

## Ferienbeginn in Nordrhein-Westfalen

### WIE KANN EIN URLAUB TROTZ PFLEGEBEDARF GLÜCKEN?

**Köln, 20.06.2023 Die Temperaturen steigen, die Eisdielen sind gut besucht, die Abende sind lang und lau. Kurzum: Der Sommer ist da und die Ferien stehen vor der Tür. Und so werden viele Menschen in Nordrhein-Westfalen in den nächsten Tagen und Wochen ihre Autos beladen, in Züge steigen, oder auch in die Ferne fliegen. Aber, was für viele Familien selbstverständlich ist, fällt nicht in jeder Situation leicht. Besonders für Familien mit pflegebedürftigen Mitgliedern ist die Organisation eines Urlaubes eine Herausforderung – obwohl Erholung gerade hier oft dringend benötigt wird. Wie es mit Teamwork und guter Organisation trotzdem klappen kann, weiß Pflegeberaterin Sandra Rahm aus Bochum aus eigener Erfahrung.**

Wie es oft der Fall ist, stand das Thema Pflegebedürftigkeit bei Familie Rahm sehr plötzlich ins Haus. Sandra Rahms Vater Udo erlitt vor etwas über vier Jahren einen Schlaganfall. Seitdem ist er eingestuft in Pflegegrad 5, in seiner Kommunikationsfähigkeit eingeschränkt, blind und größtenteils auf den Rollstuhl angewiesen. Gepflegt wird er von seiner Frau Elisabeth, die sich ganz selbstverständlich um ihn kümmert. „Aber dadurch, dass meine Mutter die Pflege zu Hause komplett alleine übernimmt, ist die Belastung für sie natürlich hoch,“ erläutert Sandra Rahm.

#### Von der Idee bis ins Flugzeug

Die Idee, sich als Familie gemeinsam in einem Urlaub zu erholen, hatten ihre Töchter, beide im Teenageralter, im vergangenen Jahr, nachdem ihr Großvater es geschafft hatte, wieder ein paar Schritte zu gehen. „Da war uns klar, dass wir im Notfall ein paar Stufen überwinden können, denn Barrierefreiheit ist ja leider nicht überall gegeben. Das hat uns Mut gemacht, die Sache anzugehen“, sagt

#### Kontakt:

compass private  
pflegeberatung GmbH  
Abteilung Politik und  
Kommunikation  
Julia Friedrich  
Tel.: 0221 93332 -111  
kommunikation@compass-  
pflegeberatung.de  
www.compass-pflegeberatung.de

Sandra Rahm. Auch Udo und Elisabeth Rahm waren begeistert von der Idee und es ging es an die Planung. Als Urlaubsort ausgewählt wurde die kanarische Insel Fuerteventura, gebucht über ein normales Reisebüro. Die Erfahrung mit dem Reisebüro war leider nicht durchweg positiv, umso begeisterter waren die Rahms aber vom Einsatz des Hotels, welches sie selbst kontaktierten, um die Situation zu schildern. Udo und Elisabeth Rahm bekamen ohne Wenn und Aber ein Upgrade auf ein rollstuhlgerechtes Zimmer mit großem Bett und ebenerdiger Dusche.

Der Flug auf die Insel gestaltete sich weniger kompliziert als zunächst befürchtet. „Mit dem Rollstuhl konnten wir bis zum Flugzeug“, erklärt Sandra Rahm. „Die Airline wusste schon Bescheid und mein Vater wurde in einem rollstuhlgerechten Bus bis zum Flieger gebracht. Die Treppenstufen ins Flugzeug konnte er dann dank seines Trainings mit dem Physiotherapeuten selbst meistern und der Rollstuhl wurde im Frachtraum verstaut. Als wir in Fuerteventura ausgestiegen sind, stand dieser dann schon für uns bereit.“ Für mobilitätseingeschränkte Fluggäste stehen an Flughäfen in der Regel Assistenzangebote zur Verfügung, die vor dem Reisetag gebucht werden können. So können Passagiere bei Bedarf sogar per Hubwagen und Tragestuhl barrierefrei zu ihrem Sitzplatz gelangen. Trotz all der Hilfen ist sich Mutter Elisabeth aber sicher, dass ohne einen wichtigen Faktor nichts geklappt hätte: „Meine Enkelinnen haben sich um die Koffer gekümmert, meine Tochter um alles Organisatorische am Flughafen. Alleine hätten mein Mann und ich es nicht geschafft, aber gemeinsam hat es funktioniert.“

### Entspannung vor Ort

Im Hotel angekommen, fühlten sich die Rahms direkt gut aufgehoben. „Die Einrichtung war nicht die neuste, aber alles war sauber, unser

#### Kontakt:

compass private  
pflegeberatung GmbH  
Abteilung Politik und  
Kommunikation  
Julia Friedrich  
Tel.: 0221 93332 -111  
kommunikation@compass-  
pflegeberatung.de  
www.compass-pflegeberatung.de

Zimmer war barrierefrei erreichbar und das Essen war gut“, resümiert Elisabeth Rahm. Die Hanglage des Hotels habe es zwar verhindert, dass sie und ihr Mann Udo sich gut vom Hotel entfernen und die Insel erkunden konnten, aber das fand das Ehepaar gar nicht so schlimm – der Pool habe ihnen gereicht. Sandra Rahm ist vor allem die allgemeine Hilfsbereitschaft der Menschen im Hotel positiv aufgefallen: „Am Buffet waren oft hilfreiche Servicekräfte, die meine Eltern fragten, was sie wollten und ihre Teller für sie befüllten. So konnten wir alle in Ruhe zusammen essen,“ erzählt die Bochumerin. „Einmal ist mein Vater am Pool gestürzt, da kamen sehr schnell andere Gäste um ihm aufzuhelfen.“

Neben einer guten Zeit mit der Tochter und den Enkelinnen haben Udo und Elisabeth Rahm sich eine Auszeit vom stressigen Pflegealltag gewünscht – und die haben sie bekommen. „Natürlich musste ich mich immer noch um die Pflege meines Mannes kümmern, aber der Tapetenwechsel hat mir trotzdem sehr gut getan und die Zeit in der Sonne und am Pool hat mir auch nachträglich Kraft und Entspannung für die nächsten Wochen gebracht“, erläutert Elisabeth Rahm. „Auch mein Mann konnte sich gut erholen und hat die Zeit sehr genossen. Wir sind gerne unterwegs.“

### Tipps von der Expertin

Sandra Rahm ist Pflegeberaterin bei der bundesweit tätigen compass Pflegeberatung. Wenn ihre Klient\*innen sie nach der Möglichkeit eines Urlaubes mit Pflegebedürftigkeit fragen, kann sie nun sowohl aus ihrer beruflichen Expertise, als auch aus ihrer eigenen Erfahrung schöpfen. „Zunächst sollte beim Reisebüro im Vorfeld des Buchens angefragt werden, ob es schon Erfahrungen mit pflegebedürftigen Kund\*innen gibt. Gegebenenfalls lohnt es sich, das Stammbüro zu

#### Kontakt:

compass private  
pflegeberatung GmbH  
Abteilung Politik und  
Kommunikation  
Julia Friedrich  
Tel.: 0221 93332 -111  
kommunikation@compass-  
pflegeberatung.de  
www.compass-pflegeberatung.de

wechseln. Auch die gesundheitliche und pflegerische Versorgung vor Ort sollte frühzeitig geklärt werden.“

Bei der Planung eines Urlaubes kann außerdem eine Pflegeberatung helfen. „Hier können alle individuellen Fragen zur jeweiligen Pflegesituation geklärt werden“, fährt Sandra Rahm fort. „In einer Beratung kann außerdem besprochen werden, welche vielfältigen Möglichkeiten die Pflegeversicherung zur Finanzierung und Gewährleistung der Pflege im Urlaub bietet.“ Alle Ratsuchenden können sich mit ihren Fragen zum Urlaub mit Pflegebedürftigkeit an die compass Pflegeberatung unter der kostenfreien Nummer 0800 – 101 88 00 wenden. Familie Rahm hat sich für ein gewöhnliches Hotel entschieden, aber es gibt auch Pflegehotels und Reiseanbieter, die sich auf die Bedürfnisse pflegebedürftiger Menschen spezialisiert haben und ihren Gästen eine Kombination aus Freizeit- und Pflegeangeboten bieten. Mithilfe der Pflegesuche auf dem Pflege Service Portal [pflegeberatung.de](https://www.pflegeberatung.de), können passende Angebote ausfindig gemacht werden. Ein Urlaub mit Pflegebedürftigkeit kann auf vielseitige Arten möglich gemacht werden, am wichtigsten findet Sandra Rahm jedoch: „Mutig sein und einfach mal machen!“

### Weiterführende Informationen:

Mehr Informationen zur Ermöglichung von Urlauben für Pflegebedürftige sowie ihre pflegenden Angehörigen gibt es unter <https://www.pflegeberatung.de/pflegeleistungen/urlaub-und-auslandsaufenthalte>.

### Kontakt:

compass private  
pflegeberatung GmbH  
Abteilung Politik und  
Kommunikation  
Julia Friedrich  
Tel.: 0221 93332 -111  
[kommunikation@compass-  
pflegeberatung.de](mailto:kommunikation@compass-pflegeberatung.de)  
[www.compass-pflegeberatung.de](http://www.compass-pflegeberatung.de)



**Bild:**

Bildunterschrift: Udo und Elisabeth Rahm im wohlverdienten Urlaub

Copyright: Sandra Rahm/compass



**Bild:**

Bildunterschrift: Udo Rahm mit seinen engagierten Enkelinnen

Copyright: Sandra Rahm/compass

**Kontakt:**

compass private  
pflegeberatung GmbH  
Abteilung Politik und  
Kommunikation  
Julia Friedrich  
Tel.: 0221 93332 -111  
kommunikation@compass-  
pflegeberatung.de  
www.compass-pflegeberatung.de





**Bild:**

Bildunterschrift: Familie Rahm beim Baden auf Fuerteventura

Copyright: Sandra Rahm/compass

**Hintergrund:**

Die compass private pflegeberatung GmbH berät Pflegebedürftige und deren Angehörige telefonisch, per Videogespräch und auf Wunsch auch zu Hause gemäß dem gesetzlichen Anspruch aller Versicherten auf kostenfreie und neutrale Pflegeberatung (§ 7a SGB XI sowie § 37 Abs. 3 SGB XI). Die telefonische Beratung steht allen Versicherten offen, die aufsuchende Beratung sowie die Beratung per Videogespräch ist privat Versicherten vorbehalten.

compass ist als unabhängige Tochter des PKV-Verbandes mit rund 600 Pflegeberaterinnen und Pflegeberatern bundesweit tätig. Die compass-Pflegeberaterinnen und -berater beraten im Rahmen von Telefonaktionen sowie zu den regulären Service Zeiten zu allen Fragen rund um das Thema Pflege.

**Kontakt:**

compass private  
pflegeberatung GmbH  
Abteilung Politik und  
Kommunikation  
Julia Friedrich  
Tel.: 0221 93332 -111  
kommunikation@compass-  
pflegeberatung.de  
www.compass-pflegeberatung.de