

01 | 2022

HAND IN HAND

Mein Hilfswerk Magazin



HILFSWERK

ICH HABE MICH NICHT GETRAUT

Inkontinenz – ein Tabu mit Folgen

Seite 12

LERNEN LEICHT(ER) GEMACHT

Das Hilfswerk unterstützt mit maßgeschneidertem Lerntraining.

Seite 20

VERSTÄRKUNG GESUCHT

In der Pflege und Betreuung sind viele Jobs offen.

Seite 22



Inkontinenz

NICHT IHR THEMA? VIELLEICHT DOCH.

Seite 4

TENA®

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/proskin oder unter **08 10 - 30 01 11****

* Ihr Infopaket enthält die Broschüren Tipps für die Pflege Zuhause, Erstattungsfähigkeit von TENA Inkontinenzprodukten sowie eine kostenlose Probe der TENA Barrier Cream.

** 0,02 €/Minute, Mobilfunkpreise können abweichen. Anrufe sind nur aus Österreich möglich.

TENA. BESSERE PFLEGE IST BESSER FÜR ALLE.

www.tena.at



Editorial

LIEBE LESERINNEN, LIEBE LESER!

PFLEGE LEISTET GROSSES. Zwei Jahre ist es nun her, dass unser Leben völlig umgekrempelt wurde. Das Virus hat uns allen viel abverlangt, jedem auf eine andere Weise. Auch für uns in der Pflege ist diese Zeit voller Herausforderungen. Alle, die in der Pflege und Betreuung arbeiten, haben große Hochachtung verdient. Ob Krankenhaus, Pflegeheim oder die mobile Pflege.

Doch ich kann mit Stolz sagen: Wir haben diese vielen Monate gut gemeistert – und werden das auch weiterhin. Unter wirklich schwierigen Bedingungen haben unsere Mitarbeiter/innen die Pflege und Betreuung unserer Kundinnen und Kunden durchgehend aufrechterhalten. Das war nicht immer einfach und erfordert echtes Teamwork und großes Engagement von allen. Für diesen Einsatz und diesen starken Zusammenhalt möchte ich den Hilfswerker/innen in ganz Niederösterreich sehr herzlich danken!

KOMMEN SIE INS TEAM. Für diese großartigen Teams suchen wir dringend Verstärkung! In ganz Niederösterreich haben wir offene Stellen, die wir mit motivierten Mitarbeiter/innen besetzen möchten. Wir bieten regionale Jobs mit Flexibilität, Familienfreundlichkeit und interessanten Aufstiegs- und Bildungsmöglichkeiten. Melden Sie sich – wir freuen uns auf Sie! Infos unter www.jobs-pflege.at/niederoesterreich

Ihre Michaela Hinterholzer,
Präsidentin Hilfswerk Niederösterreich



4 IM FOKUS

Gesund leben, Kontinenz stärken

11 ÄLTERWERDEN & GESUNDHEIT

Ihr neuer Hilfswerk Ratgeber
kurz vorgestellt

20 KINDHEIT & JUGEND

Lernen mit den Hilfswerk-Profis

22 MEIN HILFSWERK

Große Hilfe, ganz nah

Mit regelmäßigem
Beckenbodentraining
beugen Sie
Inkontinenz vor.

Inkontinenz betrifft Sie nicht?

Da liegen Sie womöglich falsch. Inkontinenz kann in jedem Alter auftreten, sowohl bei Männern als auch bei Frauen. In Österreich gehört sie zu den häufigsten gesundheitlichen Problemen.

Heben Sie in Ihrem Alltag schwere Lasten? Leiden Sie an chronischer Bronchitis, COPD, Diabetes mellitus oder chronischer Verstopfung? Sind Sie übergewichtig? Haben Sie geboren? Fühlen Sie sich häufig gestresst? Sind Sie eine Frau? Haben Sie eine Prostata- oder Gebärmutteroperation hinter sich? Sind sie im Wechsel?

Wenn Sie eine dieser Fragen mit „Ja“ beantworten, haben sie ein erhöhtes Risiko, eine Inkontinenz zu entwickeln. Das hätten Sie nicht gedacht? Dann geht es Ihnen gleich wie sehr vielen anderen Menschen: Inkontinenz gehört zu den häufigsten gesundheitlichen Problemen. Sie tritt in jedem Alter auf, bei Männern ebenso wie bei Frauen. Es gibt aber auch eine gute Nachricht: „In vielen Fällen kann Inkontinenz verhindert oder vermindert werden, und wir alle können viel

selber dafür tun“, weiß Sabine Maunz, Fachliche Leitung Pflege und Betreuung beim Hilfswerk Österreich.

GESUND LEBEN, KONTINENZ STÄRKEN

In Österreich leidet schätzungsweise jede zehnte Person an einer Inkontinenz. Was viele nicht wissen: Sie kann auch bei jungen Menschen auftreten. Die Gründe dafür sind vielfältig, und meistens hat eine Inkontinenz verschiedene Ursachen. Manche davon können wir nicht ändern. Dazu gehören Alter, Geschlecht oder Veranlagung. Andere hingegen schon: Mit allgemeinen gesunden Gewohnheiten, einem sorgsamem Umgang mit Körper und Geist sowie gezielten, vorbeugenden Übungen können wir das Risiko, später an Inkontinenz zu erkranken, verringern. Oder in den Worten von Sabine Maunz: „Unsere individuelle Lebensweise hat langfristig einen großen Einfluss auf unsere





UNSER TIPP

Sie möchten mehr darüber erfahren, wie Sie Ihre Kontinenz vorbeugend stärken? Im Mai erscheint unser neuer kostenloser Ratgeber „**Inkontinenz betrifft mich nicht. Oder doch?**“ zu diesem Thema. Bestellen Sie ihn schon heute! Unter **0800 800 820** (gebührenfrei aus ganz Österreich) oder per E-Mail an **office@hilfswerk.at**



Othmar Karas
Präsident Hilfswerk Österreich

„Inkontinenz ist die häufigste chronische Erkrankung weltweit. In Österreich ist jede 10. Person davon betroffen. Diese Menschen dürfen wir nicht im Stich lassen. Um sie adäquat zu betreuen, brauchen wir ein bedarfsgerechtes, niederschwelliges und regional verfügbares Präventions-, Beratungs- und Versorgungsangebot. Zudem eine Kompetenzoffensive, um die Anzahl Fachkräfte, die es zum Aufbau und zur Sicherstellung dieses Angebots braucht, auszubilden.“



Auch eine ausgewogene Ernährung hilft, Ihre Kontinenz zu stärken.

» Kontinenz und ist gleichzeitig unser wichtigstes Werkzeug, wenn es darum geht, diese zu stärken.“

Mit allem, was Sie tun, um einer Inkontinenz vorzubeugen, fördern Sie Ihre Gesundheit – und umgekehrt. Ganz wichtig sind dabei eine ausgewogene Ernährung, ausreichend zu trinken, regelmäßige Bewegung sowie Erholung und Entspannung. Sie bilden die Basis für eine gesunde Lebensweise und stärken gleichzeitig Ihre Kontinenz. Mit einem sorgfältigen Umgang mit Ihrem Körper und gezieltem Beckenbodentraining unterstützen Sie diese zusätzlich.

SORGFÄLTIGER UMGANG MIT DEM KÖRPER

Wie wir im Alltag sitzen und stehen, wie wir Lasten heben und tragen, ja sogar, wie

wir husten und niesen, wirkt sich auf den Beckenboden und damit auch auf unsere Kontinenz aus. Wir tun deshalb gut daran, diesen scheinbar alltäglichen Dingen mehr Beachtung zu schenken. Das gilt ganz besonders, wenn Sie in Ihrem Alltag mit schweren Lasten zu tun haben. Versuchen Sie deshalb, so wenig wie möglich auf einmal zu tragen und gebrauchen Sie Hilfsmittel, wann immer es geht. Schieben Sie Lasten beispielsweise auf Rollwägen, statt sie zu tragen, oder nutzen Sie Rückenstützgurte. Trainieren Sie Bauch-, Rücken- und Beckenbodenmuskeln, wenn Sie regelmäßig schwer heben, und nehmen Sie zwischendurch Entlastungspositionen ein: Legen Sie sich zum Beispiel auf den Rücken und schieben Sie einen Polster unter Ihr Becken. Das nimmt Druck von Ihrem Beckenboden, und die Muskulatur kann sich entspannen.



Punkto (In)Kontinenz besonders wichtig: Lasten korrekt heben.

finden Sie zum Beispiel auf der Webseite der Beckenbodengesellschaft Österreich:
<https://www.beckenboden-gesellschaft.at>

HILFSWERK: KOMPETENZ IN KONTINENZ

Das Hilfswerk schult seine Fachkräfte umfassend zur (In)Kontinenz (lesen Sie dazu den Bericht auf S. 22). Denn: „Durch ihre Nähe zu den Menschen und ihre Fachkompetenz spielen Pflegefachpersonen eine wichtige Rolle, wenn es darum geht, einer Inkontinenz vorzubeugen“, erklärt Sabine Maunz. „Sie beraten sensibel und machen ihren Kundinnen und Kunden Mut, aktiv zu werden“, so die Expertin. Wenden Sie sich deshalb an die Hilfswerk-Mitarbeiterinnen und -Mitarbeiter, wenn Sie Ihre Kontinenz stärken wollen oder Unterstützung im Alltag mit Inkontinenz benötigen. Der Ansteckbutton „Kompetenz in Kontinenz“ signalisiert ihr Know-how zum Thema (mehr dazu S. 11). ■



WISSEN

RISIKOFAKTOREN FÜR INKONTINENZ

- **Lebensstil:** unausgewogene Ernährung, Übergewicht, Bewegungsmangel, Rauchen und Stress
- **Schwangerschaft und Geburt**
- **Häufiges Heben schwerer Lasten**
- **Erkrankungen** wie chronische Bronchitis, COPD, Diabetes mellitus, Schlaganfall, Parkinson, Demenz
- **Wiederkehrende Blaseninfektionen**
- **Chronische Verstopfung (Obstipation)**
- **Operationen** z. B. der Prostata oder der Gebärmutter
- **Geschlecht** (Frauen sind häufiger betroffen)
- **Alter**
- **Genetische Veranlagung**

BECKENBODENTRAINING

Der Beckenboden ist eine ganze Muskelgruppe, die – wie es ihr Name sagt – am Boden unseres Beckens liegt. Er ist eng mit den Bauch- und Rückenmuskeln verbunden und hat wichtige Aufgaben: Er stützt die inneren Organe im Bauchraum und stabilisiert die Wirbelsäule. Er federt Druck und Stöße ab, etwa beim Husten, Niesen oder beim Heben von schweren Lasten. Und er sorgt dafür, dass wir Harn und Stuhl bewusst zurückhalten oder loslassen können. Der Beckenboden spielt also eine ganz wichtige Rolle, wenn es um Ihre Kontinenz geht.

Im Normalfall arbeitet der Beckenboden bei fast jeder Bewegung mit. Er tut das wie ein „Autopilot“ wie von selbst. Sie können Ihren Beckenboden aber mit speziellen Übungen auch gezielt trainieren. Anleitungen dazu

Im Jahr **2022** Hören auf dem nächsten Level



GRATIS Hörtest
Persönliche
Höranalyse
KOSTENLOSES
Probetragen



19x in Österreich

Vereinbare jetzt einen Termin:

 **0800 640 046**

 **info@bloomhearing.at**

bloom™

HÖRAKUSTIK

wir verstehen hören

-20% RABATT-GUTSCHEIN*

Rabattcode: **HWHandinHand1-22**

* auf die Zuzahlung neuer Hörgeräte der Marken Signia oder Widex.
Keine Barablöse möglich. Nicht mit anderen Aktionen kombinierbar.
Nicht übertragbar. Gültig 1 Jahr lang nach Erscheinen dieser Magazinausgabe.



-20%

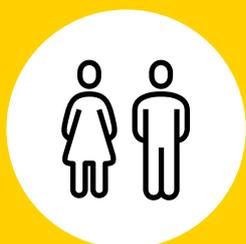
Zahlen und Fakten zur (In)Kontinenz

WAS IST INKONTINENZ?

Inkontinenz ist die fehlende oder mangelnde Fähigkeit, Urin oder Stuhl zu halten und kontrolliert abzugeben.

BETROFFENHEIT

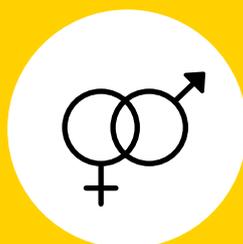
Laut Weltgesundheitsorganisation (WHO) ist Inkontinenz die häufigste chronische Erkrankung weltweit.



RUND
850.000

PERSONEN

in Österreich leiden an Inkontinenz. Das sind rund **10 Prozent der Bevölkerung.**



**JEDE 4. FRAU
UND JEDER 10. MANN**

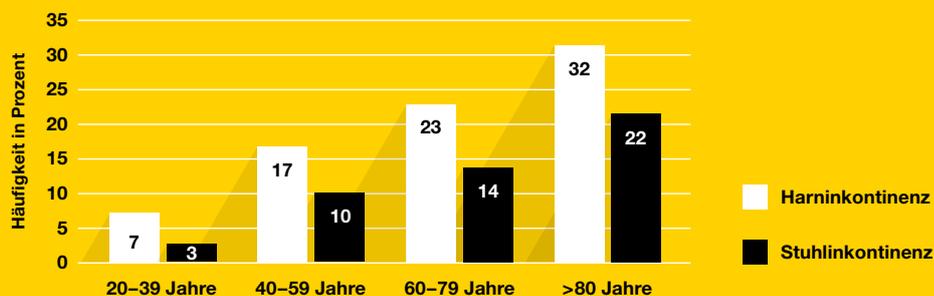
sind schätzungsweise im Verlauf des Lebens von einer Inkontinenz betroffen.



RUND 60.000 KINDER

erleben in Österreich regelmäßig unfreiwilligen Harnverlust in der Nacht (Enuresis nocturna). Meistens betrifft dieses Phänomen Kinder ab 5 Jahren – Buben häufiger als Mädchen. Auch 1 Prozent der Erwachsenen berichten von einer Enuresis nocturna.

INKONTINENZ TRITT IN JEDEM ALTER AUF, IHRE HÄUFIGKEIT NIMMT MIT DEM ALTER JEDOCH ZU:



Quelle: Nygaard JAMA 2011

DIABETIKERVERSORGUNG & SICHERHEITSPRODUKTE im Pflegebereich

Wellion® GALILEO Blutzuckermessgeräte

- Teststreifenauswurf-taste 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!

SERVICE UND DIABETIKER PRODUKTE - ALLES AUS EINER HAND

Wellion Kundenservice - Wir sind gerne für Sie da!

02626 / 64 190 • office@medtrust.at



Hilfswerk Ratgeber

Gut informiert mit unseren beiden Ratgebern zur (In)Kontinenz.

JETZT KOSTENLOS BESTELLEN!

Unter 0800 800 820 oder office@hilfswerk.at

INKONTINENZ BETRIFFT MICH NICHT. ODER DOCH? RATGEBER ZUR VORBEUGUNG VON INKONTINENZ für alle, die ihre Gesundheit stärken und ihre Kontinenz erhalten wollen. Mit wertvollen Informationen zum Thema und praktischen Tipps, was Sie in Ihrem Alltag tun können, um eine Inkontinenz zu verhindern.

SCHWACHE BLASE, TRÄGER DARM? RATGEBER FÜR DEN ALLTAG MIT INKONTINENZ für alle, die bereits an einer Inkontinenz leiden und trotzdem nicht auf Lebensqualität verzichten wollen. Mit hilfreichen Informationen zur Behandlung und Therapie von Inkontinenz sowie zu Bezug und Anwendung von Hilfsmitteln.

WEB PORTALE

Auf www.hilfswerk.at/inkontinenz-vorbeugen steht Ihnen der neue Ratgeber „Inkontinenz betrifft mich nicht. Oder doch?“ ab Mai auch online zur Verfügung. Angereichert mit ergänzenden Informationen, erklärenden Videos, Webseiten und Podcasts.

Der Hilfswerk Fachschwerpunkt (In)Kontinenz wird unterstützt von unseren starken Partnern Institut AllergoSan, Publicare, B. Braun und Tena.



GUT LEBEN MIT INKONTINENZ

Achten Sie auf diesen Ansteck-Button: Pflegefachkräfte mit diesem Button sind speziell geschult zur (In)Kontinenz. Sie informieren und beraten Sie gerne!

Größe L passt nicht allen

Ein Tag unter Hilfswerk-Inkontinenz-Expertinnen. Wissenspark Urstein Süd bei Salzburg. Draußen prächtiger Sonnenschein, es ist frühlinghaft warm. Drinnen 15 Fachkräfte der mobilen und stationären Pflege des Hilfswerks Salzburg. Der Grund ihres Zusammenkommens: Sie bilden sich fort zu Inkontinenzbeauftragten.

TABUISIERUNG MIT FOLGEN

Es geht lebendig zu und her im Fortbildungsmodul „Inkontinenzbeauftragte/r – was nun?“. Die Teilnehmerinnen sind wach und interessiert, es sitzt spürbar viel Wissen und Erfahrung im Raum. Und das Thema bewegt, denn die Anzahl Inkontinenzbetroffener unter den Kundinnen und Kunden ist groß. „Die Öffentlichkeit ist sich gar nicht bewusst, wie viele Menschen von einer Inkontinenz betroffen sind“, sind sich zwei junge Pflegefachkräfte sicher. Was vermutlich zu einem großen Teil daran liegt, dass das Thema nach wie vor stark tabuisiert wird. Leittragende dieses Tabus sind die Betroffenen: Viele von ihnen haben Hemmungen, über ihre Inkontinenz zu sprechen, versuchen selber zurechtzukommen und nutzen deshalb nicht das geeignete Inkontinenzprodukt.

Das hat teilweise schlimme Folgen: Zum Beispiel bei Herrn Wanner*,

der sich – seit einer Operation stark inkontinent – weigert, das Haus zu verlassen: Seine Inkontinenz-Einlage halte nicht, was sie verspreche. Kein Wunder, denn Herr Wanner hat sich nie beraten lassen. Er habe sich nicht getraut. Seit er ein passendes Produkt hat, ist er wieder mit Freude unterwegs und genießt die wiedergewonnene Freiheit in vollen Zügen.

DAS FALSCHES PRODUKT IST EINE QUAL

Co-Leiter der Fortbildung, David Thurner, DGKP und Fachberater für Inkontinenzprodukte bei TENA, wiederholt im Verlauf des Tages immer wieder, wie wichtig es ist, dass Inkontinenzprodukte gut sitzen: „Ein falsches Produkt fühlt sich für die Betroffenen furchtbar an.“ Ist es beispielsweise zu groß, kann das Inkontinenzprodukt den Urin nicht wie gewünscht auffangen – er gelangt an die Haut. Das kann deren natürliche Barrierefunktion so weit

schädigen, dass Infektionen entstehen. Schätzungsweise bei 75 Prozent der Betroffenen könnte laut Thurner mit einer Anpassung des Inkontinenzprodukts eine Verbesserung erzielt und eine bessere Lebensqualität erreicht werden. „Werden Sie deshalb nicht müde, Ihre Kundinnen, Kunden und deren Angehörige zu ermuntern, ein anderes Produkt auszuprobieren, wenn Sie sehen, dass das bisherige nicht passt“, fordert er die Teilnehmerinnen auf. „Größe L passt eben nicht allen.“ Die Anwesenden nicken zustimmend, auch wenn sie wissen, dass das im Umgang mit den betroffenen Kundinnen und Kunden Geduld, Fingerspitzengefühl und eine sorgfältige Kommunikation erfordert. Denn oft sitzen Gewohnheiten tief, und das Produkt zu wechseln ist für Betroffene und Angehörige vielfach mit Unsicherheit verbunden. Dem Thema „Kommunikation“ und dem Erfahrungsaustausch unter den



David Thurner, Co-Leiter der Fortbildung, vermittelt wichtige Kompetenzen zum Thema (In)Kontinenz.



Wichtiger Bestandteil der Fortbildung:
Erfahrungsaustausch unter Kolleginnen



WISSEN

Kolleginnen wird an diesem Tag in Urstein Süd deshalb viel Gewicht beigemessen.

KOMPETENZ IN KONTINENZ

„Inkontinenzbeauftragte/r – was nun?“ ist das dritte und letzte Modul einer dreiteiligen Fortbildung für Pflegefachkräfte zu Inkontinenzbeauftragten. Somit verfügen die Inkontinenzbeauftragten des Hilfswerks über umfangreiches Wissen zu den verschiedenen Formen von Inkontinenz und zur Auswahl der situativ passenden Produkte. Sie kennen die Funktionen der Haut und wissen, wie sie die besonders empfindliche Altershaut korrekt pflegen. Und sie haben ein gutes Gespür dafür, wie sie das Thema sensibel ansprechen und betroffene Kundinnen und Kunden sowie Angehörige kompetent beraten. ■

* Der Name wurde von der Redaktion aus Datenschutzgründen geändert.

AUFGABEN UND QUALIFIKATIONEN DER INKONTINENZBEAUFTRAGTEN

Inkontinenzbeauftragte

- haben umfangreiche Kenntnisse zu den Risikofaktoren und Anzeichen einer Inkontinenz sowie den verschiedenen Inkontinenzformen,
- schätzen die jeweilige Problemlage differenziert ein, beraten Betroffene kompetent und unterstützen diese, ihre Kontinenz zu fördern oder wieder zu gewinnen,
- haben umfassendes Wissen zu aufsaugenden Inkontinenzprodukten sowie zu Einsatz und Indikation ableitender Systeme,
- sichern eine hohe Versorgungsqualität Betroffener, indem sie ihr fachpraktisches Wissen anderen Pflegekräften, Praktikant/innen und Schüler/innen weitergeben,
- tragen zur Enttabuisierung des Themas bei.

Bewegt Ihren Darm mit der Kraft biologischer Papayas

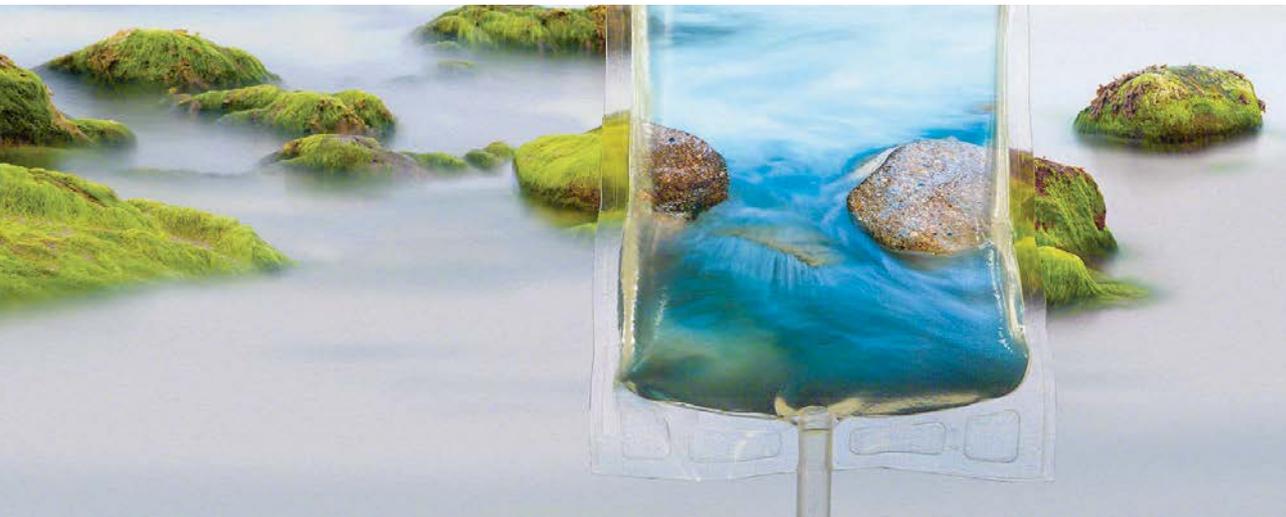


Institut
AllergoSan

Institut AllergoSan Pharmazeutische Produkte Forschungs- und Vertriebs GmbH
Lebensmittel für besondere medizinische Zwecke (bilanzierte Diät).
Zum Diätmanagement bei Verstopfung oder Blähungen und eingeschränkter Möglichkeit der Nährstoffaufnahme.

www.caricol.com

B | BRAUN
SHARING EXPERTISE



HARNKATHETERPFLEGE MIT URO-TAINER® SUBY G

Die Blasenpüllösung mit Zitronensäure gewährleistet den optimalen Abfluss des Harns und verhindert Krustenbildung im Katheter.
Rasch und steril anwendbar – einfach 5 Minuten einwirken lassen!

Uro-Tainer® Suby G ist mit fachärztlicher Verordnung erstattungsfähig!

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

Zu Hause alt werden

Aber sicher! Sie brauchen Hilfe im Alltag, möchten aber weiterhin zu Hause leben? Der Hilfswerk Pflegekompass verrät Ihnen, wie und wo sie die passende Unterstützung finden. Er informiert, wie Sie Ihre Selbstständigkeit bestmöglich erhalten, Ihr Zuhause an veränderte Bedürfnisse anpassen und es sicher gestalten. Auch der Umgang mit seelischen Herausforderungen sowie Fragen zu Geld und Recht sind Thema.

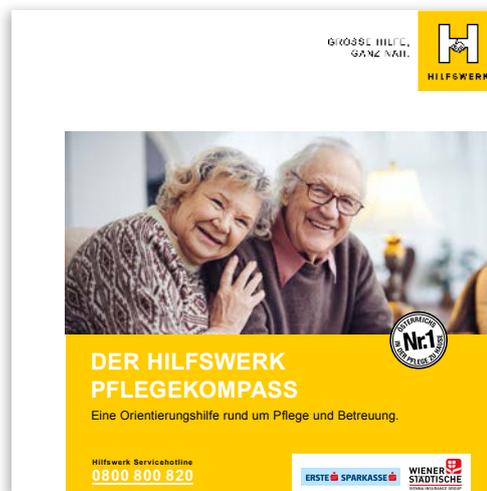
WEITERE HILFSWERK-RATGEBER

Das Hilfswerk führt weitere nützliche Ratgeber rund um die Themen Älterwerden und Gesundheit – zum Beispiel:

- Ich bin dann mal alt. Wie sich das Gehirn im Alter verändert.
- Mehr als vergesslich. Alltag mit Demenz: Ein Ratgeber für Angehörige.
- Chronischer Schmerz. Ein praktischer Ratgeber für den Umgang mit Schmerzserkrankungen.

TIPP

Unter www.hilfswerk.at/ratgeber-und-broschueren können Sie online in all unseren Ratgebern blättern und sie auch gleich bestellen!



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, bloom Hörakustik, Lotterien sowie dem Bundesministerium für Soziales, Gesundheit, Pflege und Konsumentenschutz.



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. 66,90 Euro



Die Presse - Österreicher des Jahres - Kategorie Humanitäres Engagement • Lotterien Tag im Kunsthistorischen Museum mit Extradurchführungen 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 Demenzerkrankte • 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 • e.motion Lichtblickhof - Unterstützung von Familien bei traumatischen Erlebnissen • Nationalpark Hohe Tauern - Projekt barrierefreie Nationalpark-Themenwege im Kaiser Klödnitztal • 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 • Literaturpreis Ohrenschaus - fördert das Schreiben von lernbehinderten AutorInnen mit Schreibtalent • Simultania Kunstpreis des Hilfswerks Steiermark • Coca Cola Inclusion Run zugunsten Special Olympics • Club NO - Turnier zur Unterstützung von Menschen in schwierigen Lebenssituationen • Marianne Hengl / Verein RollOn Austria für Menschen mit Behinderung • Caritas Haus Immanuel meets Märchensommer 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 Sternalerhof • Ghost Run zugunsten PH Austria • Initiative Lungenhochdruck • Sozialmärkte SOMA • Caritas • Lebenshilfe Inklusionspreis • Förderpreis • Lotterien Tag in Parndorf • TAfLE-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 • NO 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 • Forschungsverein Lungenhochdruck • Soziale Projekte Steiermark • Caritas Socialis Hospiz Rennweg • Österreichischer Seniorenbund • Österreichisches Hilfswerk • Österreichische Volkshilfe • Pensionistenverband Österreich • s Häfeler der Diakonie Wien • SOMA Märkte Österreich • Caritas - Le + O Lager und Sammlung • Die Presse - Österreicher des Jahres - Kategorie Humanitäres Engagement • Lotterien Tag im Kunsthistorischen Museum mit Extradurchführungen 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 Demenzerkrankte • 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 • e.motion Lichtblickhof - Unterstützung von Familien bei traumatischen Erlebnissen • Nationalpark Hohe Tauern - Projekt barrierefreie Nationalpark-Themenwege im Kaiser Klödnitztal • 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 • Literaturpreis Ohrenschaus - fördert das Schreiben von lernbehinderten AutorInnen mit Schreibtalent • Simultania Kunstpreis des Hilfswerks Steiermark • Coca Cola Inclusion Run zugunsten Special Olympics • Club NO - Turnier zur Unterstützung von Menschen in schwierigen Lebenssituationen • Marianne Hengl / Verein RollOn Austria für Menschen mit Behinderung • Caritas Haus Immanuel meets Märchensommer 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 Sternalerhof • Ghost Run zugunsten PH Austria • Initiative Lungenhochdruck • Sozialmärkte SOMA • Caritas • Lebenshilfe Inklusionspreis • Förderpreis • Lotterien Tag in Parndorf • TAfLE-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 • NO 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

**DEM GLÜCK
EINE CHANCE
GEBEN**



„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.

gentnerundenzi

**HILFSWERK HOTLINE
FÜR PFLEGENDE ANGEHÖRIGE**



Im Alltag auf Hilfe angewiesen zu sein – Das belastet auch Angehörige. Die Hilfswerk Hotline für pflegende Angehörige ist für Sie da: bei seelischer und emotionaler Not oder bei Fragen zu Pflege und Betreuung.

Rufen Sie uns an! Am besten gleich heute: 0800 640 660
(Mo–Do von 9–16 Uhr, Fr von 8–12 Uhr; gebührenfrei aus ganz Österreich). Die Hotline wird aus Mitteln des Bundesministeriums für Soziales, Gesundheit, Pflege und Konsumentenschutz gefördert:
<http://coronahilfe.pflegendeangehoerige.hilfswerk.at>



LET'S GET TOGETHER

Jetzt **10% Sonderrabatt** für Hand-in-Hand-Leser bei Direktkauf im Onlineshop unter www.emporia.at/tablet

Gutscheincode: Hilfswerk

Jetzt **30 Euro sparen:**
emporiaTABLET nur **269,99 €**

emporia



Besser leben mit dem Notruftelefon

Sicher zuhause und sicher unterwegs. Karl Demel ist aktiver Senior und stolzer Notruftelefon-Nutzer der ersten Stunde. Er erklärt die Vorteile, und warum er sich schon sehr früh für das Gerät des Hilfswerks entschieden hat.

Karl Demel ist 91 Jahre alt und einer der ersten Nutzer des Hilfswerk Notruftelefons. „Das ist eine super Sache. Wenn ein Notfall eintritt, drücke ich auf den Knopf und bekomme sofort Hilfe“, erzählt der betagte Herr. In seinen vier Wänden benützt er den Handsender, sobald er das Haus verlässt, trägt er sein mobiles Notruftelefon um den Hals. „Es ist sehr beruhigend, wenn ich unterwegs bin und weiß, dass rasch jemand da ist, wenn etwas passiert“, sagt Demel. Stolz führt er einen Probealarm durch, um zu zeigen, wie schnell Hilfe über das Notruftelefon organisiert ist. Er selbst hatte bislang glücklicherweise noch keinen akuten Notfall, lediglich die monatlichen Probealarme führt er durch. Dadurch wird die Funktionalität des Geräts überprüft.

Warum er sich für ein Hilfswerk Notruftelefon entschieden hat, ist schnell erklärt. „Ich habe schon drei Bypässe und einige Stents, da muss ich schon vorsichtig sein. Seit ich das Gerät besitze, hat sich mein Leben zum Besseren gewendet“, erläutert Demel. Das mobile Notruftelefon gibt ihm wieder die Sicherheit und die Freiheit, seinen Aktivitäten nachzugehen. Insbesondere dann, wenn er sein

größtes Hobby pflegt, das Autofahren. Mit seinem Opel ist der 91-Jährige auf den Straßen von Pottendorf unterwegs – stets sehr aufmerksam und vorausschauend. Auch zahlreiche andere Aktivitäten wie Gartenarbeit oder tägliche Einkaufsfahrten sind keine Hürden mehr für ihn. Und auch seine 94-jährige Lebensgefährtin Elisabeth ist froh, dass ihr Karl nun sicher unterwegs ist. ■

Notruftelefon-Nutzer Karl Demel mit Hilfswerk-Mitarbeiterin Helena Winter in der gemütlichen Küche.





Rätsel für Jung und Alt

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

Ja, ich möchte ein Exemplar „Meine Sprechstunde“ 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 Mag. Martin Oberbauer, Psychologe und Gedächtnistrainer. Finden Sie die Lösung und gewinnen Sie eines von 3 Büchern „Meine Sprechstunde“ von Christian Matthai.

1 RAUF UND RUNTER

Carla beginnt den zehn Kilometer langen Aufstieg zum Schiestlhaus auf dem Hochschwab um 8:15 Uhr und kommt um 12:15 Uhr dort an. Da stellt sie fest, dass sie bei ihrer Rast, die 20 Minuten dauerte, sechs Kilometer nach dem Start die Thermoskanne vergessen hat. Nach Besteigung des Hochschwabgipfels und Übernachtung im Schiestlhaus steigt Carla am folgenden Tag um 7:30 Uhr mit gleicher Geschwindigkeit wie beim Aufstieg auf der gleichen Route ab. Angenommen, ihre Geschwindigkeit bleibt während der gesamten Wanderung (wie auch schon beim Aufstieg) konstant: **Um wie viel Uhr erreicht sie ihre Thermoskanne?**

2 LAND DER BERGE

Welche beiden Teile passen zusammen? Verbinden Sie sie mit Strichen:

- | | |
|-------------------|---------------------|
| a. Groß- | A. -stein |
| b. Schnee- | B. -könig |
| c. Dach- | C. -eck |
| d. Zug- | D. -glockner |
| e. Hoch- | E. -berg |
| f. Stuhl- | F. -spitze |

3 BERGWERK

Was ist das?

- a.** in den Berg getriebener Grubenbau oder längliches Gebäck aus Germteig
- b.** unterirdisches Erzlager oder im Bleistift
- c.** Bergwerk oder Rechnung im Gasthaus
- d.** unterirdischer Weg oder einzelnes Gericht in einer Speisenfolge

AUFLÖSUNG AUS DEM LETZTEN HEFT

- 1. Winterreise** 13:30 minus 15 minus 10 minus 30 ergibt eine Aufbruchszeit von 12:35 Uhr.
- 2. Das Jahr geht zu Ende** Schlittschuhlauf, Weihnachtskrippe, Christbaumkugeln, Neujahrsvorsätze
- 3. Glücksklee** Die Summe der Zahlen in jedem Kleeblatt beträgt 13, daher fehlt im letzten Kleeblatt die Zahl 3.

BUCHTIPP: MEINE SPRECHSTUNDE

Tabuthema Wechseljahre? Das Thema wird gerne ausgeschwiegen und ist mit Unwissenheit belegt. Und das, obwohl allein in Österreich über 1 Mio. Frauen zwischen 45 und 60 Jahre alt und damit in den Wechseljahren sind.

In seinem neuem Buch „Meine Sprechstunde. Für Frauen, die mitten im Leben

stehen“ widmet sich der Gynäkologe und Hormonexperte Dr. Christian Matthai deshalb ganz der Frauengesundheit ab 40.

Christian Matthai:
Meine Sprechstunde für Frauen, die mitten im Leben stehen.
ISBN 978-3-7088-0807-9
Kneipp Verlag Wien, 2021



„Es ist mir ein Herzensanliegen, diesen Kindern zu helfen. Sie sind besonders bedürftig und brauchen Menschen, die für sie da sind und dringend erforderliche Therapien finanzieren. Ohne diese könnten sich viele der Kinder nicht einmal bewegen.“

Jeannine Schiller



Hilfe für Kinder mit Behinderung in Moldawien

Alltag Isolation. Für Kinder mit Behinderung gibt es in Moldawien kaum Betreuungsplätze. Sie haben wenig soziale Kontakte oder angemessene Betreuung. In den Kinderzentren vom Hilfswerk International finden sie einen Weg aus ihrer Isolation.

ALINA

Vor sieben Jahren kommt Alina in Moldawien gehörlos zur Welt. Ihre Eltern können ihr die Gebärdensprache nicht beibringen, sodass sie nie lernt, sich gut zu verständigen. Fehlender Kontakt zu Gleichaltrigen und mangelndes Zugehörigkeitsgefühl gehören zum Alltag vieler Kinder wie Alina.

DAS „ARMENHAUS EUROPAS“

Rund 15.000 Kinder mit Behinderung leben in Moldawien. Ausreichend Zugang zu Therapien und Bildung erhalten sie nicht, Kindergarten- und Schulplätze für Kinder mit besonderen Bedürfnissen gibt es kaum.

Ohne sozialen Kontakt mit anderen Kindern fühlen sie sich isoliert. Oft haben sie keinen Raum, in dem sie gefördert werden und sich altersgemäß entwickeln können. Doch es gibt Hoffnung.

EINE CHANCE FÜR ALINA

Alinas Eltern erfahren vom Hilfswerk-Kinderzentrum für Kinder mit Behinderung in Hincesti. Dort wird sie von ausgebildeten Therapeut/innen und Pädagog/innen betreut und gefördert. Im Tageszentrum „Blue Bird“ vom Hilfswerk International kommt Alina jeden Tag mit anderen Kindern zusammen. Sie lernt dort Gebärdensprache und verständigt



sich schon bald mit ihren Händen. Der regelmäßige soziale Kontakt wirkt sich positiv auf ihre Entwicklung aus. Das stille Mädchen wird von Woche zu Woche fröhlicher und schafft das, was vielen Kindern mit Behinderung schwerfällt: ihrer Isolation zu entkommen!

BOTSCHAFTERIN FÜR KINDER IN NOT

Jeannine Schiller engagiert sich seit 2004 unermüdlich für Kinder mit Behinderungen in Moldawien. Seither hat sie drei Kinderheime – darunter auch das Blue Bird Zentrum in Hincesti – eröffnet und hunderten Kindern Zukunft geschenkt. ■



Bernadette Breyner
Lernexpertin

„Typische Symptome einer Lernschwäche könnten sein, dass das Kind Schwierigkeiten mit der Groß- und Kleinschreibung hat, ungewöhnlich langsam liest oder auch bei einfachen Rechenaufgaben noch die Finger benutzt.“

Lernen kann – und soll auch – Spaß machen. Das Hilfswerk unterstützt dabei.



Lernen mit allen Sinnen

Individuelles Lerntraining. Wörter mit Nudeln legen? Beim Lernen hüpfen? In der Einfahrt mit Straßenkreide rechnen? Ja, beim Hilfswerk-Lerntraining werden alle Sinne angesprochen!

Das zweite Schulsemester ist voll im Laufen. Aber nicht alle Kinder freuen sich auf den Unterricht. Einige haben sogar ein richtig flaes Gefühl im Magen, wenn sie ans Lernen denken. Das muss aber nicht so sein. Denn: Das Hilfswerk bietet für jede Art von Lernschwierigkeit eine passende Lösung. Die Lernprofis konzipieren ein individuelles Lerntraining, das ganz auf die Bedürfnisse des Kindes zugeschnitten ist.

Wenn das Lernen schwerfällt und sich einfach kein Erfolg einstellen will, können auch Legasthenie (Lese-/Rechtschreibschwäche) und Dyskalkulie (Rechenschwäche) dahinterstecken. „Typische Symptome könnten sein, dass das Kind Schwierigkeiten mit der Groß- und Kleinschreibung hat, ungewöhnlich langsam liest oder

auch bei einfachen Rechenaufgaben noch die Finger benutzt“, erklärt Bernadette Breyner, Lernexpertin beim Hilfswerk. Meistens wird eine Lese- und Rechtschreibschwäche ab der 3. Klasse diagnostiziert. Da sollten die Schüler schon einige Fertigkeiten beim Lesen und Rechnen haben, tun sich aber oft bei den Basis-sachen schwer. „Wenn Anforderungen größer werden, werden auch die Probleme größer und die Kinder steigen irgendwann aus“, kennt Bernadette Breyner die Schwierigkeiten ihrer Schützlinge.

KEINES IST WIE DAS ANDERE

Das Training basiert auf wissenschaftlich fundierten Programmen und einer vorausgehenden psychologischen Diagnostik. Geübt wird genau das, was das Kind braucht – maßgeschneidert und flexibel. Das Lernen kann in



NÄHERE INFOS

Infos finden Sie im Hilfswerk Familien- und Beratungszentrum in Ihrer Nähe, unter der Tel. 05 9249-0 oder unter www.hilfswerk.at/niederosterreich.



den Räumlichkeiten des Hilfswerks, zuhause oder auch online stattfinden – ganz nach Vereinbarung.

„Wir fangen bei der Null-Fehler-Quelle an und kämpfen uns dann vor. Wir arbeiten mit Übungszetteln und Fehlerkarteikarten, binden aber so gut es geht alle Sinne ein: Wir legen Wörter mit Nudeln; wir hüpfen beim Lernen; wir gestalten Lernplakate; wir verwenden Würfel beim Rechnen. Je mehr Sinne beim Lernen dabei sind, umso besser merkt sich das Kind etwas“, erklärt die Hilfswerk-Lernexpertin. Die Erfolgchancen beim Legasthenie- und Dyskalkulietraining sind groß, es braucht aber Durchhaltevermögen. „Im Durchschnitt sind zwei Jahre Training erforderlich. Dann sind die Kinder gut gerüstet für die Zukunft“, erklärt Breyner. ■



TIPPS

SO KLAPPT DAS LERNEN

- Mit allen Sinnen lernen und das Neue mit bereits Bekanntem verknüpfen. Selbst Vokabellernen kann Spaß machen, wenn es z. B. hüpfend im Trampolin passiert.

- Immer gut durchatmen, kurze Pausen einlegen und sie mit Spaß füllen.

- Am Tag gelernte Lerninhalte vor dem Schlafengehen wiederholen.

- Lernt man besser durch Zuhören, Lesen oder Bilder? Man kann z. B. Inhalte vorlesen, aufnehmen und immer wieder anhören, ein Lernplakat gestalten oder mit Karteikarten üben.

- Nicht zu viel auf einmal tun. Wenn man müde ist, rechtzeitig eine Pause einlegen – dann geht es im Anschluss umso besser weiter.

- Früh genug mit dem Lernen beginnen und sich den Lernstoff in kleine „Häppchen“ einteilen. Einen Wochenplan schreiben, wo auch Freizeitaktivitäten vermerkt sind. Am Anfang einer Einheit immer das bisher Gelernte wiederholen.

- Den Lernstoff oft wiederholen und nicht gleich aufgeben!

- Möglichst unter prüfungsähnlichen Bedingungen lernen – unnötige Ablenkungen wie Fernsehen, Musik, Smartphone oder sonstige störende Gegenstände am Tisch vermeiden.



„Das Coole an meinem Job ist das Erfolgserlebnis. Es begeistert mich, wenn eine anfangs schwierige Pflegesituation in guter Zusammenarbeit mit dem Team und den Angehörigen gut überschaubar und zufriedenstellend gestaltet werden kann!“

Hedwig Ritt



Seit 20 Jahren im Pflegeberuf

Hedwig Ritt liebt ihren Beruf. Sie ist seit über 20 Jahren Diplomierte Gesundheits- und Krankenpflegerin, seit fast drei Jahren nun beim Hilfswerk Niederösterreich, Standort Ötscherland. Zu ihren Aufgaben gehören Pflegevisiten, Beratungsgespräche mit Pflegebedürftigen und ihren Angehörigen, die Erstellung eines maßgeschneiderten Betreuungsplans, der die Ressourcen und Bedürfnisse des Pflegebedürftigen berücksichtigt, Verbandswechsel, Medikamentendispensierung und noch vieles, vieles mehr.

Als ausgebildete Demenztrainerin ist sie außerdem in ihrer Region die Experte für Demenzerkrankungen, übernimmt die Beratung der betroffenen Familien und ist fachliche Unterstützung für ihre Kolleginnen und Kollegen. Empathie, Einfühlungs-

vermögen, Beratungskompetenz und Geduld – das sind die Eigenschaften, die Hedwig Ritt in den Beruf mitbringt und auch für wichtig hält.

DIE ARBEIT IM HILFSWERK

Für Hedwig Ritt ist die Arbeit in der mobilen Pflege und Betreuung genau das Richtige. Wenn Sie die Hilfswerk-Mitarbeiterin und weitere Kolleginnen und Kollegen von ihr kennenlernen und etwas über ihren Arbeitsalltag erfahren möchten, schauen Sie auf www.hilfswerk.at/niederoesterreich/jobs/arbeitgeber-hilfswerk/. Hier stellen sich einige Hilfswerk-Mitarbeiter/innen in Kurzfilmen vor – lebensnah und sehr authentisch.

INTERESSE AM PFLEGEBERUF?

Das Hilfswerk sucht in ganz Niederösterreich nach Verstärkung. Diplomierte Gesundheits- und Krankenpfleger/innen, Pflegeassistent/innen, Pflegefachassistent/innen und

Heimhelfer/innen sind sehr herzlich willkommen. Auf der Website <http://www.jobs-pflege.at> findet man mit wenigen Klicks viele Informationen über Berufsbilder und Rahmenbedingungen sowie einfache Möglichkeiten, sich zu bewerben. ■



DAS GUTE LIEGT SO NAH. GENAU WIE DEIN NEUER JOB.

Jetzt bewerben:

www.jobs-pflege.at



DER NEUE **S-CROSS** SCHON AB € 24.990,-¹⁾

Überall daheim.

Der Suzuki S-CROSS fühlt sich bei allen Bedingungen und in jeder Jahreszeit wie zu Hause. Und ist dank selbstaufladendem Hybrid-System besonders sparsam. Auf Wunsch auch mit ALLGRIP SELECT Allradantrieb. Mehr auf www.suzuki.at

Verbrauch „kombiniert“: 5,3-6,1 l/100 km
CO₂-Emission: 119-139 g/km²⁾



1) Unverbindlich empfohlener Richtpreis inkl. 20% MwSt. und NoVA sowie inkl. der Maximalbeträge für §6a NoVAG – Ökologisierungsgesetz. 2) WLTP-geprüft. Irrtümer, Druckfehler und Änderungen vorbehalten. Symbolfotos. Mehr Informationen auf www.suzuki.at oder bei Ihrem Suzuki Händler.

F Suzuki Finanzierung	5 Bis zu 5 Jahre Garantie	V Suzuki Versicherung	FIX Suzuki Fixpreis	A Made for Austria	
------------------------------------	--	------------------------------------	----------------------------------	---------------------------------	--

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.

Versicherer ist:
WIENER STÄDTISCHE Versicherung AG Vienna Insurance Group, Schottenring 30, 1010 Wien.