

Alle können mit



FOTO: DRK-KREISVERBAND KÖLN

▲ Die begleiteten Seniorenreisen des Deutschen Roten Kreuzes sind bei älteren Menschen äußerst beliebt

Sicher unterwegs mit dem Roten Kreuz

Für Menschen mit gesundheitlichen Einschränkungen, Ältere und Familien sowie Kinder und Jugendliche organisiert das Deutsche Rote Kreuz Gemeinschaftsreisen mit passgenauer Hilfe

Niemand sollte aufgrund seines Alters oder aus Gesundheitsgründen auf das Reisen verzichten müssen. Im Gegenteil - eine andere Umgebung und der damit verbundene Klimawechsel sind Balsam für Körper und Seele. Sie wirken sich positiv auf das Wohlbefinden aus und stärken somit die Gesundheit.

Das Deutsche Rote Kreuz, zu dessen Grundsätzen der Schutz der Gesundheit gehört,

bietet daher Menschen, die nicht allein unterwegs sein können oder möchten, ein vielfältiges Angebot an betreuten Reisen, Ausflügen und Freizeiten. Besonderen Wert legt das DRK dabei auf Gemeinschaft und engagierte Begleitung.

Dies kommt gerade älteren Menschen entgegen, die sich das Alleinreisen nicht mehr zutrauen. „Unser Fahrdienst holt die Gäste zu Hause ab, trägt das Gepäck aus der Wohnung und fragt auch schon ´mal nach, ob alle elektrischen Geräte ausgeschaltet sind“, erzählt Marcel Pertsemelis, Reisekoordinator im DRK-Kreisverband Köln.

Eigenständigkeit unterstützen Zum Service gehören neben dem Arrangement

von Transfer, Flug oder Fahrt in modernen Reisebussen sowie dem Aufenthalt in seniorengerechten Hotels auch Ausflüge und gemeinsame Freizeitangebote am Urlaubsort - sei es Bingo-Abend, Spaziergang oder Konzertbesuch. Dafür sorgen speziell geschulte, ehrenamtliche Reisebegleiter/innen, die oft selbst schon das Rentenalter erreicht haben. „Sie wissen, was unsere Gäste wünschen und stehen ihnen auch bei Fragen und Problemen rund um die Uhr zur Verfügung.“ Wer allerdings besondere Pflege oder Betreuung benötigt, sollte eine eigene Betreuungsperson mitnehmen. „Wir helfen gern bei der Vermittlung“, so Pertsemelis.

Die Kölner gehören zum größten Anbieter von Betreuten Reisen im DRK-Verbandsgebiet Nordrhein. „Wir sprechen aber nicht von Betreutem, sondern von Begleitetem Reisen“, betont Pertsemelis. „Wir unterstützen die Eigenständigkeit unserer Gäste.“ Allein 2014 organisierte der 33-Jährige mit



DIE AUTORIN

Anja Martin ist freiberuflich für die Öffentlichkeitsarbeit des DRK-Landesverbandes Nordrhein e.V. tätig

seiner Kollegin 55 Seniorenreisen ins In- und Ausland, an denen 1.249 Gäste teilnahmen. Nicht alle wohnen in Köln selbst. Viele kommen aus Orten benachbarter Kreisverbände, die mit den Kölnern kooperieren. „Sie sorgen unter anderem für die Verteilung des Katalogs in ihrem Gebiet und stellen den Transfer sicher“, erklärt Pertsemelis.

Es gibt mehrere solcher Verbände in Nordrhein. Düsseldorf und Remscheid beispielsweise arbeiten mit dem Reisebereich des Kreisverbandes Rhein-Erft zusammen, der über weit reichende Erfahrung verfügt. Schon seit 35 Jahren bietet der DRK-Kreisverband Seniorenreisen an. Waren es anfangs noch zwei bis drei Fahrten im Jahr, sind es heute mehr als 40 mit rund 900 Teilnehmenden.

Freunde fürs Leben „Wir erreichen mit unseren Angeboten bis zu 80 Prozent Menschen, die älter als 75 Jahre und schwerbehindert sind“, erklärt Irmgard Heidemann von der DRK-Geschäftsstelle Bergheim. Der Altersdurchschnitt sei in den vergangenen Jahren gestiegen. Dies liege einerseits an der wachsenden Mobilität der Älteren, andererseits aber auch daran, dass viele Gäste immer wieder mit dem DRK in Urlaub fahren.

Den Grund sieht Heidemann - neben hohen Standards wie seniorenrechter und zentraler Unterbringung mit guter Verpflegung - vor allem in der persönlichen Begleitung und Begegnung. „Es wächst eine Gemeinschaft: Die Reisenden kommen mit netten Gleichgesinnten zusammen und bleiben oft auch nach dem Urlaub miteinander in Kontakt. Sogar Paare haben sich gefunden.“ Ob Allgäu oder Ostsee, Italien oder Spanien, ob Tagesausflug oder Urlaub - meist werden Kur- und Badeorte angesteuert. In Nord-

rhein-Westfalen sind es beispielsweise Bad Westernkotten oder Bad Waldliesborn im Münsterland. „Das ist besonders für Menschen interessant, die keine langen Fahrten wünschen“, wissen die DRK-Reiseexpert(inn)en. Bei manchen Angeboten sind Kuranwendungen inklusive, bei anderen können sie vor Ort gebucht werden.

Auszeit für Familien Doch nicht nur die Älteren brauchen Erholung und Tapetenwechsel. Auch Familien tut eine Auszeit gut. Denn die Ansprüche an Eltern sind hoch. Job, Haushalt, Erziehung und Beziehung fordern ihren Tribut und können in Überforderung sowie Krankheit münden. Spätestens dann empfiehlt sich der Gang zum Hausarzt, um nach einem Kur-Aufenthalt zu fragen - beispielsweise im Kurzentrum Carolinensiel.

Die an der Nordsee gelegene Klinik, die von der gemeinnützigen DRK-Betreuungsgesellschaft für soziale Einrichtungen (BsE) in Düsseldorf geleitet wird, bietet Mutter-Kind- beziehungsweise Vater-Kind-Kuren an. Spezialisiert hat sie sich auf Familien mit verhaltensauffälligen Kindern und Kindern mit Aufmerksamkeitsdefizit-(Hyperaktivitäts-)Störung (AD(H)S). Als bundesweit einzige Einrichtung bietet sie zweimal im Jahr auch Kuren für Regenbogenfamilien an - also beispielsweise Familien mit gleichgeschlechtlichen Elternteilen.

Ganzheitliches Verständnis Ein interdisziplinäres Team aus Ärzt(inn)en, Sozialpädagog(inn)en, Physiotherapeut(inn)en, Psycholog(inn)en, Krankenpflegekräften und Erzieher(inn)en kümmert sich engagiert um die kleinen und großen Gäste. Rund 1.000 Familien aus dem gesamten Bundesgebiet sind es pro Jahr. Stets wird nach einem ganzheitlichen Gesundheitsverständnis gearbeitet. Neben der Behandlung der Symptome werden zusammen mit den Patienten Lösungsstrategien entwickelt, mit denen die Betroffenen



FOTO: DRK-BS E

▲ Abseits von Spielkonsole, PC und Fernseher bieten die JRK-Ferienfreizeiten Kindern und Jugendlichen Spaß und Abenteuer

krank machende Lebensumstände in ihrem Alltag bewältigen können.

Die Krankenkassen übernehmen die Kosten bis auf einen geringen Eigenanteil von zehn Euro pro Tag, wenn ein ärztliches Attest gesundheitliche Störungen beziehungsweise Erkrankungen bescheinigt, die in unmittelbarem Zusammenhang mit der Mutter-/Vaterrolle stehen. Dabei werden auch Faktoren wie der Tod eines Angehörigen, familiäre Gewalt, Trennung oder die Doppelbelastung bei Alleinerziehenden berücksichtigt.

Talente entdecken Auch mal ohne Eltern in Urlaub fahren und dabei jede Menge Spaß mit Gleichaltrigen haben - das bieten die Ferienfreizeiten des Jugendrotkreuzes (JRK). „Unsere betreuten Kinder- und Jugendreisen sind ein wichtiges Lernfeld“, erklärt Sabrina Müller, Bildungsreferentin Kinder- und Jugendreisen im DRK-Landesverband Nordrhein. „Andere Menschen und Gegenden kennenlernen, neue Sportarten und Spiele ausprobieren, die Gemeinschaft



FOTO: JUGENDROTKREUZ NORDRHEIN

◀ Im DRK-Kurzentrum Carolinensiel können Mütter und Väter mit Kind körperliche und seelische Tiefpunkte in der Familie überwinden

in der Gruppe erleben - all dies stärkt das Selbstbewusstsein und fördert die Fähigkeit, Herausforderungen zu meistern und die eigenen Talente zu entdecken.“

Statt Spielkonsole, PC und Fernseher gibt es daher ein intensives Miteinander und reale, anregende Erlebnisse - ob bei der Adventure Tour in Spanien, dem Piratencamp an der Nordsee, beim Erlebnisurlaub auf dem Kinderbauernhof im Westerwald und vielem mehr. Rund 800 junge Leute zwischen sechs und 18 Jahren - bei Reisen für Menschen mit Behinderungen bis 25 Jahre - nehmen an den jährlich 28 JRK-Ferienfreizeiten teil.

Begleitet werden sie von insgesamt 130 ehrenamtlichen Teamern. Diese sind mindestens 18 Jahre alt, haben eine mehrtägige Ausbildung im Haus des Jugendrotkreuzes in Bad Münstereifel durchlaufen und verfügen darüber hinaus über Zusatzqualifikationen - beispielsweise einen Erste Hilfe-Kursus oder das „Rettungsschwimmer“-Abzeichen.

Auch die Prävention sexualisierter Gewalt ist dem JRK wichtig. Dafür müssen die Betreuenden beispielsweise einen Ehrenkodex unterzeichnen und ein erweitertes Führungszeugnis vorlegen. Schließlich sollen die Eltern sicher sein, dass ihre Kinder auf den Reisen in guten Händen sind.

Fernab des Alltags Bei der Werbung für die Ferienfreizeiten werden nichtkommerzielle Anbieter wie das Jugendrotkreuz von kommunaler Seite unterstützt. So stellt der Jugendring Düsseldorf eine Online-Ferierendatenbank zur Verfügung - ebenso wie das katholische Jugendbeauftragtenbüro für die Region Heinsberg.

Darüber hinaus gewähren viele Kommunen finanzielle Zuschüsse. Zudem gilt: Haben Eltern oder deren Kinder Anspruch auf Leistungen nach dem Sozialgesetzbuch SGB II - insbesondere Arbeitslosengeld II oder Sozialgeld -, auf Sozialhilfe nach SGB XII, auf Wohngeld oder Kinderzuschlag, haben sie auch Anspruch auf Leistungen nach dem Bildungs- und Teilhabepaket.

Die JRK-Ferienfreizeiten richten sich an Kinder und Jugendliche mit und ohne Behinderungen aus ganz Deutschland. „Mitfahren kann jeder“, so Bildungsreferentin Müller. Auch eine Mitgliedschaft im Jugendrotkreuz sei nicht erforderlich. „Wir möchten einfach, dass möglichst viele Kinder und Jugendliche fernab ihres Familien- und Schulalltags die Möglichkeit bekommen, sich auszuprobieren.“ ●

FOTOS (2): BARBARA BALTSCH



Internetportal zu Arztpraxen und Fitnessstudios

Um den Gesundheitstourismus zu fördern, hat der Rhein-Erft-Kreis ein Internetportal zur örtlichen Gesundheitswirtschaft entwickelt, das mittlerweile von Information Suchenden gut angenommen wird

Nicht zuletzt aufgrund der demografischen Entwicklung zählt die Gesundheitswirtschaft heute zu den bedeutendsten Wachstumsbranchen in ganz Deutschland. Das Landeszentrum Gesundheit geht für NRW von mehr als 1,1 Mio. Beschäftigten in diesem Wirtschaftszweig aus. Dies bedeutet, dass bereits jeder sechste Arbeitsplatz in der Gesundheitswirtschaft zu finden ist.

Allein im Rhein-Erft-Kreis gibt es weit mehr als 1.000 Gesundheitsunternehmen, die hochwertige und sichere Arbeitsplätze bieten, verlässlich Steuereinnahmen generieren und somit großen Anteil am Erfolg des Wirtschaftsstandortes Rhein-Erft in der Gesundheitsregion Köln-Bonn haben.

Aus dem Blickwinkel der einzelnen Konsument(inn)en stellt sich die Gesundheits-

wirtschaft allerdings weniger als homogenes Gebilde, sondern als unübersichtliche Gemengelage dar. Wer medizinische Leistungen nachfragt oder Angebote zur eigenen Gesundheitsförderung sucht, findet passende Anbieter in der Regel per Überweisung, über Mund-zu-Mund-Propaganda oder über eine Internet-Suchmaschine.

Online-Netzwerk wirksam Um wie viel einfacher und schneller ginge die Suche nach passgenauen medizinischen Angeboten, wenn sich die komplette Gesundheitslandschaft einer Region als Netzwerk auf einer eigenen Internetplattform präsentieren würde. Eine solche Plattform könnte einzelne Akteure vielleicht sogar ermuntern, miteinander in Kontakt zu treten, gegebenenfalls Angebote aufeinander abzustimmen