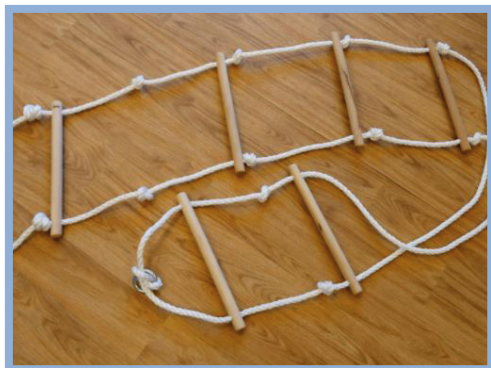




Fitnessfieber – Bettleiter

Ich will bei Oma Beate Sorglos einfach nur kurz nach dem Rechten sehen, da sie in den letzten Tagen nicht so agil wie gewohnt ist. Wider Erwarten öffnet die Oma mir verschwitz und schwer schnaufend, aber glücklich, die Haustüre. „Heute habe ich Einundzwanzig geschafft!“, schmettert sie mir stolz entgegen. Ich glaube, ich muss ganz schön irritiert aus der Wäsche geschaut haben. Was ist denn hier passiert? Dann dämmert es mir: Seit ein paar Tagen hat die Oma eine Bettleiter. Seither ist sie im totalen Fitnessfieber und hat heute wohl ihren Rekord von 20 Bauchaufzügen geknackt. Am Fußende ihres Bettes haben wir eine Strickleiter befestigt und diese über der Bettdecke Richtung Kopfende gelegt. So kann sich die Oma morgens rückengerecht in Sitzposition ziehen. Eigentlich habe ich ihr die Bettleiter nur für den Fall besorgt, wenn sie mal wieder „Rücken“ hat. Dann dauert das Aufstehen nämlich eine halbe Ewigkeit und entwickelt sich zu einem wahrhaftigen Kraftakt. Heute scheint sie jedoch ausgesprochen fit zu sein und hatte ihre Strickleiter wieder einmal

als Trainings-Hilfsmittel eingesetzt. „Langsam muss ich mich ranhalten“, denke ich mir, „sonst ist die Oma bald durchtrainierter als ich“.



Eine Strickleiter am Fußende des Bettes ist ein einfaches Hilfsmittel, welches das selbständige Aussteigen aus dem Bett erleichtert.

Systeme für ein sicheres Wohnumfeld können in der Musterwohnung BEATE besichtigt und ausprobiert werden. Informationen dazu gibt es bei der Beratungsstelle Alter & Technik unter Telefon: 07721 913-7074 kostenlos und neutral.