

Unser Kuraufenthalt in der Schmieder-Klinik Konstanz

Eigentlich wollte ich gar nicht mehr in Kur fahren, aber da ich mir unglücklicherweise im Juli den Fuß gebrochen hatte und wir 1. nicht zum diesjährigen Forentreffen nach Bad Sachsa fahren konnten und 2. unseren gebuchten Urlaub Ende September - 2 Wochen Fuerteventura absagen mußten (auf den ich mich schon das ganze Jahr gefreut hatte - seufz !!!!!), fuhren wir jetzt halt in Kur-Urlaub an den Bodensee.

So ist es nun mal: Gesundheit geht vor!



Ecki ging natürlich auch mit. Nach der Bewilligung meiner Kur beantragte er bei seiner KK auch eine Kur, und nach relativ kurzer Zeit kam dir Zusage, so daß wir gemeinsam „kuren“ konnten.

Am Freitag, den 22.10. gings mit dem PKW los gen Konstanz. Anders wäre unser Gepäck - 7 Koffer/Taschen - und die Hilfsmittel - TRAC samt Hänger und Rollstuhl und 2 Rollatoren - nicht zu bewältigen.

Der Empfang in Konstanz war zwar etwas chaotisch, aber zum Abendessen lief dann alles normal. Wir hatten zwar zwei einzelne Zimmer -wegen der Abrechnung - er war im 1. Stock und ich im 2.Stock, aber wir trafen uns immer zum Frühstück und verabschiedeten uns dann am Abend wieder. Aber manchmal übernachtete er auch bei mir !?!

Abends beehrten wir noch das Restaurant Seelig. Das ist unter der Bodensee-Therme, 5 TRAC-Minuten von der Klinik (TRAC fährt 6 km/h)

Therapiemäßig ging es aber erst am Dienstag los, da am Wochenende nichts läuft und die Anmeldung erst am Montag erfolgte.

Samstag waren wir im Klinikhallenbad. Einfach



super. Abends waren wir dann mal mit dem TRAC unterwegs im Licht der untergehenden Sonne am See entlang.



Am Sonntag, den 24.10. kündigte sich bereits der 1. Besuch an: Petra und Detlev. Zum Mittagessen waren wir im Restaurant Seelig und nach einem schönen Spaziergang im Sonnenschein am See, gingen wir noch Kaffeetrinken in die Klinik-Cafeteria. Dort trafen wir noch eine FA-lerin (Conny, die wir schon länger kennen und mit der wir während der Kur öfters etwas unternahmen). Am Abend waren wir dann beim Musikkabarett, welches die Klinik als kulturelles Ereignis anbot. Am Montag, den 25.10. haben wir uns in den einzelnen Therapiebereichen angemeldet und ab Dienstag waren dann die Therapien an der Reihe. Erkenntnis: Nicht am Freitag anreisen!





Am 28.10. besuchte uns Günter aus Albstadt.
 Am 2. Wochenende waren wir bei Fam. Hamann in Radolfzell. Da nahmen wir Daniel mit (der zu dieser Zeit gerade in der Schmieder-Klinik in Allensbach war).
 Weitere Mitglieder unserer SHG (Frank mit Frau, Wolfgang mit Frau und Jürgen) kamen zu Besuch, was mich sehr freute.
 Am 3. Wochenende waren wir kurz daheim (es ist ja nicht weit - ein Weg 74 km), was holen und dann bei meiner Mutter zum Kaffeetrinken, abends wieder zurück in die Klinik.
 Am 4.11. lernten wir noch eine Atakterin kennen, Karin aus Recklinghausen - Welch Zufall! Mit ihr waren wir in der Koordinationsgruppe (sehr gut bei Hrn.Kopp) und unternahmen auch einiges. Weitere Ataktiker waren in Konstanz - Johanna (aus unserer SHG), die einen Tag vor unserer Abreise ankam und evita (im ataxie-forum), die einen Tag nach unserer Abreise ankam) sowie Chris, der im Dezember in der Schmieder war.
 Bis zum 26.11. waren wir in Kur, 5 Wochen - erst 3 Wochen und noch 2 Wochen Verlängerung.
 Also, alles in allem ist die Schmieder-Klinik in Konstanz sehr zu empfehlen.
 Es sind viele Ataktiker da (manchmal auch gleichzeitig) - die Ataxien sind nicht unbekannt.
 Die Therapien hier sind sehr intensiv und sehr gut und werden von den Therapeuten auf jeden einzelnen abgestimmt. Aber man sollte auch wissen, was einem so gut tut und es beim Stationsarzt oder den Therapeuten sagen - es wird vieles möglich gemacht.

Das Essen ist auch gut. Entweder man hat seinen festen Platz im Speisesaal (wie wir) und das Essen steht dann schon da oder wer gut zu Fuß ist, bedient sich am Buffet und sucht sich selber einen Platz.



Kinder können, soweit ich weiß, auch mitgebracht werden, selbst ein Schulbesuch in der Zeit wird organisiert. Wer näheres wissen will, sollte sich bei der Klinik erkundigen.
 Dann liegt die Klinik sehr idyllisch, direkt am See. Unterhalb der Klinik am See ist ein Weg, wo man auf der einen Seite bis zum Cafe Hörnle gehen kann und auf der anderen Seite bis nach Konstanz (wer gut zu Fuß ist - ca. 25 min). Wem das aber zu weit ist, gleich vor dem Eingang ist eine Bushaltestelle. Für Rolli-Fahrer ist es sehr zu empfehlen, denn es sind alles Niederfler-Busse mit Rampe, die jede halbe Stunde fahren. Der Bus ist für Klinik-Patienten kostenlos.
 Wer vom „Tagesgeschäft“ noch nicht genug hat, kann abends in das nahegelegene Restaurant Seelig gehen, oder auch mit dem Bus nach Konstanz fahren, da ab 20 Uhr in der Klinik nichts mehr los ist (die Klinik-Cafeteria schließt um 20 Uhr, Ausgang ist täglich außer Samstags bis 22 Uhr!) .

Antje Graf



Weitere Infos: www.kliniken-schmieder.de
 dort bei --> fuer-patienten
 --> unsere-kliniken
 --> kliniken-schmieder-konstanz



Silvester 2010 auf der Langau



Vom 27.12. bis zum 02.01.11 waren wir (Antje, ich und noch einige Ataktiker) in der Bildungs- und Erholungsstätte LANGAU e.V. bei Steingaden (bei Füssen). Die Einrichtung nennt sich selbst ein barrierefreies Tagungshaus in Oberbayern, und das ist nicht untertrieben ...

Auszug aus der Website (www.langau.de):

„Wir betreiben in der Langau unser barrierefreies Tagungs- und Gästehaus in herrlicher Lage oberhalb von Steingaden im oberbayerischen Pfaffenwinkel am Rande der Allgäuer Alpen. ... Die Bildungs- und Erholungsstätte Langau e.V. ist ein Barrierefreies Haus. Das heißt, dass es von jedem Menschen unabhängig von einer eventuell vorhandenen Behinderung uneingeschränkt benutzt werden kann!“



Die LANGAU - was ist das?

Ein etwa 400 Jahre altes Gebäude, das ursprünglich eine Schwaige des Prämonstratenserklosters Steingaden war, wurde 1965 vom Bund Christlicher Pfadfinderinnen übernommen und danach wird es gründlich renoviert und umgebaut.

In der Nachbarschaft der Wieskirche liegt die Langau in einer wunderschönen Urlaubslandschaft und doch völlig unberührt von Touristenströmen.

Die Silvester-Freizeit auf der Langau hat für uns beide schon Tradition. Seit wir dieses Haus im Sommer 2004 entdeckten, sind wir jedes Jahr da. Mit wechselnder Beteiligung aus der

Schwankheimer-Gemeinde: Waren wir 2004 nur zu 8-t, waren es 2005 - 18, 2006 - 15, 2007 -17, 2008 - 14, 2009 wieder 18 und 2010 reisten nur 10 an - wegen Krankheit und Arbeit durch ungünstige Feiertagslage fielen einige aus.

Die kulturellen Möglichkeiten sind vielfältig: Schwimmbad, Sauna, Arche (Kirche), TV-Zimmer, Kaminzimmer, Bauernzimmer, mehrere Versammlungsräume - und alles im Hause!

Die nähere Umgebung des Hauses ist ebenerdig, problemlos für Rolli- und Rollator-Fahrer befahrbar. Ein Naturwanderweg ums Haus (ca. 2,5km) ist genauso problemlos zu erwandern/er-rollern. Wird nach ordentlich Neuschnee über Nacht sogar frühmorgens geräumt.

Bis zur nächsten grösseren Stadt (Lechbruck) sind es 6km, nach Füssen sind es ca. 20km. Dabei kommt man an den Königsschlössern (Neuschwanstein und Hohenschwangau) vorbei.

Auf den Tegelberg bei Schwangau (15km) gelangt man auch völlig barrierefrei mit der Seilbahn.

Wem das Schwimmbad im Hause nicht reicht, kann in die Kristalltherme (Erlebnisbadewelt) in Schwangau fahren, die wirklich sehr behindertenfreundlich gebaut wurde.

Das Wetter war dieses Jahr etwas trübe, aber

so war mehr Zeit zum Reden mit Anderen, für gemeinsame Spiele - einfach gemütlich „die Seele baumeln lassen“. Auch das Bauerntheater in Bad Bayersoien, das wir jedes Jahr am 30. beehren, war wieder Spitze. Der Silvesterabend hat hier was eigenes, die Küche zaubert immer ein phanta-



stisches Menü und das Silvesterprogramm wird durch die Anwesenden gestaltet. So vergeht die Zeit bis zum Neuen Jahr in gemeinsamer Runde kurzweilig. Uns hat diese Silvesterfreizeit wieder gefallen. Das nächste Silvester kommt und wir werden wieder auf der LANGAU feiern mit Freunden von der DHAG, mit „alten Bekannten“, die wir bisher kennen lernten und mit Menschen, denen wir dort neu begegnen.

Wenn jemand jetzt interessiert ist die Langau zu besuchen (auch im Sommer eine Reise wert), hier noch die Kontakt-Infos:

Internet www.langau.de
 Mail: info@langau.de
 Adresse: Bildungs- und Erholungsstätte
 Langau e.V.
 D-86989 Steingaden/Obb.
 Tel. (0 88 62) 91 02-0

Die Anreise ist eigentlich unproblematisch mit dem PKW (A7 Ulm bis Füssen oder auf der A96 bis Landsberg).

Mit dem Zug geht es bis zum Bahnhof Augsburg und dann mit der barrierefreien Regionalbahn bis Peiting, wo ihr nach Anmeldung vom Haus abgeholt werdet (siehe Bericht Anna).

Bei der Buchung für Silvester unbedingt Ataxie-Gruppe angeben und nicht bis November warten!

(ers)



Herax Fundus 01 / 2011

Auf dem Weg ins Allgäu

Irgendwann im Oktober kam ich auf die Idee, Silvester mal etwas anders zu feiern und mit einigen anderen Ataxlern im Allgäu zu verbringen. Die Entscheidung dazu, verbunden mit der Anmeldung zur Silvesterfreizeit, schob ich lange vor mir her, da ich ja die Teilnehmer nur flüchtig aus Wiesbaden kannte und ich mir nicht ganz darüber klar war, wie die sechs Tage über Silvester wohl ablaufen würden. Eine weitere Überlegung war, wie ich die 280 km wohl am besten zurücklegen würde. Der Gedanke, mich auf ein neues Abenteuer einzulassen, den Weg zur Langau allein zurückzulegen und Silvester mal etwas anders zu erleben und neue, liebe Leute kennenzulernen, gefiel mir allerdings und so meldete ich mich noch Ende November zur Freizeit auf der Langau an. Etwas später suchte ich mir dann im Internet die Zugverbindung raus und meldete telefonisch bei der Mobilitätszentrale der DB meinen Umsteigeservice an. Und das Beste: Die gesamte Fahrt war für mich als Besitzerin einer Wertmarke und dem SBA kostenlos!!

Mit Rolli und einem Koffer ausgestattet sollte meine Reise am Montag kurz nach Weihnachten beginnen. Meine Mama brachte mich in Ansbach zum Zug, wo ich von der netten Dame vom Servicepersonal über die Gleise und mit der Hebebühne in den Zug gebracht wurde. Meine fast 4-stündige Fahrt unterbrochen von zwei Umstiegen in Treuchtlingen und Augsburg funktionierten ohne größere Probleme, vom Bahnhof in Peiting wurde ich vom Hausmeister der Langau abgeholt.

Rückblickend muss ich sagen, dass sich meine Reise echt gelohnt hat. Meine Fahrt war äußerst interessant und die Zeit auf der Langau habe ich sehr genossen, vor allem weil ich echt liebe Leute kennengelernt habe. Ich werde sowas auf alle Fälle wieder tun.

Anna Schwarz