

03 | 2023

HAND IN HAND

Mein Hilfswerk Magazin



HILFSWERK

VERANTWORTUNG ZEIGEN!

Kärntner Unternehmer
packen an.

Seite 15

KINDER- UND JUGENDHILFE

Die mobilen
Maßnahmen von
Auxilior- und
B3-Netzwerk

Seite 20

REPORTAGE

Tea Time im
Jugendzentrum

Seite 24

Erwachsen werden

JUGENDLICHE IN HERAUSFORDERNDEN
ZEITEN STÄRKEN

Seite 4



Nachbar in Not • Die Presse - Österreicher des Jahres - Kategorie Humanitäres Engagement • Lotterien Tag im Kunsthistorischen Museum mit Extradührungen in Gebärdensprache • Lotterien Tag im Naturhistorischen Museum mit sprachsensiblen Führungen für Kinder aus einem benachteiligten Umfeld • Licht ins Dunkel • Tiergarten Schönbrunn • Österreichische Bergrettung • Hospiz Österreich • Lotterien Tag im Belvedere mit einer Führung für Sehbehinderte und Demenzzranke • Lotterien Tag im Joanneum Graz mit dem inklusivem Projekt „Museum für alle“ • Lotterien Tag in der Josefstadt • Lotterien Tag im Kunsthaus Wien mit Führungen in Gebärdensprache • Lotterien Tag beim Wiener Kabarettfestival mit Vergabe von VIP Tickets an die Caritas Frauenhäuser • Wien Work - integrative Betriebe • Ein Funken Wärme - Heizkostenunterstützung für Menschen in schwieriger Situation • Exoskelett Bewegungshilfe

DEM GLÜCK EINE CHANCE GEBEN



für gehbehinderte Menschen • Lotterien Tag im MuseumsQuartier • Weltrotkreuztag • IMBA - Forschung Spielsucht • Lotterien Tag im Technischen Museum mit Führungen in Gebärdensprache • Lotterien Tag im Wiener Lustspielhaus mit Ticketvergabe ans Neunerhaus • Neunerhaus - Wohnhaus für Obdachlose • Special Olympics Österreich • Verein Down-Syndrom Österreich • Lichtblickhof e.motion Kinderhospiz - Unterstützung von Familien bei traumatischen Erlebnissen • Nationalpark Hohe Tauern - Projekt barrierefreie Nationalpark-Themenwege im Kaiser Klödnitztal • Österreichischer Behindertenrat • Debra - Patientenorganisation für an Epidermolysis bullosa Erkrankte („Schmetterlingskinder“) • Red Noses Clowndoctors • Auftakt- betreut Menschen mit Behinderungen beim Wohnen und in der Freizeit • Homeless Worldcup der Caritas Steiermark- die soziale Straßenfußball-Weltmeisterschaft • Sturm Graz - Special Blackies • Literaturpreis Ohrenschmaus- fördert das Schreiben von lernbehinderten AutorInnen mit Schreibtalent • Simultania Kunstpreis des Hilfswerks Steiermark • Coca Cola Inclusion Run zugunsten Special Olympics • Club NÖ - Turnier zur Unterstützung von Menschen in schwierigen Lebenssituationen • Marianne Hengl / Verein RollOn Austria für Menschen mit Behinderung • Caritas Haus Immanuel meets Märchen Sommer Niederösterreich • Verein Rainbows- Betreuung von Kinder und Jugendlichen in schwierigen Lebenssituationen • Verein Rainbows Niederösterreich - Benefizveranstaltung • Verein Pilgrim - betreut Menschen mit Behinderung in deren Freizeit • ArbeiterSamariterBund Alkoven- Krankentransport, Rettungsdienst, Hilfeleistungen • Benefizkonzert zugunsten der Kinderburg Rappottenstein • Salzburger Gehörlosenvereine • Vienna Charity Run/Austria Charity Run zugunsten Sterntalerhof • Ghost Run zugunsten PH Austria - Initiative Lungenhochdruck • Wiener Tafel • Sozialmärkte SOMA+ Caritas • Lebenshilfe Inklusionspreis + Förderpreis • Lotterien Tag in Parndorf • Tafel-Ball Inklusionsveranstaltung • Charity „Laufen hilft“ zugunsten St. Anna Kinderspital und Neunerhaus • LOK Verein Leben ohne Krankenhaus • Wiener Zoolauf zugunsten PH Austria - Initiative Lungenhochdruck • Lotterien Tag im Museum Kärnten • NÖ Berg- und Naturwacht • Österreichische Kinderhilfe • Österreichische Seniorenhilfe • Österreichische Sporthilfe • Sporthilfe/Sportler mit Herz • Sporthilfe/Millionenshow • Österreichisches Olympisches Comité • Österreichisches Paralympisches Committee • Österreichisches Paralympisches Committee-Talent Days 2022 • Caritas Haus Immanuel • Diakonie Österreich/Gartenhof de la Tour • Theater Delphin- Verein zur Förderung von integrativer Kunst, Kreativität und Kommunikation • Forschungswerk Lungenhochdruck • Soziale Projekte Steiermark • Caritas Socialis Hospiz Rennweg • Österreichischer Seniorenbund • Hilfswerk Österreich • Österreichische Volkshilfe • Pensionistenverband Österreich • Häfnerl der Diakonie Wien • SOMA Märkte Österreich • Caritas - + Lager und Sammlungslösung für alle in Not • Die Presse - Österreicher des Jahres - Kategorie Humanitäres Engagement • Lotterien Tag im Kunsthistorischen Museum mit Extradührungen in Gebärdensprache • Lotterien Tag im Naturhistorischen Museum mit sprachsensiblen Führungen für Kinder aus einem benachteiligten Umfeld • Licht ins Dunkel • Tiergarten Schönbrunn • Österreichische Bergrettung • Hospiz Österreich • Lotterien Tag im Belvedere mit einer Führung für Sehbehinderte und Demenzzranke • Lotterien Tag im Joanneum Graz mit dem inklusivem Projekt „Museum für alle“ • Lotterien Tag in der Josefstadt • Lotterien Tag im Kunsthaus Wien mit Führungen in Gebärdensprache • Lotterien Tag beim Wiener Kabarettfestival mit Vergabe von VIP Tickets an die Caritas Frauenhäuser • Wien Work - integrative Betriebe • Ein Funken Wärme - Heizkostenunterstützung für Menschen in schwieriger Situation • Exoskelett Bewegungshilfe für gehbehinderte Menschen • Lotterien Tag im MuseumsQuartier • Weltrotkreuztag • IMBA - Forschung Spielsucht • Lotterien Tag im Technischen Museum mit Führungen in Gebärdensprache • Lotterien Tag im Wiener Lustspielhaus mit Ticketvergabe ans Neunerhaus • Neunerhaus - Wohnhaus für Obdachlose • Special Olympics Österreich • Verein Down-Syndrom Österreich • Lichtblickhof e.motion Kinderhospiz - Unterstützung von Familien bei traumatischen Erlebnissen • Nationalpark Hohe Tauern - Projekt barrierefreie Nationalpark-Themenwege im Kaiser Klödnitztal • Österreichischer Behindertenrat • Debra - Patientenorganisation für an Epidermolysis bullosa Erkrankte („Schmetterlingskinder“) • Red Noses Clowndoctors • Auftakt- betreut Menschen mit Behinderungen beim Wohnen und in der Freizeit • Homeless Worldcup der Caritas Steiermark- die soziale Straßenfußball-Weltmeisterschaft • Sturm Graz - Special Blackies • Literaturpreis Ohrenschmaus- fördert das Schreiben von lernbehinderten AutorInnen mit Schreibtalent • Simultania Kunstpreis des Hilfswerks Steiermark • Coca Cola Inclusion Run zugunsten Special Olympics • Club NÖ - Turnier zur Unterstützung von Menschen in schwierigen Lebenssituationen • Marianne Hengl / Verein RollOn Austria für Menschen mit Behinderung • Caritas Haus Immanuel meets Märchen Sommer Niederösterreich • Verein Rainbows- Betreuung von Kinder und Jugendlichen in schwierigen Lebenssituationen • Verein Rainbows Niederösterreich - Benefizveranstaltung • Verein Pilgrim - betreut Menschen mit Behinderung in deren Freizeit • ArbeiterSamariterBund Alkoven- Krankentransport, Rettungsdienst, Hilfeleistungen • Benefizkonzert zugunsten der Kinderburg Rappottenstein • Salzburger Gehörlosenvereine • Vienna Charity Run/Austria Charity Run zugunsten Steieralerhof • Ghost Run zugunsten PH Austria - Initiative Lungenhochdruck • Wiener Tafel • Sozialmärkte SOMA+ Caritas • Lebenshilfe Inklusionspreis + Förderpreis • Lotterien Tag in Parndorf • Tafel-Ball Inklusionsveranstaltung • Charity „Laufen hilft“ zugunsten St. Anna Kinderspital und Neunerhaus • LOK Verein Leben ohne Krankenhaus • Wiener Zoolauf zugunsten PH Austria - Initiative Lungenhochdruck • Lotterien Tag im Museum Kärnten • NÖ Berg- und Naturwacht • Österreichische Kinderhilfe • Österreichische Seniorenhilfe • Österreichische Sporthilfe • Sporthilfe/Sportler mit Herz • Sporthilfe/Millionenshow • Österreichisches Olympisches Comité • Österreichisches Paralympisches Committee • Österreichisches Paralympisches Committee-Talent Days 2022 • Caritas Haus Immanuel • Diakonie Österreich/Gartenhof de la Tour •

santnerundenzi



„Glücksspiel mit Verantwortung“ ist Leitgedanke für alle unsere wirtschaftlichen Aktivitäten. Die gesellschaftliche Verantwortung der Österreichischen Lotterien geht daher weit über den Spielerschutz hinaus. Das Engagement im humanitären und sozialen Bereich ist im Unternehmen von Beginn an fest verankert. So unterstützen wir in Österreich auch zahlreiche Institutionen im sozialen und gemeinnützigen Bereich. Von Caritas bis Volkshilfe, von Frauenhäusern bis Rotes Kreuz. Keine andere Unternehmensgruppe in Österreich verfügt über ein derartig vielfältiges und breites Unterstützungsprogramm. Damit alle etwas vom Glück haben.



Editorial

LIEBE LESERINNEN, LIEBE LESER,

der Herbst steht schon wieder vor der Tür und damit auch in wenigen Tagen das neue Bildungsjahr in unseren Bildungseinrichtungen. Unser diesjähriger Fachschwerpunkt widmet sich ja dem Thema MINT (Mathematik, Informatik, Naturwissenschaften, Technik), welches bereits in unseren elementarpädagogischen Einrichtungen Umsetzung findet. Wir haben dazu auch einige tolle Weiterbildungsangebote für Elementarpädagoginnen und Elementarpädagogen in unserer Hilfswerk Kärnten Akademie. Dazu erfahren Sie mehr im Blattinneren auf Seite 19.

Ein persönliches Anliegen sind mir auch unsere Nominierten für den VITA Pflegeaward. Die „Vita“ ist ein Preis, ins Leben gerufen von der Kleinen Zeitung, und soll ein Instrument sein, um den Pflegekräften im ganzen Land für ihre Arbeit zu danken. Auch wir im Hilfswerk Kärnten wollen damit unsere Pflegekräfte, die tagtäglich Übermenschliches leisten, vor den Vorhang holen und ehren. Darum bitte ich Sie, liebe Leserin, lieber Leser, stimmen Sie für die Nominierten des Hilfswerk Kärnten unter <https://www.dievita.at/> ab. Jeder und jede Einzelne von ihnen hätte es sich mehr als verdient, den Preis mit nach Hause zu nehmen. In diesem Sinne möchte ich mich schon im Vorhinein für Ihre Stimmen bedanken und wünsche allen einen schönen Start ins neue Bildungsjahr und in den Herbst.

Ich wünsche Ihnen alles Gute, Ihre

Elisabeth Scheucher-Pichler
Präsidentin des Hilfswerk Kärnten



4

IM FOKUS

Gesunde Jugendliche

12

LEBEN & GESELLSCHAFT

So verhindert man Stürze in den eigenen vier Wänden

18

KINDHEIT & JUGEND

Neues aus den Kinderbetreuungseinrichtungen

30

MEIN HILFSWERK

Sicherheit geht vor –
Tipps bei Betrugsanrufen

Bewegung in der Natur hilft,
um Stress abzubauen und
Lebensfreude zurückzugewinnen.

Gemeinsam stark

Gesunde Jugendliche sind gesunde Erwachsene von morgen.

Wie wir Jugendliche in herausfordernden Zeiten stärken und was wir zu ihrer Identitätsbildung beitragen können.

Bis vor kurzem war Laura (15) eine unbeschwerte, fröhliche Schülerin, die gerne in die Schule gegangen ist, viel mit Freundinnen unterwegs war und begeistert Volleyball gespielt hat. An den genauen Zeitpunkt, an dem alles anders geworden ist, kann sich ihre Mutter nicht mehr genau erinnern. „Es war ein schleichender Prozess. Laura ist nicht mehr so oft unterwegs gewesen, sie hat mit ihrem geliebten Sport aufgehört, sich mehr in ihrem Zimmer aufgehalten. Zuerst haben wir das auf die Pubertät geschoben – Stimmungsschwankungen, das kennt man ja. Aber als sie plötzlich nicht mehr in die Schule gehen wollte, sind wir hellhörig geworden. Laura war zum Glück offen mit uns. Sie hat uns von ihren Angstgefühlen und der anhaltenden Traurigkeit erzählt. Wir haben uns dann rasch Hilfe von einer Expertin gesucht“, erzählt Lauras Mutter über diese schwierige Zeit für die Familie.

Laura ist jetzt wieder auf einem guten Weg. Mithilfe ihrer Psychotherapeutin gelingt es ihr, Schritt für Schritt ihre Ängste abzubauen und zu ihrer Lebensfreude zurückzufinden.

PSYCHOSOZIALE THEMEN

Laura ist kein Einzelfall. In unserer schnelllebigen Welt, die geprägt ist von globalen Herausforderungen wie der Corona-Pandemie, dem Krieg in der Ukraine, der Klimakrise und wirtschaftlichen Teuerungen, sind Jugendliche vermehrt mit einer Vielzahl von Herausforderungen konfrontiert. Entwicklungen, die auch in einer europäischen Kinder- und Jugendgesundheits-Studie* ihre Bestätigung finden. Gesundheit und Wohlbefinden der 11- bis 17-Jährigen haben sich demnach in den letzten 10 Jahren verschlechtert. Häufigste Probleme der jungen Menschen sind Gereiztheit und schlechte Laune, Schlafschwierigkeiten, Nervosität, Kopfschmerzen, Niedergeschlagenheit und





WAS IST EINE PEERGROUP?

Eine Peergroup (engl. Peer bedeutet „Gleichgestellte oder -altrige“) ist eine soziale Gruppe mit großem Einfluss, der sich ein Individuum zugehörig fühlt. Die Peergroup ist insbesondere im Jugendalter von Bedeutung.





Fabian Kronewitter

Leiter der Offenen Jugendarbeit
Salzburg

„Empowerment wird bei uns großgeschrieben. Wichtig ist, den Jugendlichen etwas zuzutrauen und sie zu stärken.“



Miteinander chillen und über alles reden können ist für Franziska und Ella sehr wichtig.



» Zukunftssorgen. 22% der Mädchen und 10% der Burschen leiden außerdem an einer depressiven Verstimmung oder Depression. Auch Stress und Einsamkeit spielen eine wichtige Rolle.

Dauerhafter (schulischer) Stress und emotionale Belastungen beeinträchtigen aber nicht nur die Persönlichkeitsentwicklung, sondern auch den Lernerfolg und das familiäre Zusammenleben stark. Mitunter führen sie sogar zu Motivationslosigkeit, Depressionen oder Angststörungen bei den jungen Menschen. Und das mitten in der wichtigen Phase der Identitätsbildung.

„Die Pandemie und das Homeschooling haben nicht nur schulische Lücken auf-

geworfen, sondern vor allem auch soziale Defizite hervorgebracht. Der Verlust sozialer Kontakte, der Druck des Online-Lernens und die Unsicherheit über die Zukunft haben die Jugendlichen in einer Lebensphase, in der die Identitätsbildung wichtigstes Ziel ist und auch die Peergroup eine enorme Bedeutung hat, getroffen“, bringt es Fabian Kronewitter, Leiter der Offenen Jugendarbeit im Hilfswerk Salzburg, auf den Punkt. Die Jugendlichen müssten teilweise erst wieder lernen, sozial zu interagieren. „In unseren Jugendzentren kochen und essen wir gemeinsam, unterstützen bei schwierigen Entscheidungen und helfen den Jugendlichen, Konflikte im Elternhaus, in der Schule bzw. der Lehrstelle oder im Freundeskreis zu lösen. Wir sprechen auch über unterschiedliche Wert- und



Gemeinsam Zeit mit Gleichaltrigen verbringen stärkt die Jugendlichen.

Moralvorstellungen, über Akzeptanz und Respekt anderen Meinungen und Kulturen gegenüber“, gibt er einen Einblick in seine tägliche Arbeit.

RESSOURCEN BILDEN UND STÄRKEN

Was können wir als Eltern, als Lehrkräfte und Jugendbetreuerinnen und -betreuer für unsere Kinder tun? Wie können wir sie konkret im Alltag unterstützen? Jede(r) Jugendliche ist individuell und hat unterschiedliche Bedürfnisse. Eine ganzheitliche Herangehensweise ist daher von großer Bedeutung. Was kann Jugendliche auf ihrem Weg zu mehr Stärke und Selbstbewusstsein unterstützen? Eine offene und respektvolle Kommunikation zwischen Jugendlichen und ihren Eltern, Lehrkräften und Betreuenden ist entscheidend.



TIPPS



Rebecca Janker

Leiterin des Fachbereichs Kinder, Jugend und Familie im Hilfswerk Österreich

„NUR“ PUBERTÄR ODER STECKT MEHR DAHINTER?

Die Antworten auf folgende Fragen können bei der Einschätzung hilfreich sein:

- Gibt es einen erkennbaren Grund für die Veränderung oder hat sich das Verhalten plötzlich und ohne erkennbare Ursache verändert?
- Seit wann kann ich die Veränderung bei meinem Kind bemerken? Einige Tage lang oder bereits mehrere Wochen oder Monate?
- Ist mir diese Veränderung vorher schon einmal aufgefallen oder ist das Verhalten neu?
- Wie häufig und wie stark ausgeprägt tritt das Problem auf? Wie hoch ist der Leidensdruck für mich und mein Kind?
- Können die Symptome bzw. die Belastungssituation durch irgendetwas gelindert werden?
- Haben andere Bezugspersonen (z. B. Großeltern, Lehrpersonen) die Veränderung auch bemerkt?
- Was sagt die/der Jugendliche selbst zu der Situation? Ist ein Gespräch möglich oder wird sofort abgeblockt?

»» Jugendliche sollen wissen, dass ihre Stimme zählt und sie ernst genommen werden. Durch einen offenen, ehrlichen Dialog können sie ihre Probleme und Ängste teilen und so die Unterstützung erhalten, die sie benötigen.

Jugendliche brauchen außerdem positive Vorbilder. Durch gute Role Models erfahren sie, wie man Herausforderungen erfolgreich bewältigt und Ziele erreicht. Vorbilder bieten einerseits Orientierung, andererseits ermöglichen sie den Jugendlichen, sich abzugrenzen und sich selbst zu definieren.

Ein starkes und unterstützendes soziales Umfeld – wie z. B. Gleichaltrige, Familie, Freundinnen und Freunde sowie sonstige Gemeinschaften – spielt ebenso eine große Rolle, um Jugendliche in schwierigen Zeiten zu stärken. Schulen, lokale Organisationen und Gemeinschaftszentren bieten den jungen Menschen einen sicheren Raum, in dem sie sich ausdrücken und ihre Sorgen teilen können. Gemeinschaftsprojekte und Freiwilligenarbeit können Jugendlichen das Gefühl geben, dass sie einen positiven Beitrag leisten und Teil einer größeren Lösung sein können.

Musik ist für Paul ein Lebensgefühl und Ausdruck von Individualität.



Das Hilfswerk bietet Jugendlichen eine Vielzahl an Angeboten, die von Jugendzentren und Jugend-Beratungsstellen bis hin zur Psychotherapie reichen.

ERSTE WARNZEICHEN

Aber wie erkenne ich rechtzeitig, ob mein Kind Unterstützung braucht oder nicht? Gerade in der Pubertät sind Stimmungsschwankungen an der Tagesordnung und müssen noch nichts Schlimmes bedeuten. Hand in Hand hat bei der Hilfswerk-Expertin und Pädagogin Rebecca Janker nachgefragt, was Eltern aufhorchen lassen sollte. „Vor allem ein plötzlicher Wechsel im Verhalten von Jugendlichen, der für Außenstehende ohne ersichtliche Ursache passiert, kann ein Hinweis auf ein Problem sein. Nach außen gerichtete Symptome sind zum Beispiel aggressives Verhalten, Wutausbrüche, Reizbarkeit oder auch Schreien ohne ersichtlichen Grund. Zu den nach innen gerichteten Symptomen zählen unter anderem Angst, Übervorsichtigkeit, anhaltende Traurigkeit oder Besorgnis, Konzentrationsschwierigkeiten, Schlafstörungen oder ein plötzlicher Interessensverlust. Auch bei dauernder Übelkeit, immer wiederkehrenden Bauchschmerzen oder einem plötzlichen Rückzug aus dem sozialen Leben sollte man wachsam sein“, meint die Expertin. Vermehrte Konflikte mit den Eltern oder auch im Freundeskreis, ein plötzlicher Leistungseinbruch in der Schule, Rückzugsverhalten oder auch Änderungen im Ess- und Trinkverhalten sind ein zuverlässiger Indikator dafür, dass etwas nicht rund läuft.

Als Eltern und Bezugspersonen haben wir viele Möglichkeiten, um rechtzeitig Schwierigkeiten zu erkennen. Falls Sie weitere Fragen haben oder Hilfe benötigen, werfen Sie einen Blick auf unser Hilfswerk-Angebot auf Seite 9. ■

* Die HBSC-Studie (Health Behaviour in School-aged Children) ist die größte europäische Kinder- und Jugendgesundheits-Studie. In Österreich wurden im Rahmen dieser Studie rund 7000 Schülerinnen und Schüler befragt.



Unterstützung für Familien

Oft ist die Hilfe ganz nah. Informieren Sie sich auf kinderbetreuungskompass.hilfswerk.at oder telefonisch unter 0800 640 680.

Dort erfahren Sie alles über die Angebote des Hilfswerks in allen Bundesländern für Kinder und Jugendliche sowie Familien und Erziehungsberechtigte, die Unterstützung und Rat suchen. Von Jugendtreffs über Jugendzentren bis hin zu Angeboten für Lerntraining und Psychotherapie bietet das Hilfswerk eine Fülle an Möglichkeiten. In unseren Familien- und Sozialzentren bzw. Beratungsstellen helfen wir Ihnen bei Fragen und Problemen unbürokratisch und vertraulich.

HILFSWERK HOTLINE FÜR ELTERN UND ERZIEHENDE

0800 640 680

Entlastung und Orientierung für Eltern und Erziehende

SERVICE- UND ANLAUFSTELLEN

**147 Rat auf Draht –
Beratung für Kinder und Jugendliche**
www.rataufdraht.at

SERVICEHOTLINES DES BUNDES

Familienservice
0800 240 262
Infos zu sämtlichen Familienleistungen des Bundes

Kinderbetreuungsgeld
0800 240 014
Infos zu Kinderbetreuungsgeld und Familienzeitbonus

Kinder- und Jugendanwaltschaft
0800 240 264
(Rechts-)Auskünfte zu Jugendschutz, Erziehung, Verselbständigung, Scheidung, Obsorge, Besuch, Gewalt

Aktuelle Events und Highlights

ÖHÖ AUF MULTIMEDIALER ZEITREISE

Trotz klassischen Aprilwetters kamen zahlreiche Besucherinnen und Besucher zur „Austria for Life Benefizshow“, die heuer vor dem Schloss Schönbrunn zugunsten der Aktion „Österreich hilft Österreich“ veranstaltet wurde. Ein bunter Mix aus unterschiedlichen künstlerischen Genres entführte sie dabei auf eine Zeitreise durch die Vergangenheit. Auch heuer konnten dadurch wieder viele soziale Projekte für Kinder und Jugendliche unterstützt werden.



„IN LINZ BEGINNT'S“

Bei herrlichem Sonnenschein fand am Linzer Taubenmarkt die Auftaktveranstaltung zur oberösterreichischen Hilfswerk on Tour statt. Hilfswerk-Schirmherrin Ingrid Wendl, ehemalige Eiskunstläuferin und Fernsehmoderatorin, erzählte viele Schmanagerl aus ihrer langen Eislauf- und TV-Karriere und nutzte die Gelegenheit, um mit den Gästen über das Angebot des Hilfswerks und ihr jahrelanges Engagement zu sprechen. Vor Ort gab es viele Informationen und Broschüren zu den Hilfswerk-Angeboten in den Bereichen Älterwerden, Pflege und Betreuung sowie Kinderbetreuung und Erziehung. Zahlreiche Besucherinnen und Besucher nahmen das Angebot des kostenlosen Gesundheits-Checks in Anspruch. Vor Ort wurde von einer diplomierten Krankenpflegeperson Blutdruck sowie Blutzucker gemessen. Großer Beliebtheit bei Jung und Alt erfreute sich das Glücksrad – es gab viele praktische Hilfswerk-Goodies zu gewinnen. Maskottchen FIDI war mittendrin im Trubel und genoss vor allem die Aufmerksamkeit der Kinder.

HILFSWERK ON TOUR ist Teil der Hilfswerk Jahresinitiative, die unterstützt wird von unseren starken Partnern Erste Bank und Sparkasse, Wiener Städtische, BM für Soziales, Gesundheit, Pflege und Konsumentenschutz, Lotterien, Publicare, Essity, Nestlé und Ornamin.

WIENER KONTINENZ-TAG

Etwa eine Million Österreicher leidet an einer Blasen- oder Darmschwäche. Das Hilfswerk war am Kontinenz-Tag im Wiener Rathaus vor Ort, um Interessierte zu unterstützen und über die vielfältigen Möglichkeiten der Vorbeugung und Behandlung zu informieren. Besuchen Sie uns auf www.hilfswerk.at/inkontinenz oder bestellen Sie unsere beiden Inkontinenz-Broschüren unter der Servicehotline 0800 800 820.



Schmökern und informieren Sie sich in unseren Broschüren

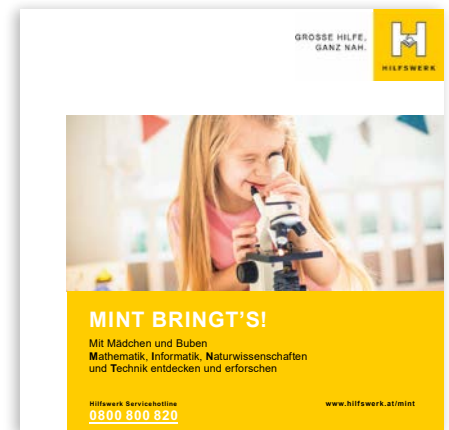
Mit den **Hilfswerk Broschüren** sind Sie immer gut informiert. Vom Pflegekompass bis hin Demenz-, Schmerz- und Inkontinenz-Broschüren haben wir viele Themen für Sie übersichtlich aufbereitet.



Eltern erfahren in den Broschüren „Sprechen macht schlauer“ und „Spielen macht schlauer“ alles zur optimalen Förderung ihrer Kinder.

Ratgeber jetzt kostenlos bestellen!
 Unter 0800 800 820
 oder office@hilfswerk.at

Die Hilfswerk-Aktivitäten und -Servicematerialien werden unterstützt von unseren starken Partnern Erste Bank und Sparkasse, Wiener Städtische, Lotterien, Bundesministerium für Soziales, Gesundheit, Pflege und Konsumentenschutz sowie Bundeskanzleramt/BM für Frauen, Familie, Integration und Medien.



MINT BRINGT'S

Die Broschüre „MINT bringt's“ liefert Ihnen allerlei spannende Experimente, die Sie ganz leicht gemeinsam mit Ihrem Kind zu Hause oder in der Natur ausprobieren können.



REIFE HAUT RICHTIG PFLEGEN

Nach den Strapazen des Sommers benötigt die Haut wieder unsere volle Aufmerksamkeit. Bestellen Sie kostenlos die Broschüre „Ich fühle mich wohl in meiner Haut – ein Ratgeber für die Pflege reifer Haut“. Sie erfahren, wie unsere Haut aufgebaut ist und was sie braucht, um gesund zu bleiben und gut versorgt zu sein. Mit vielen Empfehlungen für Ihre Pflegeroutine!

Mit einigen praktischen Tipps kann das Sturzrisiko in den eigenen vier Wänden reduziert werden.

Sturzprophylaxe in den eigenen vier Wänden

Ein Großteil der Stürze im Alter passiert in den eigenen vier Wänden. Nicht selten kommt es hierbei zu schweren Verletzungen.



Hermine Pobatschnig

Pflegedienstleiterin

Leiterin Pflege.Betreuung.Beratung.

M 0676 89 90 10 10

E hermine.pobatschnig@hilfswerk.co.at

Da besonders im Alter die Knochenstabilität und -dichte abnehmen, können bereits bei unspektakulären Stolperern und unscheinbaren Stürzen Frakturen geschehen, und das mit oft schwerwiegenden Folgen. Ausreichende Lichtquellen im Wohnbereich sind von großer Bedeutung. Besonders Wege und Räume, die oft in Anspruch genommen werden, sollten entweder mit Bewegungsmeldern oder ausreichend hellen Lichtquellen versehen werden. Oftmals ragen Gegenstände in den zu bewältigenden Gang, welche aufgrund von Sehstörungen oder unsicherem Gangbild zu spät oder nicht gesehen werden und somit Stürze auslösen. Besonders der Weg zur Toilette sollte frei von Möbeln und gut ausgeleuchtet sein. Das richtige Schuhwerk (hinten geschlossen) sowie Gehhilfen – auch bei geringen Wegstrecken innerhalb des Wohnraumes – können vor schweren Stürzen schützen. Teppiche und Türschwellen

können ebenfalls zum Verhängnis werden. Im besten Fall werden Teppiche entfernt und Türschwellen mit Schwellenbrücken ausgestattet.

KREISLAUF ALS STURZINDIKATOR

Ein (zu) rasches Aufstehen aus dem Liegen oder Sitzen kann Schwindelattacken auslösen, die daraufhin in einem Sturz enden. Daher ist es sinnvoll, sich erst langsam aufzusetzen, beide Beine auf den Boden zu stellen, mit den Augen einen Punkt zu fixieren, der auf Augenhöhe liegt, durchzuatmen, die Gehhilfe bereitzustellen und erst dann aufzustehen. Ausreichende Flüssigkeitsaufnahme kann ebenso plötzlich auftretende Kreislaufprobleme verhindern. Gemäß der Österreichischen Ernährungspyramide sollten täglich mindestens 1,5 Liter alkoholfreie, energiereiche Getränke, wie Wasser, Mineralwasser, ungesüßter Früchte- oder Kräutertee, getrunken werden. ■



Sieglind Holzner

Qualitätsmanagementbeauftragte,
Wundmanagerin

M 0676 89 90 10 22

E sieglind.holzner@hilfswerk.co.at

Praxistipp: Thrombose

Eine Thrombose stellt oft ein plötzlich auftretendes, unvorhersehbares und einschneidendes Ereignis für betroffene Menschen dar.

Thrombosen sind oft durch Schwellungen oder eine rote, rötliche oder bläuliche Verfärbung der Haut zu erkennen, teilweise können auch Schmerzen in der Wade oder im Oberschenkel auftreten. Eine Thrombose stellt immer einen Notfall dar und muss schnellstmöglich ärztlich abgeklärt werden.

Begünstigt wird die Entstehung einer Thrombose oft durch Bettlägerigkeit. Eine frühzeitige und regelmäßige

Mobilisation und, wenn möglich, Aktivierung der Muskelpumpe durch aktive und passive Bewegungsübungen ist hier als essenziell anzusehen. Regelmäßig durchgeführte Fußgymnastik sowie kalt-warme Wechselduschen stärken das Venensystem. Auch ist eine ausreichende Flüssigkeitszufuhr absolut notwendig, um zu verhindern, dass das Blut dicker wird und gerinnt.

Auf Reisen, die länger als vier Stunden dauern, sollten vorbeugende Maßnahmen getroffen werden. Hier können Kompressionsstrümpfe, die von außen Druck auf die Venen ausüben, Unterstützung bieten. ■


maierhofer



Partner des
Hilfswerks Kärnten
für Heilbehelfe &
Hilfsmittel

Wo Pflege zu Hause ist.

Klagenfurt • Villach • Wolfsberg • St.Veit/Glan • Hermagor

Wir helfen Ihnen,
den Alltag zu meistern.
6x in Kärnten.

maierhofer.co.at

DER TON GIBT DIE „MUSIK“ AN

In der Tagesstätte für Menschen mit Behinderung in Völkermarkt arbeiten die Klientinnen und Klienten ganzjährig mit Ton.



Sabrina Müller

Leiterin Behindertenhilfe.

Chancengleichheit/
Behinderten-Tagesstätte Völkermarkt

Behinderten-Tagesstätte Völkermarkt

M 0676 89 90 53 01

E sabrina.mueller@hilfswerk.co.at

Dabei entstehen die unterschiedlichsten Werkstücke, die nach Lust und Laune kreativ bemalt werden. Die Tagesstätte verfügt über einen eigenen Brennofen, was den Arbeitsprozess massiv erleichtert. Die Palette der angefertigten Werkstücke ist breit gefächert und reicht von Tonsäulen über Gartenaufhänger bis hin zu Mobiles und Gartensteckern. Die gefertigten Tonprodukte werden sowohl auf Basaren verkauft als auch ganzjährig in der Tagesstätte in Völkermarkt und im Stöberstübchen in Klagenfurt zum Verkauf angeboten. Die Einnahmen fließen zu 100 Prozent in die Finanzierung von Ausflügen, Urlaubsaktionen, Marktbesuchen und andere Aktivitäten für die Klientinnen und Klienten zurück. Das Ziel ist es, durch diese Tätig-



keit das eigenständige Arbeiten und Schaffen von Kunstwerken zu fördern und die Grob- und Feinmotorik, Kreativität sowie das Empfindungs- und Ausdrucksvermögen zu stärken. Durch das Formen, Bewegen und Berühren des Materials werden zudem der Bewegungssinn und die taktile Wahrnehmung geschult. ■

DER KÜCHENCHEF EMPFIEHLT:

Eierschwammerl à la crème

für 4 Personen

- 600 g Eierschwammerl**
- 2 EL Butter**
- 1 TL Mehl**
- 150 g Schalotten**
- 1 Stk. Knoblauchzehe**
- 100 ml Gemüsebrühe**
- 200 ml Schlagobers**
- 1 EL gehackte Petersilie**
- Salz, Pfeffer**

Schalotten und Knoblauch fein würfeln, in einer Pfanne die Butter aufschäumen und die Schalotten und Knoblauch darin farblos andünsten, mit Mehl stauben, Schwammerl hinzufügen und durchrösten, mit Gemüsefond und Schlagobers aufgießen und mit Salz und Pfeffer würzen. Auf kleiner Flamme 5 Minuten dünsten und vor dem Servieren die gehackte Petersilie hinzufügen. Als Beilage eignen sich hervorragend Semmelknödel oder gebratene Polentascheiben.

Küchenleiter Michael Triebel

Küche / Waiern

Diakonie de la Tour



DAS HILFSWERK MENÜSERVICE

Das Menüservice des Hilfswerk Kärnten bietet das ganze Jahr über gesunde, regionale Küche in Partnerschaft mit der Diakonie an. Ideal auch für Unternehmen, die ihren Mitarbeitenden eine gesunde Mittagspause ermöglichen möchten. Sie möchten unsere schmackhaften Menüs versuchen?



Sigrid Bister

Leiterin Menüservice

T 05 0544 5532

M 0676 89 90 10 20

E sigrid.bister@hilfswerk.co.at

Verantwortung zeigen!

Unter diesem Motto finden alljährlich die Engagementtage des Netzwerks „Verantwortung zeigen!“ in ganz Kärnten statt.

Verantwortung zeigen! verbindet Unternehmen, Institutionen und Organisationen, die sich in ihrem Einflussbereich für nachhaltiges Wirtschaften einsetzen und beitragen, dass Wirtschaft und Gesellschaft gut verbunden bleiben. Aktionen im ganzen Bundesland stärken den sozialen Zusammenhalt und verbinden. Entstanden ist die Initiative im Jahr 2007 von der Leiterin des VZ Netzwerks Iris Straßer in Fortsetzung eines erfolgreichen EU-Projekts.

HILFSWERK-PROJEKTE

Auch das Hilfswerk Kärnten hat sich mit einigen Projekten für die Engagementtage angemeldet und es konnten einige Unternehmen gefunden werden, die die „Wünsche“ unserer Einrichtungen erfolgreich umgesetzt haben. So wurden in den Tagesstätten für Seniorinnen und Senioren in Finkenstein und Feldkirchen Hochbeete aufgebaut und bepflanzt, in der Kita St. Ruprecht/Villach wurde ein Baum gepflanzt, in der KinderStadt wurden Sitzgarnituren aus Paletten aufgebaut, in der Kita Maria Saal wurde das Treppengeländer neu gestaltet und der Generationentreff wurde neu ausgemalt. Wir danken der Arbeiterkammer Kärnten, Rustler Gruppe GmbH, Mahle Filtersysteme, KNG – Kärnten Netz GmbH, BKS Bank und dem Amt der Kärntner Landesregierung für ihren Einsatz. Hier einige Eindrücke. ■



Fachbereichsleitung Elementarpädagogische Bildung und Betreuung Lisbeth Gangl-Schwarz (links) und Leiterin der KinderStadt Maria Hinterlaßnig mit den Mitarbeitern von Mahle Filtersysteme



Das Geländer in den Garten der Kita Maria Saal wurde von den Mitarbeitenden der KNG – Kärnten Netz GmbH neu gestrichen.



Ein Team der Arbeiterkammer Kärnten mit dem Leiter des Tageszentrum für Seniorinnen und Senioren in Feldkirchen beim Aufbauen der Hochbeete



Präsidentin Elisabeth Scheucher-Pichler mit den fleißigen Mitarbeitenden der Rustler Gruppe GmbH beim Pflanzen des Baumes in der Kita St. Ruprecht/Villach



Eine Abordnung des Amtes der Kärntner Landesregierung beim Pflanzen der Gemüsesetzlinge im neuen Hochbeet im Tageszentrum für Seniorinnen und Senioren in Finkenstein

Hilfswerk on Tour in Klagenfurt



Tour-Stopp in Klagenfurt: Das Hilfswerk Kärnten präsentierte sein umfangreiches Angebot am Neuen Platz.



Wie auch in den Vorjahren lud das Hilfswerk Kärnten zum „Hilfswerk on Tour“-Stopp auf den Neuen Platz in Klagenfurt.

„Wir freuen uns sehr, hier am Krämermarkt in Klagenfurt mit Hilfswerk on Tour zu Gast sein zu dürfen“, so Hilfswerk-Kärnten-Präsidentin Elisabeth Scheucher-Pichler. Gemeinsam

mit der Firma Maierhofer gab es vor Ort Beratungen zu den Themen Pflege zu Hause und Pflegebeihilfe. Zusätzlich bot das Hilfswerk auch eine Gesundheitsstraße mit Blutdruck-, Blutzucker- und Cholesterinchecks an. Neben Bürgermeister Christian Scheider, Vizebürgermeister Philipp Liesnig und Stadtrat Max Habenicht waren auch die Mitarbeiterinnen und Klientinnen und Klienten der Tagesstätte für Menschen mit Behinderung aus Völkermarkt auf einen Kurzbesuch in Klagenfurt. Nicht zu vergessen: Auch unser Maskottchen Fidi sorgte für leuchtende Kinderaugen, als er vor Ort Stoffentchen und Luftballone verteilte. ■

INTERNATIONALES MASKOTTCHENTREFFEN

Im Zuge des Alpen-Adria-Hafenfestes in der Klagenfurter Ostbucht fand auch das Internationale Maskottchentreffen 2023 statt. Unser Fidi ließ es sich natürlich nicht nehmen, gemeinsam mit Sumsi, GrußBär und Co den zahlreichen Kindern ein Lächeln ins Gesicht zu zaubern. Bei strahlend schönem Wetter wurde eine Parade, mit musikalischer Begleitung, entlang der Seepromenade geführt. Fidi möchte unbedingt auch 2024 wieder mit dabei sein. Save the date: 12. Mai 2024.



Das Internationale Maskottchentreffen in der Klagenfurter Ostbucht war ein voller Erfolg.



Pflegedienstleitung Hermine Pobatschnig, Bezirksleiterin Andrea Draxl, PA Angelika Weinberger und Geschäftsführer Horst Krainz

ERFOLGREICH ABGESCHLOSSEN

Fort- und Weiterbildung ist unseren Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern beim Hilfswerk Kärnten ein großes Anliegen, das wir selbstredend gerne unterstützen. Vor Kurzem hat Angelika Weinberger, Pflegeassistentin der Bezirksstelle Wolfsberg, ihre Ausbildung zur Palliativpflege mit Erfolg abgeschlossen. Dazu gratulieren wir herzlich.

Musizieren als Freizeitgestaltung



Musikbegeisterte Seniorinnen und Senioren profitieren vom Wissen der GMPU-Studierenden.

Der Studiengang „Volksmusik“ an der Gustav Mahler Privatuniversität (GMPU) feiert heuer sein 40-jähriges Bestehen.

Seit 1989 wird der Lehrgang, der mittlerweile auch ein Bachelor- und Masterstudium ermöglicht, von Manfred Riedl geleitet. Anlässlich dieses Jubiläums gibt es eine Kooperation mit dem Hilfswerk Kärnten. Studierende der Fachrichtung Volksmusik möchten ihr musikalisches Wissen weitergeben und gleichzeitig Erfahrungen im Unterrichten sammeln. Ein erstes Treffen mit musikinteressierten Seniorinnen und Senioren fand im Hilfswerk Generationentreff in Klagenfurt statt. In fröhlicher Atmosphäre wurde musiziert und das Spielen auf den mitgebrachten Instrumenten wieder aufgefrischt. Weitere Termine sind für ganz Kärnten geplant. Musik-

begeisterte erhalten weitere Informationen bei der Leiterin der Sozialservicestelle, Margarete Jeschofnik. ■



Margarete Jeschofnik
Leiterin Sozialservice.
Freiwilligenarbeit.Integration.

T 05 0544 2039
E margarete.jeschofnik@hilfswerk.co.at

HERZLICHEN GLÜCKWUNSCH

Die Wundmanagerin und Qualitätsmanagementbeauftragte des Hilfswerk Kärnten, Sieglind Holzner, beendete vor Kurzem ihr Masterstudium in Advanced Nursing Practice, Schwerpunkt Pflegemanagement, mit ausgezeichnetem Erfolg. Wir gratulieren zu dieser großartigen Leistung und wünschen weiterhin so viel Motivation für ein „lebenslanges Lernen“.



Geschäftsführer Horst Krainz, Sieglind Holzner und Pflegedienstleiterin Hermine Pobatschnig



Hilfswerk-Kundin hat den ersten Epilepsie-Signalthund Kärntens

ERSTER EPILEPSIEHUND KÄRNTENS

Sonja Maria Riegler aus Spittal an der Drau, Kundin des Hilfswerk Kärnten, leidet an Epilepsie. Mithilfe von Kati Kohutek von Pfortenassistenz ließ sie ihren Hund Frederik zum ersten Signalthund für Epilepsie in Kärnten ausbilden. „Frau Riegler hatte während der Prüfung einen dreiminütigen Epianfall, trotzdem konnten wir die Abschlussprüfung erfolgreich beenden“, so Pflegeassistentin des Hilfswerk Kärnten, Ivana Vukadin, die bei der Prüfung anwesend war, um unserer Kundin im Falle eines medizinischen Notfalls beizustehen.



Die MS St. Peter übt unternehmerische Geschäftsabläufe.

Projekt „Natur und ich“

Bei diesem Projekt ging es darum, den Kindern der schulischen Tagesbetreuung der MS St. Peter unternehmerische Geschäftsabläufe anschaulich näherzubringen.

Zu diesem Zweck wurde eine Übungsfirma gegründet. Kinder, die an dem Projekt teilnehmen wollten, mussten wie am „echten“ Arbeitsmarkt zuerst eine Bewerbungsphase mit Bewerbungsschreiben und -gespräch durchlaufen. Nach erfolgreicher Bewerbung wurde mit den Kindern ein Name für die Firma gefunden sowie ein passendes Logo gestaltet. Beim nächsten Schritt ging es um die Produktentwicklung. Hier lag der Fokus darauf, dass man vor allem vorhandene Rohstoffe nutzt.

So wurden für die herzustellenden Produkte verschiedenste Kräuter aus dem schuleigenen Garten genutzt. Von verschiedenen Sammelstellen sowie Unterstützern kam das Material für die unterschiedlichen Deko-Artikel. Das Ziel war es, den Kindern das Thema Upcycling und Ressourcenschonung näherzubringen. Damit verbunden konnte auch das Thema „Einnahmen und Gewinn“ veranschaulicht werden. Die Kinder hatten zweimal die Möglichkeit, ihre Produkte zu verkaufen, einmal am Basar beim Tag der offenen Tür in der Mittelschule St. Peter und einmal mit einem eigenen Stand in den City Arkaden. Mit einem Teil der Einnahmen aus dem Projekt wurde zum Abschluss ein Picknick für alle veranstaltet. ■

Kinderflohmarkt in der KinderStadt



Lisbeth Gangl-Schwarz

Leiterin Fachbereich Elementar-
pädagogische Bildung und Betreuung

M 0676 89 90 15 20

E lisbeth.schwarz@hilfswerk.co.at



Die KinderStadt Klagenfurt lädt zum alljährlichen Kinderflohmarkt am 22. September um 14 Uhr.

Manche Spielsachen liegen zuhause und verstauben, dabei würde sich sicher noch ein anderes Kind darüber freuen. Genau für solche Fälle gibt es den Kinderflohmarkt der KinderStadt. Neben dem „Tandeln“ gibt es ein tolles Kinderprogramm, angefan-



gen beim Kinderschminken bis hin zum Glückshafen. Natürlich ist auch für eine kleine Stärkung in Form von Würstchen und Saft für jedes Kind gesorgt. Der Standaufbau beginnt ab 12:30 Uhr, die Standgebühr beträgt 10 Euro.

Anmeldung bis 19. September bei Maria Hinterlaßnig unter maria.hinterlassnig@hilfswerk.co.at

(Weiter-)Bildung orientiert am Fachschwerpunkt

Die Hilfswerk Akademie Kärnten bezieht sich bei ihren Aus- und Weiterbildungsangeboten auch auf die jährlichen Fachschwerpunkte.

Seit Herbst 2022 geht es um das Thema „Forschen.Entdecken.Begeistern.“ sowie um MINT. Seit Kurzem gibt es wieder unser neues Bildungsprogramm für Herbst/Winter 2023/24. In diesem befinden sich unter der Kategorie „Elementar-

pädagogische.Bildung.Betreuung.“ interessante Weiterbildungsangebote wie z. B. MINT im Kindergartenalltag – eine zentrale Frage der Didaktik. Diese Fortbildung konzentriert sich auf eine praxistaugliche Didaktik der MINT-Vermittlung.

Selbstverständlich gibt es noch viele weitere interessante Fort- und Weiterbildungen zu zahlreichen Themen in unserem Bildungsprogramm.



Leiter Hilfswerk Kärnten Akademie Christian Havelka präsentiert die Druckversion des neuen Bildungsprogramms.

Informationen finden Sie im Internet unter www.hilfswerkakademie-ktn.at oder für Fragen kontaktieren Sie uns unter der Telefonnummer 05 0544-5052. ■

Fachtagung der Freizeitpädagogik

Das Hilfswerk Österreich bot eine dreitägige Fachtagung zum Thema MINT für die Freizeitpädagogik an.

MINT ist ohnehin in aller Munde und auch in den Ganztageschulen stets ein aktuelles Thema, denn wir leben in einer so schnelllebigen Welt, in der neue Technologien viele Bereiche des Lebens beeinflussen. Die Fachvorträge gaben Aufschluss über innovatives Lernen in den Bereichen Mathematik, Informatik, Technik und Naturwissenschaften mit altersadäquaten, vielfältigen und praxisnahen Beispielen für Kinder in Volks- und Mittelschulen. Den Freizeitpädagoginnen und -pädagogen

wurde damit das Handwerkszeug gegeben, um Kinder und Jugendliche in ihrer Neugierde zu bestärken und unterstützen zu können. Die solide naturwissenschaftliche und technische Grundausbildung wird bereits im neuen Schuljahr umfassend eingesetzt. ■



Birgit Zupanc-Kummer
Leiterin Fachbereich Freizeitpädagogische Bildung und Betreuung

M 0676 89 90 15 48
E birgit.zupanc-kummer@hilfswerk.co.at

Hilfswerk-Präsidentin Elisabeth Scheucher-Pichler (Mitte) überzeugte sich selbst von der Fachtagung MINT.





Mobile Unterstützung für Familien

Das Jugendamt ist dazu da, Kinder aus Familien herauszunehmen – so lautet der in Kärnten weit verbreitete Glaube. Dass das nicht stimmt und dass vor einer Unterbringung in einer Wohngemeinschaft viele Angebote gesetzt werden, zeigen die ca. 70 Mitarbeiter/innen von auxilior-netzwerk und B3-Netzwerk.



AUXILIOR-NETZWERK SOZIALBETREUUNG GMBH

- 2003 von Familie Oberzaucher gegründet
- 2016 zog sich die Gründungsfamilie Oberzaucher zurück – Übernahme der gemeinnützigen Gesellschaft durch die LSB-Gruppe
- LSB-Netzwerk wurde 2017 vom Verein Hilfswerk Kärnten übernommen
- dzt. ca. 40 Mitarbeiter/innen in ganz Kärnten
- durchschnittlich werden 150 Familien pro Jahr betreut
- www.auxilior-netzwerk.at

Als Teil der LSB-Gruppe, innerhalb derer auch Wohngemeinschaften für Kinder und Jugendliche (Contraste) und Betreute Wohnformen für Jugendliche und Junge Erwachsene (B3-Netzwerk) angeboten werden, decken die beiden Unternehmen auxilior-netzwerk und B3-Netzwerk durch Familienintensivbetreuung (=FIB), Ambulante Betreuung (=AB) und Besuchsbegleitung (=BB) in ganz Kärnten einen Teil der ambulanten Kinder- und Jugendhilfe ab – immer dort, wo die Familie es gerade braucht. FIB, AB und BB kommen meist dann zum Einsatz, wenn sich Kinder, Jugendliche oder ihre Familien in akuten oder chronischen Krisen befinden. Die langfristige und intensive Betreuung setzt den Fokus auf eine nachhaltige

Veränderung des Familiensystems mit dem Ziel, die Lebensthemen und Herausforderungen der Familie bestmöglich zu bewältigen.

Die Arbeit in den mobilen Maßnahmen der Kinder- und Jugendhilfe bei auxilior-netzwerk und B3-Netzwerk ist von den Grundwerten Respekt und Wertschätzung, Professionalität und Authentizität, Rollenklarheit und Transparenz sowie Achtsamkeit und Empathie gekennzeichnet. Wir wollen den von uns begleiteten Kindern und Jugendlichen sowie deren Bezugssystemen Unterstützung bei der Bewältigung altersentsprechender Entwicklungsschritte und akuter Krisensituationen bieten, sodass unsere Klientinnen und Klienten langfristig gesehen – eingebettet in die jeweiligen Kulturwerte – weitestgehend

selbstbestimmt leben können. So ermöglichen wir den Klientinnen und Klienten Zugänge zum Ausbau sozialer Kompetenzen, das Wahrnehmen und Artikulieren individueller Bedürfnisse und persönliche Entwicklung. Des Weiteren ist es unser Ziel, den Klientinnen und Klienten zu helfen, Handlungsfähigkeiten und Denkweisen zu entwickeln, die es möglich machen, die eigenen Lebensthemen zu bearbeiten und sich entsprechend der gesellschaftlichen Normen sozial zu integrieren. Ein zentraler Aspekt zur Erreichung dieser Ziele ist die enge Kooperation mit den Sozialarbeiter/innen der Bezirksverwaltungsbehörden. Mit ihnen stehen wir in regelmäßigem Austausch, um Kindeswohlgefährdungen zu minimieren, Entwicklungen bestmöglich anzuleiten und optimale Hilfsangebote für die Kärntner Kinder und Jugendlichen sowie deren Bezugssysteme aufstellen zu können. ■



B3-NETZWERK GMBH

- **1991 Gründung durch Familie Uhl (als LSB-Uhl)**
- **2014 Anstellung der zuvor selbstständigen Sozialpädagoginnen und -pädagogen bei der neu gegründeten gemeinnützigen GmbH B3-Netzwerk**
- **2017 Übernahme LSB-Netzwerk durch das Hilfswerk Kärnten**
- **2021 Implementierung des bottom-up erarbeiteten (Kinder-)Schutzkonzepts**
- **dzt. ca. 60 Mitarbeitende in Kärnten in den Bereichen Mobile Maßnahmen (FIB/AB/BB) und Betreute Wohnformen (BW)**
- **durchschnittlich werden 130 Familien sowie 60 Jugendliche und junge Erwachsene pro Jahr betreut**
- **www.b3-netzwerk.at**



Sonja Staunig

Interimistische Leiterin Fachbereich Psychotherapie.Psychologie.Beratung.

Die Kindheit und Jugend ist mit speziellen emotionalen Herausforderungen verknüpft, die ständig neue Bewältigungsstrategien benötigen. Die Pandemie, die Klimakrise und der Krieg in Europa sowie Teuerungen sind nur einige der derzeitigen Faktoren, die zu depressiven Verstimmungen und/oder Ängsten führen können. Es gilt mit den Kindern und Jugendlichen zu erarbeiten, welchen (kleinen) Teil davon sie kontrollieren können, um aus der Hilflosigkeit zu kommen. Dies kann ein Beitrag zur Nachhaltigkeit sein bis hin zur Reduktion von Nachrichten über die Kriegsberichterstattung, wenn der Alltag dadurch negativ beeinträchtigt wird. In allen Lebenssituationen, auch wenn diese noch so eng erscheinen mögen, gibt es einen Spielraum von Freiheit, den man fühlen und leben kann.

8.-Mai-Straße 47
9020 Klagenfurt am Wörthersee
M 0676 89 90 10 65
E sonja.staunig@hilfswerk.co.at

**3 GLAUBENSsätze,
DIE DEIN KIND RESILIENT MACHEN**

"Ich bin nicht perfekt und das ist gut so. Ich gebe mein Bestes und mag mich."

"Ich habe Menschen in meinem Umfeld, die hinter mir stehen und mich lieben so wie ich bin."

"Ich kann ungünstige Lebensumstände meistern, weil ich über verschiedene Bewältigungsstrategien verfüge."



Petra Weitz-Marx
Elementarpädagogin

Kinder zum aktiven Forschen motivieren

„Forschen und Experimentieren im Kindergarten“ war das Thema eines interessanten Vortrages im Rahmen der MINT-Weiterbildung des Hilfswerks. Die Teilnehmerinnen und Teilnehmer haben zahlreiche konkrete Tipps für die Umsetzung vieler Experimente erhalten.

LITERATURTIPPS

Das Wahrnehmungshaus
von Ute Junge, Eigenverlag 2018

Handbuch Sinneswahrnehmung
von Renate Zimmer, Herder 2019,
ISBN 978-3451385704

**Die Sinne: Spielen – Gestalten –
Freude entfalten. Förderung
der Wahrnehmungsfähigkeit
bei Kindern**
von Renate und Franz Steiner,
Veritas 2000, ISBN 978-3705800847

Der Fachschwerpunkt MINT – Mathematik, Informatik, Naturwissenschaften, Technik – begleitet uns durch das heurige Jahr. Die MINT-Schulungen im Hilfswerk sind bereits in vollem Gange. In zahlreichen Bundesländern werden interessante und spannende Vorträge für Pädagoginnen und Pädagogen sowie Tageseltern angeboten.

Die Hand in Hand durfte bei einem dieser Vorträge Gasthörerin sein. Die Elementarpädagogin Petra Weitz-Marx hat einen kurzweiligen, sehr praxisorientierten Vortrag zum Thema „Forschen und Experimentieren im Kindergarten“ angeboten. Die sympathische Montessoripädagogin kann dabei aus dem Vollen schöpfen, hat sie doch 31 Jahre Erfahrung in der Elementarbildung.

MOTOR FÜR ENTWICKLUNG

43 Pädagoginnen und Tagesmütter, alle in den Einrichtungen des Hilfswerks beschäftigt, waren an diesem Dienstagabend mit dabei. Gestartet hat der Online-Vortrag mit einer kurzen Erläuterung zum Experimentieren und seiner enorm wichtigen Bedeutung für Kinder. Naturwissenschaftliche Phänomene begreifen, Hypothesen bilden, Zusammenhänge erkennen – das sind die Eckpfeiler eines Experiments. Für Kinder, die von Natur aus neugierig sind, ist das eine wertvolle Möglichkeit, Neues zu erfahren, Zusammenhänge zu erkennen und so selbstwirksam zu sein. Gleichzeitig lernen Kinder, ihre Erkenntnisse und Eindrücke mittels Sprache auszudrücken. Für Kinder spielt auch die emotionale Sicherheit, also das Vertrauen in die Bezugspersonen, eine wichtige Rolle



Ermöglichen Sie den Kindern möglichst viele sinnliche Erlebnisse!

beim Lernen. Die vertraute Umgebung des Kindergartens ist daher – neben dem individuellen Interesse – ein optimaler Nährboden für den Forscherdrang eines Kindes.

PRAKTISCHE TIPPS

Auch Pädagoginnen und Pädagogen haben nicht auf alle Fragen – sofort – eine Antwort. „Muss man auch nicht“, so Weitz-Marx. Wichtig ist, dass die Pädagoginnen und Pädagogen weiterführende Fragen stellen, wie zum Beispiel „Was siehst du?“ oder „Wie hat sich das verändert?“. Oder man macht sich gemeinsam, entweder in einem Buch oder auch auf einem Tablet, auf den Weg, um die Lösung zu finden. „Dabei kommt man oft so richtig ins Philosophieren mit den Kindern“, zeigt sich Weitz-Marx begeistert. Es sind auch keine großen Anschaffungen

nötig, um zu experimentieren. Petra Weitz-Marx empfiehlt eine gut zugängliche „Forscherstation“, in der das Forschungszubehör Platz findet. Idealerweise in durchsichtigen Behältern, damit die Kinder gleich erkennen, worum es sich handelt und zusätzlich motiviert werden.

Fragen nach der Umsetzbarkeit der Experimente bei Kleinkindern ab einem Jahr kamen von einer Tagesmutter. „Bei den Kleinsten geht es vor allem darum, ihnen vielfältige und unterschiedliche Sinneserfahrungen zu ermöglichen, wie z. B. das Berühren von Gras oder das Angreifen kleiner Gegenstände“, empfiehlt die Pädagogin. Die Teilnehmerinnen waren begeistert von der Fülle an praxisbezogenen Tipps und sehr motiviert, vieles davon in ihrer täglichen Praxis mit den Kindern auszuprobieren. ■



TIPPS

TIPPS ZUR AUSWAHL DER EXPERIMENTE

- Günstige und leicht erhältliche Materialien wählen
- Sicherheitskonzept beachten (Schutzbrille, Handschuhe ...)
- Alltagsbezug herstellen
- Kinder sollen Experimente selber durchführen können
- Wiederholungen anbieten
- Experimente können aufeinander aufbauen

„Tea Time“ im Jugendzentrum

Das Hilfswerk leistet tolle Jugendarbeit. Wir haben uns einen Nachmittag lang vor Ort umgehört, was die Jugendlichen bewegt und was sie an den Jugendzentren besonders mögen.



Veronika schmiedet den Nachmittagsplan mit der coolen Jungs-Gruppe.

Es ist früher Nachmittag bei strahlendem Sonnenschein, als Betreuerin Veronika die Türe zum Jugendzentrum aufsperrt und bereits die ersten Jugendlichen eintreffen. Die 13-jährigen Burschen sind gleich nach der Schule gekommen, um Tischtennis zu spielen. Im Laufe unseres Gesprächs trudeln weitere Jugendliche ein, die vor allem „Freundinnen und Freunde treffen und chillen wollen“. Die Pädagogin Veronika kennt sie alle persönlich, arbeitet sie doch mit einigen von ihnen bereits seit Jahren zusammen. „Unsere Jugendlichen kommen aus allen Bevölkerungsschichten. Die meisten aber verbindet die Tatsache, dass sie am Nachmittag zu Hause keine Ansprechpersonen haben, weil die Eltern arbeiten oder aus anderen Gründen nicht zur Verfügung stehen. Dafür gibt es die „Tea Time“, bei der sich alle gerne um den riesigen Esstisch versammeln. Veronika hat

für die Kids stets ein offenes Ohr. Sie hört genau zu und spricht bei größeren Problemen einzeln mit ihren Schützlingen. Spontan je nach Wunsch der Jugendlichen organisiert sie auch Wanderungen auf den Berg oder eine Radtour und plant coole Veranstaltungen mit externen Profis, wie kürzlich den Graffiti- oder den Erste-Liebe-Workshop.

TALK & LEARN

Was sind die wichtigsten Eigenschaften, die man für den Beruf der Jugendbetreuerin mitbringen muss? „Man muss offen und authentisch sein, nur so funktioniert nachhaltige Beziehungsarbeit, und man bekommt irrsinnig viel zurück“, ist Veronika überzeugt. In den Jugendzentren lernen die Jugendlichen, respektvoll und wertschätzend miteinander umzugehen. „Wenn die jüngeren Kids dann die älteren zum selbst gekochten Essen einladen und umgekehrt dann die älteren die jüngeren bei der Hausübung



Das Betreuungsteam bei der Lieblingsbeschäftigung der Jugendlichen – quatschen, chillen und relaxen! V.l.n.r.: Fabian, Max, Katrin, Verena, David, Alexandru sowie Andy.



Die besten Partys finden in der Küche statt. Miteinander kochen und essen erfreut sich größter Beliebtheit.

unterstützen, dann bin ich happy. Das ist das Optimum“, so die energiegeladene 28-jährige Pädagogin. Auch Fehler zu machen ist erlaubt, das gehört dazu. „Uns ist es nur extrem wichtig, dass die Jugendlichen in die Selbstverantwortung kommen. Wir ermutigen sie, Struktur in ihrem Alltag zu schaffen und etwas aus ihrem Leben zu machen“, erläutert die Pädagogin.

SKATEN & RAPPEN AM SEE

Max, Katrin, Verena sowie Praktikant Andy gehören zum Team eines weiteren Jugendtreffs. In dieser

Stadtgemeinde besuchen viele Jugendliche mit Migrationshintergrund das Jugendzentrum, das von Max geleitet wird. Er hat selbst brasilianische Wurzeln und kennt daher die Lebensrealität vieler Jugendlicher aus erster Hand. Hier hat die Musik, neben vielen sportlichen Aktivitäten wie Skateboarden mit Skate-Amateurin Katrin oder Baden am nahegelegenen See, einen hohen Stellenwert. Max selbst ist leidenschaftlicher Gitarrist in einer Band und hat einige der Jugendlichen bereits mit dem Musik-Virus infiziert. So ist aus dem

DIE JUGEND-CREW IM WORD-RAP MIT DER HAND IN HAND

Ich liebe meinen Job, weil ...

... ich junge Menschen fördern kann, die ohne uns nicht so leicht weiterkommen würden. **(Verena)**

... ich gut zuhören, für die Jugendlichen da sein und sie auffangen kann und meine Arbeit sinnstiftend ist. **(Katrin)**

... ich unendlich viel Hoffnung in den Augen der Jungen sehe. **(Max)**

... ich Menschen ganz einfach mag. **(Andy)**

18-jährigen Alexandru, der das Zentrum als „sein zweites Zuhause“ bezeichnet, ein toller Rapper geworden, der seine Texte sogar selbst schreibt. „Ich sehe das Leuchten, das Feuer in den Augen der Kids und begreife mich als Brückenbauer ins Erwachsenenleben mit all seinen Ups and Downs“, schwärmt Max über seine Arbeit. Katrin und Verena sind auch in der mobilen Jugendarbeit in der Region unterwegs. An Plätzen, die Jugendliche gerne aufsuchen, stehen sie beratend zur Seite und motivieren sie zu (Freizeit-)Aktivitäten. ■



Überzeugend einfaches Blutdruckmessen

bosomedicus uno ist ein besonders einfaches und verlässliches vollautomatisches Oberarmblutdruckmessgerät der neuesten Generation. Es lässt sich mit nur einem Knopfdruck bedienen. Die intelligente Aufpumpteknik ermöglicht ein sanftes Aufpumpen ohne Nachpumpen. **bosomedicus uno** speichert zum Vergleich automatisch den letzten Messwert und erkennt Herzrhythmusstörungen während der Messung für die sichere Blutdruckkontrolle. Seit Jahrzehnten vertrauen weltweit Millionen von zufriedenen Anwendern auf präzise Blutdruckmessgeräte von **boso**.



Weitere Informationen unter www.boso.at
Erhältlich in Apotheke und Sanitätsfachhandel
Unverb. Preisempf. 67,90 Euro

BOSCH +SOHN **boso**

HARTMANN
+

MoliCare® bietet bei Inkontinenz die bewährte Kombination von **Sicherheit** und **optimaler Hautverträglichkeit** (pH-Wert 5,5).

MoliCare®
Sicherheit. Jeden Tag.

Gratismuster
& Beratung bei
Ihrem Bandagisten
oder unter
molicare.at

„Ich fühl
mich
gut“

www.molicare.at

Kleine Werbeanzeige, noch kleinere Leasingraten.¹⁾



Der vielseitige

S-CROSS

Entdecken Sie seine besonders günstigen Leasingraten ab € 179,-¹⁾ und Sie fahren fortan vier in einem: Ob Stadt, Land, Ausflüge mit der Familie oder zügig durch den Business-Alltag – der Suzuki S-CROSS ist dank selbstaufladendem Mild- oder Strong-Hybrid-System auch besonders sparsam. Auf Wunsch auch mit ALLGRIP SELECT Allradantrieb. Wer hätte das gedacht! Dieses und viele weitere günstige Leasingangebote bei Ihrem Suzuki Händler und auf www.suzuki.at

Verbrauch „kombiniert“: 5,2-5,9 l/100 km, CO₂-Emission: 118-133 g/km²⁾



1) Berechnungsbeispiel: Restwertleasingangebot für Verbraucher gemäß §1 KSchG, inkl. € 1.000,- Finanzierungsbonus und € 500,- und Versicherungsbonus für den Suzuki S-CROSS 1,4 Hybrid clear; Aktions-/Barzahlungspreis € 24.490; Eigenleistung € 6.367,40; Monatsrate € 179; Laufzeit: 48 Monate; Kilometerleistung 10.000 Km pro Jahr; Restwert € 13.435,53; Sollzinssatz fix 6,20%; Effektivzinssatz 6,68%; einmalige Rechtsgeschäftsgebühr € 173,53; Gesamtleasingbetrag € 18.122,60; Gesamtbetrag € 28.568,46. Kaufpreis beinhaltet 1.000 € Finanzierungsbonus (bei Finanzierung über Suzuki Finance) und 500 € Versicherungsbonus (bei Abschluss der KFZ-Versicherungen, bestehend aus Kfz- Haftpflicht-, Kasko- und Insassenunfallversicherung, über die GARANTA Versicherungs-AG Österreich). Laufzeit: 12-48 Monate. Neuwagenangebot von Suzuki Finance, ein Geschäftsbereich der Toyota Kreditbank GmbH Zweigniederlassung Österreich. Angebot gültig bis 30.09.2023. 2) WLTP-geprüft. Druckfehler, Irrtümer und Änderungen vorbehalten. Symbolfoto. Mehr Informationen auf www.suzuki.at oder bei Ihrem Suzuki Händler.



Rätsel für Jung und Alt

An das Hilfswerk Österreich,
Grünbergstraße 15/2/5, 1120 Wien

Ja, ich möchte ein Exemplar „Was sich bewährt hat“ gewinnen.

Die Bücher werden freundlicherweise von Styria Buchverlage zur Verfügung gestellt. Der Rechtsweg ist ausgeschlossen.

Vorname:

Name:

Straße/Hausnr.:

PLZ/Ort:

Senden Sie diesen Kupon mit der eingetragenen Lösung ein und gewinnen Sie! Auflösung im nächsten Heft.

Unsere Rätselseite von Gedächtnistrainer Mag. Martin Oberbauer. Finden Sie die Lösung und gewinnen Sie ein Exemplar von „Was sich bewährt hat“ von Inge Friedl.

1 DER NASE NACH

Wie oft finden Sie das Wort NASE senkrecht (von oben nach unten und von unten nach oben) in der folgenden Buchstabenwolke?

N E S A S E N S A N
A S A E N A S N A E
S S E S A S A A S S
E A N A N N S S A E
A N E N A A E E N S
N A S E S S S N E A
N E A S E S A E N N
E S N A N E N A A S
S A E N A N E N S A
A N E S N A N S E N

2 WOHLGERUCH

Wenn man 5 Tonnen Rosenblätter braucht, um einen Liter ätherisches Rosenöl zu erzeugen, wie viel Kilogramm Rosenblätter braucht man für zwei Milliliter Rosenöl?

3 DÜFTE

Wie lautet das Zitat von Lü Bu We aus dem Buch „Frühling und Herbst des Lü Bu We“?

D_e N__tur __er Na_e is__ __s, D__te __u l__ebe__; a__er
__e_n da__ He_z ni_h__ he__t_r __st, s__ mö__en a__le
D__fte __inen u__geb__n __nd m__n r__e__ht si__ __ic__t.

AUFLÖSUNG AUS DEM LETZTEN HEFT

- Hör mal!** 24x OHR, nicht dazu passt ein „C“
- Zwischenohrreich** a. OHR, b. LAUT, c. LEISE, d. HAMMER
- Horchen** 481 + 340 + 28 + 2 = 851 Tage.

BUCHTIPP: Was sich bewährt hat

Die einfachen Dinge des Lebens schätzen lernen: Wie wir wieder den simplen Freuden des Lebens fröhen können.

Die Historikerin Inge Friedl zeigt uns in diesem Buch, wie wir in einem Alltag der Reizüberflutung zu mehr Ruhe

zurückfinden können und was uns die Lebensweisheiten der Menschen von anno dazumal sagen können. Sie erzählt uns von Menschen, die aus wenig viel machten – und trotzdem glücklich waren.

Inge Friedl
Was sich bewährt hat
ISBN 978-3-222-13709-9
Styria Verlag, 2022



Kriegsgefühle

Wir halten durch! Der Wille zum Widerstand gegen den russischen Angriff ist und bleibt der Klebstoff, der die Menschen in der Ukraine zusammenhält. Die Psychologin Marina ist für das Hilfswerk International in der Ukraine tätig. Sie weiß, welche Chancen und Gefahren sich hinter der vorherrschenden Gefühlslage verbergen.

Marina ist entschlossen und mutig. Ihr Ziel ist es, als Sprachrohr für die Gefühle der Ukrainerinnen und Ukrainer zu dienen. Nach ihrer eigenen Flucht aus der Donezk-Region arbeitet die 50-Jährige heute in Iwano-Frankiwsk als Psychologin in einem der drei Help Points vom Hilfswerk International. Hier steht sie tagtäglich Menschen, die besonders unter dem Krieg leiden, zur Seite. In ihrer Arbeit begegnet sie in zahlreichen Menschen den tiefen Wunden des Kriegs. Vielen fällt es schwer, ihre Befindlichkeiten auszudrücken. Deshalb will Marina als Beispiel voranschreiten: „Wir müssen dringend über das, was wir fühlen und erleben, reden, sonst frisst uns der Krieg von innen nach außen auf.“

In den facettenreichen Gesprächen mit Klientinnen und Klienten findet

die Psychologin eine robuste Gemeinsamkeit: „Das Leid, das die gesamte ukrainische Bevölkerung erlebt, lässt in uns eine kollektive Stärke sprießen. Sie verbindet uns und macht uns widerstandsfähig. Die Resilienz und der Zusammenhalt sind riesig.“ Die Hoffnung auf eine bessere Zukunft nach dem Krieg treibt die Menschen in der Ukraine an. Viele stecken ihre Energie in gemeinnützige Arbeit und Hilfeleistungen für andere. Das Gemeinschaftsgefühl gedeiht durch die Hilfsbereitschaft.

KINDHEITS(T)RÄUME

Die emotionale Entwicklung von Kindern und Jugendlichen muss im Krieg besonders gefördert werden. Sozialer Austausch mit Gleichaltrigen, der für die individuelle Entwicklung besonders wichtig ist, ist durch Schulschließungen erschwert. Viele Kinder sind traumatisiert und haben





Psychologin Marina unterstützt die Kinder bei der Aufarbeitung ihrer Traumata.



In den Help Points können Kinder den Krieg ausblenden und ganz Kind sein.

einen oder beide Elternteile verloren. Eine sorglose Kindheit gibt es momentan in der Ukraine nicht. „Wenn die Kinder jetzt keinen konstruktiven Umgang mit ihren Gefühlen lernen, werden sie es schwer haben, den Krieg zu verarbeiten“, so Marina. Die Psychologin plädiert daher für altersgerechte Räumlichkeiten für Kinder und Jugendliche. Die drei Help Points des Hilfswerk International sind quer über das Land verstreut. Einerseits dienen sie als Anlaufstelle für Geflüchtete. Andererseits werden hier sichere Räume für Kinder und Jugendliche kreiert, wo gespielt, gebastelt und geplaudert werden kann. Sie können hier einfach Kind sein und sich spielerisch entwickeln.

In Gesprächen mit jungen Leuten zeigt sich für Marina eine berührende Erkenntnis: „Meine Beobachtung ist eine Werteverstärkung unter jungen

Menschen. Im Vergleich zur Zeit vor dem Krieg legen sie ihren Fokus mehr auf soziale Beziehungen und weniger auf Materielles. Ich habe oft gehört, dass junge Menschen der Meinung sind, der Krieg habe sie zu einem besseren Menschen gemacht. Auch sie konzentrieren sich mit großer Hoffnung auf die Zeit nach dem Krieg.“

SCHATTENSEITEN

Die Hoffnung auf eine bessere Zukunft bewertet Marina jedoch nicht nur förderlich: „Wir müssen aufpassen, dass wir uns nicht in einer Traumwelt verlieren und die Realität ausblenden. Wenn die Erwartungen an die Zukunft nämlich zu groß sind und nicht wie erhofft eintreffen, könnte das für viele Menschen zu einer unerträglichen Belastung führen.“

Unabhängig davon, was die Zukunft bringt, wird die psychosoziale Unter-

stützung in der Ukraine ein Kernthema bleiben. Kinder werden in den nächsten Jahren ihre Kriegstraumata aufarbeiten müssen. Soldaten kommen hoffentlich unversehrt nach Hause und bringen schweren Ballast von der Front mit. Eltern haben ihre Kinder verloren und umgekehrt. Marina betont, dass all diese Menschen psychosozialen Beistand brauchen. Bei den Help Points des Hilfswerk International finden sie ihn.

HILFSWERK INTERNATIONAL NOTHILFE

Neben den Help Points leistet das Hilfswerk International auch Hilfe für Kinderkrankenhäuser. An der Front werden Nothilfepakete verteilt und Stromgeneratoren bereitgestellt. Nach der Zerstörung des Kachowka-Staudamms versorgt das Hilfswerk International in der Region Nikopol mehr als 20.000 Menschen mit dringend benötigtem Trinkwasser. ■



Hannes Lora

Geschäftsführer Hilfswerk Kärnten

Liebe Seniorinnen und Senioren!

Wussten Sie, wenn Sie zu Ihrer Pension ein zusätzliches selbständiges Einkommen haben und unter dem Veranlagungsfreibetrag von 730 Euro liegen, dass sie keine Einkommensteuer bezahlen müssen? Was bedeutet 730 Euro Veranlagungsfreibetrag?

Im EStG § 41 ist geregelt, dass Sie unter dem Veranlagungsfreibetrag von 730 Euro nicht verpflichtet sind, eine Einkommensteuererklärung einzureichen. 730 Euro bedeutet aber, dass dieser Betrag eine Nettogrenze (Gewinn) ist. Das Honorar für diverse selbständige und gewerbliche Tätigkeiten kann durchaus höher sein, wenn die Ausgaben dafür dementsprechend hoch sind.

BEISPIEL:

Honorar als Imker/Vortragender

Umsatz:	€ 2.500,-
Wareneinsatz	€ 900,-
Fortbildungskosten	€ 300,-
Telefon und Internet	€ 330,-
Fahrtkosten	€ 200,-
Ausgaben	€ 1.730,-
Gewinn (netto)	€ 770,-
abzgl. Freibetrag	€ 115,50,-

Gewinn n. GFB € 654,50,-

Betrugsanrufe – so schützt man sich

Immer wieder werden – vor allem ältere Menschen – mit Betrugsanrufen hinters Licht geführt. Chefinspektor Rainer Tripolt gibt hilfreiche Tipps, wie man sich schützen kann.

Oft werden gezielt ältere Menschen angerufen, die Betrüger/innen geben sich am Telefon als Polizisten aus, stellen Fragen über Geld, Vermögen und erfinden Lügengeschichten, damit die Opfer ihnen Geld und Wertgegenstände übergeben. In einigen Fällen geben die Betrüger/innen am Telefon bekannt, dass ein „Polizist“ in Zivilkleidung die Wertsachen abholen kommt. Mit psychologischen Tricks ziehen die Betrüger/innen das Telefonat in die Länge und versuchen, die Opfer am anderen Ende der Leitung maßgeblich zu verwirren. Die Betrüger/innen ersuchen um strengste Geheimhaltung und weisen die Gesprächspartner/innen an, das Telefonat nicht zu beenden.

SO SCHÜTZT MAN SICH

Wir haben mit dem Chefinspektor des Landeskriminalamtes der Landespolizeidirektion Kärnten, Rainer Tripolt, gesprochen und ihn um eini-

ge Tipps gebeten. In der folgenden Liste finden Sie die wichtigsten Punkte, die er uns ans Herz gelegt hat:

- Vorsicht bei unbekanntem Anruferinnen und Anrufern
- Fragen Sie sich: Kann die Geschichte stimmen? Sprechen Sie sofort mit Verwandten oder Freunden!
- Geben Sie keine Details über Ihr Vermögen preis!
- Lassen Sie sich nicht unter Druck setzen – Legen Sie auf!
- Lassen Sie keine Unbekannten in Ihre Wohnung!
- Übergeben Sie niemals Geld oder Gold an Unbekannte!
- Fordern Sie von angeblichen Polizisten einen Dienstaussweis!
- Kontaktieren Sie die Notrufnummer 133 und fragen Sie, ob es diesen Polizisten wirklich gibt!
- Nehmen Sie Warnungen von Bankangestellten ernst!

„Man kann sich einige Dinge merken: Die echte Polizei ruft Sie nicht an und fordert Geld von Ihnen, erkundigt sich nicht über Ihr Vermögen oder möchte dieses sicherstellen und kommt schon gar nicht zu Ihnen nach Hause, um Ihr Vermögen mitzunehmen. Im Zweifelsfall, wenn Sie den Verdacht haben, dass es sich um einen Betrug handeln könnte, rufen Sie sofort die Polizei unter 133“, so Rainer Tripolt abschließend. ■



DIABETIKERVERSORGUNG, BLUTZUCKER-MESSUNG & SICHERHEITSPRODUKTE im Pflegebereich

Wellion® GALILEO Blutzuckermessgeräte

- Teststreifenauswurfaste zur Senkung des Infektionsrisikos



Wellion® SAFETY LANCETS Sicherheitslanzetten

- Schutz vor Nadelstichverletzungen (Infektionen)

Wellion® PROTECT PRO Sicherheitspennadeln

- Sichere Insulininjektion – Schutz vor Nadelstichverletzungen



Wellion® Safety-Station

- Optimale Aufbewahrung Ihrer Blutzucker-Messutensilien
- Sichere Entsorgung von gebrauchtem Zubehör



Kostenlose Schulung Ihres Pflegepersonals

Kostenlose Überprüfung der Messgeräte

- Kostenlose und dokumentierte Überprüfung der zur Verfügung gestellten Geräte im Rahmen des Qualitätsmanagements



wir bieten ein

SICHERHEITS-GESAMTKONZEPT

welches die Sicherheits-Produkte zur Blutzuckermessung und Insulininjektion für Pflege- und Seniorenheime und Mobile Pflegedienste beinhaltet!

MED TRUST mit der Marke Wellion
österreichisches Familienunternehmen & verlässlicher Partner im Gesundheitsbereich

SERVICE UND DIABETIKER PRODUKTE - ALLES AUS EINER HAND

