

Erholungstage als Kraftquelle

Seit 6 Jahren pflegt Fritz Woldrich (73) seine Gattin Theresa (72) rund um die Uhr — Kraftquelle für diese Herausforderung sind für ihn die Caritas-Erholungstage für Pflegende und Gepflegte

Pflege daheim – Caritas hilft

Eine VOLKSBLATT-Serie in Kooperation mit der Caritas Oberösterreich



Vor sechs Jahren änderte sich das Leben von Theresa und Fritz Woldrich aus Rechberg schlagartig. Die heute 72-Jährige erlitt einen Schlaganfall und ist seither rund um die Uhr auf Betreuung angewiesen. Ihr 73-jähriger Mann hat die Herausforderung angenommen und nutzt als persönliche Kraftquelle die Erholungstage für Pflegende und Gepflegte der Caritas. „Bei den Erholungstagen bin ich einfach nur einmal weg, kann ausspannen und komme auf andere Gedanken“, erzählt der ehemalige Landwirt. Bei den Erholungstagen im Frühjahr — im Seminarhaus St. Klara in Vöcklabruck — ist es den Angehörigen möglich, mit der pflegebedürftigen Person Urlaub zu machen. Sollte hoher Pflegebedarf bestehen, kann die Kurzzeitpflege im angeschlossenen Seniorenwohnhaus genutzt werden.

Stärkend bei den Erholungstagen seien für Fritz Woldrich vor allem die Gemeinschaft und der Austausch mit Men-



Der Schlaganfall hat das Leben der ehemaligen Kräuterbauern Fritz und Resi Woldrich aus Rechberg völlig verändert.

schen, die in ähnlichen Betreuung- und Pflegesituationen sind und ihn verstehen. „Es ist Platz für Tränen und auch für Lachen. Die Auszeit vom Alltag tut meiner Seele gut“, bringt es der Mühlviertler auf den Punkt. Die

gemeinsamen Gespräche und Ausflüge, die Spaziergänge im Kräutergarten von St. Klara sowie die Aktivitätsrunden mit Gedächtnistraining, Bewegungsübungen und Spielen genießen das Ehepaar sehr. Berührend für alle Teilnehmer war die Segensfeier am Ende der Erholungstage.

Pflege ist auch seelisch anstrengend

Die Pflege ist nicht nur körperlich, sondern auch seelisch anstrengend. Aber so lange es geht, wird er es machen. „Früher war es umge-

kehrt, aber jetzt ist Resi die Geduldige von uns. Sie ist zufrieden mit mir und wie ich den Haushalt schupf“, schmunzelt der Mühlviertler. Der Schlaganfall hat das Leben des seit 46 Jahren verheirateten Paares komplett umgekrempelt: „Die größte Umstellung war, vom Hof in eine Wohnung zu ziehen. Aber mit dem Rollstuhl wäre es zu Hause nicht gegangen, deshalb sind wir ins Betreubare Wohnen übersiedelt.“

Der Abschied vom geliebten Kräutergarten und dem Marktfahren hat wehgetan. Aber aus Liebe zu seiner Frau, die in kein Seniorenwohnhaus wollte, hat Fritz Woldrich dies gerne auf sich genommen.

Mobile Pflege erleichtert Alltag

Den Alltag meistert er nun mit Unterstützung einer Hauskrankenpflege und „Essen auf Rädern“. „Den Rest mit Wäschemachen, Einkaufen und Putzen habe ich gelernt und mache ich selber“, erzählt der rüstige Senior nicht ohne Stolz. Einmal pro Woche bringt er seine Frau zur Tagesbetreuung ins Seniorenzentrum. Die Zeit „allein“ nutzt er zum Einkaufen oder um auch einmal im Wirtshaus bei der Feuerwehr-Seniorenrunde vorbeizuschauen. „Wenn man Rund um die Uhr für jemanden da ist, braucht man das ab und zu“, erklärt Woldrich und freut sich schon wieder auf die nächsten Erholungstage.



Stärkend bei den Caritas-Erholungstagen sind für Fritz Woldrich vor allem die Gemeinschaft und der Austausch mit Menschen, die in ähnlichen Betreuung- und Pflegesituationen sind und ihn verstehen.

Fotos: Caritas

Caritas-Erholungstage

Die nächsten Erholungstage für pflegende Angehörige finden von 2. bis 6. Oktober 2016 im Hotel Lavendel in Windischgarsten statt. Anmeldeschluss ist am 16. September.

Informationen und Anmeldung:

Caritas für Betreuung und Pflege
Servicestelle Pflegende Angehörige
Tel.: 0676 / 87 76 - 2444 oder 2446
E-Mail: pflegende.angehoerige@caritas-linz.at
www.pflegende-angehoerige.or.at