

Lebensnah

Leben mit Hollister

Petra Sattler erzählt von ihrer Tätigkeit im Event Management

Leben mit Handicap

Urlaubsland Deutschland

Lebenswege

Jo Schuler und seine Leidenschaften

Lebenslustig

Phil Hubbe – auf Reisen





VaPro Plus Pocket

berührungsfreie hydrophile intermittierende Einmalkatheter

Ihr sicherer
Partner für ein
ganz normales
aktives Leben.



Der **VaPro Plus Pocket** ist nicht nur – wie die ganze **VaPro**-Familie – einfach und zweifach sicher durch die Schutzhülse und die sterile Folienumhüllung, sondern dank der bewährten Rücklaufsperrung, die ein Zurückfließen des Urins aus dem Beutel verhindert, nun auch dreifach sicher. Zusätzlich überzeugt er mit seinem kompakten und diskreten Design. **VaPro Plus Pocket**: Ihr sicherer Partner für ein ganz normales aktives Leben – mit dem PLUS an Sauberkeit und Sicherheit. Fordern Sie noch heute Ihre kostenlosen Testprodukte an.

Sie erreichen unser Beratungsteam unter der gebührenfreien Telefonnummer 0800/1 01 50 23.



Erfahren Sie mehr zu unseren Produkten über den QR-Code oder unter:
www.hollister.com/germany/products/sample_continence.asp



Bei Hollister Kontinenzversorgung stehen der Mensch und sein Leben im Mittelpunkt. Alles, was wir machen, folgt einem Prinzip: **People First.**



Leben mit Hollister



Liebe Leserinnen,
liebe Leser,

der wohlverdiente Urlaub ist für viele von uns die schönste Zeit des Jahres. Dabei muss es nicht immer eine Fernreise zu exotischen Zielen ans andere Ende der Welt sein. Wir laden Sie ein, Deutschland als Urlaubsland (neu) zu entdecken, und stellen Ihnen in dieser Ausgabe reizvolle Reiseziele vor.

Von Süd bis Nord und von Ost bis West – überall gibt es tolle Destinationen, die keine Wünsche offenlassen. Ob Oberstdorf für die Liebhaber der bayerischen Berge oder das schöne Moseltal mit seinen erlesenen Weinen und zahlreichen Winzern, die zu deren Verköstigung einladen – für jeden Geschmack hat Deutschland etwas zu bieten. Auch St. Peter-Ording an der Nordseeküste und Potsdam im Osten der Republik haben ihren Reiz. Während der Norden eher zum Wellness- oder individuell gestalteten Aktivurlaub einlädt, kommen im Osten die Kulturliebhaber auf ihre Kosten. In vielen Städten hat sich in den letzten Jahren sehr viel beim Thema „barrierefreiheit“ getan. Am besten überzeugen Sie sich selbst davon und erkunden die Städte auf eigene Faust.

Lassen Sie sich inspirieren und vielleicht bringen wir Sie ja auf eine Idee für den nächsten Urlaub oder ein verlängertes Wochenende. Wir wünschen Ihnen viel Spaß beim Lesen!

Heike Voigt

Heike Voigt

Consumer Marketing Coordinator

 heike.voigt@hollister.com

 Telefon 089/99 28 86-156

Tourismus: Wegbereiter für mehr Barrierefreiheit

Laut Statistischem Bundesamt (Destatis) lebten zum Jahresende 2013 rund 7,5 Millionen schwerbehinderte Menschen in Deutschland. Etwas mehr als die Hälfte davon sind Menschen mit einer Gehbehinderung. Aufgrund des demografischen Wandels wird der Anteil der Urlauber, die trotz einer Mobilitätseinschränkung reisen, in den nächsten Jahren weiter zunehmen. Das lockt Investoren und allorts entstehen Einrichtungen für Menschen mit Handicap. Da stellt sich die Frage: Ist Deutschland als barrierefreies Reiseland empfehlenswert? Und: Ist Deutschland in all seinen Facetten wirklich schon für alle erschlossen?

In dieser Ausgabe der Lebensnah bringen wir Ihnen diese Facetten näher, geben Ihnen wertvolle Informationen mit auf den Weg und stellen ausgewählte Reiseziele vor – erleben Sie Deutschland barrierefrei.



People of Hollister



Ich bin ... Petra Sattler, 41 Jahre alt und seit über 14 Jahren bei Hollister. Als echtes „Münchner Kindl“ (auch wenn man es an meiner Aussprache nicht hört), lebe ich mit meinem Mann und meinem Sohn am Stadtrand meiner Lieblingsstadt München.

Ich bin bei Hollister verantwortlich für ... das Event Management. In den vielen Jahren bei Hollister durfte ich

in einigen interessanten Abteilungen in Vertrieb und Marketing arbeiten, aber am meisten Spaß hat es mir immer gemacht, unsere Veranstaltungen zu organisieren. Deshalb freut es mich besonders, dass wir seit Anfang 2015 eine eigene Abteilung Event Management ins Leben gerufen haben, die meine Kollegin und ich in Teilzeit betreuen. Mein Job ist es, den einzelnen Abteilungen Arbeit bei der Organisation von Kundenveranstaltungen, Meetings, Tagungen, Messen und Kongressen abzunehmen, sodass die Kollegen mehr Zeit haben, sich um ihre eigentlichen Aufgaben zu kümmern. Ich verhandle Hotelraten, buche Meetingräume, Rahmenprogramme, Flüge, Transfers, erstelle Einladungen und kümmere mich am Ende um die korrekte Abrechnung. Oft bin ich bei den Veranstaltungen auch selbst vor Ort.

Ich arbeite gerne bei Hollister, weil ... ich mich in einem Unternehmen, das seine Unternehmenskultur und Werte lebt, sehr wohl fühle. Es ist ein gutes Gefühl zu wissen, dass unsere Produkte im Stoma- und Kontinenzbereich vielen Menschen das Leben erleichtern oder es überhaupt erst lebenswert machen.

Der Hollister Grundsatz „People First“ bedeutet für mich persönlich ... dass der Mensch im Mittelpunkt des Handelns steht. Wenn ich eine Veranstaltung plane, ist es mein Ziel, dass sich die Teilnehmer – ob Kunden, Patienten oder Mitarbeiter – wohlfühlen und mit einem guten Gefühl wieder nach Hause fahren.

Ich erinnere mich besonders gerne an folgende Situation ... Vor 5 Jahren haben wir im Rahmen der RehaCare in Düsseldorf unser 90. Firmenjubiläum mit einer Schifffahrt auf dem Rhein gefeiert. Dazu waren fast 180 Verwender von Stoma- und Kontinenzprodukten mit Begleitung gekommen, unter ihnen auch knapp 50 Rollifahrer. Der Rhein hatte extrem Niedrigwasser und somit war die Rampe, die vom Festland zum Schiff führte, wirklich richtig steil. Was tun? Gemeinsam haben alle unsere männlichen Kollegen aus dem Außendienst und Marketing und der Schiffsbesatzung mit seinem Steward alle Rollifahrer heil auf das Schiff gebracht und später wieder zurück. Wir haben viel gelacht während dieser Aktion, aber das hat die Veranstaltung auch zu einem unvergesslichen Ereignis für alle Beteiligten gemacht und die Rollifahrer waren glücklich, dass sie dabei sein konnten. Das zeigten viele nette Dankesbriefe im Nachhinein. Noch heute erinnern wir uns sehr gerne an dieses gemeinsame Erlebnis.



VaPro Plus Pocket

Ihr sicherer Partner für ein ganz normales aktives Leben

Bei Hollister Kontinenzversorgung stehen der Mensch und sein Leben im Mittelpunkt. Alles, was wir machen, folgt einem Prinzip: PEOPLE FIRST. Für Millionen Betroffene, die Einmalkatheter verwenden, ist ihre Unabhängigkeit das Wichtigste. Diesem Bedürfnis sind wir mit der Entwicklung der hydrophilen und berührungsfreien Einmalkatheter der VaPro-Familie nachgekommen. In Zusammenarbeit mit Fokusgruppen wurden diese Katheter konzipiert, die mit perfekt durchdachten Eigenschaften bis ins kleinste Detail überzeugen. Seit nun sieben Jahren steht der Name VaPro für Sicherheit und Komfort in der Kontinenzversorgung.

Wir freuen uns, Ihnen eine weitere Produktlinie der VaPro-Familie vorstellen zu können: den VaPro Plus Pocket – ein hydrophiler Einmalkatheter für den Mann und die Frau mit integriertem Auffangbeutel. Der VaPro Plus Pocket ist – wie die ganze VaPro-Familie – einfach und zweifach sicher durch die Schutzhülse und die sterile Folienumhüllung. Dank der bewährten Rücklauf Sperre, die ein Zurückfließen des Urins aus dem Beutel verhindert, ist er nun auch dreifach sicher. Zusätzlich überzeugt er mit seinem kompakten und diskreten Design. Die kleine Verpackung passt neben Schlüssel, Geldbeutel und Handy problemlos in jede Hand- oder Hosentasche und beinhaltet trotzdem einen Katheter in voller Länge. Das ideale Produkt für alle, die im Berufsleben stehen, ihr Hobby und ihre Freizeit aktiv gestalten und keine Kompromisse eingehen möchten. VaPro Plus Pocket – Ihr sicherer Partner für ein ganz normales aktives Leben – mit dem PLUS an Sauberkeit und Sicherheit.

VaPro Plus Pocket:
Einfach, zweifach,
dreifach sicher!

Weitere Informationen und die Möglichkeit, kostenlose Testprodukte zu bestellen, finden Sie auf unserer Website www.hollister.de.

Selbstverständlich können Sie uns auch telefonisch unter **0800 / 1 01 50 23** erreichen.

Unser Beratungsteam freut sich auf Ihren Anruf.



Der Süden: Oberstdorf

Erholung für Körper und Geist

Wenn der Oberstdorfer von Wellness und Erholung spricht, hört sich das ungefähr so an: „Des is gsund, des duad mia guad!“ Alleine die stoische Ruhe der Berge mit ihren atemberaubenden Gipfeln ist Balsam für die Seele. Besucher können auch ganz entspannt dem Plätschern der Gebirgsbäche lauschen, untermalt von Kuhglockengeläut in der Ferne.

Das und vieles mehr bietet Ihnen der Kneippkurort und Heilklimatische Kurort „Premium Class“ Oberstdorf. Deutschlands südlichster Kur- und Erholungsort ist mit seinen besonderen natürlichen Gegebenheiten prädestiniert für einen erholsamen, barrierefreien Gesundheitsurlaub. Ein schonendes, mildes Klima, eine hervorragende Luftqualität, die unberührte Landschaft und traditionelle Bauernhöfe – nicht selten prägen die Erlebnisse in den Allgäuer Alpen für das ganze Leben.

Ob als perfekter Ausgangspunkt für spannende Erkundungstouren oder als Quelle neuer Lebensenergie – das 4-Sterne-Familien- und Wellness-hotel Viktoria ist mit seinen geräumigen, rollstuhlgerechten Zimmern immer eine ideale Wahl. Die barrierefreie Suite Nr. 10 beispielsweise verzaubert jeden Besucher mit einem großzügigen Südbalkon und herrlichem Blick auf das Bergpanorama. Selbst bei schlechtem Wetter laden die liebevoll alpenländisch eingerichteten Zimmer zum Verweilen ein.

Fernab von Stress und Hektik bietet der neu gestaltete Rubi-Spa Wellnessbereich eine Vielzahl an Entspannungsmöglichkeiten, z.B. die 30 qm große finnische Sauna mit täglich wechselnden Aufgüssen oder die wohltuende Bio-Soft-Sauna mit sehr hoher Luftfeuchtigkeit. Massage- und Kosmetikräume ermöglichen darüber hinaus eine Vielzahl von entspannenden und heilsamen Anwendungen. Speziell konzipierte Ruheräume lassen jeden Reisenden mit Handicap komplett in die Wohlfühlatmosphäre eintauchen.



Mit der gemütlichen Allgäuer Stube erwartet den hungrigen Besucher zudem ein erstklassiges Restaurant. Je nach Uhrzeit werden ein reichhaltiges Frühstücksbuffet, ein À-la-carte-Service, eine Menüwahl aus vier Gängen, Kaffee-Spezialitäten, hausgemachte Kuchen oder eine deftige Brotzeit angeboten.

Für selbst organisierte und Platz liebende Rollstuhl-Reisende steht das neue Ferienhaus Viktoria Oberstdorf zur Verfügung – ebenfalls komplett barrierefrei. Es erwarten Sie 250 qm alpiner Charme, viel Platz und eine moderne, komfortable Küche, die jede Kochsession zum Vergnügen macht. Freuen Sie sich auf einen richtig gemütlichen Urlaub im Allgäu.

Der Westen: Briedern bei Koblenz

Die verführerische Mosel

Im rollstuhlgerechten Weinhaus Lenz kann man auf der sonnigen Panoramaterrasse mit Blick auf die Mosel erlesene Weine zu fangfrischen Forellen aus eigener Haltung genießen. Wer da nicht in Urlaubsstimmung kommt, dem ist nicht mehr zu helfen.



Die Moselregion ist über die Landesgrenzen hinaus bekannt für ihre vielfältigen Natur- und Genusserlebnisse. Das blieb auch den Journalisten der New York Times nicht verborgen – aber der Reihe nach. Der moderne Familienbetrieb vom Weinhaus Lenz bietet jedem Besucher überaus komfortable, gemütliche Gästezimmer und Ferienwohnungen mit Balkon oder Moselblick. Drei der angebotenen Komfortzimmer wurden ebenerdig und rollstuhlgerecht ausgebaut. Ganz wie es sich für die Region gehört, werden im Restaurant ausgewählte moselländische Gerichte und Weine angeboten, die man auf der Außenterrasse und im ruhigen Innenhof genießen kann. Selbstverständlich sind die Duschen stufenlos begehbar oder mit Sitzgelegenheiten ausgerüstet, aber auch individuelle Wünsche und Hilfestellung können bei rechtzeitiger Absprache mit dem Personal übernommen werden.

Das Gasthaus liegt geschützt vor dem Durchgangsverkehr direkt an der Mosel. Von der Panoramaterrasse hat man einen herrlichen Blick auf das Moseltal und die bekannte Weinlage Rübenberger Domherrenberg. Bei bestem Wetter empfiehlt sich eine Verkostung bei einem der zahlreichen namhaften Winzer in der Nähe. Den Abend kann man im urigen und zum

Hotel gehörenden Weingewölbe „Zirweseller“ ausklingen lassen, wo das Gasthaus für alle sportbegeisterten Besucher die Spiele der Bundesliga und Champions League live überträgt.

Bei solchen Reiseaussichten wundert es nicht, dass die renommierte Tageszeitung New York Times die Moselregion zu den weltweiten Top-Reisezielen zählt, die man 2016 unbedingt besuchen sollte. Besonders empfohlen werden Ausflüge auf dem Moselsteig, Bootstouren und Naturerlebnisse in der Weinlandschaft. Der kürzlich veröffentlichte Bericht mit dem Titel „52 places to go in 2016“ veranlasste schon zahlreiche Medien, darüber zu berichten. So lautet beispielsweise das Fazit im Fernsehbeitrag von Pro7: „Die Mosel – the place to be 2016“.

Wenn man also barrierefreie Unterkünfte im Tourismus-Hotspot 2016 buchen will, sollte man sich beeilen. Die spektakuläre Weinlandschaft mit ihren vielfältigen Natur- und Genusserlebnissen inmitten der Reben und auf den Flüssen beeindruckt nämlich nicht nur amerikanische Journalisten nachhaltig. Die Moselregion zählt zu den beliebtesten Reisezielen in ganz Deutschland.

Der Norden: St. Peter-Ording

Der Rundum-sorglos-Urlaub

St. Peter-Ording ist mit seinem ganz besonderen Charme in den letzten Jahren zu einem der beliebtesten Kur- und Ferienorte an der deutschen Nordseeküste geworden – auch für Menschen mit Handicap. Die idyllische Gegend weiß vor allem mit ihren traumhaften Stränden und dem unvergleichlichen Blick auf die offene Weite des Meeres zu überzeugen. Und inmitten von Dünen und Kiefernwäldchen liegt das barrierefreie Hotel „*hauswindschur*“.



Die Besitzer haben viel Mühe und Logistik in die Gestaltung des Hotels investiert, um auch körperlich eingeschränkten Gästen einen selbstbestimmten Aufenthalt zu ermöglichen. Es ist ihnen überaus geglückt! Nahezu das ganze Haus wurde behindertengerecht gestaltet. So sind beispielsweise alle Zimmer, die über einen Duschrollstuhl, Haltegriffe am WC und eine Notklingel verfügen, leicht mit dem Fahrstuhl zu erreichen. Vom Fenster aus hat man einen unvergleichlichen Ausblick auf den Westerhever Leuchtturm. Die durchweg helle, freundliche Farbgebung und viele aus der Natur entlehene Materialien prägen das maritime Ambiente. Morgens wartet ein abwechslungsreiches Büffet im lichtdurchfluteten Frühstücksraum, nachmittags gibt es Kaffee auf der windgeschützten Sonnenterrasse mit Dünenblick und abends eine entspannte Atmosphäre bei offenem Feuer im Kaminzimmer. Nicht ohne Grund wurde *hauswindschur* als „HolidayCheck TopHotel 2014“ ausgezeichnet und zählt damit zu den beliebtesten Hotels in der Region Schleswig-Holstein.

Wegen der besonderen Ausrichtung auf körperlich eingeschränkte Gäste sind die Hotelmitarbeiter in der Lage, bei Bedarf auch sehr kurzfristig zusätzliche Hilfen für die Zimmer bzw. Bäder zu montieren. Dazu reicht es, die Wünsche bei der Buchung mit anzugeben. So steht beispielsweise auch Gästen mit eingeschränktem Hör-, Sprach- oder Sehvermögen eine Reihe von Hilfen wie Lichtwecker, Bildtelefone oder Informationen in Brailleschrift zur Verfügung.

Natürlich ist der zwölf Kilometer lange feinkörnige Sandstrand das zentrale Element von St. Peter-Ording. Vom Hotel sind es nur wenige Meter bis zur Küste, wo man die allergenarme Nordseeluft mit ihrem hohen Gehalt an Salz, Jod und aerosolhaltigen Substanzen zum Wohle der Gesundheit genießen kann. Es wird Ihnen leichtfallen, attraktive Angebote für einen Erholungs-, Wellness- oder individuell gestalteten Aktivurlaub zu finden.

Ein ganz besonderes Highlight ist der Strandrollstuhl. Mit diesen speziell entwickelten Rollstühlen können sich Rollifahrer auch im weichen Sand optimal fortbewegen und somit den gleichen Urlaub in St. Peter-Ording erfahren wie jeder andere. Es lohnt sich!



Verleih der Strandrollstühle

von April bis Oktober
über die Tourismus-Zentrale
unter: +49 4863-999 205.

- manueller Strandrollstuhl
€ 13,00/Tag
- Elektrorollstuhl
€ 25,00/Tag

Der Osten: Potsdam

Die fortschrittliche grüne Oase

Potsdam gilt als eine der schönsten Städte Deutschlands. Die meisten Menschen lieben die Landeshauptstadt besonders dafür, dass sie die Infrastruktur einer Großstadt bietet, ohne dabei die gemütliche Atmosphäre zu verlieren. Die Kombination aus grünem Umland mit attraktiven Seenlandschaften, eindrucksvollen Schlössern und Gärten, reichhaltigem Kulturangebot und hervorragenden Einkaufsmöglichkeiten sorgen somit für eine sehr hohe Lebens- und Erholungsqualität.



Potsdam ist aber nicht nur eine der schönsten, sondern auch eine der fortschrittlichsten Städte beim Thema Barrierefreiheit. Der touristische Stadtführer für Menschen mit Behinderung „Potsdam barrierefrei“ besteht aus vier Einzelplänen, in denen detaillierte Angebote und Routen eingearbeitet sind, die speziell die Belange von Reisenden mit Handicap berücksichtigen. Man erhält

über den Plan neben den barrierefreien Touren auch wertvolle Informationen über die Zugänglichkeit einzelner Sehenswürdigkeiten, Toiletten, Restaurants und barrierefreier Haltestellen sowie Ampelanlagen. So ist es überaus nützlich zu wissen, dass im Schloss Sanssouci eine Anmeldung für Rollstuhlfahrer zwingend erforderlich ist. Der dazugehörige Schlosspark ist neben der barrierefreien Hauptallee vor allem im südlichen Teil weitgehend eben und für Rollstuhlfahrer über die Zugänge „Obeliskportal“ oder „Am Grünen Gitter“ erreichbar. Auch das

Orangerieschloss (bis auf den Turm) oder das Filmmuseum können komplett mit dem Rollstuhl besichtigt werden. Die Attraktionen Chinesisches Haus, Bildergalerie und Dampfmaschinenhaus sind hingegen nicht rollstuhlgeeignet.

Dank technischer Raffinesse kann man Potsdam neuerdings auch digital entdecken. Die barrierefreie App „Yopegu“ bietet einem verschiedenste Audioguides zu Stadtteilen, Museen und Attraktionen an. Besonders beliebt sind die Touren der „Historischen Linie 93“, der „Biosphäre Potsdam“ und der „Schiffbauergasse“. Sie sehen: Es gibt viel zu entdecken.

Wer tagsüber viel unternimmt, will sich abends entspannen. Am besten gelingt Ihnen das im 4-Sterne-Hotel Ascot-Bristol – die ideale Adresse für eine Städtereise nach Potsdam. Das Hotel liegt sehr verkehrsgünstig, bietet kurze Entfernungen zu den Sehenswürdigkeiten und einen besonderen Komfort für Menschen mit eingeschränkter Mobilität. Die 35 barrierefreien Hotelzimmer sind modern eingerichtet, großzügig, komfortabel und in freundlichen Farben. 19 Zimmer sind für Menschen mit eingeschränkter Mobilität nach DIN 18025 Teil 1 ausgestattet.

Das Hotel hält zusätzlich eine ganze Reihe von Serviceleistungen bereit wie die Organisation eines Betreuungsdienstes oder von Pflegebetten, die vorbildliche Unterstützung bei der Planung und Organisation Ihrer barrierefreien An- und Abreise sowie gute Kontakte zu Sanitätshäusern und Ärzten. Reden Sie einfach mit dem geschulten Hotelpersonal, das Ihnen sicherlich auch noch den ein oder anderen Tipp für barrierefreie Ausflugsziele vor Ort nennen kann.



Deutschland, deine Städte

Reiche Beute für Schatzsucher

Aus gutem Grund sind die deutschen Metropolen echte Publikumsmagneten. Wer im Kurzurlaub die Qual der Wahl haben will, ist mit einer Städtereise bestens bedient: Shopping, Kultur, Events, Geschichte, Gastronomie, Nightlife – all das wartet nur darauf, erforscht zu werden. Für Menschen mit Mobilitätseinschränkung bietet der Stadtdschungel einen besonderen Bonus: Er ist rollstuhlauglich.

Wirft man einen Blick auf touristische Trends, so stellt man rasch fest: Städtetrips sind eine Form von Urlaub, die seit geraumer Zeit im Aufwind ist – und ein Ende dieser Entwicklung ist nicht abzusehen. Städtereisen, das sind zum einen die dank Billigfluganbietern erschwinglich gewordenen Wochenendtrips nach London, Paris, Rom und Istanbul, das sind vor allem aber auch Erkundungstouren im eigenen Land. Tatsächlich bevorzugen sechs von zehn befragten Deutschen das Heimatland auch als liebstes Urlaubsziel. Dass daran die Städte ihren Anteil haben, steht außer Zweifel, denn was urbane Reize betrifft, hat Deutschland viel zu bieten. Nicht nur die großen Metropolen Hamburg, Berlin und München verzeichnen Besucherrekorde. Auch Städte wie Nürnberg, Celle, Aachen, Erfurt oder Münster präsentieren sich selbstbewusst als attraktive Reiseziele.

Viel zu sehen – kurze Wege

Der Städtetourismus ist ein bedeutender Wirtschaftsfaktor, der Wettbewerb groß, und entsprechend rührig sind die Stadtväter, wenn es darum geht, ihre Angebote ins beste Licht zu rücken. Die deutschen Städte sind in den zurückliegenden zwanzig Jahren deutlich attraktiver geworden. Neu errichtete Shoppingmalls, Musicalpaläste und Spaßbäder locken die Massen, daneben sind es aber auch die klassischen Sehenswürdigkeiten, mit denen traditionsreiche Orte werben: Opernhäuser, Theater und Galerien, zoologische Gärten, klerikale und profane Bauten wie Rathäuser,

Kathedralen und Schlösser. Nicht zuletzt ist es das ganz spezifische Flair, das Metropolen auszeichnet, ein Lebensgefühl, das sich schwer fassen und beschreiben lässt und gerade deshalb den besonderen Reiz bestimmter Orte ausmacht. Last, but not least leistet natürlich auch die Gastronomie einen entscheidenden Beitrag, wenn es darum geht, regionale Besonderheiten zu betonen. Das Nachtleben ist dann noch mal ein Kapitel für sich. Ergänzt werden diese Vorteile durch komfortable Reisewege. Ob per ICE, auf der Autobahn oder mit dem Flugzeug – die meisten Städte sind verkehrstechnisch bestens erschlossen, gleich für welches Verkehrsmittel man sich entscheidet, man ist rasch am Brennpunkt des Geschehens und vergeudet wenig Zeit auf dem Weg dorthin. Während alle diese Faktoren für jedermann eine Rolle spielen und zur ungebrochen steigenden Beliebtheit dieser Form von (Kurz-)Urlaub beitragen, halten Städte für Erlebnishungrige mit Mobilitätseinschränkung noch den einen und anderen Bonus bereit. Einigermmaßen pauschal lässt sich sagen: Für Rollstuhlnutzer sind Städtetrips eine ziemlich ideale Urlaubsform.

Komfort für Mobilitätseingeschränkte

Da wäre zunächst einmal die komfortable Infrastruktur. Die meisten Städte verfügen über ein dichtes Netz an öffentlichen Verkehrsmitteln, das Mobilitätseingeschränkte mit den entsprechenden Voraussetzungen zudem kostenlos nutzen können. In Sachen

Barrierefreiheit sind seit Jahren Fortschritte zu verzeichnen. Niederflrbusse sind unterdessen eher die Regel als die Ausnahme, auch Stadt- und S-Bahnen sind mehr und mehr schwellenfrei zu berollen. Wer auf das eigene Auto nicht verzichten kann oder will, hat im Gegensatz zum Gros der Verkehrsteilnehmer eine faire Chance auf einen Innenstadtparkplatz. Das leidige Problem der missbräuchlichen Nutzung einmal außen vor gelassen, sorgen die Gemeinden im Allgemeinen für eine Dichte an Behindertenparkplätzen, mit der es sich leben lässt.

Gerät auf dem platten Land die Suche nach einer rollstuhlgängigen Toilette schon mal zum zeitraubenden Abenteuer, hat man's in der Stadt leichter. Während der Ladenöffnungszeiten bieten die großen Kaufhäuser und Shoppingmalls Rettung in der Not, darüber hinaus setzen mehr und mehr Städte auch auf moderne Angebote wie vollautomatische Toilettenhäuschen, die Behinderte in der Regel mit dem Euro-Toilettenschlüssel kostenlos nutzen können.

Stark frequentierte Sehenswürdigkeiten und Ausstellungen bieten Rollstuhlnutzern und deren Begleitpersonen meist einen separaten Zugang, sodass lange Schlangen und Wartezeiten entfallen. Da Städte – das liegt in der Natur der Sache – viel auf wenig Raum bieten, sind die Wege kurz. Und wo sich ein Restaurant oder eine Kneipe mit zwei und drei Stufen am Eingang gegen einen Besuch

wehrt, ist die Alternative meist nicht fern. Öffentliche Gebäude wie Museen, Galerien, Kinos oder Theaterhäuser verfügen per Gesetz über Zugangsmöglichkeiten, kurz: In der Stadt ist es um die Barrierefreiheit häufig besser bestellt als auf dem Land.

Für jedes Budget eine Bleibe

Schließlich und endlich ist natürlich auch die Hoteldichte ein Argument. Städte punkten mit reichhaltiger Auswahl an Übernachtungsmöglichkeiten für jeden Geldbeutel, und selbst bei knappem Reisebudget ist es in der Regel kein Problem, eine rollstuhlaugliche Unterkunft zu finden. Vor allem bundesweit aktive Hotelketten wie Ibis, Best Western oder Motel One, in typischen Tourismusregionen eher selten zu finden, zeigen in den Städten Präsenz und verfügen in der Regel über Kontingente an barrierefreien Zimmern. Sind Anreise und Unterkunft geregelt, beginnt das Abenteuer gleich vor der Haustür.

Vorab-Recherche lohnt sich

Freilich – zu einem guten Teil gründet die hohe Attraktivität vieler deutscher Städte auf Faktoren, die für Rollstuhlreisende mit Mühsal verbunden sind. Warum zieht es Asiaten, Amerikaner, überhaupt Reiselustige aus aller Welt in hoher Zahl nach Heidelberg, Rothenburg ob der Tauber, Rüdesheim oder

Regensburg? Es ist der Reiz der Romantik, das Flair vergangener Zeiten, das reiche kulturelle Erbe des Landes. In Gestalt von engen, winkligen Gassen, jahrhundertealten Fachwerkbauten und kopfsteingepflasterten Plätzen ist das alles zwar schön anzuschauen, auf Rädern aber schwer zu bezwingen. Auch die Topografie meint es nicht überall gut mit Touristen, die für die Fortbewegung auf die Kraft ihrer Arme angewiesen sind. Das kann man allerdings schlecht den traditionsreichen Reisezielen zum Vorwurf machen. Ob der Städtetrip zum kräftezehrenden Fitnessparcours wird oder nicht, lässt sich aber mit ein wenig Planung im Vorfeld gut beeinflussen. Längst berücksichtigen die Touristeninfos die spezifischen Belange mobilitätseingeschränkter Reisender in ihren Unterlagen. Mit ein wenig Online-Recherche lassen sich schon vor Reiseantritt günstige Innenstadtrouten erkunden. Wo finden sich Parkplätze, wo gibt es starke Steigungen, wie ist der Bodenbelag beschaffen, welche Zahnrad- oder Seilbahnen gestatten auch Rollstuhlfahrern die Bezwingung von großen Höhenunterschieden – immer mehr Gemeinden halten solche Informationen in Form von Internetpräsentationen oder besonderen Stadtplänen bereit. Häufig engagieren sich auch Behinderteninitiativen vor Ort für die Belange von Reisenden mit besonderen

Bedürfnissen. Gute Planung im Vorfeld ist also, wie so oft bei Aktivitäten von Menschen auf Rädern, die halbe Miete. Natürlich kann es darüber hinaus auch für körperlich fitte Rollstuhlnutzer durchaus eine Überlegung wert sein, für spezielle Reiseunternehmungen eine elektrische Schub- oder Zugunterstützung für das eigene Gefährt zu organisieren. Schließlich geht es beim Sightseeing ja nicht darum, den Trip zu überleben, sondern ihn zu genießen.

Grenzen und Alternativen

Natürlich stößt – vor allem dort, wo Geschichtsträchtiges zu bewundern ist – Barrierefreiheit zuweilen an Grenzen. Fühle ich mich diskriminiert, weil nicht alle Bereiche eines historischen Gebäudes für mich zugänglich sind? Ist es unkorrekt, wenn ich als Rollstuhlfahrer die Räume einer jahrhundertealten Traditionskneipe nicht erreichen kann? Verzichte ich auf den Besuch eines Zoos, der für seine landschaftlich reizvolle Gestaltung in Hanglage berühmt ist? Fragen, die sich jeder selbst beantworten muss, denn gerade Städte bieten in trauter Nachbarschaft zu ihren eher beschwerlich zugänglichen Attraktionen viele Alternativen. Sie nicht zu nutzen, wäre der falsche Ansatz, und zu Hause zu bleiben, ist einfach keine Lösung! wp.



Rock & Rollstuhl

Seit einem Motorradunfall im Sommer 1999 sitzt Jo Schuler im Rollstuhl. Doch mit Disziplin und Urvertrauen schaffte es der Ulmer zurück ins Leben. Heute gewinnt der bekennende Junggeselle, für den Unabhängigkeit und Freiheit alles bedeuten, wieder Billardturniere, sorgt selbst für die Wellen beim Wasserski oder zeigt bei den Ausfahrten mit seinen Jungs vom Motorradclub „Dark Dream MC“, dass für ihn das Leben längst wieder rund läuft.





Jo, schildere mir bitte Deinen bisherigen Lebensweg.
>>> Ich wurde am 20.06.1964 in Ulm geboren, wo ich auch aufgewachsen bin. Nach der Schule habe ich meinen Grundwehrdienst geleistet und während dieser Zeit den LKW-Führerschein erworben. Anschließend habe ich eine Schlosserlehre zum Stahlbauschlosser gemacht und drei Jahre in diesem Beruf gearbeitet. Dann habe ich mich beruflich neu orientiert und Schweißgeräte vertrieben, auf dem Bau als selbstständiger Installationselektriker gearbeitet. Irgendwie fiel mir dann wieder ein, dass ich ja einen LKW-Führerschein habe ... sechs Jahre unterwegs als LKW-Fahrer waren die Folge.

Wie kam es zu Deiner Querschnittlähmung?
>>> Am 04.07.1999 war ich mit meinen Freunden auf dem Rückweg von einem Motorradtreffen in Südtirol. Aus Unachtsamkeit fuhr ich in die Leitplanke. Dadurch kam es zu meiner Querschnittlähmung.

Was waren die größten Probleme nach dem Unfall?
>>> Ich konnte zwar glücklicherweise in meiner gewohnten Umgebung bleiben, allerdings gab es acht Stufen vom Erdgeschoss bis zur Wohnung. Ein Treppenlift musste schnellstmöglich angeschafft werden. Das dauerte allerdings drei Monate. Zwischenzeitlich halfen mir meine Freunde. Sie haben mich die Treppen rauf und runter getragen – egal ob zum Einkaufen, zum Sport oder abends zum Weggehen. Das Auto musste natürlich auch umgebaut werden. Mein „Start ins Rollstuhlleben“ war ein Urlaub in Florida. Dort findet alljährlich das weltgrößte Motorradtreffen, die „Daytona Bike Week“ statt. Da ich dort schon öfter war und diese Reise für mich wichtig ist, war es keine Frage, dass ich auch im Rolli hinreisen würde. Und bei Rückkehr war der Lift da. Meine Eltern hatten sich damals darum gekümmert. Wie sie das so schnell hinbekommen haben, weiß ich bis heute nicht.

Wann hast Du begonnen Billiard zu spielen?
>>> In den 80er Jahren habe ich damit begonnen und für drei Jahre im Verein gespielt. Bis die Motorradleidenschaft kam. Beides ging nicht parallel. Dann kam der Unfall und an Billiard spielen war nicht mehr zu denken. Leider habe ich erst nach fünf Jahren festgestellt, dass es auch für Rollifahrer Billiardwettbewerbe gibt. Seit dem bin ich wieder aktiv, ich spiele mindestens zwei mal pro Woche, vor Wettkämpfen trainiere ich natürlich intensiver.

Was waren dabei Deine größten Erfolge?
>>> 2005 erstes Rolli-Turnier in Polen, 2. und 3. Platz, in zwei unterschiedlichen Disziplinen > 2008 Deutscher Meister im Rollstuhl-9-Ball > 2011 Deutscher Meister im Rollstuhl-8-Ball > 2013 Deutscher Meister im Rollstuhl-8-Ball > 2014 Deutscher Meister Rollstuhl-10-Ball > 2015 Deutscher Meister im Rollstuhl-8-Ball und -10-ball, 1. Platz Handicapturnier Kissing, Rollstuhl-8-Ball und 1. Platz beim Rollstuhlturnier in Bratislava, Rollstuhl-8-Ball

Wie sieht heute Dein (Familien-)Leben aus?
>>> Ich bin Präsident von unserem Motorradclub „Dark Dream MC“ in Blaustein. Seit dem Unfall bin ich nicht mehr berufstätig und Frührentner. Ich bin eingefleischter Single und widme einen großen Teil meiner Zeit meinen beiden Leidenschaften – Motorradfahren und Billiard spielen.



Welche Freizeitbeschäftigungen/Hobbies übst Du aus?
>>> Natürlich Billiard spiele und Motorradfahren. Dazu noch Handbike fahren, einmal die Woche schwimmen und Sauna, im Sommer Wasserskifahren, im Winter Monoskifahren. Derzeit lerne ich gerade tauchen. Nicht zu vergessen natürlich das Reisen.

Welche Ratschläge würdest Du Frischverletzten geben?
>>> Die neue Chance nutzen – auch wenn es auf den ersten Blick nicht so aussieht. Es hilft auf jeden Fall, sich an anderen Rollifahrern

zu orientieren, die aktiv sind und viel unternehmen. Das motiviert und zeigt einem, was noch alles möglich ist. Frischverletzte werden häufig von der Familie und/oder in der Partnerschaft „verhätschelt“. Davor kann ich nur warnen. Es ist besser den Betroffenen selber machen zu lassen, auch wenn's schwer fällt. Die Masse kennt Rollifahrer nur als hilflose Leute, die mit einer Wolldecke über den Beinen auf dem Bürgersteig geschoben wird. Aber je eigenständiger und selbstständiger man im Rollstuhl ist, um so selbstbewusster wird man und kann wieder aktiv am Leben teilnehmen.



Fast über den Wolken

Zahlreiche touristische Unternehmen haben in ganz Deutschland ein breites Angebot barrierefreier Attraktionen entwickelt, geplant oder realisiert. Jahr für Jahr steigt somit der Druck für die Veranstalter, neue Anreize für die Reisenden mit Handicap zu schaffen. In Maibrunn nahe St. Englmar ist es gelungen, etwas zu errichten, was seit jeher Tausende von Touristen (mit oder ohne Rollstuhl) anlockt: der Waldwipfelweg!



Es klingt fantastisch, denn dort können Sie mit dem Rollstuhl 30 Meter über dem Erdboden zwischen den Spitzen der höchsten Bäume die Welt mit anderen Augen sehen. In luftiger Höhe reicht die Sicht über den Bayerischen Wald, das Donautal und die Ebenen des Gäubodens hinaus. Bei dem sicheren und stabilen Pfad (2,50 Meter breit) aus heimischem Lärchenholz, der für Rollstuhlfahrer sehr gut zugänglich ist, braucht man keinerlei Sorgen zu haben. Es ist ein richtiges Erlebnis, den Lebensraum Wald auf dem 350 Meter langen Weg einmal aus einer ganz anderen Perspektive zu erleben.

Das gilt nicht nur für die verschiedenen Baumarten des Bayerischen Waldes, vielmehr kann man entlang des Pfades auch heimische Vogelarten wie die Waldohreule, den Specht oder die Kohlmeise bewundern. Will man zu speziellen Vogelarten noch nähere Informationen bekommen, kann man sich an den punktuell angebrachten Informationstafeln belezen. Jede dieser Tafeln verfügt über einen kleinen Knopf, der nach der Betätigung das Gezwitscher des jeweiligen Vogels erklingen lässt. Eine andere Lesetafel erzählt die geheimnisvolle Geschichte der Waldgeister.

Nach sicherlich unvergesslichen Eindrücken kann man sich im ebenerdig zugänglichen und ganzjährig geöffneten „Woid-Wipfe-Häusl“ mit köstlichem Essen und erfrischenden Getränken stärken.

Und wenn man schon mal in der Ecke ist: Dasselbe Unternehmen bietet noch eine Vielzahl von anderen spannenden Attraktionen an, wie z.B. die „Höhle der Illusionen“. Ein Besuch lohnt sich allemal, lässt man sich doch gerne von optischen Phänomenen und Illusionen in die Irre führen. Es erfordert eine Menge Konzentration, den Täuschungen bzw. seinen eigenen Augen nicht zu trauen. Die Gemeinden und touristischen Partner in der Region Bayerischer Wald haben sich auf die Touristen mit Bewegungseinschränkungen außerordentlich gut eingestellt. So trägt der gesamte zentrale Besuchsbereich des Nationalparks Bayerischer Wald schon seit längerer Zeit das Prädikat „barrierefrei“.

Auf dem ebenfalls barrierefreien Waldwipfelweg konnten sich schon viele Reisende mit Handicap einen kleinen Urlaubstraum erfüllen. Worauf warten Sie noch?

Bootsurlaub für Aktive und Genießer

Sobald man sich mit Reisen im Allgemeinen beschäftigt, mit oder ohne Handicap, stößt man auf eine Reihe von Angeboten oder Empfehlungen von Freunden, die sich an den klassischen Verkehrsmitteln orientieren – Bus, Bahn oder Flugzeug. Heute stellen wir Ihnen eine Alternative vor, mit der man dem stressigen Alltag auf ganz außergewöhnliche Art und Weise entfliehen kann: das barrierefreie Hausboot. Ob Sie die Ruhe einsamer Buchten genießen oder mitten in der Stadt anlegen wollen – es werden unvergessliche Tage auf dem Wasser.



Handicaptravel, ein Online-Anbieter für barrierefreie Hausboote, hat mit Plaue bei Brandenburg an der Havel und der Wasserstadt Fürstenberg zwei verkehrsgünstige Standorte in der Nähe von Berlin. Die barrierefreien Hausboote kombinieren dabei den Komfort eines rollstuhlgerichten Bungalows mit der Mobilität eines Bootes, mit dem man die attraktivsten Wasserregionen Deutschlands entdecken kann.

Die Hausboot-Typen 1000L und 1160L bieten Platz für vier bis sechs Personen, verfügen über einen rollstuhlgerichten Sanitärbereich sowie einen variablen Wintergarten, sodass man sich selbst bei mäßigem Wetter an Bord wohlfühlt. Auf der überdachten Terrasse des Hausbootes ist

neben einer Feuerstelle, die Gelegenheit für ein gemütliches Lagerfeuer bietet, jede Menge Platz.

Sicherlich stellen sich Interessierte jetzt Fragen wie: Braucht man nicht Vorkenntnisse zum Navigieren? Die Antwort ist einfach: Nein. Die Verkehrsregeln sind in erster Linie von Logik und Vernunft geprägt, sodass man mit gesundem Menschenverstand relativ sicher unterwegs ist. Natürlich sind auf einem Aufkleber am Fahrstand alle Verkehrszeichen abgebildet und ihre Bedeutung kurz und prägnant erklärt. Zudem erhält man bei Fahrtantritt aussagekräftiges Kartenmaterial, mit dem es praktisch unmöglich ist, sich auf den Märkischen Gewässern, den französischen Kanälen in Elsass-Lothringen

oder im Revier Rügen und Bodden zu verfahren. Beim Hausboot reden wir auch von ganz anderen Geschwindigkeiten als beim Autofahren. Das Hausboot fährt mit ungefähr zehn Stundenkilometern, was einem in der Regel genügend Zeit lässt, auch in Gefahrensituationen noch einmal nachzudenken oder einfach anzuhalten. Und: Im Vergleich zum Straßenverkehr ist auf dem Wasser kaum was los, was dazu führen kann, dass man auf einem beschaulichen Kanal mit ein paar Graureihern und Bibern allein unterwegs ist.

Heutzutage ist ein körperliches Handicap kein Hindernis mehr, um sich als Kapitän mit dem Hausboot auf eine Entdeckungsreise zu begeben – für einen außergewöhnlichen Urlaub aus einer ganz neuen Perspektive.



Handicaptravel

Für detaillierte Informationen und eine kompetente Beratung rufen Sie den Anbieter einfach an unter: 030-57709382.



Phil Hubbe lebt seit 1985 mit multipler Sklerose. Seit 1992 übt er seine Leidenschaft als Cartoonist für Tageszeitungen, Zeitschriften und Anthologien – und für Hollister! Auf humoristische Weise thematisiert er dabei oftmals seine Krankheit.

Kennen Sie schon das Hollister Beratungsteam?

Unser Beratungsteam besteht aus qualifizierten Beraterinnen und Beratern verschiedener Fachrichtungen des Gesundheitswesens. Das Team berät Sie gerne zu Ihrer aktuellen bzw. einer alternativen Kontinenzversorgung und stellt Ihnen auf Wunsch kostenlose Testmuster der Hollister Produkte zur Verfügung. Auch für Anregungen und Verbesserungsvorschläge zu unseren Produkten haben wir ein offenes Ohr. Genauso wichtig wie fundierte medizinische Kenntnisse sind menschliche Fähigkeiten wie Fingerspitzengefühl und Diskretion.

Sie erreichen das Hollister Beratungsteam

montags bis donnerstags von 8.00–17.00 Uhr und freitags von 8.00–16.00 Uhr

unter der gebührenfreien Nummer 0800/1 01 50 23

oder Sie schicken uns einfach eine E-Mail an **beratungsteam@hollister.com**.

IMPRESSUM +++ **Herausgeber:** Hollister Incorporated · Niederlassung Deutschland · Riesstraße 25 · 80992 München · Tel. 089/99 28 86-0 · www.hollister.de +++ **Projektleitung:** Heike Voigt, heike.voigt@hollister.com +++ Das Lebensnah Magazin erscheint dreimal jährlich und ist kostenlos erhältlich. +++ **Gestaltung und redaktionelle Mitarbeit:** Werner Pohl, Die Jäger München GmbH



Deutschland

Hollister Incorporated

Niederlassung Deutschland
Riesstraße 25
D-80992 München

Beratung:

Telefon: 0 800/1 01 50 23 (gebührenfrei)
beratungsteam@hollister.com
www.hollister.de
www.hollister-lifeblog.de

Österreich

Hollister GmbH

Bergmillergasse 5/1/1
A-1140 Wien

Beratung:

Telefon: 01 / 8 77 08 00-0
hollister.oesterreich@hollister.com
www.hollister.at

Schweiz

Hollister

Bernstrasse 388
CH-8953 Dietikon

Beratung:

Telefon: 0 800/55 38 39 (gebührenfrei)
info@hollister.ch
www.hollister.ch

Wichtiger Hinweis: Falls Sie dieses Magazin per Post von Hollister erhalten haben und dies zukünftig nicht mehr wünschen, wenden Sie sich bitte an das Hollister Beratungsteam unter den oben genannten Kontaktdaten. Auf Ihren Wunsch nehmen wir Sie selbstverständlich aus unserem Verteiler.