



Otilie Lenhart (89) mit Klettertrainer Hermann Wiesinger und Sabine Wögerbauer von der Volkshilfe:
„Meine Enkerl werden stolz sein auf mich, wenn sie das erfahren.“



Otilie Lenhart ist 89 Jahre alt und dement.
„So alt hab' ich werden müssen, dass ich die Wände hochklettern kann.“

Demenzprojekt: Klettern mit 89 Jahren

Otilie Lenhart tastet in fünf Metern Höhe nach dem nächsten Griff auf der Kletterwand. Sie ist mit einem Seil gesichert. Tage später wird sich Otilie Lenhart daran erinnern und sagen: „Danke, dass ich bei diesem schönen Ausflug in die Kletterhalle dabei sein durfte.“

Das Tageszentrum Regenbogen der Volkshilfe und der Klettertherapeut Mag. Hermann Wiesinger haben gemeinsam ein neues, gewagtes, österreichweit einzigartiges Projekt gestartet: Klettern mit Menschen, die eine dementielle Erkrankung haben.

130.000 Menschen in Österreich leben mit der Diagnose Demenz. Alle meinen es gut mit ihnen. Die Angehörigen begleiten sie fürsorglich und schauen, dass sie möglichst die Wohnung oder das Haus nicht mehr verlassen, weil das Leben da draußen zu gefährlich scheint. Liebevolle Fürsorge wird zur Bevormundung.

„Lebensfreude im Alter duelliert sich mit Sicherheit im Alter“, sagt Sabine Wögerbauer, Leiterin des Volkshilfe-Demenztageszentrums in Linz, „bei der Diagnose Demenz ist man unweigerlich mit den Begriffen Stillstand und Rückschritt konfrontiert.“ Dabei ist Wögerbauer überzeugt, dass auch im hohen Alter und bei Demenz Fortschritte möglich sind, man müsse sich nur trauen, Neues auszuprobieren. „Wir müssen wegkommen von dem Bild, dass mit der Diagnose Demenz das Leben aufhört.“

In den Demenztageszentren der Volkshilfe wird ein buntes Programm angeboten. Sabine Wögerbauer berichtet. „Wir gehen mit unseren Tagesgästen auf den Urfahrner Markt, wir gehen Reiten, aufs Schiff und jetzt eben auch Klettern. Man kann, mit der richtigen, engagierten Unterstützung, trotz

Demenz ein erfülltes und freudvolles Leben führen.“

Otilie Lenhart ist 89 Jahre alt und seit sechs Jahren Tagesgast im Volkshilfe Tageszentrum Regenbogen. Sie ist körperlich fit, werkt im Garten und wenn sie gut aufgelegt ist, bekommt das Gegenüber spontan ein Zwickerbussi. Sie ist heute zum zweiten Mal in der Kletterhalle in Auwiesen. Genauso wie Gerhard Haslehner (53) und Gottfried Thom (75). Herr Thom ist pensionierter Diakon. Und wundert sich über sich selbst. „Ich bin als Kind einmal zehn Meter abgestürzt. Ich hätte nie gedacht, dass ich da heute angstfrei raufklettern kann.“

Hermann Wiesinger ist selbst leidenschaftlicher Kletterer. Von ihm stammt Idee, mit Frauen wie Otilie Lenhart oder mit Männern wie Gerhard Haslehner und Gottfried Thom in die Wand zu steigen. „Klettern ist nicht nur etwas für junge, dynamische Leute. Das können, mit professioneller Anleitung, auch ältere Menschen machen. Und ob sie Demenz haben oder nicht, spielt dabei keine Rolle“, sagt Wiesinger. Das Klettern sei eine von vielen Möglichkeiten, dem Alltag Abwechslung zu geben, nach draußen zu kommen und Spaß zu haben. „Ja, darum geht es doch, Freude zu haben am Leben.“

Positive Nebeneffekte des Kletterns sind - ganz allgemein - eine Verbesserung der Koordination von Gehirn, Armen und Beinen, bessere Beweglichkeit, mehr Kondition, Steigerung der Konzentrationsfähigkeit und höheres

Selbstbewusstsein durch das Erfolgserlebnis. „Und das gilt für alle Menschen, die in die Kletterwand steigen. Egal, in welchem Alter und egal, ob mit

oder ohne Demenz“, erklärt Hermann Wiesinger.

Als Ottilie Lenhart wieder festen Boden unter den Füßen und den Klettergurt

abgelegt, geht sie zu Sabine Wögerbauer und umarmt sie. „So alt hab' ich werden müssen, dass ich die Wände hochklettern kann.“

Info

Die Volkshilfe betreibt in Oberösterreich drei Demenz-Tageszentren (Linz, Steyr, Schwertberg), in die regelmäßig zirka 90 Klientinnen und Klienten kommen. Der Ansatz lautet: „Alles ist besser als nichts zu tun“.

Ausflüge, körperliche Aktivitäten wie Gymnastik und Spaziergänge sowie geistiges Training stehen regelmäßig am Programm. Auch die Angehörigen profitieren von den Demenz-Tageszentren, weil sie dadurch einige Stunden Entlastung bekommen. Info über die Demenztageszentren unter 0732

3405 oder www.volkshilfe-ooe.at.

Mag. Hermann Wiesinger ist akademischer Kommunikationstrainer und Klettertherapeut. Infos über das Klettern und seine Angebote unter www.bewegtheit.at.



Aleviten sammeln für Hochwasseropfer

Die Alevitische Kulturgemeinde Linz zeigt, was solidarisches Handeln heißt. Sie hat bei der Hochwasserkatastrophe im Sommer nicht nur alle Mitglieder dazu aufgerufen, bei den Aufräumarbeiten zu helfen. Die Alevitische Kulturgemeinde hat auch 1.000 Euro für Betroffene gesammelt und diesen Betrag der Volkshilfe gespendet. Jugendvorsitzende Dilan Genc und Obmann-Stv. Musa Pekdas übergaben den Scheck an Volkshilfe-Präsident Josef Weidenholzer.

Perücken Sattler

PERÜCKEN - TOUPETS - HAARTEILE

- individuelle Fachberatung
- Direktabrechnung mit Krankenkasse möglich
- Aktuellste Perücken und Toupetmodelle
- Fachberatung für Maßanfertigungen Damen und Herren
- Spitals- und Hausbesuche im Raum Linz - tel. Vereinbarung erbeten
- Wir besorgen Ihnen jedes Markenmodell aller Hersteller

Mo.-Do.: 9.00 - 12.00 und 13.00 - 17.00, Fr. 9.00 - 12.00
oder nach Vereinbarung



4020 Linz, Bismarckstr. 8a, Tel./Fax 0732/77 39 16, www.peruecken.co.at

Natürlich schöner Haarerersatz

Individuell und wie natürlich gewachsen: die Zweitfrisuren des Haarstudio Sattler

Im Zentrum von Linz, in der Bismarckstrasse 8a, in unmittelbarer Nähe zur Landstrasse, befindet sich das Zweithaar-Studio Sattler. Hier werden Sie von langjährig ausgebildetem und bestens geschultem Fachpersonal in allen Zweithaarfragen bedient.

Wir bieten Ihnen die größte Auswahl Oberösterreichs an Perücken, Haarteilen und Toupets. Hochwertiges Kunsthaar, aber auch natürliches Echthaar- wir finden für jeden Geschmack das Passende für Sie. Alles kann Ihnen nach Wunsch sofort an Ort und Stelle angepasst, durch Schnitt verändert oder aber auch nach Maß als Spezialmodell angefertigt werden. Bei krankheitsbedingtem Haarausfall (z.B. Chemotherapie, Alopecia Areata) sind wir die kompetenten Ansprechpartner. Das sympathische Team ist für seine Freundlichkeit und fachspezifische Beratung bekannt. Oft weisen Ärzte und Krankenhäuser auf den speziellen Service der Firma Sattler hin. In unserem Beratungsraum finden Sie eine angenehme Atmosphäre, um sich individuell beraten zu lassen (Krankenkassenabrechnung möglich!).

Wir freuen uns auf Ihren Besuch.

Haarstudio Sattler Team.
Bismarckstrasse 8a, 4020 Linz
Terminvereinbarung unter Telefon: 0732/ 773916