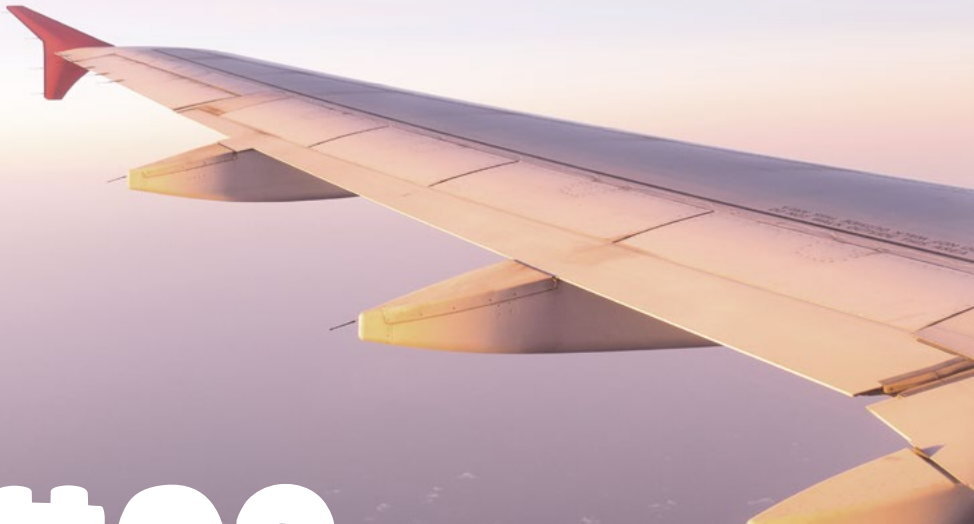


FACE SMA



#02

SMA Kompakt

**Urlaub und Reisen
mit SMA**

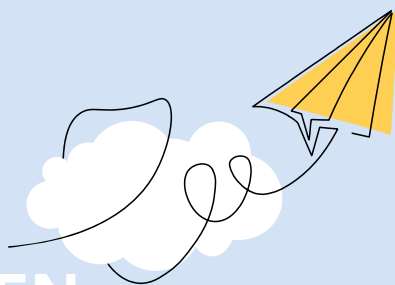
Du möchtest gerne die Welt bereisen, fremde Städte besuchen und andere Kulturen kennenlernen? Einem gelungenen Urlaub mit Rollstuhl und Hilfsmitteln steht nichts im Weg – schon gar nicht mit guter Planung! Hier findest Du einige Informationen und Tipps, die Dir die Reiseplanung erleichtern.

REISEN MIT DER BAHN

Wer Hilfe beim Ein-, Um- oder Aussteigen benötigt, kann die kostenfreie Mobilitätsservice-Zentrale (MSZ) der Bahn nutzen. Zum Service gehört u. a. ein Hublift für den Rollstuhl, aber auch Hilfe beim Buchen von Fahrkarten oder Sitzplatzreservierungen. Deine Begleitperson kann in der Regel mit Dir kostenfrei mitreisen. Den Service musst Du online oder telefonisch bis spätestens 20 Uhr am Vortag der Reise anmelden.



Wenn es ins Ausland geht, sollte die Anmeldung 48 Stunden vorher erfolgen. Die Funktionsfähigkeit von Rolltreppen und Fahrstühlen kannst Du u. a. über die App „DB Bahnhof Live“ abfragen.



REISEN MIT DEM FLUGZEUG

Fliegen mit Rollstuhl ist grundsätzlich kein Problem, jedoch können die Bedingungen der verschiedenen Fluglinien voneinander abweichen. Am besten gibst Du bereits bei der Ticketbuchung genau an, mit welchen Hilfsmitteln Du reist und welchen Service Du in Anspruch nehmen möchtest. Alle Fluggesellschaften sind dazu verpflichtet, solche Serviceleistungen anzubieten – für Dich fallen dadurch keine weiteren Kosten an. Meistens kannst Du mit Deinem eigenen Rollstuhl bis zur Flugzeugtür fahren. Im Flugzeug stellen die Airlines Bordrollstühle zur Verfügung, die so konstruiert sind, dass Du damit durch die engen Gänge und auf die Toilette kommen kannst.

Gerade bei E-Rollstühlen ist folgendes zu bedenken: Erkundige Dich rechtzeitig, ob die Antriebsart Deines Rollstuhls nicht gegen die Richtlinien der Airline verstößt. Je nach Art der Batterien müssen diese ausgebaut, abgeklemmt oder die Pole isoliert werden. Nichtauslaufsichere Nassbatterien dürfen aus Sicherheitsgründen gar nicht transportiert werden. Bei individuellen Fragen zu Deinem Rollstuhl wendest Du Dich am besten direkt an die Airline.



Achte bei einem E-Rollstuhl darauf, dass die losen Teile (Kopf-, Arm-, Fußstützen) abmontiert werden, bevor er in den Frachtraum verladen wird. So können sie weder beschädigt werden noch verloren gehen.

REISEN MIT DEM SCHIFF

Kreuzfahrten sind zwar Geschmackssache, bieten aber den Vorteil, dass während der ganzen Reise medizinisches Personal an Bord ist. Je nach Reiseanbieter kann die Ausstattung des Schiffs unterschiedlich ausfallen. Erkundige Dich vorher, wie barrierefrei das Schiff bzw. die Kabinen sind und ob alle Landgänge für Rollstuhlfahrer möglich sind.

Auch wenn Du mit einer Fähre übersetzen möchtest, erkundigst du dich am besten im Vorfeld, wie es um die Barrierefreiheit an Bord- und auf dem Hafengelände bestellt ist.

Wohin soll die Reise gehen?

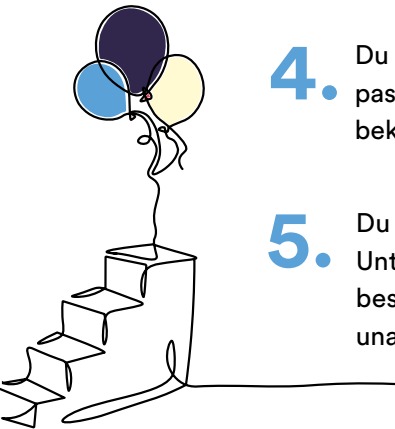
Empfehlenswert sind Länder, in denen Du im Notfall schnell medizinisch versorgt werden kannst – und deren medizinischer Standard deinem gewohnten gleicht. Bei Städtetrips bieten sich große Städte an, denn hier ist wahrscheinlicher, dass die öffentlichen Verkehrsmittel rollstuhlgerecht ausgestattet sind. Kontaktiere am besten vorher die Touristeninformation, um zu erfahren, wie es mit der Barrierefreiheit am Zielort aussieht oder schau Dir über Google Maps die Gegebenheiten vor Ort an, wie z. B. die Straßenbeläge. Alte Städte mit viel Kopfsteinpflaster können so manchen Weg erschweren.



Gut zu wissen


Damit Du rund um Deine Reise optimal vorbereitet bist, hier noch ein paar nützliche Tipps:

- 1.** Über www.wheelmap.org findest Du nicht nur rollstuhlgerechte Orte, sondern kannst Dir auch Rollstuhl-Wanderwege anzeigen lassen.
- 2.** Für entspannteres Reisen sorgt der Euro-WC-Schlüssel, mit dem Du barrierefreie Toiletten in ganz Europa öffnen kannst.
- 3.** Eventuell ist es sinnvoll, Dir für den Urlaub einen Aktivrollstuhl zu organisieren. Diese sind leicht, wendig und je nach Modell faltbar.
- 4.** Du bist noch auf der Suche nach einem passenden Reiseziel? Viel Inspiration bekommst Du auf www.barrierefreierleben.de.
- 5.** Du hast Fragen zur Barrierefreiheit in deiner Unterkunft oder deinem Hotel? Kläre diese am besten vorab mit dem Anbieter, damit Du keine unangenehmen Überraschungen vor Ort erlebst.



Wir wünschen Dir eine angenehme Reise!



Weitere Informationen und Hilfsangebote zum Thema „Reisen“ findest Du auch auf der Seite: **Face SMA – Reisen mit Handicap**



ES GIBT KEINE PROBLEME, NUR UMWEGE ZUR LÖSUNG!

– Lilli (aus der Face SMA Community)

**Du möchtest mehr spannende Informationen
rund um das Thema SMA erfahren?**

-  Besuche unsere Webseite www.facesma.de
-  Lass uns ein Like auf Facebook da @Leben.mit.SMA
-  Folge uns auf Instagram @lebenmitsma



Titelbild: ©alice-photor/gettyimages | S.2 beast01/gettyimages |
S.4: ©dorian2013/gettyimages | Illustrationen: Coralinart Studio

Roche Pharma AG
Patient Partnership Neurodegenerative &
Seltene Erkrankungen
Emil-Barell-Straße 1
79639 Grenzach-Wyhlen, Deutschland

www.roche.de

© 2024