

Beitrag zur Veranstaltung „Alltag mit Pfiff“ vom 23. Oktober 2017 im PZ Bühl

Durch Gesundheitsberatung RaJoVita, Esther Mettler



Nachdem im Frühling bereits im Quartierverein Busskirch eine kleine Veranstaltung zum Thema stattgefunden hatte, wurde diese nun in einem grösseren Rahmen präsentiert.

Sie füllten den neuen Mehrzweckraum im PZ Bühl, Frauen und Männer, die in ihren eigenen vier Wänden leben. Sie hörten zu, diskutierten mit, fragten nach, brachten neue Ideen ein – es lebte!

Die Demo-Materialien wurden kritisch-interessiert begutachtet und ausprobiert.



Die Veranstaltung sollte informieren und zu inspirieren – das ist zweifellos gelungen. Es wurde aufgezeigt, wie mit einfachen und preiswerten Mitteln der Alltag leichter wird, auch bei gesundheitlichen Einschränkungen. Ob man nun mit dem Nussknacker Flaschen mühelos öffnet, mit einem alten Spiralkabel (Telefonkabel, Gümmeli, Haarbinder) Schreib- und Werkzeuge wieder sicher in den Griff bekommt, mit der Stirnlampe sicher schlecht

beleuchtete Treppen bewältigt oder Schränke umräumt und vieles mehr – es sind oft die kleinen Dinge und Tricks, die erstaunlich viel nützen.

Gewachsen ist die Veranstaltung aus den Erfahrungen von Gesundheitsberatungen mit dem Ziel, die Selbstständigkeit und Sicherheit von Anfragenden zu unterstützen.

In der Folge kam es zu weiteren persönlichen Beratungen. So ist es möglich, mit den Klientinnen und Klienten massgeschneiderte Lösungen zu entwickeln, was alle Beteiligten am meisten zufriedenstellt.