

Aktivferien im Altersheim

GOSSAU. Pflegebedürftige Menschen sollen bei Ferien im Altersheim lernen, sich richtig zu bewegen. Das bietet die Stiftung Grüneck mit der Spitex Gossau und den Pflegewohnungen Erspel in Bubikon an.

FLURINA KUHN

Im Alter selbständig bleiben – das ist der Wunsch vieler, wenn sie sich Gedanken über den letzten Lebensabschnitt machen. Um die Selbständigkeit von pflegebedürftigen Personen zu fördern, haben Stefan Knobel und Bernhard Huss das Angebot «Ferien Plus» entwickelt. Die Stiftung Grüneck und die Pflegewohnungen Erspel nehmen pflegebedürftige Personen für einige Wochen auf, damit die pflegenden Angehörigen entlastet werden können. Dazu bietet das Angebot ein «Plus». Die körperlichen Fähigkeiten der pflegebedürftigen Person werden systematisch in einem gemeinsamen Lernprozess weiterentwickelt.

Körper lernt, abhängig zu sein

In der letzten Woche des Aufenthalts werden auch die pflegenden Angehörigen involviert. «Oft ist es so, dass die Angehörigen die Hilfe so gestalten, dass sie einer grossen körperlichen Belastung ausgesetzt sind», sagt Knobel. Das passiere, wenn beispielsweise jemand mit schwachen Beinen senkrecht aufgehoben wird. Dieses Heben schade nicht nur der helfenden Person. Das führe dazu, dass sich die pflegebedürftige Person entsprechend anpasst und das Aufstehen nie mehr lernt.

Um das zu verhindern, ist die Schulung der Angehörigen sehr wichtig.

Durch die richtige Unterstützung könne ein Mensch nach einer gesundheitlichen Krise auch im hohen Alter die alltäglichen Aktivitäten wieder erlernen, ist sich Stefan Knobel sicher. Jeder kleine gesundheitliche Erfolg, der durch die richtige Unterstützung erreicht werden kann, habe einen positiven Effekt auf die Motivation des Pflegebedürftigen und diese wiederum auf die Gesundheit und die Lebensqualität. «Mit unserem Projekt tragen wir dazu bei, dass alte Menschen länger gesund und mobil bleiben», sagt Knobel.

Investition zahlt sich aus

Natürlich kostet ein solcher Ferienaufenthalt auch etwas. «Langfristig lohnt sich diese Investition aber», sagt Knobel. Mehr Selbständigkeit führe zu mehr Lebensqualität, und das sei der wichtigste Aspekt der Alterspflege. Die Schulung der Bewegungskompetenz habe aber auch eine volkswirtschaftliche Bedeutung. Durch die demografische Veränderung gibt es prozentual immer mehr alte, kranke Menschen. Die Gesundheitskosten schnellen in die Höhe, und der Bedarf an benötigtem Gesundheitspersonal nimmt zu. Kann eine Person dank ihrem Angebot ein halbes Jahr länger zu Hause bleiben, spare die öffentliche Hand mehrere zehntausend Franken. Deshalb erhoffen sich Huss und Knobel, dass sich bald auch die Krankenkassen am Bildungsangebot, also am Plus des Projekts, beteiligen. Das Ferienangebot unterstützen sie bereits heute. Das Plus wird bis anhin von der Stiftung Age, der Gemeinde Gossau und anderen Projektpartnern finanziert.

Für weitere Informationen zum Angebot kann man sich direkt bei den beiden Alterszentren melden. Die Stiftung Grüneck erreicht man unter Telefon 044 935 3594 und die Pflegewohnungen Erspel unter 055 243 3470.