

Aktivwoche des MMC OÖ 2009

Bundessport- und Freizeitzentrum Südstadt

Dort wo Sportgrößen wie Thomas Muster, Markus Rogan, Didi Kühbauer und viele mehr groß geworden sind, durften wir mit unseren Kindern vom 26.7. bis 1.8.09 unsere Aktivwoche abhalten. Ständige Begleiter waren die Nachwuchsmannschaften des SK Rapid, die ebenfalls das Trainingszentrum nutzen.

Die Vorbereitungen liefen weit über 6 Monate und es hat sich ausgezahlt.

Ein von uns ausgesuchtes Trainerteam begleitete uns diese Woche und trainierte die Kids aller Altersgruppen individuell. Die Vorbereitung auf selbstständige Mobilität stand hier im Vordergrund. Zu trainieren, wie ich den Rollstuhl beherrschen kann, wie ich Hindernisse überwinden kann oder auch, wie ich mir gezielt von anderen helfen lassen kann. All das und noch viel mehr wurde täglich trainiert und perfektioniert. Der jüngste in der Gruppe war 3 ½ Jahre und die älteste 19 Jahre. Man kann sich vorstellen, dass es nicht so einfach ist, für alle ein spezielles Programm zu erstellen.

Aber gerade das wurde vom Trainerteam als Herausforderung gesehen und perfekt in die Tat umgesetzt.

Alle waren mit viel Fleiß, aber auch mit viel Spaß und Freude, dabei. Neben dem täglichen Rollstuhltraining für die Kids mussten auch die Eltern täglich ran. Zu sehen, wie es ist, wenn man an den Rollstuhl angewiesen ist, war uns ein großes Anliegen und es wurde auch von den Eltern eifrig mittrainiert. Viele Abläufe wurden somit den Eltern klarer und zukünftig können sie viele Alltagssituationen besser meistern.

Bei der personenbezogenen Schwimmtherapie machten alle die dies nutzen einen großen Schritt nach vorne. Die scheue vorm Wasser zu verlieren und das Gefühl zu genießen schwerelos zu sein und auch mit Handycap schwimmen zu lernen.

Wie fahre ich mit dem Rollstuhl über Rolltreppen um Wege zu verkürzen, wie steige ich ins Auto ein, welche Möglichkeiten habe ich im Bereich Führerschein, Autofahren, etc. Auch diese Punkte wurden intensiv trainiert und veranschaulicht.

Ein weiterer Programmpunkt war die „Rückenschule“ für Eltern. Durch das ständige Heben der Kids wird der Rücken entsprechend beansprucht. Durch bewusste Handhabung kann man aber den Rücken stark entlasten und somit seinen Körper vor Schäden bewahren. Andy Pacalec zeigte den Eltern wie sie sich bewusst verhalten sollen. Dazu wendete Sabine Koller Cranio Sacral Therapie bei den Eltern an, um Blockaden zu lösen und ihnen damit zu neuer Kraft zu verhelfen.



Ein weiterer Programmpunkt bei dieser Aktivwoche war die Therapie von Hrn. Dr. Langemann, den wir für diese Woche ebenfalls gewinnen konnten. Mit seiner Spezialtherapie nach Pfaffenrot hat er die ganze Woche über die Kinder behandelt.

Neben hartem Training sollte aber auch der Spaß nicht zu kurz kommen. In verschiedenen Spielen wurde somit Spaß und Training vereint und auch vielleicht das Interesse an einer Sportart entdeckt. Ob Rolli – Basketball, Kugelstoßen, Speerwurf oder nur Geschicklichkeitsspiele im Rollstuhl, Hauptsache es macht Spaß und fördert das Teamwork.

Als weiteres Rahmenprogramm haben sich Fa. Pohlig/Tappe und Fa. Gatringer präsentiert und den Eltern Informationen über deren Leistungen gegeben. In Summe waren diese beiden Vorträge sehr hilfreich im Bezug auf Versorgungsprodukte aller Art. Vom richtigen Rollstuhl zum Sitzkissen, von der Schienenversorgung bis zu Gehhilfen.

Ein besonderer Dank an dieser Stelle an die Firma Gatringer, Amstetten, die uns für diese Woche zahlreiche Hilfsmittel wie Treppenraupe, Duschrollstuhl und über 20 Leihrollie's kostenlos zur Verfügung gestellt hat.

Pro Activ war am Donnerstag da und hat die Rollie's der Kinder überprüft. Zum einen um zu schauen ob den der Rolli auch zum Kind passt, ob er richtig eingestellt ist, aber auch um gegebenenfalls gleich für einen neuen die Ausmessung zu machen.

Als krönenden Abschluss hatten wir am Freitag ein Grillfest mit Live Musik. Die ganze Woche noch einmal Revue passieren lassen, nochmals ausgelassen mit den Freunden herumtollen, zu tanzen und noch einmal Spaß zu haben. Mit einer Urkunde wurde jedes einzelne Kind für die erbrachten Leistungen in dieser Woche gekürt.

Am Samstag war dann allgemeine Verabschiedung und da kam es schon vor dass die ein oder andere Träne vergossen wurde.

Eine perfekte Aktivwoche ist nun wieder Vergangenheit und ich möchte mich hier nochmals bei allen Sponsoren, allen voran bei Conny Zehetbauer - LT1, bedanken, die diese Woche für uns möglich gemacht haben.

Ein Dank auch an das Trainerteam, das die ganze Woche echt hart gearbeitet hat – immer im Sinne der Kinder.

Es grüßt Euch

Andreas & Silvia Hintringer
MMC OÖ

