

## Wichtige Informationen zur Reise nach Russland auf einen Blick (Stand Januar 2007)

<b>Abflug (Mi 14.02.07)</b>	10.25 ab Köln-Bonn 15.40 an Moskau - Vnukovo (dort werden wir abgeholt)
<b>Rückflug (Sa 24.02.07)</b>	20.45 ab Moskau - Vnukovo 22.00 an Köln-Bonn
<b>Geld / Währung</b>	1 Rubel = 100 Kopeken 1 Euro entspricht derzeit ca. 34,40 Rubel. 1 Rubel entspricht also 2,9 ct. 100 Rubel entsprechen 2,90 Euro. Umtausch in Russland am Flughafen, bei Banken oder Wechselstuben. Beim Geldwechseln ist der Pass vorzulegen. (NICHT auf der Straße wechseln!!)
<b>Telefonieren <u>von</u> Russland</b>	Vorwahl von Moskau nach Deutschland: 810-49-Vorwahl-Nummer (z.B. Schule: 810-49-211-999475)
<b>Telefonieren <u>nach</u> Russland</b>	007- 495 oder 496 - Anschluss (Russland - Troizk - Anschluss) günstig über Sparvorwahl: z.B. 01026, 01077 oder 010017 (etwa 2 bis 4 ct pro Minute). Teurer ist es bei der Telekom: ca. 34 ct pro Minute. Aktuelle Informationen über <a href="http://www.tariftip.de">www.tariftip.de</a> .
<b>Handynutzung</b>	Vodafone hat mir die folgenden Verbindungs-Preise benannt (andere Anbieter werden vermutlich nicht wesentlich anders berechnen):  SMS: 0,46  aus Russland: 5,12  / Minute Roaming-Gebühr: 1,53  / Minute  (keine Gewähr für die Richtigkeit!!!)
<b>Kontakt zu unserer Gruppe</b>	Unsere Gruppe ist in Troizk zu erreichen z.B. ber Frau Hoelper bei: Frau Tatjana Senatorova (spricht fließend Deutsch) Telefon: 007-496-7512119 Email: <a href="mailto:senatorova_vera@mail.ru">senatorova_vera@mail.ru</a>  Herr Faber über Handy: 0172-58 26 595 (bitte nur in dringenden Fällen, da hohe Gebühren anfallen)  Meine Telefonnummer in Deutschland: 02161-67 03 55  Eltern können auch mal bei der Gastfamilie anrufen. Wir sind allerdings erfahrungsgemäß viel unterwegs (z.T. auch abends). Bitte den Zeitunterschied beachten.
<b>Zeitunterschied</b>	Moskau ist unserer Zeit um zwei Stunden voraus.
<b>Netzspannung</b>	Die Netzspannung beträgt in der Regel 220 Volt. Meist „deutsche“ Steckdosen, vorsichtshalber trotzdem Reisestecker mitnehmen.
<b>Gepäck</b>	Pro Person gibt es 20 kg Freigeepack, das ist i.d.R. ein Koffer. (Der Koffer sollte möglichst Rollen haben; wir haben einige Strecken zu laufen.) Es darf nur ein Handgepackstck mit in die Kabine genommen werden. Maximalgewicht 8 kg, Maximalgröße: 55 x 40 x 20 cm. (siehe Sonderblatt zum Handgepäck!!) Bitte die Sicherheitsbestimmungen peinlich genau befolgen. Das Gewicht nicht ausreizen. Ihr wollt doch sicher auch noch etwas aus Russland mitnehmen.

<b>Kleidung</b>	<p>Die Devise heißt: „Zwiebel-Look“!!!</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ ggf. mehrere Pullover übereinander ziehen.</li> <li>▪ Gute, feste Schuhe, auch für Schneematsch geeignet</li> <li>▪ dicke Socken</li> <li>▪ Schal, Mütze, Handschuhe</li> <li>▪ alle weiblichen Personen denken bitte an die Kopfbedeckung für Kirchenbesuche</li> <li>▪ ggf. Sportsachen (keine Ahnung, ob Ihr sie braucht)</li> <li>▪ etwas Besseres zum Ausgehen</li> </ul> <p>Der russische Winter ist in der Regel kälter als bei uns. Temperaturen von minus 25°C sind keine Ausnahme. Die Kälte ist aber besser zu vertragen als unser oft nass-kaltes Wetter. Wichtig ist der richtige Schutz durch entsprechende Kleidung. „Bauchfrei“ ist der sichere Weg ins Krankenhaus. Eine Unterziehhose unter der Jeans für den Kältefall sollte in jedem Koffer zu finden sein.</p>
<b>Mitnehmen</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Schreibzeug</li> <li>▪ den Schnellhefter mit den Russland-Informationen</li> <li>▪ Fotoapparat (selbst bewachen!)</li> <li>▪ ausreichend Akkus und kleines Aufladegerät</li> <li>▪ Handy (wenn vorhanden) und Aufladekabel</li> <li>▪ Medikamente (neben den notwendigen an Hustenbonbons, Kopfschmerztablette u.ä. denken)</li> <li>▪ Sonnencreme (das ist kein Scherz!!)</li> <li>▪ Fotos von der eigenen Familie (zum Zeigen)</li> <li>▪ Fotos vom Wohnort</li> <li>▪ Kleinigkeiten als Gastgeschenke (nichts Großes – das verpflichtet den Gastgeber zu sehr), z. B.: <ul style="list-style-type: none"> <li>- deutsche Schokolade, auch Mon Cheri etc.</li> <li>- ein Kalender mit deutschen Motiven</li> <li>- etwas Typisches aus der Heimatstadt</li> <li>- ein Bilderrahmen mit einem typischen Motiv</li> <li>- für alle Fälle Gummibärchen etc. (wenn Kinder in der Familie sind)</li> <li>- wenn Kaffee, dann nur löslicher Kaffee (Kaffeemaschinen sind nicht üblich)</li> <li>- evtl. einen besonderen Duft für die Gastgeberin.</li> </ul> </li> </ul>
<b>Taschengeld</b>	nur Geld für persönliche Dinge; ihr braucht weniger, als ihr denkt.
<b>Verhalten</b>	<p>Hier ist wohl nicht viel zu sagen. Es versteht sich von selbst, dass wir „Botschafter“ sind und daher auch vorbildliches Verhalten an den Tag legen. Autorität und gutes Benehmen haben in Russland noch einen hohen Stellenwert. Manches wird uns seltsam oder fremd vorkommen. Wenn alles so wäre wie zu Hause, könnten wir auch zu Hause bleiben. Der Reiz dieser Fahrt liegt ja gerade darin, dass wir Neues kennen lernen wollen. Wir wollen daher offen auf Menschen und Dinge zugehen und flexibel sein, wenn sich Dinge anders entwickeln, als wir sie uns gedacht haben. Konflikte und Missverständnissen wollen wir konstruktiv und mit Geduld begegnen.</p>
<b>Verkehr</b>	Die Verkehrsverhältnisse vor allem in Moskau sind heftig. Wir brauchen über und unter der Erde (Metro) unsere volle Aufmerksamkeit. Wir sind eine Gruppe, und es ist selbstverständlich, dass wir auf einander Acht haben.
<b>Essen</b>	<p>Auch hier ist Offenheit für neue Erfahrungen gefragt. Natürlich schmeckt es bei Mama besonders gut, aber es entgeht einem viel, wenn man neue Produkte nicht wenigstens einmal probiert. Blini, Borschtsch, Schtschi, Palmeni, Kascha, ... viele neue Gerichte warten auf Euch.</p> <p>Es ist Sitte, den Gast immer wieder zum Essen zu bitten. Wenn man „nicht mehr kann“, darf man natürlich freundlich sagen, dass „nichts mehr geht“.</p>
<b>Zum Schluss</b>	... wünsche ich Euch viele neue Erfahrungen und Eindrücke und Begegnung mit netten Menschen, die sich alle Mühe geben, es uns in ihrem Land so angenehm wie möglich zu machen.