



Österreichische Diabetikervereinigung
5020 Salzburg, Moosstr. 18
Tel.: 0662-82 77 22, Fax: 0662-82 92 22
DGKS Ulrike Humpel
Referat Kinder / Jugendliche
Tel. 0699 / 10707374
ZVR-Nr. 237137068

Bericht

SCHI-SNOWBOARD- SCHULUNGSWOCHE

Radstadt 2008

FÜR KINDER MIT DIABETES VON 8 - 15 JAHREN



Zu einem ungewöhnlich späten Termin - nämlich in der letzten Februarwoche – fand in diesem Jahr zum 13. Mal die Ski- und Snowboardwoche für Kinder mit Diabetes statt. Gleichgeblieben war der „Austragungsort“ Radstadt und auch diesmal nahmen wir wieder die Gastfreundschaft der Familie Steiner im Felslerhof in Anspruch.

22 Kinder aus acht Bundesländern trafen im Laufe des Samstag Nachmittag in Begleitung ihrer Eltern und Geschwister in Radstadt ein und bezogen die neu renovierten Zimmer mit den hellen freundlichen Möbeln.

Etliche Kinder kannten sich schon von früheren Camps und freuten sich über das Wiedersehen, aber auch die „Neuen“ wurden sofort in die Gemeinschaft aufgenommen.!

Heuer konnten sich ALLE über eine zusätzliche Ferienwoche freuen, weil unsere Schiwoche außerhalb der österreichischen Semesterferien lag.

Der Wettergott meinte es in dieser Woche ganz besonders gut mit uns: jeden Tag strahlender Sonnenschein, blauer wolkenloser Himmel und angenehme Temperaturen. Schnee gab es ebenfalls noch genug und so konnten wir uns so richtig auf's Schifahren und Snowboarden freuen !

Die ersten beiden Tage nahmen wir die Pisten der Schischaukel Radstadt-Altenmarkt in Beschlag, ab Montag ging es dann täglich ab nach Zauchensee - ein wunderschönes hochgelegenes Schigebiet mit vielen Pisten in allen Schwierigkeitsgraden. Zum Schifahren und Snowboarden waren die Kinder je nach sportlichem Können in drei Gruppen aufgeteilt, mittags kamen alle wieder zusammen zum gemeinsamen Essen - entweder im Felserhof oder im Selbstversorgerraum der Talstation in Zauchensee.

Besonders beliebt bei Kindern und Betreuern war das tägliche "Apres-Ski" auf der Bergstation Altenmarkt: Gegen 16 Uhr - kurz vor Liftschluss - trafen wir uns alle auf der Terrasse der Sportalm-Hütte, wo wir uns die letzten Sonnenstrahlen auf die Nase scheinen ließen und ein Getränk schlürftten. Bei der anschließenden letzten Abfahrt gehörte uns die Piste meist ganz allein, was alle unheimlich genossen!

Jeden Abend gab es ein abwechslungsreiches Unterhaltungsprogramm, wie lustige gemeinsame Spiele, Tischtennis- und Sing-Star-Bewerbe, Snow-Boating bei Fackelbeleuchtung und vieles mehr. Am schifreien Tag in der Mitte der Woche konnten wir endlich einmal ausschlafen und ein gemütliches ausgedehntes Frühstück genießen. Sonst war ja immer um 7 Uhr Tagwache, weil wir die Ersten auf der Piste sein wollten! Am Vormittag stand das Thema Diabetes im Mittelpunkt des Geschehens: Daniel - Diabetesberater im Kinderspital Linz - diskutierte mit den Jugendlichen die Problematik des Alkohol-Trinkens, während Roswitha - Diabetesberaterin im Krankenhaus Wels/Kinderabteilung - mit den Jüngeren ein „Diabetes-Wissensnetz“ knüpfte und Gerti, unsere Diätologin, mit den Kindern eine Ernährungspyramide aufbaute und ihre Kenntnisse über gesundes Essen und Trinken auffrischte. Nach dem Mittagessen stand die sogenannte „Radstadt-Ralley“ auf dem Programm: die Kinder wurden in altersgemischte Gruppen aufgeteilt bzw. ausgelost und machten sich dann zu Fuß - ausgerüstet mit Handy+Betreuernummer und Hypo-BE's - auf den Weg in Richtung Stadtzentrum. Sie mussten selbstständig anhand einer Rallye-Anleitung und eines Stadtplanes verschiedenste Aufgaben lösen wie Denkmäler, Plätze und Straßennamen eruieren und letztendlich war ein Lösungssatz („Wir sind ein Spitzen-Team!“) zu erraten. Ein spannendes Unterfangen, zumal die Kinder ganz auf sich gestellt waren und eigenständig Lösungsmöglichkeiten finden mussten. Selbstverständlich waren wir Betreuer ebenfalls in der Stadt und für etwaige Diabetes-Notfälle telefonisch erreichbar. Die erfolgreichste Gruppe hatte nach etwa einer Stunde das Rätsel gelöst, die Kinder waren sehr schlau und hatten sich in der Touristen-Information und bei verschiedenen Passanten in der Stadt Auskünfte eingeholt.

Bei der anschließenden obligatorischen Einkaufs-Tour im Supermarkt deckten sich die Kinder mit mehr oder weniger sinnvollen „Zusatz-BE's“ und Getränken für den Rest der Woche ein.

Am Freitag Nachmittag startete eine zünftige Rodelpartie auf der 6 km langen Königslehen-Rodelbahn. Nicht einmal der inzwischen eingesetzte Nieselregen konnte die Kinder von diesem Spaß abhalten und ziemlich durchnässt - aber bestens gelaunt - kamen die waghalsigen Rodler wohlbehalten wieder im Felserhof an.

Am letzten Abend war Disco angesagt und cool gestylt trafen sich alle im Multimediaraum. Zum Auftakt schauten wir uns gemeinsam die Fotos, die wir im Laufe der Woche geschossen hatten, mittels Beamer auf der großen Leinwand an - untermalt von der Lieblingsmusik der Kinder (...einen Stern, der deinen Namen trägt...) Anschließend gab es die Siegerehrungen der verschiedenen Bewerbe wie Stadt-Ralley, Singstar und Rodeln und schlussendlich heiße Rhythmen zum Tanzen.

Beendet wurde der Abend erst kurz vor Mitternacht mit „mysthischen“ Spielen, die unser Betreuer und begnadeter Entertainer Julian inszeniert hatte.

So verging die Woche wie im Flug und schon war wieder einmal Abschied nehmen angesagt!

Am Samstag Vormittag wurden die Kinder glücklich und wohlbehalten von ihren Lieben in die Arme geschlossen, alle hatten die Woche ohne Kranksein oder gröbere Verletzungen überstanden!

Trotz des umfangreichen Sportprogramms gab es keine schweren Unterzuckerungen - unsere Glucagon-Spritzen und die Traubenzucker-Infusionen blieben unangetastet im Koffer. Hohe Blutzuckerwerte waren meist rasch behoben und wir blieben auch von Ketoazidosen verschont.

Alle – ob groß oder klein - kamen unglaublich gut mit ihrem Diabetes zurecht! Die Hälfte der Kinder hatte eine Insulinpumpe und die anderen führten eine intensivierete Therapie mit Pen's durch. Ob auf der Piste, in der Seilbahn- oder auf der Schihütte - Blutzuckermessen war nirgends ein Thema! Keiner vergaß sein Blutzuckermessgerät oder die Insulin-Pen's im Zimmer, jedes Kind hatte stets eine Traubenzucker-Ration bei sich. Bei den Mahlzeiten im Felserhof war es den Kindern sehr wichtig, die kohlehydrathaltigen Speisen richtig abzuwiegen, aber auch beim BE-Schätzen konnte man sich voll auf sie verlassen!

Man kann sagen, dass wir – die Kinder und die Betreuer - alles gut im Griff hatten und wir freuen uns jetzt schon wieder ganz „narrisch“ auf die nächste Schiwoche im Jahr 2009!

Unser Betreuersteam:

- Ingrid Walser - Oberärztin im Kinderspital Schwarzach und medizinische Leiterin des Camps
- Peter Wöckinger - Kinderarzt im Krankenhaus Braunau
- Roswitha Jäger - Diabetesberaterin im Krankenhaus Wels/Kinderabteilung
- Gerti Hohenbichler - Diätologin
- Daniel Gattermayer - Diabetesberater im Kinderspital Linz
- Julian Lair - Turnusarzt im LKA Salzburg
- Otmar Rieger - unser geduldiger Schilehrer aus Osttirol
- Ulli Humpel-Diabetesberaterin im Kinderspital Salzburg, zuständig für die Organisation des Camps

Last but not least möchte ich noch unseren Sponsoren ein ganz herzliches Dankeschön aussprechen! Ohne ihr großzügiges Entgegenkommen und ihre Unterstützung wäre diese wunderschöne Woche nicht möglich gewesen!

Ulrike Humpel

