

Gewusst wie: Rollstuhl- und Rollator-Training

Ausstattung – Einstellung – Bedienung.

Ein Training für Betroffene und Helfende

Nach einer kurzen Übersicht über verschiedene Modelle und Ausstattungen liegt ein erster Schwerpunkt auf der richtigen Einstellung für den Benutzer – und beim Rollstuhl ggf. auch für die Begleitperson, die den Rollstuhl bewegt.

Anschließend stehen vor allem praktische Übungen im Vordergrund, damit eine optimale Alltagsmobilität mit dem Hilfsmittel erreicht wird: Neben dem Erlernen von Fahrtechniken ist das Überwinden von Schwellen und Umfahren von Hindernissen ebenso Inhalt wie Befahren schräger Ebenen wie beispielsweise Rampen.

Auch die Gestaltung der nötigen Transfers in den Rollstuhl oder zum Stand mit dem Rollator– eigenständig sowie mit Unterstützung – gehört zum Programm. Dabei können verschiedene Ausgangssituationen thematisiert werden, vom Aufstehen aus dem Bett über das Verlassen der Toilette bis zum Übergang vom Sofa zum Rollstuhl oder Rollator.

Für den Fall eines Sturzes werden Verhaltensregeln aufgestellt und ein Aufstehetraining geprobt. Schließlich rundet das Gespräch über die Benutzung öffentlicher Verkehrsmittel das Seminar ab.

Der Erfahrungsaustausch unter den Teilnehmern ist gewünscht und jederzeit willkommen.

*„Die einen bleiben wie verwurzelte Bäume auf der Stelle stehen,
die anderen finden Möglichkeiten der Mobilität“.*

(Barbara Schubert)