Unterwegs mit Parkinson : Reisen und Ferien tun richtig gut!

Autor(en): **[s.n.]**

Objekttyp: **Article**

Zeitschrift: **Parkinson : das Magazin von Parkinson Schweiz = le magazine de Parkinson Suisse = la rivista di Parkinson Svizzera**

Band (Jahr): **- (2015)**

Heft 120: **Jahresthema 2016 : unterwegs mit Parkinson = Thème annuel 2016 : en chemin avec Parkinson = Tema dell'anno 2016 : in cammino con il Parkinson**

PDF erstellt am: **31.05.2024**

Persistenter Link: https://doi.org/10.5169/seals-815400

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Inhalten der Zeitschriften. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern.
Die auf der Plattform e-periodica veröffentlichten Dokumente stehen für nicht-kommerzielle Zwecke in Lehre und Forschung sowie für die private Nutzung frei zur Verfügung. Einzelne Dateien oder Ausdrucke aus diesem Angebot können zusammen mit diesen Nutzungsbedingungen und den korrekten Herkunftsbezeichnungen weitergegeben werden.
Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Die systematische Speicherung von Teilen des elektronischen Angebots auf anderen Servern bedarf ebenfalls des schriftlichen Einverständnisses der Rechteinhaber.

Haftungsausschluss

Alle Angaben erfolgen ohne Gewähr für Vollständigkeit oder Richtigkeit. Es wird keine Haftung übernommen für Schäden durch die Verwendung von Informationen aus diesem Online-Angebot oder durch das Fehlen von Informationen. Dies gilt auch für Inhalte Dritter, die über dieses Angebot zugänglich sind.

Ein Dienst der *ETH-Bibliothek*
ETH Zürich, Rämistrasse 101, 8092 Zürich, Schweiz, www.library.ethz.ch

http://www.e-periodica.ch

«Hurra, ich kann wieder schwimmen!», berichtete die sichtlich begeistere Nelly Schenk nach ihrer Rückkehr von den Aktivferien auf Mallorca.

Austausch und Geselligkeit: Wer mit Parkinson unterwegs ist, erfährt jeden Tag Neues.

Unterwegs mit Parkinson: Reisen und Ferien tun richtig gut!

Reisen bildet, Ferien bieten wertvolle Momente der Erholung, und Luftveränderung tut uns allen immer gut. Kein Wunder also, kehrten die Gäste der diesjährigen Parkinsonferien und -reisen samt und sonders gut gelaunt zurück. Und manche erfuhren unterwegs, dass noch wesentlich stärkere Fähigkeiten in ihnen schlummern, als sie selbst geahnt hatten.

Sonne, tolle Menschen und viel Bewegung bei den Aktivferien auf Mallorca

Zuerst war ich unsicher, ob ich die richtigen Ferien gebucht hatte. Als Betroffene und Alleinreisende kannte ich niemanden. Doch schon beim Kaffeetrinken am Flughafen ergab sich der erste Kontakt zur Gruppe, die aus zwölf Betroffenen, sieben Angehörigen und den Betreuerinnen Susanne Brühlmann und Susanne Neuhäusler bestand. Fröhlich hiessen sie uns alle willkommen – und wir fühlten uns angekommen. So gerieten wir schon vor dem Abflug in richtige Ferienstimmung, die sich nochmals steigerte, als wir im Hotel, direkt am Meer, ankamen.

Am Morgen um 7.45 Uhr trafen sich die Frühaufsteher zum ersten Walking am Strand und wurden mit einem herrlichen Sonnenaufgang belohnt. Nach dem Frühstück führten unsere Betreuerinnen uns mit viel ansteckender Freude und Geschick durch zweimal eine Stunde parkinsonspezifisches Training. Mit lauten «Pii! Paa! Poo!»-Rufen weckten wir das Interesse der anderen Feriengäste am LSVT-Big-Therapiekonzept, das heisst: «Wir sind gross, wir sind laut!» Die Urlauber störten sich aber nicht etwa an unserem Rufen und Bewegen. Nein! Sie boten Hand an, wenn nötig. Und staunten über unsere Mobilität und Lebensfreude. Natürlich wurde auch «gesünnelet» und «gebädelet». Schwimm-Nudeln aus Schaumstoff verhalfen zu manchem Erfolgserlebnis, so auch mir: «Hurra, ich kann wieder schwimmen!» Für Abwechslung sorgten der Marktbesuch in Alcudia, eine Cabriobusfahrt zum Aussichtspunkt von Cap Formentor sowie eine rasante Fahrt mit dem Katamaran – inklusive Gratis-Dusche! Und am Abend krönte der Tanz jeden Tag. Viel zu schnell ging die gemeinsame Zeit vorbei. Doch Freundschaften, Erlebtes und Trainingserfolge werden uns noch lange in Erinnerung bleiben!

ns ■

Freude in den Herzen und wie bestellt herrliches Ferienwetter in Tschugg

Die Ferienwoche mit 1:1-Betreuung in der Klinik Bethesda für schwerer Betroffene bot viele schöne Erlebnisse. Ganz besonders das Nachmittagsprogramm sorgte mit Spaziergängen, Bus- und Schifffahrten, Museumsbesuchen und Pétanque-Spielen für viel Abwechslung. Jeder Gast konnte täglich selbst entscheiden, ob er an den Nachmittagsprogrammen teilnehmen wollte. Zudem sorgten tägliche Therapielektionen für viele interessante Erfahrungen. Den krönenden Abschluss bot das Galadiner im Rittersaal, offeriert von Elmar Zwahlen, dem Direktor der Klinik Bethesda. Zu Gitarrenbegleitung wurde noch bis spät am Abend gesungen und gelacht. Entspannt und mit Freude im Herzen gingen alle ins Bett.

eo ■

In Tschugg gemeinsam neue Kraft für das Leben mit Parkinson tanken.

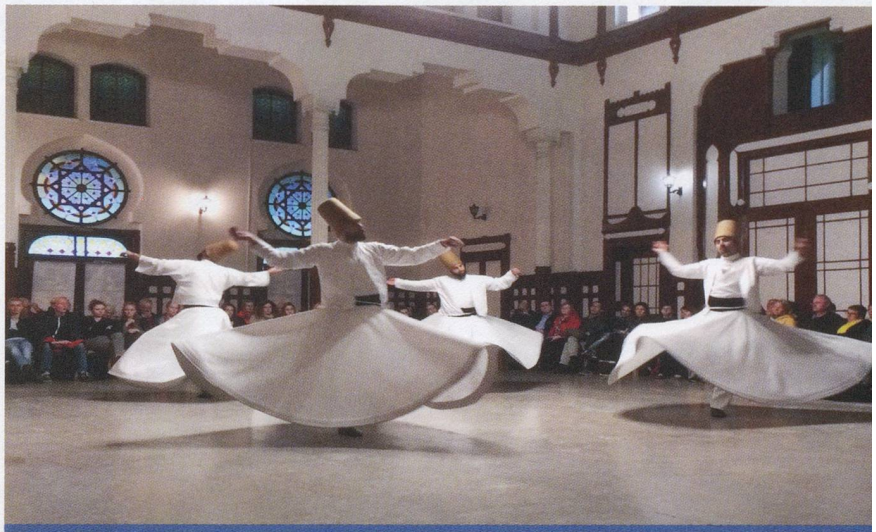
Blauer Himmel und eine rundum zufriedene Gästeschar mit ihren persönlichen Betreuungspersonen in Tschugg.

Doppelte Kulturreise nach Istanbul

Die Ausschreibung der Kulturreise in die pulsierende Metropole im Westen der Türkei stiess auf ein derart grosses Echo, dass gleich zwei Reisegruppen im Oktober diese faszinierende Stadt erkunden konnten. Die beiden Reisen fanden statt vom 14. bis 18. Oktober und vom 19. bis 23. Oktober 2015. Wegen der etwas unsicheren politischen Lage sagten 6 Personen ihre Teilnahme kurzfristig ab. Die übrigen Unentwegten genossen glücklicherweise einen unbeschwerten und problemlosen Aufenthalt. Dies auch dank der unermüdlichen und unkomplizierten Unterstützung durch unsere Parkinson-Nurse Elisabeth Ostler.

Der zum Reiseleiter berufene Hansruedi Sieber passte das Programm zwanglos laufend den Bedürfnissen und Möglichkeiten der Teilnehmer sowie auch der Witterung an. Der Besuch der Hagia Sophia, der Blauen Moschee und des Bazars gehörten schon fast zum Pflichtprogramm. Beide Gruppen konnten auch einem eindrücklichen Tanz der Derwische beiwohnen und eine Bootsfahrt auf dem Bosporus geniessen. Die Besichtigung eines Ateliers, in dem antike Orientteppiche repariert werden, stiess auf grosses Interesse bei den Teilnehmenden. Die Programme der beiden Gruppen waren jedoch nicht in allen Punkten deckungsgleich: So wurde die erste Gruppe beispielsweise in die Geheimnisse der islamischen Kalligrafie eingeweiht und konnte die riesige unterirdische römische Zisterne bewundern, während die zweite Gruppe den Dolmabahçe-Palast besuchte und vom Schweizerischen Generalkonsulat für interessante Gespräche empfangen wurde. Am Tag der Abreise stand jeweils noch der Besuch der ehemaligen Chora-Kirche mit ihren wunderschönen Mosaiken aus dem 14. Jahrhundert auf dem Programm.

Wie immer bei den begehrten «Sieber-Reisen» nahmen die Teilnehmer neben den fachkundigen Informationen auch zahlreiche kulinarische Eindrücke mit nach Hause. *hpl* ■



In eine ganz andere Welt eingetaucht: Die Gäste der Parkinsonreise widmeten sich in Istanbul der Geschichte des Osmanischen Reiches.

Der Gewürzbazar in Istanbul bot der Reisegruppe ein farbenfrohes, orientalisches Erlebnis für alle Sinne.

Fotos: zVg