

In der Region Rorschach gehen Pflegeheime mit Planschbecken und Damenfächer gegen Hitze vor

Nicht nur Ventilatoren und Sonnenschirme helfen gegen die Hitze – Altersheime verraten ihre Tipps und Tricks.

Anne-Sophie Walt

25.07.2019, 05.00 Uhr

Merken

Drucken

Teilen



Damen des Altersheims der Stadt Rorschach geniessen den Schatten. (Bild: Anne-Sophie Walt)

Die Luft über dem heissen Asphalt flimmert, die Strassen in Rorschach sind bei diesen hohen Temperaturen fast menschenleer – der diesjährige Sommer ist geprägt von wiederkehrenden Hitzewellen. Wer kann, schützt sich in klimatisierten Räumen vor der erdrückenden Wärme, die gerade dem Kreislauf älterer Menschen zu schaffen macht.

Am Bodensee tummeln sich derweilen täglich viele Badebegeisterte, um im See zumindest zeitweise der sengenden Hitze zu entfliehen und dem Körper etwas Abkühlung zu gewähren. Doch welche Methoden wenden Alters- und Pflegeheime in der Region an, um ihre Bewohner an heissen Tagen gerecht zu betreuen, und auf was achten sie besonders?

Leichte Kost



Ein Bewohner des PeLago in Rorschach mit einem Fächer. (Bild: PD)

Das Altersheim der Stadt Rorschach verfügt über einen Park und Plätze mit diversen Sitzgelegenheiten im Schatten. Die Mitarbeitenden achten darauf, dass die Senioren keine Jacken oder Strumpfhosen tragen. Mit der richtigen Ernährung können körperliche Beschwerden aufgrund von Überhitzung vermieden werden. Bewohner werden mit leichter Kost versorgt. Zur Stärkung erhalten sie Früchte, Salzstangen, Bouillon und Tee. Gabriella Biser, Leiterin Betreuung und Pflege, organisiert immer wieder sommerliche Aktivitäten wie gemeinsames Glaceessen oder Ballspiele im Planschbecken.

Das PeLago händigt seinen Bewohnerinnen etwa Damenfächer aus, die nicht nur kühlen, sondern auch ein Bild geben, das an vergangene elegante Zeiten erinnert. «Die Sitzplätze werden vor Eintreffen der älteren Menschen mit Wasser bespritzt», sagt die Geschäftsleiterin Ingrid Markart.



Eine Damengruppe im Pflegeheim PeLago kühlte sich mit einem Fächer ab. (Bild:PD)

Bewusst auf Klimaanlage verzichtet

Das La Vita hat seine Fenster im Speisesaal mit Spezialfolie beschichtet, welche die erhitzende UV-Strahlung absorbiert. In der Lounge des Seniorenzentrums steht ein Kühlgerät. Auf Klimaanlage im Speisesaal und Cafeteria verzichtet die Einrichtung bewusst, da der Durchzug von den Senioren als unangenehm empfunden wird. Das Thermometer steigt in der vierten Juliwoche erneut weit über die 30-Grad-Marke. Das Haus zum Seeblick verwöhnt seine Bewohner deshalb mit Glacen von der Frisco oder einer Früchtebowle ohne Alkohol.

