Aktive Erholung unter Palmen

Autor(en): **Wey, Hanny**

Objekttyp: **Article**

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

Band (Jahr): **- (2014)**

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

PDF erstellt am: **30.05.2024**

Persistenter Link: https://doi.org/10.5169/seals-815312

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

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 Neuhäusler 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 handicapierte Personen am Flugzeug abgeholt! Dann begann die aktive Erholung – und die Sonne Mallorcas 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 tragenden 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 begeisterte. 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 sooooooooooo gut!

Die beiden stets gut gelaunten Susann's, Susanne Brühlmann und Susanne Neuhäusler, 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)!!!» ■

Fotos: zVg, Archiv