

(Sommer) - Urlaub in Deutschland 2025

AdobeStock_magann

Wir starten in unserem schönen Bundesland mit dem Deutschlandticket und wollen in diesem Sommer vielleicht einfach mal nicht zu Hause bleiben! Ein Urlaub in Deutschland, ausgehend von NRW, ist eine prima Idee, die sich leicht umsetzen lässt! Mit einem Deutschlandticket kannst du bequem und günstig reisen, z.B. mit Regionalzügen, Bussen und Bahnen. Du kannst die vielfältigen Städte in der Nähe, zB Köln, Düsseldorf oder Münster erkunden, die viel Kultur, Geschichte und schöne Altstädte bieten. Auch die Natur in der Eifel, dem Sauerland oder dem Teutoburger Wald ist perfekt für Wanderungen und Ausflüge und nicht wirklich weit weg. Das Deutschlandticket macht es einfach, flexibel unterwegs zu sein, ohne sich um einzelne Fahrkarten zu kümmern. So kannst du entspannt neue Orte entdecken und einen abwechslungsreichen Urlaub in Deutschland genießen! Es muss nicht die super-teure Fernreise sein – einfach mal raus kann man in diesem Sommer auch unkompliziert kommen.



**Mehr dazu in dieser
Ausgabe.....**



Scan mich mit der Kamera

Sprich - damit ich Dich sehe !

Nimm Dir Zeit, an einem gemütlichen Abend, zB auf Deinem Balkon, im Garten oder draußen im Park - Stöpsel in die Ohren und dann kannst Du dem Podcast unserer lieben Jahlina Dixon lauschen, die mit spannenden Gästen interessante Themen beleuchtet und die neuesten Erkenntnisse über Krankheitsbilder, Forschung und aus Erfahrungen teilt.

Besuchen Sie uns auf:

Facebook: Papillon e.V.

Instagram: Papillon e.V. (@vereinpapillon)

Sie können die Papillon Life auch monatlich kostenlos als PDF Dokument, per Mail, abonnieren. Dazu senden Sie bitte ihre Mailadresse an: druckerei@vereinpapillon.de



© AA+W -stock.adobe.com

Lust zu schreiben ?

Hattet Ihr immer schon mal Lust für die „Papillon – Life „ zu schreiben ? Dann schickt uns Eure Geschichten. Gerne auch Leserbriefe
Zuschriften bitte bis zum **15.** eines jeden Monats (Redaktionsschluss).
An : druckerei@vereinpapillon.de

Elektromontagen · Nachrichtentechnik

PLANUNG · AUSFÜHRUNG · SERVICE



**IHR
ELEKTRO-
PARTNER!**

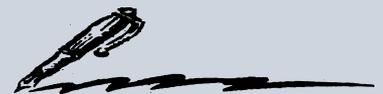
Elektrogeräte - Elektroinstallation

Photovoltaik

VERFERS

Elektromontagen GmbH

Klompstraße 42-44 · 47551 Bedburg-Hau
Tel. 02821/89850 · Fax 02821/898599
www.verfers.de



Impressum:

Herausgeber: **Papillon e.V.**
Hagsche Str. 86, 47533 Kleve
Tel.: 0 28 21 / 77 50-0
Sparkasse Kleve
IBAN: DE22 3245 0000 0005 0325 11
Vorsitzender: Karl-Peter Röhl
Geschäftsführer: Josef Berg

Redaktionsmitglieder:

Melanie Köllken (M.K), Alice Brey (A.B.), Friedrich Hauschildt (F.H.), Daniel Mayer (D.M), Anja Gallus (A.G) Franz Grooterhorst (F.G)

Namentlich gekennzeichnete Artikel geben nicht unbedingt die Meinung der Redaktion wieder. Eingereichte Artikel sind jederzeit herzlich willkommen.

Redaktionsschluss ist jeweils der 15. des Vormonats.

Anzeigen und Beiträge, die später eintreffen werden im Folgemonat berücksichtigt

Bestellung und Abbestellung der Zeitschrift:

druckerei@vereinpapillon.de

Verlag: Selbstverlag

Druck: Papillon e.V.

www.vereinpapillon.de

Auflage: **650 Exemplare**

Ein sommerliches Rezept - ein Kuchen weich und fluffig, wie eine Wolke... der Wattedekuchen

Als Maß für die Tassen am besten Kaffeetassen verwenden, bei einem Kaffeebecher würde der Teig etwas dicker – das kann man aber machen, wie man es am liebsten hat.

Zutaten für den Teig:

3 Tassen Mehl, 1 Tasse Sonnenblumenöl, 2 Tassen Zucker, 4 Eier, 1 Päckchen Backpulver

Zutaten für den Belag:

1 EL Zucker, 100 Gramm Kokosraspel, 100 Gramm Butter, 1 Päckchen Vanille-Puddingpulver, 500 ml Milch, 100ml Zucker, Fett zum Einfetten des Backblechs

Die Zutaten für den Teig einfach gleich alle zusammen mit einem Handrührgerät verrühren. Dann den Teig auf ein gefettetes Backblech geben und bei 175° im vorgeheizten Backofen ca. 20 Minuten mit Umluft backen. Den Teig dann ein bisschen auskühlen lassen (ersoll aber zur Weiterverarbeitung noch lauwarm sein).

In der Zwischenzeit, wenn der Teig auskühlt den Vanillepudding nach Packungsanleitung kochen (üblicherweise mit 500 ml Milch und 1 EL Zucker). Den Pudding auf den Teig streichen, dieser muss nicht ganz erkaltet sein. Kokosraspel, Butter und Zucker in einen Topf geben und bei niedriger Hitze unter stetem verrühren Zucker und Butter zergehen lassen. Diese Masse auf den noch nicht ganz erkalteten Pudding streichen.



©natchanok-stock.adobe.com

Viel Spaß beim Nachbacken und guten Appetit wünscht Euch

Nicole F.

Das Netzwerk „SELBSTBESTIMMT“ zu Gast bei der Hochschule Rhein-Waal

Anfang Juni 2025 waren die Kooperationspartner des Netzwerks „SELBSTBESTIMMT“, einem Aktion-Mensch-Projekt unter Leitung von Monika Hoolmann, Lebenshilfe Kreis Kleve in der Hochschule Rhein-Waal am Standort Kamp-Lintfort.

Die Runde aus circa 25 teilnehmenden eigenen Experten, institutionellen Vertreter*innen und der gastgebende Student*Innen und Professor*innen der Hochschule sprachen neben Rückblicken auf den Inklusionsmarsch und Gesundheitsmarkt in Geldern, über eine geplante Fachtagung im kommenden Frühjahr, einen weiteren Markt der Möglichkeiten, sowie in einem offenen Themenaustausch über allerlei Anliegen der Teilnehmenden. Als letzten Tagesordnungspunkt stellte das gastgebende Team der Fakultät Kommunikation und Umwelt sein neues Zentrum für assistive Technologien,



ZNA, Rhein-Ruhr vor.

Schon bei der gesammelten Themendarstellung gab es den interessanten Blick auf die Möglichkeiten des Campus, sich aktiv an Forschende zu wenden und – gegebenenfalls auch privat – vom gut ausgestatteten FabLab zu profitieren. Das FabLab ist angeschlossen an eine Reihe von internationalen Laboren und auf einem Areal von 600m² ausgestattet mit High-Tech-Geräten wie 3D-Drucker, 3D-Scanner, CNC-Fräsen, Laser Cutter u.a. Forschenden Student*innen sollen damit die modernsten Möglichkeiten geboten werden, um gemeinschaftlich Ideen für eine moderne Gesellschaft zu realisieren. An jedem ersten und dritten Montag des

Monats wird das FabLab zum Open Lab und Bürger*innen sind eingeladen, ihre Ideen anzusprechen und von den technischen Möglichkeiten des FabLabs zu profitieren, sowie wenn möglich, eigene Projekte zu realisieren. Eine tolle Idee für spezielle Bedürfnisse, wenn der Markt noch keine maßgeschneiderte Lösung bietet.

Das ZAT wurde von Professor*innen und Student*innen im Netzwerktreffen nochmals separat vorgestellt. Es wurde gegründet, um aktiv Kontakte zu Menschen mit Teilhabebedürfnissen zu suchen, mit dem Ziel, Assistenz und selbstbestimmte Teilhabe zu erleichtert oder zu ermöglichen und operiert als eine Kooperation mit der Universität Duisburg-Essen und der Hochschule Bonn-Rhein-Sieg.

Zunächst geht es dem Zentrum darum, Bedürfnisse zu hören und momentan verfolgt man den Ansatz sich selbst auf den Weg zu machen, Kontakte zu Kindertagesstätten, Schulen, besonderen Wohnformen, Krankenhäusern, Selbsthilfegruppen zu suchen, um dort in Gespräche zu kommen, Bedürfnisse wahrzunehmen und diese in interessante Forschungsansätze zu verwandeln. Das ZAT arbeitet dabei im Wesentlichen mit Implementation von KI. Vom Bedürfnis zu einem möglichen Forschungsergebnis können dabei einige Monate vergehen und der leitende Professor Dr.-Ing. Christian Ressel betonte, das daran anschließend eine eventuelle Vermarktung ein weiterer Schritt zum Erfolg sei. Die Gastgeber präsentierten in ihren PC-Räumlichkeiten im Anschluss einen Blick in die Welt der KI-gestützten Möglichkeiten und stellten drei laufende Projekte vor. Beeindruckend war eine Eyetracking-Technologie für AD(H)S-erkrankte Personen, bei der jeweils die fokussierte Zeile eines Schriftstückes hervorgehoben wurde. Der Modus konnte dabei ausgewählt werden zwischen farblicher Hinterlegung oder beispielsweise Unschärfe der umgebenden Zeilen.

Ein spannender Nachmittag, der vielfältige Hoffnungen für die SELBSTBESTIMMUNG von Menschen mit besonderen Bedürfnissen entstehen ließ!

A.Brey

@AdobeStock_303096069



Der Termin für das nächste Treffen von Papillon Aktiv wird baldmöglichst bekanntgegeben. Wir freuen uns auf Euch !

Fibromyalgie: Ein Überblick über eine verbreitete, aber doch verkannte Erkrankung

Fibromyalgie ist eine chronische Schmerzkrankung, die durch weit verbreitete Schmerzen im Bewegungsapparat, Müdigkeit, Schlafstörungen und oft auch durch emotionale und psychische Probleme gekennzeichnet ist. Die genaue Ursache von Fibromyalgie ist noch nicht vollständig verstanden, jedoch wird angenommen, dass eine Kombination aus genetischen, umweltbedingten und psychologischen Faktoren eine Rolle spielt.

Die Symptome von Fibromyalgie können von Person zu Person variieren, aber die häufigsten Beschwerden sind diffuse Schmerzen, die oft als stechend oder brennend beschrieben werden. Viele Betroffene berichten auch von einer erhöhten Empfindlichkeit gegenüber Berührungen, Geräuschen und Licht. Neben den körperlichen Symptomen leiden viele Menschen mit Fibromyalgie auch unter kognitiven Schwierigkeiten, die oft als "Fibro-Nebel" bezeichnet werden. Dies kann Konzentrationschwierigkeiten, Wortfindungsstörungen, Gedächtnisprobleme und eine verminderte geistige Klarheit umfassen.

Die Diagnose von Fibromyalgie kann herausfordernd sein, da es keinen spezifischen Test gibt, der die Erkrankung eindeutig identifizieren kann. Ärzte stützen sich häufig auf die Krankengeschichte des Patienten, eine körperliche Untersuchung und die Ausschlussdiagnose anderer Erkrankungen. Es ist wichtig, dass Betroffene ihre Symptome genau dokumentieren und offen mit ihrem Arzt über ihre Erfahrungen sprechen.

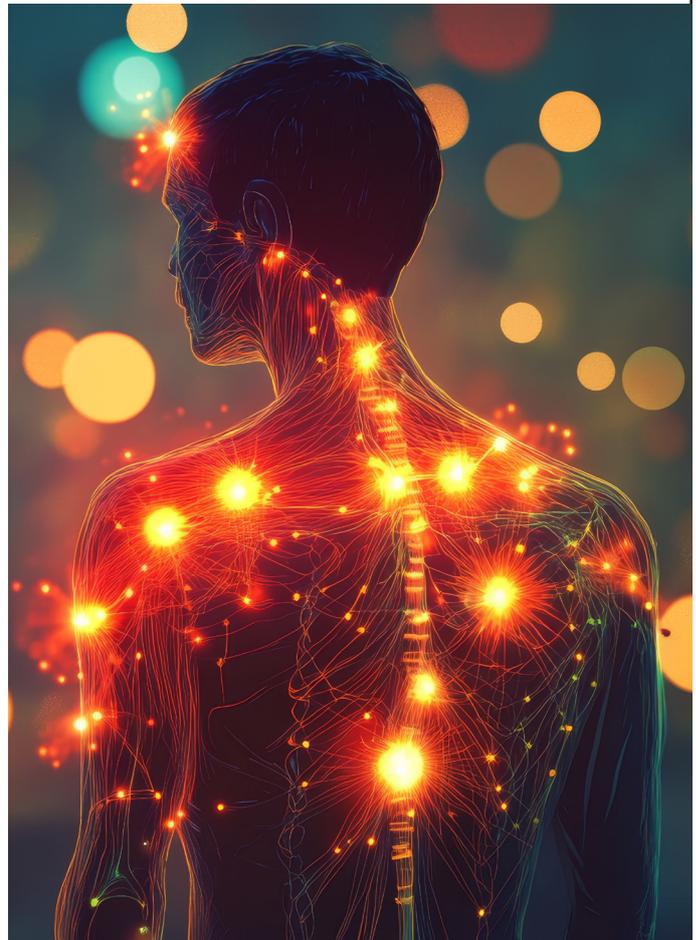
Die Behandlung von Fibromyalgie ist oft multidimensional und kann eine Kombination aus medikamentöser Therapie, physikalischer Therapie, psychologischer Unterstützung und Lebensstiländerungen umfassen. Schmerzmittel, Antidepressiva und Antikonvulsiva werden häufig eingesetzt, um die Symptome zu lindern. Darüber hinaus können regelmäßige Bewegung, Stressbewältigungstechniken und eine gesunde Ernährung dazu beitragen, die Lebensqualität der Betroffenen zu verbessern.

Es ist wichtig zu betonen, dass Fibromyalgie eine ernsthafte Erkrankung ist, die das tägliche Leben erheblich beeinträchtigen kann. Unterstützung

von Familie, Freunden und Selbsthilfegruppen kann für Betroffene von unschätzbarem Wert sein. Der Austausch mit anderen, die ähnliche Erfahrungen gemacht haben, kann helfen, das Gefühl der Isolation zu verringern und neue Bewältigungsstrategien zu entwickeln.

Da sie nahezu komplett eine Ausschluss-Diagnose ist, ist mit Stigmatisierung der Patienten zu rechnen. Sie ist nicht im Blut nachweisbar, kann nicht im bildgebenden Verfahren dargestellt werden und ist eben auch nicht an anderen Werten konkret messbar. Sie ist eine komplexe Erkrankung, die ein umfassendes Verständnis und eine individuelle Herangehensweise an die Behandlung erfordert.

M.K



©generiert mit KI über stock.adobe.com

Angebote des sozialpsychiatrischen Zentrums Kleve

Hagsche Str. 86 • 47533 Kleve

Beratungen

Beratungstermine können Sie telefonisch vereinbaren unter: **02821 - 775060**

Termine Juli 2025



Sackstraße 88 • 47533 Kleve

Tel: 02821/7130137

Erreichbarkeit nur in den Angebotszeiten

Öffnungstage

Di	01.07.	16:00 – 19:00	Freizeittreff
Mi	02.07.		Wie und wo ich wohnen will, entfällt
Fr	04.07.	16:00 – 19:00	Freizeittreff
So	06.07.	11:00-13:00	Sonntagsbrunch mit Anmeldung während des Freizeittreffs
Di	08.07.	16:00 - 19:00	Freizeittreff
Fr	11.07.	16:00 – 19:00	Freizeittreff
So	13.07.	11:00 – 13:00	Sonntagsbrunch mit Anmeldung während des Freizeittreffs
Di	15.07.	16:00 - 19:00	Freizeittreff
Mi	16.07.	19:00 – 20:30	Angehörigen Selbsthilfegruppe
Fr	18.07.	16:00 - 19:00	Freizeittreff
So	20.07.	11:00 – 13:00	Sonntagsbrunch mit Anmeldung während des Freizeittreffs
Di	22.07.	16:00 - 19:00	Freizeittreff
Fr	25.07.	16:00 - 19:00	Freizeittreff
So	27.07.	11:00 – 13:00	Sonntagsbrunch mit Anmeldung während des Freizeittreffs
Di	29.07.	16:00 - 19:00	Freizeittreff

Weitere Hilfsangebote

SeeleFon

Eine Hotline vom Bundesverband der Angehörigen psychisch Kranker (BApK).
01805 950 951 oder 0228 71 00 24 24
Mo - Do 10-12 Uhr und 14 bis 20 Uhr
Fr 10 - 12 Uhr und 14 bis 18 Uhr

Mutes

Muslimisches Seelsorge Telefon
030 4435 09 821
24 Stunden täglich
dienstags auch auf Türkisch

Angebote des sozialpsychiatrischen Zentrums Geldern

Markt 6 • 47608 Geldern

Beratungen

Beratungstermine können Sie telefonisch vereinbaren unter: 02831 974460

Termine Juli 2025



Markt 6 • 47608 Geldern

Öffnungstage

Mi 02.07.2025	17:00 – 19:30
Fr 04.07.2025	16:00 – 18:30
Mo 07.07.2025	17:00 – 19:30
Mi 09.07.2025	17:00 – 19:30
Fr 11.07.2025	16:00 – 18:30
Mo 14.07.2025	17:00 – 19:30
Mi 16.07.2025	17:00 – 19:30
Fr 18.07.2025	16:00 – 18:30
Mo 21.07.2025	17:00 – 19:30
Mi 23.07.2025	17:00 – 19:30
Fr 25.07.2025	16:00 – 18:30
Mo 28.07.2025	17:00 – 19:30
Mi 30.07.2025	17:00 – 19:30

Donnerstag 03.07.2025 von 14.00 Uhr - 15.00 Uhr

Redaktionssitzung "Papillon -Life" (in den Räumen des SPZ Geldern, Markt 6)

Der Quartiermacher

Vielleicht sucht jemand von euch eine Wohnung, kennt jemanden der eine zu vermieten hat, oder möchte vielleicht eine Wohngemeinschaft bilden? Kurz gesagt alles was mit Wohnung zu tun hat.

Dann können wir darüber reden, diskutieren und uns austauschen.

Über eine rege Teilnahme würde ich mich sehr freuen.

Termine :

Jeden ersten Mittwoch im Monat von 14:30 bis 16:00 Uhr, Sackstraße 88 in Kleve

Euer Quartiermacher, **Tom Böhm**



Weitere Hilfsangebote

Beratung Depression

0800 3344533

Mo, Di, Do: 13 bis 17 Uhr

Telefonseelsorge

0800 1110 111 oder

0800 1110 222

24 Stunden an 365 Tagen im Jahr

Veranstaltungen / Eintritt frei oder sehr kostengünstig (07 / 2025)



08.07.2025 15:00 bis 18:00 Uhr Bücherbasar in Sevelen

Romane, Krimis, Sachbücher, Hörbücher, sowie Kinder- und Jugendbücher und Spiele werden auf dem Basar im Gemeindehaus der evangelischen Kirche auf der Rheurder Straße verkauft. Es gibt selbstverständlich auch Snacks und Kaffee.

09.07.2025 „GeldernerSommerTour“2025

Insgesamt 8 Live-Konzerte an acht Orten, jeweils mittwochs, es beginnt in Walbeck, darauffolgend mittwochs in Kapellen (9.Juli), über Lüllingen, Veert, Marktplatz Geldern, Pont (6.August), Hartefeld und der Abschluss in Geldern am 20.August - immer von 18 Uhr - 22 Uhr

Repariertermin in der reparierBar Geldern - 17.00 - 20.00 Uhr

Wir reparieren **an jedem 1. und 3. Mittwoch eines Monats** in den Räumen der Diakonie defekte Gegenstände. Bringen Sie alles, was Sie allein tragen können. Die Reparaturen finden in Ihrem Beisein statt. Annahmeschluss: 19:15 Uhr, Ostwall 20, Geldern, Kontakt: 02831/1323566 oder info@reparier-bar-geldern.de

12.07.2025 - 20.07.2025 - 14:00 bis 22:00 Uhr Kirmes in Kleve

Die beliebte Kirmes in Kleve findet in diesem Jahr vom 12.07. bis zum 20.07 wieder im Herzen der Stadt auf den Parkflächen Wiesenstraße und Ludwig-Jahn-Straße statt

26.07.2025 „So klingt der Solegarten“ - Kevelaer

Live-Musik, kühle Getränke und leckere Speisen – darauf können sich die Besucher der Veranstaltung „So klingt der Solegarten“ freuen. Anlässlich des fünften Geburtstages des Solegarten St. Jakob findet ein einzigartiger Konzert-Abend von 18 bis 22 Uhr statt, der Eintritt ist frei

Das Blutspendezentrum des DRK lädt spendebereite Bürger an folgenden Terminen und Orten zur Spende ein:

Freitag 11.07.2025 in Emmerich evangelisches Gemeindehaus von 16-19:30 Uhr

Freitag 11.07.2025 in Goch Leni-Valk Realschule von 15-19:30 Uhr

Dienstag 15.07.2025 in Geldern (Pont), Haus der Vereine, 16:30 -19:30 Uhr,

Freitag 18.07.2025 Goch-Pfalzdorf Freiherr von Motzfeld Gesamtschule von 15:00-19:30 Uhr

Es sollten jeweils vorab Termine reserviert werden

Ausblick auf den kommenden Monat:

02.08.2025 Stadtfest in Kevelaer - ganztägig

Das Kevelaerer Stadtfest lockt mit buntem Bühnenprogramm, Bands, Trödelmarkt, Vereinsständen und vielem mehr direkt am Anfang des Monats August

Tolkien Tage - zwischen Gandalf, Hitze und Kupfergold

Die Tolkien Tage sind ein Festival und Mittelaltermarkt inspiriert vom Herr der Ringe und Der Hobbit. Es werden die Seestadt, Gondor und Co aufgebaut. Das Gelände bietet also nicht nur hervorragende Stände und wunderbare Menschen, sondern auch etwas fürs Auge. Ich war vom 09.06 - 15.06 auf den Tolkien Tagen in Pont. Wie jedes Jahr war es ein magisches Spektakel mit gutem Essen, wunderschönen Gewandungen und sogar einer Erweiterung des Geländes. Dieses Jahr war noch eine Sache anders, die Tolkien Tage gingen einen Tag länger als in den Jahren zuvor. Von Montag bis Donnerstag Abend kümmerten wir uns um den Aufbau der Zeltplätze, damit alle gemütlich und komfortabel die Zeit verbringen konnten. Die Anreise der Besucher verlief dadurch glatt und ohne Probleme.

Donnerstag Abend: Am ersten offiziellen Tag wurde traditionell ein Film, passend zu den Tolkien Tagen gezeigt. Dieses Jahr fiel die Wahl auf Tolkien. Eine Verfilmung der Biographie, des Autors.

Freitag Abend: Am Freitag versammelten wir uns vor der großen Bühne auf dem Ascheplatz, denn dieses Jahr gab es ein richtiges Konzert. Es spielten The Tolkien Ensemble, Kupfergold, Hadadanza und Feuerschwanz. Mein persönliches Highlight war Kupfergold. Sie sind eine kleine Mittelalter Rockband und jedes Jahr auf den Tolkien Tagen. Es lohnt sich in ihre Musik rein zu hören. Für viele jedoch war das Highlight Feuerschwanz als Hauptact. Mit Feuer und Wumms auf dem Schlagzeug beschallten sie und das Gegröle der Fans das Gelände.

Samstag: Am Samstag hatte das Gelände den ganzen Tag geöffnet. Die Hitze stand noch immer in der Luft. Es wurden bis zu 32 Grad. Dennoch war das Gelände gefüllt. Die Stände verkauften alles von Mittelalter Gewandungen, zu Salamis bis hin zu Gemälden. Eine Besonderheit die mir jedes Jahr auffällt ist, wie zuvorkommend und lieb die Menschen sind. Die Verkäufer und Schausteller sind voller Energie und mit Herzblut dabei. Bis dann das erste mal der Platzregen kam. Ein kleines Gewitter kam auf. Man hieß die Abkühlung jedoch nicht lange willkommen. Denn bald wurde das Gelände vorzeitig geschlossen und eine Unwetterwarnung wurde rausgegeben.

Alle Besucher und Camper mussten zur Sicherheit in die Autos. Gegen 0 Uhr durften wir wieder in unserer

Zelte. Sonntag: Gegen 5 Uhr morgens wurden wieder alle in ihre Autos geschickt und die Schausteller die im Wald schliefen, wurden evakuiert. Das große Gewitter kam. Es war definitiv eine Erfahrung, im Auto zu schlafen. Der Rest des Sonntags war ruhig und gemütlich. Trotz der Nässe genossen wir die Zeit und hatten Spaß. Ich hatte an diesem Tag einige meiner Schulter-Drachen dabei. Dabei ist das Schönste, dass alle so tun, als wären die Drachen echt und handzahn, so das auch viele Kinder meine Drachen mal streichen wollten.

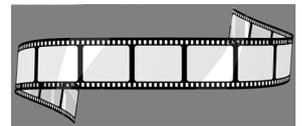
Fina Jansen



Zwei langjährige Mitarbeiterinnen,
Heike Kummetat und Christiane Becker,
wurden in den wohlverdienten Ruhestand verabschiedet.
Die Geschäftsführung ehrt die Kolleginnen
für Ihren langjährigen Einsatz bei Papillon e.V.!
Wir bedanken uns sehr herzlich bei den beiden
und wünschen beiden einen guten Start in die neue Lebensphase!



Psychiaterin meets Zeitreisenden in apokalyptischem -Virus-Szenario. (12 Monkeys)



...klingt nicht nur verrückt - isses auch. Aus dem Jahr 2035 wird ein ehemaliger Straftäter ins Jahr 1986 zurückgeschickt, um eine Virusepidemie aufzuhalten - und landet ersteinmal im Irrenhaus.

Tja, so lief das noch in den 90'ern. Wer aus der Reihe tanzte, als psychisch auffällig galt wurde erstmal weggesperrt. Und das für sehr lange Zeit. Unsere Gesellschaft war so stock - konservativ, das man sich tatsächlich von solch skurilen Gestalten bedroht fühlte in seinem gutbürgerlichem Sozialverständnis. Damals galt in breiten Teilen der Gesellschaft das „anders sein“ als Gefahr für Leib und Leben. Da reichte schon die Tätowierung oder das lang getragene Haar bei jungen Männern aus, um auf die schiefe Bahn kompromettiert zu werden. Und von da aus war es nicht mehr weit bis zum „langhaarigen Ökoterroristen“. Ein Gros der Gesellschaft ging davon aus, das solche Individuen rehabilitiert werden müssen - Verständnis? Fehlanzeige. Unserem Helden in -the 12 monkeys- geht es da nicht anders, als er erstmal in der Klappsmühle landet. Er kann fliehen - aber es ist ja auch nur ein Film. For real müsste er ersteinmal Einsichtigkeit beweisen, dann Reha bis zum erbrechen und schliesslich in eine besondere Wohnform wechseln. Ob der nochmal auf die Beine gekommen wäre ? Wir wissen es nicht.

Dem Virus ist das jedenfalls relativ egal. Der bricht nämlich auch aus, aber richtig. dumm gelaufen halt. Ich bin kein Fachmann in Sachen Epidemologie, aber hätte man da vielleicht ein wenig besser zuhören können/sollen/müssen? Wäre ja nicht das erste mal, das ein Kinoknüller von gestern die Realität in die Gegenwart projiziert. Auf jeden fall hätte man doch ein Sicherheitsnetz für solche Fälle „andenken“ können.

Und vielleicht wären wir heute schon sehr viel weiter in unserem Verständnis zu Psychosen und solchen Dingen. Oder anders gesagt - ein guter Film braucht doch den Bezug zur Realität, auch wenn die rein fiktional wäre ?! Und dieser ist auf jeden fall ein Klassiker der Cinematik. Grosse Geschichte, klasse gemacht - unbedingt ansehen

DM

Alles auf einer Karte - 600 km mit dem Deutschland - Ticket



Das Deutschlandticket, kurz D-Ticket oder DT, informell bis zur Preiserhöhung zum Jahreswechsel 2024/25 auch 49-Euro-Ticket genannt, ist eine deutschlandweit gültige Monats- bzw. Zeitkarte für den öffentlichen Personennahverkehr.

Ja, die Einführung des Deutschlandtickets war ein Meilenstein für die Mobilität und eine positive Errungenschaft für Millionen von Bürgern, das kann man, so ganz ohne Übertreibung sagen. Ein Ticket, das für das ganze Land gilt! Und die Möglichkeiten des Reisens dieser Art sind nahezu unbegrenzt. Ob spontane Tagesausflüge oder Reisen in weiter entfernte Ziele innerhalb Deutschlands, ist Alles möglich



Das ist natürlich soweit gut und schön, doch wie sieht es mit dem Deutschlandticket im "Praxistest" aus, sozusagen 1x quer durch Deutschland mit nur einer Karte ?

Gesagt, getan, natürlich ist ein bisschen Vorplanung schon erforderlich, soviel sei schon mal gesagt, sprich: Zugver- und - anbindungen, denn ansonsten kann das Urlaubsabenteuer schnell zum unangenehmen Horror - Trip werden, man will ja auch irgendwann mal ankommen. Denn, wie schon erwähnt, das Deutschlandticket gilt nur für alle Regionalverbindungen, Busse etc.

Da muss man auch schon mal ein bisschen kreativ werden und vor allen Dingen flexibel sein , raus aus der Komfortzone. Ein herausforderndes Abenteuer, das wirklich Spaß macht, wenn man sich einmal darauf eingelassen hat. Also unser erster kleiner Kurzurlaub, wir fangen erstmal ganz harmlos an , führt uns ab Kleve (Niederrhein) mit Zwischenstop Münster (Wstf.) und 2 Tagen Aufenthalt weiter zu dem kleinen Städtchen Jever in Ostfriesland, das etwa 17 km vom Wattenmeer entfernt liegt, dort verbringen wir gut 4 Tage, bis es dann wieder zurück nach Kleve geht.



INFO: Die kreisfreie Stadt Münster in Westfalen ist Sitz des nach ihr benannten Regierungsbezirks in Nordrhein-Westfalen. Die Stadt an der Münsterschen Aa liegt zwischen dem Ruhrgebiet und Osnabrück im Zentrum des Münsterlandes. Mit 65.000 Studenten (2018) gehört Münster zu den zehn größten Universitätsstädten Deutschlands. Außerdem ist Münster durch sein fahrradfreundliches Stadtbild als Fahrradstadt bekannt. Münster ist eine feine, und sehr sehenswerte Stadt, die sogar nicht wie eine (Gross)Stadt wirkt. Was Städtetouren

angehen, sollte man Münster unbedingt auf dem Schirm haben, sehr lohnenswert, es gibt eine Menge zu sehen und zu entdecken, hier Alles aufzuzählen, würde den Rahmen sprengen, vor allen Dingen nehmt bitte genügend Zeit mit und informiert Euch im Vorfeld. Für das LWL Landesmuseum um z.B. haben wir fast einen ganzen Tag gebraucht + kleiner Sightseeing - Tour in Münster. Das Busverkehrsnetz in Münster ist einfach super, man hat kurze Wartezeiten und man kommt überall hin, mit dem Auto würde ich gar nicht erst anreisen. Alle wichtigen Punkte in Münster, z.B. rund um den Prinzipalmarkt sind fußläufig gut erreichbar, und zum Shoppen / Cafes / Kneipen, ist man auch direkt in der innenstadt.

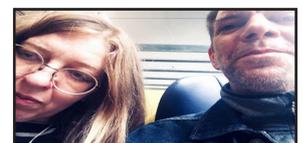
Fahrräder fahren kreuz und quer, sie haben die Macht, also Vorsicht ! Münster ist nun mal Fahrradsstadt. Kommt ein Pulk von Fahrradfahrern, und die sind oft ziemlich schnell unterwegs , so heisst es als Fußgänger : Land gewinnen! Viele Häuser / Gebäude in dieser Stadt sind sehr pittoresk und architektonisch besonders schön, da lockt es Einen schon in den berühmten Friedenssaal am Prinzipalmarkt oder in die diversen gotischen Kirchen oder in den St. Paulus - Dom Münster, sehr sehenswert. Zeit mitbringen 1



Oder wer gerne mal ins Grüne möchte oder ans Wasser, der Aasee z.B. ist zu Fuß , aber auch mit dem Bus gut erreichbar, ansonsten hätten wir da noch die Promenade, die fast den innerstädtischen Bereich von Münster umschliesst, lädt zum Spazieren oder Radfahren ein. Entlang der Promenade zwischen Schloss und Aasee findet an mehreren Termine im Jahr der sog. Promenadenflohmarkt statt. Es lohnt sich. Termine vorher checken.



JEVER : Jever ist die Kreisstadt des Landkreises Friesland in Niedersachsen, Deutschland und staatlich anerkannter Erholungsort. Der Name der Stadt ist durch die gleichnamige Biermarke international bekannt. Jever liegt im Jeverland, dem nordöstlichen Teil der ostfriesischen Halbinsel. Die Stadt befindet sich in der Nähe der niedersächsischen Nordseeküste, rund 15 Kilometer westlich von Wilhelmshaven und dem Jadebusen entfernt.



Geschäftsstelle
 Josef Berg, Geschäftsführer,
 Bernard Majkowski, stellv. Geschäftsführer
 Hagsche Str. 86, 47533 Kleve
 Tel.: 02821-77500
 info@vereinpapillon.de

Verwaltung
 Katharina Changezi, k.changezi@vereinpapillon.de
 Bianca Cornelißen, B.Cornelissen@vereinpapillon.de
 Britta v.Heek, b.vanheek@vereinpapillon.de
 Hagsche Str. 86, 47533 Kleve
 Tel.: 02821 77500

Fachliche Leitung der besonderen Wohnform Papillon e.V.
 Julia Woerner, j.woerner@vereinpapillon.de

Besondere Wohnform
 Meißnerstraße 9 und 11, 47533 Kleve
 Tel.: 028213988100
 Kristina Fischer und Carsten Kruse,
 B1_bereichsleitung@vereinpapillon.de

Besondere Wohnform
 Mittelweg 50-52 & Kleine Rembrandtstr. 27,
 47533 Kleve, Tel.: 028213988200
 Stefan Steeger & Sabine Foemer
 B2_bereichsleitung@vereinpapillon.de

Besondere Wohnform Kastanienweg 17 und
 s'Heerenbergerstr. 83, 46446 Emmerich
 Tel.: 028213988300
 J. Woerner, C. Greeven & M. Baumann
 B3_bereichsleitung@vereinpapillon.de

Sozialpsychiatrisches Zentrum (SPZ) Kleve und ambulante Wohnhilfen
 Hagsche Straße 86, 47533 Kleve
 Tel.: 02821 775060
Kontaktstelle Kalisho, Sackstraße 88, 47533 Kleve
 Nicole Ritter, n.ritter@vereinpapillon.de
 Sarah Kalscheuer, s.kalscheuer@vereinpapillon.de

Tageszentrum Kleve
 Kleine Rembrandtstraße 21, 47533 Kleve
 Tel.: 02821 775050
 Ingrid Klösters, i.kloesters@vereinpapillon.de
 Ralf Walter, r.walter@vereinpapillon.de

Sozialpsychiatrisches Zentrum (SPZ) Geldern Beratung, Kontaktstelle und Tagesstätte
 Markt 6, 47608 Geldern
 Tel.: 02831 974460
 Anna Heetfeld, a.heetfeld@vereinpapillon.de
 Alice Brey, a.brey@vereinpapillon.de

Ambulante Wohnhilfen Geldern
 Anne Späth, a.spaeth@vereinpapillon.de
 Tel.: 02831 974460

Papillon bietet Beratung in:

Kleve
 Kontakt:
 Nicole Ritter
 Hagsche Straße 86 – 02821 77500

Goch
 Kontakt:
 Michael van Bentum
 Am Steintor 10 - 02823 4193216

Emmerich
 Kontakt:
 Frederick Neufeld
 Kim Kämmler
 Neumarkt 4-6 – 02822 9755077

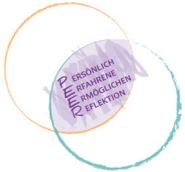
Geldern
 Kontakt:
 Alice Brey
 Markt 6 – 02831 974460

oder online-Beratung über:
<https://vereinpapillon.de>

Hilfe bei der Wohnungssuche:

Quartiermacher


 Tom Böhm
 Mobil: 0171 8684836




Susanne
 Tel.: 015144014725


Carmen
 Tel.: 0151 44014713


Alice
 Tel.: 02831 9744620


Monika
 Tel.: 0151 44014704