

### Das Programm:

Ziel war es, den alltäglichen Umgang mit dem Rollstuhl zu trainieren und zu perfektionieren. Den Kindern und auch den Eltern Tipps zu geben, wie sie mit Hindernissen am besten umgehen und somit eine Erleichterung im Alltag haben.

Dazu ein Schwimmtraining – Schwimmtherapie, Cranio Sakrale Therapie, alternative Rollstuhlsportmöglichkeiten, Rollstuhlversorgung optimieren und vieles mehr.

Drei Trainer die selbst im Rollstuhl sitzen und drei weitere Trainer sowie zwei Betreuer stellten ein Trainingsprogramm für unsere Kid's zusammen und betreuten sie während dieser Woche.

Natürlich sollten auch die Eltern und Geschwister den Umgang mit und aus dem Rolli kennen und verstehen lernen. So war es selbstverständlich, dass auch diese im Rollstuhl die Trainingseinheiten mitmachen mussten. Dazu kamen noch andere praktische Trainingseinheiten wie:  
Rolltreppen fahren  
Auto Ein- und Ausstieg

Eine gelungene Aktivwoche, bei der Abends alle geschafft waren – Kinder, Trainer und Eltern. Aber die Mühe hat sich für jeden einzelnen gelohnt!

Ein besonderer Dank noch an **Bandagist Karl Gattringer, Amstetten**, der uns für diese Woche kostenlos über 20 Rollstühle, Treppenraupe, und viele andere Hilfsmittel zur Verfügung gestellt und geliefert hat.

## MMC OÖ Selbsthilfegruppe für Kinder mit Spina Bifida & Hydrocephalus Oberösterreich

Andreas & Silvia Hintringer  
Volkersdorf 27  
4470 Enns  
07223 / 82927  
[a.hintringer@aon.at](mailto:a.hintringer@aon.at)  
[www.mmc-ooe.at](http://www.mmc-ooe.at)

**Spendenkonto:  
Bawag Linz  
Bankleitzahl: 14000  
Konto Nr.: 41 41 000 4290**



Wir haben in dieser Woche viel erreicht, aber es muss weiter gearbeitet werden, damit unsere Kinder ein selbstständiges und integratives Leben führen können.

## MMC OÖ Aktivwoche 2007 BSFZ Südstadt

Dank der LT1 Charity und den Sponsoren konnten wir eine Aktivwoche für unsere Kinder abhalten. Das Bundessport- und Freizeitzentrum Südstadt hat uns herzlich aufgenommen und wir fanden die besten Voraussetzungen für unsere Kid's. Hier wollen wir ihnen einen kurzen Einblick vermitteln, damit sie auch sehen, wofür ihre Sponsorbeiträge genutzt wurden.

... for a beautiful life of  
children with Spina Bifida



**Danke für ihre Spende!**

### **Elternsport**

Auch die Eltern müssen lernen, mit dem Rolli richtig umzugehen, damit sie Ratschläge und Tipps auch aus eigener Erfahrung umsetzen können.



### **Rolli Sportalternativen**

Pro Activ stellte uns zum Test verschieden Rolli Sportgeräte zur Verfügung. Es wurde eifrig getestet und probiert.



### **Rollstuhltraining**

Wie überwinde ich Hindernisse wie Randsteine, Stufen (Bus, Straßenbahn,... ), Kopfsteinpflaster, Kanaldeckel, Wiesen,... am einfachsten und sichersten



### **Rolltreppen fahren**

Nicht überall ist ein Aufzug und wenn, ist dieser oft nicht in der Nähe ( U-Bahn, Einkaufszentren,... ) Hier ist das Selbstfahren mit der Rolltreppe eine notwendige Alternative.



### **Schwimmtraining – Schwimmtherapie**

Schwimmen ohne die Beine zur Hilfe zu haben ist nicht leicht, aber es geht. Üben und zum Trainer Vertrauen haben – dann geht's.



### **Auto Ein- und Ausstieg**

Wie steige ich am einfachsten ein/aus, wie verlade ich den Rollstuhl.

