

Juni 2024

# Johanniter

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

Mit Ihrer  
Regionalbeilage

## Immer auf Augenhöhe.

In den schulischen Ganztagsangeboten der Johanniter wird gemeinsam gelebt, gelernt und gelacht.



**Im Freien**  
Mit Outdoor-Erste-Hilfe gut vorbereitet

**In Zukunft**  
Menschen fit für den Klimawandel machen

Damit Zuhause  
Zuhause bleibt.



Jetzt bis zu  
**4.000 €**  
**Zuschuss\***  
sichern

\*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.



Rufen Sie uns gebührenfrei an, auch samstags und sonntags.

**0800 20 33 135**

Der Treppenlift von Deutschlands Nr. 1 [www.lifta.de](http://www.lifta.de)

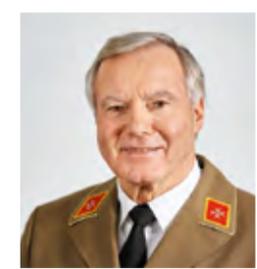
# Vorwort

Liebe Freundinnen und Freunde der Johanniter,

wenn Ihre Kinder aus dem Haus und mittlerweile selbst Eltern sind, dann kennen Sie vielleicht das Problem: Zwei Berufstätige haben mit viel Unterstützung von Großeltern und Freunden das Kind erfolgreich bis ins Grundschulalter gebracht und stehen vor einer großen Betreuungslücke am Nachmittag. Einfach, weil es die passenden Angebote für dieses Alter nicht gibt. In zwei Jahren soll es dafür einen gesetzlichen Anspruch geben. Wir Johanniter sind in diesem Bereich mancherorts schon seit mehr als 20 Jahren aktiv: Wir begleiten, fördern und sind mit unseren Ganztagsangeboten Schulen ein hochwertiger und zuverlässiger Partner. Wie es künftig an noch mehr Bildungseinrichtungen aussehen könnte, zeigen wir Ihnen in unserer Titelgeschichte.

Draußen das Leben aktiv zu genießen – und sich trotzdem sicher zu fühlen, das gehört auch für mich zu den Freuden des Sommers. Als Jäger bin ich viel alleine unterwegs. Meine Frau legt dann größten Wert darauf, dass ich mein Mobiltelefon dabei habe. Wie man auch ohne viel Technik und mit einfachen Handgriffen bei einem Notfall handlungsfähig bleibt, das kann man bei unseren Outdoor-Erste-Hilfe-Kursen lernen. Auch darüber mehr in diesem Heft.

Ihnen wünsche ich einen schönen Sommer – und uns allen spannende Spiele bei der Fußball-EM im eigenen Land und auch bei Olympia in Frankreich!



Ihr  
*Volker Bescht*  
**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 9. Juli. Die nächste Ausgabe wird am 30. August 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. Eine Teilaufgabe enthält eine Beilage der Gockle OHG.

## Themen



**10/**  
Selbst ist der Mann – und die Frau: Mit Outdoor-Erste-Hilfe zeigen die Johanniter, worauf es im Notfall ankommt.



**14/**  
Den Herausforderungen des Klimawandels aktiv begegnen: Die Johanniter unterstützen die Menschen in Kambodscha.

**In Aktion**  
Ganztagsangebote – Immer auf Augenhöhe **04**  
Erste Hilfe – Wissen macht Mut **10**  
Kambodscha – Angepasst besser leben **14**

**In Kürze**  
Namen und Nachrichten **15**

**Fürs Leben**  
Gesundheit & Sicherheit **16**  
Service: Die Hilfe um die Ecke nutzen **18**

**Unter Freunden**  
Lesertelefon **20**  
Im Porträt – Die Sprache ist der Schlüssel **21**  
Leserstimmen **22**  
Denkanstoß – Wie gut war sie, die alte Zeit? **23**

**Zum Schluss**  
Augenklick **25**  
Drei Fragen an Julian Gilsdorf und Rätselspaß **26**



[www.blauer-engel.de/uz195](http://www.blauer-engel.de/uz195)  
Dieses Druckerzeugnis ist mit dem Blauen Engel zertifiziert!



**Johanniter-Mitgliedertelefon**  
**0800 32 33 900**  
(kostenlos)

Ganztagsangebote  
**Immer auf  
Augenhöhe.**

Foto: Nikolaus Brade



Mit dem Ausbau ihrer Ganztagsangebote sorgen die Johanniter ganzheitlich und facettenreich für Betreuungs- und Bildungsangebote. So wie im „Zauberhut“ in Eutin, wo gemeinsam gelernt, gewerkelt, gespielt und gepflanzt wird.

Es braucht ein ganzes Dorf, um ein Kind großzuziehen – so ein altes Sprichwort. Doch was, wenn es dieses Dorf so nicht mehr gibt? Hohe Jobanforderungen, familienunfreundliche Arbeitszeiten, die Großeltern oft nicht mehr im selben Ort: Nicht nur im städtischen Umfeld wächst der Bedarf, die Kinder auch nach dem Unterricht noch in guten Händen zu wissen. Zuletzt haben auch viele Corona-Studien belegt, wie wichtig für Kinder der Kontakt zu Gleichaltrigen ist und dass sie ihre Freizeit besser nicht nur allein zu Hause verbringen sollten.

Von August 2026 an haben alle Kinder der ersten Klassenstufe einen Rechtsanspruch auf ganztägige Bildung und Betreuung. Für einige Bundesländer bedeutet dies kaum eine Herausforderung – gerade in den neuen Bundesländern war die Ganztagsbetreuung mit Hort nach der Grundschule völlig normal. Zum Teil haben sich dort die Strukturen erhalten. Doch viele der alten Bundesländer haben Nachholbedarf und bauen ihr Angebot offener Ganztagschulen erst jetzt langsam aus. Schulen brauchen hier vertrauensvolle Kooperationspartner – wie die Johanniter.

„Wir sind als Träger von offenen Ganztagsangeboten schon für viele Schulen aktiv“, erklärt Julia Fischer, Referentin Kinder- und Jugendhilfe in der Bundesgeschäftsstelle der Johanniter. „Uns zeichnet vor allem unser Qualitätsstandard aus: Wir verstehen das Bildungsangebot auch am Nachmittag ganzheitlich, setzen nicht nur auf Betreuung, sondern auf Förderung. Uns ist auch die Kommunikation auf Augenhöhe wichtig, nicht nur von Erziehenden und Kindern, sondern auch zwischen Schule und unseren Mitarbeitenden.“ Dazu gehört ein regelmäßiger Wissenstransfer: „Unsere pädago-



Täglich wechselnde Nachmittagsangebote gehören im „Zauberhut“ dazu. Ebenso wie ein fairer Umgang miteinander.

gische Grundhaltung stellt die jungen Menschen in den Fokus, wir wollen durch unsere Angebote Chancengleichheit schaffen, Begabungen und Bedarfe erkennen. Dazu braucht es den intensiven Austausch mit den Lehrkräften – schließlich sind es dieselben Kinder, die sie vormittags und wir nachmittags erleben“, so Julia Fischer.

**Immer in Kontakt** / Im „Zauberhut“ in Eutin, einem ganztägigen Bildungs- und Betreuungsangebot der Johanniter im Regionalverband Schleswig-Holstein Süd/Ost, werden diese Prinzipien täglich in die Tat umgesetzt. Angegliedert an die Gustav-Peters-Schule finden hier 356 Kinder auf dem großzügigen Schulgelände Raum, um zu lernen und zu wachsen. „Der stetige Kontakt mit den Lehrenden ist uns wichtig: Einmal pro Woche tauschen wir uns mit der Schulleitung aus. Wir nehmen an den Lehrkräftekonferenzen teil, betreiben als gemeinsames Projekt den Schulgarten und sind auch mal vormittags dabei“, sagt Irina Lüth, Leitung des Ganztagsangebots „Zauberhut“.

Gerade diese unterrichtsbegleitende Betreuung würden sie und ihre insgesamt 35 Mitarbeitenden gern ausbauen. „Wir haben an der Schule eine tolle Lehrküche und die Lehrkräfte wünschen sich einen Hauswirtschaftsunterricht – das wäre ein großarti-

Hausaufgaben? Müssen zwar sein, mit empathischer Unterstützung machen die sich aber fast wie von allein.



„Die festen Strukturen, die wir hier bieten, sind besonders wichtig. Und die Möglichkeit, auch mal über das Zuhause zu sprechen.“

Nora Riemichen, Erzieherin

ges Angebot.“ Allerdings stehen ihr dazu die verfügbaren Arbeitszeiten im Wege. „Leider haben wir vor allem Halbtagskräfte – da kommt der Vormittag zu kurz“, erklärt sie. Umso mehr passiert am Nachmittag: „Natürlich gibt es eine Hausaufgaben-Betreuung. Unsere Mitarbeitenden engagieren sich in eigener Initiative aber auch in Projekten wie der Werk-, Garten- oder Back-AG“, so Irina Lüth.

Dieses Engagement weiß auch Oliver Martins, Leiter der Gustav-Peters-Schule, zu schätzen. Seit fast fünf Jahren bringt er in Eutin gleich drei Standorte mit insgesamt 650 Schülerinnen und Schülern unter einen Hut: neben dem Haupthaus in der „Blauen Lehmkuhle“ auch die Außenstellen „Am See“ und „Fissau“, eine ehemalige Dorfschule. Allein, dass die Johanniter als großer Verband für alle drei Orte die Ganztagsbetreuung übernommen haben, ist für ihn ein logistischer Vorteil: „Wie wichtig ein Hand-in-

Hand von Schule und Träger des Ganztagsangebotes ist, sehen wir ganz praktisch bei der aktuellen Planung unseres Neubaus des Schulgebäudes ‚Am See‘. Wir überlegen gemeinsam die Bedarfe für beide Hälften des Schultages.“

**Platz da!** / Denn tatsächlich ist die zentrale Herausforderung im „Zauberhut“ wie vielerorts die Raumnot. Trotz eines gut angelegten Konzeptes gibt es mittlerweile zu wenig Platz für die Anzahl der jungen Menschen, die das ganztägige Bildungs- und Betreuungsangebot besuchen. Eutin wächst, mehrere Wohnviertel sind bereits geplant, das Einzugsgebiet der Schule ist groß und jedes Jahr sieht sich Schulleiter Oliver Martins mit mehr Einschulungsanfragen konfrontiert. „Und das bedeutet auch eine stetig wachsende Zahl von Kindern, die zu uns in die Ganztagsbetreuung kommen wollen“, erklärt Irina Lüth. Hier hilft erneut die Kooperation: „Für die Hausaufgabenbetreuung nutzen wir die Schulräume – ergibt ja keinen Sinn, wenn die den halben Tag leer stehen.“

Geleitet wird die Hausaufgabenstunde etwa von Nora Riemichen. Die gelernte Erzieherin studiert vormittags Pädagogik in Kiel und begleitet Kinder im Ganztag. „Die festen Strukturen, die wir hier bieten, sind besonders wichtig. Und die Möglichkeit, auch

Immer dienstags steht das Angebot der „Blaulichtzwerge“ auf dem Programm. Hier lernen schon die Kleinsten, wie man anderen helfen kann.



Foto: Nikolaus Brade

mal über das Zuhause zu sprechen“, erklärt sie. Wie sie das meint, zeigt sich schnell. Der zehnjährige Juri\* – begeisterter Handballer und „Minecraft“-Spieler – erzählt schnell von den drei Wohnungen, zwischen denen er pendelt: Großeltern, Papa, Mama. Und auch die elfjährige Marie\* lächelt fröhlich: „Hier kann ich mit meinen Freunden Fußball spielen und die Erzieher sind alle freundlich.“

**Helfen lernen** / Doch den ganzen Tag im immer gleichen Raum, das tut keinem gut. Und so finden zum Beispiel die „Blaulichtzwerge“ in den Räumen des „Zauberhutes“ statt. Die Erste-Hilfe-Kurse für Kinder sind ein Highlight der Ganztagsbetreuung und wurden im Regionalverband entwickelt. Spielerisch in Form einer Reise zeigen Johanniter wie Beate Edler den Kindern die wichtigsten Verhaltensweisen bei Verletzungen und Unfällen. Die gelernte Verkäuferin wollte sich beruflich verändern und erinnerte sich an ihren Berufswunsch Kinderkrankenschwester. So ist sie als Quereinsteigerin bei den Johannitern gestartet und hat nun viel Freude daran, mit den Kindern zu arbeiten. „In den Kursen lernen die Kinder auch, auf andere zu schauen, sich zu kümmern“, erklärt die 59-Jährige. Später sind sie mit einer Sanitätstasche in der Schule unterwegs und als Ersthelfende hochgeachtet. Der Kurs endet mit einer Prüfung und einem Besuch der Rettungswache. Ein Höhepunkt für die Kinder – auch so kann man dem Fachkräftemangel im Sanitätsdienst entgegenwirken.

Mit dem sieht sich aber auch die Leitung des „Zauberhuts“ konfrontiert. Der Mangel an ausgebildeten Fachkräften zeigt sich auch in Eutin. Der Dienst ist dringend auf Quereinsteigerinnen wie Beate Edler angewiesen. Gleichzeitig würde die Teamleitung ihre Mitarbeitenden auch gern weiterqualifizieren: „Wir wünschen uns gezielte Fortbildungen für unsere Arbeit im Ganzttag. Viele Angebote sind allein für den Kita-Kontext konzipiert und daher auch nur dort gut anwendbar“, sagt Claudia Lejeune, stellvertretende Leitung des „Zauberhuts“ und für den Standort „Am See“ zuständig. Was fehlt, ist ein Fortbildungsangebot, das direkt in den Praxisalltag eingebaut werden kann und auf die Altersgruppe von Kindern an Grundschulen zugeschnitten ist.

Aktuell werde auf Ministerien-Ebene an einem Curriculum für eine pädagogische Basisqualifikation für nicht pädagogische Mitarbeitende im Ganzttag gearbeitet, weiß Julia Fischer. Wie und wann diese zur Verfügung steht, ist bisher nicht absehbar. Denn alles rund um Bildung ist sogenannte Ländersache – Entscheidungen und Bundesgesetze wie der ab 2026 gültige Rechtsanspruch auf ganztägige Bildung und Betreuung geben nur grobe Rahmen, welche die einzelnen Bundesländer dann ausgestalten. Bleibt zu hoffen, dass dies möglichst an vielen Schulen so gut gelingen kann wie an der Eutiner Ganzttagsschule. /Peter Altmann

\* Namen von der Redaktion geändert.



### Die Hort- und Ganztagsangebote der Johanniter

Formelles und informelles Lernen gut miteinander zu verbinden: Das ist das Ziel der Hort- und Ganztagsangebote der Johanniter. Mit unserer langjährigen Erfahrung in der Kinder- und Jugendhilfe tun wir das schon an 120 Orten in Deutschland.

[www.johanniter.de/ganztag](http://www.johanniter.de/ganztag)



**JOHANNITER**



# Willkommen im Team!



## Ein Ehrenamt bei den Johannitern

Ob im Sanitätsdienst, im Katastrophenschutz, beim Besuchsdienst für ältere Menschen oder in der Integrations- oder Jugendarbeit: Ohne das Engagement unserer 50.000 Ehrenamtlichen wäre die Arbeit der Johanniter-Unfall-Hilfe nicht möglich.

Werden auch Sie Teil einer lebendigen Gemeinschaft von Gleichgesinnten! Informieren Sie sich, wenn Sie Mitmenschen helfen und den Sinn des Einsatzes direkt erleben wollen – durch ein Lächeln, einen Blick oder ein Dankeschön.



Weitere Infos unter:  
[www.johanniter.de/ehrenamt](http://www.johanniter.de/ehrenamt)  
Service-Telefon: 0800 32 33 800



Erste Hilfe  
**Wissen  
 macht Mut.**

**In ihren Outdoor-Erste-Hilfe-Kursen zeigen die Johanniter, was zu tun ist, wenn man in Notlagen auf sich selbst gestellt ist. Das reicht vom Umgang mit Karte und Kompass über das Einmaleins der Wundversorgung bis zum Transport Verletzter in unwegsamem Gelände.**

„Was tun, wenn kein Arzt kommt?“ Udo weiß genau, was er lernen will. Wenn er mit anderen aus seiner Wandergruppe durch den Pfälzer Wald marschiert, sich jemand das Bein verdreht oder es in abgelegener Umgebung zu Notfällen kommt – dann will Udo vorbereitet sein und handeln können. Und Anette sagt: „Ich muss wissen, was ich im Ernstfall im Wald tun kann, da hängt kein Defibrillator am nächsten Baum.“ Die wichtigsten Maßnahmen

der Ersten Hilfe auffrischen und Wissen abrufen können, darum geht es.

**Gleich geht's raus /** 14 Personen sitzen an diesem sonnigen Frühlingstag im Schulungsraum in Mannheim-Friedrichsfeld. Der Spezialkurs „Erste Hilfe Outdoor“ des Regionalverbandes Baden ist ausgebucht – durch eine Gruppe passionierter Wanderfreunde, die regelmäßig zusammen unterwegs ist. Einige der Anwesenden sind während der Saison auch noch mit Motorrädern auf der Straße. Aber egal, in welcher Situation ein Notfall eintritt: Mit geschultem Blick, mit einfachsten Hilfsmitteln und kühlem Kopf kann jeder Erste Hilfe leisten und möglicherweise Leben retten, machen die beiden Johanniter Dunja Seifert und Horst Seibert klar.

Fotos: Saskia Rosebrock



Wo bin ich eigentlich? Orientierung kann nicht schaden, dachte sich Horst Seibert und hat seinen Kurs mit praktischen Inhalten angereichert.

Die Besonderheit heute: Das Training bei den Johannitern findet draußen statt, im nahe gelegenen Dossenwald im Südosten Mannheims. Vor Ort und in unbekanntem Gelände. „Draußen in der Natur lernt man am besten, wie jeder mit den einfachsten Mitteln in Notfallsituationen sinnvoll handeln kann“, kündigt Kursleiter Horst Seibert beim einstündigen Indoor-Auftakt an, bevor es für den von ihm mit besonderen Inhalten angereicherten Spezialkurs nach draußen geht.

Die erste Lektion: Egal ob beim Mountainbiken, Wandern, Bergsteigen oder Kanufahren – gut gerüstet ist, wer nicht nur an funktionale Kleidung, Wasserflasche und Nahrung denkt. Sondern auch an eine Karte, einen simplen Kompass, ein paar leichte Seile oder Schnüre sowie eine Wärmedecke, wie sie jedem Verbandskasten beiliegt und die kaum etwas wiegt. Damit ausgerüstet, so der Experte, komme man im Ernstfall schon ziemlich weit.

**Gar nicht verpeilt /** Heiter und gelöst geht es zu, als es um die Orientierung geht: Wo befindet sich die Gruppe und wie bestimme ich eine Position? Kein Hexenwerk für den, der grundlegende Geometriekenntnisse hat, die vier Himmelsrichtungen kennt und sich auch nach Sonne und Uhrzeit orientieren kann. Einen markanten Punkt wie Kirchturm, Tunnel oder Gebäude anpeilen, dann klappt es auch mit der Orientierung in fremder Umgebung. „Für mich war das Peilen total wertvoll“, sagt Teilnehmerin

Karen am Ende des Tages. „Wie oft habe ich mich verlaufen, das passiert mir künftig bestimmt nicht mehr.“ Lektion gelernt.

Einen ähnlichen Wow-Effekt erzielt die Übung, bei der mit einfachsten Seilen, ein paar Stoffstreifen und fünf, sechs verschiedenen Knoten eine sinnvolle Befestigung improvisiert werden kann: wenn bei einem Verletzten etwas fixiert, eine Leine im Gelände gespannt werden soll oder mit wenigen Mitteln eine stabile Transporttrage gebaut werden muss. „Die Knoten zu kennen, ist hilfreich. Niemand muss einen Segelschein haben, um mit wenigen Handgriffen eine geeignete Lösung für die Situation zu finden.“ Es geht also weniger um richtig oder falsch, sondern darum, im Notfall zielgerichtet helfen zu können.

**Orientierung schafft Sicherheit /** Dazu gehört ein wenig Grundwissen, was und in welcher Reihenfolge zu tun ist, falls eine Person hilflos im Wald oder in unwegsamem Gelände aufgefunden wird. „Es ist vor allem eine Frage der Wahrnehmung“, sagt JUH-Mitarbeiterin Dunja Seifert. „Es gibt ja mitunter nur wenig Anhaltspunkte, was passiert ist und auch, wie es der Person geht.“ Hier helfen Routinen: Situation erkennen, Gefahren für einen selbst einschätzen, Eigen- und Fremdschutz prüfen. Dann gilt es, sich bemerkbar zu machen und gegebenenfalls weitere Personen für die Erste Hilfe zu finden, einen Notruf abzusetzen, sofern die Verletzungen lebensbedrohlich sind, und vor Ort Erste Hilfe zu



Kleine Knotenkunde: Horst Seibert zeigt, wie man es richtig macht, damit es auch hält.

leisten. „Jede Situation ist anders, aber wer die wichtigsten Regeln beherrscht, kann nichts verkehrt machen.“

Einige, die in Mannheim beim Outdoor-Erste-Hilfe-Kurs dabei sind, wissen das nur zu gut. Es war ein prägendes Erlebnis, das sie bis heute beschäftigt. Sie waren vor ein paar Jahren auf einer gemeinsamen Wanderung unterwegs, als einer aus ihrer Gruppe mitten im Wald zusammenbrach und die Gruppe reagieren musste. Einige besser, andere hilflos, erinnert sich Daniela. „Da lief das volle Programm ab: Wiederbelebungsmaßnahmen vor Ort, eine Notfallmeldung absetzen, auf den Rettungshubschrauber warten.“ Nur um dann zu erleben, dass jede Hilfe zu spät kam. Daniela hat an diesem Vorfall bis heute zu knabbern. „Der Notarzt hat uns am Ende versichert, dass wir alles Notwendige getan hatten“, sagt sie, aber ganz überzeugt ist sie bis heute nicht, weshalb sie für ihre Wandergruppe die Teilnahme an dem Kurs angestoßen hat: „Ich habe mir seitdem vorgenommen, einmal im Jahr mein Erste-Hilfe-Wissen aufzufrischen. Deshalb bin ich hier.“

**Superpraktisch** / Viel praktisches Wissen bündeln Dunja Seifert und Horst Seibert an diesem Tag: Wie man einen Körper vor Un-

## „Ich kenne jetzt viele praktische Hilfsmittel, die ich vor Ort finden und nutzen kann.“

Kursteilnehmerin Karen

terkühlung oder gegen Hitzschlag schützt, dass man verpflichtet ist, Menschen in einer Notsituation zu helfen, sich aber selbst nicht in Gefahr bringen darf, also Eigensicherung vorgeht. Wie man seinen eigenen Standort in unbekanntem Gelände bestimmt, dass zwei Jacken, zwei stabile Äste und ein paar Stoffstreifen reichen, um eine halbwegs funktionierende Transporttrage zu bauen. Und auch, dass in jeder guten Wanderkarte die in der Nähe befindlichen Rettungspunkte eingezeichnet sind, wo die Notfallrettung halten kann, wenn es keine direkte Zufahrt zum Unfallort gibt.

Kurzum: viel Alltagswissen, das immer gebraucht wird. Karen etwa weiß „einen Hitzschlag von einem Sonnenstich unterscheiden zu können und was der Person dann auch wirklich hilft“. Sie ist nun gerüstet, für eine Fahrradtour ebenso wie für die Wandergruppe. „Ich kenne jetzt viele praktische Hilfsmittel, die ich vor Ort finden und nutzen kann.“ Und ihr sei klar geworden, dass sie „nicht in Panik geraten muss. Denn das ist bei Erster Hilfe ja nicht Sinn der Sache.“ / Ina Krauß



### Kurse für alle Fälle

Vom Spezialisten-Programm bis zum gängigen Kurs für Führerscheinanwärter: Auf unserer Internetseite finden Sie nach Eingabe des Zeitraums und Ihrer Postleitzahl das passende Angebot auch bei Ihnen um die Ecke: [www.johanniter.de/ersthilfe](http://www.johanniter.de/ersthilfe)



**Weitere Rassen auf [www.bradford.de](http://www.bradford.de)**

# Mein treuer Gefährte

Schmuck-Anhänger für Hundeliebhaber

Kostbare Silberplattierung  
Von Hand koloriert in farbenfroher Emaille  
Echte Kristalle

**Yorkie**

Bolonka Zwetna (Bichon)

Jack Russell

Shih Tzu

Schwarzer Labrador

Border Collie

Westie

Chihuahua

Sheltie

King Charles Spaniel

Zwergspitz

Golden Retriever

Dackel

Beagle

Mops

Pudel

Französische Bulldogge

Deutscher Schäferhund

Abbildung vergrößert  
Höhe Anhänger: 2,5 cm  
Länge Halskette: 45,7 cm

Artikelpreis: € 69,90 je Anhänger (zahlbar auch in 2 Monatsraten zu je € 34,95) zzgl. € 8,95 Versand



Feine Gravur auf der Rückseite (Abbildung in Originalgröße)

Seit Ihr geliebter Hund als kleiner Welpen zu Ihnen kam, ist er Ihnen ein treuer Gefährte. Von einem Haustier ist er zu einem echten Familienmitglied geworden, das Sie bis zum Mond und wieder zurück lieben. Feiern Sie nun das Band der Liebe, das Sie mit Ihrem Hund verbindet, mit einem speziell auf Ihre Hunderasse maßgeschneiderten Anhänger!

Der Anhänger ist in Form eines Halbmondes gestaltet und meisterlich von Hand gefertigt. Auf dem Halbmond schimmert ein Pavé aus echten Kristallen, während die kostbare Silberplattierung für noch mehr Glanz sorgt. Süß und anmutig thront in der Mitte des Mondes Ihr über alles geliebter Yorkie, Dackel, Mops, Jack Russell. Wählen Sie aus 18 verschiedenen Hunderassen ganz einfach Ihren Liebling aus! Alle Hunde sind mit Emaille beschichtet und von Hand koloriert. Auf der Rückseite steht die feine Gravur „Ich liebe meinen (der Name der gewählten Hunderasse) bis zum Mond und wieder zurück“ (in englischer Sprache).

### Exklusiv bei The Bradford Exchange

Der Anhänger erscheint exklusiv bei The Bradford Exchange und ist nicht im Handel erhältlich. Sie erhalten Ihr Schmuckstück in einem edlen Schmuckbeutel inklusive Präsentbox, ideal zum Aufbewahren und Verschenken. **Tragen Sie Ihren geliebten Hund ganz nah am Herzen und bestellen Sie Ihren Anhänger „Mein treuer Gefährte“ am besten noch heute!**



Bestellen Sie Online unter:  
**[www.bradford.de/109162](http://www.bradford.de/109162)**

**Bitte einsenden an: The Bradford Exchange Ltd.**  
Johann-Friedrich-Böttger-Str. 1-3 • 63317 Rödermark • [kundenbetreuung@bradford.de](mailto:kundenbetreuung@bradford.de)  
Telefon: **060 74 / 916 916**  
Österreich: Senderstr. 10 • A-6960 Wolfurt/V • Schweiz: Inwilriedstrasse 61 • CH-6340 Baar

Das Angebot ist limitiert – Reservieren Sie noch heute!

**PERSÖNLICHE REFERENZ-NR.: 109162**  
Mit 120-TAGE-Rückgabe-Garantie

**Zeitlich begrenztes Angebot:** Antworten Sie bis zum **22. Juli 2024**

**Ja**, ich reserviere den Anhänger „Mein treuer Gefährte“ mit der Hunderasse:

<input type="checkbox"/> Yorkie	<input type="checkbox"/> Westie	<input type="checkbox"/> Dackel
<input type="checkbox"/> Bichon	<input type="checkbox"/> Chihuahua	<input type="checkbox"/> Beagle
<input type="checkbox"/> Jack Russell	<input type="checkbox"/> Sheltie	<input type="checkbox"/> Mops
<input type="checkbox"/> Shih Tzu	<input type="checkbox"/> King Charles Spaniel	<input type="checkbox"/> Pudel
<input type="checkbox"/> Schwarzer Labrador	<input type="checkbox"/> Zwergspitz	<input type="checkbox"/> Franz. Bulldogge
<input type="checkbox"/> Border Collie	<input type="checkbox"/> Golden Retriever	<input type="checkbox"/> Dt. Schäferhund

**Bitte gewünschte Zahlungsart ankreuzen (X):**

Ich zahle den Gesamtbetrag nach Erhalt der Rechnung  
 Ich zahle in zwei bequemen Monatsraten

Name/Vorname Bitte in Druckbuchstaben ausfüllen

---

Straße/Nummer

---

PLZ/Ort

---

Geburtsdatum E-Mail (nur für Bestellabwicklung)

---

**X** Unterschrift Telefon (nur für Rückfragen)

**Datenschutz:** Detaillierte Informationen zum Datenschutz finden Sie unter [www.bradford.de/datenschutz](http://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.



Foto: Ly Techheang

# Kambodscha Angepasst besser leben.

**Dürre, Schädlingsbefall, Überschwemmungen: Die Menschen in Kambodscha sehen sich vielerorts mit den Auswirkungen des Klimawandels konfrontiert. Die Johanniter-Auslandshilfe und ihre Partner stärken Betroffene.**

80 Prozent der Bevölkerung Kambodschas bestreiten ihren Lebensunterhalt ausschließlich durch Landwirtschaft – und sind damit direkt von Extremwetterlagen betroffen. Um die Existenzgrundlage der Menschen zu sichern, nehmen die Johanniter gemeinsam mit ihren Partnern kleinbäuerliche Familien mit kleinen Kindern, Familienmitglieder mit chronischen Krankheiten, ältere Menschen oder alleinerziehende Mütter besonders in den Blick. Landesweit führen sie verschiedene Projekte durch, um vor allem Bauern widerstandsfähiger gegen den Klimawandel zu machen.

**Neue Methoden, neue Früchte** / Neben Solaranlagen und der Installation von Biogasanlagen zur Stromerzeugung werden Grundlagen zu Anbaumethoden vermittelt, die an den Klimawandel angepasst sind. Davon profitiert jetzt auch die 74-jährige Sat Ouch aus der Provinz Kampong Speu. Sie ist eine von knapp 900.000 Menschen in der 40 km westlich der kambodschanischen Hauptstadt Phnom Penh gelegenen Region, in der mehr als die Hälfte der Menschen mit weniger als einem Dollar pro Tag auskommen müssen. Weil schwere Dürren in den vergangenen Jahren die Ernteerträge drastisch reduziert haben, leiden viele Kinder an Mangel- und Unterernährung. Betroffen davon war auch Sat Ouchs Enkelin, die wegen Wachstumsstörungen bereits medizinisch behandelt werden musste.

Gemeinsam mit der lokalen Partnerorganisation Bandos Komar haben die Johanniter deshalb in

Kampong Speu ein Projekt gestartet, um dort die Ernährungslage der Bevölkerung zu verbessern. So wurden die Bauern beispielsweise im Anbau neuer, resistenter Gemüsesorten geschult. Diese ermöglichen gesteigerte Erträge und sorgen für Vielfalt in der Ernährung. Auch Werkzeuge und neues Saatgut erhielten die Bauernfamilien. Denn bisher wurden vor allem traditionell Reis und das Wurzelgemüse Maniok angebaut. „Besonders der Reisanbau benötigt sehr viel Wasser, das gibt es einfach nicht mehr in dem Maße“, sagt Borany Huon, Johanniter-Landesbüroleiterin in Kambodscha.

Sat Ouch baut jetzt Amarant als Alternative zu Reis an. Das nährstoffreiche Getreide braucht nicht so viel Wasser und ist innerhalb von drei Monaten erntereif. Auch Bauer Soeung hat dank der Johanniter und deren Partnern neue Techniken erlernt. Auf sein Feld kommen jetzt Rettich und Spinat. „Durch die neuen Anbaumethoden kann ich meine Familie ernähren und habe genug Ernte, um auch etwas auf dem Markt zu verkaufen. Das macht mich sehr glücklich“, sagt Soeung. / *Sandra Lorenz*



## Spenden Sie!

Unterstützen Sie die Arbeit der Johanniter in Kambodscha.

**Spendenkonto**  
Bank für Sozialwirtschaft  
IBAN DE94 3702 0500 0433 0433 00  
Stichwort: Kambodscha

[www.johanniter.de/kambodscha](http://www.johanniter.de/kambodscha)



## Namen & Nachrichten

### Fachfrau für Katastrophenvorsorge

**Gremium** / Bei dem vom Bund eingerichteten Beirat zur Umsetzung der „Nationalen Plattform zur Stärkung der Resilienz gegenüber Katastrophen“ sind auch die Johanniter vertreten. Anne Ernst, Geschäftsbereichsleiterin Krisenmanagement & Nothilfe in der Bundesgeschäftsstelle (7.v.li.), hat am 24. April im Bundesministerium des Innern und für Heimat an der konstituierenden Sitzung teilgenommen. Als Vertreterin des „Akteursnetzwerks Zivilgesellschaft“ arbeitet sie daran mit, den Austausch zwischen Bund, Kommunen und einer großen Anzahl an nichtstaatlichen Akteuren effektiver und effizienter zu gestalten.

[www.katrima.de](http://www.katrima.de)



Fotos: Marcus Brodt, BMI



## Auszeichnungen vergeben

**Johanniterorden** / Der Herrenmeister des Johanniterordens, Dr. Oskar Prinz v. Preußen, hat die Ehrennadel mit Band des Johanniterordens verliehen an Wolfgang Lange (Rüdersdorf), das „Ehrenzeichen am Bande der Johanniter-Unfall-Hilfe“ an Elisabeth Babjar (Moosberg), Dieter Breyer (Geiselwind), Thomas Friedmann (Landesbergen), Dr. Bernhard Knaf (Rodgau), Sonja Schäffer (Amberg) sowie das Ehrenzeichen der Johanniter-Unfall-Hilfe an Hans Peter Gewecke (Schlüsselfeld), Lars Johnsen (Edewecht), Tim Saemisch (Mettmann), Bernd Stempel (Kempten) und Tina Wessels (Nordenham).



## Top-Arbeitgeber im Bereich Soziales/Gesundheit

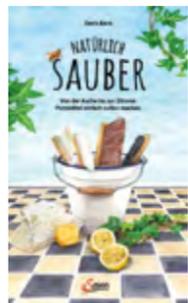
**Ranking** / Die Johanniter zählen zu den besten Arbeitgebern in Deutschland, so ein aktuelles Ranking, bei dem die Johanniter in der Kategorie „Gesundheit und Soziales“ den zweiten Platz belegen. Die Platzierung ist das Ergebnis einer Studie, die von der Wochenzeitschrift „Stern“ und dem Marktforschungsinstitut Statista durchgeführt wurde. Dazu wurden mehr als 43.000 Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter zu verschiedenen Themen wie Weiterempfehlungsbereitschaft, Bezahlung, Zusammenarbeit und Vorgesetztenverhalten befragt. Bewertet werden konnten Unternehmen mit mindestens 500 Beschäftigten in Deutschland.

## Sicher im Pflegealltag

**Thema** / „Sicherheit im Pflegealltag“ lautet das Thema des jüngsten Kurses auf der Online-Plattform „Johanniter-Pflegecoach“. Pflegenden Angehörigen und interessierten Personen können sich dort kostenfrei und qualitätsgesichert Wissen zu verschiedenen Pflegethemen in Form eines Online-Kurses aneignen. Der neue Kurs legt unter anderem den Schwerpunkt auf die Sturzprophylaxe.

[www.johanniter-pflegecoach.de](http://www.johanniter-pflegecoach.de)

## Gesundheit & Sicherheit



### Eine saubere Sache

**Buchtipps** / Haus und Wohnung strahlend sauber halten kann man entweder mit viel Chemie – oder, wie die Autorin Doris Kern empfiehlt, mit einigen wenigen Basiszutaten wie Soda, Zitrone, Natron und Essig. In zahlreichen Rezepten und Anleitungen zeigt sie, wie man Putz- und Reinigungsmittel wie Klarspüler, Holzpflegebalsam und Scheuerpaste gegen Kalk und Schmutz selbst herstellen kann. „Natürlich sauber“, Servus, 136 Seiten, 20 Euro ISBN 978-3-7104-0322-4

## Kühlt nicht der Tau die Hitze? So ist das Wort besser als die Gabe.

Bibel, Sirach 18,16

## Gut angepasst – besser geschützt

**Internetportal** / Ändert sich das Klima, ist auch das Wohlbefinden des Menschen betroffen: Um den Wissensstand über Anpassungs- und Schutzmöglichkeiten für sich selbst und andere zu verbessern, bietet die Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung unter [www.klima-mensch-gesundheit.de](http://www.klima-mensch-gesundheit.de) ein hilfreiches Internetportal. Versammelt sind dort qualitätsgeprüfte Infos und Tipps, zum Beispiel für Allergiker, um die eigene Lebenswelt an veränderte Umweltbedingungen anzupassen.



Foto: Adobe Stock

## Achtung, Sonne!

**Temperaturschäden** / Große Hitze und ein Zuviel an direkter Sonneneinstrahlung können tückische Folgen haben. Zwei bekannte Krankheitsbilder mit teils ähnlichen Symptomen unterscheiden sich aber deutlich in ihrem Gesundheitsrisiko:

**Sonnenstich** / Hervorgerufen durch zu starke Sonneneinstrahlung auf Kopf und Nacken, sind bei einem Sonnenstich die Hirnhäute gereizt, was zu einem roten Kopf, Kopfschmerzen, Schwindel und Übelkeit führen kann.

**Hitzschlag** / Den gesamten Körper hingegen betrifft ein Hitzschlag: Bei einer Körperkern-temperatur von mehr als 40 Grad Celsius setzt dabei das Temperatur-Regulations-system aus und ein gefährlicher Wärmestau kann folgen. Daran muss nicht einmal die Sonne Schuld sein: Auch übermäßige körperliche Anstrengung kann zu einem Hitzschlag führen. Für diese potenziell lebensbedrohliche Gefahr sind trockene Haut und ein erhöhter Puls gängige Symptome.

Bei Anzeichen für eines der beiden Krankheitsbilder – die tückischerweise auch um einige Stunden zeitverzögert auftreten können – sollten Betroffene mit hoch gelagerten Beinen und leicht erhöhtem Kopf umgehend in den Schatten gebracht und von außen gekühlt werden. Besteht der Verdacht auf einen Hitzschlag, unbedingt unter der 112 einen Notruf absetzen.



Mehr zum Thema gibt es in unserem kostenlosen E-Learning-Kurs „Gut durch Hitzewellen kommen!“ [shop.johanniter.de](http://shop.johanniter.de)

## Tauschangebot: € 10,- für € 10,- aus Ihrem Portemonnaie

### 5 kursgültige 2-Euro-Sammlermünzen!



**2-Euro Litauen**  
„Zusammen mit der Ukraine“

**2-Euro Slowenien**  
„150. Geburtstag Josip Plemelj“

**2-Euro Spanien**  
„Altstadt von Sevilla“

**2-Euro Deutschland**  
„Paulskirchenverfassung“

**2-Euro Griechenland**  
„Maria Callas“

Gemeinsame Rückseite  
Ø je 25,75 mm

IM TAUSCH:  
5 x 2-Euro für  
**€ 10,-**

## 2-Euro-Sammlermünzen, bankfrisch (unzirkuliert)

## Goldmünzen zur Fußball-EM 2024 in Deutschland!



6.

999/1000 Feingold!

Trikot-Goldmünze Deutschland  
nur € 32,90

7.

999/1000 Feingold!

€ 49,90  
statt € 99,90

Sensation! Offizielle Goldmünze (999/1000 Feingold, 1/1000 Unze) in Trikot-Form mit aufwendiger Farbveredelung!

### Die erste Goldmünze zur Fußball-EM 2024 in Deutschland!

- ✓ Höchste Prägequalität der Welt: Polierte Platte!
- ✓ Reines Gold: 999/1000 Feingold (1/100 Goldunze = 0,311 g)!
- ✓ Limitierte Auflage: weltweit nur 5.000 Goldmünzen!

## Gedenkprägung mit hochwertiger Farbveredelung!



8.

In Farbe!

€ 10,-  
statt € 39,90

Ø 40 mm

Eröffnungsspiel in München:  
Deutschland : Schottland

## 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. Versandkostenanteil – Porto, Verpackung, Versicherung)

- 1.-5. \_\_\_ x Euro-Sammlermünzen: 5 x 2-Euro (bankfrisch) zum Tauschpreis von nur € 10,-! (Nur 1 x pro Kunde bestellbar!)
- 6. \_\_\_ x Trikot-Goldmünze Deutschland (999/1000 Feingold) für nur € 32,90!
- 7. \_\_\_ x Goldmünze „Willkommen in Deutschland 2024“ (999/1000 Feingold) für nur € 49,90 statt € 99,90!
- 8. \_\_\_ x Fußball-Gedenkprägung „Anstoß in München 2024“ mit hochwertiger Farbveredelung für nur € 10,- statt € 39,90!

Es gelten unsere Datenschutzerklärungen und unsere AGB. Diese finden Sie auf [www.srh-ltd.de](http://www.srh-ltd.de)!

Schnell bestellbar unter:  
<http://EM24.srh-direct.de>

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)

\_\_\_\_\_  
Unterschrift ssn/bb1m

Oder Adresse eintragen und einsenden an:

**Sir Rowland Hill Ltd. GmbH & Co. KG**  
Buchhorstblick 7a • 38162 Weddel  
per Fax 0 53 06 / 95 95 77



Foto: Adobe Stock

Service

## Die Hilfe um die Ecke nutzen.

Weil in einem Notfall jede Sekunde und jeder Meter zum Patienten zählt, setzt das Netzwerk „Mobile Retter“ auf qualifizierte Kräfte, die sich zufällig in der Nähe aufhalten. Die freiwillig Helfenden werden per Smartphone alarmiert.

Die Grundidee ist genial einfach: Wird bei einem Herz-Kreislauf-Stillstand oder einer Bewusstlosigkeit der Rettungsdienst alarmiert, ortet eine GPS-Komponente der „Mobile Retter“-Smartphone-App auch medizinisch qualifizierte Ersthelfende, die sich in unmittelbarer Nähe zum gemeldeten Notfall befinden. Durch die zuständige Leitstelle erhalten diese dann parallel zum Rettungsdienst eine Anfrage und können auf diese Weise schon lebensrettende Maßnahmen einleiten, bis der Rettungsdienst eintrifft. Denn ein Rettungswagen benötigt im Durchschnitt neun Minuten bis zum Notfallort.

**Schnell vor Ort** / Die „Mobilen Retter“ dagegen brauchen oft nicht einmal die Hälfte

dieser Zeit. Das stärkt die Rettungskette, ohne in die etablierten Strukturen des Rettungsdienstes einzugreifen. Und die so gewonnenen wertvollen Minuten tragen dazu bei, die Überlebenschancen der Betroffenen deutlich zu erhöhen.

„Besonders im ländlichen Bereich ist es wichtig, dass alle Möglichkeiten ausgeschöpft werden“, so Marc Küchemann, Dienststellenleiter der Johanniter-Unfall-Hilfe im Ortsverband Einbeck. Für den Landkreis Northeim ist Küchemann mit seinen Kolleginnen und Kollegen seit Anfang des Jahres Teil des Netzwerkes geworden. Und schon zum Alarmierungsstart hatten sich dort mehr als 200 „Mobile Retter“ registrieren lassen. „Der medizinisch

qualifizierte Ersthelfer, der im Idealfall bei Betroffenen gleich nebenan wohnt und nichts von dem Notfall ahnt, muss frühzeitig die Möglichkeit erhalten, zu helfen.“

**Johanniter bieten Kurse** / Von Cuxhaven im Nordwesten bis Landsberg am Lech im Südosten steht der innovative Dienst bundesweit bereits in 40 Regionen zur Verfügung. Und es werden immer mehr. „Wir als Johanniter haben aus diesem Grund sofort unsere Unterstützung angeboten, um ‚Mobile Retter‘ bei uns zu qualifizieren“, so Küchemann zur Motivation der Johanniter, auch den zwei- bis dreistündigen Ersteinweisungskurs für kommende Hilswillige anzubieten und so das Netz der Ehrenamtlichen immer enger zu knüpfen.



### Mitmachen ist einfach:

**Wer ist qualifiziert?** Personen mit folgenden Qualifikationen können ehrenamtlich „Mobile Retter“ werden: Angehörige von Hilfsorganisationen, dem Sanitätsdienst der Bundeswehr, Ärztinnen und Ärzte, Mitarbeitende im Rettungsdienst, Feuerwehrleute, Gesundheits- und Krankenpflegende, Einsatz helfende (Alpha/Bravo) o. Ä.

**Registrieren** Einfach die „Mobile Retter“-App fürs Smartphone herunterladen und registrieren.

**Training absolvieren** Bei einer kostenlosen Ersteinweisung vor Ort werden alle Fragen geklärt.

**Alle Infos** [www.mobile-retter.de](http://www.mobile-retter.de)

# Lesertelefon

 Pflege  
**0800 56 43 664**

## Fragen Sie uns, wir antworten!

Am 11. Juni von 10 bis 13 Uhr



Foto: Marcus Brodt

Bei der Pflege eines Angehörigen können Familienmitglieder schnell an ihre Grenzen stoßen: Zusätzlich zur emotionalen und möglicherweise auch finanziellen Belastung kommt eine Fülle von Gesetzen und Regelungen, die es zu kennen und zu beachten gilt. Welche Pflegesachleistungen einem zustehen, wie man den Antrag für die Feststellung des Pflegegrades stellt und welche Rolle die Johanniter mit den Diensten ihrer ambulanten Sozialstationen spielen können, das erfahren Sie beim nächsten Termin des Lesertelefons für die Mitglieder der Johanniter-Unfall-Hilfe.

Unsere Expertin beantwortet Ihre Fragen zur Beratung und zu den Unterstützungsmöglichkeiten rund um das Thema Pflege. Rufen Sie uns einfach an während der Telefonaktion am Dienstag, 11. Juni, von 10 bis 13 Uhr.



Foto: privat

**Nicole Göritz**, Pflegeberaterin im Kundenservicecenter Berlin, ist eine unserer Ansprechpartnerinnen für Sie. Fragen gerne auch schriftlich an: [Johanniter-Unfall-Hilfe, Marketing/Komm., Pflege, Lützowstr. 94, 10785 Berlin, lesertelefon@johanniter.de](mailto:Johanniter-Unfall-Hilfe, Marketing/Komm., Pflege, Lützowstr. 94, 10785 Berlin, lesertelefon@johanniter.de)

## Fragen & Antworten

vom 12. März zum Thema  
„Nachhaltigkeit“

**Wie nachhaltig sind die Johanniter in ihrer Arbeit?** Mit unseren Diensten zahlen wir bereits von jeher in die soziale Nachhaltigkeit ein. Künftig wollen wir aber auch in ökonomischer und ökologischer Hinsicht besser werden. Unsere erste Klimabilanz für das Jahr 2022 ist dabei die Basis für künftige Vergleiche und Verbesserungen.

**Welche Ziele setzen sich die Johanniter für die Zukunft?** Unser großes Ziel ist es, bis 2028 klimaneutral zu sein. Dafür setzen wir auf zertifizierten Ökostrom in allen Dienststellen. Auch wollen wir unseren Fuhrpark klimafreundlich gestalten und so weit es technisch möglich ist auf Elektromobilität in allen Dienstleistungsbereichen umstellen.

**Was wird bereits heute vor Ort umgesetzt?** Vor Ort in unseren Regional- und Landesverbänden gibt es neben der Arbeit an den großen Unternehmenszielen bereits jetzt schon unzählige Beispiele und gute Ideen, wie die Johanniter nachhaltiger werden können – ob neuerdings im Bevölkerungsschutz in Mannheim Mehrweg- statt Plastikgeschirr zum Einsatz kommt oder das Hausnotruf-Team in Freiburg mit dem E-Bike zur Beratung anrollt. Lokal gehören auch immer mehr Photovoltaik-Anlagen auf den Dienststellen zu den Initiativen, die am großen Ziel mitarbeiten.

**Gibt es weitere wichtige Nachhaltigkeitsaspekte?** Aktuell überprüfen wir unsere direkten Zulieferer auf mögliche Risiken für Mensch und Gesundheit. Mit dieser Risikoanalyse kommen wir dem neuen Lieferkettengesetz nach. Zudem arbeiten wir daran, das Thema „Vielfalt“ bei den Johannitern zu stärken und künftig auch mehr Frauen die Arbeit in Führungspositionen zu ermöglichen.

## Weitere Informationen

[www.johanniter.de/nachhaltigkeit](http://www.johanniter.de/nachhaltigkeit)

# Porträt Die Sprache ist der Schlüssel.

Mit seiner Familie ist Dr. Mehmet Ehliz vor fünf Jahren geflüchtet. Heute arbeitet er als Kinderarzt und unterstützt die Johanniter ehrenamtlich in einer Notunterkunft.

Foto: Johanniter



An den 12. Februar 2019 kann sich Dr. Mehmet Ehliz noch sehr gut erinnern. Da begann seine Reise, wie er es nennt. Tatsächlich war es die Flucht aus der Türkei, seiner Heimat, nach Griechenland. „Zuvor hatten wir noch nie etwas Illegales gemacht. Doch diese Reise war illegal. Und sie war gefährlich“, sagt der 42-Jährige. Nötig wurde sie, weil er mit dem herrschenden Regime in Konflikt geraten war, im Gefängnis saß, dann keine Möglichkeit mehr hatte, seinen Beruf auszuüben, und auch seine Frau und Kinder in der Schule Schwierigkeiten bekamen. In einem Boot machten sie sich auf den Weg nach Griechenland. „Auch wenn wir da niemanden kannten, unser Ziel war von Anfang an Deutschland. Das versprach uns ein Leben in Freiheit.“

**Aus eigener Erfahrung** / Es sollte eine abenteuerliche Reise werden, vor allem für ihn selbst. Als Diabetiker ist er auf Insulin angewiesen und muss regelmäßig trinken. „Das erste Wasser, das ich von einem Griechen bekam, war wohl das schmackhafteste meines Lebens“, erinnert er sich. Ein paar Tage verbrachte er mit der Familie in einem Flüchtlingscamp. Dann durften sie nach Deutschland. Und fanden, wonach sie gesucht hatten: einen Neuanfang in Freiheit. Nicht ohne Probleme und Nöte. Sie lebten ein halbes Jahr in einer Gemeinschaftswohnung, erfuhren, wie es ist, auf engstem Raum ohne Privatsphäre in einem fremden Land zu leben.

Doch Mehmet Ehliz ist ein entschlossener Mensch. Er kämpft um die Anerkennung seiner ärztlichen Ausbildung, arbeitet während der Corona-Zeit in einem Labor und Testzentrum. Und vor allem: Er lernt die Landessprache. Heute arbeitet Dr. Mehmet Ehliz als Kinderarzt in der Neuropädiatrie der Kinderklinik

Schömberg – und er spricht fließend Deutsch. Auch wenn er scherzhaft behauptet, dass ein Leben dafür zu kurz ist. Er ist diesem Land, das ihm diese zweite Chance gegeben hat, dankbar. Auch damit begründet er sein Engagement: Er will etwas zurückgeben.

**Kennt Ängste und Nöte** / Schon in der Türkei hat er sich als Arzt um die Armen und Kranken gekümmert. Das macht er nun in der Notunterkunft der Johanniter wieder: „Ich bin Mediziner geworden, weil ich helfen will. Hier kann ich helfen. Auch weil ich die Ängste und Nöte der Geflüchteten kenne“, so Ehliz. „Die häufigsten Probleme sind psychischer Natur.“ Oft treten die Symptome zeitversetzt auf. Die Flucht, das Verlassen der Heimat und auch die ungewisse Zukunft hinterlassen Spuren.

Von Vorteil sind seine Sprachkenntnisse: Englisch, etwas Arabisch, ein bisschen Kurdisch: „Fast allen Patienten empfehle ich: Lernen Sie bitte Deutsch.“ Es sei wichtig, dass Menschen sich verstehen, sich austauschen können. Weil er das kann, sieht er Dinge, die anderen vielleicht entgangen wären. Einmal im Monat führt Dr. Mehmet Ehliz die medizinischen Untersuchungen in der Notunterkunft durch. Wichtig sind ihm Impfungen gegen Krankheiten wie die Masern. Zum Tagesgeschäft gehören chronische Erkrankungen wie Bluthochdruck und Diabetes, deren Beschwerden sich die Kranken nicht erklären konnten. So ist es auch die ärztliche Neugier, die ihm jedem Tag Gefallen an seiner Arbeit verschafft.

Dr. Mehmet Ehliz liebt seinen Job. „Ich weiß nicht, ob man das auf Deutsch so sagt – aber wenn ich zur Arbeit gehe, dann laufen meine Beine immer vorwärts, nie rückwärts.“ / Peter Altmann



Foto: Jörg Feys

## 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](mailto: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

**Postkarte / Horst H. aus Kirchheilingen freut sich über spannende Beiträge in unserer Mitgliederzeitschrift:** Ich bin schon lange aufmerksamer Leser ihres „Johanniter“-Magazins. Macht weiter so!

**Postkarte / Und auch bei Gertraud S. aus Schweinfurt ist unser Heft immer willkommen:** Danke für Ihre immer wieder guten Ratschläge. Man lernt nie aus!

**Brief / In der Ehrenrettung für Niederdeutsch (auch Plattdeutsch) als eigenständige Sprache sekundiert Henning H. aus Memmingen unserem Leserbriefschreiber Peter M. in der März-Ausgabe 2024 des „Johanniter“. Er schickt uns einige Seiten aus dem „Niederdeutsche Grammatik“-Lehrbuch und fügt präventiv hinzu:** Um zu vermeiden, dass Sie sich noch einmal aufs sprachliche Glatteis begeben: Keiner Ihrer Kollegen im Freistaat Bayern spricht „Bayerisch“. Neben Hochdeutsch bestenfalls einen der drei Hauptdialekte: B a i r i s c h, Fränkisch oder Schwäbisch.

### Ihre Nachricht

#### Leserbriefe

Johanniter-Unfall-Hilfe e. V. Marketing/Kommunikation,  
Lützowstraße 94,  
10785 Berlin  
[leserbriefe@johanniter.de](mailto:leserbriefe@johanniter.de)  
[www.facebook.com/DieJohanniter](http://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](mailto:info@johanniter.de)



### Spenden Sie!

Unsere wichtige Arbeit für Menschen in Not ist nur möglich durch Ihre Unterstützung. Vielen Dank für Ihr Engagement!

#### Spendenkonto

Bank für Sozialwirtschaft  
IBAN DE94 3702 0500 0433 0433 00  
Stichwort: Retten und Helfen

Einfach und sicher online spenden.  
[www.johanniter.de/spenden](http://www.johanniter.de/spenden)



## Denkanstoß

# Wie gut war sie, die alte Zeit?



Die allermeisten meiner Freunde und Bekannten blicken eher düster in die Zukunft. Klimawandel, Wirtschaftskrise, Umwelterstörung, Kriegsgefahr – und bei jedem Blick in die Nachrichten wird die Lage düsterer. Dafür wird die eigene Vergangenheit immer schöner, je weiter sie zurückliegt: „Das war toll damals, weißt Du noch?“ Die Energie und die Zuversicht, der gemeinsame Optimismus und die Unterhaltungskultur ohnehin, all die coole Literatur von damals, die Filme und die Musik.

Geht mir auch so. 1980 war ich 18 Jahre alt, deswegen bin ich Zeitzeuge. Aber gleichzeitig bin ich Historiker, also berufsmäßig für die Vergangenheit zuständig. Wie war das damals genau, vor dem Mauerfall, in der beschaulichen guten alten Zeit?

**Die Lust am Ende /** Der Weltuntergang zum Beispiel wurde 1979 Pop. Szenarien von nuklearem Ernstfall und Umweltkatastrophen stürmten die Hitparaden der Unterhaltungsindustrie, und die gewalttätigen Demonstrationen der radikalisierten Alternativbewegung prägten nach 1982 jahrelang die Schlagzeilen der Medien. Besorgte Innenminister warnten vor Terrorsympathisanten, die sich in besetzten Häusern in Hamburg und Berlin und auf den Kundgebungen gegen die nukleare Wiederaufbereitungsanlage Wackersdorf tummelten. Und besorgte Publizisten und Professoren konstatierten die wachsende Faszination der jungen Generation durch „nationale Identität“ und rechtsextreme Slogans. In der Alternativbewegung wiederum – da war ich dabei – war man überzeugt, dass der große Wumms nicht mehr lange auf sich warten lassen würde. Und das war natürlich die Schuld der anderen, des „Systems“. Angstlust und die Tendenz, sich selbst zum Opfer zu stilisieren, ließen sich wun-

derbar mit lautstarker Bekundung der eigenen Gefühle verbinden: Wer stärker fühlte, hatte recht.

**Vergangenheit ist kein Idyll /** Nur dass es dann eben ziemlich anders weiterging, wie wir heute wissen. Aber daran erkennt man echte Vergangenheit: Sie ist kein Idyll, sondern im Nachhinein ziemlich bizarr. Und sie provoziert jene Frage, die alle stellen, die hinterher aufräumen, nachdem man weiß, wie das alles weitergegangen ist und wie die ungeplanten Konsequenzen ausgesehen haben: „Was haben die sich dabei eigentlich gedacht, damals?“

Nicht viel, fürchte ich. Dafür – und daran erinnere ich mich sehr genau – ganz viel gefühlt. Fühlen, um recht zu behalten. Fühlen, um in Sicherheit zu sein und gleichzeitig den Schrecken genießen zu können. Und Fühlen als Erlaubnis, darüber laut Auskunft zu geben.

Kennen wir. Dafür gibt es ein Wort: Nostalgie. Auch das ist ein Gefühl, und ansteckend ist es auch, so wie Angstlust und Selbstdarstellung als Opfer. Aber mit der Wirklichkeit von früher sollte man es besser nicht verwechseln. / *Valentin Groebner*



### Valentin Groebner,

62, ist Professor für Geschichte an der Universität Luzern und forscht wie in seinem neuen Buch „Gefühlskino. Die gute alte Zeit aus sicherer Entfernung“ gerne über das Verhältnis von Vergangenheit und Gegenwart (siehe auch die Verlosung auf Seite 26).

Beiträge in der Rubrik „Denkanstoß“ geben nicht zwangsläufig die Meinung der Redaktion wieder. Foto: Franca Pedrazzetti / Illustration: raufeld/Martin Rümmele



Seit 1903 Naturheilmittel und  
 Kosmetik höchster Qualität!

Entwicklung und Herstellung  
 im eigenen Haus

### Augenfit-Kapseln

Mit 12mg Lutein! Jede Kapsel enthält 12mg Lutein, 2mg Carotinoide, 0,6mg Zeaxanthin, 100mg 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

### Gelenkfit-Kapseln

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.

Best.-Nr. 1790 240 Kapseln für 40 Tage € 21,50  
 Best.-Nr. 1791 3er-Packung € 57,00

### Magnesium 400 supra 1x täglich!

Verbessert die Funktion und Belastungstoleranz der Muskeln, insbesondere bei Sport. Magnesium fördert so das Wohlbefinden - auch nachts - durch lockere, entspannte Muskeln und Waden. Für stabile, gesunde Knochen und Zähne wichtig. Eine Kapsel am Tag deckt den Magnesium-Bedarf eines Erwachsenen.

Best.-Nr. 129 120 Kapseln für 4 Monate € 8,50  
 Best.-Nr. 135 300 Kapseln für 10 Monate € 17,50

### Bio-Hagebutten-Pulver

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

Best.-Nr. 563 500-g-Dose (je 1kg = € 24,00) € 12,00  
 ab 3 Dosen (je 1kg = € 22,00) nur € 11,00

### 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

### Orthopädisches Kopfkissen

Passt sich vollkommen der Form von Kopf und Schulter an. Dadurch wird der Nacken optimal gestützt, die Wirbelsäule erholsam entlastet und die Muskeln spürbar entspannt. Das allergene + milbensichere Kissen ist ein Garant für Schlafkomfort mit höchstem Erholungswert (ca. 42x74x15 cm).

Aktion im Juni 2024!

Best.-Nr. 506 1 Kissen € 59,00 49,-  
 ab 2 Kissen nur € 55,00 45,-

### Knoblauch-Mistel-Weißdorn-Kapseln

Knoblauch, Mistel und Weißdorn sind seit Urzeiten überaus geschätzt. Besonders in Kombination mit Mistelkraut (Viscum album) und Weißdorn (Crataegus monogyna) entfaltet sich das volle Spektrum für Körper, Geist, Herz und Kreislauf. Enthalten sind auch die Vitamine B1, B2 und B12.

Best.-Nr. 874 480 Kapseln € 14,90  
 ab 3 Packungen nur € 13,90

### TOP Vitamin B12 Supra-200µg-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 200µg Vitamin B12.

Best.-Nr. 118 240 Tabletten für 4 Monate € 6,50  
 ab 3 Packungen nur € 5,95

### 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 500mg € 7,50  
 Best.-Nr. 161 400 Kapseln à 500mg € 17,50

GRATIS-TEST-Bestell-Coupon hier abtrennen, ausfüllen und einsenden!

## GRATIS-TEST\* GUTSCHEIN-Nr. 42 auch online einlösbar!

2-Monatspackung FÜR ALLE NEUKUNDEN

JA, ich möchte mich selbst überzeugen! Ich erhalte GARANTIERT 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	

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

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 Ditzgenbach  
 Tel.: 07334/96540  
 Fax: 07334/965444  
 Abteilung 42  
 www.kraeuterhaus.de



## Augenklick

In luftigen Höhen sind sowohl die Experten der Bergwacht als auch die Johanniter-Luftretter unterwegs. Für zwei sportliche Tage voller herausfordernder Trainings-Szenarien war das Team der Letzteren im März zu Gast im Bergwacht-Zentrum für Sicherheit und Ausbildung im bayerischen Bad Tölz – einer abenteuerlichen Einrichtung mit unzähligen Möglichkeiten, den Ernstfall realistisch zu simulieren. Geübt wurde dabei unter anderem auch die Rettung von einem Hausdach mit dem originalgetreuen Nachbau eines Airbus H145.

Foto: Chris Kehler

www.kraeuterhaus.de / Juni 2024 / Zum Schluss

## Drei Fragen an Julian Gilsdorf ...



Foto: Johanniter

... 34, Leiter der Johanniter-Museumskita Lindlar, der als Fachkraft für Naturpädagogik weiß, wie man schon bei kleinen Kindern im Alltag Verständnis für nachhaltiges Handeln wecken kann.

**„Früh übt sich...“ – gilt das auch für den Umgang mit der Schöpfung? /** Ganz sicher sogar! In der Wald- und Naturpädagogik gibt es den Verständnisansatz, dass ich nur das schütze, was ich liebe, und nur das liebe, was ich kenne.

**Wie setzen Sie das in Ihrer Arbeit mit Kindern konkret um? /** Ganz praktisch kann dies zum Beispiel die gemeinsame Gartenarbeit sein: Ein Garten wird gemeinschaftlich geplant und angelegt. Die

Pflanzen werden ausgewählt und ausgebracht, im Laufe der Zeit gepflegt, gewässert und umsorgt. Die Früchte der Arbeit können dann geerntet, verarbeitet und verzehrt werden. Und was an Abfällen übrig bleibt, kommt auf den Kompost und findet nach einiger Zeit wieder seinen Weg als Dünger auf die Beete.

**Und wie kommt das bei den Kindern an? /** Das gemeinsame Tun in der Natur erreicht meiner Erfahrung nach jedes Kind – immer. Aber jeden auch auf seine Art: Während die einen gerne im Garten arbeiten, wühlen sich die anderen durch den Waldboden auf der Suche nach Insekten. Und wieder andere sitzen still da und beobachten die Vögel.

## Rätselspaß

US-Boxlegende (Muhammad)	locker, wacklig	feierliche Amtstracht	Stadt in Indien	Brötchen mit Würstchen	Fremdwortteil: neu (griech.)	mit Padeln gefahrenes Sportboot	kleines Lasttier	telefon. Kurznachricht (Abk.)		
			Wassertiefe bestimmen	griech. Reeder (Aristoteles)			3	französisch: Freund		
persönl. Fürwort (1. Pers. Plural)	Deckenverzierung	Reiseweg		US Filmstar (Michael)					6	
Wickelgewand der Inderin				griechischer Kriegsgott	biblischer Stammvater	Klemme; Schmuckstück	schlechter Mensch, Schuft	gekünstelte Haltung, Gebärde		
			früherer türkischer Titel			Großmutter			5	
Vorname von Bismarcks	Zeitmesser		10	Filmreportage (Kurzwort)				Kfz-Zeichen Ulm		
	1		Stadt in Nordholland				Brei aus Früchten, Kartoffeln			4
unverfälscht	gefrorenes Wasser			Figur bei Agatha Christie (Miss ...)						11
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11

Schicken Sie uns Ihre Lösung bis zum 30. Juni an: [gewinnspiel@johanniter.de](mailto: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 Einsendungen verlosen wir fünf Exemplare des Buchs „Gefühlskino“ unseres „Denkanstoß“-Autors Valentin Groebner. Die Gewinnerinnen und Gewinner werden schriftlich benachrichtigt.

Eine Teilnahme über Gewinnspiel-Clubs ist ausgeschlossen.  
Lösungswort Ausgabe März/24: KORNEKIRSCH  
Die Gewinnerinnen und Gewinner der „Sonnenglas“-Solarleuchten sind: Christel G. (Vilseck), Erika K. (Königsee) und Karin L. (Am Ettersberg).

## 11-tägige Erlebnis-Rundreise auf Sri Lanka

# Grünes Tropenparadies im Indischen Ozean

Öffnen Sie das Schatzkästchen Sri Lanka: Das inkludierte Ausflugspaket führt Sie u. a. zur Himmelfestung Sigiriya und zu den „Stilt-Fishermen“. Sie gehen u. a. auf Rikschafahrt und Jeep-Safari! Genießen Sie ausgesuchte 4\*- und 5\*-Hotels sowie Halbpension Plus mit Erlebnis-Gastronomie.

**Reisepreis** ab € **1.799,-**

Info & Buchung 0800 33 33 444 **statt ab € 1.999,- p.P.**  
Kostenfrei anrufen (Mo-Sa 8-20 Uhr) oder online buchen unter [www.lebenslust-touristik.de](http://www.lebenslust-touristik.de)

## Ihr Johanniter-Vorteil

Bei Buchung bis zum 31.08.2024

sparen Sie mit dem Aktions-Code: **JOHB310824**

**€ 200,-**

### Inklusivleistungen

- Kleingruppen mit max. 25 Gästen
- Flüge nach/ab Colombo mit Emirates, Qatar Airways, LOT o. a., 23 kg Freigepäck
- 8x Übernachtung in 4\*- und 5\*-Hotels (Landeskategorie)
- 1x im 4\*-Hotel Suriya Resort & Spa in Waikkal
- 2x im 4\*-Hotel Habarana Village by Cinnamon in Habarana
- 2x im 4\*-Hotel Cinnamon Citadel in Kandy
- 1x im 4\*-Hotel The Blackpool in Nuwara Eliya
- 1x im 4\*-Hotel Centauria Wild in Udawalawe
- 1x im 5\*-Strandhotel Blue Water in Wadduwa
- 1x Late Check-out am Abreisetag im 5\*-Strandhotel Blue Water
- Alle Hotels verfügen u. a. über Pool, Rezeption, Bar und Restaurant.
- Ihre Doppelzimmer verfügen u. a. über Bad oder DU/WC, Telefon, TV und kostenfreies WLAN.
- Umfangreiche Halbpension Plus mit Erlebnis-Gastronomie
- 8x Frühstück im Hotel
- 8x Dinner im Hotel in Büfetform (1x als exklusiver singhalesischer Abend)
- 1x Streetfood in Kandy
- 1x High Tea im 5\*-Grand Hotel Nuwara Eliya
- 1x Teeverkostung in der Dambatenne Tea Factory
- 1x Cocktail „Ceylon Sailor“ in Galle
- 1x traditioneller Kochkurs und Plantagen-Führung
- Komplettes Ausflugsprogramm u. a. mit:
  - Stadtbesichtigung u. a. von Colombo, Kandy und Galle
  - Besichtigung u. a. Gangaramaya-Tempel, „Heiliger Baum“, Dambulla- Höhlentempel, Sigiriya

- Felsen, Wolkenmädchen-Fresken, Botanischer Garten von Peradeniya
- Besuch Kandy-Tänzer-Aufführung
- Morgenzeremonie Zahntempel Kandy
- Ca. 3,5-std. „Main Line“ – Zugfahrt (Kandy-Nuwara Eliya)
- ca 1,5-std. Teeplantagen-Wanderung San Pedro (wetterabh.)
- Panorama-Rikschafahrt zu Lipton's Seat
- Dambatenne-Teemanufaktur-Führung
- Ca. 3,5-stündige Jeep-Safari im Udawalawe-Nationalpark
- Besuch der Elefanten-Aufzuchtstation von Udawalawe
- Fotostopp Stilt-Fishermen
- Alle Eintrittsgelder gemäß Reiseverlauf (Wert über 110 €)
- Qualifizierte, deutschsprachige Reiseleitung während der gesamten Rundreise
- Alle Ausflüge und Transfers in modernen, klimatisierten Reisebussen

Nicht inklusive: Für die Einreise wird ein Visum notwendig. Wir empfehlen Ihnen, die Abwicklung dieser komplizierten Formalitäten durch uns als Reiseveranstalter erledigen zu lassen (Kosten 59 € p. P./Stand 01/2024).

### Wunschleistungen

- Doppelzimmer zur Alleinbenutzung: + 499 €
- Verlängerungswoche im 5\*-Strandhotel Blue Water (7 Nächte mit Halbpension) im Seaside-Deluxe-Doppelzimmer (mit direktem oder eingeschränktem Meerblick): + 599 € pro Person / + 998 € im Doppelzimmer zur Alleinbenutzung

Lebenslust Touristik GmbH

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



### Reisetermine und Abflughäfen

	Aufpreis	November 24	Januar 25	Februar 25	März 25
München	0 €	- 18.	- 20.	3. 17.	- 24.*
Frankfurt	45 €	- 18.	- 20.	3. 17.	- 24.*
Berlin	45 €	6. 20.	15. 22.	5. 26.	12. -
Düsseldorf	45 €	- 18.	- 20.	3. 17.	- 24.*
Hamburg	45 €	- 18.	- 20.	- 17.	- 24.*

Saison B A D D D D C B

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

Zug zum Flug: An- und Abreise mit der Bahn in der 2. Klasse vom Heimatbahnhof zum Flughafen und zurück + 70 €

\*nur mit Verlängerung buchbar

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 20% des Reisepreises fällig. Die Restzahlung ist 30 Tage vor Abreise zu leisten. Alle Preise pro Person.

Weitere Informationen auch unter [www.lebenslust-touristik.de](http://www.lebenslust-touristik.de)

## Informationsgutschein

✓ Ja, bitte übersenden Sie mir ausführliche Informationen über die Reise „Sri Lanka – grünes Tropenparadies im Indischen Ozean“ (JOHB310824)

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](mailto:info@lebenslust-touristik.de)

Name \_\_\_\_\_ Telefon \_\_\_\_\_  
Straße \_\_\_\_\_ PLZ/Ort \_\_\_\_\_

8-tägige Flugreise

# So schön ist Mallorca!

## Colònia de Sant Jordi

Entdecken Sie auf dieser 8-tägigen Flugreise mit 4 Inklusiv-Ausflügen, wie vielseitig Mallorca ist. Sie streifen durch Pollença, besuchen das berühmte Bergkloster Santuari de Santa Maria de Lluc, gehen an Bord eines Katamarans und wandeln auf den Spuren Chopins durch das Städtchen Valldemossa. Sie wohnen im 4\*-Hotel Universal Marques mit Halbpension, das an den schönsten Sandstrand Mallorcas, Es Trenc, angrenzt.

**Reisepreis** ab € **899,-**

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

## Ihr Johanniter-Vorteil

Bei Buchung bis zum 30.08.2024

**sparen Sie mit dem Aktions-Code: JOHB300824**

**€ 100,-**

### Inklusivleistungen

- 8-tägige Flugreise „So schön ist Mallorca“
- Hin- und Rückflug nach/ab Palma mit Eurowings, Ryanair o. a. und 20 kg Freigepäck
- Deutschsprachige Flughafensassistenten
- Transfer Flughafen – Hotel – Flughafen
- 7 x Übernachtung im 4\*-Strandhotel Universal Marques, direkt neben dem schönsten Strand Mallorcas, Es Trenc, gelegen
- Das Hotel Universal Marques verfügt über Rezeption, Lift, Swimmingpool, Sonnenterrasse mit Sonnenliegen und -schirmen (gegen Gebühr), Fitnesscenter, Restaurant und Bar.
- Unterbringung im Doppelzimmer u. a. mit Bad oder DU/WC, Föhn, Sat.-TV mit Flachbildschirm, Telefon, WLAN, Klimaanlage (kalt/warm), Minikühlschrank, Mietsafe und Balkon
- 7 x Halbpension, bestehend aus Frühstück und Abendessen in Büfettform
- Mehrmals wöchentlich Unterhaltung im Hotel u. a. mit Live-Musik, Shows, Quiz, u.v.m.
- Alle Transfers und Ausflüge im klimatisierten Reisebus
- Ganztagesausflug „Höhepunkte des Nordens“ u. a. mit Besichtigung der Altstadt von Pollença, Aussichtspunkt Es Colomer am Kap Formentor, Spaziergang durch Port de Pollença, Besichtigung der Altstadt von Alcudia
- Ganztagesausflug „Höhepunkte des Westens“ u. a. mit Besichtigung des Klosters Lluc mit

- Basilika (innen), Besuch Fornalutx und Port de Soller
- Ganztagesausflug „Höhepunkte des Ostens“ u. a. mit Katamaran-Fahrt von Porto Cristo nach Cala Millor, Besichtigung der Höhlen Hams (Eintritt inklusive), Besuche von Cala Figuera und Klosterberg San Salvador
- Ganztagesausflug „Höhepunkte des Südens“ u. a. mit Stadtrundfahrt und freier Zeit in Palma, Außenbesichtigungen der Kathedrale La Seu und des Almudaina-Palastes sowie Rundgang und freier Zeit in Valdemossa
- Alle Ausflüge mit deutschsprachiger Reiseleitung
- Deutschsprachige Lebenslust-Reiseleitung im Hotel

**Nicht inklusive:** Eine Tourismussteuer ist im Hotel zu zahlen (p. P. /Nacht, Stand 04/24: ca. 0,75 € Februar-April, ca. 3,00 € Mai-Oktober).

### Wunschleistungen

Doppelzimmer zur Alleinbenutzung: + 249 € pro Woche  
Doppelzimmer mit direktem Meerblick: + 60 € pro Person/ pro Woche  
Getränkpaket (je 1/2 Flasche Wein & 1/2 Flasche Wasser zu den Abendessen): + 70 € pro Person / pro Woche  
Verlängerungswoche im 4\*-Hotel Universal Marques inklusive Halbpension: + 399 € pro Person im DZ (+ 499 € pro Person im DZ bei Reisebeginn von Mai bis Ende September 2025)

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



### Reisetermine und Abflughäfen

	Aufpreis	Feb. 25	März 25	April 25	Mai 25	Juni 25	Sept. 25	Okt. 25
Köln-Bonn	0€	12.26.	12.26.	9.23.	7.21.	4.	3.17.	8.
Berlin	35€	12.26.	12.26.	9.23.	7.21.	4.	3.17.	8.
Bremen	75€	-	-	9.23.	7.21.	4.	3.17.	8.
Dresden	75€	-	-	9.23.	7.21.	4.	3.17.	8.
Düsseldorf	35€	12.26.	12.26.	9.23.	7.21.	4.	3.17.	8.
Frankfurt	35€	12.26.	12.26.	9.23.	7.21.	4.	3.17.	8.
Hamburg	45€	12.26.	12.26.	9.23.	7.21.	4.	3.17.	8.
Hannover	75€	12.26.	12.26.	9.23.	7.21.	4.	3.17.	8.
Leipzig	45€	-	-	9.23.	7.21.	4.	3.17.	8.
München	35€	12.26.	12.26.	9.23.	7.21.	4.	3.17.	8.
Münster-Osb.	45€	-	26.	9.23.	7.21.	4.	3.17.	8.
Nürnberg	45€	12.26.	12.26.	9.23.	7.21.	4.	3.17.	8.
Stuttgart	45€	12.26.	12.26.	9.23.	7.21.	4.	3.17.	8.

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

Saisonzuschläge: A = 0€ B = 50€ C = 100€ D = 150€ E = 200€ F = 250€

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

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](http://www.lebenslust-touristik.de)

## Informationsgutschein

Ja, bitte übersenden Sie mir ausführliche Informationen über die Reise „So schön ist Mallorca!“ (JOHB300824)

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 2/2024

14-tägige Erlebnis-Rundreise

# Faszination Vietnam

## Sagenhafte Höhepunkte zwischen Saigon & Hanoi

Gehen Sie mit uns auf eine neue und auf dem deutschen Reisemarkt herausragende 14-tägige Erlebnis-Rundreise durch das faszinierende Vietnam! Freuen Sie sich auf eine hervorragende 5\*-Hotellerie und eine Übernachtung in einem atmosphärischen Mountain-Retreat, ein reichgefülltes inkludiertes Erlebnis-Programm mit 5x Streetfood-Snacks sowie spektakulären Ausflügen von Saigon bis Hanoi. Fulminanter Höhepunkt: Ihre luxuriöse 5\*-Kreuzfahrt durch die traumhafte Halong-Bucht!

**Reisepreis** ab € **1.899,-**

Info & Buchung 0800 33 33 444 **statt ab € 2.199,- p.P.**  
Kostenfrei anrufen (Mo-Sa 8-20 Uhr) oder online buchen unter [www.lebenslust-touristik.de](http://www.lebenslust-touristik.de)

## Ihr Johanniter-Vorteil

Bei Buchung bis zum 29.08.2024

**sparen Sie mit dem Aktions-Code: JOHB290824**

**€ 300,-**

### Reisetermine und Abflughäfen

	Aufpreis	Okt. 24	Nov. 24	Januar 25	Febr. 25	März 25
Hamburg	0€	30.	13. 25.	6. 27.	5.	10. 31.
München	50€	30.	13. 25.	6. 27.	5.	10. 31.
Frankfurt	100€	30.	13. 25.	6. 27.	5.	10. 31.
Düsseldorf	100€	30.	13. 25.	6. 27.	5.	10. 31.
Berlin	200€	-	- 30.	- -	-	1. 22.

Saisonzeiten C C A B C C C C

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

Zug zum Flug: An- und Abreise mit der Bahn in der 2. Klasse vom Heimatbahnhof zum Flughafen und zurück + 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 „Faszination Vietnam“ (JOHB290824)

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 2/2024

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



### Inklusivleistungen

- 14-tägige Erlebnis-Rundreise „Faszination Vietnam“
- Flüge von Deutschland nach Saigon und zurück ab Hanoi mit Emirates, Qatar Airways o. a. und 20 kg Freigepäck
- 2 Inlandsflüge in Vietnam mit Vietnam Airlines, Vietjet o. a. von Saigon nach Hue sowie von Da Nang nach Hanoi
- Alle Ausflüge und Transfers in modernen, klimatisierten Reisebussen
- Qualifizierte, deutschsprachige Reiseleitung während der gesamten Rundreise
- 11 Übernachtungen während der Rundreise:
  - 1x im 5\*-Hotel Equatorial Ho Chi Minh City in Saigon
  - 2x im 5\*-Hotel Meliá Ho Tram Beach Resort in Ho Tram
  - 2x im 5\*-Hotel Meliá Vinpearl in Hue
  - 2x im 5\*-Hotel Meliá Danang Beach Resort in Da Nang
  - 2x im atmosphärischen Meliá Ba Vi Mountain Retreat in Ba Vi
  - 1x im 5\*Hotel Meliá Vinpearl Hai Phong Rivera in Hai Phong
  - 1x auf dem 5\*-Schiff Indochine Premium in einer Junior-Suite
- Alle Hotels verfügen u. a. über Pool, Rezeption, Lobby, Bar und Restaurant.
- Ihre Doppelzimmer/-kabine verfügen u. a. über Bad oder DU/WC, TV, Safe, Klimaanlage und kostenfreies WLAN.
- Das 5\*-Schiff Indochine Premium bietet einzigartigen Komfort u. a. mit Restaurant & Sonnendecks
- 11x Frühstück, 5x Streetfood-Snacks

- Einzigartiges Erlebnisprogramm
- Süd-Vietnam, u. a. mit Stadtbesichtigung Saigon mit Besuch Wiedervereinigungspalast, Moped-Fahrt, Strandtag Ho Tram
- Zentral-Vietnam, u. a. mit 3x UNESCO-Weltkulturerbe z. B. Hue-Zitadelle, Japanische Brücke Hoi An, Tempelstadt My Son. Zugfahrt über den Wolkenpass von Hue nach Da Nang.
- Nord-Vietnam, u. a. mit 2x UNESCO-Weltnaturerbe (Trockene Halong-Bucht und Halong Bucht), Stadtrundfahrt und Fahrrad-Rikscha-Tour durch Hanoi, Ba-Vi-Nationalpark, Wasserpuppenvorführung in Sai Son und exklusive 2-tägige Halong-Bucht-Kreuzfahrt (UNESCO-Weltnaturerbe) u. a. mit Besuch der Tropfsteinhöhle „Surprise Cave“ und der Luon-Höhle, Langgang Titov-Insel und Thai-Chi-Kurs auf dem Sonnendeck
- Alle Eintrittsgelder gemäß Reiseverlauf (Wert ca. 110 €)

### Wunschleistungen

Doppelzimmer / Junior-Suite zur Alleinbenutzung: + 699 €  
Umfangreiches Erlebnis-Gastronomie-Paket (nur vorab buchbar): + 250 € (5x Dinner in den Hotels, 1x im Panorama-Restaurant in Hue, 1x Dinner bei einer Familie in Hue, 1x Restaurant-Dinner in Hoi An, 1x Kochkurs in Hoi An, 1x Bord-Mittagessen und 1x 5-Gänge-Dinner auf dem 5\*-Indochine-Premium-Schiff)

Mit Erhalt der Reisebestätigung und des Reisepreis-Sicherungsscheins wird eine Anzahlung in Höhe von 20% des Reisepreises fällig. Die Restzahlung ist 30 Tage vor Abreise zu leisten. Alle Preise pro Person.

Weitere Informationen auch unter [www.lebenslust-touristik.de](http://www.lebenslust-touristik.de)

5-tägige Kreuzfahrt

# Kleine Auszeit ganz groß – Advent

Hamburg / Antwerpen / Amsterdam / Hamburg

Vorweihnachtsstress? Dann haben wir genau die richtige Auszeit mit MS Artania für Sie. Fünf entspannte, komfortable und interessante Kreuzfahrt-tage liegen vor Ihnen. Lassen Sie die Seele baumeln, sich verwöhnen und umsorgen von Ihrem Phoenix-Team. Erleben Sie die Adventsstimmung in den Städten Antwerpen und Amsterdam, vielleicht fällt Ihnen ja sogar noch ein Weihnachtsgeschenk ins Auge.

**Reisepreis** ab € **599,-**

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

## Ihr Johanniter-Vorteil

• Begrüßungscocktail an Bord • Johanniter Reisebegleitung • Sonderbus ab vielen deutschen Städten nach Hamburg und zurück zu einem Sonderpreis von € 49,- p.P.

### Termine 2024

ART356 / 5 Tage / 27.11.2024 - 02.12.2024  
ART360 / 5 Tage / 17.12.2024 - 22.12.2024



## Informationsgutschein

Ja, bitte übersenden Sie mir ausführliche Informationen über die Reise „Kleine Auszeit ganz groß – Advent“ (ART356/ART360)

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.



Antwerpen



Amsterdam



2024	Hafen	an	ab	
1. Tag	Hamburg-Steinwerder	—	22:00	
	– Einschiffung von ca. 16 bis 18 Uhr <sup>e)</sup>			
2. Tag	Urlaub auf See			
3. Tag	Kreuzen im Unterlauf der Schelde			
	Antwerpen Seehafen / Belgien <sup>f)</sup>	09:00	17:00	Weihnachtsmarktbesuch (individuell) Antwerpen zu Fuß, Gent und Kanalfahrt, Brügge
4. Tag	Amsterdam Seehafen / Niederlande	12:00	23:00	Weihnachtsmarktbesuch (individuell) Stadtrundgang Amsterdam, Panoramafahrt Amsterdam und Grachten, Abendliche Grachtenfahrt „Festival of Lights“
	Nordsee-Kanal / Niederlande			
5. Tag	Erholung auf See			
6. Tag	Kreuzen im Unterlauf der Elbe			
	Hamburg Altona – Ausschiffung ab ca. 9 Uhr, Dauer 2-3 Std. <sup>g)</sup>	09:00	—	

<sup>e)</sup> Einschiffungs- und Ausschiffszeit unter Vorbehalt. Die endgültigen Zeiten erhalten Sie mit Ihren Reiseunterlagen ca. 3 Wochen vor Reisebeginn.  
<sup>f)</sup> tideabhängig

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

ANZEIGE

ANZEIGE

MS LADY DILETTA / 5-tägige Schiffsreise

# Holland spezial

Düsseldorf / Amsterdam / Rotterdam / Nijmegen / Düsseldorf

Über den nahezu schnurgeraden Amsterdam-Rhein-Kanal gemächlich in Bewegung gesetzt, nimmt MS LADY DILETTA langsam Fahrt auf. Da kommt auch schon Amsterdam in Sicht. Grazile Giebelhäuser spiegeln sich in glitzernden Grachten, kleine Cafés laden zum Entspannen ein. In Rotterdam fahren Sie durch den größten Seehafen Europas, während Sie sich in Den Haag vom Friedenspalast und in Delft von der prunkvollen Nieuwe Kerk verzaubern lassen. Auf der Lek passieren Sie die nostalgischen Windmühlen von Kinderdijk, bevor Sie in der Waage auf dem Großen Markt von Nijmegen noch ein Kopje Thee genießen. Herzerwärmender kann eine Herbstreise kaum sein! Über Waal und Niederrhein geht es danach an bunten Herbstlandschaften vorbei nach Düsseldorf zurück.

**Reisepreis** ab € **699,-** p.P.

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

## Ihr Johanniter-Vorteil

• Bordguthaben € 50,00 p.P. z.B. für Ausflüge  
• Getränkepaket Silber (alkoholfrei) ist inklusive



Kabinenbeispiel

### Termine 2024

DIL4024 / 18.-22.10.2024 // DIL4124 / 22.-26.10.2024 // DIL4224 / 26.-30.10.2024 // DIL4324 / 30.10.-03.11.2024

### Inklusivleistungen

- Getränkepaket Silber im Wert von € 52,00 p. Pers.
- Bordguthaben € 50,00 p.P. z.B. für Ausflüge
- Schiffsreise in der gewählten Kabine für die Gesamtdauer der Reise
- Sämtliche Hafengebühren für Ein- und Ausschiffung sowie die Schleusengebühren
- Begrüßungsgetränk an Bord
- Volle Verpflegung auf dem Schiff, bestehend aus: Frühstück, Mittag- und Abendessen, Nachmittagskaffee & -tee mit Kuchen
- Festliches Galadinner
- Kaffee- & Teestation
- Informationsmaterial für Ihre Reise
- PLANTOURS Kreuzfahrten-Reiseleitung
- mobiles Audiosystem während der Landausflüge
- Nutzung des kleinen Fitnessbereiches

Die genauen Liegezeiten, die geplanten Landausflüge sowie eine ausführliche Schiffsbeschreibung Ihrer Reise finden Sie unter [www.plantours-kreuzfahrten.de](http://www.plantours-kreuzfahrten.de)

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



Rotterdam



Amsterdam

Kat.	Kabinentyp	Deck	Vorteilspreis p. P. in Euro
1	Zweibett, außen, vorne, zwei Fenster, 15,5 qm	Accademia Deck	699,-
2	Zweibett, außen, zwei Fenster, 15,5 qm	Accademia Deck	799,-
3	Zweibett, außen, frz. Balkon, 16 qm	Rialto Deck	899,-
4	Juniorsuite, Zweibett, außen, frz. Balkon, 18 qm	Rialto Deck	899,-
5	Zweibett, außen, frz. Balkon, 16 qm	San Marco Deck	999,-
6	Juniorsuite, Zweibett, außen, frz. Balkon, 18 qm	San Marco Deck	999,-
7	Suite, Zweibett, außen, Balkon, 21 qm	Rialto Deck	1.099,-
8	Suite, Zweibett, außen, Balkon, 21 qm	San Marco Deck	1.199,-
9	Einzel, außen, zwei Fenster, 11,5 qm	Accademia Deck	999,-
10	Einzel, außen, frz. Balkon, 12 qm	Rialto Deck	1.999,-
<b>Getränkepaket (inklusive)</b>		Silber	52,-
Aufpreis Getränkepaket (optional zubuchbar)		Gold	56,-
Aufpreis Getränkepaket (optional zubuchbar)		Platin	88,-

Verantwortlicher Reiseveranstalter nach deutschem Reiserecht ist PLANTOURS Kreuzfahrten, eine Marke der plantours & Partner GmbH, Holzdam 28-32, 20099 Hamburg [www.plantours-kreuzfahrten.de](http://www.plantours-kreuzfahrten.de)

## Informationsgutschein

Ja, bitte übersenden Sie mir ausführliche Informationen über die Reise „Amsterdam, Rotterdam und Nijmegen“ (DIL4024-4324)

Plantours Kreuzfahrten, Holzdam 28-32, 20099 Hamburg, Tel. 040 239 3680 0, [info@plantours-kreuzfahrten.de](mailto:info@plantours-kreuzfahrten.de)

Name \_\_\_\_\_ Telefon \_\_\_\_\_  
Straße \_\_\_\_\_ PLZ/Ort \_\_\_\_\_

# Rosé -Vielfalt aus Bella Italia!

ÜBER  
**50%**  
REDUZIERT!



10 Flaschen + 2 Weingläser statt € ~~103,80~~ nur € **49<sup>90</sup>**

**VERSANDKOSTENFREI BESTELLEN: [hawesko.de/johanniter](https://www.hawesko.de/johanniter)**



Vorteilsnummer  
1111841

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](https://www.hawesko.de/datenschutz). Ihr Hanseatisches Wein- und Sekt-Kontor Hawesko GmbH, Geschäftsführer: Gerd Stemmann, Alex Kim, Anschrift: Friesenweg 24, 22763 Hamburg, Handelsregistereintrag: HRB 99024 Amtsgericht Hamburg, USt-Identifikationsnr: DE 25 00 25 694.

**HAWESKO**  
JEDER WEIN EIN ERLEBNIS