

Betreute Reisen bieten Erholung für Demenzkranke und Pflegendе

## Demenz muss kein Reise-Aus sein

Die Zahl der Menschen mit Demenz nimmt stetig zu. Viele werden zu Hause von einem Angehörigen gepflegt. Gemeinsam verreisen – das ist seit ein paar Jahren dank spezieller Angebote möglich und wirkt noch lange positiv nach, wie das Beispiel des Ehepaars Westphal zeigt.

Maria Westphal und ihr Mann Peter kennen sich seit 56 Jahren und sind seit 53 Jahren verheiratet. 2012 erkrankte Peter Westphal an Demenz und später auch an Parkinson. Für Maria Westphal war klar, dass sie sich um ihren Mann kümmert, so wie über zwei Millionen Deutsche, die zu Hause ihren pflegebedürftigen Angehörigen umsorgen. Ein 24-Stunden-Job, sieben Tage die Woche: Da braucht man früher oder später dringend eine Auszeit, um nicht selbst krank zu werden. Aber allein in den Urlaub zu fahren und den Partner Fremden zu überlassen oder ihn in eine stationäre Pflege zu geben – das kommt für viele nicht infrage.

Auch Maria Westphal konnte sich das nicht vorstellen. „Wir zwei sind so ein bisschen aufeinander fixiert. Den Partner weggeben, auch nur für eine kurze Zeit, also nee, das ist nichts.“ Wie soll man sich erholen, wenn man ständig daran denken muss, wie es wohl dem Partner gerade geht?

Gemeinnützige Vereine kennen dieses Dilemma und haben Angebote organisiert: betreute Kleingruppenreisen für Menschen mit Demenz, ohne ihre oder mit ihrem pflegenden Angehörigen. Einer dieser Reiseveranstalter ist „Urlaub & Pflege“ (www.urlaub-und-pflege.de), für den sich Maria Westphal entschied. Sie buchte 2015 eine Reise nach Norderney. Die Insel hatten beide schon früher mehrmals im Jahr besucht.

„Urlaub & Pflege“ kümmerte



Fotos: Urlaub & Pflege e.V.

### Das Ehepaar Westphal im Strandkorb auf Norderney.

sich um alles: Ein Mitarbeiter kam ins Haus, um das Paar kennenzulernen und den Ablauf der Reise zu erläutern. Am Abreisetag „kamen die Veranstalter mit Bulli und Anhänger, und dann wurde mir alles aus der Hand genommen, nicht nur die Gepäckstücke, sondern auch mein Mann. Von dem Zeitpunkt an hatte ich Urlaub“, erinnert sich Maria Westphal. „Ich habe tagsüber meine eigenen Sachen unternommen, aber auch sehr viel mit meinem Mann und der Gruppe gemacht.“

Maria Westphal ist überzeugt, dass nicht nur sie selbst die Urlaubsreise genossen hat, sondern auch ihr Mann: „Die letzten zwei Tage war das Wetter so schön, da waren wir am Strand, direkt am Wasser. Es gibt ja diese Strandbuggys, da wurden die Betreuten reingesetzt und ins Wasser gefahren. Das war riesig, die Freude zu sehen.“ Auch lange danach zeigte sich ein nachhaltiger Effekt: „Mein Mann hat auf Norderney vieles wiedererkannt. Und auch nach der Reise kamen immer mal wieder Bemerkungen wie ‚Das war doch schön‘ oder ‚Weißt du noch ...‘.“

In diesem Fall lag es sicher auch an den idealen Voraussetzungen: Der pflegende Partner war dabei und der Urlaubsort von früher bekannt. Demenzkranke können sich nämlich

schnell überfordert, verwirrt und ängstlich fühlen, wenn sie fremde Menschen um sich haben, die Umgebung nicht kennen und der Tag anders als gewohnt abläuft.

Das sollte aber nicht dazu führen, dass man Demenzkranken nichts mehr zutraut. Von den circa 200 Teilnehmern, die bisher mit „Urlaub & Pflege“ verreist sind, darunter auch allein reisende Demenzkranke, hat bis jetzt nur eine Teilnehmerin ihre Reise wegen starkem Heimweh abgebrochen.

Seit der ersten Reise ist Maria Westphal Stammgast bei „Urlaub & Pflege“ und fährt einmal im Jahr mit ihrem Mann in den Urlaub. Sie möchte nicht mehr darauf verzichten: „Die Pflegekasse gibt einen Zuschuss, und für den Rest muss ich eben sparen. Aber es lohnt sich.“ Maria Westphal kann jedem Pflegenden nur raten, den rechtlich zustehenden Urlaub in Anspruch zu nehmen.

Ein Teil der Reisekosten lässt sich durch Leistungen der Pflegekasse finanzieren. Bei der Antragstellung helfen oft die Reiseveranstalter. Zu „Urlaub & Pflege“ gehört zum Beispiel ein Förderverein, der im Einzelfall einen Zuschuss ermöglichen kann.

Eine Liste von Anbietern für Reisen mit Demenz findet sich unter anderem auf der Internetseite der Deutschen Alzheimer Gesellschaft (www.deutsche-alzheimer.de).



## Interview

## Akribische Vorbereitung und Gruppenerlebnis

Der gemeinnützige Verein „Urlaub & Pflege“ ist auf Reisen für „Menschen mit Hilfs- und Pflegebedarf“ spezialisiert, darunter sind auch Angebote für Demenzkranke. Geschäftsführerin und Gründerin Susanne Hanowell erläutert dem SoVD, worauf es dabei ankommt.

### Wie kam es zur Gründung von „Urlaub und Pflege“?

Auslöser war eine sehr beeindruckende und intensive Reiseerfahrung mit Bewohnerinnen und Bewohnern eines Altenpflegeheims während meines Anerkennungsjahres 1994 als Sozialpädagogin. Diese Reise ließ in mir die Idee wachsen, ein buchbares Reiseangebot für Menschen mit Hilfs- und Pflegebedarf zu schaffen. Es sollte nicht länger vom Engagement und den Kapazitäten von Pflegekräften und Sozialpädagogen abhängen, ob eine Reise zustande kommt oder nicht. Jede und jeder sollte die Möglichkeit haben, einen Urlaub nach seinen individuellen Wünschen zu erleben.



Susanne Hanowell

### Was ist das Erfolgsrezept von „Urlaub & Pflege“?

Am häufigsten werden wir wegen unserer sehr akribischen Reisevorbereitung gelobt. Jedes Hotelzimmer wird vorher angeschaut, jedes Restaurant oder Ausflugsziel besucht und die Wege werden mit dem Fahrrad abgefahren. Die Reiseleitung weiß immer, wo die nächste Rollstuhltoilette zu finden ist. Durch den intensiven Kontakt zu den Gästen, den Angehörigen und den Pflegediensten im Vorfeld der Reise sind wir genau über den Hilfebedarf informiert und können alles optimal vorbereiten.

Weitere, sehr wichtige Punkte sind das Gruppenerlebnis und die Geselligkeit. Neben dem täglichen Ausflugsangebot gibt es stets auch ein Angebot im Haus. Die täglichen Morgenrunden mit Gedächtnistraining, Sitzgymnastik und Musik sind sehr beliebt, und das gemeinsame Zusammensein am Abend bei einem Glas Wein, im Gespräch, bei Gesellschaftsspielen gehört mit zu den Highlights der Reisen.

### Wie sind die Reisen für Demenzkranke organisiert?

Die Reisen finden in Gruppen von maximal zehn Teilnehmern und Teilnehmerinnen mit Demenz statt. Bei den Reisen hat jeder Gast eine eigene ehrenamtliche Begleitperson, die den ganzen Tag für den Gast da ist. Darüber hinaus gibt es eine Reiseleitung, die sich um das Programm kümmert, und eine Nachtbereitschaft.

Wenn das Umfeld stimmt, können Gäste mit Demenz einen Urlaub sehr genießen und von den gemeinsamen Aktivitäten und der Geselligkeit sehr profitieren.

Interview: Brigitte Grahl



Peter Westphal mit Susanne Hanowell beim Kegeln.

## Zuschuss ab Pflegegrad 2

Für den Demenzkranken kann Kurzzeitpflege (ab dem Pflegegrad 2) beantragt werden. Dann bezuschusst die Pflegekasse für maximal 28 Tage pro Jahr dessen Unterbringung und Versorgung in einer stationären Pflegeeinrichtung (bis zu 2418 Euro). Der Pflegendе kann Verhinderungspflege (ab Pflegegrad 2) beantragen in gleicher Höhe und Dauer, damit er sich erholen bzw. in den Urlaub fahren kann.

Wer die Kurzzeitpflege nicht voll ausnutzt, darf bis zu 50 Prozent zusätzlich zur Verhinderungspflege dazurechnen (2418 plus 806 Euro). Dazu gibt es Entlastungsleistungen. Nicht in Anspruch genommene Beträge können ebenfalls angespart werden.

Wichtig: Zuerst den Antrag bei der Pflegekasse bewilligen lassen, erst dann buchen!

bg