

Der perfekte Urlaub

Abseits der Hotspots hat Bad Gögging in der Hallertau viel Platz zum Urlaubmachen

Bad Gögging liegt in der Hallertau – dem größten zusammenhängenden Hopfenanbaugebiet der Welt – und ist noch ein echter Geheimtipp für Urlauber. Ein schönes Fleckchen Erde, eingebettet zwischen Donauauen und den unendlichen Hopfengärten, mit viel Platz, bezaubernden Landschaften und dem ältesten Römerbad nördlich der Alpen. Groß geworden ist der Ort durch das in dieser Form in Bayern einzigartige natürliche Vorkommen der drei Heilmittel Thermalwasser, Schwefelwasser und Naturmoor.

Viele Gäste kommen wegen der Heilmittel nach Bad Gögging. Und dann kommen sie meist wieder, denn ein Urlaub reicht nicht aus für all die Freizeitmöglichkeiten, die kulturellen Angebote und die Ausflugsziele. Da ist zum Beispiel der Donaudurchbruch am Kloster Weltenburg, nur zwölf Kilometer entfernt von Bad Gögging und gut zu Fuß oder mit dem Rad erreichbar. Hier befindet sich die älteste Klosterbrauerei der Welt.

In der Klosterwirtschaft und im Biergarten wird die Historie von fast einem Jahrtausend höchster Braukunst lebendig. Wer gerne länger in dieser schönen Atmosphäre sitzen bleiben möchte, kann ganz bequem mit dem Freizeitbus (mit Radanhänger) die Heimkehr antreten. Oder fährt auf dem Schiff durch das Naturschutzgebiet der Weltenburger Enge und durch den spektakulären Donaudurchbruch nach Kelheim und dann zurück mit dem Freizeitbus.

Themenwege, Fernrad- oder Fernwanderwege – die Auswahl ist groß. Die gut ausgeschilderten Routen führen in alle Himmelsrichtungen. Die flachen Donauauen und das leicht hügelige Hinterland der Hallertau sind besonders geeignet für Radausflüge mit der ganzen Familie. Sportlicher wird es bei Touren in Richtung Süden ins Altmühltal. Mit einem interaktiven Tourenplaner kann man sich Rad- oder Wandertouren zusammenstellen, ob Kloster-Tour, Limes-Radweg oder Hallertauer Hopfentour. Letztere widmet sich dem „flüssigen Gold“. Sie führt von Bad Gögging in den Bierkunstort Abensberg. Dort krönt man die genussvolle Tour mit einem Besuch in „Kuchlbau-



Ideal für eine Rast: Der Weltenburger Kiesstrand direkt am gleichnamigen Kloster lädt zum Verweilen ein. Foto: Tourismusverband im Landkreis Kelheim e.V.

Gewinnspiel

Wir verlosen fünf Nächte für zwei Personen im Doppelzimmer inklusive Verwöhn-Halbpension im Drei-Sterne Kurhotel Kaiser Trajan. Dazu gibt es pro Person ein römisches Schwefelbad, eine altbayerische Naturmoorpackung und eine medizinische Kaiser-Massage. Eigene Anreise. Reisetermin nach Absprache außerhalb der Hochsaison.

Seit vielen Jahren ist das renommierte Drei-Sterne-Haus bekannt für die angenehme Kombination aus Wellness und Gesundheit. Schon beim Eintritt in den neu gestalteten Empfang und die Lobby



Hier übernachten die Gewinner: im Kurhotel Kaiser Trajan in Bad Gögging. Foto: Hotel

spürt man, dass es sich im Kaiser Trajan nicht um ein „strenges“ Kurhotel handelt. Neben den medizinischen Anwendungen mit Schwefel und Moor lassen sich Wellness- und Kururlauber auch gerne mit wohltuenden Massa-

gen oder Schönheitsbehandlungen verwöhnen. Im Fitness- und Gymnastikraum ist Bewegung angesagt, während man sich an der neu geschaffenen Bar bei Kaffeespezialitäten entspannt und beim abendlichen Cocktail in

ungezwungener, gemütlicher Atmosphäre den Abend ausklingen lässt. Nach dem Motto „Essen hält Leib und Seele zusammen“ kreiert das Küchenteam mediterrane, leichte Kost, aber auch typisch deftige, regionale Schmankerln. Ob kalorienarme Naturküche, cholesterinbewusste oder auch vegetarische Gerichte – Kulinarik gehört zum Verwöhn- und Gesundheitsprogramm des Hauses.

Aktivurlauber und Naturfreunde schätzen die vielen Freizeitaktivitäten rund um Bad Gögging, sei es beim Wandern, Nordic Walking oder Radeln

durch die nahe gelegenen Donauauen. Das Hotel verleiht kostenlos Fahrräder.

Kaiser Trajan Kurhotel, Römerstraße 8, 93333 Bad Gögging, Tel. 09445 9660, www.kaiser-trajan.de

Einfach anrufen!

Gewinn-Hotline: 01378 402052

Viel Glück!

Der Anruf kostet 50 Cent aus dem Festnetz der Deutschen Telekom (abweichende Preise aus den Mobilfunknetzen). Mitarbeiter dieser Zeitung und ihrer Tochterunternehmen sowie deren Angehörige sind von der Teilnahme ausgeschlossen. Teilnahmeschluss: Freitag, 7. August 2020.

ers Bierwelt“. Schon von Weitem ist der 35 Meter hohe vergoldete Zwiebelturm erkennbar. Er ist ein Projekt nach Plänen des Künstlers Friedensreich Hundertwasser. Im Biergarten direkt neben dem Turm hat man die große Auswahl an Weißbieren – gebraut mit besten Rohstoffen aus der Hallertau.

Auch römische Geschichte gibt's im Vorbeiradeln. Nur wenige Kilometer von Bad Gögging am rechten Ufer der Donau liegt in Eining das Kohortenkastell Abusina. Das ehemalige Militärlager, in dem Hunderte von römischen Soldaten die Grenze des Römischen Imperiums sicherten, ist heute Bestandteil des Unesco-Weltkulturerbes Limes und bietet großen und kleinen Besuchern spannende Einblicke in die Römerzeit.

In Bad Gögging kann man nicht nur an den Donau-Auen die Füße ins Wasser halten und sein Handtuch zum Sonnenbad ausbreiten. Die Limes-Therme im Ortszentrum bietet neben Badespaß jede Menge gesunder und entspannender Anwendungen. Alle drei Naturheilmittel des Ortes werden hier verwendet. Wer ins Moor abtauchen möchte, bucht ein Moorbad und spürt die wohltuende Wirkung für Gelenke, Haut und Gemüt. Kreidepakungen, Schwefelbäder, Moorpakungen oder einfach nur Badespaß – hier werden Erholung und Entspannung geboten.

Zehn Innen- und Außenbecken, gefüllt mit dem heilenden Thermalwasser, Römer-Sauna, Therapie- und Trainingsräume oder die Totes-See-Salzgrotte spiegeln die ganze Vielfaltigkeit der Badelandschaft wider. Auch einige Hotels bieten Anwendungen mit den heimischen Heilmitteln an. Im Kaiser Trajan Kurhotel zum Beispiel setzt man neben Mooranwendungen den Fokus auf Schwefelwasser.

Und wer die Ruhe im Grünen genießen möchte, findet immer ein romantisches Plätzchen am Kursee nahe dem Kurhaus. Hier gibt es auch die beliebten Kurkonzerte, Kabarettveranstaltungen und Führungen – natürlich unter den aktuellen Corona-Auflagen.

Informationen zur Region:
Tourist Information Bad Gögging, Tel. (0 94 45) 9 57 50, bad-goegging.de

Mit vier kleinen Rädern auf Reisen

Der Beginn der schönsten Nebensache der Welt gerät für Rollstuhlfahrer leicht zur Tortur – aber das muss nicht sein

Von Liesl Hammer

Reisen, entdecken, erleben. Das wollen alle, oder? Auch Menschen mit Behinderung? Selbstverständlich. Sind deutsche Flughäfen oder Bahnhöfe für behinderte Menschen ausreichend zugänglich? Allermeistens. Könnten sie verbessert werden? Natürlich. Aber was kann die Öffentlichkeit ganz pragmatisch tun, um Rollstuhlfahrern auf Reisen zu helfen? Diese fünf Tipps einer Rollstuhlfahrerin sind gedacht für Menschen, die helfen wollen, aber vielleicht Berührungängste haben oder sich nicht sicher sind, wie man mit behinderten Menschen umgeht oder sich ihnen gegenüber hilfreich verhält.

Augenkontakt hilft mehr als Worte: Augen sind das Fenster zur Seele, und ein offener Blick ist eine zentrale Höflichkeit, die man seinen Mitmenschen erweisen kann. Wer einem behinderten Menschen freundlich in die Augen sieht, erkennt ihn als Mitmenschen an. Mit Augenkontakt ist es außerdem leichter zu entdecken, wer um Hilfe bittet und wer lieber in Ruhe gelassen werden will. Sind die Signale positiv und offen, dann ist das Eis meist schon gebrochen, und es fällt leichter, auf den anderen zuzugehen, ihn anzusprechen und Hilfe



Ob am Flughafen, am Bahnhof oder im Hotel: Andere Urlauber können mit einfachen Mitteln helfen. Foto: Srt-Archiv

anzubieten. Wenn dieser erste Schritt getan ist, ergibt sich der Rest oft von selbst.

Hilfe anbieten leicht gemacht: Rollstuhlfahrer sind auch Menschen. Sie reagieren auf ein Hilfsangebot genauso wie Nichtbehinderte: Manche Rollifahrer werden das Angebot dankend ableh-

nen, manche freudig annehmen. Der Trick dabei ist es, Ängste und Barrieren zu überwinden und einfach (mit Augenkontakt) zu fragen. Denn für behinderte Menschen ist es viel schlimmer – und gelinde gesagt auch nerviger –, mitleidige Seitenblicke zu ernten oder gar einfach nur angestarrt zu werden, als Hilfe angeboten zu

bekommen. Augenkontakt, Hilfe anbieten und ganz normal behandeln sind hier also die Maxime. Die junge Mutter mit Kinderwagen und der Rollifahrer vor der Treppe unterscheiden sich im Prinzip nicht. Einmal so verinnerlicht, wird der Rollstuhl nicht zur Barriere, sondern zur Einladung, Kontakt aufzunehmen und Hilfe anzubieten.

Konkrete Hilfe mit Gepäck: Wie trägt ein Rollstuhlfahrer eigentlich einen Koffer? Genau. Für die meisten Nichtbehinderten ist das ein Klacks, für Rollstuhlfahrer aber eine echte Herausforderung: Da können Nichtbehinderte in Aktion treten und sich Pfadfinder- und Heldenpunkte verdienen. Ein Rollstuhlfahrer, der mit seinem Gepäck kämpft, ist eine offene Einladung, denn der Gepäcktransport von A nach B, über den Nichtbehinderte nicht viel nachdenken müssen, ist mit Rollstuhl ein Problem. Das gilt auch für das Heben von Gepäckstücken, z.B. am Gepäckband oder bei der Gepäckaufgabe.

Türen als Barrieren überall: Meist haben Türbauer keine Ahnung, wie schwer es für einen Rollstuhlfahrer sein kann, eine Tür zu öffnen. Das gilt vor allem für massive Türen auf Flughäfen, z.B. zu den Toiletten, oder auf Bahnhöfen. So werden Türen

leicht zu allgegenwärtigen Barrieren. Manche Rollstuhlfahrer können zum Öffnen die Füße zu Hilfe nehmen, manche aber eben auch nicht. Eine freie, funktionstüchtige Hand nützt nichts, wenn das Trittbrett des Rollstuhls im Weg ist. So eine Situation ist leicht zu interpretieren, und die Abhilfe liegt auf der Hand. Nur einige Sekunden Zeitaufwand, und schon ist die Tür aufgehalten und der Rollstuhlfahrer durch.

Ein behinderter Mensch als Sitznachbar im Flieger: Mobilitätshilfen und Flugbegleiter helfen behinderten Menschen im Flieger auf ihren Platz. Dort angekommen, werden sie aber meist schnell allein gelassen und sind auf Sitznachbarn angewiesen. Was tun? Richtig: Augenkontakt, lächeln, Hilfe anbieten. Schon sind Ängste abgebaut: Berührungängste untereinander und

die Angst des Gegenübers vorm Alleinsein oder angestarrt zu werden.

Dann ist es auch leicht, eine Packung Chips zu öffnen oder ein Gespräch zu beginnen. So wird ein Flug zu einer entspannten Reise statt zu einer Tortur. Jeder hat die Macht zu helfen. Als Nebenmensch. Als Mitmensch. Nur keine Angst.

Weitere Infos

Internet: Ratgeber-Webseiten zum Umgang mit Behinderten: behinderung.org/umgang-miteinander.htm; de.wikihow.com/Mit-Menschen-mit-Behinderungen-richtig-umgehen

Blog der Autorin: liesl-hammer.net

Nordsee

CUXHAVEN-DÖSE, FeWo's für 2-4 P. frei ab 22.08., 6 P. ab 04.09., Garten, Grilllecke, Tel. 04721 42090

Esens-Neugaude, Urlaub bei Grete und Ewald, ländlich, ruhig, freundliche Familie, Zimmer m. Frühstück 21 €, FeWo 40 €. ☎ 04977/758

Gute Reise

Sylt

Sylt-Hotelperlen.de
25980
GmbH, 3 kleine Hotels, neues edles Ambiente, herzlich
familiär geführt, Strand-/Zentrumsnähe, Maybach 1,
7 Tg. ab 389 €, 4 Tg. ab 249 €, inkl. Fr.-Buffet,
Prospekt, ☎ 0 46 51 / 2 30 23

Spanien

Mallorca, Cala Millor, Apartment
(83 qm) zu vermieten, sehr gute Aus-
stattung, direkt am Strand, max. 5 Per-
sonen, ☎ 0172 2752235