

Hand in Hand

Zeitschrift für Gesundheit, Familie und Soziales



HILFSWERK

3 | 2020

Wie die Zeit vergeht!

Gut so, keine Angst vor dem Alter. > 4

Hilfswerk Notruftelefon.
Sicher zu Hause und unterwegs. > 9

Projekt. Mit „VitaBlick“ auf
virtuelle Reise gehen. > 12/13

Vielen Dank. Nützliche
Spenden in Corona-Zeiten. > 18



ÖSTERREICH
HILFT
ÖSTERREICH

ORF
WIE WIR.

VERONIKA HILFT HELMUT

HILFSWERK

Helfen Sie uns helfen. Damit wir weiterhin Menschen in Not unterstützen können.
Jetzt spenden: AT06 2011 1800 8076 0700 | Mehr auf [helfen.at](https://www.helfen.at)

Eine Initiative
des ORF und:

Caritas

Diakonie



volkshilfe.



EDITORIAL

Mag. Karl Schiessl,
Geschäftsführer Burgenländisches Hilfswerk

Wellenreiten erfordert Disziplin

Die Corona-Epidemie ist leider noch nicht ausgestanden. Höchste Vorsicht im Eigeninteresse und größtmögliche Rücksichtnahme auf Mitbürger wäre nach wie vor dringend notwendig. Man muss leider sagen: „wäre“, denn die Realität sieht anders aus. Viele verweigern immer noch den Mund-Nasen-Schutz, die empfohlenen Mindestabstände werden oft nicht eingehalten, entsprechende Anweisungen oder Bodenmarkierungen in Geschäften und sogar in öffentlichen Verkehrsmitteln werden vielfach ignoriert. Diese Sorglosigkeit stellt uns im Pflegebereich vor größte Probleme, betreuen wir doch meist Angehörige der höchsten Risikogruppe. Unsere Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter können sich in den Seniorenpensionen und in der mobilen Pflege zu Hause noch so sehr um höchste Hygiene- und Sicherheitsstandards bemühen – wenn nicht die ganze Umgebung mitspielt, stehen wir auf verlorenem Posten.

Wir können daher nur an alle appellieren: Bitte beachten Sie die sattsam verlaublichen Sicherheitsregeln in Beruf und Freizeit und machen Sie andere aufmerksam, die Mindestabstand, Maskenpflicht usw. missachten. Gerade dort, wo auf den ersten Blick wenige Risikopersonen unterwegs sind, nimmt die Super-Verbreitung des Virus oft ihren Ausgang, siehe Après-Ski-Bars, Schlachthöfe usw. Die meisten Todesfälle und schwersten Krankheitsverläufe gab es dann aber in Altenwohn- und Pflegeheimen. Nur auf einen bald kommenden Impfstoff und das Ausbleiben einer zweiten Corona-Welle zu hoffen ist zu wenig. Unser „altes Leben“ mit den gewohnten Freiheiten und Sicherheiten für alle bekommen wir nur zurück, wenn wir der Virusgefahr diszipliniert und rücksichtsvoll begegnen – mit richtig angelegtem Mund-Nasen-Schutz, häufigem Händewaschen und Einhaltung von Abständen. Das sind wir nicht nur Risikopersonen, sondern allen Mitmenschen schuldig.

COVERSTORY

4 Aktiv ins Alter.

Wieder ein Jahr älter? Kein Grund, Trübsal zu blasen!

PFLEGE & BETREUUNG

8 Bewährte Hilfswerk-Ratgeber.

Jetzt kostenlos bestellen.

9 Notruftelefon. Sicher zu Hause und unterwegs.

11 Fortbewegung. Hilfreicher „Geh-Walker“.

12 Projekt. Mit „VitaBlick“ auf virtuelle Reise gehen.

14 Aus den Seniorenpensionen

18 Spende. ÖVP-Mandatare unterstützen Hilfswerk.

19 Idee der Stunde. „Moch a Gesicht!“

KINDER & JUGEND

20 FIDI-Comic

21 Othmar Karas. Mehr Geld für die Elementarbildung!

HILFSWERK

23 Preisrätsel

24 Libanon. Hilfswerk International hilft syrischen Flüchtlingen.

27 HILFSWERK ON TOUR

29 Dies & das im Hilfswerk. Personalia, „Krimi-Schnalzer“ und neue Video-Clips.

30 Adressen

Medieninhaber und Herausgeber: Burgenländisches Hilfswerk, Robert-Graf-Platz 1, 7000 Eisenstadt **Redaktionsadresse:** Zeitschrift Hand in Hand, Burgenländisches Hilfswerk, Robert-Graf-Platz 1, 7000 Eisenstadt, Tel. 02682/651 50, Fax 02682/651 50-10, E-Mail: office@burgenland.hilfswerk.at **Redaktion Burgenland:** Helmut Ribarits **Redaktion Österreich:** Christa Fürchtegott, Martina Goetz, Daniela Gutschi, Gerald Mussnig, Heiko Nötstaller, Helmut Ribarits, Angelika Spraidler, Viktoria Tischler, Roland Wallner **Bildnachweis, Fotos:** Shutterstock (Cover & Seiten 3/5/Krakenimages.com, 6/wavebreakmedia, 23/C. Na Songkhla, 23/bigacis), 7/Gerald Lechner, 9/Hilfswerk NÖ/Franz Gleiss, 24/25/Hilfswerk International, Hilfswerk Österreich/Johannes Puch/Suzy Stöckl, Burgenländisches Hilfswerk (Einige Fotos wurden vor der Maskenpflicht und den Abstandsregeln aufgenommen.) **Gesamtauflage:** 80.000 Stück **Vertrieb:** 90 % persönlich adressierte Sendungen **Offenlegung:** https://www.hilfswerk.at/oesterreich/impressum/ **Anzeigenverkauf (Gesamtauflage):** Hilfswerk-Bundesgeschäftsstelle, Tel. 01/40 57 500 **Anzeigenverkauf Burgenland:** Burgenländisches Hilfswerk, Tel. 02682/651 50 **Layout/Produktion:** Egger & Lerch Corporate Publishing, 1030 Wien **Druck:** Wograndl, 7210 Mattersburg. **Widerruf:** Ich bin mit der regelmäßigen Zusendung der Zeitschrift für Gesundheit, Familie und Soziales „Hand in Hand“ einverstanden. Diese Einwilligung kann ich jederzeit per E-Mail an datenschutz@hilfswerk.at oder mittels Brief an das Hilfswerk Österreich, Grünbergstraße 15/2/5, 1120 Wien, widerrufen.

Wieder ein Jahr älter? Kein

Aktiv ins Alter. Was wie ein Werbeslogan klingt, ist mittlerweile das Motto vieler älter werdenden Menschen. Auch wenn die Kraft im Alter etwas nachlässt und so manches etwas beschwerlich wird, ist das noch lange kein Grund zur Beunruhigung und in gewissem Maße auch ganz normal. Sich körperlich und geistig fit zu halten ist die wichtigste Voraussetzung, um aktiv und positiv gestimmt älter zu werden.

„Rosi, kannst du mir bitte mal kurz helfen?“, ruft Hanna vom Fenster in den kleinen Garten hinunter, wo Rosi gerade Unkraut zupft. Dafür muss die 78-Jährige auch gar nicht am Boden kauern, denn die Enkelkinder haben für sie und ihre Mitbewohner/innen ein Hochbeet gebaut, das auch von älteren Personen leicht bearbeitet werden kann. Vor ein paar Jahren stellte sich Rosi die Frage, wie und wo sie alt werden möchte. Die Heimhilfe, die ihr ab und zu bei den Haushaltstätigkeiten half, erzählte ihr von der Senioren-Wohngemeinschaft, die sie ebenfalls in regelmäßigen Abständen betreut. Nach einem Besuch und gegenseitigem Kennenlernen war die erste Skepsis schnell verfliegen, man war sich sofort sympathisch. Das ist wichtig, wenn man sich entschließt, seinen Lebensabend mit gleichgesinnten älteren Menschen in einem gemeinsamen Haus zu verbringen.

Gesellschaft im Wandel

Menschen in den westlichen Wohlstandsgesellschaften leben heute so gesund und lange wie keine Generation zuvor. In Österreich werden laut Statistik Austria Frauen im Durchschnitt 84 Jahre, Männer 79,3 Jahre alt, Tendenz steigend. Eine positive Entwicklung, auf die sich die Gesellschaft allerdings vorbereiten muss. Persönlich sollte man nicht den Kopf in den Sand stecken, sondern sich proaktiv darauf vorbereiten. Rechtzeitig damit anzufangen ist sinnvoll!

„Natürlich ist es nachvollziehbar, dass das Älterwerden manchen Menschen

Unbehagen bereitet, denn diese Lebensphase ist wie keine andere stark mit gewissen Vorstellungen behaftet, wie zum Beispiel Krankheit oder Einsamkeit“, erzählt Psychologin und Hilfswerk-Pflegeexpertin Sabine Maunz. „Es ist unrealistisch, wenn man erwartet, mit 80 Jahren 100% gesund zu sein. Aber aus meiner langjährigen Erfahrung weiß ich, dass viele Menschen auch mit chronischen Erkrankungen ein gutes Leben führen können. Und es ist wichtig, neben dem Körper auch auf Geist und Seele zu achten.“

Dem Alter positiv begegnen

Je gelassener man dem Alter entgegenguckt, je früher man sich positiv darauf einstellt, desto besser wird einem das Älterwerden gelingen. Vorausdenken ist dabei oft schon die halbe Miete! Leider machen sich viele Menschen erst sehr spät Gedanken darüber. Es lohnt sich, sich rechtzeitig damit auseinanderzusetzen, was einen später erwarten wird oder wie, wo und mit wem man seine „goldenen Jahre“ verbringen möchte. Womit möchte man sich im Alter beschäftigen, möchte man Reisen unternehmen, sich um die Enkelkinder kümmern oder sich sogar ehrenamtlich betätigen und für andere da sein? Ziele und Pläne zu haben, auch im Alter, das hilft! Dass die Gesundheit nicht immer so mitspielt, wie man das gerne hätte, kommt natürlich auch vor. Wichtig ist es dabei, alters- oder krankheitsbedingte Einschränkungen anzunehmen und zu lernen, damit umzugehen. Verdrängen ist meist kein guter Ratgeber.

Seien Sie aktiv!

Auch wenn private Senioren-Wohngemeinschaften, so wie oben beschrieben, eine durchaus interessante Alternative zum Älterwerden in den eigenen vier Wänden oder zum Pflegeheim darstellen, sind sie heutzutage eher noch die Ausnahme. Das Beispiel von Rosi und ihren Mitbewohnerinnen und Mitbewohnern zeigt jedoch auf, dass Alternativen möglich sind, dass man durchaus auch „über den Tellerrand hinaus“ denken darf, wenn man sich Gedanken über das Älterwerden macht. Der Angst vor Einsamkeit entgeht man in einer betreuten Wohnform oder einer Wohngemeinschaft sicherlich eher, als wenn man alleine in den eigenen vier Wänden wohnt. „Regelmäßig soziale Kontakte zu pflegen, kann ein wahrer Jungbrunnen sein und schützt vor Einsamkeit“, bestätigt Sabine Maunz. „Wählen Sie Ihre Aktivitäten danach, wie fit Sie sich fühlen. Der Bogen kann sich von gemeinsamen Ausflügen über Kaffeehausbesuche bis zu regelmäßigen Tanzabenden spannen. Seniorentreffs beispielsweise eignen sich hervorragend, um Bekanntschaft mit anderen Menschen zu machen. Gegen einen gelegentlichen nachbarschaftlichen Plausch über den Gartenzaun hinweg ist auch nichts einzuwenden. Selbst regelmäßiges und ausgiebiges Telefonieren mit Familienangehörigen oder Freunden stärkt das Gefühl, sozial verbunden zu sein. Nehmen Sie am familiären Leben teil – das geht auch am Telefon.“ Neben dem Pflegen der sozialen Kontakte bedeutet aktiv sein aber auch

Grund, Trübsal zu blasen!

sprichwörtliche Aktivität, denn Bewegung ist ja bekanntlich „das halbe Leben“. Körperliche Bewegung sorgt dafür, dass unser Gehirn gut mit Sauerstoff versorgt wird, beugt Herz-Kreislauf-Erkrankungen vor und kann auch mal den Geist von trüben Gedanken befreien. Die Bandbreite an Möglichkeiten ist sehr groß – auch mit gewissen gesundheitlichen Einschränkungen ist Bewegung möglich, selbst bis ins hohe Alter. Erkundigen Sie sich bei Turn- und Sportvereinen oder Volkshochschulen in Ihrer Umgebung, viele bieten spezielle Kurse für Seniorinnen und Senioren an. Falls Sport nicht möglich ist, steigen Sie auf tägliche Spaziergänge an der frischen Luft um – diese kurbeln den Kreislauf an und halten fit. Variieren Sie Tempo, Länge und Strecken, je nach täglicher Verfassung. Selbst im Sitzen oder Liegen ist Mobilisierung möglich! Lesen Sie dazu die Tipps unserer Expertin auf Seite 7. >>



Mit beiden Beinen im Leben stehen

Auch Rosi hat manchmal schlechtere Tage. Ein Bandscheibenvorfall vor einigen Jahren macht ihr immer wieder zu schaffen, manchmal mehr, manchmal weniger. Sie vermisst auch ihre Tochter, die nach Portugal ausgewandert ist. An solchen Tagen sagt sie sich selbst: „Sei doch stolz auf das, was du geschafft hast im Leben, worauf du zurückblicken kannst!“ Und stolz ist sie, dass sie einige richtige Entscheidungen in ihrem Leben getroffen hat, ihrer Tochter gemeinsam mit ihrem Mann eine Zukunft bieten konnte. Nur der zu früh eingetretene Tod ihres Mannes

war ein echter Schicksalsschlag für sie. Umso mehr freut sie sich oft über die Gesellschaft ihrer Mitbewohner/innen, an so manchen Abenden werden Geschichten erzählt, es wird Karten gespielt oder gemeinsam ein Film angeschaut. Als sie vor kurzem einige Tage lang schlechte Stimmung hatte, brachte ihr die Heimhilfe ein paar Broschüren mit und legte sie mit den Worten „Sie müssen nicht alles alleine schaffen, Frau Rosi“ auf den Küchentisch. Diese Worte sollten Sie sich zu Herzen nehmen und nicht zögern, ärztliche oder psychologische Hilfe in Anspruch zu nehmen, sollten Sie sich längere Zeit schlecht fühlen, oft traurig oder antriebslos sein.

Sich wohl in seiner Haut fühlen

Jenseits der etwas bedrückenden Bilder des Älterwerdens, die weit verbreitet sind, kommt es besonders auf den eigenen Umgang mit dem Älterwerden an. Auch wenn die Haare grauer oder die Falten mehr werden, nehmen Sie sich, wie Sie sind, und blicken Sie positiv in die Zukunft. Freuen Sie sich auf das, was noch kommt, nehmen Sie die Herausforderungen des Lebens an und ihre persönlichen Chancen wahr. Warum nicht im Alter noch lernen, Schach zu spielen oder ein Smartphone zu bedienen? <





Ingrid Wendl – immer in Bewegung

„Überwinden muss man sich schon“, sagt Ingrid Turković-Wendl, ehemalige Europameisterin im Eiskunstlauf und Hilfswerk-Schirmherrin, die vor kurzem ihren 80. Geburtstag feierte und sich täglich fit hält. „Aber man muss es einfach machen. Zuerst wissen, wo die persönlichen Schwachstellen liegen, und dann mit passenden leichten Übungen beginnen. Ich fange immer mit meiner Lieblingsübung an. Und wenn ich dann spüre, wie gut es meinem Körper tut, bleibe ich dran und mache die nächste Übung und noch eine. Und denken Sie daran – je stärker das Muskelkorsett, desto stabiler unsere Haltung.“



Ihre Fragen an unsere Expertinnen und Experten

**Psychologin und
Pflegeexpertin**

**Sabine Maunz, Hilfswerk Österreich,
beantwortet Ihre Fragen:**

Brigitte F. aus Unterach: „*Es heißt immer, man soll viel Bewegung machen, aber ich bin nicht mehr so mobil wie früher und mein Mann tut sich schwer beim Gehen. Wie können wir uns dennoch bewegen?*“

Sabine Maunz: Versuchen Sie, mehr Bewegung in Ihre Alltagsabläufe zu bringen. Nehmen Sie beispielsweise die Stiegen statt dem Aufzug, auch wenn es nur langsam geht, machen Sie eine sanfte Dehnübung daraus, wenn Sie eine Tasse aus dem Kasten nehmen oder Ihre Haare kämmen. Versuchen Sie, immer wieder einmal auf einem Bein zu stehen, am besten mit Anhalten. Das kräftigt die Muskulatur und fördert das Gleichgewicht. Auch für Ihren Mann ist eine Kräftigung und Dehnung der Muskeln wichtig. Die Wadenmuskulatur lässt sich kräftigen, indem Sie in Rückenlage die Zehen strecken und abwechselnd heranziehen. Die Oberschenkel kann man kräftigen, indem man die Fersen abwechselnd Richtung

Po zieht und wieder ausstreckt. Armkräftigung lässt sich gut im Sitzen ausführen, z. B. mit einem elastischen Band oder einer Wasserflasche als Widerstand.

Hermine B. aus Wien: „*Das Älterwerden macht mir immer mehr zu schaffen. Die körperlichen Beschwerden nehmen zu, alles strengt mich an und vor allem seit der Coronakrise mache ich mir sehr viele Sorgen, bin nervös oder schlecht gelaunt. Wie kann ich diesen Zustand ändern?*“

Sabine Maunz: Versuchen Sie Dinge zu tun, die Ihnen Freude bereiten und Sie von trüben Gedanken ablenken. Gehen Sie so viel wie möglich an die frische Luft, treffen Sie sich mit Freundinnen und Freunden oder Nachbarinnen und Nachbarn oder hören Sie sich ein schönes Musikstück an. Auch ein paar tiefe Atemzüge in den Bauchraum haben sehr viel positives Potenzial und sind immer und überall durchzuführen. Sie senken den Stresspegel, zentrieren in die eigene Mitte und heben die Stimmung. Denken Sie aber auch darüber nach, Hilfe anzunehmen. Unterstützungsangebote gibt es viele, trauen Sie sich, diese auch zu nutzen. Angefangen von der Telefonseelsorge bis hin zu den unterschiedlichen

Beratungsstellen, die sowohl telefonische Hilfe anbieten als auch Einzelgespräche, Gruppengespräche oder verschieden Formen von Therapien.

Herbert L. aus Hall: „*Ich mache täglich lange Spaziergänge mit meinem Hund, das hält mich jung. Trotzdem mache ich mir Gedanken über das Älterwerden. Was kann ich sonst noch vorbeugend tun, um fit ins Alter zu gelangen?*“

Sabine Maunz: Gesunde Ernährung! Achten Sie auf eine ausgewogene Ernährung mit viel pflanzlicher Kost und Vollkornprodukten. Milchprodukte, sofern keine Unverträglichkeit vorliegt, Fisch und maximal zwei Mal pro Woche Fleisch. Vermeiden Sie Zucker und ziehen Sie pflanzliche Fette tierischen vor. Sollten Sie rauchen, wäre es jetzt ein guter Zeitpunkt, mit dem Rauchen aufzuhören, denn Rauchen kann viele Gesundheitsprobleme verursachen. Und, nicht zuletzt, Humor bewahren und die Dinge positiv sehen – und das am besten in guter Gesellschaft, denn auch das Aufrechterhalten von Freundschaften spielt beim Älterwerden eine wichtige Rolle.

Gut informiert mit den Hilfswerk-Ratgebern

Jetzt kostenlos bestellen. Der bewährte Hilfswerk-Ratgeber „Chronischer Schmerz“ bietet eine Fülle von nützlichen Informationen, Tipps für den Alltag und praktischen Anlaufstellen für Menschen mit chronischen Schmerzen.

Das in der Broschüre „Chronischer Schmerz“ enthaltene Schmerztagebuch ermöglicht eine systematische Erfassung von Schmerzzuständen und erleichtert dadurch Ärztinnen und Ärzten, die geeignete Behandlungsform zu finden. Doch nicht nur die Schulmedizin kann bei chronischen Schmerzen Linderung verschaffen, auch die Eigeninitiative der Betroffenen ist entscheidend. Zahlreiche, einfache Tricks helfen, dem Schmerz die Stirn zu bieten und die Lebensqualität aufrechtzuerhalten. Schmökern Sie auch in weiteren Hilfswerk-Ratgebern, die Orientierungshilfen rund um die Themen Älterwerden, Vergesslichkeit sowie Alltag mit Demenz bieten: In der Broschüre „Ich bin dann mal alt“ zeigen wir, wie das menschliche Gehirn altert, und geben Ihnen Tipps, wie Sie Ihr Gedächtnis „fit“ halten können. In unserem Ratgeber „Mehr als vergesslich“ finden Sie viele Tipps aus



Kostenlose Bestellung

Bestellen Sie Ihre kostenlosen Hilfswerk-Ratgeber unter Tel. 0800 800 820 (gebührenfrei) oder unter office@hilfswerk.at

der Praxis, damit Sie den fordernden Alltag mit einem Menschen mit Demenz besser meistern können. Der Hilfswerk Pflegekompass bietet Wissenswertes über Gesundheit,

Krankheit und Älterwerden sowie zu Fragen wie z. B. was bei der Entlassung aus einem Spital zu beachten ist oder welche Unterstützungsmöglichkeiten es gibt. <



BIO CBD HANFPRODUKTE

direkt vom burgenländischen Hersteller



BioBloom.
Hemp



Die **biozertifizierten CBD Öle** von BioBloom tragen aufgrund ihrer Qualität das **AC-Gütesiegel** des unabhängigen Patientenvereins ARGE CANNA. Basis aller **Bio Hanfprodukte** sind die **gesunden Pflanzen** von den BioBloom-Feldern.

100% naturrein und ohne Zusatzstoffe
Für mehr Wohlbefinden,
innere Balance und Vitalität!



Alle Produkte sind im Onlineshop www.biobloom.at sowie telefonisch +43 664 88 74 77 10 erhältlich.

Foto: AdobeStock/vladk13 | PROMOTION

Notruftelefon: Sicher zu Hause und unterwegs

Rasche Hilfe. Das Notruftelefon steht für Sicherheit für die Benutzerinnen und Benutzer. Im Notfall werden per Knopfdruck die Fachleute des Hilfswerks alarmiert und es wird umgehend Hilfe organisiert.

Wenn ein Notfall eintritt, ist das Notruftelefon des Hilfswerks der Schutzengel: Ein Druck auf den Sender genügt und sofort wird eine Verbindung zur rund um die Uhr erreichbaren Hilfswerk-Notrufzentrale hergestellt. Da wichtige Daten der Kundinnen und Kunden vorgemerkt sind, können die Mitarbeiter/innen rasch und gezielt Hilfe organisieren. Egal ob Wochenende, Feiertag oder mitten in der Nacht: Binnen kurzer Zeit können die angegebene Vertrauensperson oder die Rettung zur Stelle sein.

Überall sicher unterwegs

Die Nutzerinnen und Nutzer sind mit ihrem Notruftelefon auch daheim, bei Spaziergängen, bei der Gartenarbeit oder bei Einkäufen sicher unterwegs. Denn im letzten Jahr wurde das Angebot um das mobile Notruftelefon erweitert. Dieses ist für aktive Seniorinnen und Senioren geeignet, die gerne unterwegs sind und dabei das gute Gefühl der Sicherheit genießen möchten! Stemmen oder Bohren sind bei der Montage übrigens nicht notwendig: Das Notruftelefon lässt sich einfach aufstellen und anstecken. Fast 6.500 Kundinnen und Kunden in ganz Österreich werden von der Hilfswerk-Notrufzentrale betreut. Die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter in



der Notrufzentrale sind professionell geschult, krisenerprobt und wissen genau, wie sie in heiklen Situationen rasch die richtige Hilfe organisieren. 24.000 Notrufe trafen im gesamten letzten Jahr hier ein. Neunmal täglich wurde im Durchschnitt ein Rettungsdienst alarmiert. 100.000 Minuten wurde 2019 von den

Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern der Hilfswerk-Notrufzentrale in Sachen Sicherheit telefoniert. <

Nähere Informationen

Sicherheit ist nur einen Anruf entfernt! Wir beraten Sie gerne kostenlos unter 0800 800 408 oder www.hilfswerk.at



Aktiv durchs Leben

OMNi-BiOTiC® Aktiv:
Jeden Tag – in jedem Alter.
Mit 11 hochaktiven Bakterienstämmen.



www.omni-biotic.com

Institut
AllergoSan

Institut AllergoSan Pharmazeutische Produkte Forschungs- und Vertriebs GmbH

B|BRAUN
SHARING EXPERTISE



HARNKATHETERPFLEGE

MIT URO-TAINER® SUBY G

Die Blasenspüllösung mit Zitronensäure gewährleistet den optimalen Abfluss des Harns und verhindert Krustenbildung im Katheter

Rasch und steril anwendbar – einfach 5 Minuten einwirken lassen!

Kontaktieren Sie uns unter **0800 312 478** für ein Beratungsgespräch durch diplomiertes Fachpersonal

Hilfreicher „Geh-Walker“

Unterstützung zur Fortbewegung. Im Burgenländischen Hilfswerk verwenden die Pflegepersonen seit Jahren unterschiedliche Bewegungshilfsmittel.

Das Gehgestell, den Rollator, ja sogar den 4-Punkt-Gehtstock kennen viele Personen aus dem eigenen Umfeld. Das große weiße, aus Plastikrohren bestehende, Thron-ähnliche Fahrge- stell kennen noch nicht so viele außer- halb der Pflegeeinrichtungen.

Schützender Begleiter

Der „Geh-Walker“ ist ein fahrbarer Geh- wagen, der als Unterstützung zur Fort- bewegung dient, jedoch mehr Sicherheit als ein herkömmlicher Rollator bietet. An der Seite unten, mit Kippschutz

und an der Vorderseite durch einen Querbügel gesichert, bietet er Schutz und Komfort für bewegungsfreudige Seniorinnen und Senioren. Eine kleine gepolsterte Sitzfläche bietet auch in Ruhephasen Komfort. Ob zur Rast, zur Einnahme einer klei- nen Jause oder beim Betrachten von Bildern am Gang, der Walker dient als schützender Begleiter. In einigen Seniorenpensionen wird ein „Walker“ als Alternative zu Freiheitsbeschrän- kungen verwendet! „So viel Freiheit wie möglich, so viel Sicherheit wie

notwendig“ lautet ein oft zitiertes Satz im Pflegebereich.

Das Angebot an gelinderen Maßnah- men wird durch qualifizierte Mitarbei- ter/innen gemeinsam mit den Bewoh- ner/innen und Betroffenen erarbeitet und dementsprechend eingeleitet. Weitere gelindere Maßnahmen, die im Burgenländischen Hilfswerk angewen- det werden: Geteilte Bett-Seitenteile, Niederflurbetten, Fallschutzmatten und verschiedene Sensorprodukte. <



Foto: FCN


www.kia.com

Jetzt sollte ihn jeder kennen! Der neue Kia XCeed.



Bei Leasing, Eintausch
und Versicherung ab
€ 19.890,-¹⁾




Die Kia Ceed-Familie mit dem neuen Kia XCeed. Aufregende Zeiten in Sicht.

The Power to Surprise

Nemeth Autohandel GmbH
 Haidäcker Park 1 • 7000 Eisenstadt • Tel.: 02682 - 62768
 office@nemeth-eisenstadt.at • www.nemeth-eisenstadt.at

CO₂-Emission: 162-121 g/km, Gesamtverbrauch: 4,6-7,4 l/100km
 Symbolfotos, Satz- und Druckfehler, Irrtümer und Änderungen vorbehalten. 1) Listenpreis Kia XCeed Titan € 22.490,00 abzgl. Preisvorteil bestehend aus € 1.000,00 Leasingbonus bei Finanzierung über Kia Finance, € 1.200,00 Österreich Bonus und € 400,00 Versicherungsbonus bei Abschluss eines Kia Versicherung Vorteilssets. Der Kia Versicherungsbonus ist nur gültig bei Kauf eines Neu- oder Vorführwagens und bei Abschluss eines Vorteilssets bestehend aus Haftpflicht, Vollkasko mit Insassenunfall- und/oder Verkehrs-Rechtsschutzversicherung. Die Bindefrist bzw. Mindestlaufzeit des Vertrages beträgt 36 Monate inkl. Kündigungsverzicht. Gültig bei Kaufvertrags- bzw. Antragsdatum bis 30.09.2020. Die Abwicklung der Finanzierung erfolgt über die Santander Consumer Bank GmbH, Stand 07/2020. Angebot gültig bis auf Widerruf. Erfüllung banküblicher Bonitätskriterien vorausgesetzt. *) 7 Jahre/150.000km Werksgarantie.



Innovative Technik im Pflegealltag

Pressekonferenz. Das Burgenländische Hilfswerk startet in drei seiner Seniorenpensionen den Probetrieb für ein neues technisches Hilfsmittel, mit dessen Hilfe die Bewohner virtuell auf Reisen gehen können. Durch spezielle 360-Grad-Videos, wiedergegeben mittels Reality-Brillen, kreiert und produziert von einem burgenländischen Jungunternehmer, werden interessante Orte und Erinnerungsplätze erlebbar beziehungsweise wiedererlebbar gemacht. Im Rahmen einer Pressekonferenz wurde kürzlich dieses Projekt präsentiert.

„Mit dieser interaktiven Methode sollen altersbedingte Beeinträchtigungen und damit verbundene Einschränkungen der Bewegungsfreiheit ein wenig ausgeglichen werden“, erklärt dazu der Geschäftsführer des Burgenländischen Hilfswerks, Karl Schiessl. „Wie wir aus langer Erfahrung wissen, zählen Erinnerungen an positive, gut bekannte Ereignis- und Erfahrungsorte zu den schönsten und motivierendsten Empfindungen – speziell in späteren Lebensphasen“, so Schiessl. Das BHW startet sein „virtuelles Reisebüro“ für Bewohner/innen von Seniorenpensionen bereits im August.

„Mit dem Einzug in eine stationäre Pflegeeinrichtung hört das Interesse an Technik nicht auf. Gerade in den letzten Wochen und Monaten konnten wir Covid-19-bedingt erkennen, dass Technologie-unterstützte Maßnahmen von unseren Bewohnerinnen und Bewohnern angenommen werden,

sei es Videotelefonie, Skype oder Smartphones. Die 360°-Videos können das Seherlebnis gegenüber einem Fernsehbildschirm bei Sehschwächen und Sehfeld einschränkungen positiv unterstützen. Mit den Reality-Brillen ist man näher am Bild, mittendrin in der Darstellung. Kurze Sequenzen sind an die Aufmerksamkeitsspanne älterer Menschen angepasst und die darauf folgenden begleiteten Erinnerungsgespräche hinterlassen einen nachhaltigen Eindruck“, so Pflegedirektorin Marina Meisterhofer.

VitaBlick lässt Senioren virtuell verreisen

Das junge Unternehmen „VitaBlick“ mit seinem vor Ideen sprühenden jungen Chef, Amadeus Linzer, aus Oberwart, möchte die Lebensqualität und das Wohlbefinden von Seniorinnen und Senioren in Altenpflege-Einrichtungen steigern, indem man

sie mittels virtueller Realität wieder an vertraute und liebevoll gewonnene Orte zurückkehren lässt. Mithilfe eigens produzierter und sowohl technisch als auch biographisch speziell auf Seniorinnen und Senioren abgestimmter 360°-Videos können alle, die aufgrund verschiedener Ursachen ortsgebunden sind, eine „Virtuelle Realität“ besuchen. Durch den Einsatz von Virtual-Reality-Brillen können sie so an Orte reisen bzw. zurückkehren, die ihnen vertraut sind, die sie im Leben liebevoll gewonnen haben und an die sie sich deshalb gerne erinnern. Die durch virtuelle Realität gewonnene Möglichkeit, einen Ort in 360-Grad-Ansicht zu erkunden, lässt das Erlebte immens real wirken. Nutzer/innen fühlen sich, als wären sie wirklich vor Ort und erleben deshalb auch alle Gefühle hautnah, die der virtuelle Ausflug in ihnen auslöst. Ziel der virtuellen Reise ist es, regelmäßig Highlights ins Leben ortsgebundener Mensch zu bringen, ein Lächeln in ihre Gesichter zu zaubern, in ihnen Erinnerungen zu wecken, sie damit beim Lebensrückblick zu unterstützen und miteinander ins Gespräch zu kommen.

Expertin Sonja Schiff mit im Boot

Pionierarbeit in diesem Genre leistete der junge Oberwarter bereits während seines Masterstudiums im Bereich „Innovation und Entrepreneurship“ in Rotterdam, wo erste Prototypentests in Altenheimen großen Anklang



Altenpflegeexpertin Sonja Schiff, Amadeus Linzer, MSc, Pflegedirektorin Marina Meisterhofer, MSc und BHW-Geschäftsführer Mag. Karl Schiessl bei der Pressekonferenz.



Amadeus Linzer beim erfolgreichen Probelauf in einer Senioreneinrichtung. „VitaBlick“ bringt Glücksmomente und Abwechslung in den Pflegealltag.

fanden. Nach längerer intensiver Testphase können die virtuellen Ausflüge nunmehr im Pflegealltag Einzug halten. Gemeinsam mit Sonja Schiff, einer renommierten Altenpflegeexpertin und Alterswissenschaftlerin mit umfangreicher Expertise im Bereich Biographie- und Erinnerungsarbeit, wurde ein umfassendes Produktionskonzept erstellt. Mittlerweile stehen den Seniorinnen und Senioren bereits über 25 virtuelle Ausflüge an einige der schönsten Orte Österreichs zur Verfügung. Die Ausflüge unterteilen sich in die Themengebiete „Naturlandschaften“, „Tierreich“, „Kultur- und Religionsstätten“ sowie einige „Spezialausflüge“ wie z.B. auf den Christkindlmarkt. Im Burgenland können die Seniorinnen und Senioren beispielsweise bereits jetzt auf einen virtuellen Ausflug auf den Csaterberg, auf einen Tierbesuch am Bio-Bauernhof Haller oder auf einen Besuch am Oberwarter Wochenmarkt gehen. Bis Ende des Jahres 2020 sollen insgesamt rund 50 virtuelle Ausflüge aus allen Bundesländern Österreichs produziert werden, wobei die Anzahl der Ausflüge auch danach laufend ausgeweitet wird.

Wie VitaBlick in den Pflegeeinrichtungen eingesetzt werden kann

Die Anwendung der virtuellen Ausflüge findet in Kleingruppen von bis zu 5 Seniorinnen und Senioren gleichzeitig statt. Gemeinsam wird ein Ausflug im VitaBlick-Prospekt ausgewählt, die zuständige Betreuungsperson stellt am VitaBlick-Tablet das gewählte Video ein und schickt die Teilnehmer/innen so gemeinsam auf denselben virtuellen Ausflug. Im anschließenden Gruppengespräch lässt die Gruppe das Erlebte Revue passieren – so kann jede/r der Teilnehmenden den persönlichen Bezug zum Ort oder Thema aussprechen, was Vertrauen und ein Zusammengehörigkeitsgefühl schafft. Für die Durchführung der virtuellen Ausflüge in den Senioreneinrichtungen können diese zwischen einer Durchführung durch eigenes, internes Pflege- bzw. Betreuungspersonal, das davor von VitaBlick auf die Anwendung geschult wird, oder einer regelmäßigen Durchführung durch VitaBlick-Mitarbeiter/innen wählen. Somit können Senioreneinrichtungen – ungeachtet ihrer internen

Personalressourcen – ihren Bewohnerinnen und Bewohnern die Freiheit schenken, ihre Lieblingsorte endlich wieder zu erleben. <



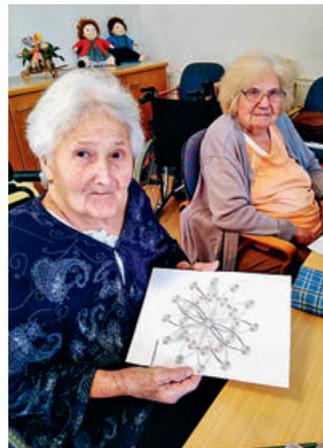
Auch Obmann Oswald Klikovits begab sich auf virtuelle Österreich-Rundfahrt. VitaBlick-Geschäftsführer Amadeus Linzer: „Wir freuen uns sehr, dass wir unsere neuesten virtuellen Ausflüge beim Burgenländischen Hilfswerk als einem der größten Anbieter von Pflegeleistungen im Burgenland vorstellen dürfen. Uns verbindet mit dem Hilfswerk, dass wir den Menschen in den Mittelpunkt stellen und diesen innovativen Weg für ein qualitativvolles Altern gehen wollen. Ich bedanke mich daher im Namen des gesamten VitaBlick-Teams bei Herrn Obmann Oswald Klikovits und seinem Team für diese wertvolle Möglichkeit und freue mich auf die Zusammenarbeit!“

Aus den Senioren pensionen



Senioren pension Purbach

Zum Muttertag freuten sich die Bewohner/innen nicht nur über hübsche Rosen, sondern auch über den ersten persönlichen Kontakt in Begegnungsräumen mit Plexiglasscheibe mit ihren Angehörigen. • Franziska Enz freute sich zu ihrem 99. Geburtstag über den Besuch von Sohn Walter und Enkelin Eveline. • Ob beim Domino oder bei der Bewegungstherapie – in Purbach ist immer was los.



Senioren pension Draßmarkt

Trotz Corona-Krise ist in Draßmarkt stets für Abwechslung gesorgt. So werden auch ohne Angehörige weiterhin in gebotenen Rahmen Geburtstage gefeiert. • Bürgermeister Anton Wiederhofer stellte sich zum Muttertag mit einem Blumengruß ein. • Auf Initiative von Thomas Supper entstand im Garten eine liebevoll gestaltete Gedenkstätte für Verstorbene. • Dann ging's ans „Eingemachte“. Die Familien Wöhrner und Binder brachten Ribiseln und Kirschen vorbei, die sofort verarbeitet wurden.



Senioren pension Limbach

Covid-19 konnte dem liebgewonnenen Brauch des Maibaum-aufstellens nichts anhaben. Da die Jugend dieses Jahr nicht kommen durfte, besorgte Hauswart Marco Weber einen Baum, PA Sabine Sattler bediente das Schifferklavier und Bewohner Rudolf Klobositz half tatkräftig mit, den Baum aufzustellen. • Bei heißen Tagen ist Abkühlung angesagt. Die Damen schwören auf das Plantschbecken. • Ihren 90. Geburtstag feierte Gisela Konrath gemeinsam mit ihrem Ehemann Emmerich. Alles Gute! • Stets beliebt ist auch das Garteln im Hochbeet. Das Ergebnis kann sich durchaus sehen lassen.



Senioren pension Eisenstadt

Nachdem die seelsorgerischen Momente (Abhaltung Hl. Messen und Andachten) in der Coronazeit in den Hintergrund treten mussten, setzten Eisenstädter Musiker, die bei kirchlichen Festen, Umzügen oder Messen üblicherweise für die feierliche Umrahmung sorgen, eine schöne Geste. Auf Initiative von Pastoralassistent Toni nahm das Blasmusikensemble im Garten der Seniorenpension Aufstellung und musizierte vor einem staunenden Publikum. Die Bewohner/innen konnten von ihren „Logenplätzen“ aus dem gut halbstündigen Konzert in gebührendem Abstand lauschen und waren einfach begeistert. • Rechtzeitig zum Muttertag waren auch die Plexiglasscheiben installiert, sodass in eigenen Begegnungszonen Besuche wieder stattfinden konnten. Der Eisenstädter Bürgermeister überbrachte nicht nur einen Blumengruß, sondern besuchte auch gleich seine Mutter. • Herr Nöhrer ist der Garten der Seniorenpension ein Anliegen. Er kümmert sich stets darum, dass der Rasen sein frisches Grün behält. • Und sangesfreudige Bewohner/innen haben sich zusammengetan, um gemeinsam Lieder zu singen. Es machte sichtlich Spaß.



Senioren pension Güttenbach

Auch in Güttenbach war die Freude groß, als nach den verschärften Corona-Regeln am Muttertag Angehörige ihre Lieben wieder in Begegnungszonen besuchen durften. Für alle Bewohnerinnen gab's an diesem Ehrentag traditionell kleine Geschenke.





Senioren pension Lockenhaus

Auch in Lockenhaus hieß man die Angehörigen zum Muttertag wieder herzlich willkommen. Zwar hinter Plexiglas – aber die Stimmung hob sich bei den Bewohnerinnen und Bewohnern merklich. • Besinnlich wird es dann stets bei der gut besuchten Maiandacht. • Im Frühling und Sommer gibt es im Garten immer was zu tun – die Hochbeete bedürfen sachkundiger Betreuung. • Und auch sonst wird's in Lockenhaus einfach nicht langweilig: sei es bei den Darbietungen eines Seifenblasenkünstlers oder beim Gedächtnistraining, beim Erbsenauslösen oder den Bewegungsübungen im Freien.



ÖVP-Mandatare unterstützen Hilfswerk

Spende. Die Abgeordneten der Volkspartei Burgenland haben in dieser schwierigen Zeit einen Solidarbeitrag geleistet. Mit einem Teil der Spende wurde auch das Burgenländische Hilfswerk in der Corona-Krise bedacht.

„Wie die Bundesräte, Nationalräte und Europaabgeordneten im Parlamentsklub beteiligten sich die Landtagsabgeordneten an der Spendenaktion in der Höhe von 11.000 Euro. Damit leisten wir einen solidarischen Beitrag in diesen schwierigen Zeiten“, betont der gf. Landesparteiobmann Christian Sagartz. Das Hilfswerk hat mit dem Solidarbeitrag Plexiglas-Wände, die eine Virusinfektion im Besucherraum verhindern, und digitale Fieberthermometer für Tests vor dem Einlass von Besucherinnen und Besuchern gekauft. Im Zuge einer Besuchstour wurden unter Einhaltung der geltenden Sicherheits- und Hygienebestimmungen die Plexiglas-Wände und Fieberthermometer an die Leiterinnen aller sechs Senioren pensionen übergeben. Den Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern wurde als kleine Aufmerksamkeit für ihren unermüdlichen Einsatz ein Korb mit regionalen Produkten überreicht. „Ich danke den Pflegekräften für ihre wichtige Arbeit. Das ist gerade angesichts der anhaltenden Corona-Krise kein einfacher Job“, betonte Sagartz. <



Draßmarkt: LAbg. Melanie Eckhardt, NRAbg. Nikolaus Berlakovich, gf. LPO Christian Sagartz, LAbg. DI Julia Wagenristl, Leitung DGKP Siegrid Koglbauer, Bgm. Anton Wiedenhofer, LAbg. Patrik Fazekas



Limbach: BR Bernhard Hiczy, gf. LPO Christian Sagartz, Leitung DGKP Manuela Eder-Domanits, DGKP Anke Strini, LAbg. Walter Temmel



Güttenbach: Bgm. Leo Radakovits, LAbg. DI Carina Laschober-Luif, gf. LPO Ch. Sagartz, LAbg. W. Temmel, HH Sabine Kristaloczi, Leitung DGKP Doris Herczeg



Lockenhaus: NRAbg. Nikolaus Berlakovich, gf. LPO Ch. Sagartz, Leitung DGKP Marlene Waitz-Horvath, DI Julia Wagenristl, VbGm. Gabi Hafner, LAbg. P. Fazekas



Purbach: Klubobmann Markus Ulram, gf. LPO Christian Sagartz, Leitung DGKP Hana Klatt, LAbg. Bgm. Gerald Handig, LAbg. Bgm. Johannes Mezgolits



Eisenstadt: gf. LPO Ch. Sagartz, Bgm. Thomas Steiner, Leitung DGKP Manuela Radovits, HH Maria-Irina Csacsinovits, Hauswart Philipp Kuster, NRAbg. Gabi Schwarz, Obmann Oswald Klikovits, NRAbg. Christoph Zarits

„Moch a Gsicht!“

Unsere Idee der Stunde. Was machst denn du für ein Gesicht?

„Wo ist euer tolles Lächeln?“ „Zeigt euer schönes Gesicht“ – das sagen die Bewohner/innen der Senioren pensionen des Öfteren zu den Mitarbeiter/innen seit der Mundschutzpflicht!

Eingeschränkte Besuchsregelungen, Risikogruppe einer dramatischen Covid-19-Infektion, der Mund-Nasen-Schutz der Pflegepersonen verdeckt das halbe Gesicht – Bewohner/innen in Senioren pensionen haben es in der Corona-Zeit wahrlich nicht leicht. Deshalb fanden und finden in allen Einrichtungen des Burgenländischen Hilfswerks sogenannte strukturierte Mimik-Stunden unter dem Motto „Moch a Gsicht!“ statt. Elemente aus der „unterstützenden Kommu-

nikation“ bei demenzerkrankten Personen gepaart mit allen gesundheitsrelevanten Sicherheitsmaßnahmen ermöglichen diese Auflockerung am Tag.

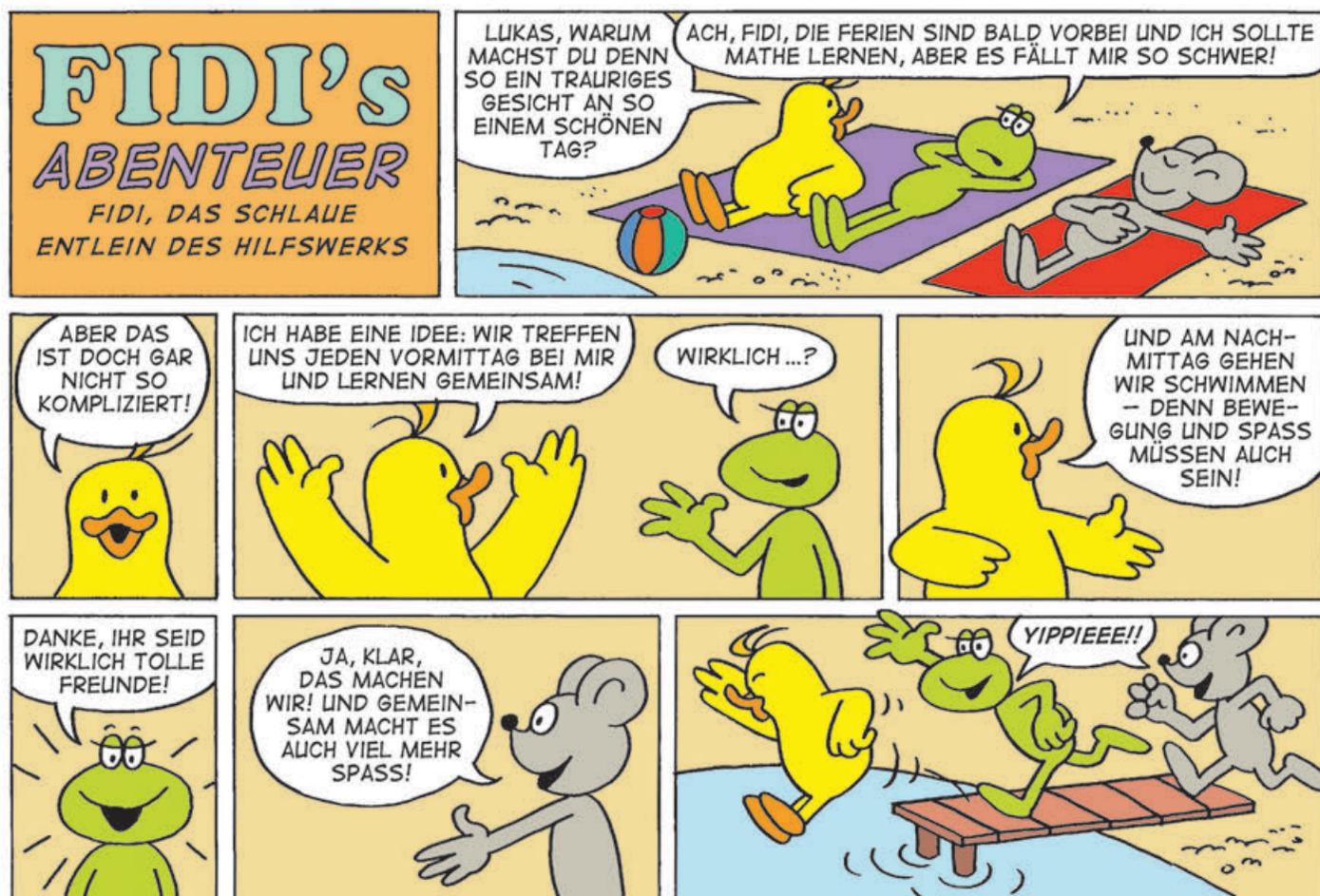
Mitarbeitende halten ausreichend Mindestabstand und führen mittels Schutzvisier bzw. Gesichtsschild durch die unterhaltende Runde. Einmal ein gemeinsames Lächeln, ein Zwinkern oder Küsschen schicken. Zunge zeigen, Zähne flitschen, alle Grimassen stehen auf dem Programm. <



Sachspenden

Hygieneartikel-Ausstatter TENA stellte sich in der Corona-Krise beim Burgenländischen Hilfswerk mit Sachspenden ein. Sie finden bei unseren Klientinnen und Klienten in der Mobilen Hauskrankenpflege (im Bild DGKP Carmen Duma beim Verteilen) großen Anklang. Danke nochmals!





© HILFSWERK ÖSTERREICH / WILLI SCHMID

Buchtipps: Gehen auf alten Wegen

Wanderwege in die Vergangenheit: Auf den Spuren der Römer, Pilger und Händler. Wo in alten Zeiten blühender Handel und stetes Treiben herrschte, finden sich heute noch malerische Wanderwege quer durch Niederösterreich. Anhand verwitterter Wegmarkierungen und alter Karten begeben wir uns auf die Suche nach längst vergangenen Zeiten. Martin Burger hat die alten Wege erforscht, rekonstruiert und in 30 lohnenden und erlebnisreichen Wanderungen zusammengefasst. Er nimmt die Leser/innen mit auf seine Erkundungen durch Niederösterreich und zeigt uns, wie das Leben in Bewegung in früherer Zeit aussah. Die malerischen Wanderungen führen Sie zum Beispiel zum Straßenthaler Ruinenweg, wo Sie die Ruine Falkenberg bestaunen können, über den Polansteig, über dem das wunderschöne Schloss Greillenstein thront, bis hin zur Venediger Straße, wo Sie auf dem Gipfel des Großen Otters die Bucklige Welt überblicken können.

- 30 Touren auf alten Wegen durch Niederösterreich: Römerwege, Bernsteinstraße, Ruinenwanderung: Geschichte hautnah erleben auf historischen Pfaden.

Über den Autor: Martin Burger, geboren 1971, studierte Botanik und Publizistik in Wien und war viele Jahre Redakteur des „Kurier“. Seit 2015 ist er stv. Chefredakteur einer medizinischen Fachzeitschrift. Seit er in den 1980ern mit seiner Familie den Zentralalpenweg 02 von Hainburg nach Feldkirch gegangen ist, lässt ihn die Sehnsucht nach der Natur und den Bergen nicht mehr los. Hier spürt Martin Burger jenen Pfaden nach, auf denen wir uns aus der Hektik unserer Tage zurückschleichen können.

Viele weitere Buchtipps finden Sie auf: www.styriabooks.at



Martin Burger: **Gehen auf alten Wegen**
 Broschur, 16,8 x 24 cm; 192 Seiten
 ISBN 978-3-222-13665-8
 28 Euro, Styria Verlag

Mehr Geld für die Elementarbildung!

Spracherwerb. Othmar Karas, Präsident des Hilfswerk Österreich, setzt sich für die Bildung der Kleinsten ein und beziffert den zusätzlichen Investitionsbedarf mit rund 1,5 Milliarden Euro. Speziell die Sprachkompetenz soll künftig gestärkt werden.

Das Hilfswerk begleitet in Österreich tagtäglich fast 19.000 Kinder. „Ihre ganzheitliche Entwicklung ist uns ein zentrales Anliegen. Neben den Eltern oder Erziehenden haben Tageseltern, Kinderbildungs- und Kinderbetreuungseinrichtungen eine besonders verantwortungsvolle Aufgabe in der Anregung der kindlichen Sprachentwicklung sowie in der Förderung ihrer kommunikativen Kompetenzen“, sagt Othmar Karas, Präsident des Hilfswerk Österreich, und fährt fort: „Elementarpädagogische Einrichtungen brauchen jedoch deutlich mehr Personal, damit Kinder sprechen und sprachfit werden und sie das Rüstzeug für die weitere Bildungslaufbahn erhalten können. Qualitätsvolle Begleitung von Kindern in der Einrichtung heißt, dass pro Tag die Zeit für mindestens ein langes, ausführliches Gespräch, Spiel oder Interaktionsgeschehen mit jedem Kind möglich sein muss.“

Ein angemessener Personal-Kind-Schlüssel und überschaubare Gruppengrößen sind dafür Voraussetzung. Je ausgewogener das Verhältnis von betreuten Kindern zu Pädagoginnen bzw. Pädagogen ist, umso vorteilhafter sind die Auswirkungen auf die kognitive und sprachliche Entwicklung sowie das Wohlbefinden von Kindern in den Einrichtungen. Derzeit variiert der Schlüssel Pädagogische Fachkraft-Kind bei Kleinkindgruppen in der Altersstufe der

Zwei- bis Dreijährigen je nach Bundesland zwischen 1:3 und 1:15. Die Empfehlungen von Expertinnen und Experten liegen hingegen bei einem Schlüssel von 1:3 bis maximal 1:8. Nach Schätzungen des Hilfswerks könnte dies mit zusätzlichen 4.000 bis 6.000 Pädagoginnen und Pädagogen in Österreich bewerkstelligt werden.

Bildungsausgaben erhöhen

Die Investition in mehr pädagogische Fachkräfte ist vertretbar, denn aktuell gibt Österreich mit 0,6 Prozent des BIP rund ein Viertel weniger

für Elementarbildung aus als der Durchschnitt der OECD-Staaten (0,8 Prozent). Die Spitzenreiter sind die bildungspolitischen Musterländer Schweden und Norwegen mit jeweils zwei Prozent. „Eine Erhöhung der Bildungsausgaben auf ein Prozent des BIP, das entspricht zusätzlichen Investitionen im Ausmaß von rund 1,5 Milliarden Euro, wäre leistbar und würde die Bildungschancen unserer Kleinsten dramatisch erhöhen. Das sind wir unseren Kindern und der Zukunft unseres Landes schuldig“, so Karas abschließend. <



Die Corona-Helden im Gesundheitsbereich brauchen eine stärkere Stimme in Europa. Das ist mir Auftrag.

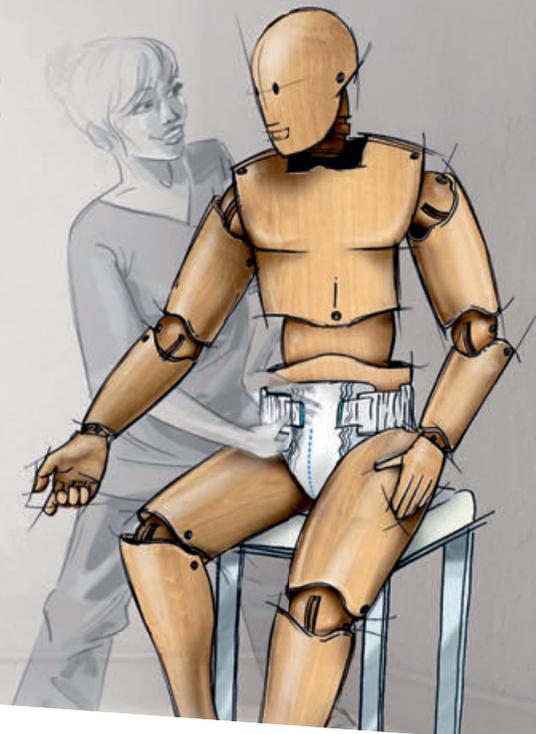
Dr. Othmar Karas
Vizepräsident des Europäischen Parlaments

f t i
www.othmar-karas.at

MoliCare® Premium Elastic

Das neue Inkontinenz-Produkt mit Elastic-Fix-System, der Kombination aus patentierten, dehnbaren Seitenteilen und handlichen, wiederverschließbaren Klett-Klebestreifen.

Beste Pflege. Ganz einfach.



Optimale Passform und Auslaufschutz in jeder Position.

www.molicare.at

HARTMANN

Gratis
Muster!

Firma, Name

Straße, PLZ/Ort

Ja, ich möchte ein gratis Musterpaket von MoliCare® Premium Elastic zugeschickt bekommen.

Bitte senden Sie den Gutschein an: PAUL HARTMANN Ges.m.b.H., IZ NÖ-Süd, Straße 3, Objekt 64, 2355 Wr. Neudorf oder bestellung@at.hartmann.info

Denksport für Jung und Alt

Unsere beliebte Rätselseite von Mag. Martin Oberbauer, Psychologe und Gedächtnistrainer. Finden Sie die Lösung und gewinnen Sie eines von 3 Büchern „Gehen auf alten Wegen“ von Martin Burger.



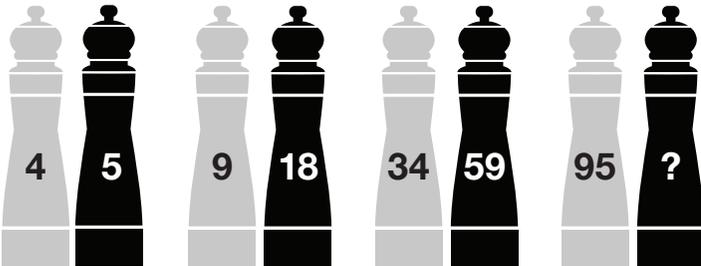
1. SALZ

Streichen Sie im folgenden Buchstabensalat so rasch wie möglich alle Buchstaben, die NICHT im Wort SALZ vorkommen:

SATZLWASLULDSAOLZAPALSZBSLAHNSL
 ASTLAZSXSLMLALSODALSOSLABASLASRS
 ESLAZCZSZLASDFLASLZRELADASLFGLA
 SZUALOAPSIANADLASZLWDALSULZOADZ
 SLKALSRZWLOASUSNAGALZSAPAE LZAS

2. SALZ- und PFEFFERMÜHLE

Welche Zahl fehlt?



3. PFEFFER

Dieses Gewürz kommt je nach Erntezeitpunkt und Nachbehandlung in den Farben Grün, Weiß, Schwarz und Rot vor.

Drehen Sie die Zeitschrift um 90 Grad gegen den Uhrzeigersinn und finden Sie dann – in dieser ungewöhnlichen Leseposition – heraus, welche Farben im folgenden Text versteckt sind:

Gernot Busch war zur Gründung der Grottenbahn zu spät gekommen und jeder weiß natürlich warum. Er gab launig bekannt, in Rosa Violetta Braun verliebt zu sein, und ging raus, um seinem Engel bei dieser Gelegenheit ganz locker einen Heiratsantrag zu machen.

An das Hilfswerk
 Österreich, Grünberg-
 straße 15/2/5, 1120 Wien

Ja, ich möchte ein Exemplar
 „Gehen auf alten Wegen“ gewinnen.

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

Vorname: _____

Name: _____

Straße/Hausnummer: _____

PLZ/Ort: _____

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



Auflösung aus dem letzten Heft:

1. 12 x € 2,50 = € 30 pro Markttag. € 1.170 : € 30 = 39 Markt-
 tage. **2.** Lösungen sind z.B. Klarapfel, Kanton, Tanne, Schlinge,
 Sirene, Motto, Kurs.

Wir gratulieren den Gewinner/innen der Bücher „Schenk. Das Buch“.

DENKEN IN NEUEN DIMENSIONEN.



► BÜROIDEEN AUF 3.500m²

BIZ Korneuburg, Klein-Engersdorfer Str. 100, Tel +43-2262-725 05-0.

blaha[®]
 b.ü.r.o.möbel
 WWW.BLAHA.CO.AT

Hilfe vor Ort

Libanon. Hilfswerk International hilft syrischen Flüchtlingen.

„Meine Mama ist eine starke Frau. Aber manchmal, wenn sie glaubt, dass wir alle schon schlafen, höre ich sie weinen.“

Die kleine Leyla lebt mit ihrer Mutter Sara und ihren Geschwistern im Flüchtlingslager in Al Marj. Das ist ein kleiner Ort im Libanon, nahe der syrischen Grenze. Leyla kam hier vor 10 Jahren zur Welt. Sie kennt nichts anderes als das Leben auf der Flucht.

Den syrischen Familien fehlt es hier im Flüchtlingslager an allem: Nahrung ist Mangelware, Trinkwasser ist kaum vorhanden und auch Hygieneartikel gibt es so gut wie nicht. Seit der Corona-Krise ist die Not noch größer geworden: Die Preise für Lebensmittel sind im Libanon massiv gestiegen, Hunger ist ein ständiger Begleiter der Flüchtlingsfamilien, Hygienemaßnahmen können nicht eingehalten werden.

„Ich kann meine Familie nicht mehr ernähren“

Leylas Mutter, die 37-jährige Sara, ist verzweifelt: „Ich möchte für meine Kinder stark sein. Aber wir haben keine Essensvorräte. Manchmal essen wir tagelang nichts. Auch wenn wir hier in Sicherheit vor dem Krieg in Syrien sind, jeder Tag ist erneut ein Kampf ums Überleben.“

Das Hilfswerk International setzt sich seit 2006 für syrische Flüchtlinge im Libanon, aber auch für libanesischen Familien aus einkommensschwachen Verhältnissen, ein. „Derzeit brauchen die Familien besonders Nahrung, medizinische Betreuung und Hygieneartikel. Das ist jetzt überlebenswichtig“, erzählt Stefan Fritz, Geschäftsführer des Hilfswerk International. „Gleichzeitig wissen



wir, dass ein Großteil der Familien im Flüchtlingslager sich nichts mehr wünscht, als nach Hause zurückzukehren, in ein friedliches Syrien“, so Fritz weiter.

Nothilfe und Ausbildung

Daher kümmert sich das Hilfswerk International zusätzlich zur Verteilung von Nahrungs- und Hygienepaketen um die Ausbildung von Frauen, insbesondere um Näh- und Alphabetisierungskurse. „Viele Familien sind schon enorm lange hier. Junge Frauen haben oft keine Ausbildung. Wenn sie

nach Syrien zurückkehren, brauchen sie eine Starthilfe. Die Nähkurse sind bei den Frauen besonders beliebt, viele von ihnen wollen in Zukunft Schneiderinnen werden. Außerdem helfen die Kurse den Frauen, sich vom tristen Alltag im Flüchtlingslager abzulenken, und etwas Hoffnung zu empfinden.“ Das Hilfswerk International konnte schon 1.800 Familien im Libanon mit Nahrungs- und Hygienepaketen durch die aktuelle Krise helfen. Abertausende Frauen und Kinder sind immer noch auf sich alleine gestellt und brauchen dringend Hilfe. <



Hilfswerk International



Bianca Weissel
Tel.: 01 40 57 500-112
bianca.weissel@hilfswerk-international.at
www.hilfswerk.at/international
Grünbergstraße 15/2/5, 1120 Wien

Ihre Spende
sichert
Überleben



Lassen wir syrische Flüchtlinge
jetzt nicht im Stich!

Spendenkonto

IBAN: AT71 6000 0000 9000 1002
Kennwort „Hilfe vor Ort“ oder
www.hilfswerk.at/international

Überzeugend einfaches Blutdruckmessen

boso-medicus uno ist ein besonders einfaches und verlässliches voll-automatisches Oberarmblutdruckmessgerät der neuesten Generation. Es lässt sich mit nur einem Knopfdruck bedienen. Die intelligente Aufpumpstechnik ermöglicht ein sanftes Aufpumpen ohne Nachpumpen. **boso-medicus 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. 66,90 Euro

BOSCH + SOHN **boso**





S-VERSICHERUNG

s Pflegevorsorge

Es macht froh, für die möglichen Kosten professioneller Pflege vorgesorgt zu haben.

Das wollen Sie auch?

Dann informieren Sie sich jetzt in Ihrer Erste-Filiale oder Sparkasse.

Information, Beratung, Service

Das Hilfswerk ist für Sie da! Bestellen Sie noch heute Ihr HILFSWERK ON TOUR Info-Sackerl.

Auch wenn unsere Hilfswerk-Tour in diesem Jahr infolge von Corona an weniger Stationen Halt macht, sind wir für alle Interessierten mit Rat und Unterstützung da. Das bereits legendäre „Info-Sackerl“ der Hilfswerk-Tour, mit unseren aktuellen Ratgebern, Informationen rund um Gesundheit, Finanzen und Vorsorge sowie kleinen Überraschungen gibt es nicht nur bei den Stationen vor Ort, sondern wir lassen es Ihnen heuer auch gerne per Post zukommen. Besonders beliebt, vor allem bei Eltern von kleinen Kindern, sind unser Kinderbetreuungs-Kompass und unsere neue Broschüre „Sprechen macht schlauer“ – unser praktischer Ratgeber über Wissenswertes zur kindlichen Sprachentwicklung, mit zahlreichen Tipps für den Alltag. Besuchen Sie auch unser Webportal www.hilfswerk.at/sprechen-macht-schlauer Die aktuellen Termine zu HILFSWERK ON TOUR finden Sie auf unserer Webseite www.hilfswerk.at

Jetzt gratis bestellen!

Das HILFSWERK ON TOUR Info-Sackerl
office@hilfswerk.at | Tel.: 01/40 57 500



Das Hilfswerk setzt bei seiner Jahresinitiative und seinen Fachschwerpunkten auf starke Partner wie Erste Bank und Sparkassen, Wiener Städtische, s Versicherung, Publicare, Allergosan, Essity und B. Braun.

GROSSE HILFE.
GANZ NAH.



**SPRECHEN
MACHT SCHLAUER.**

Wie Kinder fürs Leben lernen.

Hilfswerk Servicehotline
0800 800 820



GROSSE HILFE.
GANZ NAH.



**DER HILFSWERK
KINDERBETREUUNGS-KOMPASS**

Eine Orientierungshilfe rund um Kinder, Eltern und Betreuung.

Hilfswerk Servicehotline
0800 800 820



Mehr WIND – mehr am KONTO

Einfach, genial: Sie profitieren von der Windstromproduktion im Burgenland und erhöhen so Ihren persönlichen Ökostromanteil. Eine garantierte Menge an sauberer Windenergie wird Ihrer Jahresrechnung gutgeschrieben. Bei weniger Wind ändert sich nichts, bei mehr Wind erhöht sich Ihre Gutschrift!
www.energieburgenland.at

*Ich bin
Energie-
Gewinnerin.*



WindKonto
anmelden und von
jedem Lüfterl
profitieren.

RAIFFEISEN. DEIN BEGLEITER.

X CLUB

**IMMER GUT
AUFGELEGT.**

**HOL DIR DEIN JUGENDKONTO MIT
GRATIS JBL TUNE 560BT HEADPHONES.**

Ab 14 Jahren, in allen teilnehmenden Raiffeisenbanken, solange der Vorrat reicht.

raiffeisenclub.at

f y

Denk bereit
für ein
gesundes
LEBEN.

Private Krankenversicherung
im Spital mit freier Arztwahl
und Einbettzimmer.

Mehr Angaben zu der
beworbenen Versicherung finden
Sie auf www.uniqa.at in unserem
Produktinformationsblatt.

www.uniqa.at

Denk UNIQA

Dies & das im Hilfswerk

Personalia

In den letzten Monaten kam es in der Geschäftsstelle des Burgenländischen Hilfswerks zu zwei personellen Veränderungen. Eva Waraschitz hat das Unternehmen verlassen. Ihr folgte im Sekretariat die Wahlburgenländerin Petra Pinggera, die mit ihrer Erfahrung in administrativen Tätigkeiten das Team der Geschäftsleitung tatkräftig unterstützen wird (Bild rechts oben). Ihr ein herzliches Willkommen und Danke an Eva für ihre Arbeit. Dominik Haas, der seit Anfang 2017 in Sachen Organisation, Logistik und Infrastruktur tätig war (Bild unten), verließ auf eigenen Wunsch das Unternehmen in Richtung Selbstständigkeit. Ihm folgte der 22-jährige Erik Blaha aus Forchtenstein (Bild rechts unten). Danke Dominik und herzlich willkommen Erik!



Neue Video-Clips

Seit kurzem bereichern Video-Clips das Job-Portal auf unserer Homepage. An dieser Stelle sei allen Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern gedankt, die sich als wenig kamerascheu erwiesen und zum Gelingen dieser Aktion beigetragen haben. Im Bild Manuela Radovits mit Kameramann H.P. Voullarmet.

Der „Krimi-Schnalzer“

Tausendsassa Friedrich Schnalzer, seines Zeichens Hauswart in der Seniorenpension Lockenhaus, hat wieder zugeschlagen. Der passionierte Musiker, Komponist, Texter und Stelzengeher ist, wie bereits einige Male berichtet, für seine Jugendbücher bekannt und auch ausgezeichnet worden. Sein neuester literarischer Wurf gilt aber nun den Erwachsenen. Sein erster Krimi ist erschienen und heißt „4 Elemente“ – ein elementarer Fall für Major Markus Muster.

Major Markus Muster, der Chef der neu gegründeten „Abteilung für interkulturelle Verständigung“ ermittelt im Wiener Künstlermilieu. Seine Untergebenen sind eine bunt zusammengewürfelte Truppe von Außenseitern und „Spezialisten“ aus allen möglichen Winkeln der Wiener Polizei. Gemeinsam machen sie sich auf, einen bizarren Fall zu lösen, in den sich der sympathische Major Muster auch privat immer mehr verstrickt. Dabei haben sie mit der brütenden Sommerhitze, der Bürokratie und der Politik zu kämpfen.

Wer Lust auf spannende Lektüre hat, kann den Krimi um 13 Euro direkt bei Friedrich Schnalzer oder bei www.buchwelten.at kaufen. Die Buchwelten schicken ihn auch gerne zu.



Wir können nur helfen, aber das können wir!

Adresse

Robert-Graf-Platz 1, 7000 Eisenstadt
 Tel. 02682/651 50, Fax DW 10
 office@burgenland.hilfswerk.at, www.hilfswerk.at



Obmann

Oswald Klikovits
 Tel. Terminvereinbarung
 unter 02682/651 50



Geschäftsführer

Karl Schiessl
 Tel. Terminvereinbarung
 unter 02682/651 50



Geschäftsführer-Stv.

Andrea Zarits
 Tel. Terminvereinbarung
 unter 02682/651 50



Pflegedirektorin

Marina Meisterhofer
 Tel. Terminvereinbarung
 unter 02682/651 50



Pflegedirektorin-Stv.

Susanne Hanifl
 Tel. Terminvereinbarung
 unter 02682/651 50

Mobile Hauskrankenpflege

Bezirk Neusiedl



Tel. 0676/882 66 72 00
 Carmen Duma
 Teamleitung

Bezirk Eisenstadt und Umgebung



Tel. 0676/882 66 71 00
 Sylvia Allacher
 Teamleitung

Bezirk Mattersburg



Tel. 0676/882 66 73 00
 Monika Unger
 Teamleitung

Bezirk Oberpullendorf



Tel. 0676/882 66 74 00
 Petra Schwarz
 Teamleitung

Bezirk Oberwart



Tel. 0676/882 66 75 00
 Saskia Erdmann
 Teamleitung

Bezirk Güssing/Jennersdorf



Tel. 0676/882 66 76 00
 Jasmin Globosits
 Teamleitung

Seniorenpensionen

Seniorenpension Purbach



Schulgasse 19
 7083 Purbach
 Tel. 02683/560 43
 Hana Klatt
 Heimleitung

Seniorenpension Eisenstadt



Ing.-Alois-Schwarz-
 Platz 3
 7000 Eisenstadt
 Tel. 0676/88 26 60
 Manuela Radovits
 Heimleitung

Seniorenpension Draßmarkt



Augasse 9
 7372 Draßmarkt
 Tel. 02617/21 330
 Siegrid Koglbauer
 Heimleitung

Seniorenpension Lockenhaus



Schulgasse 1
 7442 Lockenhaus
 Tel. 02616/219 74
 Marlene Waitz-
 Horvath, Heimleitung

Seniorenpension Güttenbach



Am Park 1
 7536 Güttenbach
 Tel. 03327/228 34
 Doris Herczeg
 Heimleitung

Seniorenpension Limbach



Hilfswerkstraße 1
 7543 Limbach
 Tel. 03328/324 77
 Manuela Eder-Dolmanits
 Heimleitung

Leistungen

- Mobile Hauskrankenpflege durch
 Diplomiertes Gesundheits- und
 Krankenpflegepersonal und Pflegehelfer
- Unterstützung durch Heimhilfen
- Beratung für pflegende Angehörige
- Sicherheit rund um die Uhr mit dem Notruftelefon
- Soziale Projekte
- Seniorenpensionen: stationäre
 Pflege und Tagesbetreuung
- Wundmanagement
- Schmerzmanagement
- Palliative Pflege

DEM GLÜCK
EINE CHANCE
GEBEN



GLÜCK IST, MIT PFERDEN ZU FLÜSTERN

„Glücksspiel mit Verantwortung“ ist Leitgedanke für alle unsere wirtschaftlichen Aktivitäten. Die gesellschaftliche Verantwortung der Österreichischen Lotterien geht daher weit über den Spielerschutz hinaus. So hat unsere Unternehmensgruppe ein Corporate-Volunteering-Programm für alle MitarbeiterInnen gestartet, das ihnen Zeit für soziales Engagement schenkt. Bei voller Bezahlung stellen wir fünf Arbeitstage im Jahr für freiwillig gewählte Projekte zur Verfügung. Über 800 MitarbeiterInnen haben dieses Angebot bisher angenommen und mehr als 1.200 Einsätze für Organisationen wie Caritas, Hilfswerk, Diakonie, Wiener Tafel, Österreichisches Rotes Kreuz oder den e.motion-Lichtblickhof geleistet. Unsere MitarbeiterInnen erledigen verschiedenste Arbeiten, die dabei anfallen; vom Lebensmittel einsammeln und verteilen bei der Wiener Tafel bis zum Versorgen der Therapiepferde beim e.motion Lichtblickhof.

Weitere Infos unter www.sponsoring.lotterien.at.

Das Leben macht es der Haut Ihrer Lieben schwer.

Sie zu pflegen kann aber einfach sein.

Jetzt gratis
Infopaket*
anfordern!



Wenn Sie sich um einen älteren, geliebten Menschen kümmern, bemerken Sie wahrscheinlich, dass die Haut mit dem Alter empfindlicher wird und langsamer heilt. Wir bei TENA wissen, dass Haut bei Inkontinenz noch anfälliger ist – und wie wichtig es ist, dem vorzubeugen.

Das TENA ProSkin Sortiment hält die Haut trocken, reinigt und schützt – und macht es Ihnen so leichter, sich um die empfindliche Haut Ihrer Lieben zu kümmern.

Interessiert? Jetzt gratis TENA ProSkin Infopaket anfordern:
www.tena.at/pflege oder unter 08 10 - 30 01 11**

* Ihr Infopaket enthält die Broschüren TENA ProSkin Pflegeansatz, Tipps für die Pflege Zuhause, Informationsmöglichkeiten bei Inkontinenz sowie eine kostenlose Probe der TENA Barrier Cream.
** 0,02 €/Minute, Mobilfunkpreise können abweichen. Anrufe sind nur aus Österreich möglich.