

14.11.2009

Studie Behindertenferien

Erkenntnis langjähriger Erfahrung

Behinderte Menschen im allgemeinen, speziell auch ältere, durch Krankheit und Invalidität gezeichnete und geschwächte Menschen benötigen bei Ferien und bei Kuraufenthalten eine längere Anklimations- und Einlebezeit.

Wir beleuchten einige Faktoren, zB die Eigenenergie: Wir betrachten die Zeit, welche ein gesunder Mensch benötigt, nach all den Ferienvorbereitungen, nach einem kürzeren oder längeren Transfer von seinem Wohnheim zum Ferienbus, nach der Reise ans Ferienziel. Die benötigte Zeit, um diese aufgebrauchte Energie sowie die durch Ferienvorfremde angehobene Euphorie wieder ins gewohnte körpereigene Gleichgewicht zu bringen, kann sich bei Invaliden Menschen leicht verdoppeln bis verdreifachen. Geben wir diesen Menschen genügend Zeit.

Faktor Ortswechsel: Vielleicht ist der Ferienort aus früheren Ferien bekannt, vielleicht ist er neu. Ist der Ferienort, Pension, Räumlichkeiten bekannt, hat dies für beide Parteien Vorteile, der Gast fühlt sich sofort sicher und „zu Hause“. Ist der Ferienort für den Gast neu, lassen persönliche Erwartungen Fragen offen. Die innere Spannung ist erhöht, der Gast ist unsicher, fühlt sich zu Beginn noch fremd.

Ein weiterer Faktor, das persönliche Umfeld: Mit welchen Kameraden setzt sich meine Feriengruppe zusammen. Kenne ich bereits jemand der mit Halt oder eine psychische Sicherheit gibt. Habe ich neue oder aus früheren Ferien noch bekannte Betreuerinnen und Betreuer....usw..... für die meisten Gäste sehr wichtig.

Mehr ins Gewicht fällt der Faktor Klimawechsel je nach Ferienort: Auch wenn ein Ferienort aus früheren Ferien bekannt ist, wird oft vergessen, dass sich der Mensch neu anklimatesieren und einleben muss. Die südliche Wärme, das wohltuende aber im Anfang ermüdende Klima am Meer. Zu wissen, man ist endlich in den Ferien, die innere Spannung lässt nach. Die Gedanken sind aber noch voll vom kürzlich erlebten... das Kofferpacken...der letzte Arbeitstag... zu Hause Abschiednehmen ...das Zurücklassen von Kameraden, ..von Freud und ev auch Leid.. All das muss unterbewusst verarbeitet werden, muss losgelassen werden, all das braucht auch noch zusätzliche Kraft und Zeit in der neuen klimatisch veränderten Ferienumwelt. Gesundheitlich geschädigte Menschen benötigen dafür bedeutend mehr Zeit.

Der Schlüsselfaktor ist also die Zeit: Psyche und Körper brauchen Ruhe, Erholungs- und Einlebezeit. Innerlich muss Frieden, Gelassenheit, Ruhe einkehren. Eine wichtige Voraussetzung zur inneren Bereitschaft, die Therapie, dh die Kräfte der Natur aufnehmen zu können. Der Mensch muss innerlich frei werden, sich frei fühlen, damit all die Naturkräfte nachhaltig wirken können. Nur so ist Psyche und Körper im Aufnahmestand für erfolgreiche Erholungs- und Therapieferien.

Die Tatsache dieser Faktoren ist uns allen sicher längst bekannt. Doch in unserem rationalen Denken haben wir vergessen, tiefer in benachteiligte, körperlich geschädigte Menschen hineinzufühlen. Versuchen wir mit ihnen zu denken, zu leben, zu arbeiten, so bemerken wir, dass fast alle Behinderte für geistige- sowie für körperliche Arbeitsverrichtungen mehr Zeit in Anspruch nehmen müssen. Geist und Körper reagieren meist langsamer, sind Schwankungen ausgesetzt, brauchen mehr Zeit, brauchen manchmal sogar Geduld. Die Funktionen der Behinderten haben ihre eigenen Gesetz und Rhythmen. Wollen wir für die Behinderten etwas verbessern, so gilt es jeden einzeln individuell zu erkennen, zu verstehen und zu respektieren.

Möchten wir nun bei Gesundheitsferien einen positiven Effekt erzielen, müssen beschriebene Faktoren berücksichtigt werden. Solchen Gäste müssen wir die entsprechende Zeit für Anklimation geben. Steht diese Zeit nicht zur Verfügung, so reist ein Feriengast in dem Moment nach Hause, als sein Geist und Körper nun endlich gelöst und für eine erfolgreiche Ferienkur bereit wäre. Doch bei nur zwei oder drei Wochen Ferien kommt in der zweiten oder in der dritten Woche bereits schon das Packen und die bevorstehende Rückreise ins Gespräch. Kaum eingelebt kommt schon wieder innere Unruhe und Hektik auf. Bedauern über die kaum begonnenen und bereits zu ende gehenden Ferien..... für Behinderte Stress auf Stress..... und dies im Angesicht, dass es noch Gäste hat, welche länger bleiben dürfen..... Der Nutzen aus dieser im Ueberfluss vorhandener Naturkraft bleibt angetastet, kann aber den angestrebten gesundheitlichen Nutzen nicht voll erbringen. ...Zwei oder drei Wochen Ferien ohne Einlebezeit sind zu kurz. Sollte man doch Kraft, Freude und Gesundheit für den Rest des Jahres und auch für einen kommenden Winter mitnehmen können....

Suchen wir nach Möglichkeiten, den sonst schon eingeeengten und benachteiligten Menschen mehr Lebensqualität zu geben. Zusätzlich erzielen wir den Gewinn von nachhaltig wirkender Gesundheitsförderung während Ferien, in welchen der Gast täglich gefordert ist. Schon das Baden im Meer, das heisst, bis man im Wasser ist und umgekehrt, bis man vom Strand wieder sandfrei zu Hause ist, Duschen, Körperpflegen., Umkleiden., und bis man dann wieder am Esstisch sitzt, dies ist für alle Beteiligte eine körperliche Anstrengung!

Suchen wir also nach Möglichkeiten. Aufgeschlossene Heime kommen solchen Bedürfnissen entgegen. Indem sie für ihren Behinderten einen Teil ihrer Ferienkosten übernehmen. Oder anders gesagt, dass das Heim dem/der Bewohner/in während der Ferienabwesenheit sämtliche Heimkosten zu Gunsten der Ferienkosten erlässt. In der Regel sind die Heim- und Pflegekosten weit über dem Ansatz von Fr. 125.--, welcher pro Ferientag dem mobilen Gast und Fr. 155.-- dem Rollstuhlgast als Selbstkosten in Rechnung gestellt werden. Der verbleibende Differenzbetrag vom Ferientarif zum Heimtarif kann das Heim immer noch für Unkosten während der Abwesenheit ihres Schützlings heimintern verbuchen.

Eltern, Beistand, Vormundschaft sind angehalten, mit entsprechenden Wohn- und Behinderteninstitutionen individuelle Ferienlösungen zu erarbeiten. Verlängerte Ferien mit Therapie bedeutet für den Feriengast nicht nur Ferien. Das tägliche Baden mit Bewegungstherapie im Sand und im Wasser verlangt besonders auch von Rollstuhlgäste seinen Tribut, täglicher Einsatz und Bereitschaft, für ihre Gesundheit etwas zu „leisten“. Dies gilt auch für Gäste, welche sich für eine Ernährungstherapie entscheiden (Körperreinigung/Gewichtsreduktion/Krebspofilaxe)

Die Ferienplanung für das Jahr 2010 ist angelaufen. Wir bitten deshalb um sofortige Absprache zur Ermöglichung gewünschter und dringend benötigter Bade- und Therapieferien in verlängerter Form als Langzeitferien.

Erstattet eine Institution seinem/r Bewohner/in die sonst zu berechnenden Wohn- und Pflegekosten zurück, zumindest in der Höhe des Ferientagesansatzes, so werden die Ferien auch für finanziell Minderbemittelte tragbar. Sollte noch ein Rest an Ferienkosten offen bleiben, hilft in der Regel eine rechtzeitige Antragstellung an eine diesbezügliche Stiftung für Behindertenferien.

Die unbestrittene Langzeitwirkung bei Behinderten können wir bei einer Feriendauer ab mindestens 6 Wochen, noch besser 8-10 Wochen erreichen. Dieser wichtige Beitrag zur Gesundheitserhaltung und Förderung ist im Interesse jeder Behinderteninstitution, jeder Krankenkasse und jedem Steuerzahler. Langzeitferien können Sie auch nutzen für eine Gewichtsreduktion, oder für eine Körperreinigung (Körperentgiftung) oder als therapeutische Krebsprofilaxe. Alles auf pflanzlicher und biologischer Basis, in bewährter erfahrener und medizinisch empfohlener Ernährungstherapie. (wissenschaftliche Forscher und Berater in Ernährung, Ernährungstherapie, Krankheitsbekämpfung, Gesundheitsförderung allgemein: Prof. Dr. Claus Leitzmann, Dr. Johannes Coy, Rudolf Preuss, Peter K. Leitzmann)

Gehen wir nun an die Umsetzung. Verlängern wir die Ferien, machen wir daraus Erholungs- und Therapieferien. Behinderte, Geschwächte, vom Leben benachteiligte Menschen benötigen unser Verständnis, unser Mitdenken und Mitgehen. Wir glauben zu wissen, dass der wirtschaftliche Bruttoertrag der Schweiz nicht kleiner ausfallen wird, wenn einige Feriengäste ihrer Behindertenwerkstatt für zusätzliche drei bis vier Wochen pro Jahr fernbleiben. Im Gegenteil, dies kann sich für die Volkswirtschaft und für das Gesundheitswesen im allgemeinen nur positiv auswirken!

Wir danken im Interesse aller Beteiligten für die hiermit investierte Zeit, die Feriengewohnheit für Behinderte neu zu überdenken. Und dort wo medizinisch und menschlich als positive Ergänzung und Bereicherung angebracht, Ferien in verlängerte Erholungs- und Therapieferien umzuwandeln. Gehen wir an die Umsetzung und bereichern wir das Dasein psychisch und körperlich benachteiligter Menschen ohne wesentliche Mehrkosten.

Freundliche Grüsse

swiss-GMC-verein

Peter K. Leitzmann

Leiter Kur- und Erholungsferien