

04 | 2022

# HAND IN HAND

Mein Hilfswerk Magazin



HILFSWERK

## AUF ENTDECKUNGSREISE

mit den Kleinsten

Seite 9

## TSCHÜSS, BABA!

Hilfswerk on Tour  
im Winterschlaf

Seite 13

## DURCHS JAHR MIT

Hilfswerk Präsident  
Othmar Karas

Seite 14

# MINT

VIER BUCHSTABEN VON  
GRÖSSTER BEDEUTUNG

Seite 4



Nachbar in Not • Die Presse - Österreicher des Jahres - Kategorie Humanitäres Engagement • Lotterien Tag im Kunsthistorischen Museum mit Extradührungen in Gebärdensprache • Lotterien Tag im Naturhistorischen Museum mit sprachsensiblen Führungen für Kinder aus einem benachteiligten Umfeld • Licht ins Dunkel • Tiergarten Schönbrunn • Österreichische Bergrettung • Hospiz Österreich • Lotterien Tag im Belvedere mit einer Führung für Sehbehinderte und 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

# DEM GLÜCK EINE CHANCE GEBEN



Wärme - Heizkostenunterstützung für Menschen in schwieriger Situation • Exoskelett Bewegungshilfe für gehbehinderte Menschen • Lotterien Tag im MuseumsQuartier • Weltrotkreuztag • IMBA - Forschung Spielsucht • Lotterien Tag im Technischen Museum mit Führungen in Gebärdensprache • Lotterien Tag im Wiener Lustspielhaus mit Ticketvergabe ans Neunerhaus • Neunerhaus - Wohnhaus für Obdachlose • Special Olympics Österreich • Verein Down-Syndrom Österreich • 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 • Sturm Graz - Special Blackies • Literaturpreis Ohrenschmaus- fördert das Schreiben von lernbehinderten AutorInnen mit Schreibtalent • Simultania Kunstpreis des Hilfswerks Steiermark • Coca Cola Inclusion Run zugunsten Special Olympics • Club NÖ - Turnier zur Unterstützung von Menschen in schwierigen Lebenssituationen • Marianne Hengl / Verein RollOn Austria für Menschen mit Behinderung • Caritas Haus Immanuel meets 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 Sterntalerhof • Ghost Run zugunsten PH Austria - Initiative Lungenhochdruck • Wiener Tafel • Sozialmärkte SOMA+ Caritas • Lebenshilfe Inklusionspreis+ Förderpreis • Lotterien Tag in Parndorf • Tafel-Ball Inklusionsveranstaltung • Charity „Laufen hilft“ zugunsten St. Anna Kinderspital und Neunerhaus • LOK Verein Leben ohne Krankenhaus • Wiener Zoolauf zugunsten PH Austria - Initiative Lungenhochdruck • Lotterien Tag im Museum Kärnten • NÖ Berg- und Naturwacht • Österreichische Kinderhilfe • Österreichische Seniorenhilfe • Österreichische Sporthilfe • Sporthilfe/Sportler mit Herz • Sporthilfe/Millionenshow • Österreichisches Olympisches Comité • Österreichisches Paralympisches Committee • Österreichisches Paralympisches Committee-Talent Days 2022 • Caritas Haus Immanuel • Diakonie Österreich/Gartenhof de la Tour • Theater Delphin-Verein zur Förderung von integrativer Kunst, Kreativität und Kommunikation • Forschungsverein Lungenhochdruck • Soziale Projekte Steiermark • Caritas Socialis Hospiz Rennweg • Österreichischer Seniorenbund • Hilfswerk Österreich • Österreichische Volkshilfe • Pensionistenverband Österreich • s Häferl der Diakonie Wien • SOMA Märkte Österreich • Caritas - Le + O Lager und Sammlung • Nachbar in Not • Die Presse - Österreicher des Jahres - Kategorie Humanitäres Engagement • Lotterien Tag im Kunsthistorischen Museum mit Extradührungen in Gebärdensprache • Lotterien Tag im Naturhistorischen Museum mit sprachsensiblen Führungen für Kinder aus einem benachteiligten Umfeld • Licht ins Dunkel • Tiergarten Schönbrunn • Österreichische Bergrettung • Hospiz Österreich • Lotterien Tag im Belvedere mit einer Führung für Obdachlose 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 • Verein Down-Syndrom 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 • Sturm Graz - Special Blackies • Literaturpreis Ohrenschmaus- fördert das Schreiben von lernbehinderten AutorInnen mit Schreibtalent • Simultania Kunstpreis des Hilfswerks Steiermark • Coca Cola Inclusion Run zugunsten Special Olympics • Club NÖ - Turnier zur Unterstützung von Menschen in schwierigen Lebenssituationen • Marianne Hengl / Verein RollOn Austria für Menschen mit Behinderung • Caritas Haus Immanuel meets 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 Sterntalerhof • Ghost Run zugunsten PH Austria - Initiative Lungenhochdruck • Wiener Tafel • Sozialmärkte SOMA+ Caritas • Lebenshilfe Inklusionspreis+ Förderpreis • Lotterien Tag in Parndorf • Tafel-Ball Inklusionsveranstaltung • Charity „Laufen hilft“ zugunsten St. Anna Kinderspital und Neunerhaus • LOK Verein Leben ohne Krankenhaus • Wiener Zoolauf zugunsten PH Austria - Initiative Lungenhochdruck • Lotterien Tag im Museum Kärnten • NÖ Berg- und Naturwacht • Österreichische Kinderhilfe • Österreichische Seniorenhilfe • Österreichische Sporthilfe • Sporthilfe/Sportler mit Herz • Sporthilfe/Millionenshow • Österreichisches Olympisches Comité • Österreichisches Paralympisches Committee • Österreichisches Paralympisches Committee-Talent Days 2022 • Caritas Haus Immanuel • Diakonie Österreich/Gartenhof de la Tour • Theater Delphin-Verein zur Förderung von integrativer Kunst, Kreativität und Kommunikation • Forschungsverein Lungenhochdruck • Soziale Projekte Steiermark • Caritas Socialis Hospiz Rennweg • Österreichischer Seniorenbund • Österreichisches Hilfswerk • Österreichische Volkshilfe • Pensionistenverband Österreich • s Häferl der Diakonie Wien • SOMA Märkte Österreich • Caritas - Le + O Lager und Sammlung • Nachbar in Not • Die Presse - Österreicher des Jahres - Kategorie Humanitäres Engagement • Lotterien Tag im Kunsthistorischen Museum mit Extradührungen in Gebärdensprache •

„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 Hilfswerk Österreich 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.




---

## LIEBE LESERINNEN, LIEBE LESER!

---

Technik kann man lernen. Ein Nerd ist technisch versiert, sehr intelligent, in einem MINT-Bereich spezialisiert und – männlich. Um bei der Popkultur zu bleiben, das klassische Bild eines Nerds wurde unter anderem auch von Serien wie etwa „The Big Bang Theory“ geprägt. Unter Mathematikern, IT-Spezialisten oder Systemarchitekten stellen wir uns fast immer Männer vor. In dieser Ausgabe konzentrieren wir uns auf kleine Forscherinnen und Forscher. Ich schreibe in diesem Zusammenhang bewusst Forscherinnen, denn die Anzahl an Frauen in sogenannten MINT-Berufen ist noch immer gering. Auch das Online-Jobportal StepStone, welches immer wieder Studien in dem Bereich durchführt, hat in der Vergangenheit bereits darauf hingewiesen: „An öffentlichen Universitäten machen Frauen nur knapp ein Drittel aller Studienanfängerinnen in MINT-Berufen aus“, stellt Barbara Oberrauter-Zabransky, Studienleiterin bei StepStone Österreich, fest. „An Fachhochschulen ist der Frauenanteil mit 23 % sogar noch geringer.“ Warum ist das so? Einer von vielen Faktoren ist, dass man bereits in der Förderung von Kleinkindern darauf achten sollte, diese Bereiche abzudecken. Kinder eignen sich die Welt forschend an. Sie (be-)greifen, beobachten, fragen, probieren aus und lassen sich von Natur- und Technikphänomenen faszinieren. Erhalten sie die Möglichkeit dazu, wirkt sich dies positiv auf ihren weiteren Bildungsweg aus. Mehr dazu finden Sie auch im großen Leitartikel dieser Ausgabe.

Viel Freude beim Lesen,

**Alexandra Pack**  
Leitung Marketing &  
Unternehmenskommunikation

# 4

## IM FOKUS

Ohne MINT geht gar nichts

# 9

## KINDHEIT & JUGEND

In meinem Apfel sind fünf Stübchen

# 11

## ÄLTERWERDEN & GESUNDHEIT

Die Weisheit des Alters

# 18

## MEIN HILFSWERK

Große Hilfe, ganz nah

Um in Wissenschaft,  
Forschung und Innovation zur  
Spitze zu gehören, brauchen wir  
junge Menschen, die sich für  
MINT begeistern.

# Hoffnungsträger Elementarpädagogik

**Von der Krabbelstube in die IT-Branche.** Was haben Krabbelstuben und Kindergruppen, Kindergärten und Horte gemeinsam? Es sind elementarpädagogische Bildungseinrichtungen, genau. Was noch? Sie sind Hoffnungsträger von Industrie, IT-Branche und zahlreichen Dienstleistungsbetrieben.

**D**as 21. Jahrhundert steht für rasche und tiefgreifende Veränderungen. Die Digitalisierung durchdringt Arbeitswelt und Privatleben, die Nachfrage nach neuen Produkten und Dienstleistungen steigt weltweit ungebrochen an. Krisen wie Coronapandemie und Klimawandel haben enorme Folgen für Wirtschaft und Gesellschaft und stellen uns vor große Herausforderungen, nicht zuletzt in Wissenschaft und Forschung. In diesem Gefüge kommt MINT-Qualifikationen eine Schlüsselrolle zu. Der Sammelbegriff „MINT“ steht für Mathematik, Informatik, Naturwissenschaft und Technik. Er bezeichnet die naturwissenschaftlich-technisch sowie IT-geprägten Wissensbereiche, Schulfächer, Berufsausbildungen, Studiengänge und Berufsbilder. Für rohstoffarme Länder wie Österreich, die Wirtschaftswachstum Wohl-

stand zu zwei Dritteln der technologischen Veränderung verdanken, sind MINT-Fachkräfte von größter Bedeutung. Ohne sie können diese Länder ihre Innovations- und Wettbewerbsfähigkeit und damit ihren Wohlstand nicht aufrechterhalten.

In Österreich sieht es diesbezüglich allerdings nicht gut aus. „Fachkräftemangel“ lesen und hören wir allenthalben. Kein Wunder: Acht von zehn Industriebetrieben haben Probleme, qualifiziertes Personal zu finden. Der ungebremste technologische Fortschritt und die zunehmende Digitalisierung der Arbeitswelt verschärfen die Lage noch. Diese Entwicklungen stellen auch immer mehr Individuen vor immer größere Herausforderungen. Um mit dem (technologischen) Wandel Schritt halten und ihn für sich nutzen zu können, müssen sie ihre Kompetenzen laufend erweitern. >>





### **WAS BEDEUTET MINT?**

„MINT“ steht für Mathematik, Informatik, Naturwissenschaft und Technik und bezeichnet die naturwissenschaftlich-technisch sowie IT-geprägten Schulfächer, Ausbildungs- und Studiengänge sowie Berufsbilder.



**Othmar Karas**  
Präsident Hilfswerk Österreich

„Wenn wir in Wissenschaft, Forschung und Innovation weiterhin zur weltweiten Spitze gehören wollen, brauchen wir mehr junge Menschen, die sich für MINT begeistern. Gut, dass Kinder von Natur aus neugierig sind, sich Wissen gerne aneignen und zum Ausprobieren drängen. Und genau dort setzt das Hilfswerk an. Im Rahmen des Fachschwerpunkts „FORSCHEN.ENTDECKEN. BEGEISTERN“ werden Kinder in unseren Kinderbetreuungseinrichtungen künftig noch gezielter bei der (Weiter-)Entwicklung ihrer angeborenen MINT-Kompetenzen gefördert.“



Kinder probieren von sich aus gerne Neues aus. So (be)greifen sie ihre Umwelt.



- » Kreativität und erfinderisches Denken, die Fähigkeiten, Medien und Technologien interaktiv zu nutzen, entwickeln sich zu Schlüsselkompetenzen. Ohne sie ist die Teilhabe an der modernen Lebens- und Arbeitswelt in Zukunft kaum mehr möglich.

#### **MINT-TALENTE WECKEN**

Hier kommt der Hoffnungsträger Elementarpädagogik ins Spiel: Untersuchungen zeigen, dass das Interesse an MINT so früh wie möglich geweckt und gefördert werden muss, da es sich mit zunehmendem Alter häufig verliert. Ziel muss sein, bereits Kindern positive Erfahrungen mit MINT zu ermöglichen und ihnen Gelegenheiten zu bieten, ihre Talente und MINT-Begabungen zu entdecken. Und diese, wer weiß, vielleicht sogar

einmal zu ihrem Beruf zu machen. Kindergärten, Horte, Schulen und Schülernachmittagsbetreuung sind ideal, um Kinder an MINT heranzuführen: Kindliche Interessen werden nicht nur, aber wesentlich in pädagogischen Einrichtungen geweckt. Interessensfördernde Pädagoginnen und Pädagogen und ein Unterricht, der mit positiven Emotionen und Lernerfahrungen verbunden ist, zählen zu den Hauptgründen, warum sich junge Menschen für einen mathematisch-naturwissenschaftlichen Beruf entscheiden. Wenn es um die Förderung von MINT-Bildung geht, spielen (Elementar-)Pädagoginnen und Pädagogen also eine entscheidende Rolle.

Dabei kommt ihnen zugute, dass MINT für Kinder von Geburt an interessant ist: Bereits



Kreativität und erfinderisches Denken sind wichtige Schlüsselkompetenzen.

Babys entdecken Phänomene in ihrer Umwelt. Kleinkinder entwickeln differenzierte Denkstrukturen und erwerben die Fähigkeit, zu kategorisieren und Zusammenhänge zu erfassen. Sie beobachten, entwickeln intuitiv Theorien und probieren aus, ob sie stimmen. Haben sie Erfolg, erfahren sie Selbstwirksamkeit. Scheitern sie, können sie wertvolle Lernerfahrungen machen. Auf diese Weise (be)greifen Kinder ihre Umwelt und entwickeln oft erstaunliche Einsichten in Mathematik, Informatik, Naturwissenschaft und Technik. Durch MINT-Bildung gezielt gefördert, eröffnen sich den Kindern neue (Wissens-)Welten. Sie erweitern wichtige Kompetenzen und können besser mit den Herausforderungen der komplexer werden Welt umgehen.

## KINDER FÜR MINT BEGEISTERN? WIR SIND DABEI!

Zur Entwicklung dieser Kompetenzen trägt das Hilfswerk aktiv bei: Unter dem Titel „FORSCHEN.ENTDECKEN. BEGEISTERN. Die Hilfswerk Initiative rund um MINT.“ widmen wir unsere Aktivitäten im Fachbereich Kinder, Jugend und Familie 2022 und 2023 dem Thema MINT. Mittels vielfältiger Maßnahmen fördern wir die Kinder in unseren Kinderbetreuungseinrichtungen noch gezielter bei der (Weiter-)Entwicklung ihrer angeborenen MINT-Kompetenzen. Mehr dazu erfahren Sie in der nächsten Ausgabe der Hand in Hand, die im März 2023 erscheint. Dort stellen wir Ihnen auch unsere neuen Servicematerialien zum Thema vor und versorgen Sie mit Tipps und Ideen, wie Sie das kreative und erfinderische Denken Ihres Kindes, Enkel- oder Patenkindes fördern! ■



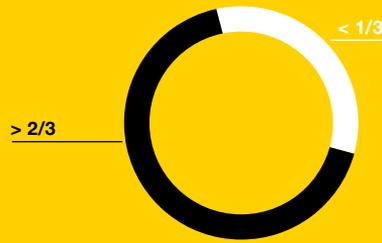
## ZUKUNFTSKOMPETENZEN

Die Organisation für wirtschaftliche Zusammenarbeit und Entwicklung (OECD) hat folgende Kompetenzen definiert, die wir heute und in Zukunft für ein erfolgreiches Leben und eine gut funktionierende Gesellschaft brauchen:

- **Medien und Mittel (Tools) anwenden**, d.h. die Fähigkeit, Sprache, Symbole und Texte zu erkennen und anzuwenden, Wissen und Informationen zu verstehen und zu nutzen, Technologien interaktiv anzuwenden.
- **Eigenständig handeln**, d.h. die Fähigkeit, in größeren Zusammenhängen zu handeln, Lebenspläne und persönliche Projekte zu gestalten und umzusetzen, Rechte und Interessen, Grenzen und Bedürfnisse wahrzunehmen.
- **Sich in heterogenen Gruppen einbringen und austauschen**, d.h. die Fähigkeit, gute und tragfähige Beziehungen zu pflegen, zusammenarbeiten zu können, Konflikte zu bewältigen und zu lösen.

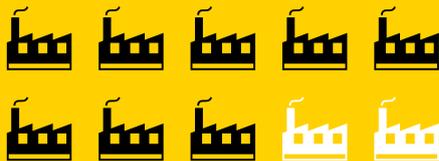
# Zahlen und Fakten

## ZU MINT IN ÖSTERREICH



In Österreichs Industrie arbeiten **mehr als 2/3 aller Mitarbeiter/innen in MINT-Bereichen** (Technik, Produktion, IT, Forschung und Entwicklung).

Quelle: Industriellenvereinigung



Acht von zehn Industriebetrieben haben Probleme, qualifiziertes Personal zu finden.

Quelle: Industriellenvereinigung

# 86 %

der österreichischen Industriebetriebe erwarten aufgrund der Digitalisierung eine Verschärfung des Fachkräftemangels in MINT-Berufen.

Quelle: Industriellenvereinigung

# 18 %

Österreichische Schülerinnen und Schüler glauben kaum daran, dass sie das, was sie in Mathematik und Naturwissenschaften lernen, im späteren Leben brauchen können. **Nur 18% von ihnen würden später gerne ein naturwissenschaftliches Fach studieren.**

Quelle: Industriellenvereinigung



**10 – 15 %**  
Frauenanteil



**85 – 90 %**  
Männeranteil

Das Potenzial von Mädchen und jungen Frauen in MINT-Berufen ist weitgehend ungenutzt. **In Deutschland etwa stagniert der Frauenanteil in der beruflichen MINT-Bildung seit 20 Jahren bei 10 bis 15 Prozent.**

Quelle: Nationales MINT Forum

# Entdeckungsreise durch den Herbst

**Wie fühlt sich die Kastanie an**, was steckt im Zapfen drin, und wo kommen im Herbst die bunten Blätter her? Zu Besuch im Kindergarten „Puckis Home“ erfährt Hand in Hand, wie Hilfswerk-Pädagoginnen Kinder vertraut machen mit den Phänomenen der Natur.

**I**n meinem kleinen Apfel, da sieht es lustig aus: es sind darin fünf Stübchen, grad' wie in einem Haus“, klingt es viestimmig durch den Raum. Zehn Kinder sitzen im Kreis, singen und ahmen begeistert die Bewegungen nach, mit denen Lucia das Herbstlied begleitet. Lucia ist Kindergartenpädagogin beim Wiener Hilfswerk. Sie und ihre Kolleg/innen sind derzeit mit den Kindern auf Entdeckungsreise durch den Herbst. Unter dem Motto „Der Natur auf der Spur“ machen sie die Jahreszeit für die Kinder erlebbar und wecken ihre Neugierde auf die Geheimnisse der Natur.

## VOM SALZTEIG ZUM KUNSTWERK

Heute entstehen kleine Herbst-Kunstwerke in Puckis Home. Die Bauteile: Salzteig, Hagebutten, Kastanien und Herbstblätter. „Wir sammeln diese Materialien gemeinsam mit den Kindern“, erklärt Natalia Bryndzova, Leiterin des Kindergartens. „So lernen sie nebenbei, dass sich die glatte Kastanie aus einer stacheligen Schale löst, und was passiert, wenn

der Zapfen vom Baum fällt.“ Es ist bezaubernd, mit welchem Eifer sich die Kinder dem Basteln hingeben. Und es ist erstaunlich, wie viel selbst die Kleinsten von ihnen schon wissen über den Herbst! ■



„Im Apfel sind fünf Stübchen, grad' wie in einem Haus.“ Das Lied hilft Kindern, (kleine) Naturphänomene zu entdecken.



Bald entstehen hier kleine Kunstwerke: Die Kinder in Puckis Home vor einer Fülle an Materialien aus der Natur.



sozialministerium.at

**pflege.gv.at**

 **Bundesministerium**  
Soziales, Gesundheit, Pflege  
und Konsumentenschutz

Die Website [pflege.gv.at](http://pflege.gv.at) bietet einen österreichweiten Überblick zum Thema Pflege.

Dort finden sich pflege- und betreuungsrelevante Informationen – für Menschen, die selbst Pflege oder Betreuung brauchen oder Personen, die jemanden pflegen:

- verständlich erklärt
- bundeslandspezifisch aufgelistet
- ebenso in Leicht Lesen-Versionen sowie in Gebärdensprache

Mehr unter [www.pflege.gv.at](http://www.pflege.gv.at)

# Das Leben nicht zu ernst nehmen

**Alte Menschen.** Sie sind fast ein Jahrhundert alt, haben viel gesehen, viel erlebt und beherrschen eine ganz wichtige Kunst: Sie wissen, was im Leben wirklich zählt.



**P**andemie, Krieg in Osteuropa, steigende Preise. In Zeiten wie diesen wirken alte Menschen wie ein Fels in der Brandung. Sie geben Orientierung und helfen uns, zuversichtlich zu bleiben. Deshalb hat das Hilfswerk Österreich – auf Initiative des beliebten ehemaligen Radio- und TV-Moderators und heutigen Landtagsabgeordneten Peter L. Eppinger – fünf betagte Menschen um ihren Rat an die jüngeren Generationen gefragt. Wir freuen uns, die Resultate heute mit Ihnen zu teilen. Lassen Sie sich beeindrucken und inspirieren! ■

**1 Friederike Feigl:**

Mit allen Menschen gut umgehen und auf die Gesundheit achten.

**2 Valerie (links) und Christine Ferdan (rechts):**

In der Ruhe liegt die Kraft!

**3 Wolfgang Thimig:**

Das Leben nicht zu ernst nehmen.

**4 Alois Haslinger:**

Es gibt immer eine Lösung!



RICHTIGES MEDIKAMENT. RICHTIGE DOSIERUNG.

#aufnummersicher

WIR KRANKENHAUSAPOTHEKER:INNEN SORGEN FÜR ARZNEIMITTEL THERAPIESICHERHEIT.

[www.auf-nummer-sicher.at](http://www.auf-nummer-sicher.at)

**A** MEINE KRANKENHAUSAPOTHEKERIN.  
MEIN KRANKENHAUSAPOTHEKER.

## HÖRGERÄTE **GRATIS** ABSICHERN

**NEU**



- Totalschaden?
- Diebstahl?
- Verlust?

DAS  
**bloom**  
VERSPRECHEN

**Sicher hören.**

**4 Jahre Schutz**

für 0,-€

Dieser **KOSTENLOSE SCHUTZ** erstreckt sich über **4 Jahre** zu **100%** ab dem Kaufdatum auf Dein neu gekauftes Hörgerät der Marken Signia, Widex oder Audio Service.

Vereinbare jetzt einen **TERMIN**:

- 0800 640 046
- [info@bloomhearing.at](mailto:info@bloomhearing.at)
- [www.bloomhearing.at](http://www.bloomhearing.at)



**bloom**<sup>™</sup>  
HÖRAKUSTIK  
wir verstehen hören



DANKE

HILFSWERK ON TOUR ist Teil der Hilfswerk Jahresinitiative, die unterstützt wird von unseren starken Partnern Erste Bank und Sparkasse, Wiener Städtische, s Versicherung, bloom Hörakustik, Lotterien, Bundesministerium für Soziales, Gesundheit, Pflege und Konsumentenschutz, Publicare, Institut AllergoSan, BBraun und Tena.

# Tschüss, bis bald!

**HILFSWERK ON TOUR** verabschiedet sich für dieses Jahr. Schön war's, Sie in Ihrer Nähe zu besuchen, auf Märkten und Dorffesten, bei Jubiläen, Wandertagen und Messen!

**W**ir blicken zufrieden auf eine reiche Tour-Saison zurück: Unser Tourbus hat an zahlreichen Stationen in ganz Österreich Halt gemacht und zusammen mit unserem Maskottchen FIDI rund 80.000 Besucherinnen und Besucher begrüßt. Im Mittelpunkt standen heuer pflegende und sorgende Angehörige: Unter dem Motto „Zu den Liebsten schauen, auf sich selber nicht vergessen“ haben unsere Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter Angehörigen Möglichkeiten aufgezeigt, wie sie sich in ihrem Alltag entlasten und etwas Zeit für sich gewinnen können. Für Eltern und Erziehende hatten sie kluge Ratgeber zum Thema „Sprechen macht schlauer“ und „Spielen macht schlauer“ dabei, für die kleinsten Gäste Kinderschminken, Popcorn und Hüpfburg.

Jetzt wird es für FIDI und Tourbus Zeit, sich ins Winterquartier zurückzuziehen. Nächstes Jahr sind sie wieder da für Sie: in alter Frische und mit vielen neuen Informationen im Gepäck! ■



Hilfswerk-Maskottchen FIDI, hier in Scheibbs, genießt die Ruhe nach dem Sturm.



Viel Betrieb am Tourstopp beim Hügelparkfest in Wien.

# Ein großer Mensch ganz nah

**Othmar Karas.** Erster Vizepräsident des Europäischen Parlaments, Gründer des überparteilichen BürgerInnen Forum Europa, Universitätslektor und Besitzer von fünf Ehrenzeichen. Hand in Hand im Gespräch mit einem großen – und großherzigen – Menschen.

**HAND IN HAND:** Das Hilfswerk Österreich ist Dachverband von sieben Landesverbänden und vom Hilfswerk International. Es vertritt das Hilfswerk gegenüber Politik, Öffentlichkeit und Interessensgruppen. Was heißt das konkret?

**OTHMAR KARAS:** Die Hauptaufgabe meiner Kolleginnen und Kollegen im Präsidium sowie der Geschäftsführer/innen ist, die Arbeit des Hilfswerks vor Ort bestmöglich zu unterstützen. Dazu gehören Gespräche mit politischen Verantwortungs-träger/innen, Kontakte mit anderen Hilfsorganisationen oder die politische Öffentlichkeitsarbeit. Hierfür setzt das Hilfswerk jedes Jahr einen Schwerpunkt, um wichtige Anliegen besonders ins Bewusstsein zu rücken. 2022 richten wir unter dem Motto „Für die Liebsten sorgen, auf sich selbst nicht vergessen.“ einen Fokus auf die Unterstützung pflegender Angehöriger.

2022 war es mir aufgrund der massiven Teuerung zudem ein großes Anliegen, deutlich zu machen, dass der Kollektivvertragsabschluss heuer besonders wichtig ist. Als Präsident des Hilfswerks habe ich daher vor Beginn der Verhandlungen öffentlich erklärt: Angesichts der herausragenden Leistung der Mitarbeiter/innen in Pflege und Betreuung, des Personalmangels in der Branche und der massiven Belastung in der Pandemie muss ein Abschluss her, der die Inflationsrate weit übersteigt.

**Als Präsident eines Dachverbands kommen Ihnen aber nicht nur Aufgaben zu, die sich nach außen richten.**

Die Stärkung des inneren Zusammenhalts und das Hineinhorchen in die Anliegen von Mitarbeiter/innen und Kund/innen ist mir sehr wichtig. So versuche ich bei Terminen in den





Hilfswerk-Präsident  
Othmar Karas im Gespräch  
mit Hand in Hand.

Bundesländern, immer wieder Einrichtungen des Hilfswerks zu besuchen. Als wichtige Aufgabe nach innen sehe ich auch, mich regelmäßig mit den Länder-Präsident/innen und Geschäftsführer/innen auszutauschen.

**Sie stehen dem Hilfswerk Österreich seit 24 Jahren als Präsident vor. Das ist eine sehr lange Zeit. Welches war für Sie der bisher bewegendste Moment?**

Es gibt nicht nur den einen, sondern erfreulicherweise sehr viele bewegende Momente. Das Hilfswerk war Pionier beim Aufbau der mobilen Dienste, der Tagesmütter, von sozialen Diensten wie Essen auf Rädern oder der Nachbarschaftszentren. Einige dieser Entwicklungen durfte ich als Präsident begleiten. Immer wieder positiv erlebe ich bei Besuchen vor Ort die spürbare Zufriedenheit der Kundin-

nen und Kunden. Und ich freue mich immer sehr, wenn ich feststellen darf, dass die Mitarbeiterzufriedenheit hoch ist. Denn nur Mitarbeiter/innen, die ihre Arbeit gerne und unter guten Bedingungen machen, haben Kundinnen und Kunden, die sich gut betreut fühlen.

**Welche Bedeutung hat das Hilfswerk für Sie persönlich?**

Meine Aufgaben in Brüssel und Wien sind sehr spannend und vielfältig. Politik ist aber bekanntlich das Bohren harter, EU-Politik bisweilen auch das Bohren vernagelter Bretter. Die Ergebnisse dieser Arbeit sind weitreichend, aber nicht immer sofort sichtbar. Meine Tätigkeit für das Hilfswerk gibt mir die Möglichkeit, sehr unmittelbar daran mitwirken zu können, dass es Menschen besser geht. Das erdet mich und gibt mir eine Verwurzelung in der Realität und im Alltag vieler Menschen.

**Auf Ihrer Webseite schreiben Sie sinngemäß „Die Welt von heute ist komplex. Umso wichtiger ist es, dass wir die Welt von morgen in die Hand nehmen.“ Verraten Sie uns mehr dazu?**

Ich bin Jahrgang 1957, ein Kind der Staatsvertragsgeneration. Geboren mitten im Kalten Krieg, aufgewachsen in einem neu erwachenden Europa. Ich habe bereits als Schüler- und Jugendvertreter für den Beitritt zur EU geworben. 1989 habe ich miterlebt, wie der Eiserne Vorhang fällt. Ich bin glücklich und froh, dass wir die Europäische Union haben und dass Österreich Teil davon ist. Von Robert Schuman, einem der Gründerväter der EU, stammt der Satz: „Europa lässt sich nicht mit einem Schlag herstellen und auch nicht durch eine einfache Zusammenfassung. Es wird durch konkrete Tatsachen entstehen, die eine Solidarität der Tat schaffen“. Die multiplen Krisen, die uns derzeit in Atem halten, werden die Blockaden, die es noch gibt, zunehmend auflösen. Darum bin ich mehr denn je überzeugt, dass der Satz weiter gültig ist: Die Welt von heute ist komplex. Umso wichtiger ist es, dass wir die Welt von morgen in die Hand nehmen. ■



## Überzeugend einfaches Blutdruckmessen

**boso-medicus uno** ist ein besonders einfaches und verlässliches vollautomatisches 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](http://www.boso.at)  
Erhältlich in Apotheke und Sanitätsfachhandel  
Unverb. Preisempf. 66,90 Euro

**BOSCH + SOHN** **boso**

 **SOLIDA**

### Perfekte Passform und innovative Materialien

SOLIDA steht für maßgeschneiderte Komplettlösungen für unsere Kunden. Perfekte Passform und innovative Materialien ergeben ein Wohlfühlen der Trägerinnen und Träger. Unser jahrzehntelanges Know-How in Weiterentwicklung von Arbeitsbekleidung für Pflege, Gastronomie und Industrie garantiert herausragende Qualität für die Leistungsträger – alles aus einer Hand, mit umfangreichen Logistiklösungen für unsere Kunden.

**SOLIDA, die Marke für Pflege- und Gastrofashion von ALBIRO.**



Entdecken sie  
unser Sortiment auf

[www.solida.at](http://www.solida.at)  
[contact@albiro.com](mailto:contact@albiro.com)  
+43 4237 2257



ALBIRO Ges.m.b.H.  
Sittersdorf 46  
9133 Sittersdorf

**ALBIRO**  
fashion on the job!

1992-2022  
**30 JAHRE**  
mehr wissen  
besser leben

Das Magazin  
nicht nur  
für Diabetiker!

Mein  
**Leben**

## Alles was man über Diabetes wissen muss!

Das größte österreichische Diabetesmagazin informiert Sie umfassend über alle wichtigen Themenbereiche rund um Diabetes. Sorgfältige Recherche und Berichte von absoluten Spezialisten aus den Gebieten Medizin, Forschung, Ernährung, Pflege und Sport sowie Wissenswertes zur gezielten Vorbeugung garantieren wertvolle Hilfe für die Probleme direkt Betroffener, Angehöriger, Betreuer oder für Gesundheitsbewusste.

**4 Ausgaben jährlich per Post**  
für nur € 17,95 inkl. Porto  
Abo Bestellung: Tel.: 0662/82 77 22

[www.meinleben-diabetes.at](http://www.meinleben-diabetes.at)

 /meinlebendiabetes

 /diabetes\_vital



# Neu: Preisel-Caps D-Mannose Verstärkter Schutz gegen Blasenentzündungen



Viele, vor allem Frauen, kennen die Symptome einer Blasenentzündung nur zu gut – häufiger Harndrang und damit verbundene Schmerzen, bzw. Brennen beim Wasserlassen. Meist lassen sich die Beschwerden gut behandeln und verschwinden wieder, leider bleibt es für manche Betroffene jedoch nicht dabei, denn die Harnwegsinfektion kehrt immer wieder. Hilfe bietet das bewährte Preiselbeer-/Cranberry-Sortiment von Caesaro Med, welches nun durch ein innovatives Produkt mit dem Aktivstoff D-Mannose erweitert wurde. D-Mannose ist eine natürliche Zuckerart, welche in geringen Mengen in Früchten und gewissen Beerensorten enthalten ist. Sie kommt auch natürlich in den Harnwegen vor, um den Körper vor schädlichen Bakterien zu schützen. Die typischen Auslöser einer

Harnwegsinfektion, die Coli-Bakterien, werden somit gemeinsam mit den Proanthocyanen des Cranberry-Extraktes bei der Anhaftung an die Blasenwand gehindert. Die Bakterien können sich damit nicht festsetzen und werden mit dem Urin aus dem Harntrakt gespült. Das Zusammenwirken beider Aktivstoffe kann sowohl im Akutfall, als auch in Fällen wo der Cranberry-Extrakt allein keine ausreichende Schutzwirkung in der langfristigen Anwendung erreichte, seinen Nutzen zeigen.

Ausführliche Informationen über die Anwendung sowie Gratisproben erhalten Sie bei Caesaro Med, Raidenstrasse 46, 4060 Leonding, Tel.: 0732 677164. info@caesaro-med.at www.caesaro-med.at



Bezahlte Anzeige



# DAS Probiotikum zum Antibiotikum

10 hochaktive Bakterienstämme für Ihren Darm

**OMni-BiOTic® 10 AAD:**

Zum Diätmanagement bei einer Dysbalance der Darmflora während und nach der Gabe von Antibiotika.



Institut AllergoSan

Lebensmittel für besondere medizinische Zwecke (bilanzierte Diät)  
Institut AllergoSan Pharmazeutische Produkte Forschungs- und Vertriebs GmbH

[www.omni-biotic.com](http://www.omni-biotic.com)

# GROSSE HILFE, GANZ NAH.

## LANDESGESCHÄFTSSTELLE

Hilfswerk Steiermark GmbH  
Landesgeschäftsstelle  
Paula-Wallisch-Straße 9, 8055 Graz  
Tel. 0316/813181-0  
office@hilfswerk-steiermark.at

## SOCIAL MEDIA

 **Facebook:** @hilfswerksteiermarkgmbh

 **Instagram:** @hilfswerksteiermark

## PODCAST WANDELSICHER

**Hören Sie sich doch auch mal unseren Podcast an:**

<https://www.hilfswerk.at/steiermark/wir-ueber-uns/wandelsicher-der-podcast/>

„wandelsicher“ ist der Corporate Podcast des Hilfswerk Steiermark. Das Leben ist ständig im Wandel. Es läuft niemals geradlinig, sondern fordert uns immer wieder zur Weiterentwicklung heraus. Das ist gut so, denn jeder Wandel bringt Geschichten mit sich, von denen Andere lernen können. Wir sprechen in diesem Format regelmäßig mit interessanten Menschen im und um das Hilfswerk.



# LORENZ

GmbH  
PFLEGE BETTEN



## Pflegebetten und Zubehör für die Krankenpflege



über 25 Jahre Erfahrung - bei uns liegen Sie richtig

8200 Gleisdorf, Wilfersdorf 164 - Tel.: 03112 22509 - Fax DW -15 - [www.lorenz-pflegebetten.at](http://www.lorenz-pflegebetten.at)



# Vermehrt Schönes!

Wir unterstützen auch das  
Hilfswerk Österreich.

# #füreinandersorgen



**Wir sind in ganz Österreich für Sie da. Immer und überall.**

Online auf [wienersaetdtische.at](http://wienersaetdtische.at), telefonisch und natürlich auch persönlich.

**Ihre Sorgen möchten wir haben.**

**WIENER**   
**STÄDTISCHE**  
VIENNA INSURANCE GROUP