

Trauerreisen mit Begleitung

Nach dem Tod des Partners ist das Leben unter Glücklichen nicht einfach

Der Verlust eines Partners ist für Hinterbliebene meist mit einer langen Trauerphase verbunden. Für sie hat nun der Veranstalter TUI „Reisen für Trauernde“ im Angebot. Mit dabei ist ein Trauerbegleiter.

DAGMAR GEHM

Als Hanne-Lore Wozny im Oktober 2008 nach 44 Jahren Ehe ihren Mann Dieter verlor, glaubte sie, auch ihr eigenes Leben verloren zu haben. Ihre Antriebskraft, ihre Perspektiven, die Augen des Partners, durch die auch sie so vieles betrachtet hatte. Viel waren der damalige Fluglotse und die Sachbearbeiterin an der Kölner Uniklinik gemeinsam gereist, bis nach Asien und in die USA. Doch allein in den Urlaub zu fahren, schien ihr jetzt ein Akt der Unmöglichkeit, in einem Hotel voller glücklicher Paare zu wohnen, eine unerträgliche Vorstellung. Als „Wir“ war sie bislang unterwegs gewesen, als „Ich“ fehlte ihr auf einmal das Selbstbewusstsein. Bis sie auf ein Angebot der Privaten Trauerakademie Fritz Roth in Bergisch Gladbach aufmerksam wurde.

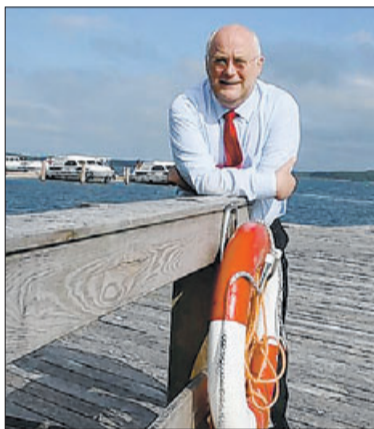
„Eine Reise ins Leben – eine Reise für Trauernde, aber keine Trauerreise“ lautet das ungewöhnliche Konzept. Leben – genau das war das Wunschziel der Witwe. Sie fand es wieder auf der Blumeninsel Madeira. Bei Gesprächsrunden mit zwei professionellen Trauerbegleitern, bei Besuchen von Märkten, auf Wanderungen, bei Essen in ländlichen Restaurants. Einen Baum haben sie alle gepflanzt, als Zeichen des Verlustes. Und ein Abschiedsritual am Strand gehalten. Um danach, wie Roth es ausdrückt, „das Leben wieder zu spüren, zu schmecken, zu riechen“. Aus der Erstarrung zu erwachen.

„Der Tod eines geliebten Menschen ist für den Hinterbliebenen wie ein Beinbruch. Er benötigt Krücken. Eine professionell begleitete Reise kann eine solche Krücke sein. Wir setzen alles daran, einerseits Trauer zu verarbeiten, andererseits aber auch die Schönheit und Sinnlichkeit des Lebens in den Mittelpunkt zu rücken“, sagt der Trauerexperte.

„800.000 Menschen sterben pro Jahr in Deutschland“, rechnet Roth. „Trotzdem hat das Thema keine Lobby in der Öffentlichkeit.“ Der Reiseveranstalter TUI hat jetzt den Mut, dieses Nischenprodukt als Gruppenreise in sein Portfolio aufzunehmen. Trauer verarbeiten mit einem Veranstalter – eigentlich eine absurde Idee. „Ein ungewöhnliches



Spaziergänge stehen im Programm: Eine der Trauerreisen führt in die Mecklenburgischen Seenplatte. Fotos: Dagmar Gehm



Fritz Roth ist einer der Trauerbegleiter.

Thema auch für uns“, bestätigt Carsten Cossmann, Leiter TUI Gruppen- und Sonderreisen. „Wir sind mittlerweile selbst überrascht von dem großen Zuspruch der Reisebüros.“ Bis zum Frühjahr 2011 werden sechs Ziele zu 15 Terminen angeboten: Madeira, Kreta, Mallorca, Teneriffa, die Algarve und die Mecklenburgische Seenplatte. „Kein Ziel liegt weiter als vier Flugstunden entfernt“, so Cossmann. Neben den Trauerbegleitern werden die Gäste auch von der TUI-Reiseleitung betreut. „Unsere handverlesenen Hotels mit maximal 150 Zimmern bieten mit ihrer familiären Atmo-

sphäre ein geeignetes Umfeld, in dem sich die Teilnehmer behutsam und konstruktiv mit dem Trauerprozess auseinandersetzen können“.

Als Geschäft mit der Trauer sieht Carsten Cossmann diese Spezialprogramme nicht: „Die TUI macht keinerlei Werbung dafür. Wir haben das Projekt jetzt auf drei Jahre angelegt. Wenn wir dann insgesamt tausend Teilnehmer haben, sind wir sehr zufrieden.“

„Die TUI als Reiseveranstalter liefert für das Programm die Hardware, wir als Trauerakademie die Software“, ergänzt Fritz Roth. „Zusammen sind wir für Menschen da, die sich auf den Weg gemacht haben, das Leben wieder leise zu lernen. Durch Trauerpower.“ Mindestens 12, maximal 18 Teilnehmer pro Tour machen sich auf den Weg. Und mindestens sechs Monate sollten zwischen dem Verlust und der Reise liegen.

Für Hanne-Lore Wozny war der Aufbruch mit TUI nach Madeira wie eine Befreiung. „Ich habe sogar öfter wieder herzlich gelacht“, berichtet sie fast erstaunt. Einige der Teilnehmer haben danach ein Netzwerk gegründet. Sie treffen sich, unternehmen etwas und planen sogar weitere Reisen. „Mir wurde der Blick wieder geöffnet für die Schönheiten des Lebens“, sagt die Kölne-

rin. „Für gutes Essen, das ich zuhause vernachlässigt hatte, für schöne Landschaften, für Gemeinsamkeit. Ich habe gemerkt, dass ich mit meinem Schmerz nicht allein dastehe. Wenn jetzt die Tränen fließen, lasse ich es geduldig geschehen, weil ich weiß, dass es morgen auch wieder vorbei ist.“ Sie hat gelernt. Wenn die Zeit sinnvoll zu füllen. Durch die Reise inspiriert besucht sie zuhause eine Schreibwerkstatt. Und formuliert wunderbare Sätze wie: „Solange ich meinen Mann liebe, so lange werde ich auch um ihn trauern. Denn solange ich trauere, liebe ich ihn.“ Hanne-Lore Wozny weiß, sie ist wieder zurück im Leben.

Trauerreisen-Tipps

Preisbeispiele: Eine Woche mit Halbpension im Landhotel Ca'n Bonico auf Mallorca ab 2025 Euro. Eine Woche im Iberotel Fleeensee, Mecklenburgische Seenplatte, mit Halbpension ab 1284 Euro. Beide jeweils mit Trauerbegleitern und TUI-Reiseleitung.

Die TUI-Broschüre mit dem Titel „Eine Reise ins Leben“ sowie Reiseangebote können im Internet abgerufen werden. www.reiseinsleben.de

Kurse für kleine Köche

Hiltons' Küchenchefs kochen mit Kindern

An die Töpfe, fertig, los: Bei Hilton kommen kleine Köche ganz groß raus. Die deutschen, österreichischen und Schweizer Hotels bieten wieder eine große Auswahl an „My little Hilton“-Kochkursen für Kinder und Jugendliche im Alter von sieben bis 14 Jahren. In diesem Jahr stehen nicht nur mehrere Termine, sondern auch unterschiedliche Themen zur Wahl: „Bio logisch“, „Pasta Mista“, „Fast Food selbst gemacht“ oder „Fischers Fritze“ – ganz nach persönlicher Vorliebe entdecken die Juniorköche, wie sie ihre Lieblingsgerichte selbst zubereiten können.

Es sind die Küchenchefs der Hilton Hotels persönlich, die den Kindern ihre Kunst und Kniffe zeigen: Da geht es um die Welt der Aromen genauso wie um die Technik der Zubereitung, ums richtige Servieren genauso wie um die Etikette bei

Tisch. Im Zentrum aber steht die Lust am Kochen und Genießen sowie die Entdeckung der eigenen Fähigkeiten.

Die Kurse finden zu ausgewählten Terminen – in aller Regel samstags – von 15 bis circa 19 Uhr statt. Bei den deutschen Häusern liegen die Preise zwischen 69 und 79 Euro pro Kind. Im Preis enthalten sind alle Zutaten und Soft Drinks, eine „My little Hilton“-Kochmontur sowie das Menü für das Kurskind und einen Erwachsenen. Weitere Begleitpersonen bezahlen einen Aufpreis zwischen 19 und 29 Euro. Die Eltern werden nach einer Lagebesprechung am Nachmittag verabschiedet und erst am Abend zum gemeinsamen Dinner wieder begrüßt. An jedem Kurstermin können maximal 15 Kinder teilnehmen.

Info www.hilton.de/mylittlehilton

NOTIZEN

Fotoreisen in China

Die Auswahl außergewöhnlicher Motive unter professioneller Anleitung steht im Mittelpunkt zweier exklusiver Fotoreisen, die der Spezialveranstalter China Holidays an mehreren Terminen zwischen Mai und Oktober des kommenden Jahres anbietet. Während die kürzere Variante ausschließlich nach Peking und Shanghai führt, kommen die Teilnehmer der 16-tägigen Tour in den Genuss von zusätzlichen Abstechern nach Xi'an, Yangshuo sowie Gulin. Beide Reisen beinhalten die Begleitung durch einen deutschen Profi-Fotografen, der Laien oder passionierten Hobby-Knipsern mit Rat und Tat zur Seite steht. ■ Auskunfts: ☎ 040/32 33 22 40 www.chinaholidays.de

Gewinner ausgelost

Unter hunderten von richtigen Einsendungen zu unseren Reisegewinnspielen in den letzten beiden Reiseausgaben wurden nun die Gewinner gezogen. Die Tirol Snow Card für einen Erwachsenen und ein Kind hat Jutta Willmann aus Ulm gewonnen. Der sieben-tägige Aufenthalt im Kneippotel Marienbad in Bad Wörishofen für zwei Personen geht an Brigitte Schorer, ebenfalls aus Ulm.

Türkeisommer 2011 buchbar

Der Hamburger Veranstalter Oger Tours hat in dieser Woche das Reiseziel Türkische Riviera für die Sommerzeit 2011 zur Buchung freigeschaltet. Buchbar sind somit knapp zwei Wochen vor Erscheinen des neuen Türkei-Sommerkatalogs Reiseangebote

in Karaburun, Incekum, Alanya, Side, Belek, Kundu/Lara, Antalya und Kelem. Insgesamt stehen 214 Hotels in dieser Destination zur Auswahl. Allein 19 Hotels sind im Riviera-Angebot des Türkespezialisten ganz neu im Programm. Weit mehr als die Hälfte des gesamten Türkeiprogramms ist bereits jetzt, inklusive Flüge und Frühbucherrabatte, zu buchen. ■ www.oeger-tours.de

Wege der Erinnerung

Mit den „Chemin de mémoire“ möchte die französische Region Nord – Pas de Calais das Gedenken an die Vergangenheit wach halten. Vier Gedächtniswege mit 36 Sehenswürdigkeiten erinnern an die Opfer des ersten Weltkrieges. Zugleich unterstreichen sie aber auch die Bedeutung des Friedens und seiner Errungenschaften: der Freiheit und der Brüderlichkeit, die heute das Leben in Europa bestimmen. Die Broschüre „Wege der Erinnerung 14 – 18“ kann kostenlos beim Tourismusamt Nord – Pas de Calais in Lille bestellt werden. ■ Auskunfts: ☎ 0033/320 14 57 57 contact@cr-nordpasdecalais.fr www.wegeederinnerung-nordfrankreich.com (ab Januar in Deutsch!) www.nordfrankreich-tourismus.com



REISE UND ERHOLUNG

Der neue Katalog ist da!
FLUSSKREUZFAHRTEN 2011
Jetzt kostenlos anfordern!

Frühbucherermäßigung bis zu 200,- € p.P.
(bei Buchung bis 30.11.2010)

- Oder, Havel und Ostsee
- Rhein: Köln - Holland - Belgien
- Donaukreuzfahrten
- Rhône - Flusskreuzfahrt

HAUSTÜRABHOLUNG inklusive
bei Flusskreuzfahrten 2011!

Adventszauber auf der Donau
Passau - Wien - Linz - Passau
4-Tage-Reise: 02.12. - 05.12.10
ab 333,- € p.P.

- Übernachtung an Bord der "MS Flamenco" mit Vollpension
- Reisebegleitung
- freie Teilnahme am Bordprogramm
- tolle Ausflüge gegen Aufpreis
- Busanreise bis/ab Passau für 49 € p.P. zubuchbar

BOTTENSCHEN REISEN
Tel. 073 91/70 01-0
www.bottenschein.de

Was tun bei Bandscheibenvorfall?

Bandscheibenvorfälle können nicht nur zu heftigen Rücken- und Beinschmerzen führen. Wenn das ausgetretene Gewebe auf bestimmte Nerven drückt, können auch Lähmungen hinzukommen. Welche Lähmungsform muss sofort operiert und welche zwei anderen Lähmungen können meist zunächst konservativ behandelt werden? In ihrer neuen Informationszeitschrift „Arthrose-Info“ gibt die Deutsche Arthrose-Hilfe zahlreiche Hinweise zu diesem

wichtigen Thema. In anschaulichen und interessanten Darstellungen werden darüber hinaus weitere nützliche Empfehlungen zur Arthrose gegeben, die jeder kennen sollte. Auch über den Welt-Preis für Hüftgelenkforschung 2010 wird ausführlich berichtet. Ein Musterheft des „Arthrose-Info“ kann kostenlos angefordert werden bei: Deutsche Arthrose-Hilfe e.V., Postfach 11 05 51, 60040 Frankfurt/M. (bitte eine 0,55-€-Briefmarke für Rückporto beifügen).

Mandelblüte auf Mallorca
20. 2. – 27. 2. 2011

Der Reisepreis beträgt p. P. im Doppelzimmer: **€ 599,-**

- EZ-Zuschlag: € 100,-
- Ausflugspaket: € 99,-
- Wanderpaket: € 69,-
- Luftverkehrssteuer: € 9,-

Im Reisepreis enthalten:

- Bustransfer ab/bis Ulm/Göppingen
- Flug ab/bis Stuttgart
- Flughafensteuern
- 7 Übernachtungen im 4*-Hotel
- Halbpension
- Reisebegleitung ab/bis Ulm
- Informationsmaterial und Reiseführer
- Örtliche, Deutsch sprechende Reiseleitung

SÜDWEST PRESSE
Hapag-Lloyd Reisebüro
Hafenbad 4, 89073 Ulm, Telefon (0731) 144 50
Mo.–Fr. 9.30–13 + 14–18 Uhr, Do. bis 19 Uhr, Sa. 9.30–14 Uhr geöffnet
www.swp-hapag-lloyd.de

SCHOTTLAND – Land der Sagen und Mythen
Glasgow – Fort William – Inverness – Loch Ness – Balmoral Castle – Whisky Trail – St. Andrews – Edinburgh
vom 23. 4. – 30. 4. 2011

Preis pro Person im Doppelzimmer: **€ 1.139,-**

- EZ-Zuschlag: € 200,-
- Zusatzausflug p. Pers.: € 35,-
- Luftverkehrssteuer: € 8,-

Im Reisepreis enthalten:

- Bustransfer ab/bis Göppingen/Ulm z. Flughafen
- Flug mit LUFTHANSA ab/bis Frankfurt
- Flughafengebühren, Transfers
- Reisebegleitung ab/bis Ulm
- 7 Übern./Halbpension in Mittelklassehotels
- Rundreise wie beschrieben
- örtl. deutschsprachige Reiseleitung

SÜDWEST PRESSE
Hapag-Lloyd Reisebüro
Hafenbad 4, 89073 Ulm, Telefon (0731) 144 50
Mo.–Fr. 9.30–13 + 14–18 Uhr, Do. bis 19 Uhr, Sa. 9.30–14 Uhr geöffnet
www.swp-hapag-lloyd.de

Krank im Ausland? »Keine Angst«

24-STUNDEN-NOTRUF
0211 / 43 17 17
Deutsche Flug-Ambulanz
– unter ärztlicher Leitung –

- Sicherheit weltweit!
- Jahresbeiträge ab 15 Euro
- Kostenloser Rücktransport mit Notarzt-Jet
Flugrettung ist teuer: z. B. von Las Palmas ca. Euro 17.900,- (keine Kostenübernahme durch Krankenkasse)
- Übernahme aller Behandlungskosten zu 100%, 1. Klasse
- Auslandsreisekrankenversicherung von 30 Tagen bis 1 Jahr

Telefon 0211 / 45 06 51-53

INFO COUPON
Ich bin ein Mitglied bei der Flug-Ambulanz e.V. interessiert. Bitte senden Sie mir unverbindlich ausführliche Unterlagen.

Name: _____
Vorname: _____
Straße, Nr.: _____
PLZ, Ort: _____
Bitte senden an: **Flug-Ambulanz e.V.**
Flughafen Halle 3 · 40474 Düsseldorf

Vorsicht! Autoknacker.
Räumen Sie Ihr Auto leer, bevor es andere tun!
Lassen Sie bei keinem noch so kurzen Stop Wertsachen im Auto liegen.

Wenn was nicht stimmt: **Sprich Deine Polizei an**