

Eine Pause vom Alltag schenken

Dank Spendenbeiträgen kann die Spitex Höfe pflegende Angehörige stundenweise entlasten. Das Angebot wird sehr geschätzt, wie das Beispiel von Vroni und Erich Moos zeigt.

Vor rund einem Jahr hat die Spitex Höfe die Fachstelle Demenz eröffnet. Das Angebot wird rege genutzt. Denn Angehörige von Menschen mit Demenz haben viele Fragen und sind froh, kompetent beraten und begleitet zu werden. Angehörige wenden oft über Jahre hinweg sehr viel Zeit für die Betreuung und Pflege einer demenzerkrankten Person auf. Daneben kümmern sie sich um Organisatorisches und Finanzielles, decken Transporte ab und übernehmen Aufgaben im Haushalt. Ihr Privatleben und ihre eigenen Bedürfnisse kommen dabei oft zu kurz.

Ständige Präsenz

So ergeht es auch Vroni Moos. Die 68-Jährige kümmert sich um ihren an Demenz erkrankten Mann. Zweimal wöchentlich nimmt sie die Unterstützung der Spitex Höfe in Anspruch. Das entlastet sie. Auch auf Nachbarinnen und Familienangehörige kann sie zählen. Trotzdem ist Vroni Moos erschöpft. «Die ständige Präsenz macht müde im Kopf», sagt sie. «Ich muss immer für Zwei denken. Und nachts schlafe ich nicht wirklich gut, weil ich mit einem Ohr immer hinhöre, ob mit meinem Mann alles in Ordnung ist.»

Ihr Mann, das ist Erich Moos. Der 79-Jährige leidet seit einigen Jahren an Demenz. Vroni Moos bringt viel Geduld und Verständnis für ihn auf und betreut ihn liebevoll. Weil sie weiss, wie wichtig strukturierte Tage sind, übergibt sie ihrem Mann Ämtli. Morgens beispielsweise räumt Erich Moos jeweils den Geschirrspüler aus. Er ist für das Füttern der Katze und das Giessen der Pflanzen verantwortlich. Vroni Moos ist froh darüber, dass die Demenz bei ihrem Mann keine Wesensveränderung ausgelöst hat. «Erich ist gutmütig und fröhlich. Von anderen Demenzerkrankten weiss ich, dass sie verbal und körperlich aggressiv werden.»



Das Höfner Ehepaar Erich und Vroni Moos in ihrer Wohnung in Freienbach: «Manchmal sehne ich mich danach, ein Wochenende verreisen zu können, um Kraft zu tanken», sagt Vroni Moos.

Bild zvg

Gute und schlechte Tage

Erich Moos' Langzeitgedächtnis funktioniert tadellos. An eine Anweisung, die seine Frau ihm vor fünf Minuten gegeben hat, kann er sich jedoch nicht mehr erinnern. Manchmal verlegt er Dinge. Für vertraute Aufgaben wie das An- und Auskleiden braucht er viel Zeit. Eine Mahlzeit kochen kann er nicht, der Vorgang ist zu komplex für ihn. Erich Moos stellt viele Fragen. «Er kommt mir manchmal vor wie ein kleines Kind», sagt seine Frau. Nicht immer sind die Auswirkungen der Demenz gleich stark zu spüren. «Es gibt gute Tage und schlechte Tage», so Vroni Moos. Die guten Tage erkennt sie

daran, wenn ihr Mann sie morgens mit einem «Bonjour» begrüsst und unter der Dusche ein Lied von Caterina Valente trällert.

Die Spitex übernimmt

Bei der Fachstelle Demenz der Spitex Höfe weiss man darum, wie stark Menschen wie Vroni Moos bei der Betreuung und Pflege ihrer Angehörigen gefordert sind. Letztes Jahr hat die Spitex Höfe deshalb einen Spendenaufruf lanciert. «Wir möchten Angehörige entlasten, indem wir die Betreuung für einige Stunden übernehmen», erklärt Karin Hardmeier, Teamleiterin Fachstelle Demenz. «Mit

diesem Entlastungsangebot, das von der öffentlichen Hand nicht subventioniert ist, schenken wir ihnen eine Pause vom anstrengenden Alltag.» Der Aufruf der Spitex Höfe blieb nicht ungehört: Eine beträchtliche Summe Spendengelder kam zusammen. Vroni Moos war eine der Glücklichen, die in den Genuss des Entlastungsangebots gekommen ist: Die Spitex Höfe schenkte ihr kürzlich drei Stunden Zeit für sich. «Das tat unendlich gut», schwärmt die Freienbacherin. «Ich habe es sehr genossen, mir selbst etwas Gutes zu tun, und konnte problemlos loslassen. Denn ich wusste, dass mein Mann in besten Händen ist.» (eing)

Papiersammlung in der Gemeinde Freienbach

Nächste Woche (4. bis 7. Juli) finden in allen Dörfern der Gemeinde Freienbach die Papiersammlungen statt. Das Papier wird am Montag in Freienbach, am Dienstag in Bäch, am Mittwoch in Pfäffikon und am Donnerstag in Wilen gesammelt.

Wir bitten Sie, das Merkblatt sowie den Entsorgungskalender der Gemeinde Freienbach zu beachten, insbesondere, dass nur korrekt gebündeltes Papier mitgenommen wird. Kartonschachteln oder Papiertaschen werden stehengelassen, da sich darin oftmals auch Fremdstoffe befinden und die Papiertaschen imprägniert sind.

Bitte stellen Sie das Papier bis spätestens 7.30 Uhr möglichst gut sichtbar an den Strassenrand. Zu spät rausgestelltes Papier wird im Nachhinein nicht mehr abgeholt. Die Sammlung findet nur vormittags statt und dauert von 8 bis 11 Uhr. Machen Sie bitte die Bündel nicht zu gross (max. 15 cm hoch) und binden Sie diese gut zusammen (kein Klebeband). Es wird kein Karton eingesammelt. Grosse Mengen von Papier, z.B. von Industrie und Gewerbe bitte direkt zu einer Mulde bringen. Wir danken für Ihr Verständnis und Ihre Mitarbeit.

5./6. Klassen und die Lehrerschaft der Gemeinde Freienbach

WOLLERAU

Flohmarkt, um zweimal Freude zu bereiten

Jedes Jahr veranstaltet der Elternverein Wollerau einen Kinderflohmarkt. Darauf möchte der Verein schon jetzt hinweisen. Denn die Sommerferien bieten sich an, Vorsätze umzusetzen: Keller aufräumen oder nicht mehr gebrauchte Spielsachen aus Kinder- und Wohnzimmer entfernen. Am Flohmarkt können Sie dann gleich zweimal Freude bereiten. Zum Vormerken: Dieser wird am Mittwoch, 24. August, auf der Schulanlage Dorf, von 13.30 bis 16.30 Uhr stattfinden. (red)

Wieder sind alle zur Benefiz-Tanzshow eingeladen

Nach einer langen Durststrecke für die Tanzbranche ist es am nächsten Samstag wieder soweit. Kinder und Jugendliche aus der Region tanzen in der MGH Riedmatt für einen guten Zweck.

Lange war es ungewiss, ob auch dieses Jahr die bereits traditionelle Schüleraufführung den Coronamassnahmen zum Opfer fallen würde. Doch nachdem die Lockerung verkündet wurde, war für die Organisatoren klar – auch mit einer viel kürzeren Anlaufzeit soll der beliebte Familienanlass über die Bühne gehen.

Sammeln für «Lichtblick für Kinder»

Gesammelt wird in diesem Jahr für die ortsansässige Stiftung «Lichtblick für Kinder». Das Geld wird in Rumänien und Nachbarländern für Kinder mit Beeinträchtigungen eingesetzt, oder dort wo es eben gerade am Nötigsten ist. Wer dazu gerne mehr wissen möchte, kann bei den Verantwortlichen des Vereins Kidz Dance 4 Kidz fragen.

Kinder ab drei Jahren dabei

Der Verein Kidz Dance 4 Kidz, die Tanzlehrerinnen und Tanzlehrer von DanceON und natürlich die gut 100 Tanzschülerinnen und Tanzschüler im Alter von drei bis über 20 Jahren freuen sich wie verrückt auf einen energiegeladenen, kurzweiligen und fröhlichen

Abend mit vielen zufriedenen Augen im Publikum.

Für das leibliche Wohl sorgen wieder viele freiwillig Helfende. Kühle Getränke, Kuchen und dieses Jahr zum ersten Mal dabei Flo's Streetfood vom Holzofe mit saftigen Vegi-/Cheese- und Hamburgern sowie feinen Pommes und Süsskartoffel Fries. Kommt und

geniesst mit uns einen unbeschwerten Abend. «Kidz dance 4 Kidz» Samstag, 2. Juli, um 19 Uhr in der Mehrzweckhalle Riedmatt in Wollerau (beim Oberstufenschulhaus). Türöffnung 18 Uhr, Verpflegung vor Ort. Mehr Infos unter www.DanceON.ch.

DanceON Tanzschule/
Verein Kidz Dance 4 Kidz



Die jungen Tänzerinnen laden zum nächsten Benefizanlass ein.

Bild zvg



Im Karate lernen Kinder, sich selber und andere zu schützen.

Bild zvg

Kurs zur Gewaltprävention war ein voller Erfolg

Nach dem Kurs gab es sogar eine Urkunde.

Das Karate-Dojo Kenseikan in Wollerau hat dieses Frühjahr einen speziellen Sicherheits-Kurs für Kinder von sechs bis 14 Jahren durchgeführt. An fünf Kurs-Terminen wurden in einer ruhigen, disziplinierten Atmosphäre Konzentration, Koordination und Sicherheit geschult. Die Kinder bauten dabei Selbstvertrauen auf und lernten, ihre Energie besser zu kontrollieren. Alle 26 Teilnehmer haben an ihren letzten Termin eine Urkunde bekommen und konnten ihre Erfahrungen ihren Eltern zeigen, die im Karate-Dojo im Freizeitpark Erlenmoos zugeschaut haben.

«Wir freuen uns, dass unser Angebot in Wollerau so toll angenommen wird und dass die Kinder in kurzer Zeit lernen, sich selber und mögliche Gefahrensituation besser einzuschätzen»,

so Jörn Herrmann, der diesen Kurs zusammen mit der Kantonspolizei Schwyz entwickelt und organisiert hat.

Interesse geweckt? So starten Sie mit Karate: Die gute Nachricht für alle, die in Wollerau und Umgebung gerne mal in die Karatwelt hineinschnuppern möchten: Sie brauchen fürs Erste nur einen Trainingsanzug und etwas Mut – und schon kann es losgehen. Im Karate-Dojo Wollerau (im Freizeitpark Erlenmoos) findet jeden Montag und Donnerstag allgemeines Training für Kinder und Jugendliche statt. Erwachsene trainieren am Montag ab 19 Uhr oder mit ihren Kindern ab 17 Uhr. Anmeldung via Telefon 079 698 69 52 (Jörn Herrmann) oder per Webseite www.karate-wollerau.ch. Die erste Trainingsstunde ist gratis. (eing)