

Bewegung und Mobilität im AZW

Bewegung, sowie das Erhalten und Fördern der Beweglichkeit und der damit verbundenen Kraft im Alltag, hat bei uns seit langer Zeit eine zentrale Bedeutung. Gerne versuchen wir mit diesem Schreiben, einen Überblick über die Angebote zu verschaffen.

Das AZW ist sehr weitläufig, und die Bewohnenden können sich mit ihren Angehörigen im ganzen Haus frei bewegen. Nebst dem Restaurant wird die Bibliothek mit dem wunderbaren Ausblick im 2. Stock häufig besucht, oder der Ausblick vom Stübli Ost auf die St. Niklauskirche genossen. Viele Angehörigen sind mit ihren Lieben im Haus unterwegs. Diese individuelle Begleitung und Förderung hat im Leben unserer Bewohnenden einen zentral wichtigen Stellenwert.

Unterschiedlichste Personenkreise setzen sich weiter für die Beweglichkeit und Mobilität unserer Bewohnenden ein. Eine ressourcenorientierte Pflege motiviert die Bewohnenden, die Beweglichkeit in ihrem Alltag möglichst zu erhalten und zu fördern. Zu den unterschiedlichen Angeboten im AZW wie Konzerten, Musikalischer Unterhaltung, Gedächtnistrainings, Monatstreffs, Matinéés uvm. werden die Bewohnenden je nach Angebot von der Pflege gebracht, oder von der Aktivierungstherapie oder Zivildienstleistenden abgeholt. Es gibt einiges an Weg zurückzulegen! Unsere von der Pro Senectute in Bewegung/Turnen bestens ausgebildete Kollegin ist in der Aktivierungstherapie mit Schwerpunkt Turnen angestellt. Dieses Angebot erfolgt in mehreren unterschiedlich zusammengesetzten Gruppen. Das Gehtraining mit einzelnen Bewohnenden erfolgt durch sie, aber auch durch andere Mitarbeitende der Aktivierungstherapie und der Pflege. Freiwillige Mitarbeitende und Zivildienstleistende begleiten die Bewohnenden auf Spaziergängen. In Kooperation mit den Angehörigen werden bei Bedarf Personen aus dem Umfeld gewonnen, um unsere Bewohnenden auf Spaziergängen zu begleiten.

Eine Mitarbeiterin der Physiotherapie Koch erbringt Therapien, die vom Hausarzt verordnet und mit der Krankenkasse abgerechnet werden.

Weiter erbringt sie Heiniger Leistungen ohne ärztliche Verordnung im Auftrage und auf Rechnung des AZW.

Diese umfassen:

- Mobilitätstraining – unterwegs sein können, zu Fuss, mit Rollator, im Rollstuhl – je nach Ressourcen und Allgemeinzustand
- Bewegungstraining – beweglich sein, sich bewegen, beweglich bleiben –auch bei Bettlägerigkeit
- Individuelle Therapiebetreuung (nur wenn keine ärztliche Verordnung erhältlich ist)
- Einzelbehandlungen zur Entspannung, Massagen
- Sturzprophylaxe – Gangsicherheit, Ängste abbauen etc.
- Personalschulung (für Transfers, Mobilisierung o.ä.)

Aktuell ist der Bedarf an Einzelbehandlungen gross. So haben wir bis anhin vom Wiedereinführen der Sturzprophylaxe / Geh- und Gleichgewichtstraining / Förderung der Kraft in Gruppen abgesehen.

Dank einem Angehörigengespräch konnten wir Frau Hartmeier für ein Impulsreferat "Körperliche Aktivität und Mobilität im Alter" am Angehörigenforum vom 20. April 2023 gewinnen. Als leitende Physiotherapeutin der Solothurner Spitäler AG konnte sie uns aufgrund ihrer Erfahrung sehr eindrücklich aufzeigen, wie die Beweglichkeit betagter und hochbetagter Mitmenschen unterstützt und gefördert werden kann (Unterlagen sind auf Wunsch gerne bei mir erhältlich). Mit Frau Hartmeier ist ein Wengisteinspaziergang geplant, dieses Projekt wird meine Nachfolge angehen.

Im AZW hat es Trainingsgeräte:

- Der Plaudertisch ("Bewegungstisch") war zu Beginn auf der Pflegeabteilung, dann auf der Abteilung Ost, nun ist er im 1. Stock. Alle Bewohnenden dürfen diesen Tisch jederzeit gerne nutzen. Viele werden von der Pflege oder der Aktivierung angeleitet und unterstützt.
- Nebst dem Plaudertisch haben wir noch zwei weitere Trainingsgeräte im AZW. Interessierte Bewohnende werden durch die Physiotherapeutin Frau Heiniger in den sachgerechten Gebrauch eingeführt.

Die Sicherheit der Bewohnenden hat bei all diesen Geräten erste Priorität.

Bei Fragen stehen unser Zentrumsleiter oder ich gerne zu Ihrer Verfügung.

Freundliche Grüsse

Marianne Wintzer

Hansruedi Moor

Leitung Gerontologischer Dienst
Stellvertretung der Zentrumsleitung

Zentrumsleiter AZW