

# Hand in Hand

Zeitschrift für Gesundheit, Familie und Soziales



HILFSWERK

1 | 2017

## Schmerz lass nach!

Chronischem Schmerz aktiv begegnen. > 4

**Demenzprävention.**  
Ein Gebot der Stunde. > 19

**Dienstflotte.** 14 neue  
Fahrzeuge übergeben. > 20

**Oberwart.** Neue Anlaufstelle für  
Gesundheit und Pflege. > 21

ENDLICH!

# Duschen im Bett!

AquaBuddy Home, das einzigartige Körper-Reinigungs-System für die Pflege zu Hause, macht's möglich:

- 1 Regelmäßige Körperpflege
- 2 Für jeden leicht anwendbar
- 3 Praktisch wartungsfrei



**AquaBuddy Home** ermöglicht immobilen Personen einfach und schonend eine Dusche, Kopfwäsche oder Intimpflege direkt im Bett. Das System lässt sich einfach mit jedem Bett verwenden. Es verbesserte die Pflegequalität und bringt eine enorme Arbeitserleichterung für alle Pflegenden.

Telefon +43 1 943 53 93  
office@camillo-care.at  
www.camillo-care.at

**CAMILLO**  
FOR ALL WHO CARE



## EDITORIAL

Klaus Eichberger, Pflegeleiter

### Liebe Leserinnen, liebe Leser!

Ich hoffe, Sie hatten einen schönen und vor allem schmerzfreien Start ins neue Jahr. In unserer ersten Ausgabe beschäftigen wir uns nämlich ausführlich mit diesem leidigen und altersunabhängigen Phänomen – Schmerz. Schmerz kann in verschiedenen Formen zutage treten, intensiv, schleichend, akut, schwelend, kurz und heftig oder über viele Monate hinweg kontinuierlich. Tritt letzteres ein, so spricht man auch von chronischen Schmerzen. Damit wird das Symptom Schmerz zu einer eigenständigen Krankheit, die dann erhebliche Auswirkungen auf die Lebensqualität und die Möglichkeit, den Alltag zu gestalten, hat. Langanhaltender Schmerz erzeugt Angst, da für den Betroffenen oftmals nicht klar ist, ob dieser höchst unangenehme Zustand ein Leben lang vorhanden sein wird oder ob es Therapiemöglichkeiten gibt. Betroffenen fällt es dazu oft schwer, sich mitzuteilen, sie wollen nicht als Simulanten dastehen und haben dann häufig einen langen Leidensweg hinter sich, bis sie kompetent behandelt werden. Um derartigen Missverständnissen vorzubeugen, ist es dem Hilfswerk stets ein Anliegen, die Kommunikation zwischen Betroffenen sowie Ärzten und Pflegekräften klarer und transparenter anzulegen, damit der Patient von Anfang an das Gefühl hat, ernst genommen zu werden. Das Schmerztagebuch etwa hilft den Schmerzgeplagten, durch vorgegebene Definitionen ihre Situation treffend zum Ausdruck zu bringen, ein sogenanntes Schmerzlineal hilft, den empfundenen Schmerzgrad besser einzuschätzen. Oft helfen bereits diese einfachen Methoden, die richtige Diagnose und den richtigen Therapieansatz zu finden. Bei Fragen wenden Sie sich bitte ohne Scheu an uns – wir treffen einander bei einem kostenlosen Beratungsgespräch.

Herzlichst Ihr Klaus Eichberger

## COVERSTORY

- 4 Schmerz lass nach!**  
Chronischem Schmerz aktiv begegnen.
- 7 Palliativbetreuung.**  
„Egal, wann’s wehtut, wendet euch an uns!“
- 8 Interview.** Schmerz keinesfalls hinnehmen!
- 9 Kostenlose Broschüre.**  
„Schmerz“ – der neue Ratgeber für Betroffene und Angehörige.

## PFLEGE & BETREUUNG

- 10 Feier.** Große Weihnachtsgala mit einigen Überraschungen.
- 12 Schutzengel am Handgelenk.**  
Servicetaste und Rauchmelder.
- 14 Aus den Seniorenpensionen**

## GESUNDHEIT & LEBEN

- 17 Preisrätsel**
- 19 Gesundheit.**  
Demenzprävention – ein Gebot der Stunde
- 20 Dienstfahrzeuge.**  
Burgenländisches Hilfswerk vergrößert seine Dienstflotte.

## HILFSWERK

- 21 Oberwart.** Neue Anlaufstelle für Gesundheit und Pflege.
- 23 Spenden.** Steuer sparen ohne „Papierkram“!
- 25 Syrien.** Wenn die Seele schmerzt.
- 27 Family Tour.** Terminkalender.
- 29 Neu in der Zentrale Vielen Dank Herzlichen Glückwunsch**
- 30 Adressen**

**Medieninhaber und Herausgeber:** Burgenländisches Hilfswerk, Robert-Graf-Platz 1, 7000 Eisenstadt **Redaktionsadresse:** Zeitschrift Hand in Hand, Burgenländisches Hilfswerk, Robert-Graf-Platz 1, 7000 Eisenstadt, Tel. 02682/651 50, Fax 02682/651 50-10, E-Mail: office@burgenland.hilfswerk.at **Redaktion Burgenland:** Helmut Ribarits **Redaktion Österreich:** Roland Wallner, Martina Goetz, Daniela Gutschi, Susanne Königs-Astner, Gerald Mussnig, Heiko Nötstaller, Helmut Ribarits, Angelika Spraidner, Viktoria Tischler **Bildnachweis, Fotos:** Hilfswerk Österreich (Suzy Stöckl, Klaus Titzer), Burgenländisches Hilfswerk, Hilfswerk Austria International, Shutterstock (Cover/lightwavemedia; Seiten 3/5/6/Photographie.eu; 8/wavebreakmedia;) **Gesamtauflage:** 100.000 Stück **Vertrieb:** 90 % persönlich adressierte Sendungen **Offenlegung:** http://www.hilfswerk.at/wir-ueber-uns/news-presse/magazin-hand-in-hand/offenlegung **Anzeigenverkauf (Gesamtauflage):** Hilfswerk-Bundesgeschäftsstelle, Tel. 01/40 57 500 **Anzeigenverkauf Burgenland:** Burgenländisches Hilfswerk, Tel. 02682/651 50 **Layout/Produktion:** Egger & Lerch Corporate Publishing, 1030 Wien **Druck:** Wograndl, 7210 Mattersburg

# Schmerz lass nach!

**In ein lebenswertes Leben zurückfinden.** Schmerz ist eine belastende Erfahrung, die Menschen viel abverlangt. Damit Schmerz nicht Ihr Leben dominiert, braucht es vor allem eines: beherztes Handeln.

Erika weiß nicht mehr genau, wann der Schmerz in ihr Leben trat. Auf einmal gewann er die Oberhand über ihr Denken, Handeln und Fühlen. Noch vor wenigen Wochen war die unternehmungslustige Mittsiebzigerin mit Freunden aus dem Kirchenchor auf dem Schiff durch die Wachau gegendelt, doch die Erinnerung daran ist in weite Ferne gerückt. Ihr Leben hat sich gewandelt. Sie verlässt ihre Wohnung nur mehr, wenn es unbedingt notwendig ist, und die gemütlichen Kaffeerunden auf ihrer Terrasse gab es irgendwann auch nicht mehr. Selbst das wöchentliche Singen im Chor bereitet mehr Mühe als Freude. „Zähne zusammenbeißen“, sagte sie sich immer wieder vor, wenn es wieder besonders schlimm war. Und obwohl Erika mit eiserner Disziplin an ihrem Alltag festzuhalten versuchte, begann sich die Schmutzwäsche zu stapeln. Den Frühjahrsfensterputz ließ sie erst einmal ausfallen.

## Über Schmerz reden

Zwei Monate konnte Erika den Schein nach außen wahren, ehe sie ihrer Tochter dann doch von den Schmerzen im Arm erzählte und wie dieses dauerhafte Stechen sie mittlerweile sogar daran hinderte, der täglichen Körperpflege nachzukommen. Zweifellos gab es Menschen, die viel schlimmer dran waren, und zur Last wollte sie auch niemandem

fallen. Aber so konnte es nicht weitergehen. Die Tochter begann sich in ihrem Freundes- und Bekanntenkreis umzuhören, denn ihre Mutter brauchte dringend Hilfe.

Von einer Freundin wurde ihr schließlich eine Heimhilfe empfohlen, mit der es gelang, Erika im alltäglichen Leben zu entlasten, ihr den Druck zu nehmen, „funktionieren“ zu müssen. Essen auf Rädern trat an die Stelle des täglichen Kochens. Durch die praktische Unterstützung im Haushalt und beim Einkaufen fiel eine große Last von ihr ab. Die Schwierigkeiten bei der Körperpflege konnten mit einer Pflegefachkraft abgefangen werden. Nun entstand jener Spielraum, der notwendig war, um sich dem eigentlichen Thema zu widmen: dem Schmerz.

## Schmerz sofort behandeln

Erika ist nicht alleine. Über 1,5 Millionen Menschen in Österreich leiden unter sogenannten chronischen Schmerzzuständen. Das sind Schmerzen, die über einen Zeitraum von mindestens drei Monaten anhalten und vielfach auch nach der Beseitigung der Schmerzursachen andauern. „Das sprichwörtliche ‚Zähne zusammenbeißen‘ trägt in der Regel zu einer Verschlechterung der Situation von Menschen mit Schmerzen bei, da

Mit einem 4-Schritte-Programm den Teufelskreis durchbrechen.

wertvolle Zeit ungenutzt verstreicht“, betont Roland Nagel, Pflege-Experte beim Hilfswerk Österreich. „Wenn Schmerzen über einen längeren Zeitraum bestehen, kann sich ein sogenanntes Schmerzgedächtnis entwickeln.

Nerven senden in diesem Fall weiter Schmerzreize, obwohl beispielsweise Gewebeschädigungen längst verheilt sind. Das muss vermieden werden. Deshalb sollte jede Art von Schmerz sofort behandelt werden.“

## Aus dem Teufelskreis ausbrechen

Wer sich nicht um seinen Schmerz kümmert, läuft Gefahr, von ihm beherrscht zu werden. Schmerzen wirken sich auf alle Lebensbereiche aus, wobei sich die anfänglich empfundene Hilflosigkeit schon auch mal zu Verzweiflung, permanenter Gereiztheit oder sogar Depression auswachsen kann. Erika hat dem Schmerz mit Hilfe ihres Arztes sowie ihrer professionellen Pflegefachkraft die Stirn geboten und den Teufelskreis durchbrochen. Die Schmerzen sind zwar nicht weg, aber sie hat damit besser umgehen gelernt und dadurch die Lebenslust und Kontrolle über ihr eigenes Leben zurückgewonnen. Erika ist dabei in vier Schritten ans Ziel gekommen – ihr persönlicher Einsatz hat viel zum positiven Verlauf der Schmerztherapie beigetragen.



## Bieten Sie dem Schmerz die Stirn: So kommen Sie in vier Schritten ans Ziel!

### **Schritt 1 – Nehmen Sie den Schmerz an!**

Wer unter Schmerzen leidet, braucht sich nicht verstecken und sich auch selbst nichts vormachen. Ablehnung ist eine natürliche Reaktion, denn etwas Belastendes tritt in den Alltag, und das will man wieder weghaben. „Nur wer sich einem Problem stellt, kann an der Lösung dieses Problems arbeiten“, betont Pflege-Experte Roland Nagel. „Den Schmerz annehmen heißt nicht aufgeben, sondern mit dem Handeln zu beginnen und Dinge anders anzugehen als bisher.“

### **Schritt 2 – Werden Sie aktiv!** Ergreifen Sie die Initiative zum

erfolgreichen Umgang mit Ihrem Schmerz. Sie müssen diesen Schritt nicht alleine tun, sondern können auf den Rat und die Unterstützung anderer Menschen zählen. Der Arzt ihres Vertrauens und erfahrene Pflegefachkräfte, aber auch Freunde und Verwandte helfen Ihnen dabei. Versuchen Sie außerdem, Ihren Schmerz zu beschreiben. Schmerz ist immer sehr subjektiv und im Nachhinein nur schwer zu beurteilen, was die Behandlung nicht unbedingt erleichtert. Damit Arzt, Pflegefachkraft und Sie selbst sich leichter ein Bild machen können, hilft ein Schmerztagebuch ungemein. Darin werden auf sehr einfache Weise

neben der Intensität auch der Verlauf der Schmerzen tageweise schriftlich festgehalten. Anhand einer einfachen Schmerzskala von 0 (= keine Schmerzen) bis 10 (= stärkste vorstellbare Schmerzen) können sie selbst das Ausmaß des Schmerzes einstufen. Die über einen Beobachtungszeitraum von drei Wochen gesammelten Informationen sind wertvolle Hinweise zur genauen Anpassung Ihrer Schmerzbehandlung – damit Sie sich bald besser fühlen.

### **Schritt 3 – Bringen Sie Maß und Ziel ins Leben!**

Erikas Lebensqualität verbesserte sich vor allem dadurch, dass ihr viele >>



>>

lästige, für Sie besonders mühevoll  
Alltagstätigkeiten abgenommen wur-  
den. Sie begann darauf zu achten, bei  
welchen Tätigkeiten die Schmerzen  
stärker wurden und wie viel Aktivität  
ihr gut tat. Mittlerweile kocht sie  
wieder für sich, und die Kaffee-  
kränzchen finden auch wieder statt.  
Das lästige Wäschewaschen bzw. Bü-  
geln übernahm eine Heimhilfe vom  
örtlichen Hilfswerk. Auf den eigenen  
Körper zu hören und das tägliche Le-  
ben an die neue Situation anzupassen,  
spart Kraft und hilft, Schmerzschübe  
zu vermeiden.

#### **Schritt 4 – Tun Sie, was Ihnen gut tut!**

Am eigenen Wohlbefinden zu arbeiten  
– beispielsweise durch Bewegung –,  
kostet bei Schmerzen mitunter große  
Überwindung. Gerade körperliche  
Aktivitäten unterbleiben oftmals,  
weil die Angst vor einer Verstärkung

der Schmerzen überwiegt. Erika  
begann damit, ihre Freunde im  
Ort zu besuchen. Den Weg dorthin  
verband sie mit einem Spaziergang  
und einem fast schon zum Ritual  
gewordenen Zwischenstopp im Kaf-  
feehaus am Dorfplatz. „Bewegung  
ist für Menschen mit Schmerzen in  
vielerlei Hinsicht ideal. Zum einen  
lenkt Bewegung vom Schmerz ab,  
zum anderen kräftigt Bewegung die  
Muskeln und fördert das körperliche  
sowie seelische Wohlbefinden“, betont  
Pflege-Experte Roland Nagel. „Bei  
vielen Menschen beseitigt körperli-  
che Aktivität auch das Gefühl einer  
schleichenden Erstarrung.“ Eine wei-  
tere Quelle des Wohlbefindens stellen  
Entspannungstechniken dar, die dazu  
beitragen, dass sich beispielsweise ein-  
seitige Muskelverspannungen lösen.  
Auch das Seele-baumeln-lassen und  
das Pflegen von sozialen Kontakten  
trägt zum eigenen Wohlbefinden bei. <

#### **Expertentipp**

---

„Schmerzbekämpfung erfordert  
immer ein individuelles Bündel an  
Maßnahmen, das von der medika-  
mentösen über die physikalische  
Behandlung bis zur Verhaltensthe-  
rapie reichen kann. Mitentscheidend  
für den Erfolg ist jedoch die Einstel-  
lung und Eigeninitiative der von  
Schmerz betroffenen Menschen.“

**Roland Nagel, Pflege-Experte  
beim Hilfswerk Österreich**

#### **Gratis Schmerz- broschüre anfordern!**

---

Das Hilfswerk bietet rund um das  
Thema Schmerz umfangreiches  
Infomaterial, das Sie ab Mitte  
April kostenlos per Post oder  
österreichweit bei den Stationen  
der Hilfswerk Family Tour beziehen  
können. Kontaktieren Sie uns unter  
0800 800 820 oder senden Sie ein  
E-Mail an [office@hilfswerk.at](mailto:office@hilfswerk.at).

# „Egal, wann's wehtut, wendet euch an uns!“

**Palliativbetreuung.** Kommunizieren, Missverständnissen vorbeugen, gemeinsam den Schmerz in den Griff bekommen.

Das Thema Schmerz ist wahrscheinlich so vielschichtig wie das Leben selbst. Allein dass wir schon zwischen körperlichem und seelischem Schmerz unterscheiden, zeigt, wie sensibel die Herangehensweise an dieses altersunabhängige Phänomen in seinen individuell unterschiedlichen Ausprägungen sein kann.

An dieser Stelle sei die Palliativtherapie erwähnt – eine medizinische Behandlung, die nicht auf die Heilung der Erkrankung abzielt, sondern darauf, die Symptome oder sonstige nachteilige Folgen zu lindern – in diesem Fall eben den Schmerz bei oft unheilbaren Krankheiten zu reduzieren.

Seit nunmehr 10 Jahren ist das Burgenländische Hilfswerk für die Hospiz- und Palliativbetreuung im Bezirk Oberpullendorf zuständig. Als Koor-

dinatorin tritt hier die erfahrene Diplomierte Gesundheits- und Krankenschwester Petra Schwarz in Erscheinung, deren Credo so eindringlich wie unmissverständlich ist: „Egal, wann's wehtut, wendet euch an uns.“ Dem Hilfswerk ist es stets ein Anliegen, die Kommunikation zwischen Betroffenen, Ärzten und Pflegekräften zu intensivieren, um so schnell und effizient wie möglich die Lebensqualität der Patienten zu verbessern. Gemeinsam mit dem behandelnden Arzt oder dem zuständigen Spital gilt es dann einen Schmerzplan zu erstellen, um Schmerzspitzen feststellen zu können und so früh wie möglich mit einer effizienten Therapie bzw. Hilfestellung (Wundversorgung nach Operationen, Nachdienste etc.) beginnen zu können. Je nach Situation kommen Tabletten,

Tropfen, Pflaster oder Schmerzpumpen zum Einsatz, oft helfen aber auch Abwechslung oder ein gutes Gespräch, um den Alltag meistern zu können. „Und dabei muss niemand beweisen, wie leidensfähig er ist. Wir testen einfach aus, wer auf welche Therapie am besten anspricht“, weiß Petra Schwarz, die nur raten kann, sich bei Bedarf auch den Kolleginnen der Mobilen Hauskrankenpflege anzuvertrauen. Diese sind geschult, Maßnahmen zu treffen, Kontakte zu knüpfen, um eine effiziente Schmerztherapie in die Wege zu leiten. Im Bezirk Oberpullendorf werden 10 bis 20 Patienten von drei Pflegepersonen in Absprache mit zwei Ärzten palliativ versorgt. Und was wünscht sich die umtriebige Petra Schwarz: „Mehr ausgebildete Schmerztherapeuten – das wär schon super.“ <



Petra Schwarz

## Fortbildungstag zum Thema Schmerz

Im Vorjahr wurde in der Geschäftsstelle in Eisenstadt ein Fortbildungstag für diplomiertes Pflegepersonal und Pflegeassistenten zum Thema Schmerz abgehalten. Verschiedene Fachvorträge beleuchteten das umfassende und sehr sensible Thema von diversen Blickwinkeln aus. So gaben ein Arzt, eine Pflegeexpertin, eine Psychologin und eine Physiotherapeutin Einblick in ihre Arbeit. Die TeilnehmerInnen konnten dabei am Erfahrungsschatz der Referenten teilhaben und viel Wissenswertes für die eigene Arbeit aufnehmen.



## Trauercafé der Hospizgruppe Oberpullendorf

Verlust, Tod und Trauer gehören zu unserem Leben. Wir laden Sie ein, um in entspannter Atmosphäre bei Kaffee und Kuchen...

- ... mit Ihnen ins Gespräch zu kommen,
- ... um zu erfahren „Ich bin mit meinem Schmerz nicht allein“,
- ... einander zuzuhören, zu unterstützen, zu stärken.

**Haus St. Stephan  
Oberpullendorf, Schloßplatz 4  
18–19.30 Uhr**

**Termine:** 30. März, 27. April, 18. Mai, 29. Juni, 28. September, 19. Oktober, 30. November

Die Teilnahme ist kostenlos  
Information: Petra Schwarz, 0664/594 98 73

# Schmerz keinesfalls hinnehmen!

**Interview.** Was Sie beim Älterwerden über Schmerz wissen sollten.

Ältere Menschen leiden besonders oft unter Schmerzen, da gerade der chronische Schmerz mit zunehmendem Alter häufiger wird. So sind zwei Drittel aller über 75-jährigen Personen in Österreich von chronischen Schmerzzuständen betroffen. Während bei Personen unter 55 Jahren Rückenschmerzen zu den häufigsten Ursachen zählen, sind es bei den über 55-Jährigen vor allem Arthrosen und andere degenerative Gelenkerkrankungen.

## **Hand in Hand: Was ist bei der Therapie älterer Schmerzpatienten besonders wichtig?**

**Winkler:** Nach einer Erhebung der Art, Qualität bzw. Dauer des Schmerzes, die Auskunft über die Ursache und Herkunft der Schmerzform gibt, finden wir nahezu für jeden Patienten ein geeignetes Schmerzmittel. Das Alter ist kein Grund, sich mit einer Schmerztherapie zurückzuhalten. Die besondere Kunst bei älteren Menschen liegt aber darin, jene Medikamente auszuwählen, die zu keinen Verschlechterungen anderer Symptome, wie z. B. der Gedächtnisleistung, der Magen-Darm-Funktion oder der Nierenfunktion, führen. Wenn chronische Schmerzen vorliegen, sollte rasch ein Schmerzspezialist aufgesucht werden, um eine weitere Verschlechterung zu vermeiden.

## **Welche Rolle spielt der persönliche Umgang mit Schmerz?**

Schmerzen können nicht immer völlig gelindert werden, jedoch lässt sich meist eine deutliche Erleichterung der Schmerzlast erzielen. Schmerzen sind

nicht gottgegeben und sollten daher keinesfalls als schicksalhafter Teil des normalen Älterwerdens akzeptiert werden. Moderne Therapiekonzepte gegen chronische Schmerzen haben daher immer auch einen aktiven, bewegungstherapeutischen Anteil sowie psychologische Ansätze, um das Leben mit dem Schmerz zu erleichtern.

## **Welcher besondere Zusammenhang besteht zwischen Schmerz und Bewegung?**

Schmerz führt dazu, dass sich Menschen weniger bewegen und schmerzhafte Bewegungen vermeiden. Hier beginnt ein Teufelskreis, der letztendlich zu einer Schonhaltung bzw. zu einem Verlust von Muskelkraft und Beweglichkeit führt. Im weiteren Sinne mündet dies auch in eine vermehrte soziale Isolation, und der Schmerz wird zum Zentrum des Erlebens. Die aktive Bewegungstherapie zielt gemeinsam mit einer ausreichenden Schmerztherapie darauf ab, ein angemessenes Maß an Aktivität wieder herzustellen. Dies gilt im Speziellen auch für hochaltrige (80 plus) Personen. Der Verlust von Muskelkraft, Koordinationsstörung und Gangunsicherheiten sind im hohen Alter besonders dramatisch, da gerade Stürze und ihre Folgen unbedingt verhindert werden müssen.

## **Worauf muss man bei Patienten mit Alzheimer in Bezug auf Schmerz besonders achten?**

Bei älteren Schmerzpatienten, die zusätzlich unter einer demenziellen Erkrankung leiden, besteht das Risiko,

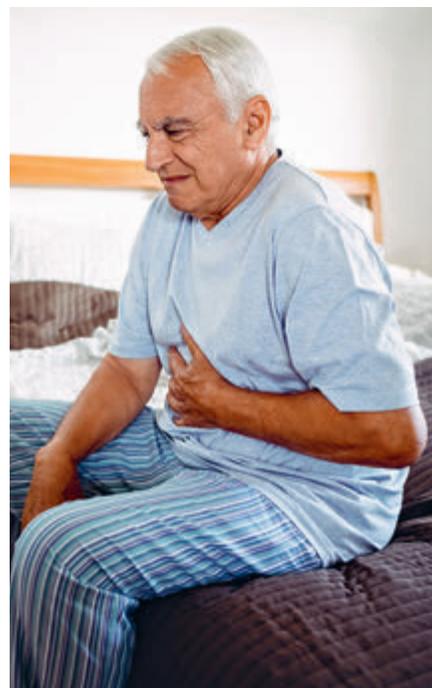
Prim. Dr. Andras Winkler, MSc., Facharzt für Neurologie, Additivfacharzt für Geriatrie und ärztlicher Direktor der Klinik Pirawarth



dass durch die mangelnde Kommunikationsfähigkeit vorliegende Schmerzen nicht oder nicht ausreichend erkannt werden. Bei diesen Menschen sollte man besonders sensibel auf Verhaltensäußerungen wie klagende Laute, Stöhnen oder motorische Unruhe reagieren. <

## Ratgeber

Wenn Sie weitere Informationen über das Thema Schmerz benötigen, bestellen Sie ab April die neue Schmerzbrochure, ein nützlicher Ratgeber des Hilfswerks. Kontaktieren Sie uns unter 0800 800 820 (gebührenfrei aus ganz Österreich) oder unter [office@hilfswerk.at](mailto:office@hilfswerk.at). Wir senden Ihnen die Broschüre gerne kostenlos zu!



# „Schmerz“ – der neue Ratgeber für Betroffene und Angehörige

**Jetzt kostenlos bestellen!** Die neue Schmerz-Broschüre des Hilfswerks bietet eine Fülle von nützlichen Informationen, Tipps für den Alltag und praktischen Anlaufstellen für Menschen mit chronischen Schmerzen. Finden Sie in ein lebenswertes Leben zurück.

Über 1,5 Millionen Menschen in Österreich leiden unter chronischen Schmerzzuständen, die im Unterschied zu akutem Schmerz schwer zu behandeln sind. Schmerzpatientinnen und -patienten haben aufgrund althergebrachter Vorstellungen von Härte und Selbstdisziplin sehr oft Hemmungen, über ihr Leiden zu berichten. Andere wiederum fühlen sich von ihrem Umfeld nicht ernst genommen oder nach erfolglosen Behandlungsversuchen gar im Stich gelassen.

Was aber tun, wenn Schmerz zum täglichen Begleiter wird und sich das eigene Leben nur noch um den Schmerz zu drehen beginnt? Wie kann man selber aktiv gegensteuern und wieder ein selbstbestimmtes Leben führen?

Der neue Ratgeber des Hilfswerks gibt lebensnahe Tipps zum richtigen Umgang mit Schmerz und sensibilisiert in Bezug auf die eigene Schmerz Wahrnehmung. Das in der Broschüre enthaltene Schmerztagbuch samt Schmerzlineal ermöglicht eine systematische Erfassung von Schmerzzuständen und erleichtert dadurch Ärztinnen sowie Ärzten, die geeignete Behandlungsform zu finden. Doch nicht nur die Schulmedizin kann bei chronischen Schmerzen Linderung verschaffen, auch die Eigeninitiative der Betroffenen ist entscheidend. Zahlreiche einfache Tricks helfen, dem Schmerz die Stirn zu bieten und in ein Leben mit Lebensqualität zurückzufinden. <



**Chronischer Schmerz**  
**Ein praktischer Ratgeber für mehr Lebensqualität bei dauerhaften Schmerzerkrankungen.**  
 Mit Schmerztagbuch und Schmerzskala zum Herausnehmen!

**Schmerz-Broschüre**

Bestellen Sie den neuen kostenlosen Schmerz-Ratgeber ab April unter Tel. 0800 800 820 (gebührenfrei) oder unter office@hilfswerk.at



**WOCHE von..... bis.....**  
 Bitte kreuzen Sie in nebenstehender Tabelle jeweils um 8 Uhr, 12 Uhr und 16 Uhr die Stärke ihrer Schmerzen an.

**WO SITZT DER SCHMERZ?**  
 Bitte kreuzen Sie die entsprechende Stelle an.

**BEI WELCHER TÄTIGKEIT SPÜREN SIE DEN SCHMERZ?**  
 Bitte kreuzen Sie in nebenstehender Tabelle an bei welcher Tätigkeit Sie den Schmerz verspüren.

**SCHMERZSKALA**

KEINE Schmerzen	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
MILDE Schmerzen											
MODERATE Schmerzen											
STARKE Schmerzen											
SEHR STARKE Schmerzen											
STÄRKSTE Schmerzen											

**TÄTIGKEITEN**

KEINE TÄTIGKEIT	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Körperpflege										
Haarbad										
Ruhephase, Schlaf										

Namen: \_\_\_\_\_ Therapie: \_\_\_\_\_  
 Symptome: \_\_\_\_\_

*Hilfreich: Das Hilfswerk-Schmerztagbuch hilft bei der Beurteilung einer Schmerzerkrankung und erleichtert die Wahl der richtigen Behandlungsform.*



## Kostenlose Bestellung

Besonders beliebt und vielfältig ist auch der kostenlose Hilfswerk Pflegekompass – eine Orientierungshilfe rund um Pflege und Betreuung. Bestellen Sie den Ratgeber unter Tel. 0800 800 820 (gebührenfrei) oder unter office@hilfswerk.at

# Große Weihnachtsgala mit einigen



Annie Stettin in ihrem Element



Helmut Radakovits überzeugte mit einem blitzsauberen Tenor

**Feier.** An die 250 Mitarbeiter/innen des Burgenländischen Hilfswerks gaben sich gemeinsam mit den Vorstandsmitgliedern ein weihnachtliches Stelldichein im Saal der Wirtschaftskammer Burgenland.

Erstmals gingen die Mitglieder der Geschäftsleitung in der Vorweihnachtszeit nicht auf Tour, um im Rahmen von Weihnachtsfeiern in den Bezirken Mitarbeiter/innen zu ehren und Präsente zu überbringen. Diesmal wurde zur großen Weihnachtsgala in die Landeshauptstadt geladen, um in festlichem Rahmen gemeinsam einige besinnliche, aber auch amüsante Stunden zu verbringen – und den Teilnehmer/innen gefiel's.

An diesem festlichen Abend galt es aber auch, einen runden Geburtstag zu feiern. Die Anwesenden ließen den Präsident des Burgenländischen Hilfswerks, Prof. Dr. Günther Ofner, zu seinem 60er hoch leben. Dazu gehörte auch eine stattliche Torte und ein Geburtstagsständchen der Sängerin Annie Stettin, die – was sonst – „Happy birthday, Mr. President“ von der Bühne hauchte. Der Jubilar bedankte sich für alle Freundlichkeit und vor allem den großen Einsatz, den die Mitarbeiter/

innen einmal mehr an den Tag legten. Ins selbe Horn stieß auch Obmann Oswald Klikovits, der in seinem Jahresrückblick vor allem auf die vielen Investitionen und Innovationen hinwies. So trat Walter Hofherr seinen Ruhestand an, ihm folgte als Geschäftsführer Christian Lackinger. Im Mai wurde die Übersiedlung ins neue, größere Büro abgeschlossen und mit vielen Gästen und Freunden gebührend gefeiert. An die 150.000 Euro wurde in die Klimatisierung und Fassadenreinigung der Seniorenheime, in die Anschaffung von 90 neuen Fernsehgeräten und neuen SAT-Anlagen sowie Reinigungsmaschinen, verschiedene Pflegehilfsmittel und die Modernisierung bestehender Anlagen gesteckt. Für neue Dienstkleidung aus modernen Materialien und Schnitten wurden 50.000 Euro aufgebracht. Auch im Marketing wurden neue Wege beschritten. Flotte Imagefilme, die bereits auf der Website zu sehen sind, präsentieren das Burgenländische

Im Rahmen der Weihnachtsgala wurden wieder zahlreiche Mitarbeiter/innen vor den Vorhang gebeten und aufgrund ihrer langjährigen Treue und ihres Engagements geehrt. Dank und Anerkennung wurden ausgesprochen für 10-jähriges Dienstjubiläum: Carmen Duma, Iva Ganster, Sonja Gürtl, Doris Kaufmann, Tanja Koger, Regina Lebinger, Brigitte Peischl, Gabriele Pratscher, Sabine Sattler, Susanna Schrei, Beatrix Spitzer, Anke Strini, Rita Strobl, Beate Trimmel-Kern, Michael Zachs, Monika Zehetbauer. 15-jähriges Dienstjubiläum: Sabine Pehm, Anna Riegler, Elfriede Zeiszer. 20-jähriges Dienstjubiläum: Monika Domnanovich



# Überraschungen



Hilfswerk-Vorstand: Anton Bubits, Reinhard Schweifer, Ex-HW-Präsident Karl Kaplan, Oswald Klikovits, Editha Funovics, Präsident Günther Ofner



Präsident Dr. Günther Ofner freut sich über die Torte zu seinem 60er

Hilfswerk bzw. jedes der 6 Heime in zeitgemäßer Weise. Bei der Fortbildung wurden die Schwerpunkte bei Schmerzmanagement, Sturzprophylaxe, Validation und Dokumentation gesetzt. Ab heuer wird übrigens in allen Heimen auf elektronische Dokumentation umgestellt. Am 8. November wurde ein neues HW-Büro in Oberwart eröffnet. In den Pflegeheimen stehen 210 Betten bereit, die zu mehr als 95 % ausgelastet sind. In allen Heimen

sollen im heurigen Jahr Tablet-PCs mit Programmen zur Seniorenanimation zum Einsatz kommen. Der Dank des Obmanns galt natürlich auch den zahlreichen Mitarbeiterinnen der Mobilen Hauskrankenpflege, die wieder mehr als 1 Million Kilometer zurücklegten. (Mehr darüber auf den Seiten 20 und 21). Langjährige Mitarbeiterinnen wurden anschließend vor den Vorhang gebeten und mit Urkunden und Ehrennadeln ausgezeichnet, bevor zum reichhaltigen

und köstlichen Buffet geladen wurde. Das Duo Mike Hardin & Annie Stettin sorgte für eine stimmungsvolle musikalische Umrahmung, aber auch Helmut Radakovits von der Geschäftsstelle in Eisenstadt bewies seine Sangesfreudigkeit genauso wie Lucky Dean Luciano. Letzterer ist kein geringerer als Geschäftsführer Christian Lackinger, der mit seinen höchst professionellen wie charmanten Dean-Martin- und Frank-Sinatra-Interpretationen für Beifallsstürme sorgte. <



Christian Lackinger verzauberte die Damen mit seinen Gesangs-Interpretationen.



Oswald Klikovits mit dem aktuellen Jahresplaner-Rezepttipp



Walter Hofherr wurde ganz offiziell in den Ruhestand entlassen

# Schutzengel am Handgelenk

**Servicetaste und Rauchmelder.** Das Notruftelefon und viele praktische Zusatzfunktionen erleichtern den Alltag.

Mit dem Hilfswerk-Notruftelefon trägt man seinen persönlichen Schutzengel am Handgelenk: Ein Knopfdruck auf den mobilen Funksender genügt, und man ist auf der Stelle mit der Hilfswerk-Notrufzentrale verbunden. Da alle Daten der Kundin oder des Kunden gespeichert sind, können die Mitarbeiter/innen rasch und gezielt Hilfe organisieren – ganz egal ob Wochenende, Feiertag oder mitten in der Nacht. Binnen weniger Minuten können die angegebene Vertrauensperson, Arzt oder Rettung zur Stelle sein. Auch für die Angehörigen ein tolles Gefühl der Sicherheit!

## Praktisch: Servicetaste und Rauchmelder

Mit praktischen Zusatzfunktionen kann das Leben für allein wohnende Menschen noch bequemer und sicherer gestaltet werden. Denn mit der „Servicetaste“ können täglich von 8 bis 17 Uhr hilfreiche Leistungen bestellt werden. Bei Frau Huber läutet z. B. jeden Morgen um 8 Uhr das Telefon und ein Mitarbeiter der Hilfswerk-Notrufzentrale erinnert die Seniorin an die Medikamenteneinnahme. Herr Weber wird täglich um 9 Uhr an die Fütterung seines Hundes erinnert. Und wenn Frau Bauer einen Krankentransportwagen für den

Arztbesuch benötigt, verständigt sie die Notrufzentrale, und das fachkundige Personal organisiert das Transportmittel.

Ein Rauchmelder, als Zusatz zu einem Notruftelefonanschluss, kann sogar im Ernstfall zum Lebensretter werden. Denn er erkennt Rauchentwicklungen rechtzeitig und schlägt Alarm. Wie bei Herrn Gruber, der darauf nicht mehr verzichten würde. Denn schon einmal war es brenzlich, als er auf der Wohnzimmercouch

einschlief und vergessen hatte, die Kerzen am Tisch auszulöschen. Die Tischdecke fing plötzlich Feuer. Doch der Rauchmelder meldete sofort Alarm an die zuständige Notrufstelle. „Dank des Rauchmelders ist nichts passiert“, ist Herr Gruber dankbar. <

## Wir informieren gerne

Wir beraten und informieren Sie gerne kostenlos unter 0800/800 408 oder [www.hilfswerk.at](http://www.hilfswerk.at).



österreichische | DER PARTNER DER  
**LOTTERIEN | SENIORENHILFE**



Sie haben Fragen ? Wir haben Antworten!

## NEUE SERVICESTELLE

**Bezirksbüro Oberwart**  
Burgenländisches Hilfswerk

Bahnhofstraße 9  
7400 Oberwart

**Rufen Sie uns an: 0676/ 88 2 66 8500**

Vereinbaren Sie einen Termin für ein kostenloses Beratungsgespräch!

Mobile Hauskrankenpflege | Unterstützung | Leben daheim | Notruftelefon  
Service und Information | Geld und Recht | Gesundheit und Leben | Jobs

365 Tage im Jahr - 7 Tage die Woche für Sie im Einsatz!

**NEUERÖFFNUNG**



Denk  
**LEBENSQUALITÄT**  
auch *später.*

- Zusätzliches monatliches Pflegegeld
- Hilfe bei der Organisation des Pflegealltages
- Zusätzliches Geld bei bestimmten schweren Diagnosen

Denk **UNIQA**

www.uniqa.at

Werbung



**Raiffeisen**  
Meine Bank



Hand drauf:

**Keine andere Bank erfüllt  
mehr Wohnträume in Österreich.**

wohnen.raiffeisen.at

Jetzt  
Wohntraum  
starten auf:  
wohnen.raiffeisen.at



Alles nur Routine?  
Von wegen.

Bei Finanzierung ab  
**€ 13.690,-<sup>1)</sup>**

**RIO**



Der neue Kia Rio. Dein Leben. Deine Regeln.

The Power to Surprise

**Nemeth Autohandel GmbH**

Haidäcker Park 1 • 7000 Eisenstadt • Tel.: 02682 - 62768

office@nemeth-eisenstadt.at • www.nemeth-eisenstadt.at

CO<sub>2</sub>-Emission: 109-98 g/km, Gesamtverbrauch: 3,8-4,8 l/100km

Symbolfoto. Druckfehler, Irrtümer und Änderungen vorbehalten. 1) Preisvorteil bestehend aus € 400,00 Austauschbonus für Ihren Gebrauchten, € 300,00 Ausstattungsvorteil und € 900,00 Finanzierungsbonus bei Finanzierung über Kia Finance. Berechnungsbeispiel am Modell Kia Rio Österreich-Edition: Kaufpreis € 13.690,00; 4,59% p.a. Sollzinssatz, 5,03% p.a. Effektivzinssatz; € 0,00 Erhebungsgebühr, € 0,00 Bearbeitungsgebühr, gesetzl. Rechtschäftsgebühr € 92,21; inkl. Restwert € 5.882,00; Leasingentgeltvorauszahlung € 4.107,00; Laufzeit 48 Monate; 10.000km Laufleistung/Jahr; Leasingentgelt mtt. € 106,55; Gesamtkosten: € 1.510,19; zu zahlender Gesamtbetrag € 15.200,19. Die Abwicklung der Finanzierung erfolgt über die Santander Consumer Bank GmbH, Stand 01/2017. Erfüllung banküblicher Bonitätskriterien vorausgesetzt. \*7 Jahre/150.000km Werksgarantie.

# Aus den Senioren pensionen

## Senioren pension Eisenstadt

Zwei Veranstaltungen prägten die Vorweihnachtszeit in der Senioren pension Eisenstadt. Zum einen die Adventfeier verbunden mit einem wunderschönen Weihnachtsbasar, wobei wieder selbst gefertigte Dekorationsstücke, Geschenke und fantastische Mehlspeisen die Besucher beglückten. Besonders feierlich gestaltete sich dann die Weihnachtsfeier mit zahlreichen Angehörigen im großen Aufenthaltsraum. Heimleiterin Andrea Kargl-Wartha konnte neben der hohen Geistlichkeit auch die Vertreter der Geschäftsleitung und Bürgermeister Mag. Thomas Steiner begrüßen. Besinnliche Lesungen sowie die Klänge des Ägidius-Chores aus Müllendorf stimmten auf das bevorstehende Weihnachtsfest ein.



## Senioren pension Purbach

Eine stimmungsvolle Weihnachtsfeier ging auch in der Senioren pension Purbach über die Bühne, wobei die Damen und Herren der Chorvereinigung Purbach für vorweihnachtliche Atmosphäre sorgten. Heimleiterin Anita Lang konnte neben zahlreichen Angehörigen auch Editha Funovics und Christian Lackinger von der Geschäftsleitung begrüßen, die zur gelungenen Veranstaltung gratulierten.

## Senioren pension Güttenbach

Bei der Weihnachtsfeier in der Seniorenpension Güttenbach sorgte ein Blasmusikensemble für vorweihnachtliche Stimmung. Mit dabei auch der Obmann des Burgenländischen Hilfswerks, Oswald Klikovits, der an diesem Tag auch Geburtstagsglückwünsche an eine Bewohnerin überbringen durfte.



## Senioren pension Draßmarkt

Großer Andrang herrschte auch bei der Weihnachtsfeier in der Hilfswerk-Seniorenpension in Draßmarkt, wo neben den gesanglichen Darbietungen von Agnes Pauer den zahlreichen Besuchern auch ein wunderschöner Weihnachtsbasar mit vielen nützlichen und köstlichen Dingen präsentiert wurde. Besonders beeindruckend das Werk des passionierten Krippenbauers Rudolf Wörnher. Die Darstellung der Heiligen Familie im Stall zierte das erste Draßmarkter Adventfenster in der Seniorenpension. Groß war die Freude auch, als Kinder mit Ortschaftschef Rudolf Pfneisl bei Heimleiterin Siegrid Koglbauer mit Peitschen aus Weidenzweigen auftauchten und somit den alten Brauch des „Aufkindelns“ wieder aufleben ließen. Alexander Friedl, Simon Zerche, Nadja und Nick Hinterwirth sagten ihre Sprüche auf – „Frisch und gesund ...“. Dabei bekamen die Bewohner sanfte Hiebe mit der „Lebensrute“. Das soll Glück im neuen Jahr bringen und vor Krankheit schützen.

Die Besucher gaben sich quasi die Türklinke in die Hand, denn die Volksschulkinder machten genauso ihre Aufwartung wie die Firmlinge, die mit ihrem Hirtenspiel die Bewohner beeindruckten, und die Blasmusikkapelle „Heimatklänge“ aus Draßmarkt überbrachte musikalische Neujahrswünsche. Schließlich stand noch das Federschleißeln auf dem Programm, wobei sich Katharina Heissenberger und Katharina Reidl, auf unserem Foto mit DGKP-Schülerin Vanessa Bader sowie PA Andrea Fasching und Josefine Steiner besonders ins Zeug legten.



## Senioren pension Lockenhaus

*Volles Haus in Lockenhaus in der Vorweihnachtszeit. Besonders stimmungsvoll verlief die Weihnachtsfeier in der Senioren pension Lockenhaus, wo für die zahlreichen Teilnehmer eine Heilige Messe mit Chorgesang zelebriert wurde. Danach regierte wieder Geselligkeit mit den Vorstandsmitgliedern des Burgenländischen Hilfswerks und nicht zuletzt das Vanillekipferl.*

*Eine schöne Tradition bewahren sich auch die Langecker Burschen, die alljährlich zum „Neujahrssingen“ vorbeischaun. Sie unterhalten die Bewohner mit ihren munteren Gesängen und stellen sich im Anschluss auch mit kleinen Glücksbringern ein.*



## Senioren pension Limbach

*Mit Flöten- und Gitarrespiel, Gesangseinlagen und einer kleinen Lesung wurden die Heimbewohner und ihre Angehörigen bei der Weihnachtsfeier in Limbach in vorweihnachtliche Stimmung versetzt. Dazu kam das bereits traditionelle Kesselgulasch-Essen – ein kulinarischer Höhepunkt, dem die selbstgemachte Mehlspeise um nichts nachstand. Obmann Oswald Klikovits und die Geschäftsleitung gratulierten zu einer gelungenen Feier.*

*Eine schöne Abwechslung beschert den Heimbewohnern immer wieder der Besuch der Volksschulkinder, die mit ihrem ungezwungenen Gehabe, ihren Liedern und Gedichten für tolle Stimmung in der Senioren pension sorgen. Diesmal wurde auch Ball gespielt und die Kinder verteilten an die Bewohner selbst gemachte Seifen. Für beinahe ausgelassene Stimmung sorgte auch der Besuch von Nikolaus und Krampus.*



## Hilfswerk-Preisrätsel: Rätseln und gewinnen!

**Finden Sie die Lösung und gewinnen Sie eines von 3 Büchern „Superfoods einfach & regional“ von Andrea Fičala**

Das Wiener Hilfswerk wurde 1947 gegründet. Die Gedächtnistrainings der vier Hand-in-Hand-Ausgaben 2017 sind dem Gründungsjahr gewidmet. (Quelle: [www.wien.gv.at/rk/historisch/1947](http://www.wien.gv.at/rk/historisch/1947))



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

Ja, ich möchte ein Exemplar „Superfoods einfach & regional“ gewinnen.

Die Bücher wurden uns freundlicherweise vom Verlag Löwenzahn zur Verfügung gestellt. Der Rechtsweg ist ausgeschlossen.

Vorname: \_\_\_\_\_

Name: \_\_\_\_\_

Straße/Hausnummer: \_\_\_\_\_

PLZ/Ort: \_\_\_\_\_

Senden Sie diesen Kupon mit den eingetragenen Lösungen ein und gewinnen Sie! Auflösung im nächsten Heft.

Viel Spaß beim Trainieren Ihrer geistigen Fitness wünscht Ihnen **Martin Oberbauer** vom Wiener Hilfswerk! Weitere Aufgaben finden Sie in seinen Büchern, u. a. „Power-Walking fürs Gehirn“, „Abenteuer Gedächtnis“, „Aktivurlaub fürs Gehirn“ (alle Verlag Herbig).

Auflösung aus dem letzten Heft:

**1. Klee:** Zum Beispiel: Tee, Fee, See, Kaffee, Teer, Meer, Lee, Seele, Beere, Leere, Allee, Idee, Speer, Schnee. **2. Kleeblätter:** Die Zahl 16:  $17+28+34+12=91$ ;  $9+6+25+11=91$ ;  $13+14+13+51=91$ ;  $23+38+16+14=91$

Wir gratulieren den Gewinner/innen der 3 Bücher „Natürlich backen“.

### a) 9. Jänner 1947: Zuteilung von Fensterglas

Ab diesem Datum wurden jeden Montag von der zuständigen Magistratsabteilung 25, Kriegsschadenbehebung, die ausgegebenen Nummern für die Glaszuteilung ausgerufen. Wie kommen Sie vom Wort GLAS zum Wort GROG, wenn Sie Schritt für Schritt nur einen Buchstaben ändern und jeweils ein sinnvolles deutsches Wort einfügen?

GLAS – \_\_\_\_\_ – \_\_\_\_\_ – \_\_\_\_\_ – \_\_\_\_\_ – GROG

### b) 13. Jänner 1947: Wärmestuben für Kinder

An diesem Tag wurden in sieben Wiener Gemeindebezirken 12 Wärmestuben für Kinder von 6 bis 14 Jahren in Betrieb genommen, die täglich außer Sonntag von 9 bis 16 Uhr geöffnet waren. Kreisen Sie so rasch wie möglich alle Zahlenpaare ein, deren Summe 12 ergibt:

2847938574124873965662184567592893566164857924639825129  
6685799742845639761838427524766389324576965238456821457  
7653814485635745258467669321546845263954851421266275623

## Lebensgeschichten und Erfahrungsberichte gesucht!

**Aufruf.** Gibt es in Ihrer Familie, in Ihrem persönlichen Umkreis Menschen, die ihre Lebenserinnerungen aufgeschrieben haben? Die ein Tagebuch führen oder eine Familienchronik erstellt haben?

Autobiografische Texte aller Art sind nicht nur für die Schreiber/innen und ihre Angehörigen interessant, sie sind auch wertvolle sozial- und kulturgeschichtliche Dokumente. Deshalb sammeln wir solche Schriften in einem Archiv an der Universität Wien, wo sie in Kopie für Studierende und Fachleute aus dem Wissenschafts- und Bildungsbereich bereitstehen. Von Zeit zu Zeit werden Menschen durch Schreibaufträge auch direkt angeregt, ihre Erfahrungen zu bestimmten – historischen oder gegenwärtigen – Themen mitzuteilen. So wurden im vergangenen Jahr „Geschichten vom Sorgen, Pflegen und Betreuen“ gesammelt, aus denen nun ein Buch entstehen soll.

### Aktuelles Thema: „Wenn die Hitze Sorgen macht ...“

Zurzeit befasst sich ein Team u. a. mit der Problematik von sommerlichen Hitzeperioden für ältere Menschen, besonders in Pflegesituationen. Wie wirken sich hohe Temperaturen auf Ihr Befinden aus? Gibt es vielleicht ein besonders einprägsames Erlebnis zu erzählen? Welche Vorkehrungen gegen Hitzebelastungen treffen Sie? Wir suchen Erfahrungsberichte von älteren Menschen, pflegenden Angehörigen und haupt- oder ehrenamtlich tätigen Pflege- und Betreuungspersonen. <



## Schreibauftrag

Falls Sie aus eigenem Erleben zu einem der genannten Themen etwas beitragen möchten, schreiben Sie bitte an: Doku Lebensgeschichten, Institut für Wirtschafts- und Sozialgeschichte, Universitätsring 1, 1010 Wien. Wir senden Ihnen gern unseren Schreibauftrag zu: Tel. 01/4277-41306 (Mag. Günter Müller); [lebensgeschichten@univie.ac.at](mailto:lebensgeschichten@univie.ac.at) Infos unter: <http://lebensgeschichten.univie.ac.at> [www.uni-klu.ac.at/pallorg/inhalt/2527.htm](http://www.uni-klu.ac.at/pallorg/inhalt/2527.htm)





© HILFSWERK ÖSTERREICH / WILLI SCHMID

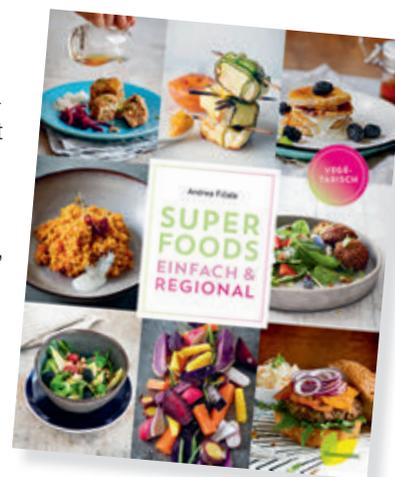
## Buchtipps Andrea Fičala: Superfoods einfach & regional

Vergessen Sie die Unaussprechlichen: Chia, Quinoa, Acai und Goji. Auch bei Superfoods ist regionaler und nachhaltiger Genuss möglich. Dieses Buch rückt heimische Alternativen ins Rampenlicht – gesundes Powerfood, das keine langen Transportwege hinter sich hat, sondern frisch und leicht ist – und zeigt Ihnen, wie einfach sich das tägliche Extra an Vitaminen und Nährstoffen in Ihre Ernährung integrieren lässt. Die Autorin ist Köchin und Ernährungswissenschaftlerin und gibt spannendes Hintergrundwissen zu den Inhaltsstoffen sowie positiven Wirkungen von Haferflocken, Leinsamen, Beeren, Buchweizen, Spinat & Co, die ihre exotischen Konkurrenten blass aussehen lassen. Die rund 80 Rezepte sind saisonal aufgebaut und zeigen die bunte Vielfalt regionaler Kraftspender im Jahresverlauf. Die Gerichte bestehen aus möglichst wenigen verschiedenen Zutaten, die in jedem Supermarkt leicht erhältlich sind. Entspannte Freude beim Nachkochen, Energie und Gesundheit für den anstrengenden Alltag sind garantiert. [www.ess-werk.at](http://www.ess-werk.at)

### Rezepte, die dabei helfen, gesund zu bleiben

- das Beste aus unserer Natur: biologisches Obst, Gemüse, Samen, Wildkräuter sind von Haus aus reich an Vitaminen, Mineralien und sekundären Pflanzenstoffen
- Körper und Seele mit positiver Energie versorgen, vom Frühstücks-Smoothie bis zum Abendessen
- alle aktuellen Ernährungstrends in einem Buch: leichte, saisonale und vegetarische Küche
- heimische, überall erhältliche Zutaten: der unkomplizierte Weg, gesunde Lebensmittel in den Alltag zu integrieren
- Lust aufs Nachkochen mit farbenfrohen, vielfältigen und natürlichen Produkten
- praktische Umsetzung durch passende Rezepte, Tipps und Tricks der Expertin
- Regionalität und gesunde Ernährung im Einklang

Viele weitere Rezeptideen finden Sie auf: [www.loewenzahn.at](http://www.loewenzahn.at)



### Superfoods einfach & regional

250 Seiten, fest gebunden mit Schutzumschlag. Von Andrea Fičala mit über 120 Farbfotos von Sonja Priller und 80 Farbzeichnungen von Julia Lammers, 29,90 Euro, ISBN 978-3-7066-2610-1, Löwenzahn Verlag

# Demenzprävention – ein Gebot der Stunde

**Gesundheit.** Demenzprävention und Maßnahmen zur Verlangsamung des Krankheitsverlaufes sind wichtige Faktoren zur Erhaltung der Gesundheit jedes Einzelnen – und auch wichtig für die gesamte Volkswirtschaft.

Unter dem Motto „Gut leben mit Demenz“ haben das Sozialministerium und das Ministerium für Gesundheit verschiedene Projekte initiiert. Maßnahmen zur Demenzprävention sind sogar im Regierungsprogramm 2013–2018 vorgesehen. Eine der wichtigsten Vorsorgemaßnahmen zur Eindämmung von Demenz ist Gedächtnistraining in verschiedenster Ausprägung. Das beginnt bei Zahlen-, Bilder- und Kreuzworträtsel über das Ergänzen von Texten bis hin zum Wecken von Erinnerungen durch Kurzfilme oder Bilder von Personen und Ereignissen, aber auch von Alltagsgegenständen, die heute nur mehr selten gebraucht werden, wie etwa eine Milchkanne. Das Burgenländische Hilfswerk hat in allen stationären Einrichtungen Tablets mit spezieller Software für

Gedächtnistraining angeschafft, um in zeitgemäßer Art den Patienten die Therapie zu vermitteln. In Kombination von Leinwand und Beamer kann die Darstellung vergrößert werden, die Gruppen können somit

## Das Burgenländische Hilfswerk bietet Unterstützung bei

- Pflege und Betreuung von dementen Patienten
- Unterstützung von Angehörigen, die demente Patienten zu Hause betreuen, durch Entlastung wie Tagesbetreuung oder Urlaubspflege in unseren stationären Einrichtungen, stundenweise Betreuung zu Hause
- Demenzprävention

gemeinsam trainieren, was naturgemäß viel mehr Spaß macht.

Die Spende von Raiffeisen (siehe Artikel unten) kam für die Anschaffung des technischen Equipments daher goldrichtig. <



*Vorsorgen ist besser als therapieren. In unseren Seniorenheimen wird versucht, die Bewohner mit einfachen Übungen (siehe Foto) nicht nur körperlich, sondern auch geistig fit zu halten. Mit neuen technischen Hilfsmitteln wollen wir in Zukunft versuchen, dass ganze Gruppen an Gedächtnistrainings zur Demenzvorsorge teilnehmen können.*



## Raiffeisenbank spendet 2.000 Euro ans Hilfswerk

Um den Kundenbedürfnissen entsprechen zu können, hat die Raiffeisenlandesbank ihre Privatkunden zu einer schriftlichen Befragung eingeladen. Gleichzeitig hat sie sich dazu verpflichtet, je retourniertem Fragebogen einen Euro an das Hilfswerk zu spenden. So kamen 2.000 Euro zusammen, die in der Seniorenpension in Eisenstadt an die Mitglieder der Geschäftsführung übergeben wurden. „Wir danken der Raiffeisenlandesbank und ihren Kunden für die großzügige Spende. Eine der größten Herausforderungen unserer Zeit ist die Demenzprävention! Mit der Spende werden wir technische Geräte wie Beamer, DVD-Player und entsprechende Software anschaffen, um unseren Patienten und anderen Interessierten in unterhaltsamer Form Gedächtnistraining, Filme und andere therapeutische Möglichkeiten nahezubringen“, erklärte Hilfswerk-Obmann Oswald Klikovits bei der Spendenübergabe.

*Im Bild: Andrea Kargl-Wartha, Obmann Oswald Klikovits, VDir. Friedrich Nikolaus, Christa Charlesworth, GD Dr. Rudolf Könighofer, GF Mag. Editha Funovics und Marie-Luise Arnold mit den Hilfswerk-Bewohnerinnen Berta Wagner, Theresia Piniel und Pauline Gregorics*



## Burgenländisches Hilfswerk erneuert und vergrößert seine Dienstflotte

**Dienstfahrzeuge.** 14 neue KIAs für die Damen der Mobilen Heimkrankenpflege wurden in Dienst gestellt.

Am Montag, den 30. Jänner 2017 um 10 Uhr fand im Eisenstädter Autohaus Nemeth, in Anwesenheit des Obmanns des Burgenländischen Hilfswerks, Oswald Klikovits, und Firmenchef Präsident Ing. Peter



Nemeth die Übergabe von 14 neuen Dienstfahrzeugen statt.

„An die 1.200 Patienten vertrauen auf die Kompetenz der Damen in der mobilen Hauskrankenpflege, die das Burgenländische Hilfswerk flächendeckend in ganz Burgenland betreibt. Allein im letzten Jahr waren 160 Mitarbeiterinnen in über 90.000 Einsatzstunden 1,2 Millionen Kilometer bei mehr als 150.000 Hausbesuchen im ganzen Land unterwegs“, weiß Oswald Klikovits zu berichten.

„Die Sicherheit unserer Mitarbeiter/innen ist uns natürlich ein großes Anliegen. Daher achten wir auch darauf, dass unsere Dienstflotte stets dem neuesten Standard entspricht. Mit der Firma Nemeth und dem KIA Picanto pflegen wir seit Jahren eine gedeihliche Kooperation. Die Kleinfahrzeuge sind mit Freisprechanlage und Klimaanlage sowie der ÖAMTC-Sicherheitsplakette ausgestattet und somit auch auf unsere

Bedürfnisse zugeschnitten“, so der Obmann des Burgenländischen Hilfswerks, Oswald Klikovits.

Firmenchef Ing. Peter Nemeth sieht das Burgenländische Hilfswerk als sozialen Nahversorger und auch als wichtigen Faktor der burgenländischen Wirtschaft. Und das nicht nur wegen der Partnerschaft mit der Firma Nemeth und den 35 Dienstfahrzeugen. „Das Burgenländische Hilfswerk setzt im Jahr rund 15 Millionen Euro um und lässt viel Wertschöpfung im eigenen Land. Somit nimmt es als Dienstleister im sozialen Bereich einen hohen Stellenwert auch in Burgenlands Wirtschaft ein und ist mit seinen Leistungen im Bereich der individuellen Betreuung Tausenden Menschen eine unverzichtbare Größe“, so Ing. Peter Nemeth. Bleibt nur noch, den Damen in ihren neuen Dienstfahrzeugen während der nächsten fünf Jahre gute und unfallfreie Fahrt zu wünschen. <

# Neue Anlaufstelle für Gesundheit und Pflege in Oberwart

**Oberwart.** Am Dienstag, den 8. November 2016, eröffnete das Burgenländische Hilfswerk in Oberwart ein neues Bezirksbüro.

Das Burgenländische Hilfswerk ist mit über 300 Mitarbeiter/innen einer der größten Anbieter sozialer Dienstleistungen im Burgenland und wichtiger Arbeitgeber für Menschen in Pflegeberufen. Um nun noch rascher und flexibler auf die Bedürfnisse der Bevölkerung im Bezirk Oberwart reagieren zu können, wurde nunmehr durch den Obmann des Burgenländischen Hilfswerks, Oswald Klikovits, das neue Bezirksbüro feierlich eröffnet.

Das neue Büro soll künftig vor allem eine zentrale Anlaufstelle für Hilfesuchende aus dem Bezirk Oberwart sein. „Ganz gleich, ob sich der Bedarf an Betreuung und Pflege allmählich abzeichnet oder ob sich die Situation plötzlich einstellt: Es gibt fast niemanden, der mit diesem

Thema nicht überfordert wäre. Das Burgenländische Hilfswerk ist in solchen Situationen ein verlässlicher Ratgeber und Ansprechpartner“, so Oswald Klikovits über die neue Servicestelle.

Die Mitarbeiter/innen der Mobilen Hauskrankenpflege Oberwart sind 7 Tage die Woche, 365 Tage im Jahr für die Gesundheit und das Wohlbefinden ihrer Kunden im Einsatz und bieten Beratung, wenn es um Fragen geht wie: Welche Möglichkeiten der Unterstützung gibt es? Welche davon ist für mich bzw. uns geeignet? Wer hilft beim Pflegeantrag? Was muss ich bei der Entlassung aus dem Spital beachten? Und vieles andere mehr. Die neuen Räumlichkeiten befinden sich auch in direkter Nachbarschaft zur Bezirkshauptmannschaft und

dem Bahnhof. Somit sind auch eine gute öffentliche Erreichbarkeit und die Nähe für behördliche Wege gewährleistet. <

## Burgenländisches Hilfswerk Bezirksbüro Oberwart

Bahnhofstraße 9  
7400 Oberwart

## Ansprechpartner/in im Bezirk Oberwart:

Diplomierte Gesundheits- und  
Krankenschwester Saskia Erdmann  
Tel.: 0676/882 668 500  
Diplomierter Gesundheits- und  
Krankenpfleger Christoph Lang  
Tel.: 0676/882 668 506





# Loslassen

Genießen Sie den farbenfrohen Wandel der Jahreszeiten rund um unsere Gesundheitshotels und nutzen Sie die Kraft des Frühjahrs für einen Neuanfang.

Während unserer Gesundheitswoche kommen Sie in den Genuss wohltuender Therapien mit unseren natürlichen Heilvorkommen. Oder entscheiden Sie sich für unsere Basenfastenwoche und spüren Sie die heilende Kraft der basischen Lebensmittel.

## Gesundheitswoche

- ◆ 7 Übernachtungen inkl. Vollpension ◆ 14 wohltuende Therapien ◆ 1 Blutuntersuchung ◆ 2 Arztgespräche
- ◆ Sauna- und Badelandschaft mit ganzjährig beheiztem Außenschwimmbecken u.v.m.

Preise pro Person; zzgl. Ortstaxe

von € 660,-  
bis € 850,-



## Basenfastenwoche

- ◆ 7 Übernachtungen inkl. Vollpension mit basischer Ernährung ◆ wohltuende Therapien ◆ 2 Arztgespräche
- ◆ BIA-Messung ◆ Ernährungsberatung
- ◆ Sauna- und Badelandschaft mit ganzjährig beheiztem Außenschwimmbecken u.v.m.

von € 660,-  
bis € 850,-

buchbar in **Bad Goisern**, **Bad Schönau „Zur Quelle“**, **Bad Eisenkappel** und **Umhausen im Ötztal**

Preise pro Person; zzgl. Ortstaxe



**Bad Bleiberg** 04244 90500 (K) . **Bad Eisenkappel** 04238 90500 (K) . **Bad Häring** 05332 90500 (T)  
**Bad Goisern** 06135 20400 (OÖ) . **Bad Schönau „Zum Landsknecht“** 02646 90500-1501 (NÖ)  
**Bad Schönau „Zur Quelle“** 02646 90500-2501 (NÖ) . **Bad Traunstein** 02878 25050 (NÖ)  
**Bad Vöslau** 02252 90600 (NÖ) . **Umhausen im Ötztal** 05255 50160 (T)

# Spenden: Steuer sparen ohne „Papierkram“!

**Engagement stärken.** Othmar Karas, Präsident des Hilfswerks Österreich, kämpft für Erleichterungen für Spenderinnen und Spender. Freiwilliges finanzielles Engagement hilft unserer Gesellschaft – Hürden sind kontraproduktiv.

„Wenn Bürgerinnen und Bürger freiwillig Geld in die Hand nehmen, um Arbeit im Sinn des Gemeinwohls zu unterstützen, dann sollte von staatlicher Seite Wohlwollen signalisiert werden“, sagt Othmar Karas, Präsident des Hilfswerks Österreich. „Jahrelang haben wir daher darum gekämpft, dass Spenden an gemeinnützige Einrichtungen steuerlich absetzbar sind. Dieser erste Schritt gelang mit der massiven Ausweitung der Liste der begünstigten Organisationen im Jahr 2009“, erläutert Karas. Das starke Wachstum des Spendenvolumens seit 2009 von österreichweit 390 auf 625 Mio. Euro sieht er als

Bestätigung des eingeschlagenen Weges. Jeder dritte Spenden-Euro wird bereits steuerlich abgesetzt. „Nach der steuerlichen Begünstigung von Spenden war der nächste logische Schritt die Beseitigung des dafür nötigen ‚Papierkrams‘. Dieser wird nun mit der Neuregelung der Spendenabsetzbarkeit ab 2017 umgesetzt“, freut sich Karas. Dann müssen nicht mehr die Spenderinnen und Spender selbst ihre Spenden als Sonderausgaben geltend machen, sondern die jeweils spendenbegünstigten Organisationen leiten – wenn die Spenderin bzw. der Spender es wünscht – die erforderlichen Daten



in verschlüsselter Form an die Finanzbehörden weiter. „Wer sich eine starke Zivilgesellschaft mit Bürgerinnen und Bürgern wünscht, die sich in Form von Geld- oder Zeitspenden für das Gemeinwohl engagieren, dann müssen wir alle Hindernisse aus dem Weg räumen. Seit 1. Jänner sind wir wieder einen Schritt weiter“, meint Karas abschließend. <

## Automatisch Spenden absetzen: Was sich ab Jänner 2017 für Sie ändert.

Neue Regeln für die Spendenabsetzbarkeit: Mit Jahresbeginn können Spender nicht mehr selbst ihre Spenden als Sonderausgabe steuerlich geltend machen, sondern die spendenbegünstigten Organisationen müssen die erforderlichen Daten an die Finanzbehörden weiterleiten. Wer Gutes tut und zudem weniger Steuern zahlen möchte, sollte daher im Falle einer Spende dem Zahlungsempfänger (z. B. dem Hilfswerk) seinen Vor- und Zunamen sowie sein Geburtsdatum bekanntgeben. Aus diesem Grund gibt es künftig neue Zahlscheine, welche die erforderlichen Zusatzfelder aufweisen. Achten Sie bitte beim Ausfüllen auf die korrekte Schreibweise. Nur wenn Ihre Daten mit denen Ihres Meldezettels übereinstimmen, ist eine Zuordnung und damit automatische Berücksichtigung durch die Finanzbehörde durchführbar. Anonyme Spenden sind auch weiterhin möglich, allerdings verzichten Sie dadurch auf Ihren steuerlichen Vorteil.

EmpfängerInName/Firma <b>Hilfswerk</b>	
IBANEmpfängerIn	
BIC(SWIFT-Code) der Empfängerbank	Kann bei Zahlungen innerhalb EU/EWR entfallen
EUR	Betrag   Cent
Wenn Sie Ihr Geburtsdatum, Vor- und Nachname angeben, werden Ihre Spenden automatisch steuerlich berücksichtigt. Bitte füllen Sie alle Daten leserlich aus - vielen Dank	
Geburtsdatum	NameVor- und Nachname
PLZ	AdresseOrt, Anschrift
IBANKontoinhaberIn/AuftraggeberIn	
KontoinhaberIn/AuftraggeberInName/Firma	
006	
Unterschrift ZeichnungsberechtigteR	
Betrag < Beleg +	

Bislang mussten sich Spenderinnen und Spender persönlich darum kümmern, dass Ausgaben für wohltätige Organisationen als Sonderausgaben steuerlich Berücksichtigung finden. Künftig geschieht dies automatisch, wenn Geburtsdatum und Name am Zahlschein angeführt werden.



Promotion

# AquaBuddy Home: „Einfach duschen im Bett!“

**Duschsystem.** Mal geht es besser, mal etwas schlechter. Bettlägerige Menschen fühlen sich nicht jeden Tag gleich gut. Die daraus resultierende eingeschränkte Mobilität steht oft dem eigenen Bedürfnis nach Körperhygiene im Weg.

AquaBuddy Home, ein neuartiges Duschsystem von Camillo, ermöglicht dank einfacher Handhabung eine Dusche direkt im Bett und kann dadurch die Lebensqualität der Betroffenen steigern. Zur Bedienung des Gerätes genügt eine einzige Person. AquaBuddy Home mit seiner schonenden Art der Körperpflege bedeutet einerseits eine Arbeitserleichterung für die Pflegefachkraft und versetzt andererseits Kunden in die Lage, auch mal im Bett zu bleiben. Denn nicht zu jeder Zeit ist ein Transfer vom Bett eine passende Möglichkeit, pflegebedürftige Menschen

zu stärken und ihnen die erwünschte Körperhygiene angedeihen zu lassen. Das Duschsystem basiert auf einem speziellen „Wannentuch“, das ein Bett in eine wasserdichte „Duschwanne“ verwandelt. Dank der innovativen Konstruktion drückt komprimierte Luft das Sauberwasser aus dem Sauberwasserbehälter heraus, während gleichzeitig das Schmutzwasser durch Unterdruck abgesaugt wird. Alle Bestandteile von AquaBuddy Home, die mit Flüssigkeiten (Sauber- und Schmutzwasser) in Berührung kommen, sind gut erreichbar angeordnet

und können sowohl desinfiziert als auch überprüft und abgenommen werden. Die Wasserkapazität beträgt acht Liter. Wenn es darauf ankommt, die Haare zu waschen, ist ein aufblasbarer Reifen mit Einwegabdeckung eine zusätzliche wertvolle Hilfe. Ein weiterer Vorteil von AquaBuddy Home liegt in der Einsatzmöglichkeit auf engstem Raum. Die Produktneuheit ist bereits in einigen Langzeitpflegeeinrichtungen erfolgreich im Einsatz und erleichtert schon jetzt Kunden wie Pflegefachkräften den Alltag.  
**www.camillo-care.at**

DENKEN IN NEUEN DIMENSIONEN.

b ü r o . m ö b e l

WWW.BLAHA.CO.AT

▶ BÜROIDEEN AUF 3.500m<sup>2</sup>

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

## 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. Preisempfl. 66,90 Euro**

**BOSCH + SOHN**  
GERMANY

# Syrien: Wenn die Seele schmerzt

**Flüchtlinge.** Die Zahlen sind fatal: In dem seit sechs Jahren vom Bürgerkrieg gebeutelten Syrien starben bisher über 400.000 Menschen; mehr als 5,6 Millionen flohen mit ihren wenigen Habseligkeiten und der Hoffnung aufs Überleben ins Ausland.



Im Libanon, der als Land den Löwenanteil von rund 1,1 Millionen Flüchtlingen aufnahm, leben die Familien nun unter prekären Bedingungen. Mehr als 50 Prozent der syrischen Flüchtlinge im Libanon sind Kinder. Kinder, die im Krieg zwischen die Fronten geraten, die Flucht und Vertreibung miterleben mussten. Die Ereignisse lasten schwer auf den Mädchen und Buben. Dazu kommt, dass die Kinder teilweise die fremde Sprache nicht beherrschen und der Lebensalltag von Hunger und Not geprägt ist.

## Wege aus der Krise

Für die Zukunft der syrischen Flüchtlingskinder im Libanon sind die Aufarbeitung ihrer schmerzhaften Erfahrungen und der Zugang zu Bildung von existenzieller Bedeutung. Hilfswerk Austria International setzt sich mit Nothilfe- und Bildungsmaßnahmen für eine Stabilisierung der fragilen Situation im Libanon ein. In sieben Kinder- und Jugendzentren fördern die Mitarbeiter derzeit über 1.100 Mädchen und Buben durch psychologische Begleitung und Ausbildung. <

Bitte helfen Sie mit! Ihre  
Spende schenkt Zukunft

### Spendenkonto

AT71 6000 0000 9000 1002

Kennwort „Syrische Flüchtlingskinder“



Ihr Erbe wirkt  
in die Zukunft

Auch Nachlässe ermöglichen Hilfe für Menschen in Krisensituationen. Gerne informiere und berate ich Sie. Ich freue mich auf Ihren Anruf:

Luzia Wibiral, Telefon 01/405 75 00-114



Foto: Schuster/Wien

Hilfswerk Austria International,  
Grünbergstraße 15/2/5, 1120 Wien  
[www.hilfswerk-austria.at](http://www.hilfswerk-austria.at)



„EIN ZUVERLÄSSIGER  
**PARTNER**  
IST OFT  
**NÄHER ALS**  
MAN DENKT.“

SEIT 1824 NEHMEN WIR SORGEN AB.

[f/wienerstaedtische](#)  
IHRE SORGEN MÖCHTEN WIR HABEN

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

# Hilfswerk auf Tour

**Hilfswerk Family Tour.** Information, Beratung und Unterhaltung. Neben der Kinderbetreuung und Kindergesundheit bilden auch die Themen Älterwerden, Pflege und Schmerz, der richtige Umgang mit Finanzen sowie Vorsorge die Schwerpunkte der heurigen Jahresinitiative des Hilfswerks. Weitere Aktivitäten: Kinderschminken, Basteln, Gesundheits-Checks für Jung und Alt, Brillenputzen und vieles mehr. Und: FIDI „lebendig“ und in Lebensgröße!

## Die Stationen der Hilfswerk Family Tour bis Juni

Sa	18.3.	9.00–15.00 Uhr	9141 Eberndorf, Josefmarkt
So	19.3.	9.00–15.00 Uhr	9141 Eberndorf, Josefmarkt
Di	25.4.	9.00–17.00 Uhr	4020 Linz, Taubenmarkt
Do	27.4.	7.00–12.00 Uhr	4400 Steyr, Stadtplatz
Fr	28.4.	13.00–18.00 Uhr	4050 Traun, Stadtplatz, Bauernmarkt
Sa	29.4.	9.00–12.00 Uhr	3910 Zwettl, Zwettler Rathausmarkt
Mo	1.5.	14.00–18.00 Uhr	2380 Perchtoldsdorf, Kulturzentrum, Indianerfest
Do	4.5.	8.00–12.00 Uhr	4710 Grieskirchen, Landplatz
Fr	5.5.	15.00–18.00 Uhr	9131 Grafenstein, Vorplatz Raiffeisen, Generationennachmittag
Sa	6.5.	7.00–12.00 Uhr	4600 Wels, Welser Wochenmarkt
So	7.5.	ab 13.00 Uhr	2022 Immendorf, Kellergasse Zeisselberg, Familienwandertag
Mi	10.5.	8.00–13.00 Uhr	4840 Vöcklabruck, Stadtplatz
Fr	12.5.	14.00–18.00 Uhr	4560 Kirchdorf, Wochenmarkt
Sa	13.5.	10.00–15.00 Uhr	5101 Bergheim, Marktplatz, Familienfest/Entenrennen
Di	16.5.	8.30–12.00 Uhr	4910 Ried, Hauptplatz, Wochenmarkt
Do	18.5.	8.00–12.00 Uhr	4780 Schärding, Stadtplatz, Wochenmarkt
Fr	19.5.	8.00–12.00 Uhr	4070 Eferding, Stadtplatz, Wochenmarkt
Fr	19.5.	14.00–18.00 Uhr	4100 Ottensheim, Marktplatz
Sa	20.5.	8.00–11.30 Uhr	4150 Rohrbach, Stadtplatz, Wochenmarkt
So	21.5.	9.00–17.00 Uhr	3631 Ottenschlag, Marktplatz, Maikirtag
Do	25.5.	8.00–12.00 Uhr	5280 Braunau, Stadtplatz, Wochenmarkt
Fr	26.5.	9.00–15.00 Uhr	8380 Jennersdorf, Seniorenwandertag
Fr	2.6.	13.00–16.30 Uhr	4320 Perg, Wochenmarkt
Mo	5.6.	10.00–17.00 Uhr	2731 St. Egyden, Gesundheitstag
Mi	7.6.	13.30–16.30 Uhr	4181 Oberneukirchen, Lebenshaus, Auf der Bleich 2a
Sa	10.6.	8.00–12.00 Uhr	5400 Hallein, Pernerinsel, Wochenmarkt

In der nächsten Ausgabe der „Hand in Hand“ (erscheint am 16. Juni) lesen Sie, wo die Hilfswerk Family Tour fortgesetzt wird. Detailprogramm: siehe auch [www.hilfswerk.at](http://www.hilfswerk.at)

Das Hilfswerk setzt bei seiner Jahresinitiative auf starke Partner wie die Erste Bank und Sparkassen, s Versicherung, s Bausparkasse, Wiener Städtische und Neuroth. Publicare unterstützt das Hilfswerk beim Fachschwerpunkt „Schmerz“.



## Jetzt gratis bestellen

Der Hilfswerk Kinderbetreuungs-kompass liefert wertvolle Tipps zu den wichtigsten Fragen der Kinderbetreuung, Qualität der Betreuung und Betreuungsformen, Lernen und Fördern, Geld und Recht sowie Gesundheit und Erziehung. Mit anschaulichen Bildern, Checklisten und praktischem Adressverzeichnis. Bestellen Sie unter: 0800 800 820 oder [office@hilfswerk.at](mailto:office@hilfswerk.at)

Das Ich-Du-Er-Sie-Es Bausparen.

# DA HAT MAN MEHR.



Das Ich-Du-Er-Sie-Es Bausparen mit jährlicher staatlicher Prämie und gewinnbringenden Zinsen sowie dem günstigen Bauspardarlehen erleichtert ein leistbares Wohnen. Gute Zeiten – für Ich-Du-Er-Sie-Es BausparerInnen.

Nähere Informationen erhalten Sie bei unserer Service-Hotline 05 0100 - 29900 sowie bei Ihrer Ich-Du-Er-Sie-Es BeraterIn, in jeder Sparkasse und Erste Bank.

 **BAUSPARKASSE**

OMNi  
BiOTiC®

OMNi-BiOTiC®  
60+ aktiv (60 g):

**€ 2,-**  
**GUTSCHEIN\***

einzulösen in Ihrer  
Apotheke!

\*Gültig bis 30.06.2017. Pro Person und Produkt nur 1 Gutschein einlösbar. Nicht in bar ablösbar sowie nicht mit anderen Aktionen und Rabatten kombinierbar. Hinweis für Apotheken: Bitte heften Sie den eingelösten Gutschein an die zugehörige Rechnung übergeben Sie diese Ihrem Außendienstmitarbeiter oder senden Sie den Gutschein an das Institut Allergosan.

Institut  
**AllergoSan**

Institut Allergosan Pharmazeutische Produkte Forschungs- und Vertriebs GmbH

## Aktiv & vital bis ins hohe Alter

Der Darm – Zentrum von:

- Vitalität
- Lebenskraft
- Gesundheit



www.omni-biotic.com

## Neu in der Zentrale

Zum Jahreswechsel kam es zu einigen personellen Veränderungen in der Landesgeschäftsstelle in Eisenstadt. Nach 13 Jahren verließ Esther Hermann, zuständig für Öffentlichkeitsarbeit und Marketing, das Burgenländische Hilfswerk. An ihre Stelle trat Helmut Ribarits, der seit 1. Dezember 2016 die Agenden übernahm. Herzlichen Dank Esther, herzlich willkommen Helmut, in der Hilfswerk-Familie.

Im Jänner kamen zwei weitere Mitarbeiterinnen hinzu. Alexandra Martezos ist im Personalmanagement tätig, Eva Waraschitz obliegt die Assistenz der Geschäftsleitung. Auch den beiden Damen ein herzliches Willkommen beim Burgenländischen Hilfswerk.



Helmut Ribarits



Alexandra Martezos



Eva Waraschitz



## Vielen Dank

Für ihre langjährige Treue und ihren unermüdlichen Einsatz wurden HH Barbara Schodits (Güssing 1) sowie HH Nata-scha Simonovits (Oberwart 1) für ihre 10-jährige Tätigkeit in der Hauskrankenpflege und Betreuung sowie DGKS Anita Wölfler für 15-jährige Tätigkeit in der Mobilen Hauskrankenpflege Dank und Anerkennung ausgesprochen. (Bild links)



Christoph Lang

Sabrina Steiner mit ihren Zwillingen Lukas und Elena (links)

## Herzlichen Glückwunsch

Mehrfachen Grund zur Freude hatte im vergangenen Jahr Sabrina Steiner, langjährige Mitarbeiterin in der Landesgeschäftsstelle. Obmann Oswald Klikovits bedankte sich für 10 Jahre Treue zum Burgenländischen Hilfswerk und gratulierte im Namen der Belegschaft recht herzlich zur Geburt ihrer entzückenden Zwillinge Lukas und Elena.

Der Dipl. Gesundheits- und Krankenpfleger Christoph Lang – er ist auch Ansprechpartner im neuen Bezirksbüro Oberwart – legte seine Prüfung zum Wundmanager erfolgreich ab. Herzlichen Glückwunsch dafür.

Prof. Dr. Günther Ofner, der Präsident des Burgenländischen Hilfswerks, feierte kürzlich seinen 60. Geburtstag. Dazu gratulierten ihm auch die zahlreichen Teilnehmer bei der Weihnachtsgala in Eisenstadt. Eine besondere Auszeichnung wurde dem gebürtigen Südburgenländer und Vorstandsdirektor der Flughafen Wien AG unlängst zuteil. Landeshauptmann Erwin Pröll überreichte Günther Ofner das „Goldene Komturkreuz für Verdienste um das Bundesland Niederösterreich“. Ofner betonte, dass diese große Auszeichnung für ihn Ansporn sei, für Österreich, das Bundesland Niederösterreich, für sein Unternehmen und das Gemeinwohl weiterzumachen. Erste Gratulanten im Niederösterreichischen Landhaus waren LHStv.<sup>in</sup> Johann Mikl-Leitner, Obmann Oswald Klikovits und der Eisenstädter Bürgermeister Mag. Thomas Steiner.

Apropos Bürgermeister Thomas Steiner. Ende Jänner feierte der beliebte Kommunalpolitiker und Landtagsabgeordnete seinen 50. Geburtstag. Zu seinem Jubeltag gratulierte natürlich auch das Burgenländische Hilfswerk, zu dem Steiner ein besonderes Nahverhältnis hinsichtlich der Versorgung Älterer und Pflegebedürftiger in der Landeshauptstadt pflegt. Obmann Oswald Klikovits und Geschäftsführerin Editha Funovics gratulierten mit amüsanten, schmackhaften und nützlichen Präsenten.



Prof. Dr. Günther Ofner (2. v. r.) mit seinen Gratulanten



Bürgermeister Thomas Steiner (2. v. l.) feierte seinen 50er.

# Wir können nur helfen, aber das können wir!

## Adressen

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



• **Obmann**

Oswald Klikovits  
 Tel. Terminvereinbarung  
 unter 02682/651 50



• **Geschäftsführerin**

Editha Funovics  
 Tel. Terminvereinbarung  
 unter 02682/651 50



• **Pflegedirektor**

Klaus Eichberger  
 Tel. Terminvereinbarung  
 unter 02682/651 50



• **Geschäftsführer**

Christian Lackinger  
 Tel. Terminvereinbarung  
 unter 02682/651 50

## Mobile Hauskrankenpflege

### Bezirk Eisenstadt und Umgebung



Tel. 0676/882 66 82 08  
 Barbara Leopold  
 Bezirksleitung



Tel. 0676/882 66 82 03  
 Carola Troindl  
 Teamleitung

### Bezirk Oberpullendorf



Tel. 0676/882 66 84 07  
 Tanja Puecker  
 Teamleitung



Tel. 0676/882 66 84 08  
 Adelheid Windisch  
 Teamleitung



Tel. 0676/882 66 84 06  
 Petra Schwarz  
 Teamleitung

### Bezirk Neusiedl



Tel. 0676/882 66 81 00  
 Katharina Schmauß  
 Bezirksleitung

### Bezirk Oberwart



Tel. 0676/882 66 85 00  
 Saskia Erdmann  
 Teamleitung



Tel. 0676/882 66 85 06  
 Christoph Lang  
 Teamleitung

### Bezirk Mattersburg



Tel. 0676/882 66 83 06  
 Monika Bucaiova  
 Teamleitung

### Bezirk Güssing/Jennersdorf



Tel. 0676/882 66 86 00  
 Anita Wölfer  
 Bezirksleitung

## Leistungen

- Mobile Hauskrankenpflege durch  
 Diplomiertes Gesundheits- und  
 Krankenpflegepersonal und  
 Pflegehelfer
- Unterstützung durch Heimhilfen
- Kunden- und Angehörigen-  
 begleitung, Pflegestammische
- Sicherheit rund um die Uhr mit  
 dem Notruftelefon
- Soziale Projekte
- Seniorenpensionen: stationäre  
 Betreuung und Tagesbetreuung
- Familien- und Sozialberatung
- Wundmanagement
- Schmerzmanagement
- Palliative Pflege

## Seniorenpensionen

### Seniorenpension Purbach



Schulgasse 19  
 7083 Purbach  
 Tel. 02683/560 43  
 Anita Lang  
 Heimleitung

### Seniorenpension Eisenstadt



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

### Seniorenpension Draßmarkt



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

### Seniorenpension Lockenhaus



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

### Seniorenpension Güttenbach



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

### Seniorenpension Limbach



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



**S-VERSICHERUNG**

VIENNA INSURANCE GROUP

## s Pflegevorsorge Damit Pflege erschwinglich wird

**Pflege ist keine Frage des Alters, sondern des Geldes.**

Mit der s Pflegevorsorge steht im Pflegefall eine Pflegerente zur Verfügung, die für Unabhängigkeit durch Liquidität sorgt.

**Kommen Sie in Ihre Erste-Filiale oder Sparkasse.**

**Pflegerente  
schon ab  
Stufe 1**



# Vermehrt Schönes!

## Wir unterstützen auch

die **Viennale – Vienna International Film Festival**.  
den **MehrWERT Filmpreis**.  
die **Wiener Festwochen**.  
den **Konzertveranstalter Jeunesse**.  
das **Klangforum Wien**.  
**Wien Modern – Festival für Musik der Gegenwart**.  
den **Kompositionspreis für Neue Musik**.  
das **Gustav Mahler Jugendorchester**.  
den **Zyklus Jazz im Konzerthaus**.  
die **Secession**.  
das **Österreichische Museum für Volkskunde**.  
das **ZOOM Kindermuseum**.  
das **Internationale Kinderfilmfestival**.  
**Tricky Women – International Animation Film Festival**.  
den **Kunstverein das weisse haus**.  
das **Tanzquartier Wien**.  
die **Vienna Design Week**.  
das **Architekturzentrum Wien**.  
die **Caritas**.  
das **Hilfswerk Österreich**.  
die **Gedenkstätte Yad Vashem**.  
den **Verein lobby.16**.  
die **Friedensflotte mirno more**.  
die **Aktion Hunger auf Kunst & Kultur**.  
u.v.m.