



## Aus der Beratung: Urlaub

*Ein Ehemann ruft an und erzählt, dass seine Frau seit drei Jahren die Diagnose Alzheimer hat. Manche Tage sind inzwischen sehr anstrengend. Er fühlt sich oft müde und ihn belastet, dass er sehr gebunden ist und überhaupt nicht mehr rauskommt. Jetzt hat er gelesen, dass es Urlaube für Menschen mit Demenz gibt. Er fragt: „Wie läuft so ein Urlaub ab? Wo kann man so einen Urlaub machen? Habe ich da auch Freizeit für mich allein?“*

Urlaubsangebote für Menschen mit Demenz und deren Angehörige werden in verschiedenen Formen angeboten. Es gibt die Möglichkeit, Urlaub individuell zu zweit zu machen oder in einer Gruppe.

Bei einem **Individualurlaub** zu zweit gibt es Hotels, Ferienhäuser oder Einrichtungen, die auf Menschen mit Demenz eingestellt sind und die Betreuung der Erkrankten entweder selbst oder durch örtliche Pflegedienste/Tagespflege anbieten. Der Vorteil liegt darin, dass man den Urlaubstermin und die Dauer frei bestimmen kann. Auch wer ganz allein Zeit genießen möchte, hat hier die größere Möglichkeit dazu. Allerdings bleibt mehr Organisation und Verantwortung an den Angehörigen hängen.

Bei einem **Urlaub in der Gruppe** gibt es in der Regel feste Termine, zu denen eine Urlaubswoche für ca. 8-10 Paare angeboten wird. Hier ist durch den Anbieter der Urlaub und auch ein Aktivitätenprogramm vorab organisiert. Die Betreuung und Pflege der Betroffenen wird von Fachkräften und ehrenamtlich Helfenden vor Ort übernommen. Natürlich gibt es auch bei den Gruppenurlaube Freiraum und Freizeit für die pflegenden Angehörigen. Der Vorteil liegt hier in einem deutlich geringeren Organisationsaufwand und auch in der Gemeinschaft. Es können Kontakte zu anderen Angehörigen entstehen, die sich auch schon während des Urlaubs miteinander austauschen können. Gemeinsame Ausflüge mit den Betroffenen können in der Gruppe und mit der Unterstützung der Betreuungskräfte einfacher sein.

Die **Kosten für die Betreuung und Pflege** der Demenzerkrankten kann in aller Regel bei vorhandenem Pflegegrad über die Pflegeversicherung mitfinanziert werden.

Urlaube für Menschen mit Demenz und ihre Angehörigen gibt es in ganz Deutschland und auch im Ausland. Viele dieser Angebote findet man auf unserer Webseite unter



**Alzheimer Gesellschaft**  
Baden-Württemberg e.V.  
*Selbsthilfe Demenz*

[www.alzheimer-bw.de/hilfe-vor-ort/urlaubsangebote](http://www.alzheimer-bw.de/hilfe-vor-ort/urlaubsangebote). Genauere Informationen und Einzelheiten erfährt man bei den jeweils angegebenen Anbietern.

Ausführlichere Informationen können Sie auch in unserem [Demenzlexikon](#) unter **U wie Urlaub** nachlesen.

Der Ehemann aus diesem Beratungsgespräch ist durch die Betreuung seiner Frau sehr belastet und gebunden. Ratsam wäre, neben einem Erholungsurlaub nach einer Möglichkeit der häuslichen Entlastung zu suchen, so dass regelmäßig Zeiten zum Erholen und Kraft tanken sichergestellt sind. Auch der regelmäßige Austausch mit Angehörigen tut gut, gibt neue Impulse und wirkt dem Gefühl des Alleinseins entgegen. Entlastungsangebote und Angehörigengruppen bei Ihnen vor Ort finden Sie ebenfalls auf unserer Website unter [www.alzheimer-bw.de/hilfe-vor-ort](http://www.alzheimer-bw.de/hilfe-vor-ort).

Gerne können Sie uns auch anrufen oder eine E-Mail schreiben. Wir besprechen gemeinsam Ihre Situation und unterstützen Sie, eine individuelle passende Lösung zu finden:

**Beratungstelefon**

0711 / 24 84 96 63

**Mail**

[beratung@alzheimer-bw.de](mailto:beratung@alzheimer-bw.de)