

01 | 2023

HAND IN HAND

Mein Hilfswerk Magazin



HILFSWERK

MINT-FÖRDERUNG

von Mädchen

Seite 12

TAGSÜBER GUT BETREUT

Zweites Tageszentrum
für Seniorinnen und
Senioren eröffnet

Seite 14

LEBENSLANG LERNEN

Hilfswerk Kärnten
Akademie präsentiert
Bildungsschwerpunkte

Seite 17

MINT bringt's

TOLLE EXPERIMENTE
FÜR KIDS

Seite 4



Vorsorgen und Träume leben!



Zukunftsvorsorge?

Jetzt auf [wienerstaedtische.at](https://www.wienerstaedtische.at)
informieren und Beratungstermin vereinbaren!

#einesorgeweniger

Ihre Sorgen möchten wir haben.

WIENER 
STÄDTISCHE
VIENNA INSURANCE GROUP



Editorial

LIEBE LESERINNEN, LIEBE LESER,

Kinder sind unsere Zukunft, daher freut es mich besonders, dass wir in dieser Ausgabe unseren Fokus auf die Jüngsten unserer Gesellschaft richten. Kinder entdecken ihre Umwelt, im Gegensatz zu uns Erwachsenen, noch unvoreingenommen – kurz gesagt, sie erforschen, gehen mit offenen Augen durch die Welt, beobachten, vergleichen und fragen. Sie nehmen Dinge nicht als gegeben hin, sondern probieren sie aus und lernen aus Erfahrungen. Ein schöner Ansatz, dem wir Erwachsenen (wieder) mehr Bedeutung schenken sollten. Wir widmen uns daher in dieser Ausgabe der „Hand in Hand“ dem Thema MINT – Mathematik, Informatik, Naturwissenschaften und Technik. In vielen Kindertagesstätten, Kindergärten und Schulen ist MINT bereits fest verankert und sensibilisiert Kinder für die Wissenschaften. Daher möchten wir uns in dieser Ausgabe diesem großen Themenbereich widmen. Im Hilfswerk Kärnten haben wir einige stationäre Einrichtungen, wie beispielsweise die Kindertagesstätten Völkermarkt und St. Andrä im Lavanttal, die verstärkt mit dem MINT-Konzept arbeiten und damit aus der Praxis berichten können. Wir geben Ihnen, liebe Leserinnen und Leser, auf den folgenden Seiten einen kleinen Einblick in den pädagogischen Alltag.

In diesem Sinne wünsche ich Ihnen viel Vergnügen beim Blättern und Schmökern durch diese Ausgabe und bleiben Sie gesund.

Alles Gute,

Elisabeth Scheucher-Pichler
Präsidentin des Hilfswerk Kärnten



4 IM FOKUS

MINT bringt's!

12 KINDHEIT & JUGEND

Der wachsende Regenbogen –
MINT-Projekt im Praxistest

18 LEBEN & GESELLSCHAFT

KinderStadt bietet Yoga für Kinder
ab 4 Jahren

30 MEIN HILFSWERK

Taten statt Worte



Othmar Karas
Präsident Hilfswerk Österreich

„Mit MINT verändern wir den Blick von Kindern und Jugendlichen auf unsere Welt. Wir wecken Neugier, Freude, Kreativität und fördern eine dem Leben zugewandte, positive Grundhaltung. Mit MINT eröffnen wir berufliche und persönliche Chancen für junge Menschen – für Mädchen und Burschen gleichermaßen. MINT ist der Schlüssel zur Lösung der großen Herausforderungen unserer Zeit. Wer MINT kann, kann unsere Welt verbessern!“



Luis und Frieda bauen ein Modell mit dem Lego-Technikbaukasten.



» ab. Es geht auch nicht unbedingt darum, bestimmte Experimente durchzuführen. MINT lassen sich wunderbar mitten im gemeinsamen Alltag entdecken und erleben. Zum Beispiel beim Aufräumen: Die Holzpferde kommen zu den anderen Tieren, die Bausteine in die grüne Kiste, alle Fahrzeuge in die rote Box. Nach solchen Gemeinsamkeiten und Ordnungen zu suchen, ist Mathematik.

Auch die anderen drei MINT-Buchstaben sind im Alltag überall um uns herum. Wenn wir der Waschmaschine sagen, wann sie einschalten soll, und für den Weg von A nach B das Navi fragen, nutzen wir Informatik. Der Dampf beim Kochen, das wechselnde Wetter, die wärmende Heizung, eine brennende Kerze? Naturwissenschaft! Schalten wir das Licht ein und den Herd aus oder bauen ein

neues Regal auf, steht Technik dahinter. Ebenso beim Telefon, das uns mit Oma und Opa verbindet, bei den Maschinen, die unsere Nahrungsmittel ernten, oder wenn aus Wasser Strom entsteht. Um Kinder dabei zu unterstützen, ihr natürliches Verständnis von MINT zu vertiefen und zu erweitern, brauchen Sie also nicht weit zu gehen: Gelegenheiten dazu finden Sie überall – zu Hause, am Weg zum Kindergarten, beim Einkauf oder Spaziergang durch den Wald.

WAS BRAUCHST DU? WAS DENKST DU?

Als Erwachsene/r sind Sie für das Kind Forschungs- und Lernbegleiter/in und können ihm wichtige Impulse geben: Ermutigen Sie es, eigene Ideen zu formulieren und selbst Lösungswege oder Antworten zu finden. Fragen wie: „Was glaubst du, warum ist das so?“ oder



Frieda experimentiert mit 3D-Stiften.

„Wie können wir mehr herausfinden?“ sind motivierender als vorschnelle Erklärungen oder belehrende Sätze. Beobachten Sie gut, um zu verstehen, was das Kind beim Forschen und Handeln jetzt gerade braucht: eine Frage, eine Anregung, Lob oder Ermutigung, Ruhe und Zeit oder konkrete Unterstützung?

MEHR MINT

Ende April/Anfang Mai publiziert das Hilfswerk die Broschüre „MINT bringt's. Mit Mädchen und Buben Mathematik, Informatik, Naturwissenschaft und Technik entdecken und erforschen“ sowie das dazugehörige Online-Portal www.hilfswerk.at/mint – mit vielen Informationen rund um die MINT-Förderung und noch viel mehr Anregungen und Experimenten zum Ausprobieren! Mehr dazu auf Seite 9. ■



IDEEN FÜR ZUHAUSE

SALZ UND PFEFFER TRENNEN (Physik)

Material: Salz, Pfeffer (gemahlen), Teller, Plastiklöffel, Wollpullover

So geht's: Vermische Salz und Pfeffer und streue das Gemisch auf einen Teller. Reibe einen Plastiklöffel einige Male am Wollpulli und fahre danach mit dem Löffel in geringem Abstand über die Gewürze.

Das passiert: Der Pfeffer wird vom Plastiklöffel angezogen und auf diese Weise vom Salz getrennt.

Erklärung: Durch das Reiben am Stoff lädt sich der Plastiklöffel elektrostatisch auf und wirkt anziehend. Da die Pfefferkörner leichter sind als die Salzkörner, springt der Pfeffer zuerst an den Löffel und bleibt kleben.

© Geo Online

AQUARIUM (Chemie)

Material: Marmeladenglas, Wasser, Lebensmittelfarbe, klares Speiseöl (z. B. Sonnenblumen- oder Rapsöl), Spielzeugfisch oder andere kleine Spielzeuge

So geht's: Fülle das Marmeladenglas etwa zu einem Drittel mit Wasser. Gib einige Tropfen Lebensmittelfarbe hinzu und rühre gut um. Nun füllst du das Glas mit Speiseöl auf, aber nicht ganz: Achte darauf, dass du oben etwas Platz lässt, so kannst du das Glas besser schütteln. Jetzt gibst du den Spielzeugfisch oder anderes kleines Spielzeug in das Glas und verschließt es.

Das passiert: Wasser und Öl mischen sich nicht, auch nicht, wenn du das Glas schüttelst: Das Öl setzt sich als Schicht wieder vom Wasser ab.

Erklärung: Öl und Wasser haben nicht dieselbe Dichte. Die Dichte des Öls ist kleiner, deshalb „schwimmt“ es auf dem Wasser.

Quelle: <https://kinder-diy-trends.com/experiment-aquarium-im-glas-lavalampe>

Die Bilder dieser Story sind entstanden mit freundlicher Unterstützung des Educational Lab im Lakeside Science & Technology Park in Klagenfurt.


www.lakeside-scitec.com/educational-lab


Hilfswerk Ratgeber

Gut informiert mit unseren beiden Ratgebern zur bestmöglichen Entwicklung Ihres Kindes.

MINT bringt's! Mit Mädchen und Buben Mathematik, Naturwissenschaften, Informatik und Technik entdecken und erforschen. Ein Ratgeber für Eltern und Großeltern, die gemeinsam mit ihren Kindern und Enkelkindern die faszinierende Welt des MINT-Universums entdecken und erforschen wollen. Unser Alltag ist voll von naturwissenschaftlichen Phänomenen und Erkenntnissen. Vertrauen Sie auf die natürliche Neugier und den Wissensdurst der Kleinsten. Spannende Experimente animieren zum Ausprobieren und Mitmachen.

GROSSE HILFE.
GANZ NAH.





MINT BRINGT'S!

Mit Mädchen und Buben **Mathematik, Informatik, Naturwissenschaften und Technik** entdecken und erforschen

www.hilfswerk.at/mint





**Wie Kinder fürs Leben lernen
Spielen macht schlauer**


 Mit Empfehlungen zur ganzheitlichen Entwicklungsförderung

Spielen macht schlauer. Wie Kinder fürs Leben lernen. Mit Empfehlungen zur ganzheitlichen Entwicklung ist ein toller Ratgeber für alle, die die Potenziale ihrer Kinder spielerisch fördern wollen. Sicherheit vermitteln und gleichzeitig den Kindern Raum und Zeit geben – das sind die Zutaten für eine ganzheitliche, positive Entwicklungsförderung.

GUT BERATEN VON DEN HILFSWERK-MITARBEITERINNEN UND -MITARBEITERN

Unsere eigens geschulten Expertinnen und Experten informieren Sie, wie Sie Ihr Kind bestmöglich unterstützen und fördern können. Hilfswerk Servicehotline: 0800 800 820. Sprechen Sie uns an, am besten noch heute.



**RATGEBER JETZT
KOSTENLOS BESTELLEN!**

0800 800 820
(gebührenfrei) oder unter
office@hilfswerk.at

WEB PORTALE

Auf www.hilfswerk.at/mint haben wir unseren Ratgeber auch als Webportal für Sie aufbereitet. Ab Mai finden Sie dort ergänzende Informationen, interessante Videos, Poster und informative Podcasts zum Thema MINT.

Die Hilfswerk-Aktivitäten und -Servicematerialien werden unterstützt von unseren starken Partnern Erste Bank und Sparkasse, Wiener Städtische, Lotterien, AllergoSan, Publicare, Essity, Nestlé, Bundesministerium für Soziales, Gesundheit, Pflege und Konsumentenschutz sowie Bundeskanzleramt.



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 Aufpumptechnik ermöglicht ein sanftes Aufpumpen ohne Nachpumpen. **bosomedicus uno** speichert zum Vergleich automatisch den letzten Messwert und erkennt Herzrhythmusstörungen während der Messung für die sichere Blutdruckkontrolle. Seit Jahrzehnten vertrauen weltweit Millionen von zufriedenen Anwendern auf präzise Blutdruckmessgeräte von **boso**.



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



MoliCare®

Sicherheit. Jeden Tag.

Gratismuster & Beratung bei Ihrem Bandagisten oder unter molicare.at

„Ich fühle mich gut“

www.molicare.at



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



Anna und die Liebe zu den Zahlen

Hand in Hand stellt Ihnen ein Mädchen vor, das in großen Schritten einem MINT-Studium entgegensteuert. Wir berichten über die 17-jährige Schülerin Anna Preschitz und ihr Faible für Mathematik und Physik.

Anna ist 17 Jahre alt, besucht die 8. Klasse des Gymnasiums in Neusiedl am See und die MINT-Fächer Mathe, Physik und Chemie haben es ihr ganz besonders angetan. Bereits in der Volksschule ist ihr Mathe leicht gefallen, und dass es für jedes Problem eine einzige Lösung gibt, hat sie schon damals fasziniert.

HIGHLIGHT TECHNISCHES MUSEUM

Anna erzählt von den „ganz normalen“ Dingen, die sie gemeinsam mit ihrer Familie unternommen hat, wie z. B. das Zusammenbauen von Lego-Spielen oder Besuche in Museen. Sie erinnert sich, dass sie nach dem Besuch des Technischen Museums in Wien wusste, „da will ich unbedingt nochmals hin“. Das Interesse für Mathematik hat auch ihr Mathe-Profit verstärkt. „Er hat uns mit viel persönlichem Engagement und Witz komplizierte Rechnungen so erklärt, dass sie logisch waren. Das war sehr motivierend“, so die Schülerin. Überhaupt sei sie eine richtige Tüftlerin, die auch gerne Ikea-Möbelstücke selbst zusammenbaue.

VORBILDWIRKUNG LEHRENDE

Zur Zeit beschäftigt sich Anna mit ihrer sogenannten Vorwissenschaftlichen Arbeit zum Thema „Energiegewinnung aus Kernfusion“. Da geht es nicht um Kernspaltung, sondern darum, wie man zwei leichte Atomkerne zu einem schweren fusioniert. Das sei voll spannend. „Meine Physiklehrerin ist ur cool. Sie hat auch viel Erfahrung in der Wirtschaft“, gibt sich die 17-Jährige begeistert.

Anstelle von MINT benutzt Anna häufiger den englischen Begriff stem*, diesen Begriff kennt sie von der Social-Media-Plattform TikTok. Annas Studienwahl steht bereits fest. Sie möchte unbedingt Technische Mathematik an der TU Wien studieren. „Das interessiert mich total, weil man lernt, wie die Erkenntnisse der Mathematik ganz konkret in der Technik zur Anwendung kommen und ich beruflich außerdem sehr vielfältige Möglichkeiten habe“, so Anna zielstrebig. Wir wünschen Anna für ihre Zukunft im MINT-Bereich viel Erfolg! ■

* stem: science, technology, engineering, mathematics



Die 17-Jährige AHS-Schülerin Anna ist eine begeisterte Mathematikerin.



Die Enden eines Küchenpapiers werden mit Filzstiften bemalt.



Anschließend werden die Enden in zwei mit Wasser gefüllte Gläser gelegt.



Die wasserlöslichen Farben werden durch das Wasser in die Hohlräume des Küchenpapiers transportiert.

Der wachsende Regenbogen

Wenn man Kinder für etwas begeistern und ihnen neue Welten eröffnen möchte, kann man nicht früh genug damit anfangen.



Tanja Janesch
Leiterin der Kindertagesstätte
St. Andrä im Lavanttal

Es gilt dabei altersadäquat Angebote zu generieren, ohne die Kinder zu überfordern. Um Rahmenbedingungen und eine gute Ausgangslage für eine positive Lernmotivation zu erzielen, muss man eine angenehme Atmosphäre schaffen, den Fokus mehr auf den Prozess als auf die Lösung zu legen, eine gesunde Wettbewerbssituation ermöglichen, kleine schrittweise Anleitungen und Ziele formulieren und das Resultat feiern.

BEISPIEL AUS DER PRAXIS

In der Kindertagesstätte St. Andrä im Lavanttal liegt der pädagogische Schwerpunkt im Bereich Natur und Technik. „Wir beschäftigen uns mit naturwissenschaftlichen Phänomenen

wie zum Beispiel mit unterschiedlichen Aggregatzuständen – ‚fest und flüssig‘ – und wecken so das Interesse der Kinder an unserem Bildungsschwerpunkt“, erklärt die Leiterin der Kita St. Andrä im Lavanttal, Tanja Janesch.

DAS EXPERIMENT

Für den Versuch „Der wachsende Regenbogen“ braucht man Filzstifte in verschiedenen Farben, ein Stück Küchenrolle, zwei Gläser und Wasser. Das Küchenpapier wird in der Mitte durchgeschnitten. Mit den Stiften werden an beiden Enden des Küchenpapiers kurze bunte Streifen gemalt, dann werden beide Enden vorsichtig und nicht zu tief in die beiden mit Wasser gefüllten Gläser gelegt. Nach kurzer Zeit verbinden



Man erhält einen schönen bunten „gewachsenen“ Regenbogen.

sich die Farbstreifen und ergeben zusammen einen wunderschönen Regenbogen. Da die Farben der Filzstifte wasserlöslich sind, wird mit Hilfe des Wassers die Farbe durch die Hohlräume des Küchenpapiers transportiert. „Wie das Beispiel zeigt, kann man auf spielerische Art Möglichkeiten schaffen, sich dem MINT-Gebiet zu nähern. Dadurch sinkt die Hemmschwelle vor Unbekanntem und die Kinder fühlen sich sicher im Umgang mit diesen Fächern“, erklärt die Leiterin des Fachbereichs Psychotherapie, Alma Brkic-Elezovic.

Wenn Kinder und Jugendliche schon in frühen Jahren Selbstbewusstsein und Verständnis innerhalb dieses Gebietes entwickeln, dann ist in Zukunft eine

höhere Lernmotivation in diesem Gebiet anzunehmen. „Wenn das Lernen, die Erkundung, die Entdeckung in der Vergangenheit lustbetont und mit positiven Gefühlen, wie Neugier, Stolz und Freude verknüpft wurde, dann wollen wir natürlich mehr von diesen Gefühlen und sind motivierter, mehr aus einem Themengebiet zu hören, zu lesen und zu probieren. Das gilt für uns alle, egal ob Jung oder Alt. Erwachsene und Pädagog/innen können somit wichtige Begleiterinnen für Kinder sein, diese Lust am Entdecken, Probieren und am Herstellen von Zusammenhängen zu fördern. Motivieren Sie die Kinder, Fragen zu stellen, und Sie werden erstaunt über die Lösungsansätze und Antworten der Kinder sein“, so Brkic-Elezovic abschließend. ■



Alma Brkic-Elezovic
Leiterin Fachbereich Psychotherapie.
Psychologie.Beratung.

M 0676 89 90 14 22

E alma.elezovic@hilfswerk.co.at



Lisbeth Gangl-Schwarz
Leiterin Fachbereich
Elementarpädagogische Bildung
und Betreuung

M 0676 89 90 15 20

E lisbeth.schwarz@hilfswerk.co.at

Gemeinsame Zeit mit Gleichgesinnten

Im Vorjahr erfolgte die **Eröffnung** des Tageszentrums für Seniorinnen und Senioren in Finkenstein. Seit Mitte Jänner gibt es dieses Konzept auch in Feldkirchen.



Hermine Pobatschnig

Pflegedienstleiterin

Leiterin Pflege.Betreuung.Beratung.

M 0676 89 90 10 10

E hermine.pobatschnig@hilfswerk.co.at



Sieglind Holzner

Qualitätsmanagementbeauftragte,
Wundmanagerin

M 0676 89 90 10 22

E sieglind.holzner@hilfswerk.co.at

Die Tageszentren für Seniorinnen und Senioren dienen einerseits der Entlastung von pflegenden Angehörigen, andererseits ermöglicht es den Senior/innen einen strukturierten Tagesablauf inmitten von Gleichgesinnten. Die beiden Tageszentren sind vom Land gefördert, dadurch kann das Angebot, das auch tageweise in Anspruch genommen werden kann, finanzierbar gestaltet werden. Von Montag bis Freitag, jeweils von 7:30 bis 16:30 Uhr, wird den Senior/innen im geriatrischen Tageszentrum neben einem abwechslungsreichen Alltag auch Verpflegung (Frühstück, warmes Mittagessen, Nachmittagsjause) und bei Bedarf auch ein Hol- und Bringdienst geboten.

EINZIGARTIGES KONZEPT

In der Tagesbetreuung liegt der Fokus auf Senior/innen mit Demenz. Betreut und begleitet wird nach dem Pflegekonzept der Mäeutik. Übersetzt bedeutet dies eigentlich „Hebammenkunst“ und wurde von der Niederländerin Dr.ⁱⁿ Cora van der Kooij zu



einem Pflege- und Betreuungsmodell weiterentwickelt. Mäeutisch zu pflegen bedeutet dies erlebensorientiert zu tun – die Pflegepersonen sind durch das bewusste Einsetzen ihrer eigenen Erfahrungen und Instrumente der Mäeutik besser in der Lage, sich in die Lebenswelt und Bedürfnisse der Tagesgäste einzufühlen und diese auch wahrnehmen zu können, um so die zu betreuenden Personen bestmöglich durch den Tag zu begleiten. Dies erfolgt einerseits durch Biographiearbeit, andererseits durch die Bezugspflege. Laut IMOZ Austria (Organisation von Veranstaltungen und Ausbildung des mäeutischen Modells in Österreich) ist das Hilfswerk Kärnten die einzige Organisation oder stationäre Einrichtung in Kärnten, die aktuell mit diesem Konzept arbeitet, und gilt daher als Vorreiter.

GUT ANGENOMMEN

Der Tag beginnt mit der Ankunft der Gäste im Tageszentrum. Individuell werden sie entweder von Angehörigen gebracht oder durch den Hol- und Bringdienst des Hilfs-



Am 16. Jänner 2023 eröffnete das Tageszentrum für Seniorinnen und Senioren in Feldkirchen und wurde gleich gut angenommen.



Die Krampusgruppe Finkenstein organisierte gemeinsam mit dem Team des Tageszentrums einen Nikolo-Besuch.w



In den Tageszentren wird nach dem Pflegemodell der Mäeutik gearbeitet – es geht hier um eine erlebensorientierte Pflegeform.



Bezaubernde Harfenmusik, weihnachtliche Lesungen, Weihnachtsbäckerei und Kletzenbrot – die Adventfeier in Finkenstein war ein Erlebnis für alle Sinne.

werk Kärnten zuhause abgeholt. Nach dem gemeinsamen Frühstück wird entweder saisonal gebastelt, gebacken oder Gesellschaftsspiele gespielt. Im Aktivitätenraum wird an der Mobilität und/oder an dem Erhalt der geistigen Gesundheit gearbeitet. Auch gemeinsame Spaziergänge oder aber auch ein gemütlicher Tag vor dem Fernseher in einem der begehrten Pflegesessel gehören zum Alltag. Nach dem gemeinsamen Mittagessen steht es den Gästen frei, ob sie sich zu einer Ruhepause in einen der Ruheräume zurückziehen oder gemeinsame Aktivitäten wahrnehmen. Auch die Nachmittagsjause wird gemeinsam eingenommen, und falls der Bedarf besteht, können die Gäste durch die Mitarbeitenden des

Hilfswerk Kärnten auch wieder nach Hause gebracht werden.

RICHTIGE ERNÄHRUNG

Beim Essen sollte besonders mit zunehmendem Alter auf eine ausgewogene, gesunde Ernährung geachtet werden. Um den Körper nicht nur möglichst lange fit, sondern auch immun gegenüber Krankheitserregern zu halten, empfiehlt es sich, frisch und möglichst bunt zu kochen. Während in Fertigmahlzeiten oft Zucker versteckt ist, der besonders für Menschen, die aufgrund von Diabetes dem Zuckerkonsum achtsam gegenüberstehen sollten, vermieden werden sollte, verspricht eine frische Zubereitung von saisonalem Gemüse, Fisch und 1- bis 2-mal pro Woche

UNSERE TAGESZENTREN

■ Finkenstein

Leiterin Eveline Scheucher
 Birkenweg 10, 9584 Finkenstein
 E: tz-finkenstein@hilfswerk.co.at
 T: 0676 89 90 13 10

■ Feldkirchen

Leiter Andreas Dreschl
 St. Veiter Straße 1, 9560 Feldkirchen
 E: tz-feldkirchen@hilfswerk.co.at
 T: 0676 89 90 13 20.





magerem Fleisch eine abwechslungsreiche Küche. Kohlenhydrate, zum Beispiel Nudeln, gibt es auch in Dinkel- oder Vollkornvarianten, und der Unterschied ist kaum zu schmecken. Diese lassen den Blutzuckerspiegel langsamer steigen und längeres Sättigungsgefühl stellt sich ein. Auch kann durch den Verzicht von Limonaden unnötiger Zuckerkonsum eingespart werden. Ungesüßte Tees oder Wasser bieten hier Alternativen. Wie jedoch auch eine Schwalbe noch keinen Sommer macht, sei natürlich auch dem Genuss zuliebe hie und da eine kleine Sünde gestattet.

GEMEINSAME AKTIVITÄTEN

In Finkenstein konnten unsere Tagesgäste bereits in der Vorweihnachtszeit einigen Feiern beiwohnen. So bekamen die Senior/innen Besuch vom Nikolaus

und es wurde eine gemeinsame Adventfeier organisiert, bei der auch die Angehörigen eingeladen waren.

ZEIT SCHENKEN

Für Interessierte bietet das Hilfswerk Kärnten auch Betreuungsgutscheine für die Tageszentren in Feldkirchen und Finkenstein an. Die Wertgutscheine sind in der Bezirksstelle Villach, der Bezirksstelle Feldkirchen, beim Menüservice und in den beiden Tageszentren selbst erhältlich. Sie können dort während der Geschäftszeiten käuflich erworben werden. Mit den Betreuungsgutscheinen schenkt man sich als zu pflegender Angehöriger Zeit für sich und den zu pflegenden Familienmitgliedern oder Freunden gemeinsame Zeit unter Gleichgesinnten. Ein Zugewinn für alle Beteiligten. ■



Mit den Betreuungsgutscheinen für die Tageszentren in Finkenstein und Feldkirchen schenkt man Zeit einmal anders.

BEWEGUNGSBETREUERIN FÜR SENIOREN

Biljana Brkic, Heimhilfe der Bezirksstelle Klagenfurt, hat vor Kurzem ihre Prüfung zur „Bewegungsbetreuerin Senioren“ beim ASKÖ Fit abgeschlossen. Seit Jänner 2023 bietet sie im 14-täglichen Rhythmus jeden Freitagvormittag im Betreubaren Wohnen des Generationentreffs in Klagenfurt eine Bewegungsstunde mit Senior/innen ab. Das Programm beinhaltet Gedächtnisspiele, Tänze, Mobilisation sowie Krafttraining. Wir freuen uns über die Zusatzqualifikation von Frau Brkic.



Hilfswerk-Geschäftsführer Horst Krainz, Biljana Brkic, Bezirksleiterin Gerda Fodermayer und Fachbereichsleiterin Hermine Pobatschnig

AUS- UND FORTBILDUNG WIRD BELOHNT

Das Hilfswerk Kärnten begrüßt es sehr, wenn Mitarbeitende ständig wissenshungrig bleiben. Nicht nur die Hilfswerk Akademie Kärnten bietet zahlreiche Fort- und Weiterbildungsmöglichkeiten, die von unseren Mitarbeitenden gerne angenommen werden. Auch externe Kurse, Fort- und Ausbildungen werden von uns sehr geschätzt. Wir gratulieren Martina Cichini, Pflegeassistentin aus dem Bezirk Spittal, stellvertretend für alle Wissenshungrigen im Hilfswerk Kärnten, zu ihrer erfolgreich abgeschlossenen Zusatzausbildung.



Hilfswerk-Direktor Horst Krainz, PA Martina Cichini, Bezirksleiter Spittal Josef Pleikner und Fachbereichsleiterin Hermine Pobatschnig



Christian Havelka präsentiert das Bildungsprogramm der Hilfswerk Akademie Kärnten.



Hannes Lora
Geschäftsführer Hilfswerk Kärnten

Man lernt nie aus ...

Die „Hilfswerk Akademie Kärnten“ wurde als eigenständiger Rechtsträger 2016 gegründet, ist jedoch ein Spin-off der Bildungsabteilung des Hilfswerk Kärnten, welche seit 2001 existiert.

Erwachsenenbildung ist die zentrale Aufgabe der Hilfswerk Akademie Kärnten, welche sich neben der Organisation und Durchführung von Aus-, Fort- und Weiterbildungsangeboten laufend mit der Qualitätssicherung und der Weiterentwicklung von Bildungsangeboten beschäftigt. Insgesamt nehmen seit Vereinsgründung über 10.000 Teilnehmer/innen bei knapp 700 Fort- und Weiterbildungen teil.

Grundsätzlich teilt sich das Bildungsprogramm der Hilfswerk Akademie in folgende Bereiche und Zielgruppen auf:

- **Ausbildungen.Lehrgänge:** Heimhilfen-Lehrgang – Mitarbeitende im hauswirtschaftlichen Bereich in sozialen Einrichtungen sowie Berufsinteressierte
- **Persönlichkeit.Kommunikation:** alle Personen, die sich in diesem

Bereich weiterentwickeln wollen

- **Pflege.Beratung.Betreuung:** Pflegekräfte, Heimhilfen und alle an diesem Thema interessierte Personen
- **Kinder.Bildung.Betreuung:** pädagogisches Personal aus dem Kinderbetreuungsbereich sowie Interessierte
- **Kinder.Jugend.Hilfe:** Betreuer/innen der Kinder- und Jugendhilfe Kärnten, Psycholog/innen, Psychotherapeut/innen, Fachkräfte aus dem Beratungskontext und alle Interessierten
- **Sicherheit.Technik:** alle, die sich in diesem Bereich weiterentwickeln wollen. ■

Christian Havelka
Gesundheits- und Bildungsmanagement
Hilfswerk Akademie Kärnten

M 0676 89 90 10 14

E christian.havelka@hilfswerk.co.at

www.hilfswerkakademie-ktn.at

Liebe Seniorinnen und Senioren!

Wussten Sie, dass alle Pensionisten einen Pensionistenabsetzbetrag in Höhe bis zu 868 Euro pro Jahr und bis zu einem Einkommen von 18.410 Euro erhalten? Dieser Absetzbetrag wird automatisch bei der pensionsauszahlenden Stelle berücksichtigt. Darüber hinaus kommt es zu einer Einschleifung. Zusätzlich kann ein erhöhter Absetzbetrag in Höhe bis zu 1.278 Euro pro Jahr beantragt werden, der an drei Voraussetzungen geknüpft ist:

- 1** Das Einkommen darf nicht mehr als 20.967 Euro pro Jahr betragen.
- 2** Der (Ehe-)Partner darf höchstens 2.315 Euro Einkünfte jährlich erzielt haben.
- 3** Man muss mehr als sechs Monate im Kalenderjahr verheiratet oder in einer Partnerschaft sein.
- 4** Es darf kein Anspruch auf den Alleinverdienerabsetzbetrag bestehen.

Hat man Anspruch auf den Teuerungsabsetzbetrag, werden im Jahr 2022 100 Prozent der Sozialversicherungsbeiträge, höchstens aber 1.050 Euro, rückerstattet.



Seit Jänner bietet die KinderStadt des Hilfswerk Kärnten Kinderyoga für Kinder ab vier Jahren an.

ANMELDUNG

bei **Maria Hinterlaßnig**

Rauscherpark 1, 9020 Klagenfurt

E: maria.hinterlassnig@hilfswerk.co.at

T: 050 0544 4000

Kinderyoga in der KinderStadt



Seit Jänner bietet die KinderStadt Klagenfurt dienstags Kinderyoga für Kinder ab vier Jahren an.

Kinderyoga macht nicht nur beweglich, sondern hilft bei der körperlichen, geistigen, emotionalen und psychosozialen Entwicklung von Kindern. Die Muskulatur wird angeregt, die Bewegungsfähigkeit verbessert sich und die Konzentrationsfähigkeit, Kreativität und das

Selbstvertrauen werden gesteigert. Die Yogaspezialistinnen Sarah und Hiromi von der KinderStadt Klagenfurt bieten den Kurs jeden Dienstag um 16:30 Uhr an. Eine Einheit dauert 35 Minuten und kosten 3,50 Euro. „Der Kurs ist für das gesamte Jahr geplant und der Einstieg ist jederzeit möglich. Auch das Lieblingsstofftier ist beim Kurs herzlich willkommen“, so die Leiterin der KinderStadt Maria Hinterlaßnig. ■

Was ist eine Duftreise?

In der Tagesstätte für Menschen mit Behinderung werden einmal pro Woche Duftreisen angeboten. Doch was ist das?



Sabrina Müller

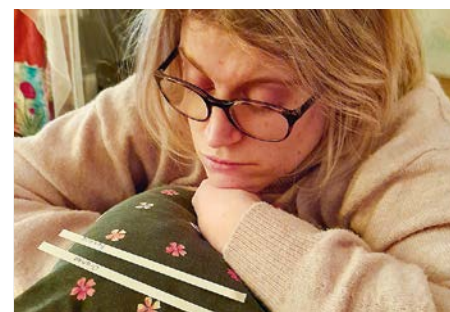
Leiterin Behindertenhilfe /
Behinderten-Tagesstätte Völkermarkt

M 0676 89 90 53 01

E sabrina.mueller@hilfswerk.co.at

Duftreisen sind Fantasiereisen, bei denen Düfte gezielt als unterstützende Elemente eingesetzt werden. Zum einen erleichtern Düfte die Vorstellung der erzählten Situation und zum anderen entwickeln sie eine spezifische Wirkung. „Dabei wird den Klient/innen eine Geschichte vorgelesen. Begleitend zur Geschichte werden passende ätherische Öle auf einem Duftstreifen vorbereitet und den Klient/innen gereicht. Die Öle wirken auf all unsere Erinnerungen und Gefühle sowie auf die Produktion unterschiedlicher Neurotransmitter und Hormone und beeinflussen unsere Stimmung. Dies ist auch der Grund, dass ein Duft uns auch noch nach Jahrzehnten an den ersten Urlaub, die erste Liebe oder

andere einschneidende Erlebnisse erinnern kann“, erklärt die Leiterin der Tagesstätte für Menschen mit Behinderung und diplomierte Aromatologin, Sabrina Müller. Ätherische Öle wirken gezielt eingesetzt auch entspannend, belebend, aktivierend, angstlösend uvm. ■



Lisa: „Ich finde die Duftreisen sehr schön und kann mich wirklich gut dabei entspannen.“



Christine und Christian Starzacher bei der Übergabe der „gläsernen“ Spende an Hilfswerk-Präsidentin Elisabeth Scheucher-Pichler

Unterstützung für unseren Motorikpark

Im Herbst erfolgte der Spatenstich für den Motorik- und Mobilitätspark im Garten der Tagesstätte für Menschen mit Behinderung in Völkermarkt.

Zur Realisierung des Projektes in Völkermarkt tragen in erster Linie unsere Spender und Unterstützer bei. Drei langjährigen Gönnern des Hilfswerk Kärnten, der *glasstätte* – Glaserei Ch. Starzacher, den Bürgerfrauen Völkermarkt und der WILD Gruppe, ist es ein besonderes Anliegen, die Umsetzung zu unterstützen.

Anlässlich des 50-Jahr-Jubiläums des Familienbetriebes Starzacher nutzen Christine und Christian Starzacher den Tag der offenen Werkstatt auch für den guten Zweck. So konnten 2.000 Euro gesammelt und dem Hilfswerk übergeben werden. Die WILD Gruppe unterstützt das Hilfswerk Kärnten bereits seit fünf Jahren. „Wir spüren, dass unsere Spende hier in guten Händen ist. Jahr für Jahr werden großartige Projekte um-

gesetzt und wir freuen uns, wenn wir einen kleinen Beitrag dazu leisten können“, so die WILD-Geschäftsführer Michael Wratschko und Josef Hackl bei der Übergabe der Spende in Höhe von 3.000 Euro. Auch die Bürgerfrauen Völkermarkt und die Tagesstätte für Menschen mit Behinderung haben eine langjährige Verbindung. Daher sicherte die Obfrau der Bürgerfrauen Johanna Ganster bei der alljährlichen Adventausstellung eine garantierte Unterstützung für den Motorikpark zu.

DANKE

„Ich möchte ein großes Dankeschön an alle Spender/innen aussprechen. Mit Spenden wie diesen können wir Dinge finanzieren, die sonst nicht möglich wären, und dafür bin ich sehr dankbar“, so Hilfswerk-Präsidentin Elisabeth Scheucher-Pichler. ■



Bürgermeister Markus Lakounigg, Bürgerfrauen-Obfrau Johanna Ganster, Leiterin der Tagesstätte für Menschen mit Behinderung Sabrina Müller und Annemarie Krall



Den WILD-Geschäftsführern Michael Wratschko und Josef Hackl sowie Human Resources Managerin Andrea Gritsch war es ein Anliegen, persönlich im Haus der Generationen abzugeben.

Eine starke Kooperation

Seit Kurzem arbeitet das **Hilfswerk Kärnten** eng mit der Firma **Maierhofer** zusammen, um den Kundinnen und Kunden einen noch besseren Service bieten zu können.



Die Firma Maierhofer und das Hilfswerk Kärnten arbeiten zukünftig als starke Partner zusammen.



Michael Waldher
maierhofer GmbH

M 0664 88 97 88 69
E waldher@maierhofer.co.at



Ingrid Pegrin
Hilfswerk Kärnten

M 0676 8990 2002
E ingrid.pegrin@hilfswerk.co.at

Das Hilfswerk Kärnten und die Traditionsfirma Maierhofer mit sechs Sanitätshäusern in Kärnten haben eine Kooperation für eine zukünftig gemeinsame Kundenversorgung geschlossen. Das Hilfswerk Kärnten steht im Bereich Pflege. Betreuung als langjähriger Partner zuverlässig und wie gewohnt zur Seite. Zukünftig wird das Hilfswerk von der Firma Maierhofer im Bereich der Hilfsmittelversorgung und der Lie-

ferung der benötigten Pflegebedarfsmittel unterstützt. Als Drehscheibe zwischen Maierhofer, den Kundinnen und Kunden des Hilfswerk Kärnten fungiert weiterhin Ingrid Pegrin.

UMFANGREICHES ANGEBOT

Das Sortiment von Maierhofer erstreckt sich von pflegerischen Hilfsmitteln wie Pflegebetten, Weichlagerungsmatratzen, Gehhilfen und Rollstühlen über Ausstattung für den Sanitärbereich und das Badezimmer

bis hin zu Hilfsmitteln zur Inkontinenzversorgung, Wundversorgung und vielem mehr.

PARTNER MIT EINEM ZIEL

Für die Zusammenarbeit ist vor allem ein gemeinsames Ziel wichtig, nämlich die Sicherstellung einer optimalen Pflegeumgebung mit allen benötigten Leistungen und Hilfsmitteln. Für die Kundinnen und Kunden des Hilfswerk Kärnten garantieren wir auch weiterhin für einen reibungslosen Ablauf. ■

DER KÜCHENCHEF EMPFIEHLT:

Heringssalat

für 4 Personen à 250 g

250 g Karotten-Erbesen-Gemüse TK
130 g Kartoffeln festkochend
50 g Essiggurken
70 g Linsen
130 g weiße Bohnen
50 g Äpfel
200 g Heringslappen mariniert
50 g Mayonnaise 50%
150 g Sauerrahm
1 EL Senf, Salz, Pfeffer,
Zitronensaft

Karotten-Erbesen-Gemüse und Kartoffeln kochen, gekochte Kartoffel, Äpfel und Essiggurken in Würfel schneiden. Heringe in 1-cm-Würfel schneiden, mit den restlichen Zutaten vermengen und abschmecken.

Küchenleiter Michael Triebel
 Küche / Waiern
 Diakonie de la Tour



DAS HILFSWERK MENÜSERVICE

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



Sigrid Bister
 Leiterin Menüservice
T 050 544-5532
M 0676-8990 1020
E sigrid.bister@hilfswerk.co.at



REISEN MIT DEM HILFSWERK KÄRNTEN

Die HWK-Reisewelt setzt vor allem auf Kultur-, Erlebnis-, Gruppen-, Bade- oder betreutes Reisen. Ihr Reiseberater steht Ihnen gerne für detaillierte Auskünfte und Buchungen jeglicher Art zur Seite.

Peter Malle
 Leiter HWK-Reisewelt

M 0676 89 90 13 00
E office@hwk-reisewelt.at

Unter der Oberfläche von Mallorca

Eine perfekte Kombination aus Natur, Emotionen und Show bietet die an der Ostküste von Mallorca, bei Porto Cristo gelegene „Cuevas del Drach“.

Das Höhlensystem, bekannt als Drachenhöhle, gehört zu den wichtigsten Sehenswürdigkeiten in Mallorca und beeindruckt seine Besucher zwischen Feber und November alljährlich wieder aufs Neue. Das System liegt in einer Tiefe von 25 Metern unter der Oberfläche und erstreckt sich über eine Länge von 1.200 Metern. Im Inneren der Höhe befindet sich ein

großer unterirdischer See, der Lago Martel. Ein besonderes Erlebnis bietet die Bootsfahrt über den Lago Martel mit dazugehörigem Live-Konzert. In der Höhle hat es kontinuierlich 18 Grad, sozusagen angenehmstes Klima.

ANGEBOT

Zwischen März und Ende Oktober sind zwischen 10 und 17 Uhr stündliche Touren eingeplant. In der HWK-Reisewelt in der 8.-Mai-Straße 47 in Klagenfurt kann man sich bei Interesse seine individuelle Mallorca-Reise inklusive Besichtigung der Drachenhöhlen zusammenstellen lassen. ■

„Weil ich ein Mädchen bin!“

Mädchen und Frauen sind in den zukunftsweisenden MINT-Branchen noch immer unterrepräsentiert. Was können wir tun, um veraltete Geschlechterstereotype aufzubrechen und die MINT-Begabungen von Mädchen zu fördern?

Mädchen lieben die Farbe Rosa, spielen am liebsten mit Puppen und sind kommunikativ; Buben haben viel Bewegungsdrang, beschäftigen sich am liebsten mit Autos und sind gut in Mathe. Solange solche geschlechterspezifischen Vorurteile in unserer Gesellschaft verankert sind, ist es für Mädchen ungleich schwieriger, ihre Interessen in MINT zu entdecken und im MINT-Bereich beruflich Fuß zu fassen.

MINT = STEM

MINT: Mathematik, Informatik, Naturwissenschaften, Technik
stem: Englisch für MINT, steht für: science, technology, engineering and mathematics.

BESSERE BERUFAUSSICHTEN

Obwohl weltweit mehr Mädchen denn je die Schule besuchen, sind Frauen in den MINT-Fächern noch immer stark unterrepräsentiert. Auch die Situation an den heimischen Universitäten spiegelt diese Entwicklung wider. Das Geschlechterverhältnis in MINT-Studien unterscheidet sich deutlich von jenem in anderen Ausbildungsfeldern. An öffentlichen Universitäten beträgt der Frauenanteil in MINT-Studien 37%. Be-

sonders niedrig mit unter 10% ist der Frauenanteil in den Bereichen Maschinenbau oder Mechatronik. Informatik und Kommunikationstechnologie studieren immerhin 19% der Frauen.

Dabei waren die Berufsaussichten für MINT-Berufe nie besser. 3 von 4 Industrieunternehmen in Österreich leiden unter einem Fachkräftemangel in MINT. „Das verlangt nach Weichenstellungen und Prioritätensetzung im Fachhochschul-Finanzierungs- und Entwicklungsplan“, betont Mag. Christoph Neumayer, Generalsekretär der Industriellenvereinigung, der MINT-Arbeitsmarkt boome, allein in Österreich werde mit einem Plus von 55.500 neuen hochqualifizierten MINT-Jobs bis 2025 gerechnet. Nicht nur die Unternehmen würden von mehr Frauen in MINT-Berufen profitieren, sondern vor allem die Frauen selbst. Denn MINT-Berufe sind in der Regel besser bezahlt als die klassischen weiblichen Berufe.



Weibliche Vorbilder spielen in der MINT-Vermittlung eine ganz wichtige Rolle.

DIE KLEINSTEN FÖRDERN

Kinder sind von Geburt an unermüdlige Forscher. Sie entdecken die Welt durch Erkunden und Ausprobieren. Daher ist es wichtig, Barrieren frühzeitig abzubauen bzw. gar nicht erst entstehen zu lassen und insbesondere Mädchen von klein auf zu unterstützen, diese Fähigkeiten weiterzuentwickeln. In den Betreuungseinrichtungen des Hilfswerks werden die Interessen von Kleinkindern zu MINT spielerisch aufgegriffen und gefördert. Sie werden in ihrer Neugierde, Dinge zu hinterfragen, bestärkt und erhalten vielfältige Möglichkeiten, ihre Umgebung selbst zu erforschen. So machen sie wichtige Lernerfahrungen und entwickeln neue Denkstrukturen. Die Kinder stärken ihr Selbstvertrauen und erweitern ihre Kompetenzen. Und sind so gut gerüstet für die Herausforderungen einer immer komplexer werdenden Welt.

WEIBLICHE ROLE MODELS

Auch die Vorbildwirkung von Frauen

in MINT-Berufen ist ein sehr bedeutsamer Faktor, wie eine Studie von Microsoft ergeben hat. Eine Mathematikerin, eine Physikerin und eine Mechatronikerin sind tolle weibliche Rollenmodelle – aber bereits der offene, neugierige, angstfreie Zugang zu MINT-Themen, der in der Kinderbetreuung täglich vorgelebt wird, ist ein wichtiger Wegbereiter für das Interesse an MINT.

TOLLES PROJEKT

Das Hilfswerk widmet MINT 2023 besondere Aufmerksamkeit. Die Initiative „Forschen.Entdecken.Begeistern“ wird vom Bundeskanzleramt gefördert. Sie bietet Fortbildungen sowie eine E-Learning-Plattform für das pädagogische Personal und beinhaltet zahlreiche Tipps zur Umsetzung der MINT-Themen in hoher pädagogischer Qualität. ■

Quellen: IWI-Studie IT-Qualifikationen für die österreichische Wirtschaft (2020); Entwicklungen im MINT-Bereich an Hochschulen und am Arbeitsmarkt: David Binder, Anna Dibiasi, Nina Schubert, Sarah Zaussinger, Institut für Höhere Studien, Projektbericht 2021; Studie „The When & Why of STEM Gender Gap“, durchgeführt von KRC Research im Auftrag von Microsoft



WISSEN

MINT-BERUFE: FRAUEN, ÜBER DIE MAN SPRICHT

■ Marie Curie

1867–1934: mehrfache Nobelpreisträgerin, Physikerin und Chemikerin, lebte in Frankreich

■ Lise Meitner

1878–1968: österreichische Kernphysikerin

■ Ada Lovelace

1815–1852: britische Mathematikerin, „Mutter der Programmiersprachen“

■ Margaret Hamilton

*1936: Wegbereiterin der Softwaretechnik



Mag. Lisbeth Gangl-Schwarz, MSc, ist pädagogische Leiterin der Elementarpädagogik im Hilfswerk Kärnten.

„Warum ist die Erde rund?“

Mag. Lisbeth Gangl-Schwarz, MSc, über MINT-Förderung in der Elementarpädagogik. Kinder sind von Natur aus neugierig und wissbegierig. In den Betreuungseinrichtungen des Hilfswerks werden ihre MINT-Kompetenzen von klein auf gefördert. Wir sprachen mit der pädagogischen Leiterin für Elementarpädagogik im Hilfswerk Kärnten über die große Bedeutung von MINT für die Kleinsten.

HAND IN HAND: Der Fachschwerpunkt 2023 des Hilfswerk Österreich trägt den Titel „Forschen.Entdecken.Begeistern. Die Hilfswerk Initiative rund um Kinder und MINT“. Das Hilfswerk lanciert zahlreiche Aktivitäten im Bereich der Elementarpädagogik. Für wie relevant halten Sie die Einführung von MINT bereits im Kleinkindalter?

LISBETH GANGL-SCHWARZ: Es ist ganz wichtig, bereits Kleinkinder mit dem spannenden Thema MINT zu konfrontieren. Die MINT-Bereiche fließen quasi in die Grundbildung mit ein. Es sollen nicht nur Kompetenzen, sondern auch die Denk- und Handlungsweisen erweitert werden. Kinder lernen, Zusammenhänge zu erkennen, und werden in ihrer Entscheidungsfreudigkeit motiviert. Die Ausgangslage

ist häufig eine Fragestellung, zum Beispiel „Warum fällt der Wolkenkratzer nicht um?“. Auch Nachhaltigkeit spielt bei der MINT-Vermittlung eine ganz große Rolle. MINT-Wissen zielt nämlich auf langfristigen und nachhaltigen Wissenserwerb ab. Da bei den Jüngsten zu beginnen macht definitiv Sinn.

Welche konkreten Maßnahmen haben Sie in den Kinderbetreuungseinrichtungen in Kärnten umgesetzt?

Wir haben den Bildungsbereich MINT bereits in unseren Bildungseinrichtungen an allen Standorten implementiert. Einige Standortleiter/innen durchliefen eine spezielle Schulung und erhielten auch ein MINT-Gütesiegel. Außerdem bieten wir spezielle Materialien zu den MINT-Themen an.

Wie erleben die Pädagoginnen und Pädagogen das Feedback der Kinder?

Sie berichten von sehr aufschlussreichen und positiven Beobachtungen. Wobei der Interessenschwerpunkt von ihnen auf folgenden Fragen liegt: Was weckt die Neugier der Kinder? Was tun Kinder, um Abläufe und Zusammenhänge für sich verstehen zu können? Welche sprachliche Begleitung fällt mir als Pädagogin/Pädagoge auf? Welche Lernprozesse werden sichtbar? Es ist ein fruchtbarer Austausch sowohl für die Kinder als auch für die Pädagoginnen.

Wie können Sie die Betreuenden selbst bestmöglich schulen?

Die MINT-Thematik findet sich mittlerweile gut in der pädagogischen Literatur wieder. Auch gibt es viele Fortbildungsangebote und spezialisierte elementarpädagogische Bildungseinrichtungen. Wie bei allen

anderen pädagogischen Angeboten, sollte sich die Pädagogin/der Pädagoge im Vorfeld mit der Thematik vertraut machen. Nur dann ist eine adäquate Lernbegleitung möglich. Wir im Hilfswerk Kärnten bieten regelmäßig kostenlose Schulungen für die Mitarbeiter/innen zu dem Thema über die Hilfswerk Akademie an.

Was können Eltern bzw. Großeltern tun, um ihre Kinder bzw. Enkelkinder zu unterstützen?

Es wäre schön, wenn sich das Umfeld von Kindern so verhält, dass die Interessen der Kinder ganz einfach in der jeweiligen Situation aufgegriffen werden. Es geht in erster Linie immer um eine wertschätzende Haltung, die man gut durch offene Fragen transportieren kann. Fragen von Kindern stellen gleichzeitig auch immer eine Lernchance für beide dar.

Sehen Sie Unterschiede in der Förderung von Mädchen und Buben?

Das Interesse für Phänomene des eigenen Lebensumfeldes ist unserer Erfahrung nach im Kleinkinderbereich geschlechterunabhängig. Ich sehe auch hier die ganz besondere Verpflichtung der Pädagoginnen und Pädagogen, die Chancengleichheit – was Geschlecht, Alter, Herkunft etc. betrifft – zu leben.

Vielen herzlichen Dank für das Interview! ■

MINT IN ALLER MUNDE

Was verbirgt sich eigentlich hinter den vier Buchstaben? MINT steht für die Wissensgebiete Mathematik, Informatik, die Naturwissenschaften und Technik. Im Zeitalter der fortschreitenden Technologisierung ist MINT sowohl im Bildungsbereich als auch in der Arbeitswelt ein ganz bedeutendes Thema.



Kinder lieben es, Dinge auszuprobieren und dabei Neues zu entdecken.



So spannend, das Heranreifen eines Apfels zu „begreifen“!

— Goldene Zeiten durch Hausverkauf mit Wohnrecht —

Geldsorgen adé!

Abgesichert und unabhängig in den eigenen vier Wänden

Kurt (78) und Helga (76) genießen ihre Pension in vollen Zügen! Reisen, Wandern und der Garten sind ihre Leidenschaft. Trotzdem machen sie sich Sorgen, was im Falle einer Verschlechterung ihrer körperlichen oder geistigen Leistungsfähigkeit auf sie zukommen könnte. Trotz einer guten Pension wäre die Finanzierung einer

guten Pflege oder externen Unterstützung im Haus nicht wirklich vorstellbar. Mit der deaurea Immobilienverrentung konnten sie ihr Haus in finanzielle Unabhängigkeit und gesichertes Wohnrecht tauschen. Für die beiden ändert sich nichts – sie bleiben so lange sie wollen in ihren eigenen vier Wänden!

Beispiel Einfamilienhaus in Wien

Wert der Immobilie	€ 1.400.000
Wohnrecht für 15 Jahre	– € 378.000
Sofort ausbezahlter Kaufpreis	€ 1.022.000



deaurea

Vorteile der Altersvorsorge mit deaurea auf einen Blick:

- Einkommen und Lebensqualität verbessern
- Pflege und Gesundheitsvorsorge sichern
- Wirtschaftliche Unabhängigkeit
- Unterstützung für Kinder und Enkel
- Rückzahlung von Verbindlichkeiten

Info-Telefon: 0664 / 80 740 710

deaurea GmbH · Gaisbergstr. 48 · 5020 Salzburg
info@deaurea.at · www.deaurea.at



35 Jahre Suzuki VITARA und alle feiern mit.

Jetzt bis zu € 1.500,- Bonus¹⁾ und Treibstoff für die ersten 1.000 km²⁾ geschenkt.

Der attraktive und komfortable Lifestyle-SUV hat pünktlich zum Jubiläum noch mehr zu bieten: Den **Finanzierungsbonus im Wert von € 1.000,-**, den **Versicherungsbonus um € 500,-** und **Gratis-Treibstoff für die ersten 1.000 km**.

Egal, ob Sie sich für den 1.4 BOOSTERJET HYBRID Motor oder 1.5 Dualjet HYBRID Motor entscheiden – fortschrittliche Sicherheitsfeatures inklusive. **Schon ab € 23.490,-³⁾**. Wer hätte das gedacht! Mehr auf www.suzuki.at

Verbrauch „kombiniert“: 5,3-5,8 l/100 km, CO₂-Emission: 119-132 g/km⁴⁾

1) € 1.500 Bonus besteht aus Finanzierungsbonus € 1.000 und Versicherungsbonus € 500. Finanzierungsbonus € 1.000 nur bei Abschluss einer Finanzierung über Suzuki Finance – Ein Geschäftsbereich der Toyota Kreditbank GmbH Zweigniederlassung Österreich; Versicherungsbonus € 500 nur bei Abschluss einer Versicherung über GARANTA Österreich Versicherungs-AG. 2) Lt. Durchschnittspreis Super in Österreich am 07.11.2022 = € 1,736 pro Liter, Durchschnittsverbrauch VITARA 6,8 Liter/100 km 3) Unverbindlich empfohlener Richtpreis inkl. NoVA sowie inkl. der Maximalbeträge für §6a NoVAG – Ökologisierungsgesetz (Bonus bereits berücksichtigt). 4) WLTP-geprüft. Aktion gültig bei Kaufabschlüssen von Neufahrzeugen bis 30.06.2023 bei allen teilnehmenden Suzuki Händlern. Irrtümer, Druckfehler und Änderungen vorbehalten. Symbolfotos. Mehr Informationen auf www.suzuki.at oder bei Ihrem Suzuki Händler.





Rätsel für Jung und Alt

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

Ja, ich möchte ein Exemplar „Augenstark“ gewinnen.

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

Vorname:

Name:

Straße/Hausnr.:

PLZ/Ort:

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

Unsere Rätselseite von Gedächtnistrainer Mag. Martin Oberbauer. Finden Sie die Lösung und gewinnen Sie ein Exemplar von „Augenstark“ von Ilse König und Dr. med. Beatrix Neumaier-Ammerer.

1 IN SICHTWEITE

Pro Zeile gibt es ein Wort, das nicht zu den anderen passt. Welches ist es und warum?

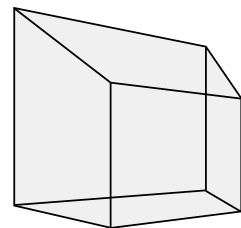
- a. PUPILLE – NETZHAUT – SCHNECKE – GLASKÖRPER – LINSE
- b. LOGO – REDE – TÜTÜ – JUDO – DADA
- c. BLINZELN – LAUSCHEN – SEHEN – SCHAUEN – BLICKEN
- d. KANN – NAH – ZAHN – FALL – KAHN

2 SEHEN UND GESEHEN WERDEN

Auf einem Maskenball tummeln sich märchenhafte Gestalten. Zur Musik der Bremer Stadtmusikanten tanzt Rotkäppchen mit Däumelinchen, Dornröschen mit einem Kaiser, den fast alle für bekleidet halten, Schneewittchen mit einer kleinen Meerjungfrau. Alle haben ihren Spaß. Nur Aschenputtel, die mit Rumpelstilzchen das Tanzbein schwingt, wirkt enttäuscht. Warum?

3 BLICKWECHSEL

a. Lassen Sie Ihre Wahrnehmung so rasch wie möglich zwischen den beiden Varianten der Form hin und her springen. b. Setzen Sie das Umspringen fort, während Sie von 4 in 7er-Schritten bis 270 hinaufzählen.



AUFLÖSUNG AUS DEM LETZTEN HEFT

1. **Land der Dome** DOME > DOSE > ROSE (oder DOST) > ROST > RAST
2. **Zu den Domen** Wien: Klaus, Salzburg: Robert, Innsbruck: Helga, Klagenfurt: Eva
3. **Linz und Wien** 180 : 80 = 2,25 Stunden = 2 Stunden und 15 Minuten.

BUCHTIPP: AUGENSTARK

Sehen zu können scheint selbstverständlich. Wie das Wunderwerk Auge funktioniert und was Sie selbst mit einfachen Mitteln zur Stärkung Ihrer Augen beitragen können, erfahren Sie in diesem Buch.

Dr. Beatrix Neumaier-Ammerer, Fachärztin für Augenheilkunde und Optometrie, und

Ilse König erklären verständlich, warum wir überhaupt visuell etwas wahrnehmen, was die häufigsten Sehschwächen und Augenleiden sind, und geben kleine Geschichten rund ums Auge und die Augenheilkunde zum Besten.

Ilse König, Dr. med. Beatrix Neumaier-Ammerer

Augenstark.
ISBN 978-3-7088-0811-6
Kneipp Verlag Wien, 2022





Lehrgangsheiterin Gabriela Messner (2. Reihe, 2. von links) und Pflegeexpertin Sabine Maunz (1. Reihe, ganz links außen) vom Hilfswerk Österreich überreichen den erfolgreichen Teilnehmenden des Lehrgangs die Zertifikate.

Führungskompetenz aktuell & praxisnah

Das Hilfswerk legt sehr viel Wert auf die Förderung des Führungskräftenachwuchses. Daher haben wir gemeinsam mit dem Bildungsinstitut diepartner.at einen Führungskräfte-Lehrgang für das basale und mittlere Management kreiert.

Vermittelt werden Grundlagen zu Themen wie Kommunikation, Führen und Leiten, Management und Qualität. Schlüsselqualifikationen, die Mitarbeitende zur Verbesserung ihrer persönlichen Führungskompetenzen und Performance benötigen.

24 Teilnehmerinnen und Teilnehmer aus vier Landesorganisationen des Hilfswerks (Kärnten, Oberösterreich, Salzburg und Wien) aus den Fachbereichen Pflege, Pädagogik, Soziale

Arbeit und auch Verwaltung profitierten in diesem 2-semesterigen Lehrgang vom Know-how renommierter Vortragender unter der Leitung von Mag. Gabriela Messner, Fachexpertin für Bildung im Sozial- und Gesundheitswesen im Bildungsinstitut diepartner.at. In sechs Modulen konnten die Teilnehmenden ihre Management-, Kommunikations- und Organisationskompetenzen sowohl im Präsenz- als auch im Online-Training erweitern. Wir gratulieren dazu ganz herzlich! ■



links: Die Hilfe wird von den Menschen gerne angenommen.



rechts: Heinz Wegerer erhält als Willkommensgeschenk der Stadt Nikopol diesen kunstvoll verzierten Brotkranz.



Ein Jahr Krieg, ein Jahr Hilfswerk Nothilfe

Trauriger Rückblick. Heinz Wegerer, MA, Ukraineexperte und Projektmanager für Hilfswerk International, erinnert sich im Gespräch an die unberechenbare Kriegsdynamik in der Ukraine im letzten Jahr zurück.

Seit einem Jahr steht das Leben der Ukrainer/innen auf dem Kopf. Heinz Wegerers langjährige Erfahrung als Einsatzmitarbeiter in Kriegsgebieten wie dem Irak und Jemen hat ihm im letzten Jahr geholfen, einen kühlen Kopf zu bewahren und gezielte Hilfsmaßnahmen für die Menschen zu setzen. Aber wo lagen die Herausforderungen bei seiner Tätigkeit als Projektmanager für die Nothilfe in der Ukraine für das Hilfswerk International?

UNBERECHENBARE ENTWICKLUNGEN

„Die größte Schwierigkeit war sicher die Dynamik der Kriegssituation. Es war unmöglich vorherzusehen, wie sich die Lage entwickelt“, erzählt

Wegerer. So war zu Beginn des Krieges unklar, wie lange der Krieg andauern würde. Kurz darauf brachen die Lieferketten im Land zusammen. Massive Fluchtströme von Ost nach West führten im Westen der Ukraine, aber auch in den Nachbarländern wie z. B. Moldawien, zu großen Versorgungsproblemen. Im Sommer machte sich die traurige Gewissheit breit, dass der Konflikt so schnell kein Ende nehmen wird. Als die Temperaturen fielen, bereiteten die hohen Preise sowie Strom- und Heizungsausfälle den Menschen große Angst. „Wir mussten uns bedarfsorientiert und flexibel auf die Situation einstellen und bei Veränderungen schnell handlungsfähig sein. Das war nicht immer einfach“, so Wegerer.



Heinz Wegerer (rechts) und sein ukrainischer Kollege Oleksii Zaitsev sprechen über die Verteilungslogistik.

BEDARFSGERECHTE UNTERSTÜTZUNG

Hilfswerk International unterstützt Geflüchtete und Menschen an der Front mit notwendigem Equipment wie Decken, Nahrungsmitteln und Hygieneprodukten. Um langfristige Perspektiven zu schaffen, kümmert sich das Team um stabile Unterkünfte für Geflüchtete und psychosoziale Unterstützung. Außerdem werden Winterpakete mit Thermoskannen und warmen Decken verteilt. Über 50 neue Stromaggregate sichern im Winter die Stromversorgung von 260.000 Menschen. Wegerer betont, dass das Team von Hilfswerk International den Menschen in der Ukraine auch weiterhin bedarfsorientierte Hilfe leisten wird. ■

SIND SIE AUF DER SUCHE NACH HILFE?

Nehmen Sie gerne Kontakt zur Sozialservice-Stelle des Hilfswerk Kärnten auf:



Margarete Jeschofnik
Leiterin Sozialservice.
Freiwilligenarbeit.Integration.

T 05 0544 2039

E margarete.jeschofnik@hilfswerk.co.at

Dem Rückzug entgegenwirken

Unvorhergesehene schwierige private, berufliche oder familiäre Situationen verleiten oft dazu, sich zunehmend zurückzuziehen.

Für Betroffene ist dieser Rückzug aus der Außenwelt vorübergehend oft stärkend und klärend. Doch gerade, wenn die Situation eher aktives Handeln oder Entscheiden brauchen würde, ist der Rückzug keine gute Option. Die Themen werden zunehmend drängender und die innere Anspannung wächst kontinuierlich.

Oft hilft in dieser Situation ein Vier-Augen-Gespräch mit jemandem, dem wir vertrauen. Gemeinsam kann über konkrete Lösungsansätze gesprochen werden und Entscheidungen getroffen werden, um ins Handeln zu kommen.

ANLAUFSTELLE

Das Hilfswerk Kärnten bietet mit der Sozialservice-Stelle in der Adlergasse 1 eine erste Anlaufstelle für Menschen und Familien in schwierigen Situationen. Scheuen Sie sich nicht, Hilfe anzunehmen. Wir sind gerne für Sie da. ■

Taten statt Worte



LR Sebastian Schuschnig, Hilfswerk-Präsidentin Elisabeth Scheucher-Pichler, LR Martin Gruper und JVP-LO Julian Geier

Bereits zum 13. Mal gab es in der Vorweihnachtszeit die gemeinsame Charity-Aktion „Taten statt Worte“ in Zusammenarbeit mit der Jungen ÖVP und dem Hilfswerk Kärnten.

Heuer konnten haltbare Lebensmittel und Haushaltsprodukte mit einem Warenwert von über 250.000 Euro für bedürftige Kärntner Familien gesammelt werden. An über 40 Standorten wurden in Kärnten 457 prall gefüllte Einkaufswagen gesammelt. „Wir setzen Taten statt nur leere Worte. Für mich ist es ein persönliches Anliegen, dass Familien, die es nicht so leicht haben, unter die Arme gegriffen wird. Daher macht es mich dankbar, dass wir auch heuer, wie schon viele Jahre davor – gemeinsam mit der Jungen ÖVP – wieder die Aktion Taten statt

Worte organisieren konnten, um so einen kleinen Beitrag gegen die Armutsgefährdung setzen zu können“, zeigt sich Hilfswerk-Präsidentin Elisabeth Scheucher-Pichler dankbar.

FREIWILLIGENARBEIT

Über 100 Freiwillige haben ihre Zeit der karitativen Aktion gewidmet. Dafür ebenfalls ein großes Dankeschön. Ohne das Engagement jeder und jedes einzelnen Ehrenamtlichen wären viele Dinge viel schwieriger umzusetzen. Organisiert werden die Freiwilligen-Aktionen über die Sozialservice-Stelle des Hilfswerk Kärnten unter der Leitung von Mäggie Jeschofnik. Sprechstunden gibt es im Sozialservice jeden Mittwoch von 9 bis 12 Uhr, nach telefonischer Vereinbarung unter 05 0544 2039. ■

Aus der Serie
MIT DER
SPRACHE DER
BLUMEN



MÜNZE
ÖSTERREICH

DENK AN MICH



Die Münze „DAS VERGISSMEINNICHT“

Eine wunderschöne Blume als wunderschönes Geschenk für einen wunderschönen Menschen. Mit ihr möchte ich meinen größten Wunsch kundtun: Vergiss mich nicht! – Auf der Münze hat ein echtes Vergissmeinnicht seinen detailtreuen Abdruck hinterlassen. Mehr auf muenzeoesterreich.at

MÜNZE ÖSTERREICH – ANLEGEN. SAMMELN. SCHENKEN.

