

Rhodos

Gemeinsamer Urlaub vom Pflegealltag



Sonne und Meer pur: Einfahrt zum Hafen von Rhodos.

»Ich bin froh, dass ich es gemacht habe«, sagt *Helene Goldfuß*, während sie mit ihrem demenzkranken Mann *Anton* die Reisefotos betrachtet. Seit sechs Jahren versorgt die 77-Jährige ihren Partner zu Hause, Freizeit hat sie dabei fast keine. Für *Rita Hausl* war es sogar »der erste Urlaub seit vierzehn Jahren«.

Immer mehr Menschen werden immer älter, damit steigt auch die Wahrscheinlichkeit einer Pflegebedürftigkeit oder an einer Demenz zu erkranken. Mit über 70 % ist der private Bereich, der pflegende Angehörige, immer noch der »größte Pflegedienst« und somit die wichtigste Säule der Pflege in Deutschland.

Häufig stoßen diese Pflegenden bei der Versorgung ihrer pflegebedürftigen Angehörigen aber an ihre Grenzen. Prävention, Erholung oder gar Urlaub sind hier kaum genutzte Erleichterungen, sondern werden aus Gewissenskonflikten und Verantwortung nicht angenommen oder sogar abgelehnt. So führen die Belastungen nicht selten dazu, dass sich diese pflegenden Personen aus ihrem sozialen Umfeld zurückziehen und selbst

Fortsetzung

Rhodos: Gemeinsamer Urlaub vom Pflegealltag

gesundheitlichen Einschränkungen ausgesetzt sind. Psychische und physische Erkrankungen bis zum Burnout sind die Folge.

Deshalb gilt es, die häusliche Pflege nachhaltig zu stärken, um letztendlich die Pflegebedürftigen länger in ihrem häuslichen Umfeld versorgen zu können. Dies kann jedoch nur gelingen, wenn es für Pflegenden und Pflegebedürftige auch eine akzeptable Erholung vom Pflegealltag gibt, die beiden ausreichend »stressfreie« Auszeit und Erholung ohne »schlechtes Gewissen« bietet.

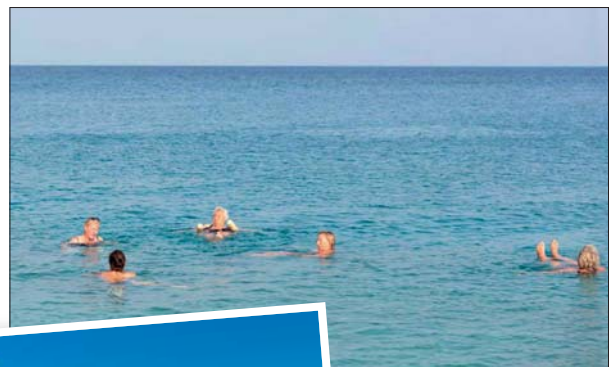
Dazu haben wir das Projekt **PflegeUrlaub** entwickelt, denn hier ist »Urlaub« im besten Wortsinn und als Schwerpunkt zu verstehen: Angenehmes Klima, Sonne und Meer können die Pflegenden gemeinsam mit ihren Pflegebedürftigen auf der griechischen Insel **Rhodos** genießen. Gerade für ältere, gesundheitlich

eingeschränkte Menschen ist ein Aufenthalt in Licht und Wärme von nicht zu unterschätzender Wirkung.



Der **PflegeUrlaub** findet deshalb außerhalb der Touristensaison statt, also zu Jahreszeiten, in denen das Klima mild und nicht mehr belastend ist. Die Strände, Ausflugsziele, Cafés und Museen sind nicht mehr von Touristen überlaufen und entsprechend nutzbar, so sind Personen mit Einschränkungen nicht mehr ausgeschlossen. Gerade die Mobilität und der Zugang zu attraktiven Orten ist ein Gebot der Gleichbehandlung und Teil dieser Idee.

Auf Rhodos lässt sich tourismuserfahrene Infrastruktur für klassisches »Urlaubsfeeling« mit opti-



malen Voraussetzungen für pflegerische und medizinische Betreuung nach deutschen Standards professionell verbinden.

Gleichzeitig eröffnen sich durch diesen **PflegeUrlaub** für die Insel Rhodos Chancen, die Urlaubssaison auszudehnen und der lokalen Arbeitslosigkeit im Winterhalbjahr entgegenzuwirken.

Es werden betreute **PflegeUrlaube** durchgeführt

- sowohl im Frühjahr als auch im Spätherbst
- mit jeweils 20 Teilnehmenden (je 10 zu Pflegenden/10 Betreuende)
- Alle **PflegeUrlaube** finden in den beiden Vier-Sterne-Kooperationshotels in der Stadt Rhodos statt, wo zum Beispiel auch eine barrierefreie Ausstattung, ein zusätzliches Pflegebett oder ein Rollstuhl dazu gebucht werden können.
- Die Dauer des **PflegeUrlaubs** umfasst in der Regel drei Wochen.



*Bewegung in der Gruppe,
gemeinsam im Meer baden,
bequem eine gute Stelle
fürs Sonnenbad am Strand
suchen – das bringt Erholung
und macht Freude!
Der Urlaubsgruppe auf Rhodos
geht es sichtlich gut.*

Die Tagesabläufe werden jeweils am Vorabend individuell ausgearbeitet und mit Highlights wie zum Beispiel Altstadtführung, Inselrundfahrt, Ausflügen, Museumsbesuchen, deutschem Gottesdienst sowie einem griechischen Abend gestaltet. Es bleibt dabei immer genügend Freiraum für Ruhephasen oder für die angebotenen Präventions- bzw. Pflege- und Betreuungsanleitungen (speziell für Menschen mit Demenz).

Während des gesamten *PflegeUrlaubs* werden die Pflegebedürftigen durch unseren Pflegedienst vor Ort, unsere leitenden Pflegefachkräfte und ehrenamtliche Helfer deutschsprachig betreut und versorgt. Durch eine gute Vernetzung in die Region, die in der Vorbereitungsphase aufgebaut und getestet wurde, stehen zwei örtliche Krankenhäuser, niedergelassene Ärzte und Fachärzte sowie der ebenfalls mit aufgebaute, griechische Pflegedienst jederzeit zur Verfügung.

Um Gesundheitszustand und Reisefähigkeit der pflegebedürftigen Reisenden beurteilen zu können, werden diese vor Buchung eines *PflegeUrlaubs* in einem Erstgespräch und anschließender Gesundheitsprüfung durch den Pflegedienst bewertet. Alle unterstützenden und pflegerischen Maßnahmen, die vom Pauschalangebot abweichen, werden den Interessierten im Vorfeld detailliert zur Entscheidung und Klärung der Kostenübernahme durch die Pflege- und Krankenkasse angeboten.

Darüber hinaus sollen *PflegeUrlaube* weiterentwickelt werden, um noch stärker spezielle Personengruppen (wie Menschen mit Demenz, Parkinson oder einer Behinderung oder Trauernde) gezielt anzusprechen.

Die Stuttgarter »Xpert cooperation«, ein Netzwerk von Experten aus dem Gesundheitswesen, hat das Projekt initiiert. Begleitet werden sie von der Deutsch-Griechischen-Versammlung (DGV) im Bundesministerium für wirtschaftliche Zusammenarbeit und Entwicklung sowie vom Hotelverband Rhodos und dem Pflegedienst des Arbeiter Samariter Bundes (ASB) Landesverband Hessen e.V.

Text: *Norbert Rebmann*, Xpert Cooperation

- Der nächste *PflegeUrlaub* auf Rhodos findet im Herbst statt vom **28. Oktober bis 18. November 2017**.

Weitere Informationen erhalten Sie unter

- www.pflegeurlaub-rhodos.eu oder bei
- Xpert Cooperation GmbH
Telefon 0711/60176080
info@xpert-cooperation.com

Sollten Sie an dem Urlaubsangebot teilnehmen, freuen wir uns, wenn Sie uns über Ihre Erfahrungen berichten, zum Beispiel mit einem kleinen Bericht hier im *alzheimeraktuell*.