

Das Ahr-Resort – eine neue Dimension des Gesundheitstourismus im Ahrtal

Rainer Mertel

„Tempus fugit“ - die Zeit flieht, so scheint das Motto für unsere stets hektischer werdende Welt zu lauten. Eine immer rasantere Kommunikation nötigt uns täglich schnelleres Handeln ab. Hinzu kommen wirtschaftliche Herausforderungen ungeahnten Ausmaßes umschrieben mit dem Begriff „Finanzmarkt- und Wirtschaftskrise“, die Arbeitsplätze instabil gemacht hat und große Besorgnis in vielen Haushalten hervorruft. All dies erzeugt einen großen Druck und zerrt an unseren Nerven, so dass es oftmals nur eine Frage der Zeit ist, dass sich erste Gesundheitsstörungen bis hin zu Schlaflosigkeit, Appetitlosigkeit, ja sogar Depressionen einstellen. Experten meinen, dass in wenigen Jahren mehr Frauen infolge Depressionen aus dem Berufsleben ausscheiden, als durch die bislang häufigsten Krankheiten wie Herz-Kreislaufbeschwerden oder Krebs. Hier gilt es ein Gegengewicht zu schaffen. Natürlich wäre eine längere Auszeit für die Betroffenen die beste Möglichkeit, um Abstand von den Problemen zu gewinnen und sich neu mit den Herausforderungen des Lebens zu arrangieren. Bedauerlicherweise ist es nicht so einfach, aus dem Arbeitsalltag mit all seinen Verpflichtungen für längere Zeit auszubrechen.

Was ist das Ahr-Resort?

Genau an dieser Stelle will das „Ahr-Resort“ helfen. Was ist das Ahr-Resort? Es ist der Zusammenschluss der bekannten und bewährten Ahr-Thermen, einer der schönsten Thermalbadelandschaften Europas, mit den Angeboten der „Sinfonie der Sinne“, die sich im Thermalbadehaus zu Bad Neuenahr seit dem Jahre 1998 etabliert haben. Auf 10.000 Quadratmeter Fläche umbauten Raumes werden im Thermalbadehaus exemplarische Angebote im Bereich „Medical-Wellness“ gemacht. Über 200 verschiedene Programme von Bädern, Inhalationen, über Fangoanwendungen bis hin zur Kneippbehandlung und der Lichttherapie verschaffen dem Gast in kurzer Zeit ein Maximum an Wohlfühlgefühl. Hinzu kommen die beachtlichen Angebote auf dem Gebiet körperlicher Ertüchtigung, die das neue Medical-Fitness-Studio zu machen hat. Medical Wellness und Medical Fitness werden in bestechender Qualität angeboten. Hier bleiben keine Wünsche offen.

Verbindungsgang

Und doch hat in der Vergangenheit eines gefehlt, nämlich die Möglichkeit, diese Angebote unkompliziert auch für die Ahr-Thermen-Besucher nutzbar zu machen. Nach geübtem Bad in

den Thermen ist kein Mensch bereit, sich wieder anzuziehen, um sich in die „Sinfonie der Sinne“ mit ihren Wellnessangeboten zu begeben. Dies ist seit Januar 2009 anders. Ein unterirdischer, 138 Meter langer, Verbindungsgang zwischen den Ahr-Thermen und dem Komplex der „Sinfonie der Sinne“ sorgt dafür, dass der Gast bequem von einem Aktionsraum zum anderen flanieren kann, um alle Angebote des Hauses wahrzunehmen. Dieser Verbindungsgang ist raffiniert architektonisch angelegt, so dass der Nutzer die Illusion hat, der Gang sei viel kürzer als die angesprochenen 138 Meter. Ausgeklügelte Lichttechnik, Vitrinen, in denen kleine Pretiosen zum Kauf angeboten werden, die Ausstattung mit Kunst, die Fußbodenheizung und eine komfortable Belüftung bzw. Klimatisierung tun ihr Übriges, um den Gast sich wohl-

fühlen zu lassen. Das Land Rheinland-Pfalz hat diese unterirdische „Flaniermeile“ mit 75 % der Gesamtkosten von 3 Mio. Euro bezuschusst. Dies geschah offensichtlich in dem Bewusstsein, dass mit der Angebotverschränkung der Ahr-Thermen und der „Sinfonie der Sinne“ in Rheinland-Pfalz etwas völlig Neues angeboten wird, nämlich ein Resort, das von seiner Größe und den Inhalten her keinen Vergleich mit ähnlichen Einrichtungen in Deutschland oder im Ausland zu scheuen braucht.

Angebotsvielfalt

Das Ahr-Resort, so heißt die Gesamtanlage, steht den Besuchern an 365 Tagen im Jahr von 9 Uhr in der Frühe bis spätabends zur Verfügung. Auch der Kurzentschlossene kann jederzeit diese Angebotsvielfalt nutzen, um dem



*Puzzle mit
Ahr-Thermen
und Bäderhaus
Bad Neuenahr*



Massage verschafft dem Gast ein Maximum an Wohlgefühl.

Stress des Alltags zu entfliehen und neue Kräfte zu sammeln. Dabei strebt die Trägerin der Anlage, die Aktiengesellschaft Bad Neuenahr, neuen Dimensionen zu. Dem Angebot an Medical-Wellness- und Medical-Fitness-Einrichtungen sollen sich solche der *Mentalen Wellness* zugesellen. Fundament dieses Angebots ist die so genannte „neue emotionale Medizin“, wie sie beispielsweise von dem französisch-amerikanischen Psychiater David Servan-Schreiber propagiert wird. Er hat im Laufe seines langen Berufslebens herausgefunden, dass körperliche Bewegung, leicht erlernbare Atemtechniken und Meditation hervorragende Mittel sind, um dem Stress und der Depression entgegenzuwirken. Er strebt dabei die Kohärenz im Sinne ihres Erfinders Aaron Antonovsky an. Basis dieses erstrebenswerten Zustands ist das Vertrauen in die Sinnhaftigkeit menschlicher Geschehensabläufe. Wer daran glaubt, dass die Geschehnisse beherrschbar, lenkbar und im Letzten auch sinnvoll sind, der tut sich leichter als derjenige, der vergeblich mit des Geschickes Mächten kämpft. Hinzu kommt ein wichtiges salutogenetisches (gesund erhaltendes) Element, nämlich die so genannte „Hardiness“, also das Quäntchen Widerborstigkeit gegen die Nickerlichkeiten des Lebens, mit dem sich unschöne

Dinge einfach besser wegstecken lassen. Im Jiddischen gibt es hierfür den schönen Begriff „Chuzpe“. Wichtig ist nach Servan-Schreiber ein weiterer Bereich, nämlich der der so genannten „Herzkohärenz“. Durch Atem- und Meditationsübungen will Servan-Schreiber erreichen, dass der Herzschlag zu einem ruhigen, situationsangepassten Rhythmus zurückfindet, anstatt wie ein Lämmerschwanz auf Stresssituationen zu reagieren. Die Einsicht in die Sinnhaftigkeit dieser Herzkohärenz gewinnt unter Medizinern immer breiteren Raum.

Die Mitarbeiter und Mitarbeiterinnen in der „Sinfonie der Sinne“ werden aufwendigen und umfangreichen Schulungsmaßnahmen unterzogen, um bei der Darreichung von Anti-Stress-Programmen über das notwendige Rüstzeug zu verfügen. Gekoppelt werden die Anti-Stress-Maßnahmen an das so genannte „Biofeedback“, eine Methode, die die Reaktion des Körpers auf sinnvolle mentale Ansprache messbar und für den Gast erlebbar macht.

Kompetenzzentrum für Prävention

Mit der neuen Angebotsformation stellt sich die Aktiengesellschaft Bad Neuenahr an die Spitze einer Bewegung, die eindeutig auf Prävention, also auf Vorbeugung abzielt. Prävention besteht aus den Elementen Bewegung, Entspannung und Ernährung. In allen drei Bereichen hat das Ahr-Resort qualitativ überzeugende Angebote zu machen. Es ist hier ein Kompetenzzentrum für Prävention entstanden, das den Gesundheitsbedürfnissen der Bevölkerung mit qualitativ hoch stehenden Programmen bei fairem Preisgefüge entgegentritt. Nur am Rande sei erwähnt, dass sich diese Angebotsausrichtung mit den Bemühungen des Landes Rheinland-Pfalz zur Neuausrichtung des Gesundheitstourismus in idealer Weise verbinden lässt. Das Land Rheinland-Pfalz hat sich die Themen „Wandern“, „Radwandern“, „Wein und Weinkulturlandschaft“ sowie „Gesundheit“ auf die Fahne geschrieben. In einem aufwendigen Prozess wurden sechs Pilotprojekte für gesundheitsambitionierte Gäste entwickelt. Es versteht sich von selbst, dass Bad Neuenahr bei diesen sechs „Piloten“ dabei ist. So steht Bad Neuenahr wieder an der Spitze einer Bewegung, die zum

Ziel hat, den Gästen und Patienten etwas Besonderes zu bieten. So war dies bei der Gründung des Bades vor mehr als 150 Jahren, als Menschen aus der ganzen Welt ins Ahrtal kamen, um Linderung von ihren Stoffwechselerkrankungen zu erfahren. So war es, als Mitte des vorigen Jahrhunderts die Grundzüge moderner Diätetik in Bad Neuenahr entwickelt wurden. Unvergessen sind in diesem Zusammenhang der berühmte Chefkoch des Kurhotels, Max

Maier, und die pragmatisch-engagierte Ernährungsberaterin Hannelore Sommer, die an der Entwicklung des RAL-Gütesiegels für Diätkost maßgeblich beteiligt war. Und wieder steht Bad Neuenahr an der Spitze einer medizinischen Bewegung, die an der Salutogenese, also an der Gesunderhaltung orientiert ist. Beweis dafür, dass Bad Neuenahr auch im 151. Jahr seines Bestehens noch nichts an Schwungkraft und am Streben nach Innovation verloren hat.