

Vielseitiges Programm zur Ferienzeit

Einiges los beim Tennisclub Rheinfelden



Lachende Gesichter bei den Nachwuchstalente im TCR-Sommerncamp. Fotos: zVg

Der Tennisclub Rheinfelden stand zu Beginn der Sommerferien im Zeichen eines fünftägigen Juniorencamps und eines erfolgreichen Senioren-Events mit dem beliebten Paella-Essen.

RHEINFELDEN. Nach einer ereignisreichen Interclub-Saison mit einer umjubelten Rückkehr des Fanion-teams in die Nationalliga C ist es zur Ferienzeit auf der grössten Tennisanlage im Fricktal ruhiger geworden. Vereinzelt Gruppen setzen ihre Trainings auch während den Sommerferien mit viel Engagement fort. Andere Tennisfreunde nutzen die zusätzlichen Platzkapazitäten für individuelle Einheiten in den Abendstunden, wo jeweils die höchste Nachfrage nach freien Aussenplätzen herrscht. Allerdings ist der Monat Juli auch jeweils

ein beliebter Zeitpunkt für zwei traditionelle Veranstaltungen im vollen Jahreskalender des Tennisclubs Rheinfelden.

Vielseitige Trainingswoche

Über ein Dutzend Nachwuchstalente interessierten sich für das alljährliche Juniorencamp der Tennistrainer Michel Baumann und Marcel Locher in den Sommerferien und kamen somit in den Genuss von zwei täglichen Einheiten à zwei Stunden auf der Anlage an der Autobahnausfahrt Rheinfelden-Ost. Dabei wurde nicht nur an der Technik mit dem Racket gearbeitet, sondern auch polysportive Fähigkeiten gefördert – eine ideale Gelegenheit zum «Reinschnuppern» für den Nachwuchs ab neun Jahren. In der Mittagspause stand jeweils eine gemeinsame Mahlzeit – zubereitet von der Küchencrew aus dem TCR-Clubrestaurant – bereit, um sich für den zweiten Teil des Tages zu stärken. In diesem Zusammenhang geht ein Dankeschön an



Gute Stimmung bei TCR-Koch Guido Marti (rechts), unterstützt von Alan Caley.

die Jugendsport Supporter Magden (JSSM), die die Verpflegung der Camp-Teilnehmer mit einem grosszügigen Betrag unterstützten und somit für eine gelungene Trainingswoche sorgten, welche auch noch einen gemeinsamen Ausflug auf den Waldspielplatz Tännligarten in Sissach beinhaltet.

Kulinarischer Höhepunkt der Woche

An diesem Tag war die gesamte Anlage im Engerfeld nämlich in fester Hand der clubeigenen Senioren, die den alljährlichen Sommeranlass veranstalteten. Am frühen Morgen trafen sich über zwanzig Tennisfreunde bei angenehmen Bedingungen zu einem gemütlichen Plausch-Doppel auf den vier Sandplätzen. Anschliessend wurde ein kleiner Apéro, offeriert von TCR-Präsident Peter Haller, auf der Clubhaus-Terrasse genossen, ehe die Anwesenden – insgesamt nahmen 46 Personen am Event teil – vom Clubrestaurant «Netzkante» unter der Leitung von Guido und Vera

Marti mit zwei leckeren Paella-Variationen kulinarisch verwöhnt wurden. Überrascht wurden die Gäste zum Ausklang eines gelungenen Sommertages auch von Musiker «Edgar», der die Senioren bis in die Abendstunden mit volkstümlichen Liedern unterhielt.

Geselliges Zusammensein

In der Sommerferien fand auch der bewährte «Club du Mardi», ein wöchentlicher Treffpunkt für alle Mitglieder am Dienstagabend, eine Fortsetzung im Tennisclub Rheinfelden. Dabei wird nicht nur auf den Courts von Punkte gekämpft, sondern auch das gesellige Zusammensein auf der idyllisch gelegenen Anlage im Engerfeld-Areal gelebt. Dies beweisen auch einige fleissige Helferinnen, welche das kulinarische Rahmenprogramm zu dieser Veranstaltung aufgrund der ferienbedingten Abwesenheit des Clubrestaurants in Eigenregie beisteuern. (mgt)



SPITALRATGEBER

Was ist ein Dekubitus?



Markus Schmitz, Facharzt für Plastische, Rekonstruktive und Ästhetische Chirurgie FMH

Ein Dekubitus wird im Volksmund häufig als Druckgeschwür bezeichnet und ist eine schlecht heilende chronisch werdende Wunde. Diese entsteht, wenn Druck zum Beispiel beim Liegen zu einer Durchblutungsstörung des Gewebes führt. Diese Problematik kann typischerweise bei pflegebedürftigen bettlägerigen Patienten auftreten, wenn die Liegeposition selten gewechselt oder umgelagert wird. Auch Menschen, die auf einem schlecht angepassten und unzureichend gepolsterten Rollstuhl sitzen, können davon betroffen sein. Der entstehende lokale Druck führt zu einer Schädigung der Haut und der darunterliegenden Gewebeschichten. Auch Muskulatur und Knochen können zerstört werden. Für das Entstehen sind häufig auch das Zusammentreffen von mehreren Begleiterkrankungen, ein schlechter Allgemein- oder Ernährungszustand, eine gestörte Nervenfunktion und reduzierte Bewegungsfähigkeit mitverantwortlich.

Als beste Prophylaxe gilt die gezielte Beseitigung der zugrunde liegenden Ursachen. Besonderes Augenmerk auf eine weiche Lagerung und Druckentlastung beziehungsweise wechselnde Lagerungen sind entscheidende Faktoren.

Je nachdem, wie tief der Dekubitus ist und ob eine Entzündung vorliegt, sieht jede Wunde unterschiedlich aus und kann sich im Verlauf verändern. Solides Fachwissen in der Wundbeurteilung und -behandlung sind deshalb sehr wichtig. Im frühen oberflächlichen Stadium genügen oftmals eine lokale Schutzpflege und eine konsequente Druckentlastung. Bei fortgeschrittener Schädigung oder sehr schweren Patienten behandeln Fachärzte das abgestorbene Gewebe. In manchen Fällen ist neben einer mehrmaligen Wundsäuberung auch ein abschliessender Defektverschluss durch eine operative Gewebeverschiebung in plastisch-chirurgischer Technik unabdingbar.

Eine gute Dekubitus-Therapie beginnt bereits mit der optimalen Prävention. Sollte trotzdem einmal eine Druckwunde entstehen, ist für den Erfolg eine enge Zusammenarbeit zwischen allen betreuenden medizinischen und sozialen Bereichen erforderlich.

Der Autor ist Leitender Arzt an der Klinik für Plastische und Rekonstruktive Chirurgie Rheinfelden des GZF.

Der «Spitalratgeber», in Zusammenarbeit mit dem Gesundheitszentrum Fricktal, erscheint einmal im Monat.

Was tun die Personen in einem Buch, wenn es gerade niemand liest?

Michael Ende

Bundesrat gratuliert Thomas Isenschmid



Christoph Fehr (von links), Bundesrat Ignazio Cassis, Thomas Isenschmid und Rolf Stäubli. Foto: zVg

ISONE/MAGDEN. Im Beisein von Bundesrat Ignazio Cassis, Christoph Fehr, Oberst im Generalstab und Kommandant des Kommandos Spezialkräfte sowie Rolf Stäubli, Aargauer Kreiskommandant, wurde vergangene Woche in der Kirche in Isonne, Tessin, der in Magden wohnhafte Thomas Isenschmid zum Grenadieroffizier der Schweizer Armee befördert. (mgt)

Virtual-Reality-Erlebnis

Belle Époque Rheinfelden



Jetzt in der Stadtbibliothek eintauchen. Foto: zVg

64 Kameras gleichzeitig ein Bild. Nach einer aufwändigen Nachbearbeitung konnten die Models in 3D-Figuren umgewandelt und in die virtuelle Markt-gasse eingefügt werden.

Um die «Kulisse» zu kreieren, wurde die Markt-gasse an einem ruhigen Sonntagmorgen mit einer Drohne abgeflogen. Diese Bilder wurden dann im Computer zu einem dreidimensionalen Abbild zusammengefügt. Kleine Anpassungen wie zum Beispiel ein Trottoir oder auch Strassenlaternen wurden eingefügt, um die Markt-gasse dem Jahr 1893 anzupassen. Die virtuelle

Welt kann bis Ende Jahr in der Stadtbibliothek besichtigt werden. (mgt) www.tourismus-rheinfelden.ch

Öffnungszeiten Stadtbibliothek bis 12. August:
Montag geschlossen
Dienstag bis Freitag: 10 bis 12 Uhr
Samstag: 10 bis 14 Uhr
(Mittwoch, 1. August: geschlossen)
Öffnungszeiten ab 13. August:
Montag geschlossen
Dienstag bis Freitag: 10 bis 12 Uhr, 13.30 bis 18 Uhr
Samstag: 10 bis 14 Uhr