

# KOMM RUNTER

IM  
HERBST /  
WINTER

## INHALT AUSGABE HERBST / WINTER 2020

### CORONA

Wir sind auch in der  
Krise für Sie da.

### HERBST / WINTER SPEZIAL

Der blaue Faden  
von Theessen  
bis Achern.

### GET THE FLOW

Damit Sie auch bei  
langen Autofahrten  
beweglich bleiben.

### GESCHICHTEN AUS DEM AUTOHOF

Hier ist immer  
etwas los!

### TIPPS FÜR REISEN IM WINTER

Wo brauche ich  
Schneeketten?

### FÜR UNSERE KLEINEN

Rätsel, Spiel  
und Spaß.



Der Autohof.





Die Bilder wurden vor Einführung der Corona-Maßnahmen aufgenommen.

## WIR SIND IMMER FÜR SIE DA

AUCH IN KRISENZEITEN

**S**eit Anfang des Jahres ist ein Wort in aller Munde: **CORONA**. Das Virus SARS-CoV-2, umgangssprachlich einfach **Coronavirus** genannt, verbreitete sich ab Ende Februar rasend schnell und war nicht länger nur ein Problem im asiatischen Raum, sondern schwappte plötzlich in alle Länder der Welt über.

Das Robert-Koch-Institut riet der Bevölkerung in Deutschland, bei Krankheitssymptomen zuhause zu bleiben und weder zur Arbeit zu gehen noch mit öffentlichen Verkehrsmitteln zu fahren. Auch der Besuch beim Hausarzt sollte vorher genau telefonisch abgeklärt werden. Des Weiteren wurde ein Mindestabstand von 1,5 Meter zu haushaltsfremden Personen angeordnet und schon bald darauf kam in Bayern und später auch in anderen Bundesländern der Beschluss, dass die eigene Wohnung oder das Haus nur noch in dringenden Fällen, also beispielsweise zum Einkauf oder für den Weg zur Arbeit verlassen werden darf und man keine Personen außerhalb des eigenen Hausstandes treffen dürfe – auch keine Familienmitglieder. Die inzwischen überall geltenden Regeln wie häufiges Händewaschen

mit Seife, das Tragen einer Mund-Nasen-Bedeckung, die Hust- und Niesetikette sowie das Abstandhalten haben sich einigermaßen gut in der Bevölkerung manifestiert, sodass die Fallzahlen nach einer ersten Welle im März immer weiter abflachten. Während all dieser Zeit wurde immer abends auf den heimischen Balkonen für die Pflegekräfte und ÄrztInnen geklatscht, die selbstverständlich aufgrund ihres Einsatzes auch unbedingt größtes Lob verdienen. Was uns in der **Euro Rastpark** Familie allerdings aufgefallen ist und uns sehr zu denken gegeben hat, war **der Umgang mit unseren LKW-Fahrerinnen und VerkäuferInnen, die tagtäglich unter großen Anstrengungen und erschwerten Bedingungen für uns alle die Stellung und damit auch die Versorgungskette weiter am Laufen gehalten haben**. Es ist ein Unding, dass gerade in Krisenzeiten nicht mehr aufeinander geachtet wird. Die Trucker, die teilweise mit den Kräften am Ende bei uns angekommen sind, erzählten von geschlossenen Duschen und Toiletten, teilweise komplett geschlossenen Autohöfen oder Dixiklos auf Firmenhöfen, bei welchen sie zum Laden Halt machen mussten. Wie soll

jemand, der jeden Tag mehrere Stunden auf der Straße unterwegs ist, um uns alle mit Nahrung und Hygieneartikeln zu versorgen, die geltenden Hygieneregeln umsetzen, wenn er oder sie sich nicht einmal nach dem Toilettengang anständig die Hände waschen kann?! Auch die Tatsache, dass die Restaurants schließen mussten, war für viele schrecklich. Wenn man schon mehrere Stunden am Tag in der Fahrerkabine sitzt, dann möchte man wenigstens zum Essen eine andere Umgebung. **Wir vom Euro Rastpark haben versucht, so gut es uns nur irgendwie möglich war, den Alltag der LKW-FahrerInnen einigermaßen angenehm zu gestalten und hatten wie gewohnt 24 Stunden – inklusive Duschen, Toiletten und Bistro – für unsere Gäste geöffnet.**



Während der Welle im März, als die Fallzahlen immer weiter anstiegen, haben wir uns kurzerhand entschlossen, an all unseren Standorten die **Drehkreuze zur Toilette aufzumachen**, sodass sich alle Gäste jederzeit die **Hände waschen und desinfizieren konnten**.

Wir haben versucht, schnell auf die Restaurantschließungen zu reagieren und unseren **Click-In Store** ins Leben gerufen. LKW-FahrerInnen und Gäste konnten also **ab sofort an 11 teilnehmenden Standorten ihr Essen per WhatsApp vorbestellen und mussten es dann nur noch im Autohof abholen**. Glücklicherweise durften wir inzwischen auch unsere Restaurants wieder öffnen und nach und nach zum Normalbetrieb zurückkehren.

**Einige unserer Pächter haben sich in den schwierigsten Zeiten ein paar kleine Annehmlichkeiten für die LKW-FahrerInnen einfallen lassen.**

So gab es beispielsweise in den Autohöfen der Familie Radach in Regensburg, Münchberg und Hengersberg am Wochenende kostenlos Kaffee und Kuchen am Parkplatz, an den Standorten von Herrn Kreuztmann in Himmelkron, Asbach-Bäumenheim und Schweitenkirchen bei einer Übernachtung ein gratis Bier, welches die Nachtruhe noch angenehmer machen sollte und bei Herrn Lang in Achern und Waldlaubersheim einen Kaffee aufs Haus. Diese Aktion gab es wenig später auch an vielen anderen Euro Rastparks.



Wir bedanken uns an dieser Stelle noch einmal ganz herzlich bei allen Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern, bei unseren Pächtern, bei all unseren Gästen und vor allem bei unseren LKW-FahrerInnen: **ihr seid unsere persönlichen HIGHWAY STARS und wir sind froh, dass ihr trotz der erschwerten Umstände durchgehalten habt und es uns Dank euch an nichts gefehlt hat. Ihr seid die Besten!**

VON UNS FÜR EUCH

## TOLLE AKTIONEN

WÄHREND DER RESTAURANTSCHLIESSUNGEN

- Gute Nacht Gratis-Bier
- Curry Wurst To Go
- Trucker Dream Hotel  
Übernachtung inkl. Frühstück 54.90 € (DZ zur EZ Nutzung)
- Gratis-Kaffee für LKW Fahrer

Herr Kreuztmann,  
Pächter

Herr Lang,  
Pächter

Herr Radach,  
Pächter



# SAFETY FIRST!



Mindestens **1,5 Meter Abstand** zu anderen halten.



**Niesen oder Husten:**  
Bitte in die Armbeuge.



Häufig für **20 Sekunden** Hände mit **Seife waschen**.



**Hände vom Gesicht fern halten.**



# REISEN ENTLANG DER EURO RASTPARKS

IM HERBST / WINTER – THEESSEN BIS ACHERN



Unser **Euro Rastpark HAMM-UENTROP/ LIPPETAL** hat im nahen Umkreis vor allem für die Kinder viel geboten. Der Maxipark in Hamm bietet neben dem großen Glaselefanten diverse Spiel- und Klettermöglichkeiten für die Kinder und die Maximare Erlebnistherme maximalen Wasserspaß.



Richtung Süden liegt als nächstes unser **Euro Rastpark GUXHAGEN** südlich vor den Toren Kassels. Die einzige Großstadt Nordhessens hat viel an Sehenswürdigkeiten zu bieten: den Bergpark Wilhelmshöhe mit Herkules und Löwenburg, den Staatspark Karlssau und das Schloss Wilhelmstal sind hier nur einige Beispiele.



Ganz im Westen liegt unser **Euro Rastpark WALDLAUBERSHEIM** am Rheintal in Nordrhein-Westfalen. Hier gibt es viele tolle Burgen, hoch über dem Rhein gelegen, zu bewundern. Wer im Advent reist und einen Weihnachtsmarkt besuchen möchte, kann sich zwischen dem Historischen Markt am Mainzer Dom und dem Sternschnuppenmarkt in Wiesbaden entscheiden.

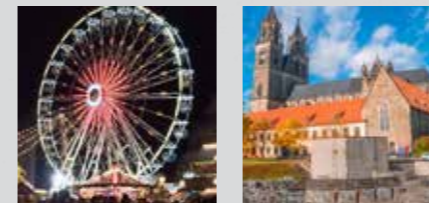
Südlich von Waldlaubersheim an der französischen Grenze kommen wir zum **Euro Rastpark ACHERN** am Achernsee im Schwarzwald, an welchem man im Sommer baden und im Winter Schlittschuhlaufen kann. Rund um Achern kann man tolle Wanderungen machen, Skifahren oder Rodeln.



Fährt man weiter Richtung **FULDA / EICHENZELL** durchquert man Teile des Röhnggebirges, welches definitiv auch einen Besuch wert ist. Von Thermenlandschaften über Wanderungen in der Natur bis hin zum Wintersport gibt es hier nahezu keine Freizeitaktivitäten, die es nicht gibt. Hier ist für die ganze Familie Sommer wie Winter etwas dabei.



Weiter Richtung **HOHENWARSLEBEN** kommen wir vorbei an Sachsen-Anhalts an der Elbe gelegenen Landeshauptstadt Magdeburg. Aufgrund schwerer Zerstörungen im Dreißigjährigen Krieg und im Zweiten Weltkrieg besitzt Magdeburg weniger historische Sehenswürdigkeiten als vergleichbare Städte. Viele Gebäude der Stadtgeschichte, Architektur, Kunst und Kultur wurden vernichtet. Jedoch konnten einige Bau- und Kunstdenkmale wiederhergestellt werden, darunter das Rathaus, der Magdeburger Reiter, der Dom oder das Kloster Unser Lieben Frauen. In Magdeburg gibt es tolle Parkanlagen und Spazierwege entlang der Elbe und auch hier gibt es schöne Adventsmärkte, wie zum Beispiel den Markt in den Gewölben der Festung Mark.



Wir starten im Norden an unserem **Euro Rastpark THEESSEN**. In Sachsen-Anhalt kommen Burgen und Schloss-Liebhaber voll auf ihre Kosten. Ganz in der Nähe von Theeßen liegt Schloss Grabow: Umgeben von altem Baumbestand erhebt sich auf einem künstlichen Hügel ein zweigeschossiges barockes Herrenhaus von 1621, das in eine alte Burgruine gebaut wurde. Von der Wasserburg Grabow aus dem 12. Jh. sind heute noch beträchtliche Reste der Hauptburg auf der von Wasser umgebenen Erhöhung erhalten und im Winter findet hier ein romantischer Weihnachtsmarkt statt.



## DER BLAUE FADEN

### WIE GUT KENNEN WIR EIGENTLICH UNSER EIGENES LAND?

Urlaub bedeutet für die meisten Menschen Strand, Berge, Dschungel: andere Kulturen und Länder kennenlernen. Aber mal ehrlich, wer von uns war schon in allen Bundesländern und nutzt seine Urlaubstage auch mal für einen ausgedehnten Deutschlandurlaub? Laut Statistik sind es nur 30 Prozent der deutschen Bevölkerung. Dabei gibt es auch bei uns wunderschöne Orte und Sehenswürdigkeiten, die einen Besuch auf alle Fälle wert sind. Einige dieser Ziele liegen in der Nähe unserer **Euro Rastparks** und diese werden wir Ihnen in dieser und in den kommenden Ausgaben – jahreszeitabhängig – in unserer Rubrik „der blaue Faden“ vorstellen. Übrigens können Sie an ausgewählten Standorten auch bei uns übernachten. Infos über unsere Hotels finden Sie auf [www.eurorastpark.de](http://www.eurorastpark.de) oder im ausliegenden Infolyer hier am Autohof.





# GESCHICHTEN AUS DEM AUTOHOF

„Vor nicht allzu langer Zeit war an unserem Euro Rastpark Guxhagen ein nettes Ehepaar mit seiner Tochter zu Gast. Die Familie hat bei uns Pause gemacht und gegessen und war sehr angetan von unserem schönen Ambiente und dem guten Service in unserem Haus. Bevor die Familie die Weiterfahrt antrat, suchte die Tochter noch unsere sanitären Anlagen auf. In der Zwischenzeit haben die Eltern das Essen bezahlt, sich nochmal herzlich bei uns bedankt, sind ins Auto gestiegen und weggefahren. Was die beiden nicht bemerkt hatten: Sie haben ihre Tochter bei uns vergessen. Erst nach einer halben Stunde klingelte das Telefon und am anderen Ende war die nette Dame von vorhin. „Entschuldigen Sie bitte, wir waren vorhin bei Ihnen beim Essen und ich glaube, wir haben unsere Tochter vergessen. Bitte seien Sie so lieb und sagen ihr, wir drehen gerade um und holen sie in circa einer halben Stunde wieder ab“. Die Tochter war sehr froh das zu hören und die Familie konnte danach gemeinsam die Weiterreise antreten.“

Herr Chahin,  
Betriebsleiter Guxhagen

Upps!

## Top Tip

Werfen Sie einen kurzen Blick in den Rückspiegel / auf die Beifahrerseite / ins Wohnmobil bevor Sie weiterfahren. Das spart Zeit und im Zweifel auch Ärger mit der Familie.



# ENTSPANNT REISEN

IM HERBST UND WINTER

WENN DIE TAGE WIEDER KÜRZER WERDEN UND SO LANGSAM EIN BISSCHEN SCHNEEGERUCH IN DER LUFT LIEGT, ZIEHT ES VIELE ZUM WINTER- ODER SKI-URLAUB. DAMIT ES EINE ENTSPANNTE UND SICHERE FAHRT WIRD, SOLLTEN SIE EINIGE DINGE BEACHTEN.

## REIFEN UND SCHNEEKETTEN

Bei Winterreifen gilt die alte Faustregel „Von Oktober bis Ostern“, da in diesem Zeitraum die Außentemperatur auf unter 7 °C fallen könnte. Wenn Sie in Gebiete reisen, in denen viel Schnee fallen kann, lohnt es sich, Schneeketten mitzuführen. Das Aufziehen dieser sollte am besten vor der Abfahrt bei Tageslicht geübt werden, um bei schlechten Wetter- und Sichtverhältnissen nicht in Panik zu geraten und eine gewisse Routine zu haben.

WIE MAN GENAU EINE SCHNEEKETTE AUFZIEHT UND WAS BEI DER FAHRT ZU BEACHTEN IST, KÖNNT IHR HIER ANSCHAUEN:



## GUTE VORBEREITUNG SORGT FÜR EINE GUTE FAHRT

Um eine Reise ohne böse Überraschungen zu haben, sollte man im Voraus das Auto noch einmal gründlich checken und die unten genannten Extras mit einpacken. Wir wünschen Ihnen auch in den Herbst- und Wintermonaten allzeit eine gute und sichere Fahrt.

## VERSORGUNG FÜR NOTFÄLLE

Gerade im Winter ist es wichtig, sich gut für Staus zu rüsten. Steht man länger mit abgeschaltetem Motor bei Minusgraden auf der Autobahn, kann das schnell sehr unangenehm werden. Packen Sie sich deshalb neben der üblichen Essens- und Getränkeation auch Thermoskannen mit heißen Getränken sowie einige Wolldecken ins Auto. Natürlich ist es ebenso wichtig, die üblichen Winterutensilien, wie Eiskratzer oder Handfeger parat zu haben und auch eine batteriebetriebene Taschenlampe kann bei Autopannen oder im Stau Gold wert sein.

## RUHE BEWAHREN AUF GLATTER FAHRBAHN

Sollte Ihr Auto auf einer glatten oder schneebedeckten Fahrbahn einmal ins Schleudern geraten, ist es sehr wichtig, Ruhe zu bewahren, konzentriert das Ziel anzuvisieren und auszukuppeln. Erst dann kann mit gezielten Lenkbewegungen die richtige Richtung angepeilt und mit Bedacht gebremst werden. Um im Ernstfall richtig reagieren zu können, macht es durchaus auch Sinn, an einem Winterfahrtraining des TÜV oder des ADAC auf einem Trainingsplatz in Ihrer Nähe teilzunehmen.





# BLEIBEN SIE GESCHMEIDIG

„**S**itzen ist das neue Rauchen“. Dieser Ausspruch wird gerne verwendet, um die in der Gesellschaft weit verbreiteten Rückenleiden mit unserer üblichen Körperhaltung am Schreibtisch zu erklären.

Und tatsächlich sitzen viele von uns tagein, tagaus bis zu 10 Stunden täglich vorm Rechner – sei es im Büro oder später zuhause. Klar, dass dann irgendwann mal die Gelenke knarzen und ein wenig Sand ins Getriebe des Körpers kommt. Auch auf langen Autofahrten geht es uns so, da wir uns hier noch eingeschränkter bewegen können als zum Beispiel im Büro.

Eine alte indische Tradition kann hier schnelle Entspannung und Hilfe bringen: Yoga. Seit 2000 Jahren bereits versuchen Menschen mittels dieser Übungen Kraft, Flexibilität und Ausdauer zu stärken. Auch den Stoffwechsel und das Herz-Kreislauf-System kann man so schnell wieder in Schwung bringen. Deshalb empfehlen wir: raus aus dem Auto und in der Pause ein paar bewusste Minuten für einige Yoga-Übungen reservieren. Hier haben wir einige dieser Übungen für Sie zusammengestellt, die die eigene Beweglichkeit auch auf einem **Euro Rastpark**-Parkplatz verbessern können und für die man kein Yoga-Studio braucht.

Get the Flow

BEWEGLICH  
BLEIBEN

IN 10 MINUTEN

DIE BRÜCKE



Bekannt dafür, das Herz zu öffnen, verleiht diese Asana Flexibilität im Rücken.

DER BAUM



Der Baum kräftigt als Grundlagen-Übung die Muskulatur Ihres ganzen Körpers.

DIE TRIANGEL



Die Triangel stärkt die Beine und streckt die Leistengegend, die Kniesehnen und die Hüften und öffnet Brust und Schultern.

DER KRIEGER



Eine stabile Position im Krieger zu finden, trainiert Kraft, Koordination und Beweglichkeit.

# HEY KIDS, JETZT SEID IHR DRAN!

Im Herbst fallen die bunten Blätter auf den Boden und die Igel verkriechen sich langsam für ihren Winterschlaf unter den gemütlichen Laubhügeln. Weißt Du, welche Tiere noch Winterschlaf halten?

1: Igel



2: Fledermaus



3: Löwe



4: Frosch



## INFO

Im Baum haben sich zwei Eichhörnchen versteckt. Kannst Du sie finden und ausmalen, sodass man sie sehen kann? **Tipp:** ein Eichhörnchen sitzt, ein anderes läuft im Baum abwärts.



Neben dem Igel halten Fledermäuse einen Winterschlaf. Löwen sind auch im Winter aktiv auf Nahrungssuche, um sich und ihrem Nachwuchs das Überleben zu sichern. Um Schnee und Frost zu überstehen, wenden Frösche im Winter einen ganz besonderen Trick an: Sie suchen sich ein sicheres Versteck, fahren den Stoffwechsel herunter und pausieren mit der Nahrungsaufnahme. Nach dieser sogenannten Winterstarre werden sie im Frühjahr wieder aktiv.

**Lösung:**  
Winterschlaf: 1, 2  
Eichhörnchen:  
Schatten Igel: 4

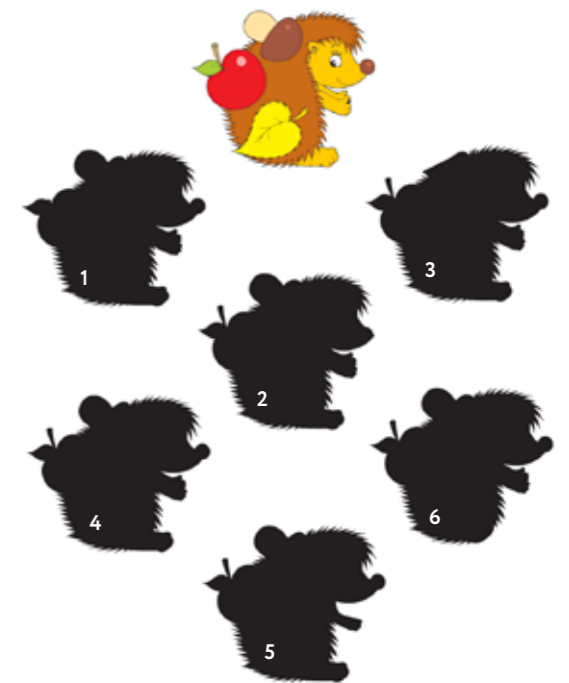
Kannst Du das Bild in herbstlich-bunten Farben ausmalen?



Findest Du die Blätter-Paare? Kreise die zusammengehörigen mit der gleichen Farbe ein.



Welcher Schatten gehört zum bunten Igel?







# 18x IN DEUTSCHLAND



Der Autohof.



EURO RASTPARK GMBH & CO. KG

IM GEWERBEPARK C 25  
93059 REGENSBURG  
+49 941 4008-161

INFO@EURORASTPARK.DE  
FACEBOOK.COM/EURORASTPARK  
WWW.EURORASTPARK.DE

