayo in Covadonga
 - 1x im 4* Occidental León Alfonso V in León
 - 1x im 4* Silken Burgos Gran Teatro in Burgos
 - 1x im 4* Maisonnave in Pamplona
 - 2x im 4* Ilunion San Sebastián in San Sebastián
- Alle Hotels verfügen u. a. über Aufzug, Bar & Restaurant.
- Ihre Doppelzimmer verfügen u. a. über Bad o. DU/WC und WLAN.
- Halbpension Plus mit Erlebnis-Gastronomie: 9x Frühstück im Hotel, 1x 3-Gänge-Dinner im Hotel Ilunion San Mames, 1x 3-Gänge-Menü im Restaurant Amarena Bilbao, 2x 3-Gänge-Dinner im Gran Hotel Pelayo, 1x Cabrales-Käse-Verkostung, 1x Lunch in der Sidreria Tierra Astur in Gijón, 1x 3-Gänge-Menü mit Spezialitäten Kastiliens im Don Nuño in Burgos, 1x „Patas a la riojana“ im Weingut Villa Lucia, 1x Weinverkostung in der Bodega Campillo, 1x Pintxos-Mittagessen in Pamplona, 1x 3-Gänge-Menü im Nam in San Sebastián
- Komplettes Ausflugsprogramm mit: Besichtigung Bilbao & Schwefähre-Fahrt & Besuch Guggenheim-Museum, Baskenmützen-Museumsführung, Stadtbesichtigung Santillana del Mar, Museumsbesuch „Replica Altamira“, Ausflug zum Bergsee Enol de Covadonga & Marien-Grotten-Besichtigung, Besuch Ribadesella und den Bufones de Pria, Stadtrundfahrt Gijón, Altstadt-Rundgang Oviedo, Stadtbesichtigung León mit Basilika San Isidoro, Stadtbesichtigung Burgos mit Kathedrale, Besuch Laguardia, Filmvorführung im Weingut Villa Lucia & Besuch der Bodega Campillo, Spaziergang zur Brücke Puente la Reina, Stadtrundgang Pamplona, Standseilbahn-Fahrt auf den Monte Igeldo, Altstadt-Spaziergang San Sebastián, Besuch des Eisenbahnmuseums, ca. 45-min. Museumszugfahrt von Azeitia nach Lasao und zurück, Guernica-Rundgang, ca. 1-stündige Biskaya-Bootsfahrt zur Klosterinsel Gaztelugatxe (wetterabhängig)
- Alle Eintrittsgelder, Bahn- und Bootsfahrten
- Deutschsprachige Reiseleitung

Wunschleistung

Doppelzimmer zur Alleinbenutzung: +599 €

Weitere Informationen auch unter www.lebenslust-touristik.de

Mit Erhalt der Reisebestätigung und des Reisepreis-Sicherungsscheins wird eine Anzahlung in Höhe von 25% des Reisepreises fällig. Die Restzahlung ist 30 Tage vor Abreise zu leisten. Alle Preise pro Person.

Von Hamburg nach Rio de Janeiro

Weihnachten an Bord – Hamburg / Lissabon / Arrecife / Santa Cruz / Mindelo / Natal / Recife / Salvador da Bahia / Ilhéus / Rio de Janeiro

Kurz vor Weihnachten begrüßen wir Sie herzlich an Bord Ihrer MS Artania zu dieser wundervollen Kreuzfahrt Richtung Sonne. Von Hamburg kreuzt Ihr schwimmendes Urlaubshotel durch den Ärmelkanal in den Atlantik. In Lissabon heißt es Abschied vom europäischen Festland und Kurs auf die Kanarischen Inseln nehmen. Nach Besuchen auf den Kapverden beginnt eine echte Seereise über den Atlantik mit Ziel Brasilien, wo Sie sechs wunderschöne Ziele anlaufen, bevor diese Kreuzfahrt in Rio de Janeiro zu Ende geht.

Reisepreis

ab € 4.899,-

Zweibettkabine außen p. P., inkl. Vollpension, Tischweine, Säfte, Wasser bei den Hauptmahlzeiten



Informationsgutschein

Ja, bitte übersenden Sie mir ausführliche Informationen über die Reise „Von Hamburg nach Rio de Janeiro“ (ART363)

Coupon einsenden an den Reiseveranstalter Phoenix Reisen GmbH, Pfälzerstraße 14, 53111 Bonn, Tel. 0228 92 60 44 02, Fax 0228 92 60 99, see@PhoenixReisen.com

Name

Telefon

Straße

PLZ/Ort

Phoenix Reisen GmbH
Reiseveranstalter für fördernde Mitglieder der Johanniter-Unfall-Hilfe e.V.



Ihr Johanniter-Vorteil

- Begrüßungscocktail an Bord
- Johanniter-Reisebegleitung
- Busanreise nach Hamburg ab vielen deutschen Abfahrtsorten sowie Rückflug von Rio de Janeiro nach Frankfurt, München, Düsseldorf und Hamburg inklusive

2024/25	Hafen	an	ab
So 22.12.	Hamburg-Altona – Einschiffung von ca. 15 bis 17 Uhr ^{e)}	—	18:00
Mo 23.12.	Urlaub auf See		
Di 24.12.	Heiligabend auf See		
Mi 25.12.	1. Weihnachtstag auf See		
Do 26.12.	Kreuzen im Unterlauf des Tejo		
	Lissabon / Portugal	13:00	19:00
Fr 27.12.	Erholung auf See		
Sa 28.12.	Arrecife / Lanzarote / Spanien	13:00	20:00
So 29.12.	Santa Cruz de Tenerife / Teneriffa / Spanien	08:00	13:00
Mo 30.12.	Urlaub auf See		
Di 31.12.	Silvester in Mindelo		
	Mindelo / Insel São Vicente / Kapverdische Inseln	21:00	
Mi 01.01.	Mindelo / Insel São Vicente / Kapverdische Inseln		17:00
Do 02.01.	Praia / Insel Santiago / Kapverdische Inseln [®]	07:00	13:00
Fr 03.01.	Erholung auf See		
Sa 04.01.	Erholung auf See		
So 05.01.	Äquatorüberquerung		
Mo 06.01.	Natal / Brasilien	08:00	18:00
Di 07.01.	Recife / Brasilien	08:00	23:00
Mi 08.01.	Urlaub auf See		
Do 09.01.	Salvador da Bahia / Brasilien	08:00	20:00
Fr 10.01.	Ilhéus / Brasilien	08:00	17:00
Sa 11.01.	Erholung auf See		
So 12.01.	Búzios / Brasilien [®]	09:00	20:00
Mo 13.01.	Rio de Janeiro / Brasilien	08:00	
Di 14.01.	Rio de Janeiro / Brasilien		
	Rückflug nach Deutschland		

^{e)} Einschiffungszeit unter Vorbehalt. Die endgültigen Zeiten erhalten Sie mit Ihren Reiseunterlagen ca. 3 Wochen vor Reisebeginn.
[®] Schiff auf Reede, Ausbooten wetterabhängig

Verantwortlicher Reiseveranstalter nach deutschem Reiserecht ist Phoenix Reisen GmbH, Pfälzer Str. 14, 53111 Bonn

ANZEIGE

ANZEIGE

MS LADY DILETTA / 3- oder 5-tägige Schiffsreise

Zauberhafte Adventszeit am Rhein

Kleine Auszeit vor den Feiertagen

Wenn Sie sich im Advent nach einer Auszeit sehnen, kommen Sie einfach mit an Bord: Der Duft von gebrannten Mandeln, Lebkuchen und Tannengrün auf dem Weihnachtsmarkt am Kölner Dom und die festlich geschmückten Altstadtplätze von Koblenz lassen Sie den Alltagsstress schnell vergessen. Entspannt an die Reling gelehnt, fahren Sie den Romantischen Rhein entlang. Können Sie die Loreley schon entdecken? Zugegeben: Großartig sind die Weihnachtsmärkte alle! Doch welcher ist Ihr Favorit?

Reisepreis

ab € 199,- p.P.

für die 3-tägige Schiffsreise

Zweibettkabine Außen p. P. inkl. Vollverpflegung und Nachmittagskaffee und -tee mit Kuchen/Gebäck

Ihr Johanniter-Vorteil

- Getränkepaket Silber (Wert € 26,00 p.P./€ 52,00 p.P.)



Route 1: 03., 05., 07. und 19.12.2024 / je 3 Tage

Köln – Koblenz – Bonn – Köln
Reisepreis: ab €199,00 p.P. in Zweibettkabine Außen p.P. inkl. Vollverpflegung und Nachmittagskaffee und -tee mit Kuchen/Gebäck, Johanniter-Vorteil: Getränkepaket Silber(alkoholfrei) im Wert von €26,00 p.P.



Route 2: 15.-19.12.2024 / 5 Tage

Köln – Rudesheim – Frankfurt – Mainz – Bingen – Passage Romantischer Rhein mit Loreley – Koblenz – Köln
Reisepreis: ab €399,00 p.P. in Zweibettkabine Außen p.P. inkl. Vollverpflegung und Nachmittagskaffee und -tee mit Kuchen/Gebäck, Johanniter-Vorteil: Getränkepaket Silber(alkoholfrei) im Wert von €52,00 p.P.

Inklusivleistungen

- Advent-Schiffsreise in der gewählten Kabine/Kategorie
- Volle Verpflegung auf dem Schiff: Frühstück, Mittag- und Abendessen, Nachmittagskaffee und -tee mit Kuchen
- Kaffee- und Teestation
- Begrüßungsgetränk an Bord & festliches Galadinner
- Nutzung des Fitness-Bereichs
- Mobiles Audiosystem während der Ausflüge & Informationsmaterial für Ihre Reise
- PLANTOURS Kreuzfahrten-Reiseleitung
- Hafen- und Schleusengebühren

Plantours, eine Marke der plantours & Partner GmbH
Reiseveranstalter für fördernde Mitglieder der Johanniter-Unfall-Hilfe e.V.



MS LADY DILETTA – La Dolce Vita

Stolz präsentieren wir Ihnen unseren ersten eigenen Neubau im 4-Sterne-Plus Segment – MS LADY DILETTA. Sie setzt mit dem Namen die 100-jährige Firmengeschichte unserer Muttergesellschaft, der Ligabue Gruppe, fort: Diletta ist die im Jahr 2019 geborene jüngste Tochter von Inti Ligabue, Eigentümer der Ligabue Gruppe. Dieses elegante Flusskreuzfahrtschiff im gehobenen Stil bietet 173 Passagieren Platz für exklusive Reiseerlebnisse.

Kabinentyp	Route 1 Vorteilspreis p. P. in Euro	Route2 Vorteilspreis p. P. in Euro
Zweibett, außen	ab 199,-	ab 399,-
Zweibett, außen mit französischem Balkon	ab 299,-	ab 599,-
Einzelkabine	ab 399,-	ab 799,-

Verantwortlicher Reiseveranstalter nach deutschem Reiserecht ist Plantours, eine Marke der plantours & Partner GmbH, Holzdam 28-32, 20099 Hamburg
www.plantours-kreuzfahrten.de

Informationsgutschein

Ja, bitte übersenden Sie mir ausführliche Informationen über die Reise „Zauberhafte Adventszeit am Rhein“ (Advent 24)

Plantours, Holzdam 28-32, 20099 Hamburg, Tel. 040 239 3680 0, info@plantours-kreuzfahrten.de

Name

Telefon

Straße

PLZ/Ort

Unser Weißwein-Tipp für Genießer

ÜBER
50%
REDUZIERT!



ZWIESEL
GLAS

10 Flaschen + 2 Weingläser statt € 113,46 nur € **49⁹⁰**

VERSANDKOSTENFREI BESTELLEN: hawesko.de/johanniter



Vorteilsnummer
1113230

Sie erhalten 10 Fl. im Vorteilspaket mit 2 Gläsern der Serie PURE von Zwiesel Glas, gefertigt aus Tritan® Kristallglas, im Wert von € 19,90. Telefonische Bestellung unter 04122 50 44 55 mit Angabe der Vorteilsnummer (wie links angegeben). Versandkostenfrei innerhalb Deutschlands. Max. 3 Pakete pro Kunde und nur, solange der Vorrat reicht. Es handelt sich um Flaschen von 0,75 Liter Inhalt. Alkoholische Getränke werden nur an Personen ab dem vollendeten 18. Lebensjahr geliefert. Informationen zu Datenschutz finden Sie unter www.hawesko.de/datenschutz. Ihr Hanseatisches Wein- und Sekt-Kontor Hawesko GmbH, Geschäftsführer: Alex Kim, Nicolas Tantzen, Handelsregistereintrag: HRB 99024 Amtsgericht Hamburg, USt-Identifikationsnr: DE 25 00 25 694.

 **HAWESKO**
JEDER WEIN EIN ERLEBNIS