

Liebe Oma Edith,

alles Gute zum

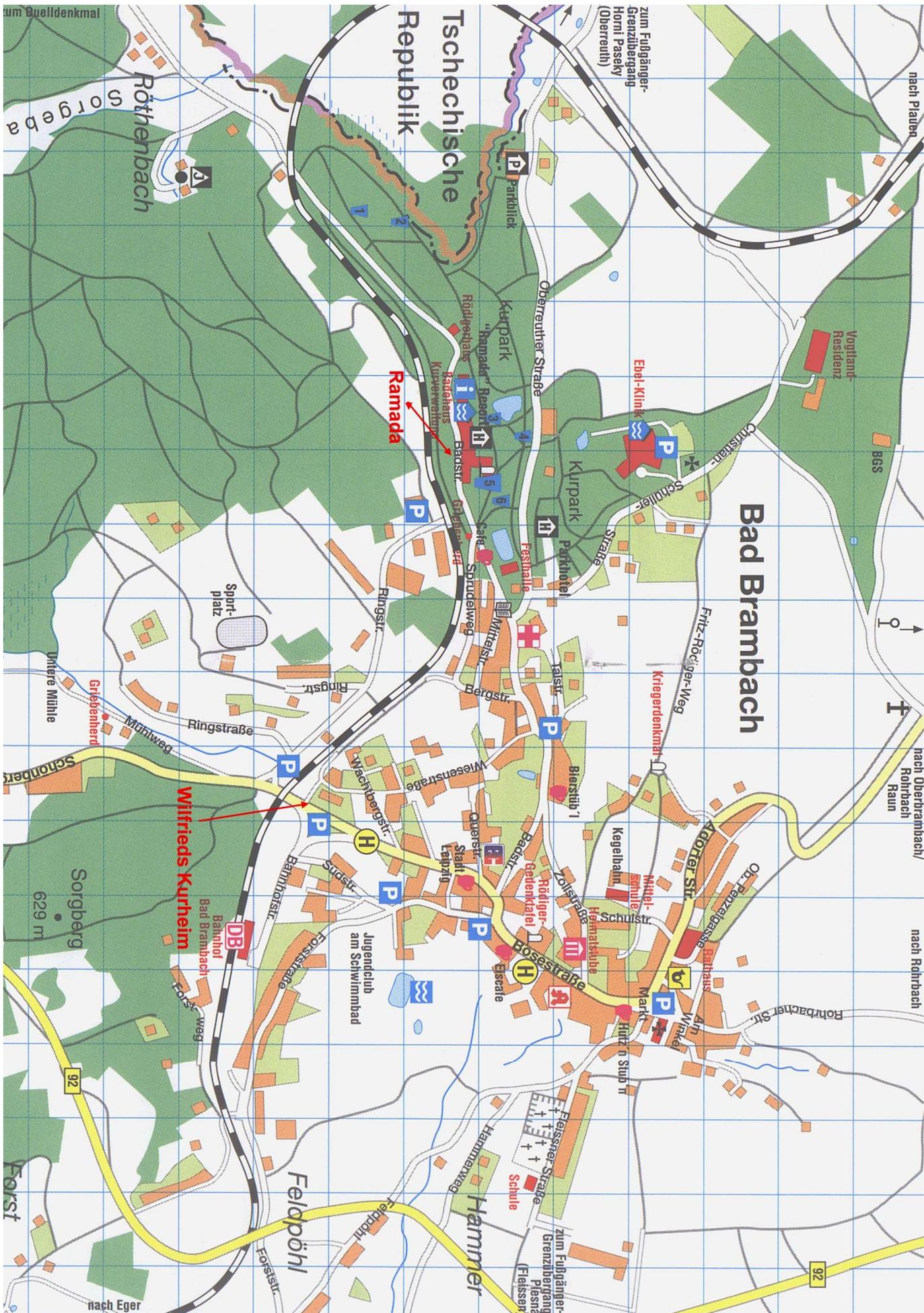
80!

Wir wünschen dir Freude,
Gesundheit und gute
Erholung bei der
Eintösung unseres
Geschwükes.

Dani, Rico,
Emily &
Jasne

Claudio, Stefan
& Alca

Christiane
&
Harald
Tina & Bine
Wilfried



PERSÖNLICHER BEHANDLUNGSPLAN



BAD ELSTER
BAD BRAMBACH

Tipps für Ihr Wohlbefinden **Bad Brambach**

Zur hier angegebenen **3321781**

Zeit beginnt Ihre
Behandlung.
Planen Sie bitte davor
ca. 15 Minuten zum
Umkleiden ein.

Behandlungsplan
Frau Edith Just

Bad Brambach, den
25.05.2010

Seite 1

Zu Ihrer Behandlung
bringen Sie bitte
folgendes mit:

Vermieter:
Ramada

Anreise: 28.05.2010
Abreise: 04.06.2010

Für Bäder und
Packungen:

Bademantel
Badeschuhe

1 € für
Garderobenschrank

HERZLICH WILLKOMMEN ZU IHRER PAUSCHALE „QUELLRELAX“ IN BAD BRAMBACH!

Für Wassergymnastik:

Badesachen

Badeschuhe

Handtuch

1 € für
Garderobenschrank

Termin	Anwendung	Platz / Therapeut	Bestätigung
--------	-----------	-------------------	-------------

Samstag, 29.05.

13:50	Entspannungsbad	Wellness Ebene 2	<i>Edith Just</i>
-------	-----------------	------------------	-------------------

Montag, 31.05.

Für Gymnastik:

leichte

Sportbekleidung

10:00	Fangopackung <i>WS + Schnee.</i>	Ebene 3 Fango	<i>Gläsel</i>
-------	-------------------------------------	---------------	---------------

Die hier aufgeführten
Leistungen sind ver-
bindlich gebucht.
Bei Nichtinanspruch-
nahme wird eine Auf-
wandsentschädigung

11:00	Massage	Ebene 3 M. Drescher	<i>Gläsel</i>
-------	---------	------------------------	---------------

max. in Höhe des
Leistungspreises
berechnet.

Dienstag, 01.06.

09:50	Fußreflexzonenmassage	Kornblume Ebene 3	<i>Edith Just</i>
-------	-----------------------	-------------------	-------------------

Mittwoch, 02.06.

Tel. 037438/88111

10:30	Fangopackung	Ebene 3 Fango	<i>Gläsel</i>
-------	--------------	---------------	---------------

Wir wünschen Ihnen
einen angenehmen
Aufenthalt und
gute Erholung.

11:30	Massage	Orchidee Ebene 3 M. Schwerdt	<i>Schwerdt</i>
-------	---------	---------------------------------	-----------------

Donnerstag, 03.06.

13:50	Entspannungsbad	Wellness Ebene 2	<i>Edith Just</i>
-------	-----------------	------------------	-------------------

15:30	Fußreflexzonenmassage	Orchidee Ebene 3 M. Schwerdt	<i>Schwerdt</i>
-------	-----------------------	---------------------------------	-----------------





Bad Brambach begrüßte uns nach über vierstündiger Fahrt bei ständigem Regen und einer Durchschnittsgeschwindigkeit von 56 Km/h. Die Autobahnen waren voll; voll von Autos und voll von Baustellen.

Dafür war die Abfertigung an der Rezeption erfreulich zügig und müde zogen wir in das Zimmer am Ende des Ganges – Nummer 136 – ein. Es gefiel uns dort auf den ersten Blick.

Auf der anderen Seite der Straße waren Parkplätze und im AquaDon konnte ich für 14 Euro eine Parkkarte erwerben. Da wir nicht ein einziges Mal eine Parkkontrolle beobachteten und bei mindestens der Hälfte aller Parkenden keinen Schein im Auto lag, betrachteten wir unseren Beitrag als Spende an die Kurverwaltung.

Wir brachten den Regen mit und hatten über die ganze Woche keine Probleme mit dem Wetterwandel. Das Wetter blieb ungewöhnlich beständig, und zwar regnerisch; nachts trommelte es an die Scheiben und tagsüber auf die Anoraks. Kleine Veränderungen äußerten sich darin, dass man mal in 90 Minuten und beim anderen Mal schon in 15 Minuten durchnässt war.

Regen hat uns im Urlaub noch nie gestört, und zur Kur fährt ja keiner wegen des Sonnenscheines.

Nach dem ersten Parkrundgang war schon Abendbrotzeit. Wir waren bei unserer Garderobe auf leger bis festlich eingestellt und lagen mit leger richtig.

Und das ist nun unser Viersterne-Hotel RAMADA; oben in der gesamten Vorderfront und unten der Eingang.



Links an die Gebäudezeile schließt sich der bekannte AquaDon an. Es ist durch den „Bademantelgang“ vom Hotel aus zu erreichen. Dort befinden sich auch die Behandlungsräume.





Senkrecht zur Vorderfront sieht man oben den dreistöckigen Seitenflügel. Das untere Fenster links außen gehörte zu unserem schönen Zimmer. Die Ostseite zeigt das untere Bild. Im Park davor ist der Schwanenteich und rechts vorn das Quellen-Haus. Der blaue Himmel ist das Abreisegeschenk der Kurverwaltung – 20 Minuten vor Start nach Hause!

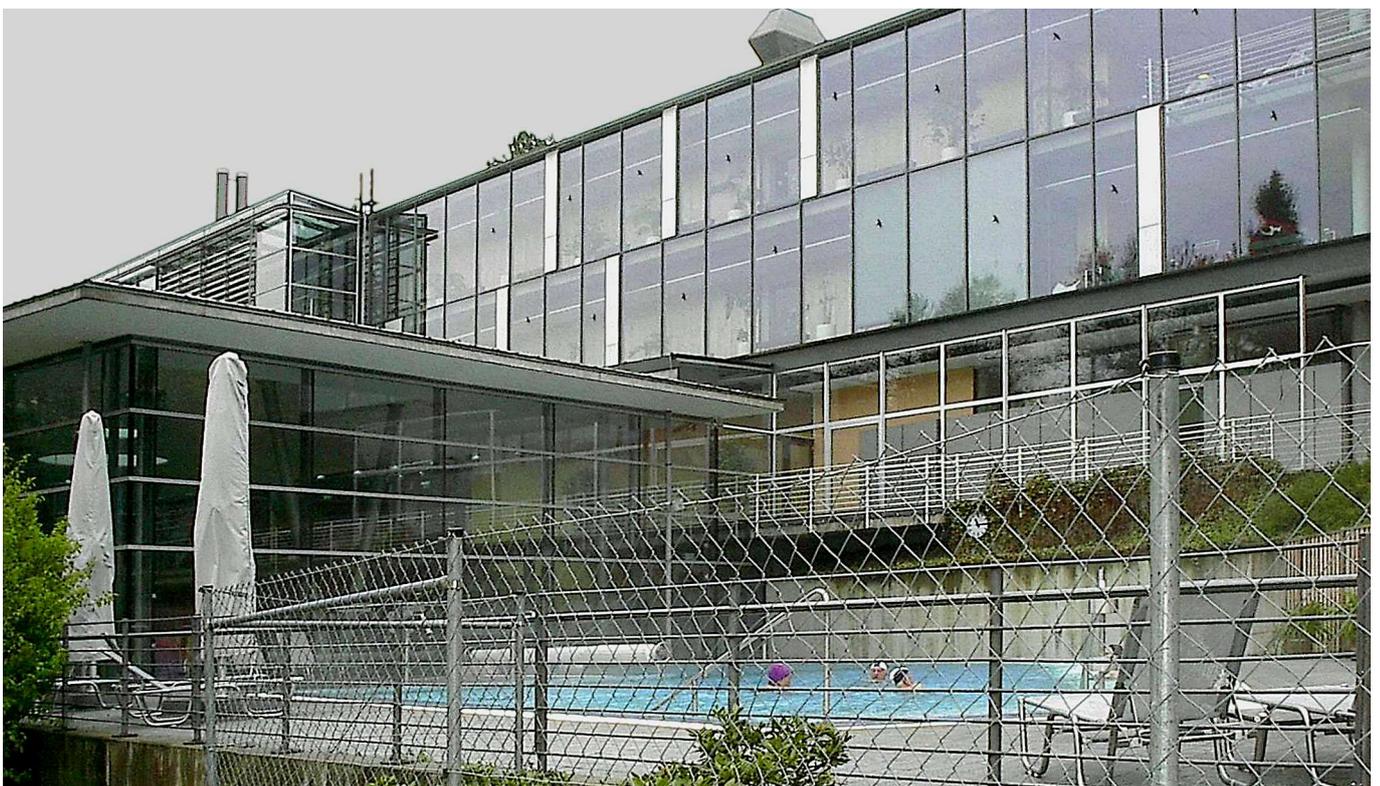




Das ist der vielgepriesene AquaDon. In der unteren Etage erfreuen sich Badelustige im 32° warmen Innen- und Außenpool.

Im Eingangsbereich ist die Kurverwaltung und die Information zu finden. Dort zahlt man die Parkgebühren.

In der zweiten Etage gibt es ein wenig besuchtes Bistro. Dort sind auch die Behandlungsräume.



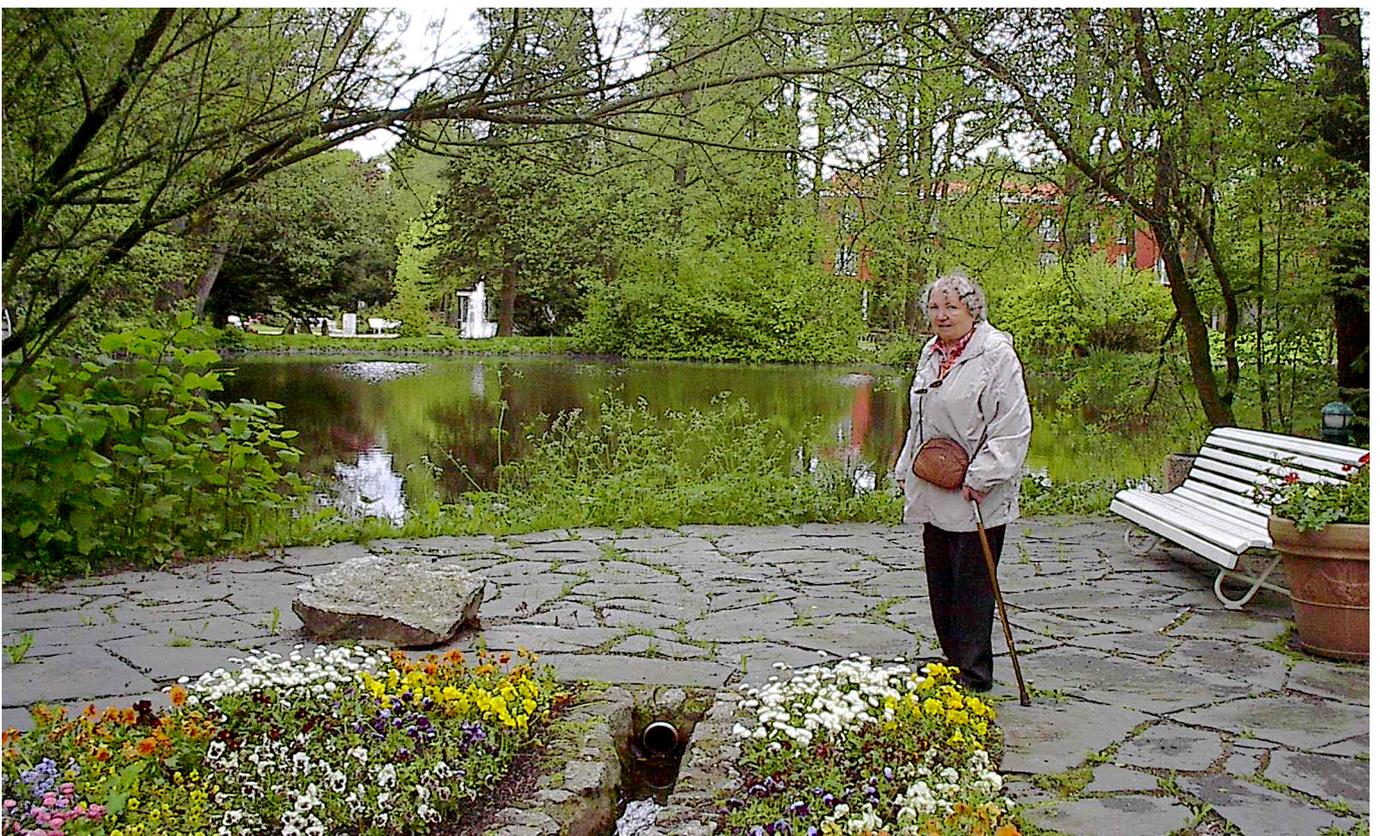


Den Blick auf den sonnigen Park konnten wir noch kurz vor dem Verlassen des Zimmers erhaschen. So ein Park ohne Regen hat halt auch seine schönen Seiten. Den Springbrunnen auf der Westseite des Parks hörten wir von unserem Fenster aus





Zwischen Kuranlage und Dorf liegt die Westseite des Kurparks. Auf kiesgeschotterten Wegen sind der Schwanenteich und die Festhalle auch für Gehbehinderte leicht zu erreichen. Wo Blumen hin passten, waren auch welche, und ständig wurde die Bepflanzung gehegt, gepflegt und erneuert. Die Kurtaxe war also gut angelegt.





Bad Brambach konnte sich leider nur einen Schwan leisten.
Auf der Nordseite des Teiches thront gut erhalten das Parkhotel. Der Aufstieg zum Cafe war uns aber zu steil.



Am Parkweg zur Festhalle plätschern mehrere kleine Springbrunnen.



Im Kolonnaden Cafe in der Nähe der Festhalle gab es preiswert und prächtig Spargel. Es war dort gemütlich!



Das Restaurant Parkblick liegt kurz vor der Grenze. Mit ständigem Bergauf ist es in etwa 20 Minuten zu erreichen – mir schien das recht weit, zumal es leicht regnete. Doch Edith war unerbittlich und meinte, dass es zurück ja bergab ging. Das war ein deutliches Zeichen für den Kurerfolg!



Eisen-Quelle



Schiller-Quelle



Wettin-Quelle

Diese Quelle-Häuser sind geschlossen. Brambacher haben das Recht auf 5 Liter, deshalb werden sie zweimal in der Woche für etwa eine Stunde geöffnet. Kurgäste zahlen 30 Cent für 0,5 Liter. Kleinere Mengen sind frei.



Hier im Brunnenhaus sind alle Wässerchen zu haben. Nach Vorzeigen der Kurkarte nimmt man sich ein Glas und geht an die Zapfsäule mit Bewegungsmelder. Wenn der reagiert, füllt sich das Glas. Unsere Norm waren je ein Glas Eisen- und ein Glas Radon-Quelle.





Meist findet sich ein ruhiges Plätzchen, um das Wasser zu genießen.

Die Zusammensetzung der Mineral-Bestandteile aller drei Quelle ist aber wenig unterschiedlich, z. B.: der Eisenanteil:

Eisen-Quelle	9,2 mg/l
Schiller-Quelle	8,2 mg/l
Wettin-Quelle	8,7 mg/l

Magnesium-Ionen haben sie zwischen 20 und 28 mg/l und Calcium 122 bis 162 mg/l.

Die Thüringer Waldquelle, die wir meist kaufen, hat ein deutlich günstigeres Mg/Ca-Verhältnis. Die Wettin-Quelle glänzt jedoch mit 29,7 kBq/l Radon. Die anderen Quellen sind aber nicht frei davon. Sie haben immerhin noch 2 bis 5 kBq/l.

Radon ist ein schweres Edelgas. 22,4 l Luft wiegen etwa 30 Gramm., 22,4 l (Molvolumen) Radon bringt es auf beachtliche 223 Gramm. Im Wasser sind etwa 14 verschiedene Radon-Isotope mit Massenzahlen von 204 bis 222. und Halbwertszeiten zwischen 10^{-4} Sekunden und 3,8 Tagen vertreten. Unter Aussendung von α -Strahlen bilden sich aus allen Radon-Isotopen kurzlebige Polonium-Isotope mit α -Zerfall. Polonium ist mit Wismut verwandt, also nicht gerade schwer giftig. Die α -Strahlen sind träge Helium-Kerne, die kaum Papier und zur Not grade mal eine Zellwand durchdringen. Man kann das also trinken. Bei der Bewertung einer Wirkung bin ich allerdings skeptisch. Der Badearzt in Bad Elster fragte mich mal unvermittelt, als er hörte, dass ich Chemiker bin: „Glauben Sie, dass bei Ihnen das Wasser auch nur eine Spur einer Änderung Ihrer desolaten Wirbelsäule bewirkt?“ Ich glaube das natürlich nicht; worauf er wissen wollte, warum ich dann hier bin, und ich nannte zwei Gründe. Erstens wollte ich mal den Stress los sein; und zweitens nahm ich nach einer Nierenentzündung Antibiotika und da hoffte ich, dass durch die Wärme der Moor-Päckchen eine bessere Durchblutung und damit eine Erhöhung des Effektes eintritt. Er war der Auffassung, dass bei Kuren der Glaube an Wirkung und die Hoffnung auf allgemeine Körperstärkung die entscheidenden Faktoren sind. Da konnte ich nur zustimmen.

Jetzt haben wir den gütigen Spendern die lokalen Aspekte Ihres Geschenkes gezeigt; nun bleiben noch die subjektiven Events zu beschreiben.

Auf der letzten Seite findet Ihr den Anwendungsplan, und man sieht, dass Edith gut beschäftigt war.

Am Anreisetag sind wir schon mal zur Erkundung losgezogen und das war gut so. Die Entspannungsbäder sind große ummauerte Wannen in einem freundlichen Raum mit idyllischer Musik. Aber in die Wanne wäre Edith weder hinein noch heraus gekommen. Im Gespräch mit der Badefrau ergab sich aber eine rasche und akzeptable Lösung. Edith wird in eine normale Radonbad-Wanne mit dem Lift gesetzt und erhält dort die Aromaöl- und Ziegenmilch-Zusätze und das gewünschte Getränk nebst Kerzenbeleuchtung.



Als sie nach der ersten Anwendung aufs Zimmer kam, war sie zwar entspannt aber reichlich müde, wie man sieht.

Und hier ist die andere Seite des Zimmers zu sehen. Das Fenster geht bis zum Boden mit Geländer davor.

Die Auswahl an Fernsehprogrammen war zufrieden stellend, und wie man vielleicht erkennt, hatten wir unsere drahtlosen Kopfhörer mit, um die Nachbarn und uns nicht gegenseitig zu stören.

Nach den Fangopackungen fühlte sich Edith am wohlsten, aber nach den Massagen konnte sie sich nicht mehr allein umziehen. Zur Fußreflexzonen-Massage gebe ich keinen Kommentar.

Der schon genannte Badearzt war glücklich in seiner Funktion. Vorher war er in Süd-Thüringen Hausarzt. Das war stressig, aber als Badearzt war es erholend. Bei der Kur gibt es keine Kranken, die schickt er ins Krankenhaus oder nach Hause. Hier braucht er keine Diagnosen stellen und kann damit keine Fehler machen. Und schließlich ist jede Kur immer ein Erfolg:

Geht es dem Kurpatienten gut, dann freuen sich alle;

Geht es dem Kurpatienten schlechter, erklärt man ihm, dass dies ein positives Zeichen für einen Kurerfolg ist, und auch der freut sich:

Spürt ein Kurpatient keine Wirkung, dann überzeugt man ihn, dass der Kurerfolg immer erst nach einiger Zeit eintritt, und auch der freut sich dann!

Die Unterbringung in dem Ramada-Hotel mit Bademantel-Gang zum AquaDon war eine weise Entscheidung. Edith konnte so allein zu den Anwendungen gehen und ich hatte frei!

Nun braucht keiner denken, dass ich vor Langeweile die Tage vertrieft habe. Nein, es gab ja so viel zu sehen und zu erinnern, denn ich war 1961 wegen Kreuzbeinproblemen schon mal zur Kur hier in Bad Brambach.



Hier im Haus Gislinde am Sprudelweg wohnte ich oben im Einzelzimmer.

Die Vermieterin war ‚Brunhilde‘ und die Witwe eines hohen Wehrmachtsoffiziers. Sie sorgte für Disziplin ihrer Kurgäste. Die Schuhe wurden ausgezogen und in der Ecke des Aufganges gründlich gereinigt. Dann durfte man ins Haus. Im Zimmer hatte ich ein kleines Waschbecken, und wenn dort Wasser lief, horchte Brunhilde unten am Fallrohr ob ich mich bei fließendem Wasser wache oder gar beim Zähneputzen das Wasser laufen ließ. Schneller als ich den Hahn zudrehen konnte stauchte sie mich gegebenenfalls und gelegentlich auch unschuldig zusammen. Von 13 bis 14 Uhr war Mittagsruhe. Da hatten dann die Kurpatienten in Nachtkleidung im Bett zu liegen. Die diensthabende Schwester der Kurverwaltung machte durch den Ort Kontrollgänge. Diejenigen, die nicht im Bett lagen, bekamen eine Verwarnung und bei Wiederholung wurden sie nach Hause geschickt und mussten voll die Kosten übernehmen. Brunhilde war wachsam. Wenn sie mich nach 13 Uhr nach laufen hörte, erinnerte sie mich an die Kontrolle. Ja, das waren noch Zeiten! Dort musste ich auf jeden Fall noch einmal hin.

Der Sprudelweg führt zunächst recht steil bergan. Beim ersten Versuch habe ich es nicht mal bis zu Gislinde geschafft. Aber am Anfang des Anstieges hatte man einen guten Ausblick auf die Festhalle und das Parkhotel.



Wenn Edith frei hatte, liefen wir täglich mehr und weiter durch den Park. Wir machten rasche Fortschritte. Beim nächsten Versuch schaffte ich es dann bis zu Gislinde. Von außen war ich vom Regen und von innen vom Schweiß durchgenässt. Obwohl ich damals etwas jünger war, ist es mir unbegreiflich, dass ich den Weg hoch und runter täglich mehrmals geschafft habe und nicht einmal darüber meckerte.

In der Verlängerung des Sprudelweges geht es zum Bahnhof. Das war mehr als doppelt so weit wie bis zur Gislinde. Durch den Ort hatte ich es auch versucht, aber das war ja noch weiter. Erst am vorletzten Tag war ich nach ständigem Training in der Lage den Bahnhof als Beweis meiner Fitness zu fotografieren.



Vom Sprudelweg geht es wieder bergab bis zu B92 und dann wieder hoch zum Bahnhof, der unerwartet gepflegt aussieht. Eigentlich war ja der Bahnhof unwichtig, aber dort in der Nähe war das Heim



in dem Wilfried mal vier Wochen verbracht hatte. Erkannt habe ich es erst, als ich vom Bahnhof zurückging. Es liegt direkt an der B92 und war ein wenig verwachsen, denn es steht seit Jahren leer. Im Unterschied zum Curie-Heim und anderen leerstehenden Kuranlagen waren die Fenster noch nicht ausgeschlagen und das Dach noch dicht. Das muss man wohl nicht verstehen, wieso man so viel verkommen lässt und dann eventuell noch Abbruchprämien bezahlt.



Direkt am Anfang des Sprudelweges war einer der Griebenherde, auf die in den Ortsplänen hingewiesen wird. Dort machte man aus harzreichem Holz Pech für

Schuster und andere Gewerbe.

Eigentlich wollten wir am Sonntag nach Franzensbad, aber da waren wir noch müde, und es regnete ununterbrochen. Am Mittwoch starteten wir bei Regen und hatten das Glück, im Kurpark in Franzensbad regenfrei zu flanieren.

Das Navi brachte uns zu einer der vielen preisgünstigen Tankstellen, und dann auf den gebührenfreien Parkplatz beim AquaForum. Das ist eine große und neue Anlage, die etwa dem Bad Brambacher AquaDon entspricht, aber deutlich größer war. Dort beschrieb man uns den Weg zum Casino, quer durch den wunderschönen Kurpark.

Die Kolonnade ist breit und weit. Doch da habe ich mich über meine Frau gefreut, denn sie machte sich ohne zu zögern auf den Weg, obwohl man die Fußgängerzone am Ende erst sehr weit weg sah. Selbst der Hinweis, dass wir ja noch einmal zurück müssen, hielt sie nicht auf.

In Franzensbad war ich schon mal, aber da hat sich inzwischen so viel verändert, dass ich keine Beziehungen mehr fand. Nur an die Glaubersalzquelle erinnerte ich mich. Davon sollte man nicht viel trinken, wenn man anschließend noch zwei Stunden mit dem Bus fährt. Die Dame, die nicht genug kriegen konnte, hat der damaligen Reisegruppe einige Probleme beschert.

Die Wege zu den Quellen sind gut beschildert.



Das hier im Bild links ist der Anfang der Kolonnade.

Links hinten ist das Quellenhaus. Die drei parallelen Wege zur Fußgängerzone sind gepflastert und sehr sauber. Gleiches gilt für die Fußgängerzone. Hier befinden sich die meisten Hotels der Kurangebote. Sie haben alle große Innenhöfe mit Seitenflügeln für die Quartiere.



Und hier ist das Casino mit gemütlichem Cafe und einem adretten Restaurant. Hier wollten wir hin, denn hier befindet sich das größte Bodenaquarium Europas!



Der Fußboden besteht aus Glasplatten und darunter tummeln sich Koys und Goldfische. Das Restaurant wurde gerade geschlossen! Wir waren drin!



In der Anlage sind die kopierten *Morgengrüße* zusammengestellt. Wie schon erwähnt, kommt dort in den Wetterankündigungen das Wort *Regen* sehr häufig vor, und im Tagesablauf war dann immer ein Übererfüllung des Solls die Norm. Uns störte das wenig!

Wichtig waren die Informationen des *Morgengrußes* aber für die Auswahl beim Abendessen. Dort wo morgens das reichhaltige Frühstücks-Bufferstand, waren auf einer Seite die Hauptgerichte in Warmhaltepfannen zugänglich, in der Reihenfolge: erstes Hauptgericht; zweites Hauptgericht. Das fand ich prima, denn man konnte zielgerichtet das Buffet ansteuern. Auf der zweiten Seite standen die Salate; Blattsalate und Soßen wechselten, aber Kartoffelsalat, Rote Bete und Möhren gab es immer und alles war vortrefflich. Gelegentlich habe ich den Kartoffelsalat den ausgeschriebenen Beilagen zum Fisch vorgezogen.

Durch die günstige Anordnung der Pfannen war es leicht möglich, die Beilagen zu variieren. So hatte ich natürlich viel lieber zum Seelachsfilet Sesamkartoffeln als Kurkumareis.

An der einen Seite des Raumes waren die Nachspeisen an der anderen lagen immer Brot und verschiedene Aufstricharten aus. Häufig habe ich mir vor dem Dessert noch eine Weißbrotscheibe mit reichlich Butter und Käse bereitet.

Wie man beim Nachschlagen feststellen kann, hatte ich keinerlei Probleme mit der Verköstigung. Ich hatte nie einen Grund zum Klagen und das will etwas heißen!

Getränke mussten bezahlt werden, aber sie wurden auf die Zimmerkarte verrechnet, das tat nicht so weh. Abgesehen davon waren die Preise für ein Vierstern-Restaurant erstaunlich günstig. Bier, Martini, Rotwein und Obstler waren preiswerter als bei uns oben im Landgasthaus. Nur die Flasche Wasser für 2,40 Euro fand ich überteuert. Wir wählten dann eben Bier und Rotwein. Sie hatten einen guten und lieblichen Dornfelder Rotwein.

Fürs Mittagessen bewegten wir uns. Würstchen mit Brot gab es gut und preiswert im Imbiss im AquaDon. Spargel bekamen wir im Kolonnadencafe. Das war übrigens unser bestes Spargeessen dieser Saison, und es war billiger als im Landgasthaus. Im Parkblick wählten wir ein Fischfilet, weil es wegen des nassen Wetters keinen Spargel gab.

Die Preise in Tschechien, d. h. Franzensbad, waren nur geringfügig niedriger. Wegen des Essens rüber zu fahren, lohnte sich also nicht.

Dagegen war das Tanken ein Sparerlebnis. In Adorf zeigte das Schild 1,48 Euro pro Liter an, während in der drei Kilometer entfernten tschechischen Tankstelle 1,31 Euro verlangt wurden. Dumme Leute schimpfen über die Ölkonzern, während wir Autofahrer vom Staat und den Grünen geschröpft werden.

Unsere Ausgaben in dieser Woche hielten sich also in Grenzen und waren ohne Reue abzubuchen.

Wir hoffen, dass es deutlich geworden ist, dass wir uns in dieser Woche wunderschön erholt haben, dass uns die Tage viel Freude machten, und der Dank nicht groß genug sein kann.

Das gilt natürlich auch für mich, der als Fahrer, als Butler und als Chronist delegiert und eingeladen war.

Ich betrachte meine Geschenkkarte als ein Präsent für meinen 85. Geburtstag, d. h. ich erwarte nur noch freundliche Grüße.

Wir danken Euch!

