



MAGAZIN

Die Beilage der Lebenshilfe-Zeitung mit Leichter Sprache

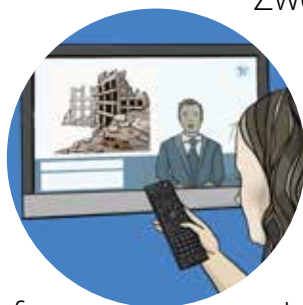


Krieg in
Europa

Liebe Leser und Leserinnen!

Eigentlich dachten wir:
In Europa können wir
in Frieden leben.
Aber plötzlich gibt es Krieg.
Vielen macht der Krieg Angst.
Sie sorgen sich und wissen
nicht: Wie wird das alles
weitergehen? Darum geht es auf
den Seiten **4, 5 und 10**.

Menschen mit Beeinträchtigung
gibt es auch in der Ukraine.
Für sie und ihre Angehörigen sind
Krieg und Flucht besonders schwer.
Viele Menschen in Deutschland helfen.
Dazu gehört die Stiftung Drachensee.
Sie hat eine Spenden-Aktion gestartet.
Mit dem Geld hat sie 170 geflüchtete
Menschen mit Beeinträchtigung
und ihre Angehörigen
nach Deutschland geholt.
Und für alle eine Unterkunft gefunden.

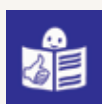


Zwei Familien erzählen uns von
ihrem Leben in der Ukraine.
Sie berichten von ihrer Flucht
und wie es ihnen hier in
Deutschland geht. Lesen
Sie dazu die Seiten **6 bis 9**.

In **kurz + knapp** auf den
Seiten **11 und 12** finden Sie Infos
zum Krieg in der Ukraine in Leichter
Sprache. Außerdem berichten wir
vom Parlamentarischen Abend.

Auf den Seiten **13 und 14** bereiten
wir Aubergine mit Grill-Käse zu.
Das Rätsel ist dieses Mal ein
Bild-Sudoku. Was das ist?
Schauen Sie auf Seite **15**!

Wir wünschen Ihnen
einen friedlichen Sommer.
Ihre **Magazin-Redaktion**



Sie können sich das Magazin auch
vorlesen lassen: [www.lebenshilfe.de/
informieren/publikationen/
magazin-in-leichter-sprache](http://www.lebenshilfe.de/informieren/publikationen/magazin-in-leichter-sprache)



Impressum



Werden Sie Fan!
www.facebook.com/lebenshilfe

Herausgeber

Bundesvereinigung Lebenshilfe e.V., Raiffeisenstraße 18 · 35043 Marburg

Redaktion

Ina Beyer, Kerstin Heidecke, magazin@lebenshilfe.de

Prüfergruppe Leichte-Sprache

Sandra Köpp, Daniel Küppers, Mirko Müller, Sebastian Richter, Benjamin Titze

Gestaltung, Satz

Ina Beyer 3in1 redaktion | grafik | leichte sprache

Illustrationen

S. 2 und 4: Inga Kramer mit genehmigter Bearbeitung durch Ina Beyer, Seite 6/7
und 15: Ina Beyer, S.12 u.: Cover-Illustration: Reinhild Kassing

Fotos

Titel, S. 3, 6-9, 11, 13-14: Hans D. Beyer, S. 2, 10, 16: Ina Beyer, S. 5 r.: Elli Sandner,
S.6 m.: privat, S. 7 m.r.: Nadine Retkowski, S. 16: Ina Beyer

Hinweis zum Datenschutz

Das Magazin wird regelmäßig ins Internet eingestellt. Bitte beachten Sie dies,
wenn Sie uns Ihre Einwilligung zur Veröffentlichung von Fotos geben.
Weitere Informationen finden Sie unter: www.lebenshilfe.de/Datenschutz

Druckvorstufe

BEYER foto.grafik, Berlin

Druck

Heider Druck GmbH

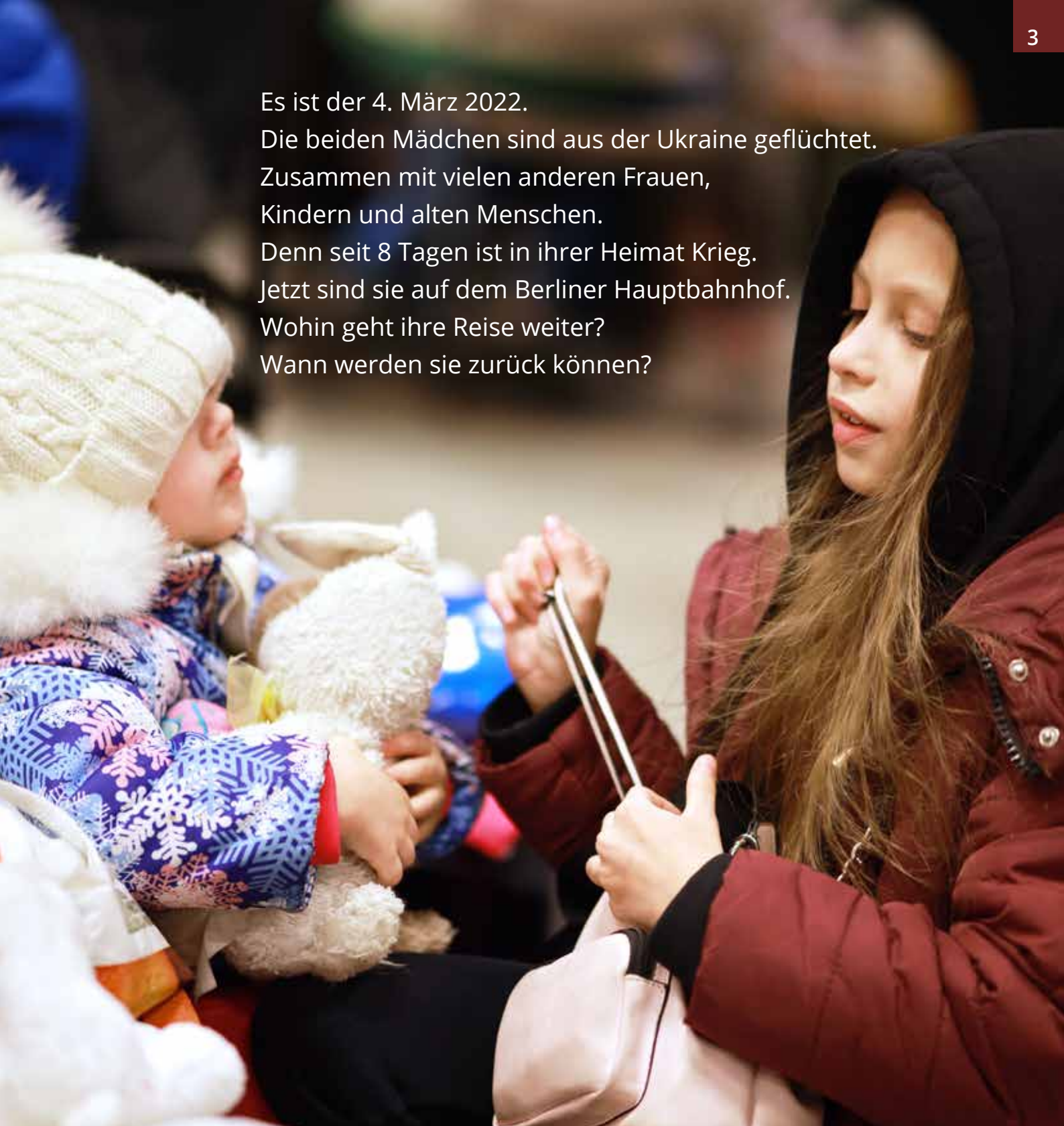
Abo-Bestellung

Das Magazin kann auch im Abonnement schriftlich bestellt werden. Der Jahrespreis
mit Zustellkosten: 2,50 Euro je Magazin. Nachlässe gibt es bei Sammelbestellungen
ab 8 Abos. Bitte telefonisch erfragen unter 06421/491-116 oder im Internet schauen:
www.lebenshilfe.de, Rubrik: Informieren/Publikationen der Lebenshilfe/Magazin in
Leichter Sprache.

Das Magazin erscheint
viermal jährlich als Beilage
zur Lebenshilfe-Zeitung mit
freundlicher Unterstützung
des Bundesministeriums für
Familie, Senioren, Frauen
und Jugend.



**Bundesministerium
für Familie, Senioren, Frauen
und Jugend**



Es ist der 4. März 2022.
Die beiden Mädchen sind aus der Ukraine geflüchtet.
Zusammen mit vielen anderen Frauen,
Kindern und alten Menschen.
Denn seit 8 Tagen ist in ihrer Heimat Krieg.
Jetzt sind sie auf dem Berliner Hauptbahnhof.
Wohin geht ihre Reise weiter?
Wann werden sie zurück können?

Es ist so leicht,
niederzureißen und zu zerstören.
Helden sind jene,
die Frieden schaffen und aufbauen.

Nelson Mandela

Angst vor Krieg

Im Fernsehen, in der Zeitung
und in den Sozialen Medien:
Es geht um den Krieg in der Ukraine.
Wir sehen schreckliche Bilder.
Und wir lesen furchtbare Geschichten.
Deshalb haben auch in Deutschland viele Menschen Angst.



Warum haben wir Angst?

Wenn etwas Furchtbares passiert,
kann das Angst machen.
So ist es mit diesem Krieg.

Wir fühlen uns fast so,
als wären wir selbst mittendrin.
Weil wir so viele Bilder
und Filme vom Krieg sehen.
Immer gibt es neue Nachrichten.
Und viele fragen sich zum Beispiel:
Wie viel hat Deutschland
mit dem Krieg zu tun?
Was ist mit den Waffen-Lieferungen?

Was kann gegen die Angst helfen?

Trotzdem leben wir unser Leben
weiter.
Wir fühlen mit.
Und müssen doch nicht mitleiden.
Es ist wichtig,
gut auf sich aufzupassen.
Doch wenn die Angst zu groß wird,
soll man sich Hilfe holen.
Es gibt viele Beratungs-Stellen,
die unterstützen können.

Den meisten Menschen hilft bereits:
Nicht die ganze Zeit Nachrichten
sehen oder hören!
Es reicht 1-mal oder 2-mal am Tag.
Am besten auf großen
Nachrichten-Sendern.
Die ganzen Meinungen in den
Sozialen Medien anzuschauen,
tut dagegen oft nicht gut.

Was tut uns gut?

Es ist wichtig, ganz normale Dinge zu tun.
Und zwar das, was einem Spaß macht:

- eine Runde spazierengehen,
- sich mit Freunden treffen,
- mit seinem Haustier spielen.

Das kann entspannen.

Was können wir für andere tun?

Es kann auch gut tun, wenn wir helfen.
Wenn wir selbst aktiv werden.
Wir fühlen uns nicht mehr so hilflos.
Es gibt viele Möglichkeiten,
die Menschen in der Ukraine
zu unterstützen.

Die Lebenshilfe und viele andere Hilfs-Organisationen aus Deutschland helfen

In der Ukraine leben 2,6 Millionen Menschen mit Beeinträchtigung. Sie trifft der Krieg besonders hart.

Schaffen sie es, aus der Ukraine zu fliehen?

Wie können sie in ihrer Heimat unterstützt werden?

Hier 2 Hilfs-Beispiele:



Mitten in Kiew gibt es eine besondere Bäckerei. Hier arbeiteten vor dem Krieg 20 Menschen mit Beeinträchtigung. Einige sind geflüchtet. Mittlerweile arbeiten 10 von ihnen wieder in der Bäckerei. Die Bäckerei will den Menschen in Kiew helfen. Sie macht die Aktion:

Jeden Tag 1.000 Brote für die Ärmsten.

Die **Lebenshilfe Heinsberg** unterstützt die Bäckerei. In ihren Cafés in Heinsberg verkaufen sie Buchteln. Das ist ein typisches Gebäck aus der Ukraine. Das Geld spenden sie der Bäckerei in Kiew. Damit sie weiter Mehl kaufen und Brote backen kann.



Kurz nach Kriegs-Beginn startet die **Stiftung Drachensee** in Kiel eine große Spenden-Aktion. Sie ist Mitglied der **Lebenshilfe Schleswig-Holstein**. Die Menschen spenden sehr viel Geld. Viele Freiwillige melden sich als Fahrer oder Fahrerinnen: Mit 43 Mini-Bussen fahren sie zu mehreren Orten in Polen. Dort holen sie insgesamt 170 Geflüchtete ab. Es sind Menschen mit Beeinträchtigung und ihre Angehörigen. Sie bringen sie nach Schleswig-Holstein und Mecklenburg-Vorpommern. Dort werden sie privat, in Gemeinden oder von Vereinen aufgenommen. Und sie bekommen auch weiterhin Unterstützung. Auf den nächsten Magazin-Seiten berichten wir über zwei Familien.





Rita
und
Maxim



Unser Leben vor dem Krieg

Rita und ich sind seit 2 Jahren ein Paar. Wir kommen aus der Stadt Sumy. Sie liegt im Nord-Osten der Ukraine. Dort hatten wir zusammen eine eigene kleine Wohnung. 2-mal in der Woche bekam ich Unterstützung durch Sozial-Arbeiter.



Mein Geld habe ich selbst verdient. Mit einem eigenen kleinen Laden: Ein selbst-gebauter Laden auf meinem E-Rolli. An der Straße habe ich kleine Haushalts-Sachen angeboten. Die Leute haben bei mir eingekauft.

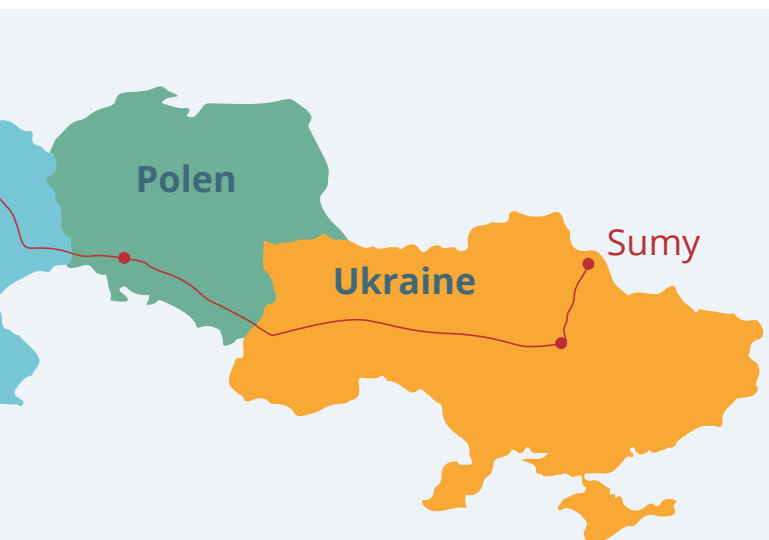
Rita und ich kamen gut zurecht. Wir hatten ein glückliches Leben. Wir haben Ausflüge gemacht. Und wir hatten unsere Freunde.

Der Krieg und die Flucht

Doch dann kamen die ersten Panzer. In den Nächten fielen Bomben. Wir zogen zu Maxims Eltern. Doch überall waren zu steile Treppen. Wir kamen nicht runter in den Keller. Bomben fielen auf unseren Bahnhof. Da haben wir entschieden: Wir fliehen! Ich konnte nicht mehr.

Wir mussten mit dem Bus fliehen. Der Bus brauchte 22 Stunden für die Fahrt nach Poltawa. Dort lebt meine Mutter. Zusammen flohen wir drei schnell weiter: mit einem Zug nach Polen. Denn mein Bruder lebt in Breslau. Dort angekommen, waren wir sehr erleichtert. Wir wollten bei ihm bleiben, bis der Krieg zu Ende ist.

Aber Maxim braucht Unterstützung. Das klappte in der Wohnung nicht. Mein Bruder suchte im Internet nach einer Lösung. So erfuhr er von der Hilfs-Aktion: Menschen mit Beeinträchtigung können nach Deutschland. Meine Katze musste in Polen bleiben. Das war sehr schlimm für mich.



**Elli
Sandner**

Flucht-Hilfe nach Deutschland

Ich arbeite bei der Stiftung Drachensee in Kiel.
Dort bin ich in einer Wohnstätte für Menschen mit Beeinträchtigung. Bei der Aktion war ich sofort dabei. Meine Mitfahrerin und ich haben uns erst auf der Fahrt kennengelernt.

Wir holten Rita und Maxim in Breslau aus der Wohnung ab. Als ich sie sah, fragte ich mich: Wie haben sie es bloß bis hierher geschafft? Was sie alles durchgemacht haben!



Wir haben es hier in Kiel sehr gut.
Ich fühle mich wieder sicher.
Aber ich vermisse meine Heimat.
Jeden Tag verfolgen wir die Nachrichten.
Maxim möchte bald hier arbeiten.
Vielleicht in einer Werkstatt.

Ich habe ihnen auf einer Karte gezeigt, wo wir hinfahren.
Sie sind gerne ins Auto gestiegen.

Erst in der Nacht kamen wir an.
Doch Rita wollte nicht aussteigen.
Die Dunkelheit machte ihr Angst.
Ich habe einen Umweg mitten durch die erleuchtete Stadt Kiel gemacht.
Bei der 2. Unterkunft klappte es.
Heute sehe ich sie endlich wieder.
Ich bin erleichtert: Es geht ihnen gut.



Jegor

Marina

Nikita

Flucht aus unserer Heimat

Unser Zuhause ist Saporischschja.
Das liegt im Süd-Osten der Ukraine.
Die Stadt kennen viele.
Denn bei uns ist das größte
Atom-Kraftwerk.

Meine beiden Jungen gehen
auf eine besondere Schule.
Denn Nikita und Jegor sind etwas
langsamer in ihrer Entwicklung.
Die Caritas hat uns unterstützt.
Schon seit dem Jahr 2015.
Die Jungen bekamen Therapien.
Und es gab tolle Freizeit-Angebote.

Dann wurde die Stadt angegriffen.
Wir haben uns im Haus versteckt.
Die Fenster-Scheiben sind zersplittert.

Fast alle Kinder dieser Schule sind
mit ihren Müttern geflohen.
Auch da hat uns die Caritas geholfen.
Wir hatten eigene Zug-Wagons.
Die waren nur für unsere Kinder.
Ich bin sehr dankbar dafür.

In Polen haben andere
Hilfs-Organisationen übernommen.
Wir wurden mit Autos abgeholt.
Ich habe mich wieder sicher gefühlt.

Wir haben so viel Glück gehabt!

Wir haben hier in Kiel
eine Wohnung ganz für uns.
Nikita hat ein eigenes Zimmer.
Die Leute haben so viel gespendet.
Wir haben Kleidung und
Spiele für die Kinder bekommen.

Nikita und Jegor gehen in die Schule.
Sie sind in einer Klasse.
Dort lernen sie mit anderen Kindern
Deutsch.

Mein Mann ist in der Ukraine.
Er ist beim Militär.
Jeden Abend sehen wir uns über Video.
Er will uns nicht belasten.
Deshalb erzählt er uns nicht,
was er dort erlebt.
Wir wissen: Unser Haus steht noch.
Liebe Nachbarn versorgen
unsere Tiere.
Wir haben einen Hund und Katzen.
Nikita und Jegor vermissen
die Tiere sehr.

Die Menschen hier in Deutschland
sind alle sehr nett zu uns.
Nie habe ich mir so eine große
Hilfs-Bereitschaft vorstellen können.
Es geht uns hier wirklich gut.

**Lars
Thomsen**



Flucht-Hilfe nach Deutschland

Ich bin bei der Evangelischen Bank. Schon lange habe ich Kontakt zu der Stiftung Drachensee. Als ich von dem Aufruf hörte, habe ich mich sofort gemeldet. 2 Tage später ging es schon los. Wir waren mit 12 Bussen unterwegs. In Polen angekommen, haben uns Hilfs-Organisationen unterstützt. Sehr viele Menschen mussten auf die Autos verteilt werden. Natürlich hatten viele Angst. Gruppen wollten zusammen in ein Auto. Sie wollten auf keinen Fall getrennt werden.



Ich habe Marina mit ihren beiden Jungs gesehen. Wir haben uns mit den Augen verständigt und geklärt: Sie fahren bei uns mit. Eine andere Mutter und ihr Kind kamen noch dazu. Mit diesen 5 Personen ging es zurück nach Deutschland.

Ich möchte Marina und ihre Jungs weiter begleiten. Ich habe selbst 3 Kinder. Die sind in einem ähnlichen Alter wie Jegor und Nikita. Außerdem haben wir einen Hund. Und die beiden freuen sich, mit ihm zu spielen.



Neulich haben wir gemeinsam einen Tages-Ausflug gemacht. Wir waren zusammen am Strand. Auch wenn wir unterschiedliche Sprachen sprechen: Es war für alle ein schöner Tag.

Marina hat von diesem Tag einige Erinnerungs-Fotos auf ihrem Handy. Die zeigt sie hier stolz:





Krieg in der Ukraine – Was bedeutet das für uns? Was passiert da gerade in der Welt?

Das fragen sich viele Menschen. Es ist schwer, alles zu verstehen.
Aber es steht fest: Der Ukraine-Krieg betrifft die ganze Welt.

Droht auch Deutschland Krieg?

Nein. Es ist ein Streit zwischen der Ukraine und Russland. Die Ukraine möchte zum Westen gehören. Der russische Präsident heißt Putin. Er will das verhindern. Die Ukraine möchte in die EU aufgenommen werden. Das ist die Europäische Union. 27 Länder gehören dazu. Außerdem wollte die Ukraine in die NATO. Das ist eine Verteidigungs-Gemeinschaft. Zur NATO gehören viele westliche Länder. Auch Deutschland ist in der NATO. Wird ein Land aus der NATO angegriffen, helfen alle anderen Länder. Putin will aber: Die Ukraine soll ein Teil von Russland sein. Deshalb hat er die Ukraine angegriffen.

Was ist mit Öl und Gas aus Russland?

Deutschland und viele andere Länder kaufen Öl und Gas aus Russland. Mit dem Verkauf verdient Russland viel Geld. Das Geld kann Putin für Waffen ausgeben. Die Waffen setzt er in der Ukraine ein. Das wollen die westlichen Länder nicht. Sie wollen lieber woanders Öl und Gas kaufen. Aber das ist gar nicht so einfach.

Denn die Länder bekommen ihr Öl und Gas hauptsächlich aus Russland. Es lässt sich nicht so leicht ändern. Deshalb sind schon jetzt die Energie-Preise stark gestiegen: Die Preise für Strom, für die Heizung und für Benzin.

Weil überall Energie für die Herstellung von Waren gebraucht wird, steigen auch alle anderen Preise. Zum Beispiel die Preise für Lebensmittel.

Warum gibt es mehr Hunger in der Welt?

Die Ukraine und Russland haben sehr viel Weizen in die ganze Welt geliefert. Vor allem in die ärmeren Länder. Durch den Krieg geht das nicht mehr. Besonders die Ukraine kann nicht liefern. Die Häfen werden von Russland blockiert. Deshalb kann es zu einer Hungers-Not in vielen Ländern in Afrika kommen. Das darf nicht passieren. Auch deshalb sagen alle: Der Krieg muss schnell aufhören. Es ist viel zerstört worden. Und zu viele Menschen sind gestorben.

Parlamentarischer Abend der Bundesvereinigung Lebenshilfe

Er fand am 17. Mai 2022 in der Landesvertretung von Baden-Württemberg statt. Viele Politikerinnen und Politiker sind gekommen. Auch der Gesundheits-Minister Karl Lauterbach war da und hat gesprochen.



Ulla Schmidt ist Vorsitzende der Bundesvereinigung Lebenshilfe. Sie machte an diesem Abend deutlich:

Menschen mit Behinderung brauchen Unterstützung!

Für die Musik sorgten Katharina Reichelt am Cello. Und Holger Queck hat das Akkordeon gespielt. Sie nennen sich: **dramulettO**.

Das Kunst-Atelier der **Lebenshilfe Weimar/Apolda** stellte einige seiner Bilder aus.



Mehr über den Abend lesen Sie hier:

lebenshilfe.de/parlamentarischer-abend/leichte-sprache



Was passiert gerade in der Ukraine?

Die Bundesvereinigung Lebenshilfe hat viele Informationen zusammengestellt:

Über den Krieg in Europa.

Sie finden die Texte in Leichter Sprache auf der Internet-Seite der Lebenshilfe.

Viele Menschen sind verunsichert.
Der Krieg macht ihnen Angst.
Aber im Moment ist es in Deutschland sicher.
Trotzdem hat der Krieg Folgen.
Auch für uns.
Es geht um Öl, Gas und Lebensmittel.
Alles wird teurer.
Auch das verunsichert.

Die Lebenshilfe kümmert sich besonders um Menschen mit Beeinträchtigung.
Diese Menschen in der Ukraine dürfen nicht vergessen werden.
Deshalb hat die Lebenshilfe für sie ein Spenden-Konto eingerichtet.
Wir alle können helfen.
Hier kommen Sie zur Internet-Seite:

lebenshilfe.de/informieren/familie/krieg-in-der-ukraine-leichte-sprache

Ich weiß nicht weiter

So heißt ein neues Heft in Leichter Sprache.
Es ist von der **Deutschen Hauptstelle für Suchtfragen**.
Sie heißt abgekürzt: **DHS**.
In dem Heft geht es um kritische Situationen.
Und was man tun kann,
um nicht in eine Sucht zu geraten.



Seit 2 Jahren leben wir
mit der Corona-Pandemie.
Jetzt gibt es einen Krieg in Europa.
Wir sehen furchtbare Bilder
aus der Ukraine.
Beides sind kritische Situationen.
Vielleicht fühlen wir uns dadurch
überfordert.
Dazu kommen persönliche Krisen
oder Probleme.
Das sind Situationen, in denen man
in eine Sucht geraten kann.

Deshalb gibt es dieses Heft.
Es soll Menschen helfen,
sich Hilfe zu holen.
Und es bietet einige Tipps:
Was kann ich selbst für mich tun?
Was tut mir gut?

Das Heft hat 40 Seiten.
Man kann es bei der DHS bestellen.
Das Heft gibt es kostenlos.
Hier kann man es als PDF herunterladen:

www.dhs.de/infomaterial/ich-weiss-nicht-weiter



Warum gibt es diesen Krieg?

Die Hintergründe sind schwer zu begreifen.
Dieses Heft gibt Erklärungen in Leichter Sprache.
Die **Diakonie Hephata** hat es geschrieben.

Was bedeutet Krieg?
Wer ist Putin?
Und warum hat er

die Ukraine angegriffen?
Welche Folgen hat dieser Krieg?
Was kann ich machen?
Um diese und weitere Fragen
geht es in dem Heft.
Außerdem gibt es viele
Wort-Erklärungen.

Das Heft hat 15 Seiten.
Die **EKHN** empfiehlt dieses Heft.
EKHN ist die Abkürzung von:
**Evangelische Kirche
in Hessen und Nassau.**
Auf ihrer Internet-Seite können Sie sich
das Heft als PDF herunterladen:

[ekhn.de/aktuell/detailmagazin/news/
krieg-in-der-ukraine-in-leichter-sprache-erklart](http://ekhn.de/aktuell/detailmagazin/news/krieg-in-der-ukraine-in-leichter-sprache-erklart)

Aubergine mit Grill-Käse

- 1 Aubergine
- 80 g* Kirsch-Tomaten
- 100 g Grill-Käse
- 1 Knoblauch-Zehe
- 20 g Pinien-Kerne



- Saft einer 1/2 Zitrone
- 3 Zweige frische Minze
- 6 EL Oliven-Öl
- 1 TL Senf
- Salz und Pfeffer

Mengen
kürzen wir ab.

Zum Beispiel:
80 g = 80 Gramm



Aubergine mit Grill-Käse



1 Die Knoblauch-Zehe schälen und ganz klein schneiden



In einer Pfanne ohne Öl die Pinien-Kerne auf mittlerer Hitze rösten, dabei oft wenden, da sie schnell braun werden



2 Die Minze waschen, in Küchen-Papier trockentupfen und anschließend fein hacken



Nun den Grill-Käse in kleine Stücke schneiden



3 Den Saft einer halben Zitrone auspressen



Öl in einer Pfanne erhitzen, Aubergine-Scheiben hinzufügen, mit Salz und Pfeffer würzen



4 2 EL Oliven-Öl, 1 EL Zitronen-Saft, 1 EL Senf, Knoblauch, Minze, Salz und Pfeffer in eine Schüssel geben und gut verrühren



Von beiden Seiten 5-6 Minuten anbraten, dann die Aubergine-Scheiben wieder herausnehmen



5 Die Aubergine waschen und in 1-2 cm dicke Scheiben schneiden



Etwas mehr Öl in die Pfanne geben und den Grill-Käse von jeder Seite 4 Minuten anbraten



6 Auch die Kirschtomaten waschen und dann halbieren

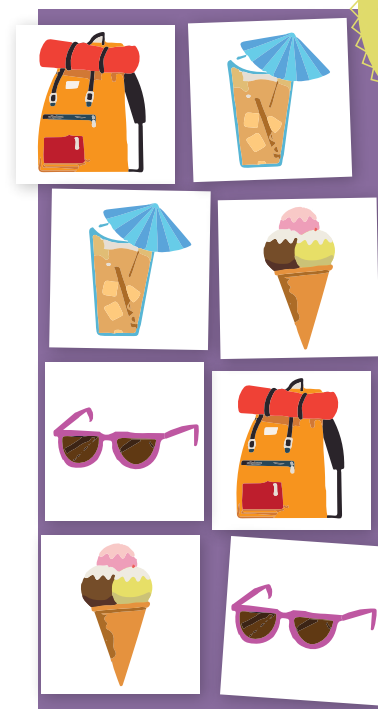


Aubergine, Grill-Käse, Tomaten-Hälften und Pinien-Kerne auf einen Teller geben, zuletzt die Soße darüber verteilen

Sudoku: Was gehört in welches Kästchen?

Sudoku ist ein japanisches Rätsel.
Wir haben 16 Felder.
Und es gibt 2 Richtungen:
4 Reihen haben 4 Felder waagerecht.
4 Reihen haben 4 Felder senkrecht.
8 Felder sind belegt, 8 sind noch frei.
Welche Bilder gehören
in die freien Felder?

Denn jedes der 4 Bilder darf nur
einmal in jeder Reihe vorkommen.
Schneiden Sie die Bilder aus und
kleben diese auf das richtige Feld.
Schicken Sie uns das fertige Sudoku
auf einer Postkarte zu.
Oder machen Sie ein Foto von der Lösung.
Das schicken Sie uns in einer E-Mail.



Es sieht
schwer aus. Ist
es aber gar nicht.
Versuchen Sie
es!



Der Preis

Zu gewinnen gibt es 20-mal ein Mikrofaser-Tuch mit dem Aufdruck **Heute ist ein guter Tag für Wunder**. Mit dem Tuch kann man alle Bildschirme reinigen: ob Tablet oder Handy. Natürlich lassen sich damit auch Brillen-Gläser putzen.

Schicken Sie bitte Ihre Lösung
bis zum 31. August an:
Bundesvereinigung Lebenshilfe
Magazin-Redaktion
Hermann-Blankenstein-Straße 30
10249 Berlin
E-Mail: verlosung@lebenshilfe.de

Die richtige Lösung
vom letzten
Preis-Rätsel
ist:



In Träumen, Spiegeln
und Wasser
trifft man den Himmel
und die Erde.

Weisheit aus China

