

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

**Herausgeber:** Parkinson Schweiz

**Band:** - (2014)

**Heft:** 116: Atypische Parkinsonsyndrome im Fokus = Les syndromes parkinsoniens atypiques = Parkinsonismi atipici nel mirino

**Artikel:** Aktive Erholung unter Palmen

**Autor:** Wey, Hanny

**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-815312>

### **Nutzungsbedingungen**

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

### **Conditions d'utilisation**

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

### **Terms of use**

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

**Download PDF:** 08.02.2026

**ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>**



Nordic Walking bei Sonnenaufgang.



Spass an der Bewegung bei der Therapieeinheit im warmen, klaren Meer.



Therapiestunde mit Aussicht und Gras unter den Füßen.



Tolle Truppe: Die Gäste der Aktivferien mit den Betreuerinnen.

## Aktive Erholung unter Palmen

Vom 5. bis 12. September organisierten unser Vorstandsmitglied Susanne Brühlmann und ihre Kollegin Susanne Neuhausler erstmals eine Woche Aktivferien für Parkinsonbetroffene auf Mallorca. Die Feriengäste waren begeistert, wie Teilnehmerin Hanny Wey berichtet.

Gespannt reisten mein an Parkinson erkrankter Mann und ich an den Flughafen nach Zürich. Der Empfang war herzlich, wir wurden vorbildlich begleitet, fühlten uns wohl und aufgehoben. Auch der Flug mit der Swiss war angenehm und am Ziel wurden wir mit einem Spezialfahrzeug für handisiapierte Personen am Flugzeug abgeholt! Dann begann die aktive Erholung – und die Sonne Mallorcias war nach dem Schweizer «Sommer» einfach Balsam für die Seele.

Morgens gingen die «Early Birds Walker» um 7.45 Uhr zum Nordic Walking an den Strand oder in die Umgebung, nach ausgedehntem Frühstück und kurzer Pause gings zum Training ins schönste Therapiezimmer, das man sich vorstellen kann: an die frische Luft, im Halbschatten, mit Blick aufs Meer und Grashalmen unter den Füßen. Dazu die gute Laune und die Motivation der Teilnehmer – einfach einmalig und herrlich! Und wie amüsierten wir uns, als andere Hotelgäste staunend stehen blieben

und fragten, wo sie sich für unsere Gruppe anmelden könnten! Und das, obwohl doch das Hotel selbst diverse Trainings anbot! Zur Abkühlung ging es dann ins Meer. Das klare Wasser war verlockend. So verflog der anfängliche Respekt, den manche hatten, schnell, wich dem Genuss am tragenen Nass. Nach einem ausgedehnten Mittag mit kleinem Ausflug oder Spielen stand nochmals Bewegungstherapie an der frischen Luft auf dem Programm. Jeder konnte nach seinen Möglichkeiten und Bedürfnissen mitmachen und profitieren.

Ein Highlight war für alle der Ausflug ins ursprüngliche Mallorca, hinein ins Landesinnere, mit dem Besuch eines kleinen Dorfes und der Degustation fantastischer mallorquinischer Spezialitäten.

Zusammenfassend kann ich berichten, dass die Woche mit viel Bewegung zu Lande und im Meer, garniert mit ein wenig Kultur, kulinarischen Köstlichkeiten und gemütlichem Beisammensein, alle begeister-

te. Wir hatten eine einmalige und erlebnisreiche Zeit mit Menschen, die im Alltag mit den gleichen Problemen und Sorgen konfrontiert sind wie wir. Die tollen Gespräche, neue Bekanntschaften und die abwechslungsreichen Tage waren und sind für uns eine grosse Bereicherung.

Das Hotelpersonal und andere Hotelgäste waren interessiert, nahmen uns positiv wahr, waren hilfsbereit, wo nötig, und bemerkten die positiven Veränderungen. Wir waren eine aufgestellte Gruppe, die viel geschafft und viel gelacht hat – und das tat soooooooooooooo gut!

Die beiden stets gut gelaunten Susann's, Susanne Brühlmann und Susanne Neuhausler, sorgten für einen geregelten, richtungsgebenden, aber stressfreien Ablauf. Umsichtig und mit viel Feingefühl waren sie stets für uns zur Stelle. Ihnen gebührt Lob und Dank. Unsere Gedanken sind noch oft in Playa de Muro. «Auf ein nächstes Mal?» «Pues claro (aber sicher)!!!»