

# Hand in Hand

Zeitschrift für Gesundheit, Familie und Soziales



HILFSWERK

3 | 2017

## „Kindsein“ gestern & heute

Neue Herausforderungen für  
Eltern und Heranwachsende. > 4



**Politik.** Sebastian Kurz besucht  
Senioren-Tageszentrum des Hilfswerks. > 29

**Tagesmutter.** Sanfte  
Eingewöhnung der Kleinen. > 9

**Nachbarschaftszentren.**  
Jubiläumsmonat Juni. > 25





11



17



23



EDITORIAL

Karin Praniess-Kastner, MSc  
Präsidentin des Wiener Hilfswerks

## Neue Zeiten

Gerne vergleichen die Menschen das Heute mit dem Damals, und oftmals folgt der Schluss, dass früher alles besser war. Früher, heißt es, war Kindsein einfacher als heute. Tatsache ist, dass Kinder, die Ende des 20. Jahrhunderts aufgewachsen sind, nicht derart im Fokus der Wirtschaft gestanden sind wie die heutige junge Generation. Die Kommunikation lief direkt ab und nicht auf den Screens von Smartphones. Zur Natur, den Spielplätzen und Schwimmbädern gab es wenig Unterhaltungsalternativen. Tatsache ist allerdings auch, dass die technischen Entwicklungen, die heutzutage ganz selbstverständlich bis ins Kindesalter hineingreifen, den jungen Menschen neue Möglichkeiten eröffnen, was etwa Information und Bildung betrifft. Man kann die Dinge immer von zwei Seiten betrachten. Wir leben nun einmal im digitalen Zeitalter, ob es uns gefällt oder nicht – so wie jede Generation den jeweiligen Wandel als einen Schritt ins Unbekannte erlebt hat.

Stichwort Wandel: Das Wiener Hilfswerk hat seinen Online-Auftritt überarbeitet. Seit kurzem können Sie sich auf unserer neuen Website über unsere Arbeit informieren. Die Adresse ist gleich geblieben: [www.wiener.hilfswerk.at](http://www.wiener.hilfswerk.at). Und auch die Qualität unserer Angebote im Sozialbereich bleibt unverändert hoch.

Herzlichst,  
Ihre Karin Praniess-Kastner

### COVERSTORY

- 4 Kindsein gestern & heute.**  
„Die meisten Eltern haben ein gutes Gespür für ihre Kinder.“

### KINDER & JUGEND

- 8 Spielothek.** Unterstützte Kommunikation erleichtert das Leben.
- 9 Kinderbetreuung.** Sanfte Eingewöhnung bei der Tagesmutter.

### PFLEGE & BETREUUNG

- 11 Tageszentren.** Freudvolle Begegnungen von Jung und Alt.
- 12 Notruftelefon.** Sicherheit rund um die Uhr.
- 13 24-Stunden-Betreuung.** Professionell beraten und mit Herz betreut.

### GESUNDHEIT & LEBEN

- 17 Gesund fürs Leben.**  
Mit Buddys die Gebrechlichkeit reduzieren.
- 18 Denksport.** Gewinnen Sie das Buch „Gemüseliebe“!
- 21 Annemarie-Imhof-Komitee.**  
Casino-Matinée & Co.
- 23 Künstlerporträt.**  
Dagmar Koller, Grande Dame des Musicals, im Gespräch mit Michael Ellenbogen.
- 26 Kreativwettbewerb.** Menschen mit Behinderung beeindrucken mit ihren Kunstwerken.

### HILFSWERK

- 35 Selbsthilfegruppen.**  
Termine und Infos.
- 37 Nachbarschaftszentren.**  
Veranstaltungen im Überblick.



IHRE SPENDE  
IST STEUERLICH  
ABSETZBAR  
REG NR 50 1192



Das Österreichische Umweltzeichen  
für Druckerzeugnisse, UZ24, UW 686  
Ferdinand Berger & Söhne GmbH.



**Herausgeber und Medieninhaber** Wiener Hilfswerk, Schottenfeldgasse 29, 1072 Wien, Tel.: (+43-1) 512 36 61; Fax: DW 33, E-Mail: [kommunikation@wiener.hilfswerk.at](mailto:kommunikation@wiener.hilfswerk.at);  
Web: [www.wiener.hilfswerk.at](http://www.wiener.hilfswerk.at) **Redaktion Wien:** Mag.ª Martina Goetz, Mag. Heiko Nötstaller **Redaktion Österreich:** Elisabeth Anselm, DI Roland Wallner **Fotos:** Hilfswerk Österreich/Suzu Stöckl, Wiener Hilfswerk, Daniel Nuderscher, Jenni Koller, Hilfswerk Austria International, Fotolia, Shutterstock (Cover & Seiten 3/5/Katsiaryna Pakhomava, 13/Jacob Lund, 31 oben/EcoPrint), Seite 6/Roland Wallner **Anzeigen:** Hilfswerk Österreich/Dr. Norbert Kastelic; **Layout:** Egger & Lerch Corporate Publishing, 1030 Wien;  
**Druck:** Ferdinand Berger & Söhne GmbH, Horn. **Auflage Wien:** 20.000 Stück. Über zugesandte Manuskripte freut sich die Redaktion, sie behält sich jedoch vor, diese zu redigieren, abzulehnen oder in gekürzter Fassung zu veröffentlichen. Namentlich gekennzeichnete Artikel müssen nicht unbedingt der Auffassung der Redaktion entsprechen.

# „Die meisten Eltern haben ein gutes Gespür für ihre Kinder“

**Interview.** Olaf Kapella beschäftigt sich mit den Erziehungsmethoden der Österreicherinnen und Österreicher. Sein Urteil: Viele Eltern sind kompetenter, als sie glauben. Ein Gespräch über Kindsein gestern/heute und die Herausforderungen für Eltern und Heranwachsende.

**Sie sind in den frühen Siebzigerjahren aufgewachsen. Welche Erlebnisse haben Sie geprägt?**

**Olaf Kapella:** Ich hatte eine unbeschwertere Kindheit am Land. Und ich war ein lebhafter, vorlauter Schüler, der klassische Zappelphilipp. Das stand immer in meinen Zeugnissen. Negativ sind mir zwei Erlebnisse in Erinnerung geblieben. In der Volksschule hat die Direktorin Kinder mit dem Rohrstock geschlagen. Das Hallen der Schreie im Treppenhaus konnte man in der Klasse hören. Ich war zum Glück nie betroffen. Die andere Erinnerung betrifft meine Eltern. Wenn sie Streit hatten und laut wurden, lag ich mit heftigem Herzschlag im Bett. Es geht mir heute noch so, dass ich einen erhöhten Puls spüre, wenn ich eine laute Auseinandersetzung höre.

**Was hat sich in der Kindererziehung seither zum Besseren verändert?**

Die Kinder haben mehr Wahlmöglichkeiten. Was wir Erwachsene als Mobilität bezeichnen, zeigt sich auch in der Entwicklung der Kinder. Sie haben mehr Ausbildungschancen und Hobbys. Kinder werden früh an andere Kulturen, Fremdsprachen und anderes Essen herangeführt. Sie reisen mehr. Was sich zum Guten entwickelt hat, ist die Stärkung der

Eltern informieren sich gut und gehen die Erziehung viel bewusster und reflektierter an.

Kinderrechte: Sie werden als eigenständige Persönlichkeiten wahrgenommen, die Schutz brauchen. Das wird in der Öffentlichkeit bewusster wahrgenommen als früher.

**Und was hat sich zum Schlechteren verändert?**

Es gibt mehr Leistungsanforderungen in Bezug auf Wissen und Wissensmanagement – auch für Kinder. Sie haben mehr Verpflichtungen. So fehlt ihnen Zeit, sich auszuprobieren, selbst zu finden. Ich glaube auch, dass die Zukunftsperspektiven für Jugendliche schwieriger geworden sind. Sie wissen nicht: „Was soll ich studieren? Was bringt es mir, wenn ich eine bestimmte

Ausbildung mache?“ Die Sicherheiten sind weniger geworden.

**Haben die Heranwachsenden heute also Grund, ihre Eltern um deren Kindheit zu beneiden?**

Ich denke nicht, dass es eine wirkliche Verschlechterung gegeben hat. Kindheit ist immer geprägt von besonderen Herausforderungen und Entwicklungschancen. Wir leben in einer Zeit des materiellen Wohlstandes, zumindest in Westeuropa. Die Rechtssituation für Kinder hat sich stark zum Guten geändert. Vor Jahrzehnten, als die wirtschaftliche Situation schwieriger war, gab es andere Herausforderungen. Noch

jede Generation hat geglaubt, dass ihre Neuerungen zum Untergang der Welt führen – aber sie dreht sich noch immer. Ich bin optimistisch. Die meisten Kinder und Eltern meistern die Herausforderungen.

**Sie haben maßgeblich an einer Studie über die Erziehungsmethoden der Österreicherinnen und Österreicher mitgewirkt. Die Ergebnisse stimmen positiv: Demnach sind die meisten Eltern gut informiert in Fragen der Erziehung.**

Ja, eindeutig. Eltern informieren sich gut und gehen die Erziehung viel bewusster und reflektierter an. Das beginnt schon vor der Geburt. Bis auf einige wenige Kleinigkeiten sind sie kompetent. Es zeigt sich, dass die meisten auf einen autoritativen Erziehungsstil setzen, der versucht, Kinder zu fördern und zu stärken.

**Was bedeutet autoritativ?**

Das ist stark an den demokratischen Erziehungsstil angelehnt, bei dem das Kind als Partner gesehen wird: von der Erziehung zur Beziehung, vom „Befehlshaushalt“ zum „Verhandlungshaushalt“. Die Eltern nehmen das Kind in seinem Sein bewusst wahr. Sie wissen aber auch, dass es Lenkung braucht. Und Grenzen. Das ist der Unterschied zur antiautoritären Erziehung der Sechzigerjahre.

**Das Pendel hat sich zwischen der autoritären Erziehung der Nachkriegszeit und antiautoritären**



**Experimenten im Nachgang der Achtundsechziger eingeschungen?**

Ja, zwischen den beiden Polen. Wir nennen es in unserer Studie den „bewusst pragmatischen Weg“. Eltern sehen ganz bewusst auf das Kind und seine Interessen. Der Großteil der Befragten, etwa 50 Prozent, hat ein umfassendes Wissen über Erziehung, macht sich aber auch nicht extra viele unnötige Gedanken. Werte wie „Strafe“ oder „Gehorsam“ gehen zurück. Zumindest die Akzeptanz von körperlicher Züchtigung von Kindern hat in der letzten 20 bis 30 Jahren extrem abgenommen.

**Es gibt aber trotzdem auch noch Eltern, die ihre Kinder schlagen – obwohl das seit fast 30 Jahren verboten ist.**

Ohne Frage. Aber es verändert sich etwas: Die Einstellung in der Gesellschaft ist eine andere, körperliche Gewalt auch im Kopf ist nicht mehr zulässig. Eltern wissen seit 1989, dass sie ihre Kinder weder schlagen noch ihnen seelisches Leid zufügen dürfen. Vor allem sehen wir bei Eltern in Situationen der Überforderung, dass sie auf Gewalt in der Erziehung zurückgreifen.

**Wie viel Disziplin muss in der Kindererziehung sein?**

Dazu gibt es eine große Diskussion. Manche Fachleute reden auch von Kindern als „Tyrannen“. Dass Kinder Grenzen brauchen, wissen die meisten Eltern. Aber wir merken bei vielen Bildungsveranstaltungen, dass sie sehr verunsichert sind, wo und wie diese Grenzen zu ziehen sind.

**Können Sie konkret ein Beispiel für eine notwendige Grenzziehung nennen?**

Etwas wenn ein Kind ein Sozialverhalten zeigt, bei dem es anderen wehtut – indem es sie schubst oder schlägt. Dann muss ich dem Kind zeigen, dass das nicht akzeptabel ist.

**Ab wann ist es ratsam, einem Kind ein Handy oder Tablet zu geben?**

Hier streiten sich auch die Wissenschaftler. Ich denke, ab der Volksschule ist es in Ordnung, davor kann man sie ein bisschen damit spielen lassen. Es ist aber auf jeden Fall nicht sinnvoll, ein zweijähriges Kind vor ein Tablet zu setzen.

**Diese geänderten Erziehungsmethoden führen dazu, dass Eltern sich immer mehr Fragen darüber**

**stellen müssen, was für ihre Kinder das Richtige ist. Bedeutet das nicht auch viel mehr Stress?**

Zweifellos. Alle Studien zeigen, dass der Druck auf Eltern gestiegen ist. Sie geben sich Mühe, ihr Kind ernst zu nehmen, es als Partner zu behandeln. Eltern werden zu den Arrangeuren der kindlichen Entwicklung: Gibt es etwas Neues? Wie machen das die Freunde des Kindes? Will ich das für mein Kind? Das ist eine Herausforderung, die es früher in dieser Form nicht gab.

**Täuscht der Eindruck, dass viele Eltern ständig ein schlechtes Gewissen gegenüber ihrem Kind haben – obwohl sie versuchen, ihm das Bestmögliche zu bieten?**

Ich würde das ein Stück weit bestätigen. Vor allem, wenn beide Eltern erwerbstätig sind und sie eine Entscheidung darüber treffen müssen, wann beide wieder voll ins Berufsleben eintreten. Wenn das Kind in institutionelle Betreuung, also einen Hort oder einen Kindergarten, kommt, ist das Gefühl da: Es kommt zu kurz. Und das, obwohl sich Eltern bewusster mit ihren Kindern beschäftigen als >>



Der diplomierte Sozialpädagoge und Familienberater Olaf Kapella im Hilfswerk-Interview

>> früher. Eine Mutter, die acht Stunden zu Hause ist, kann sich auch nicht die ganze Zeit bewusst mit dem Kleinen beschäftigen.

**Welche Rolle spielen Schulen, Kindergärten und Horte in der Entwicklung eines Kindes?**

**Wie können sie die Erziehung der Eltern unterstützen?**

Es ist wichtig, dass Kinder neben der Familie andere Räume zur Sozialisation haben: ob Schule, Hort oder Kindergarten. Die können auch ein Korrektiv zu den Erfahrungen im elterlichen Umfeld sein. Aber Eltern dürfen im Umgang mit diesen Institutionen durchaus selbstbewusst sein, denn die meisten von ihnen haben ein sehr gutes Gespür, wie man mit Kindern umgeht und was ihnen guttut.

**Wie weit dürfen Lehrer in die Erziehung eingreifen? Etwa, wenn es um heikle Fragen zu Religion oder Sexualität geht?**

Wir haben in Österreich eine Schulpflicht und einen öffentlichen Bildungsauftrag: Institutionen vermitteln nicht nur reines Wissen. Auch

im Kindergarten sprechen wir heute nicht mehr nur von Kinderbetreuung, sondern von Betreuung, Bildung und Erziehung. Lehrer sind immer öfter Vertrauenspersonen, die zu Rate gezogen werden, wenn Kinder z. B. Gewalt in der Familie erleben. Es ist sehr wohl auch Teil des Bildungsauftrags solcher Institutionen, Werte und Weltanschauungen zu spezifischen Themen wie dem Recht auf Wohlbefinden, Nichtdiskriminierung, Freiheit und auch Sexualität zu vermitteln. Das müssen Eltern akzeptieren. Sie haben ein Mitspracherecht, aber es steht ihnen nicht zu, zu entscheiden, was Kinder in der Schule hören dürfen. Eltern über Inhalte und Vorhaben in der Schule oder im Kindergarten zu informieren, wirkt oft deeskalierend.

**Haben Sie dennoch Verständnis für Klagen mancher Eltern darüber, dass Lehrer in der Schule persönlich gefärbte Weltanschauungen vermitteln?**

Ich würde das Schulen und Lehrern zunächst nicht grundsätzlich

unterstellen. Aber ich verstehe, dass sich Eltern Sorgen machen. Kinder und Jugendliche brauchen mehr denn je Unterstützung darin, mit dem unterschiedlichen Angebot an Informationen zurechtzukommen. Sie müssen lernen, zu überprüfen, wo Informationen herkommen, wie sie zu bewerten und einzuordnen sind. Vor dieser Herausforderung stehen im Übrigen auch Erwachsene: Ich bin auch Berater und merke, wie schwer sich viele tun, mit den Spannungen umzugehen. Wir leben in einer Welt, wo es meist kein einfaches Ja oder Nein gibt, sondern viele Schattierungen. Egal ob wir von unterschiedlichen Lebensformen, Sexualität oder Formen von Gewalt reden: Oft gibt es keine klaren Antworten, alles ist fließend. Auch Professionisten tun sich oft schwer.

**Die Aufgabe der Eltern besteht heute also auch darin, ihre Kinder auf eine Welt vorzubereiten, in der alles irgendwie relativ ist, in der es wenig Gewissheiten gibt?**

Auf jeden Fall. Das Wissen hat sich in den letzten Jahrzehnten massiv vermehrt. Vieles, was wir heute wissen, war zu meiner Kindheit kein Thema. Egal, ob es um gesunde Ernährung, das Körperbild, Drogenmissbrauch, Gewaltprävention oder die Gefahren von sozialen Netzwerken geht: Das ist uferlos. Viele Kinder haben das Gefühl, sie wären gut informiert, weil sie etwas im Internet gelesen haben. Aber im Internet steht eben auch viel Mist. Wir müssen sie darin unterstützen, selbstständig zu denken, sich eine Meinung zu bilden.

**Neben den gestressten Eltern gibt es einen anderen Typus: jenen der Helikoptereltern, die alles kontrollieren.**

Das ist ein Phänomen, das in der wissenschaftlichen Literatur noch nicht sehr präsent ist. Diese Eltern neigen zu Überbehütung und Bevormundung.

Sie kontrollieren ihr Kind ständig, sind überinvolviert und üben externe Schuldzuweisungen zu.

### **Externe Schuldzuweisungen?**

Zum Beispiel, wenn ein Volksschullehrer sagt, dass ein Kind dauernd mit anderen streitet. Helikoptereltern sagen dann, dass die anderen Kinder schuld seien. Oder die Lehrer. Nur nicht das eigene Kind. Ein weiterer Aspekt ist die Überinvolviertheit. Es gibt Eltern, die ihre Tochter oder ihren Sohn zur Anmeldung für ein Studium an die Universität begleiten. Wenn Freunde zu Besuch kommen, verlassen sie nie den Raum. Diese Überbehütung schränkt die Freiheit und Entwicklung des Kindes ein.

### **Was macht das mit ihnen?**

Das führt zu Unsicherheit und Unselbstständigkeit, weil sie keinen Raum haben, selbst Fehler zu machen. Durch die enge Beziehung haben Kinder immer ein schlechtes Gewissen gegenüber den Eltern, wenn sie sie zurückstoßen. Das führt oft dazu, dass Kinder in ihrem Selbstwertgefühl reduziert sind.

### **Statistiken zeigen, dass es weniger klassische Vater-Mutter-Kind-Familien gibt, Patchworkfamilien und andere Modelle nehmen zu.**

### **Sehen Sie darin ein Problem?**

Solche Lebensformen gab es früher auch. Sie haben nur zugenommen, weil es einfacher wurde, eine Ehe aufzulösen. Wir wissen, dass Kinder Bezugspersonen brauchen. Ob diese männlich, weiblich oder blutsverwandt sind, spielt für die Entwicklung keine große Rolle. Wenn die Bezugspersonen in der Lage sind, auf das Kind einzugehen, es zu unterstützen, dann ist es kaum gefährdet. Je mehr Bezugspersonen ein Kind hat, desto mehr Entwicklung findet statt, desto mehr Anregungen bekommt es. Es wird damit auf breitere Beine gestellt. <

## Zehn Tipps zur Kindererziehung

### **1 Haben Sie Respekt vor Ihrem Kind**

Jedes Kind hat eine eigene Persönlichkeit, die Eltern zu achten haben. Respektieren Sie Grenzen. So ermöglichen Sie es Ihrem Kind, seine Entwicklung selbst zu gestalten. Begleiten Sie es dabei, seine Individualität zu finden.

### **2 Achten Sie auf Ihre eigenen Grenzen**

Auch Erwachsene haben das Recht auf Rückzug. Vergewähren Sie sich, dass auch Sie als Person Grenzen haben, die ein Kind nicht überschreiten darf.

### **3 Verschaffen Sie sich Zeit**

Ihr Kind will bei einem Freund übernachten und Sie wissen nicht, was Sie davon halten sollten? Sie müssen nicht sofort eine Entscheidung treffen, es ist in Ordnung, dem Kind zu sagen: „Darüber muss ich erst noch nachdenken.“

### **4 Sie müssen nicht alles wissen**

Manche Fragen von Kindern oder Jugendlichen können Erwachsene schon mal überfordern. Haben Sie den Mut zu sagen: „Ich weiß das jetzt nicht, ich muss mich erst schlau machen.“ Sie können auch gemeinsam z. B. mit dem Kind im Internet nach einer Antwort suchen.

### **5 Suchen Sie sich Hilfe**

Nehmen Sie Unterstützung in Anspruch, wenn Sie merken, dass Sie überfordert sind: ob das Freunde sind, die eigenen Eltern oder eine Beratungsstelle. Oft reicht das Reden, weil dabei die Gedanken strukturiert werden.

### **6 Entschuldigen Sie sich**

Sie haben zu Ihrem Kind etwas gesagt, was Sie nicht hätten sagen sollen? Es angebrüllt? Entschuldigen Sie sich: „Es ist etwas passiert, was nicht hätte passieren dürfen. Mein Verhalten war nicht in Ordnung, und ich möchte nicht,

dass du dich gegenüber anderen so verhältst.“ Kinder können das annehmen. Allerdings sollte das auch nicht die Regel bei Grenzüberschreitungen sein.

### **7 Seien Sie offen für andere Einstellungen**

Vor allem in der Pubertät grenzen sich Kinder von ihren Eltern ab – oft, indem sie ganz andere Einstellungen an den Tag legen. Versuchen Sie offen zu bleiben und verstehen Sie das nicht als Akt der Aggression. Abgrenzungen sind notwendig für die Persönlichkeitsentwicklung. Solche Phasen können Monate dauern oder auch Jahre. Aber wenn Sie zuvor ein gutes Verhältnis zu Ihrem Kind hatten, dann wird sich auch später wieder alles einrenken.

### **8 Vertrauen Sie auf Ihr Gefühl**

Das Wichtigste ist, dass Sie Ihrem Kind eine wohlwollende Haltung entgegenbringen. Vieles kommt dann ganz von alleine. Sie müssen nicht alles überreflektieren. Vertrauen Sie auf ihr Gefühl.

### **9 Verschaffen Sie Ihrem Kind Freiräume**

Heutige Eltern neigen dazu, den Alltag ihrer Kinder von früh bis spät zu takten. Aber Kinder brauchen auch Leerlaufzeiten, in denen sie sich mit sich selbst beschäftigen und von alleine herausfinden, worauf sie gerade Lust haben. Kinder können sich Angebote auch ohne Hilfe der Erwachsenen selbst schaffen.

### **10 Haben Sie kein schlechtes Gewissen**

Quälen Sie sich nicht mit der Frage, ob Sie alles richtig machen. Das wird ohnehin nicht möglich sein. Wenn Sie sich Gedanken über Ihr Kind machen, beweist das, dass Sie ohnehin schon am richtigen Weg sind.

## Zur Person

Olaf Kapella ist diplomierter Sozialpädagoge am Institut für Familienforschung der Universität Wien. Seit 2006 ist er Forschungskordinator. Der gebürtige Deutsche hat auch eine Beraterausbildung absolviert und arbeitet unter anderem als Sexualpädagoge und Familienberater sowie in der Männer- und Jugendberatung. Er lehrt an zahlreichen in- und ausländischen Institutionen. **Kontakt:** olaf.kapella@oif.ac.at



# Unterstützte Kommunikation

**Spielothek und Aktionsraum.** Sprachlos sein, sich unverstanden fühlen, Wünsche und Bedürfnisse nicht äußern können, die richtigen Worte nicht finden. Dies alles sind Gefühle, die wir auch aus unserem Alltag kennen.

Den meisten Menschen gelingt es aber schnell, der Sprachlosigkeit zu entkommen. Kindern mit Behinderung oder Entwicklungsverzögerung im sprachlichen Bereich ist es aber oft nicht so leicht möglich, etwas Bestimmtes zu sagen – dass es Schmerzen hat, es Streit mit Freunden hatte oder einfach nur, was es gerne essen möchte. Natürlich kommunizieren die Kinder immer auf die eine oder andere Art. Oft werden sie jedoch in ihrer Art der Kommunikation nur von engen Bezugspersonen verstanden. Dies kann zu Frustration, Verzweiflung und Wutgefühlen führen. Mit „Unterstützter Kommunikation“ wird eine Möglichkeit geschaffen, sich zu verständigen, zu erzählen, Fragen zu stellen und auch Bedürfnisse, Wünsche und Gefühle zum Ausdruck zu bringen. Den Kindern wird ermöglicht, Selbstwirksamkeit zu erfahren und das Gefühl der Abhängigkeit zu reduzieren.

## Positive Aspekte

Der Begriff „Unterstützte Kommunikation“ ist die deutsche Bezeichnung für das internationale Fachgebiet Augmentative and Alternative Communication (AAC) – also ergänzende und ersetzende Kommunikation. Dieser Bereich umfasst alle Maßnahmen zur Erweiterung der kommunikativen Möglichkeiten, wie etwa Bild- oder Symbolkarten und Gebärden (etwa Karten zur Gebärdenunterstützten Kommunikation bzw. GUK). Auch technische Hilfsmittel auf Symbolbasis werden verwendet (z. B. Kommunikation mit iPads und speziellen Apps). Man kann nicht früh genug mit dieser Form der Kommunikation beginnen, da somit betroffene Kinder bereits im Kleinkindalter von den positiven Aspekten profitieren können. Auch ein tatsächlicher Spracherwerb wird dadurch nicht verzögert, sondern vielmehr angeregt. Geduld, Regelmäßigkeit, Kontinuität

und Konsequenz sind wichtige Voraussetzungen – ganz so, als würden wir selbst eine neue Sprache erlernen wollen. Welches Hilfsmittel geeignet ist, sollte individuell entschieden werden und hängt von zusätzlichen Faktoren ab (z. B. Wahrnehmung, motorische und kognitive Fähigkeiten). Neben den Bildkarten und Gebärden sind vor allem elektronische Hilfsmittel auf Symbolbasis (etwa Go Talk) am gängigsten. Idealerweise sollte das gesamte Umfeld der Betroffenen einbezogen werden. In den Freizeiteinrichtungen für Menschen mit Behinderung gibt es einige dieser Hilfsmittel, mit denen sich auch die Mitarbeiter/innen regelmäßig beschäftigen. <

Doris Kollerics, BA  
Einrichtungsleitung Spielothek  
doris.kollerics@wiener.hilfswerk.at



Gefördert vom  
Fonds Soziales Wien,  
aus Mitteln der Stadt Wien.

# Sanfte Eingewöhnung

**Kinderbetreuung.** Die Tagesmütter/-väter des Wiener Hilfswerks bieten Kindern einen behutsamen Übergang von der Betreuung zuhause in die außerfamiliäre Betreuung an.

Emma winkt ihrem Papa fröhlich zum Abschied und Florian atmet auf. Geschafft! Nach 15 Tagen hat sich Emma so weit bei der Tagesmutter eingewöhnt, dass sie ihren Vater morgens in aller Ruhe gehen lassen kann. So könnte das Ende einer gelungenen Eingewöhnungsphase aussehen. Aus pädagogischer Sicht ist die Betreuung in einer kleinen Gruppe für die Entwicklung von Kindern unter drei Jahren ideal.

## Tipps für die Eingewöhnung

- ▶ Auch Kinder müssen sich an neue Situationen erst gewöhnen. Ihr Kind braucht deshalb bei der Tagesmutter/dem Tagesvater eine Eingewöhnungsphase, in der Sie als Eltern es begleiten. Alle Kinder unter drei Jahren benötigen eine begleitete Ablösung, wobei die Dauer das Kind bestimmt. Das heißt: Die Anwesenheit der Eltern ist in den ersten Tagen unbedingt zu empfehlen. Damit geben Sie Ihrem Kind Sicherheit in der neuen Umgebung, die es für die Eingewöhnung braucht.
- ▶ Vorbereitung: Erzählen Sie ihrem Kind von der Tagesmutter/dem Tagesvater. Vielleicht ist auch ein Treffen am Spielplatz möglich. Schön ist, wenn Sie bestimmte Vorbereitungen mit Ihrem Kind gemeinsam durchführen können (z. B. Hausschuhe aussuchen oder einen Kinderrucksack besorgen). Das erhöht die Vorfreude.
- ▶ Wichtig ist es, sich immer vom Kind zu verabschieden und nicht davonzuschleichen. Vereinbaren Sie mit Ihrem Kind in der ersten Zeit immer, wann sie zurückkommen. Für alle Beteiligten ist es gut, wenn das Abschiednehmen nicht zu sehr in die Länge gezogen wird.

- ▶ Halten Sie sich im Hintergrund, während Ihr Kind die neue Umgebung erkundet und Kontakt zu anderen Kindern und zur Tagesmutter/zum Tagesvater aufnimmt.
- ▶ Damit sich ihr Kind gut eingewöhnt, ist es hilfreich, wenn sie gemeinsam regelmäßig zur Tagesmutter/zum Tagesvater gehen. Durch den kontinuierlichen Besuch kann sich Ihr Kind gut an die neue Situation gewöhnen und gewinnt an Sicherheit.
- ▶ Ein von zuhause mitgebrachtes Kuscheltier oder Schmusetuch erleichtert den Kindern den Übergang von der Familie in die Betreuung bei der Tagesmutter/dem Tagesvater.

- ▶ Die wichtigste Botschaft für die ersten Wochen lautet: Geben Sie sich und Ihrem Kind Zeit. Denn die Eingewöhnungsphase hat einen wesentlichen Einfluss darauf, wie leicht es einem Kind fällt, sich im Betreuungsalltag zu integrieren und diese Zeit zu genießen. <

*Mag. Marie-Thérèse Schmiedleitner  
Fachberatung Kinderbetreuung  
kinderbetreuung@wiener.hilfswerk.at*

## Web-Tipp

Unseren Elternbrief zur Eingewöhnung und viele weitere Informationen zur besten Kinderbetreuung finden Sie unter [www.hilfswerk.at/wien/kinder](http://www.hilfswerk.at/wien/kinder)





© HILFSWERK ÖSTERREICH / WILLI SCHMID

## Buchtipps: Tina Ganser „Gemüseliebe“ 100 vegetarische Jeden-Tag-Rezepte

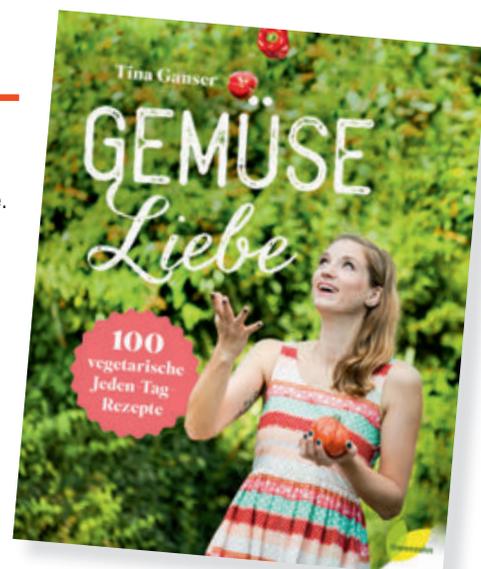
Heimische Vitaminbomben bitte vor den Vorhang. Denn Tomaten, Paprika, Zucchini und Co. sind mehr als nur fade Beilage! In Tina Gansers *Gemüseliebe* spielen die 10 beliebtesten Gemüsesorten die Hauptrolle und werden zu Stars einer abwechslungsreichen Veggie-Küche. Alle Rezepte sind saisonal, vorwiegend schnell zubereitet und ohne viel Schnickschnack. Modern interpretierte Klassiker, Gemüsenukeln, One-Pot-Ideen, snackiges Gemüse to go und sogar Desserts sorgen für einen bunten Speiseplan und köstliche, neue Geschmackserlebnisse. Und mit Tina Gansers Healthy-Tipps hat man die Möglichkeit, einzelne Zutaten durch noch wertvollere Lebensmittel auszutauschen.

Tina Ganser weiß als Ernährungswissenschaftlerin, wie gut Gemüse unserem Körper tut. Je bunter und vielfältiger, desto besser. Geschmack und Abwechslung dürfen dabei nicht zu kurz kommen, und auch untertags im Büro sollten Vitamine als Energiebooster nicht fehlen. Aus diesem Grund präsentiert sie in *Gemüseliebe* vegetarische Rezepte für jeden Geschmack: Snacks und Hauptspeisen, zum Mitnehmen und wenn Gäste kommen. [www.tinaganser.at](http://www.tinaganser.at)

### Für Gemüseliebhaber und alle, die auf eine gesunde Ernährung Wert legen!

- 100 raffinierte Gemüserezepte für vielfältigen Genuss
- mit genauen Infos zu den 10 Gemüsesorten: wann haben sie Saison, wie werden sie gelagert
- zahlreiche Healthy-Tipps: eine ausgewogene Ernährung liefert Energie und Gesundheit
- Ernährungstrend Low Carb: Gemüsenukeln, Karfiolpizza und Co.
- No Food Waste: viele Varianten zu jedem Rezept – Gemüse ganz einfach in den Rezepten abändern
- saisonal und mit frischen, regionalen Produkten kochen: für Vitaminpower im Alltag

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



### Gemüseliebe

264 Seiten, gebunden mit über 100 Farbfotos von William Melling  
 24,90 Euro  
 ISBN 978-3-7066-2607-1  
 Löwenzahn Verlag

# Angeregtes Beisammensein

**Tageszentren.** Große Freude herrscht im Tageszentrum Leopoldstadt des Wiener Hilfswerks, wenn die Kinder des nahe gelegenen Kindergartens auf Besuch kommen.

Ob gemeinsames Malen oder Singen: Ein Vormittag, den die Seniorinnen und Senioren des Tageszentrums mit den drei- bis fünfjährigen Kindern verbringen, ist für alle ein Gewinn. Aufgrund des großen Erfolges der ersten Begegnungen von Jung und Alt gibt es im Tageszentrum Leopoldstadt mittlerweile regelmäßige Treffen zwischen Tagesgästen und Kindern. Dafür ist natürlich eine gute Planung und entsprechende Organisation notwendig. Auch sind die Rahmenbedingungen so zu gestalten, dass beide Altersgruppen die Möglichkeit haben, in Ruhe und Gelassenheit Neues zu entdecken. Aber der Aufwand zahlt sich aus.

## Tagesgäste fühlen sich gebraucht

Bei den Kindern sehr beliebt ist das Vorlesen und Erzählen von Geschichten. Die Seniorinnen und Senioren können auf diese Weise Erfahrungen und ihr Wissen weitergeben, was bei den Kindern meist auf großes Interesse stößt. Im Gegenzug erhalten Tagesgäste durch den Kontakt zu den jungen Menschen wieder mehr Bezug zu aktuellen Geschehnissen und zum



Foto: Wiener Hilfswerk/Jenni Koller

heutigen Leben. Zweifelsohne führen die regelmäßig stattfindenden gemeinsamen Aktivitäten auch zu einem größeren gegenseitigen Verständnis der unterschiedlichen Generationen. Bei jedem Treffen steht ein anderes Thema im Vordergrund: Ging es beim Juni-Besuch um das gemeinsame Malen, so wird es im September Bewegungsspiele für Jung und Alt geben. Selbstverständlich bleibt zwischen den Übungen genügend Zeit, um miteinander zu plaudern oder einander zu helfen. (mg) <



Anerkannte Einrichtung nach den Förderrichtlinien des Fonds Soziales Wien, gefördert aus Mitteln der Stadt Wien

## Tageszentren für Senioren auf einen Blick

Das Wiener Hilfswerk betreibt in den Bezirken Leopoldstadt und Währing Tageszentren für Senioren. Besucher/innen werden in den Einrichtungen in eine Tagesstruktur eingebunden und von professionellen Teams betreut. Alle Informationen gibt es online unter [www.wiener.hilfswerk.at/pflege-betreuung](http://www.wiener.hilfswerk.at/pflege-betreuung)

**dyson**  
pure hot+cool link

Luftreiniger, Heizlüfter  
und Ventilator in einem  
intelligenten Gerät.

Entfernt automatisch Allergene  
und Schadstoffe aus der Luft.

[www.dyson.at](http://www.dyson.at)





# Notruftelefone können Leben retten

**Sicherheit rund um die Uhr.** Für ältere Menschen können manchmal auch die eigenen vier Wände ein „gefährliches Pflaster“ sein. Denn was viele nicht wissen: Unfälle im Haushalt zählen zu den häufigsten Verletzungsursachen überhaupt!

Stürze stehen dabei ganz oben auf der Liste. Vor allem im Alter ist dann das Risiko hoch, dass man sich alleine nicht mehr helfen kann – wie oft hört man in den Medien von Seniorinnen und Senioren, die sogar tagelang ohne Hilfe in ihren Wohnungen lagen?

Hier kann ein Hilfswerk-Notruftelefon ein wahrer Schutzengel sein: Mit

einem Knopfdruck auf den mobilen Sender, der an einer Kette oder wie eine Armbanduhr getragen wird, kann schnell und unkompliziert Hilfe gerufen werden. Ganz automatisch wird man mit der rund um die Uhr besetzten Notrufzentrale des Hilfswerks verbunden – und die geschulten Mitarbeiter/innen können binnen weniger Minuten abklären, um welchen Notfall es sich handelt und wie Ihnen geholfen werden kann. Wenn notwendig, werden sofort Arzt, Rettung oder eine Vertrauensperson, die nach Ihnen schaut, gerufen. Und damit können Sie sich wirklich rundum sicher fühlen! Stemmen, bohren oder kompliziertes Montieren sind übrigens nicht notwendig: Das Notruftelefon lässt sich ganz einfach aufstellen und anstecken. Sie brauchen lediglich einen aktiven Telefonanschluss und eine Steckdose – ist kein Festnetzanschluss vorhanden, funktioniert das Notruftelefon auch über ein mobiles GSM-Modul. Laufende Überprüfung, Wartung und Batterienwechsel sind außerdem in der Monatsmiete inkludiert. <

## Notruftelefon-Informationen

Nähere Informationen bei der  
Gratis-Hotline 0800/800 408  
oder auf [www.notruftelefon.at](http://www.notruftelefon.at)!



DENKEN IN NEUEN DIMENSIONEN.



► BÜROIDEEN AUF 3.500m<sup>2</sup>

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

**blaha**<sup>®</sup>  
b.ü.r.o.möbel

[WWW.BLAHA.CO.AT](http://WWW.BLAHA.CO.AT)

# Professionell beraten und mit Herz betreut

**24-Stunden-Betreuung.** Beim Hilfswerk bildet die professionelle Pflegeberatung das Fundament für die Qualität der Betreuung.



Herr M. ist seit seinem Sturz in der Wohnung auf Hilfe angewiesen. Der Sturz schien im ersten Moment nicht weiter schlimm, dennoch war der Oberschenkelhals gebrochen – ein einschneidendes Erlebnis mit fatalen Folgen. Herr M. konnte gewisse Tätigkeiten im Haushalt nicht mehr alleine erledigen. Die Kinder wohnen in der Stadt und betreuen zwar den Vater an den Wochenenden, dennoch kam es zu einer Lücke in der Betreuung, welche die Übersiedlung in ein Pflegeheim als einzigen Ausweg erscheinen ließ. „Meine Kinder und ich haben uns rasch einen Profi geholt, der uns beraten hat. Mir ging es darum, mein Leben daheim in den eigenen vier Wänden nicht aufgeben zu müssen.“

## Professionelle Beratung

Herr M. entschloss sich zu einer 24-Stunden-Betreuung. Zu Beginn wurde von einer Fachkraft des Hilfswerks ein persönliches Erstgespräch bei ihm unter Miteinbeziehung der Angehörigen durchgeführt. Es erfolgt eine Einschätzung der Wohn- und Betreuungssituation, dazu wurden die Erwartungen von Herrn M. und die der Angehörigen besprochen. Durch ein genaues Verfahren (Assessment) wird der konkrete Betreuungs- und Pflegebedarf festgestellt. Denn das Ziel ist, die bestmögliche Betreuungsform über einen langen Zeitraum sicherzustellen.

## Mit dem Hilfswerk zur idealen 24-Stunden-Betreuung

Die 24-Stunden-Betreuung wird durch selbstständige Personenbetreuerinnen und -betreuer, die meist aus den östlichen Nachbarländern Österreichs stammen, geleistet. Die Vermittlung und alle qualitätssichernden Maßnahmen werden durch Fachkräfte des Hilfswerks durchgeführt. Das sind die laufende Begleitung und Unterstützung, die Ersatzstellung bei Ausfall von Betreuungskräften sowie Betreuungsbesuche durch eine diplomierte Fachkraft.

*„Die Beratung und Vorbereitung des Hilfswerks hat mir stark geholfen. Dadurch wusste ich schon gut über die Rahmenbedingungen, die Verträge, die Preise und Fahrtspesen Bescheid.“ Herr M.*

Herrn M. ist wichtig, dass alles passt. Die Qualitätssicherung durch das Hilfswerk gibt ihm ein Gefühl von Sicherheit – er weiß sich gut aufgehoben. Während der Betreuung steht ihm eine Ansprechpartnerin vom Hilfswerk zur Verfügung. „Die Frau Gerlinde kann ich jederzeit anrufen, wenn ich Fragen zur Pflege oder ein Problem habe. Das hat bis jetzt immer wie am Schnürkl geklappt – anders könnt’ ich’s mir gar nicht vorstellen.“ <

## 24-Stunden-Betreuung

Wir informieren gerne. Für alle Informationen, eingehende Beratung und Fragen rund um die 24-Stunden-Betreuung des Hilfswerks rufen Sie bitte die Info-Hotline 0810 820 024 (Mo-Do 9-16 Uhr, Fr 9-12 Uhr) zum Ortstarif, unter [24stunden@hilfswerk.at](mailto:24stunden@hilfswerk.at) oder im Internet auf [www.24stunden.hilfswerk.at](http://www.24stunden.hilfswerk.at)

## Qualität, die bei Ihnen ankommt

- persönliche Einführung der Betreuer/innen durch Hilfswerk-Fachpersonal zu Beginn der Betreuung
- Unterstützung durch qualifiziertes Fachpersonal bei der Anleitung pflegerischer Tätigkeiten
- Unterstützung, wenn auf Anweisung ärztliche Tätigkeiten von den Personenbetreuer/innen übernommen werden
- schriftliche Verträge mit klaren Vertragsinhalten über Leistungsumfang, Zahlungsmodalitäten, Vertragsbeendigung, Kündigung ...
- Unterstützung bei der Vertragsgestaltung (Werkvertrag mit den Personenbetreuer/innen), beim Förderantrag und bei administrativen Erledigungen vor Ort
- Sicherstellung von Ersatzvermittlungen bei Ausfall von Personenbetreuer/innen
- Abschluss einer Haftpflichtversicherung für Personenbetreuer/innen



# Herzlichen Dank!

**Spenden.** Es gibt viele Möglichkeiten, die soziale Arbeit des Wiener Hilfswerks zu unterstützen: von Geldspenden bzw. Daueraufträgen bis hin zu Benefizveranstaltungen, Privat-, Firmen- und Warenspenden. Eines haben alle gemeinsam: Spenden an das Wiener Hilfswerk werden dort eingesetzt, wo sie eine nachhaltige Verbesserung der Lebensumstände von Menschen in Wien erzielen.

## Wichtige Information zur Spendenabsetzbarkeit



Foto: fotolia/Bebooy

## Spendenabsetzbarkeit ab 1. Jänner 2017 – einfach automatisch

### Wie funktioniert die automatische steuerliche Berücksichtigung Ihrer Spende ab 1. Jänner 2017?

Im Zuge einer Gesetzesänderung werden alle Spenden ab 2017 verpflichtend von den Spendenorganisationen direkt und in verschlüsselter Form an Ihr Finanzamt gemeldet und erstmals automatisch in Ihre Arbeitnehmer/innen-Veranlagung für das Jahr 2017 übernommen.

### Was muss ich tun, wenn ich meine Spende weiterhin von der Steuer absetzen will?

Damit eine eindeutige Identifikation Ihrer Person beim Finanzamt möglich ist, müssen Sie uns bitte Ihren **Vor- und Zunamen, so wie auf Ihrem Meldezettel angegeben** sowie einmalig Ihr Geburtsdatum bei Frau Gross bekanntgeben.

### Welche Vorteile habe ich dadurch?

Ihre Spende wird automatisch bei Ihrem Steuerausgleich 2018 für das Jahr 2017 vom Finanzamt berücksichtigt. Wenn Sie keine automatische Spendenmeldung beim Finanzamt wünschen, geben Sie uns darüber bitte auch telefonisch bzw. per Mail Bescheid (Kontakt Florence Gross siehe rechts).



Foto: Wiener Hilfswerk



IHRE SPENDE  
IST STEUERLICH  
ABSETZBAR  
REG NR SO 1192



## Spender/innen-Betreuung

Wenn auch Sie unsere karitativen Projekte unterstützen möchten oder Fragen haben, stehe ich Ihnen gerne mit Informationen unterstützend zur Seite.

**Florence Gross – Wiener Hilfswerk  
Spender/innen-Betreuung  
Tel.: +43 1 512 36 61-443  
Mail: [florence.gross@wiener.hilfswerk.at](mailto:florence.gross@wiener.hilfswerk.at)**

### Unterstützen auch Sie unsere soziale Arbeit mit einer Spende! Vielen Dank!

- **Spendenkonto** lautend auf „Wiener Hilfswerk“ IBAN: AT58 2011 1284 4290 7831  
Kennwort: „Soziale Arbeit“
- **Spenden-Erlagschein**  
via Wiener Hilfswerk, Schottenfeldgasse 29,  
1070 Wien. Tel.: +43 1 512 36 61-443,  
Mail: [spenden@wiener.hilfswerk.at](mailto:spenden@wiener.hilfswerk.at)
- **Online spenden**  
[www.wiener.hilfswerk.at/spenden](http://www.wiener.hilfswerk.at/spenden)

**Sie ALLE helfen uns helfen. Daher an dieser Stelle nochmals ein herzliches Dankeschön an alle Unterstützer/innen!**



Foto: istockphoto/siemer13



■ KOMMENTAR

Dir.<sup>in</sup> Sabine Geringer, MSc  
Geschäftsführerin des Wiener Hilfswerks

## Vielfältige Hilfe

Jubiläen wie das 70-jährige Bestehen des Wiener Hilfswerks sind eine gute Gelegenheit, sich auf die Wurzeln zu besinnen, die bis in die Gegenwart und Zukunft reichen. Die soziale Arbeit für Kinder und Familien ist uns im Hilfswerk seit seiner Gründung 1947 eine Herzensangelegenheit. Dies zeigt sich nicht zuletzt bei den zahlreichen Angeboten und dem hohen Engagement, mit dem die hauptamtlichen und freiwilligen Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter des Wiener Hilfswerks unterstützend zur Seite stehen. So sehr wir es uns wünschen würden, damit ist es aber noch nicht getan. In einigen Bereichen stoßen wir trotz Förderungen an unsere Grenzen, und wir waren und sind auch in Zukunft auf die Hilfe von Spenderinnen und Spendern angewiesen.

Ich möchte die Gelegenheit in unserem heurigen Jubiläumsjahr nutzen und Ihnen, die Sie uns auf so vielfältige Weise unterstützen, danken: für Ihre Zeit, Ihr Interesse, Ihre Spenden. Gleichzeitig bitte ich Sie: Unterstützen Sie uns auch weiterhin! Mit Ihrer Spende für unsere soziale Arbeit zugunsten von Kindern und Familien in Not tragen Sie wirkungsvoll zu einem Stück Lebensfreude bei!

Mit lieben Grüßen,  
Ihre Sabine Geringer

## Ihre Spende hilft uns helfen. Seit 70 Jahren.

Das Wiener Hilfswerk – vormals „Soziales Hilfswerk“ – engagiert sich seit 70 Jahren für Kinder und Familien in Not. 1947 – nach dem Zweiten Weltkrieg – waren die Erholungsfürsorge für Kinder und Jugendliche sowie die Hilfe für Kriegsheimkehrer zentrale Aufgaben. Heute geht es vor allem um rasche Hilfe bei Wohnungslosigkeit, Armut oder Ausgrenzung.

Anlässlich des 70-Jahr-Jubiläums konzentriert sich das Wiener Hilfswerk bei seinen Spendenaufrufen auf Projekte und Angebote für Kinder und Familien in Not. Die soziale Arbeit des Wiener Hilfswerks reicht dabei von der Hilfe für delogierte und wohnungslose Frauen und Familien über die Unterstützung in den Nachbarschaftszentren bis hin zur Eingliederung von Familien, die vor Krieg und Zerstörung nach Wien geflüchtet sind, um nur einige Bereiche zu nennen.

Mit Ihrer Spende tragen Sie einen Teil dazu bei, die Armut von Kindern und Familien in unserem Land zu mildern und ihnen ein Stück Lebensfreude zurückzugeben. Schenken auch Sie uns Ihr Vertrauen und unterstützen Sie unsere wichtige soziale Arbeit mit Ihrer wertvollen Spende. Danke!

**Wiener Hilfswerk.**  
**Seit 70 Jahren Miteinander. Füreinander.**



*„Ein Geschmack weckt Erinnerungen:  
An die Jugend, an die Heimat,  
an längst vergangene Tage.“*



# Essen auf Rädern

Telefon +43 (0)50 876-5000 | E-Mail: [info@gourmet.at](mailto:info@gourmet.at)

# Gesund fürs Leben

**Projekt.** Ein wissenschaftlich begleitetes Pilotprojekt zeigte die positive Wirkung sogenannter Gesundheitsbuddys. Das Wiener Hilfswerk startete nun mit dem Projekt „Gesund fürs Leben“, das von 2017 bis 2019 von der Wiener Gesundheitsförderung (WiG) und dem Fonds Gesundes Österreich (FGÖ) gefördert wird.

Der Alltag kann im Alter sehr beschwerlich sein. Nicht selten ist er mit Schmerzen verbunden. Chronische Entzündungen, Mangelernährung und eine Abnahme der Muskelmasse können zu einer Schwächung des Körpers bis hin zu Gebrechlichkeit führen. Betroffene ältere Menschen tun sich schwer mit der Körperpflege, dem Ankleiden oder dem Benutzen der Toilette. Vermehrte Krankenhausaufenthalte und Aufnahmen ins Pflegeheim können die Folge sein. Die gute Nachricht ist jedoch, dass Verbesserungen möglich sind. Von 2013 bis 2016 führte das Zentrum für Public Health der Medizinischen Universität Wien unter der Leitung von Prof. Dr. Thomas Dorner ein Forschungsprojekt durch, das sich u. a. der folgenden Frage widmete:

Welche Auswirkungen haben Hausbesuche durch geschulte, ehrenamtliche Gesundheitsbuddys und die Durchführung von Kraftübungen sowie die Information über förderliche Ernährung auf gebrechliche oder von einer Vorstufe von Gebrechlichkeit betroffene Personen, aber auch auf die Gesundheitsbuddys selbst?

## Positive Wirkung

Die Auswertung der Gesundheitsdaten der gebrechlichen Menschen (Durchschnittsalter 83 Jahre) und der Buddys (Durchschnittsalter 60 Jahre) zeigte u. a., dass das Bewegungsprogramm in Kombination mit den Ernährungsgesprächen zu einer Abnahme der Angst vor Stürzen um etwa 10 % führte. Die Handkraft nahm um ca. 22 % zu – was einer deutlichen

## Mitwirkende gesucht

Nähere Auskünfte über das Projekt und die Möglichkeiten daran teilzunehmen erhalten Sie bei Mag. Astrid Böhm unter Tel. 01-512 36 61-470 oder 0664-618 96 40 oder [astrid.boehm@wiener.hilfswerk.at](mailto:astrid.boehm@wiener.hilfswerk.at)

Reduzierung der Gebrechlichkeit entspricht. Und die Ernährungsempfehlungen bewirkten einen um 25 % verbesserten Ernährungsstatus bei den besuchten Personen. Aber auch bei den Buddys selbst verbesserte sich der Gesundheitszustand, wenn auch nicht in einem so großen Ausmaß.

Nachdem die Wirksamkeit des Programms wissenschaftlich bestätigt ist, startet nun das Wiener Hilfswerk das „Gesund fürs Leben“-Projekt, das von 2017 bis 2019 von der Wiener Gesundheitsförderung (WiG) und dem Fonds Gesundes Österreich (FGÖ) gefördert wird. Es ist erneut so aufgebaut, dass geschulte Gesundheitsbuddys mit den von ihnen besuchten Personen in deren Wohnung (nicht im Pensionistenwohnhaus oder Pflegeheim) körperliche Übungen machen und über Ernährung sprechen. In der ersten Phase (drei Monate) finden die Hausbesuche der Buddys zweimal pro Woche statt, anschließend für weitere sechs Monate mindestens einmal wöchentlich. Eine Weiterführung der Besuche ist selbstverständlich möglich. <

Mag. Martin Oberbauer  
Freiwilligenmanagement  
[martin.oberbauer@wiener.hilfswerk.at](mailto:martin.oberbauer@wiener.hilfswerk.at)

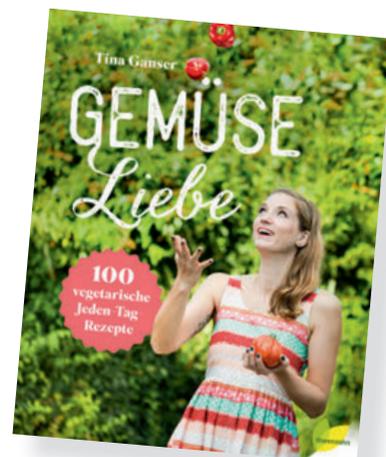


Gemeinsam geht's besser: Kraftübungen mit einem geschulten Gesundheitsbuddy steigern das Wohlbefinden.

Foto: Wiener Hilfswerk/Nuderscher



# Denksport für Jung und Alt



**Unsere beliebte Rätselseite von Mag. Martin Oberbauer, Psychologe und Gedächtnistrainer. Finden Sie die Lösung und gewinnen Sie eines von 3 Büchern „Gemüseliebe“ von Tina Ganser.**

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))

## 1.) 10. Juli 1947: „Ährenlesen“ wird verboten

Um auch kleinste Mengen von Lebensmitteln für die Allgemeinheit sicherzustellen, verbietet der Wiener Magistrat das Sammeln von auf den Feldern liegengelassenem Getreide, solange die „Getreidemandeln“ noch auf den Feldern stehen.

*Streichen Sie so rasch wie möglich jedes G durch: Wie viele G sind es?*

HOCGDQGGGOOCGQGGCGOUGCGSGQQOQGCOPGGQUGOOGCCGDGQGC  
GGCOGOCQGQBBGDGGOCQGGQCCGOCGCGCQQOGGOGQCGQQO  
CQGCOPGSCGCCOQQCGQOOCGOGOQCQGGQCOUUCGOOQCCGQCO  
QOOCQCOUGQUOPPGCDDGCCOQGGQOCCSOQGCGGOOCQOPCCQGC  
QQGCCOGOCCOQGGCQCGQOPPBBCCGCCQGGGQOSQCGSGGQOCCOQ

## 2.) 12. Juli 1947: Übergabe der Schwedenautos

Dr. Niels Gustav Persson, Leiter der Schwedenhilfe in Wien, übergibt der Stadt zwölf 3-Tonnen-Lastkraftwagen.

*Fügen Sie die Rechenzeichen (+ - x :) so ein, dass die Rechnungen richtig sind:*

- |                      |                   |
|----------------------|-------------------|
| a) 12 = 1 5 8 2      | d) 12 = 44 11 3   |
| b) 12 = 39 3 1       | e) 12 = 21 7 5 14 |
| c) 12 = 11 4 19 16 3 | f) 12 = 2 3 7 6 5 |

## 3.) 26. Juli 1947: 60.000 Paar Schuhe für Wiener Kinder

Mit Hilfe staatlicher Stellen aus der Tschechoslowakei und nach Überprüfung der Bedürftigkeit konnten die Schuhe kostenlos abgegeben werden. Dadurch wurde der Schulbesuch auch bei schlechtem Wetter leichter möglich.

*Wenn zwei Drittel der Schuhe die Größe 26, ein Viertel der übrigen die Größe 28, ein Fünftel des Rests die Größe 30 und fünf Sechstel der verbleibenden Schuhe die Größe 32 hatte, wie viele Kinder bekamen die übrigen Schuhe der Größe 34?*

An das Wiener Hilfswerk, Redaktion Hand in Hand, Schottenfeldgasse 29, 1072 Wien; Kennwort „Denksport“ oder E-Mail an: [kommunikation@wiener.hilfswerk.at](mailto:kommunikation@wiener.hilfswerk.at)

- Ja, ich möchte ein Exemplar „Gemüseliebe“ gewinnen.  
Die Bücher wurden uns freundlicherweise vom Verlag Löwenzahn zur Verfügung gestellt. Der Rechtsweg ist ausgeschlossen.

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

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

Straße/Hausnummer: \_\_\_\_\_

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

Senden Sie diese Seite mit den eingetragenen Lösungen bis 2. Oktober ein und gewinnen Sie! (Auflösung im nächsten Heft.)

Auflösung aus dem letzten Heft:

- 1.) a)** ANLAGE (1. und 3. Buchstabe des linken plus die letzten vier Buchstaben des rechten Wortes),  
**b)** RATTE (2. und 3. Buchstabe des linken plus 2. und die letzten beiden Buchstaben des rechten Wortes)  
**2.) a)** Hunde **b)** Schwalbe **c)** Taube **d)** Katze **e)** Krähe **f)** Fliegen  
**3.) Zum Beispiel:** Akademiestraße, Babenbergerstraße, Concordiaplatz, Donnergasse, Elisabethstraße, Falkestraße, Getreidemarkt, Hafnersteig, Irisingasse, Josefsplatz, Kärntner Ring, Laurenzerberg, Michaelerplatz, Neuer Markt, Opernring, Petersplatz, Quellenstraße, Rathausplatz, Salzries, Tiefer Graben, Universitätsstraße, Volksgartenstraße, Wollzeile, Ybbsstraße, Zelinkagasse

Wir gratulieren den Gewinner/innen der Bücher „Mädchen grillen anders“.

## Gedächtnistraining

In den 10 Nachbarschaftszentren des Wiener Hilfswerks (Adressen S. 43) wird heiteres Gedächtnistraining in geselliger Runde angeboten. Die Teilnahme ist gratis. Termine und Informationen erhalten Sie im jeweiligen Nachbarschaftszentrum bzw. unter [www.nachbarschaftszentren.at](http://www.nachbarschaftszentren.at)



Das The Ritz-Carlton, Vienna wünscht dem Wiener Hilfswerk einen Herzlichen Glückwunsch zum 70. Geburtstag und dankt all seinen Unterstützern.



**THE RITZ-CARLTON**  
VIENNA

»Ich habe vom  
ersten Augenblick  
an gewusst –  
**das ist meins!**«

Anna Veith,  
Skirennfahrerin



**TEMPUR**

**#perfektfürmich**

Anna hat ihre perfekte Matratze gefunden – die TEMPUR® Hybrid Elite. Finden auch Sie Ihre perfekte TEMPUR® Matratze.

Tempur Sealy Österreich GmbH  
Spielberger Straße 17 · 3390 Melk  
[www.tempur.com](http://www.tempur.com)



Foto: Thomas Aligner

# Ein Gewinn für die Gesellschaft

**Casino on Tour.** Ein Spiel am Poker- oder Roulettetisch bringt Freude und Spannung. Es kann aber noch mehr sein. Dann nämlich, wenn die Einsätze nicht dem eigenen Gewinn, sondern einem guten Zweck dienen. Casinos Austria ist mit mobilen Spieltischen jährlich rund 400 mal im Einsatz, damit auch jene gewinnen, die nicht selber setzen können.

  
**CASINOS AUSTRIA**

Das Erlebnis.

# Annemarie-Imhof-Komitee lädt zur 30. Casino-Matinée

**Veranstaltung.** Die Benefizversteigerung findet am 14. Oktober zugunsten des Aktionsraums (Treffpunkt für Jugendliche mit und ohne Behinderung) statt.

Die unterhaltsame Benefizversteigerung im Casino Wien findet heuer bereits zum 30. Mal statt und wird wie in den letzten Jahren von Dr. Bernd Ramsauer, dem Vorstandsvorsitzenden der Semper Constantia Privatbank AG, geleitet. Auch die Jubiläumsausgabe der Casino Matinée punktet mit exklusiven Versteigerungsobjekten und einem hochklassigen künstlerischen Programm. Das Annemarie-Imhof-Komitee (AIK) unter dem Vorsitz von Mag. Barbara Feldmann sorgt für die perfekte Organisation des Events. <



Im Cuisino, dem Restaurant im Casino Wien, erwartet die Gäste der Casino-Matinée ein schöner Rahmen, exklusive Versteigerungsobjekte und ein unterhaltsames Programm.

## Casino-Matinée

**Samstag, 14. Oktober, 9.30 Uhr**

**Ort: Casino Restaurant Wien,  
Kärntner Straße 41, 1010 Wien**

Musikalisches Programm:

„Stiegerbalsam“, Sabine Stieger,  
Thomas-Franz Rieger, Ludwig Ebner

Anmeldung: bitte bis spätestens

30. September 2017 bei Nina Rentenberger  
via Mail: imhofkomitee@wiener.hilfswerk.at  
oder Tel. +43 1 512 36 61-433



Foto: www.sabinestieger.com

**Benefiz-Bridgeturnier –  
Spielen für den  
guten Zweck**

**Sonntag, 8. Oktober,  
Turnierbeginn: 15.00 Uhr  
(Einlass: 14.00 Uhr)**

**Ort: SkyDome des Wiener Hilfswerks,  
Schottenfeldgasse 29/2, 1070 Wien**

Für alle Bridge-Freundinnen  
und -Freunde.

Turnierleitung: Hans Zeugner

Organisation: Uli Appel, Lisl Purschke  
Paarturnier in zwei Durchgängen.

Sondermeisterpunkte für Mitglieder des  
Bridgeverbandes. Preise für die ersten  
Plätze in zwei Kategorien

Nenngeld: 30 EUR, aber auch Spenden  
ohne Teilnahme sind herzlich willkommen  
und steuerlich absetzbar.

Verbindliche Anmeldung bis spätestens  
3. Oktober 2017 via Mail an

nina.rentenberger@wiener.hilfswerk.at  
oder Tel. +43 1 512 36 61-433

Mit dem Erlös wird das Mobile Palliativ-  
Team des Wiener Hilfswerks unterstützt.

**Weihnachtsmärkte –  
Geschenke mit Sinn  
Gutes tun im Advent**

**Weihnachtsmarkt Kattus**

**Donnerstag, 23. November  
bis Samstag, 25. November  
jeweils 10.00 bis 18.00 Uhr**

**Ort: Sektkellerei Kattus,  
Billrothstraße 51, 1190 Wien**

**Weihnachtsmarkt Palais Schönborn**

**Donnerstag, 30. November (Abend-  
empfang) und Freitag, 1. Dezember**

**Ort: Palais Schönborn,  
Renngasse 4, 1010 Wien**

**Weihnachtsmarkt Erste Bank**

**Montag, 18. Dezember, 18.00 Uhr  
(Kick-off) bis Mittwoch, 20. Dezember,  
10.00 bis 18.00 Uhr**

**Ort: Der Erste Campus,  
Am Belvedere 1, 1100 Wien**

Infos und Anmeldungen bei  
Nina Rentenberger via Mail an  
imhofkomitee@wiener.hilfswerk.at  
oder Tel. +43 1 512 36 61-433

# LEBENS Lust

DIE SENIORENMESSE IM HERBST

25. – 28. OKT. 2017  
MESSE WIEN



**EINTRITT  
FREI**

# „Nie aufhören zu lernen!“

**Künstlergespräch.** Von Kindesbeinen an begleitete sie die Musik durch ihr ereignisreiches Leben. In der Ballettschule erlernte Dagmar Koller jene Bewegungsabläufe, die sie auf der Bühne perfektionierte. Mit ihrer außergewöhnlichen Stimme begeisterte die Sängerin in den Operetten „Wiener Blut“ und „Land des Lächelns“ ihr Publikum in Wien und Berlin sowie in den USA. In der österreichischen Fernsehserie „Ringstraßenpalais“ brillierte die vielseitige Schauspielerin ebenso wie im Science-Fiction-Film „Stille Reserven“, der im Herbst 2016 auf der Viennale der Öffentlichkeit präsentiert wurde. Michael Ellenbogen traf die Künstlerin zum Gespräch.



Foto: Michael Ellenbogen

**Sie besuchten bereits als Kind eine Ballettschule. War diese Ausbildung die Grundlage für Ihre spätere Bühnenkarriere?**

**Dagmar Koller:** Da ich als Kind Spreizfüße hatte, riet ein Orthopäde in Klagenfurt meiner Mutter, mich auf eine Ballettschule zu schicken, um auf den Zehenspitzen gehen zu lernen. In der Ballettschule Haslinger verliebte ich mich dann in den Balletttanz.

**In der deutschsprachigen Erstausführung des Musicals „Der Mann von La Mancha“ an der Seite von Josef Meinrad spielten Sie die „Dulcinea“. Sind Sie durch diese Aufführung beim Wiener Publikum bekannt geworden?**

Das war wunderbar! Ja. „Der Mann von La Mancha“ war mein Durchbruch. Eigentlich war ich ja als Zweitbesetzung vorgesehen, aber ich hatte

Glück. Das Stück wurde so ein Erfolg und wurde bis 1980 immer wieder ins Programm aufgenommen.

**Wer war Ihr liebster Bühnenpartner, an den Sie auch heute noch gerne denken?**

Helmut Lohner kommt mir da öfter in den Sinn. Mit ihm trat ich in „My Fair Lady“ an der Zürcher Oper auf. Natürlich erinnere ich mich auch immer wieder gerne an Josef Meinrad, er war wie ein Vater zu mir.

**Ihre jugendlich-vitale, ja sportliche Erscheinung ist immer wieder beeindruckend. Was ist Ihr Geheimnis?**

Ich esse sehr wenig, daher passe ich in alle meine Kleider hinein. Jeden Morgen beginne ich mit einem Zehn-Minuten-Training vor dem Spiegel. Außerdem lasse ich keinen Ärger an mich heran.

**Was würden Sie jungen Sängern und Schauspielern raten, die gegenwärtig ihre Bühnenkarriere begründen wollen?**

Man muss sich auf das Lernen konzentrieren. Lernen, lernen, lernen. Nie aufhören zu lernen. Der Erfolg kommt keineswegs von selbst. Man sollte sich ebenso Vorbilder suchen.

**Sie haben außergewöhnliche Bücher geschrieben, wie „Die Kunst, eine Frau zu sein“, „Jetzt fängt’s erst richtig an“ oder „Anekdoten nach Noten – Ein vergnüglicher Streifzug durch Oper und Operette“. Wird es bald wieder ein neues Buch von Ihnen geben?**

Ich arbeite zur Zeit an einem Buch mit dem Titel „Die schönen Dinge des Lebens“, das heuer im Herbst erscheinen wird. <



# Gesundheit

Legen Sie Ihr Wohlbefinden vertrauensvoll in unsere Hände. Wir verwöhnen Sie mit wohltuenden Therapien, köstlichen Gerichten und bestem Service.

Tun Sie sich Gutes und nutzen Sie unsere Gesundheitswoche. Sie möchten überschüssige Kilos verlieren oder wünschen sich mehr Energie? Dann legen wir Ihnen die Heilkraft von Obst und Gemüse ans Herz und empfehlen Ihnen unsere Basenfastenwoche.

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

Preise pro Person; zzgl. Ortstaxe



**NEUERÖFFNUNG, am 17. Sept. Bad Schönau „Zur Quelle“ 02646 90500-2501 (NÖ)**

**Bad Bleiberg 04244 90500 (K) . Bad Eisenkappel 04238 90500 (K) . Bad Goisern 06135 20400 (OÖ)**

**Bad Häring 05332 90500 (T) . Bad Schönau „Zum Landsknecht“ 02646 90500-1501 (NÖ)**

**Bad Traunstein 02878 25050 (NÖ) . Bad Vöslau 02252 90600 (NÖ) . Umhausen im Ötztal 05255 50160 (T)**

$$20 + 25 + 25 = 70$$

**Hilfswerk-Nachbarschaftszentren.** Gleich drei der zehn Wiener Hilfswerk-Nachbarschaftszentren feierten im Juni Jubiläum. Das Nachbarschaftszentrum Mariahilf freute sich über 20 Jahre, die Zentren in Ottakring und Hernals über jeweils 25 Jahre erfolgreiches Wirken für die Menschen im Grätzel.



### „Es geht um die Menschen“

Bei der Jubiläumsfeier des Hilfswerk-Nachbarschaftszentrums Mariahilf Anfang Juni konnte man sehen, dass das Zentrum vielen Bewohner/innen des 6. Wiener Gemeindebezirks etwas bedeutet. Im Garten hatten sich etliche Gratulantinnen und Gratulanten versammelt, um mit Zentrumsleiterin Jutta Rentmeister und ihrem Team zu feiern. Unter ihnen war auch Bezirksvorsteher Markus Rumelhart, der in seiner Ansprache die richtigen Worte zum runden Geburtstag der sozialen Einrichtung fand: „Es geht immer um die Menschen, die sich engagieren und etwas verändern. Ihnen ist zu danken“, so der Bezirksvorsteher.

### „Orte der Freude“

Das Hilfswerk-Nachbarschaftszentrum Ottakring lud pünktlich zum Sommerbeginn zum 25-Jahr-Jubiläumfest. Zahlreiche Menschen aller Altersgruppen fanden sich am Stöberplatz ein, um Zentrumsleiterin Verena Mayrhofer Iljic und ihrem Team zu gratulieren. Besonders eindrucksvoll waren die Schilderungen von Johanna Nahas, einer freiwilligen Mitarbeiterin seit den Anfangstagen des Zentrums. Nahas engagierte sich zuerst für Kinder, später dann auch für Erwachsene, denen sie im Rahmen von Stadtspaziergängen Wien und seine Sehenswürdigkeiten weit über den 16. Bezirk hinaus näherbrachte. Wiener-Hilfswerk-Geschäftsführerin Sabine Geringer bezeichnete die Hilfswerk-Nachbarschaftszentren in ihrer Ansprache als „Orte der Freude“.

### Zusammenleben gelingt

Ende Juni feierte schließlich das Hilfswerk-Nachbarschaftszentrum Hernals. Zentrumsleiterin Eva Bertalan durfte sich über persönliche Gratulationen von Bezirksvorsteherin Dr.<sup>in</sup> Ilse Pfeffer und von Mag. Thomas Trattner vom Fonds Soziales Wien freuen. Die Bezirksvorsteherin lobte das Nachbarschaftszentrum Hernals als einen Ort der Integration und Inklusion, einen Ort, an dem das Zusammenleben im Grätzel besonders gelingt. Trotz der großen Hitze

in der letzten Juniwoche des Jahres 2017 waren unzählige Besucher/innen und Freiwillige des Zentrums der Einladung gefolgt, sodass die Vielfalt, die alle Redner/innen in ihren Ansprachen als wesentliches Merkmal der Wiener-Hilfswerk-Nachbarschaftszentren herausgestrichen hatten, besonders schön abgebildet wurde. Bei allen Jubiläumsfeiern wurde die Unterstützung der Freiwilligen besonders erwähnt, die viele Angebote der Zentren überhaupt erst möglich machen. (hn) <



20 Jahre Nachbarschaftszentrum Mariahilf. Das Team um Leiterin Jutta Rentmeister (3.v.l.) begrüßte eine bunte Schar an Gästen aus dem Grätzel.



25 Jahre Nachbarschaftszentrum Ottakring. Leiterin Verena Mayrhofer Iljic (Mitte) Hand in Hand mit Freiwilligen, Dir. Sabine Geringer und NZ-Abteilungsleiter Michael Eibensteiner.



25 Jahre Nachbarschaftszentrum Hernals: BV Ilse Pfeffer, NZ17-Leiterin Eva Bertalan, Präs. Karin Praniess-Kastner, GF-Stv. Johann Seidl, Michael Eibensteiner, Gulnaz Kogelmann und Thomas Trattner (beide FSW)

# Voller Erfolg: Kreativwettbewerb für Menschen mit Behinderung

**Kunstwerke.** Bereits zum 16. Mal luden die Wiener-Hilfswerk-Nachbarschaftszentren kreative Menschen mit Behinderung ein, sich künstlerisch zu betätigen. Diesmal konnte Wien Energie als Kooperationspartner gewonnen werden.

Heuer gelang es gleich zwei Kreativen, die Jury auf ganzer Linie zu überzeugen. So wurde der erste Platz an Ludwig Jakob für sein Bild „Spittelaubrücke“ ebenso vergeben wie an Waltraud Grabler für das Werk „Das Wasser tropft“. Über den zweiten Platz freute sich Michael Köck, der das Bild „Windräder und Elektroautos“ eingereicht hatte. Den dritten Platz errang Claudia Robnig mit ihrem Werk „Fliegen mit dem Wind“. Auch im Jahr 2017 waren die Sieger/innen von einer hochkarätig besetzten Jury ausgewählt worden. Diese bestand aus Mag. Katharina Uschan und Univ.-Prof. Oliver Kartak (beide von der Universität für angewandte Kunst Wien), Mag. Angela Csoka (Künstlerin), Tony Rei (Magier und Künstler) und Reinhard Sandhofer (Künstler). Für Schwung sorgte nicht nur die Band „Mundwerk“, sondern auch Moderator Reinhard Jesionek. Die Siegerehrung und Ausstellung fand in der Wien-Energie-Welt Spittelau statt. Die Veranstaltung stand unter dem Ehrenschild von BM Alois Stöger und BM DI Andrä Rupprechter.



Jurymitglied Oliver Kartak und Moderator Reinhard Jesionek gratulieren der strahlenden Siegerin.

Foto: Wiener Hilfswerk/Nuderscher

## Zahlreiche Ehrengäste

Zahlreiche Ehrengäste überzeugten sich mit eigenen Augen von der Qualität der Kunstwerke. Unter ihnen waren: DI Jürgen Halasz (Wien Energie), DI Dr. Bettina Bergauer (BM für Land- und Forstwirtschaft), Dr. Max Rubisch (BM für Soziales), Mag. Franz Karl (Präsident Behindertensportverband), Ursula Lichtenegger (BV Leopoldstadt),

Mag. Veronika Mickel-Göttfert (BV Josefstadt), Karl Gasta (BV-Stv. Donaustadt), Ing. Mag. Dr. Thomas Haase (Rektor d. Hochschule f. Agrar- u. Umweltpädagogik), Dr. Gabriele Zuna-Kratky (Direktorin Technisches Museum), Mag. Agnes Fojan (Geschäftsführerin „Holidays on wheels“), BR Markus Reiter (Vorsitzender der Sozial- und Generationenkommission) u.a.m. <



## Heißer Promi-Flohmarkt

Man konnte ihnen den Spaß an der Sache ansehen: Die prominenten Unterstützer/innen an den Verkaufsständen des Wiener-Hilfswerk-Flohmarkts machten ihre Sache mit Witz und Elan. Auch das hochsommerliche Juni-Wetter konnte Birgit Sarata, Magic Christian, Niki Osi, Edith Leyrer, Gabriela Benesch, Dagmar Schratte, Eva Billisich, Andrea Buday und Dany Sigel nicht davon abhalten, sich in den Dienst der guten Sache zu stellen. Durch solches Engagement wechselte viel Ware die Besitzer, es wurde geplaudert und gelacht. Vor allem Birgit Sarata glänzte als schwungvolle Moderatorin. Der Erlös des Benefiz-Flohmarkts kommt der sozialen Arbeit der Wiener-Hilfswerk-Nachbarschaftszentren zugute. (hn)

# Gemeinsam aktiv

**Wohnungslosenhilfe.** Der jährliche gemeinsame Ausflug der drei Sozial betreuten Wohnhäuser (SoBeWo) des Wiener Hilfswerks stellt für viele Bewohner/innen eine wichtige Möglichkeit dar, dem üblichen Alltag zu entfliehen und einen schönen Tag zu genießen.

Am 17. Mai war es wieder so weit: Der heurige Ausflug führte uns zur STYX Naturcosmetic und Schokoladenmanufaktur in Ober-Grafendorf. Dort konnten wir zunächst sehr alte pharmazeutische Gegenstände besichtigen. Danach sahen wir einen kurzen Film über die Entstehung und Weiterentwicklung der Manufaktur. Auch diverse Salben durften wir ausprobieren. Anschließend besichtigten wir das Gelände, wo wir über die Entstehung der Schokolade und Cremes informiert wurden. Aus hygienischen Gründen konnten wir die

großen Maschinen zur Herstellung der Salben und Schokoladen nur hinter Glas besichtigen. Es standen auch viele süße Kostproben zur Verfügung, die uns allen sehr schmeckten! Anschließend fuhren wir in ein nahe gelegenes Gasthaus zum Mittagessen. Ein Teil der Gruppe ging danach spazieren, andere gönnten sich in der Konditorei Kaffee und Kuchen. Satt und zufrieden traten wir die Heimreise an und zehrten noch lange von dem schönen Tag. <

Ulrike Peuker, Wohnbetreuung  
Sozial betreutes Wohnhaus Hausergasse



Anerkannte Einrichtung nach den Förderrichtlinien des Fonds Soziales Wien, gefördert aus Mitteln der Stadt Wien

## Gesunde Haut dank MoliCare Skin

- pH-hautneutrale, milde Reinigung
- langfristiger Schutz mit Nutriskin Protection Complex
- feuchtigkeitsspendende Pflege dank hochwertiger Inhaltsstoffe



Going further for health

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

Gratis  
Muster!



Vor- und Nachname: \_\_\_\_\_  
Straße: \_\_\_\_\_

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

Ja, ich möchte ein gratis Muster-Set MoliCare Skin!

# 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](http://www.camillo-care.at)**

publicare

[www.publicare.at](http://www.publicare.at)

Beispielloser Service.  
Beispielhafte Logistik.

Einfach | Diskret | Bewährt

- Stomaversorgung
- Wundversorgung
- Inkontinenzversorgung
- Ernährung

publicare gmbh | neuhauserweg 16 | 4061 pasching

telefon 07229 70 560 | telefax 07229 70 560 60 | [info@publicare.at](mailto:info@publicare.at)



## Überzeugend einfaches Blutdruckmessen

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

**boso-medicus uno** speichert zum Vergleich automatisch den letzten Messwert und erkennt Herzrhythmusstörungen während der Messung für die sichere Blutdruckkontrolle.

Seit Jahrzehnten vertrauen weltweit Millionen von zufriedenen Anwendern auf präzise Blutdruckmessgeräte von **boso**.

Weitere Informationen unter [www.boso.at](http://www.boso.at)

Erhältlich in Apotheke und Sanitätsfachhandel

Unverb. Preisempf. 66,90 Euro



**boso**  
BOSCH + SOHN  
GERMANY

# Sebastian Kurz besucht Hilfswerk

**Politik.** Im Rahmen seiner Österreich-Tour besuchte Sebastian Kurz ein Senioren-Tageszentrum des Hilfswerks, um mit Pflegekräften und -experten über die vordringlichsten Probleme des heimischen Pflegesystems und die Herausforderungen der Zukunft in Hinblick auf den demografischen Wandel zu diskutieren.

Betriebsamkeit herrschte am Morgen des 14. Juni in den Gängen des Tageszentrums, denn zu den üblicherweise anwesenden Besucherinnen und Besuchern gesellte sich Sebastian Kurz, flankiert von einer Schar Journalisten. Die Führung übernahm Hilfswerk-Präsident Othmar Karas. Nachdem sich Kurz vor Ort ein Bild vom Alltag in einer Betreuungseinrichtung gemacht hatte, ging es beim anschließenden „Österreich-Gespräch“ zur Sache. Zentrales Thema war die Unterstützung von Pflegebedürftigen und deren Angehörigen beim Wunsch nach einer Pflege zu Hause. Im Fokus standen dabei nicht nur der Abbau von bürokratischen Hürden, sondern auch die Wertanpassung des Pflegegeldes sowie der Ausbau der mobilen Pflege- und Betreuungsdienste. Kurz und Karas kamen darin überein, dass das Pflegesystem bedarfsgerecht weiterentwickelt und auf die steigende Zahl älterer Menschen vorbereitet werden muss. <



*Othmar Karas: „Fast alle Menschen wünschen sich, zu Hause alt werden zu dürfen. 84 Prozent der pflegebedürftigen Österreicher/innen leben derzeit daheim. Ein massiver Ausbau der mobilen Dienste ist Voraussetzung dafür, dass das auch in Zukunft möglich ist.“*



*Sebastian Kurz: „Der größte ‚Pflegedienst‘ des Landes sind immer noch die pflegenden Angehörigen. Sie verdienen unsere volle Unterstützung. Ein serviceorientierter Staat darf pflegende Angehörige nicht wie Bittsteller behandeln, sondern muss deren Alltag erleichtern.“*



## BESTE VORSORGE.

### Hygiene, Passform und Kompetenz:

Die Ansprüche an individuelle, verlässliche Workwear sind gerade im Bereich Medizin und Pflege enorm hoch. Die große Vielfalt bei Solida kann trotzdem gelassen Schritt halten. Und steht für Qualität, der man vertrauen kann. Für viele Jahre.

Mehr Informationen finden sie unter [www.solida.at](http://www.solida.at)

ALBIRO Ges.m.b.H. • Sittersdorf 46 • A-9133 Miklauzhof • Tel. +43 4237/22 57 • Fax +43 4237/26 54 • [contact@albiro.com](mailto:contact@albiro.com)



# DAS Probiotikum zum Antibiotikum

10 hochaktive Bakterienstämme für Ihren Darm

**OMNi-BiOTiC® 10 AAD:**

Zur diätetischen Behandlung von durch  
Antibiotika ausgelösten Durchfällen.



Institut  
**AllergoSan**

Institut Allergosan Pharmazeutische Produkte Forschungs- und Vertriebs GmbH  
Diätetisches Lebensmittel für besondere medizinische Zwecke (Bilanzierte Diät)

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

## Alle Informationen rund ums Hören.

Jetzt **BESSER-VERSTEHEN-  
BOX** gratis abholen:

- > 2 Hörgeräte-Muster in Echtgröße
- > Informationen & Preise
- > Für Sie oder Freunde & Angehörige

**Neuroth – 128x in Österreich**  
Tel. 00800 8001 8001

[www.neuroth.at](http://www.neuroth.at)  
Vertragspartner aller Krankenkassen



LEBENSQUALITÄT SEIT 1907

**NEUROTH**  
BESSER HÖREN • BESSER LEBEN

# Im Einklang mit der Natur

**Sofala/Mosambik.** An den Flussmündungen des Pungue und Buzi sind rund 90.000 Menschen beheimatet. Seit Jahrhunderten leben die Familien hier im Einklang mit der Natur. Ihr Lebensraum, die Mangrovenwälder, bot ihnen über Generationen hinweg ausreichende und nahrhafte Mahlzeiten aus dem Meer.

## Lebensräume im Kampf gegen Zerstörung

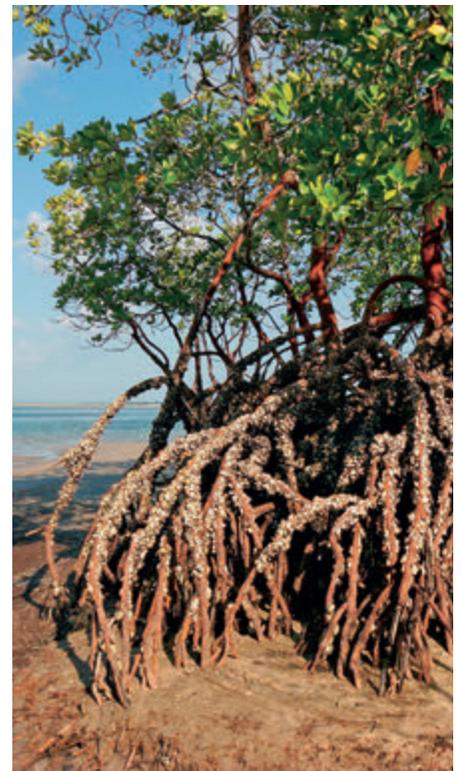
Brandrodungen, Abholzungen und Überfischung durch ausländische Fischereibetriebe bewirken die sukzessive Zerstörung der Mangroven. Ein Großteil der Tier- und Pflanzenwelt ist bereits vom Aussterben bedroht. Mit der Vernichtung der Mangrovenwälder gehen viele wichtige Nahrungsquellen verloren. Die Auswirkungen sind für die vom Fischfang lebenden Familien fatal. Sie trifft der Rückgang vieler Fischarten besonders hart, denn diese bilden Grundnahrung und Einnahmequelle gleichermaßen.

## Mangroven: Wiederaufforstung und Schutz zur Nahrungssicherung

Hilfswerk Austria International setzt sich gemeinsam mit den Familien für eine nachhaltige Verbesserung des

Ökosystems der Mangrovenwälder ein. Die Wiederaufforstung des Baumbestandes hat bereits begonnen. Zusätzlich sollen nährstoffreiche Pflanzenarten angebaut werden, um das Ökosystem wieder ins Lot zu bringen. Dadurch steigen der Fischbestand und die Nahrungssicherung für die Bevölkerung.

Sensibilisierungsmaßnahmen und die Einführung alternativer Einkommensmöglichkeiten wirken Brandrodungen zur Schaffung von Feldern entgegen. Die Anschaffung von Bienenstöcken und Unterstützung bei der Honigverarbeitung wird das Einkommen von 100 Familien verbessern. Nutz- und Obstbaumarten mit hohem Wirtschafts- und Nährwert stärken Kleinbauern entlang der Flussbecken und stehen im Einklang mit dem sensiblen Ökosystem der Mangroven. <



Bitte helfen Sie mit! Ihre Spende schenkt Zukunft



Ihre Spende sichert Ernährung und Zukunft für die in den Mangroven Mosambiks lebenden Familien. Vielen Dank!

### Spendenkonto

Kennwort „Mosambik“  
AT71 6000 0000 9000 1002

Hilfswerk Austria International  
Grünbergstraße 15/2/5  
1120 Wien  
Tel. 01/40 57 500-111  
office@hwa.or.at  
www.hilfswerk.at/international

*Der Tourbus bietet Service, Beratung und Unterhaltung für Groß und Klein.*



## Unterwegs in Ihrer Region

**Besucheraansturm.** Mehr als 30.000 Menschen nutzen auch heuer wieder das umfangreiche Beratungsangebot im Rahmen der Hilfswerk Family Tour.

Die Hilfswerk Family Tour verläuft auch 2017 sehr erfolgreich. Bis zum letzten Stopp bei der Gesund-Leben-Messe in Klagenfurt werden etwa 30.000 Menschen das Hilfswerk-Mobil besucht haben, den fahrenden Informationsstand des Hilfswerks. Und auch sonst sind die Zahlen beeindruckend: Bis dato wurden knapp 2.500 Blutdruckmessungen und etwa 800 Hörtests durchgeführt. Etwa 1.400 Mal nutzten Besucherinnen und Besucher die kostenlose Ultraschall-Brillenreinigung, etwa 4.500 Kinder beteiligten sich am abwechslungsreichen Kinderprogramm (Malen, Basteln, Schminken). Knapp 100 Personen schlüpfen in den Alterssimulationsanzug, um zu testen, wie sich das Älterwerden anfühlt.



### Information und Beratung

Aber auch die Fachberatungen des Hilfswerks wurden sehr gut angenommen. Etwa 1.600 Mal stand das Thema Schmerz im Mittelpunkt. Praxisnahe Tipps verhelfen zu mehr Lebensqualität bei chronischen Schmerzen. 2.800 Mal hieß das Thema der Beratungen „Pflege und Betreuung“ im Alter. Zu beiden Schwerpunkten verteilt das Hilfswerk kostenlose Infobroschüren, die zusätzlich auch telefonisch (0800 800 820) oder per E-Mail ([office@hilfswerk.at](mailto:office@hilfswerk.at)) gratis bestellt werden können. Informieren Sie sich, solange der Vorrat reicht! <



*Mit dem Alterssimulationsanzug kann man testen, wie sich das Älterwerden anfühlt.*



# Hilfswerk auf Tour

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

## Die letzten Stationen der Hilfswerk Family Tour

Fr	8.9.	10.00 – 14.00 Uhr	3650 Pöggstall, Landesseniorenwandertag
Sa	9.9.	7.00 – 13.00 Uhr	5400 Hallein, Grünmarkt im Stadtzentrum
So	10.9.	10.00 – 17.00 Uhr	5733 Niedernsill, Ortszentrum, Dorffest
Fr	15.9.	13.00 – 16.30 Uhr	4240 Freistadt, Wochenmarkt
So	17.9.	10.00 – 17.00 Uhr	1130 Wien, Hügelparkfest (Ecke Fichtnergasse/Kupelwiesergasse). ERSATZTERMIN bei Regen 24.9.!
Di	19.9.	8.00 – 12.00 Uhr	4810 Gmunden, Rathausplatz
Sa	23.9.	11.00 – 17.00 Uhr	5743 Krimml, Ortszentrum, Bauernherbstfest
So	24.9.	13.00 – 17.00 Uhr	5071 Wals-Siezenheim, Familienradtag
Fr	6.10.		
bis	10.10.	10.00 – 18.00 Uhr	8811 Niederwölz, Maxlaun Markt
Mo	9.10.		
Fr	20.10.	10.00 – 17.00 Uhr	1070 Wien, SkyDome, Messe für Gesundheit und Prävention
Fr	17.11.		
bis	19.11.	9.00 – 18.00 Uhr	9020 Klagenfurt, Gesund-Leben-Messe
So	19.11.		

Detailprogramm: siehe auch [www.hilfswerk.at](http://www.hilfswerk.at)

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

## Jetzt gratis bestellen

Bestellen Sie Ihre kostenlosen Hilfswerk Ratgeber unter: 0800 800 820 (gebührenfrei) oder unter [office@hilfswerk.at](mailto:office@hilfswerk.at)



Das Hilfswerk Schmerztagebuch hilft bei der Beurteilung einer Schmerzserkrankung und erleichtert die Wahl der richtigen Behandlungsform.



Besonders beliebt und vielfältig: der Hilfswerk Pflegekompass.

Ratgeber rund um Thrombose, Osteoporose und Rheuma.



Thrombose. Osteoporose. Rheuma. Ein praktischer Ratgeber rund um Mobilität und Lebensqualität.



Die kostenlose Hilfswerk Broschüre zu Demenz und Depression: Seelen. Leben.



HILFSWERK



# Wir sind für Sie da.

Das Wiener Hilfswerk ist ein soziales Dienstleistungsunternehmen, gemeinnützig, überparteilich, mildtätig und überkonfessionell. Unter dem Motto „Miteinander. Füreinander“ bieten wir Menschen jene Unterstützung, die sie in ihren unterschiedlichen Lebenssituationen benötigen.

**Wiener Hilfswerk – Zentrale** Schottenfeldgasse 29/1, 1072 Wien, Tel.: 01/512 36 61-33, [info@wiener.hilfswerk.at](mailto:info@wiener.hilfswerk.at)

Geschäftsführerin: **Dir.<sup>in</sup> Sabine Geringer, MSc**, Geschäftsführerin-Stv.: **Dipl.-Ing. Evi Pohl-Iser, Mag. Johann Seidl**

## Kinderbetreuung

Abteilungsleitung: **Mag.<sup>a</sup> Brigitte Popprath**

- **Tagesmütter/-väter**  
Tel.: 01/512 36 61-29  
[kinderbetreuung@wiener.hilfswerk.at](mailto:kinderbetreuung@wiener.hilfswerk.at)
- **Kindergruppe FIDI**  
Tel.: 01/512 36 61-423  
[kinderbetreuung@wiener.hilfswerk.at](mailto:kinderbetreuung@wiener.hilfswerk.at)
- **Betriebliche Kinderbetreuung**  
Tel.: 01/512 36 61-29  
[kinderbetreuung@wiener.hilfswerk.at](mailto:kinderbetreuung@wiener.hilfswerk.at)

## Hilfe und Pflege daheim

Abteilungsleitung:  
**Dipl.-Ing. Evi Pohl-Iser, MA**  
Pflegermanagement:  
**DGKP Esmir Kavazovic, MBA**  
Pflegerdienstleitung:  
**DGKP Ljiljana Kovacevic, BSc**

- **Hauskrankenpflege, Heimhilfe, Besuchsdienst**  
Tel.: 01/512 36 61-666  
[hpd@wiener.hilfswerk.at](mailto:hpd@wiener.hilfswerk.at)
- **Kinderhauskrankenpflege**  
Tel.: 01/512 36 61-666  
[hpd@wiener.hilfswerk.at](mailto:hpd@wiener.hilfswerk.at)
- **Notruftelefon – Sicherheit zu Hause**  
Tel.: 01/512 36 61-17  
[notruftelefon@wiener.hilfswerk.at](mailto:notruftelefon@wiener.hilfswerk.at)
- **Mobiles Palliativ-Team**  
Tel.: 01/512 36 61-665, 0664/825 96 75  
[hospiz@wiener.hilfswerk.at](mailto:hospiz@wiener.hilfswerk.at)
- **Tageszentren für Senioren/innen**  
TZS Leopoldstadt, Tel.: 01/212 04 89  
Leitung: **DGKP Karin Marek-Szedenic**  
[tzs-02@wiener.hilfswerk.at](mailto:tzs-02@wiener.hilfswerk.at)  
TZS Währing, Tel.: 01/479 60 68  
Leitung: **DGKP Ina Löffler**  
[tzs-18@wiener.hilfswerk.at](mailto:tzs-18@wiener.hilfswerk.at)
- **Senioren-Wohngemeinschaften mit mobiler Betreuung**  
Tel.: 01/512 36 61-422,  
[swg@wiener.hilfswerk.at](mailto:swg@wiener.hilfswerk.at)

## Angebote für Menschen mit und ohne Behinderung

- **Spielothek – Treffpunkt für Kinder (0–12 Jahre) mit und ohne Behinderung und deren Familie**  
Tel.: 01/597 12 53  
Leitung: **Doris Kollerics, BA**  
[spielothek@wiener.hilfswerk.at](mailto:spielothek@wiener.hilfswerk.at)
- **Aktionsraum – Treffpunkt für Jugendliche mit und ohne Behinderung (12–18 Jahre)**  
Kontakt: **Mag.<sup>a</sup> Angelika Linder**  
Tel.: 01/597 12 53-33  
[aktionsraum@wiener.hilfswerk.at](mailto:aktionsraum@wiener.hilfswerk.at)
- **Club 21 – Treffpunkt für Erwachsene mit und ohne Behinderung (ab 18 Jahren)**  
Leitung: **DSA Monika Haider**  
Tel.: 01/310 50 20  
[club21@wiener.hilfswerk.at](mailto:club21@wiener.hilfswerk.at)
- **VAKÖ – Verband aller Körperbehinderten Österreichs; Club Sonnenstrahl**  
Kontakt: **Susanne David**  
Tel.: 01/512 36 61-460  
[vakoe@wiener.hilfswerk.at](mailto:vakoe@wiener.hilfswerk.at)

## Wohnungslosenhilfe

Abteilungsleitung: **DSA Gernot Ecker**

- **Betreutes Wohnen – Übergangswohnungen für Frauen und Familien**  
Tel.: 01/512 36 61-700  
Leitung: **DSA Ingrid Rasi-Brandl, MA**  
[bewo@wiener.hilfswerk.at](mailto:bewo@wiener.hilfswerk.at)
- **Wohnen mit Zukunft**  
Tel.: 01/743 22 10-21  
[wozu@wiener.hilfswerk.at](mailto:wozu@wiener.hilfswerk.at)
- **Sozial betreute Wohnhäuser für Frauen und Paare, Tivoligasse**  
Tel.: 01/812 03 31  
Leitung: **DSA Sabine Strobl-Heinrich**  
[sobewo12@wiener.hilfswerk.at](mailto:sobewo12@wiener.hilfswerk.at)
- **für Frauen, Bürgerspitalgasse**  
Tel.: 01/596 09 42  
Leitung: **Mag.<sup>a</sup> (FH) Katrin Milcic**  
[sobewo06@wiener.hilfswerk.at](mailto:sobewo06@wiener.hilfswerk.at)
- **für Frauen und Männer, Hausergasse**  
Tel.: 01/602 08 17  
Leitung: **DSA Robert Haidowatz-Haberbusch**  
[sobewo10@wiener.hilfswerk.at](mailto:sobewo10@wiener.hilfswerk.at)

## Flüchtlingshilfe

- **Grundversorgungseinrichtung AWAT**  
Leitung: Mag. (FH) Christina Schilling  
[fluechtlingshilfe@wiener.hilfswerk.at](mailto:fluechtlingshilfe@wiener.hilfswerk.at)

## Veranstaltungs- und Tagungszentrum SkyDome

Leitung: **Hannes Wagner**  
Tel.: 01/512 36 61-418  
[office@skydome.at](mailto:office@skydome.at)

Know-how, passende Räumlichkeiten, multiprofessionelles Personal, barrierefrei.

## Hilfe für Benachteiligte

- **Karitatives Projekt „Guat beinand“**  
Sachspenden für in Not geratene Personen  
Kontakt: **DSA Heidelinde Pelka**  
Tel.: 01/512 36 61-14
- **SOMA – Sozialmarkt Ottakring**  
Marktleitung: **Mag. Gerwald Herz**  
Tel.: 01/492 15 93  
[soma16@wiener.hilfswerk.at](mailto:soma16@wiener.hilfswerk.at)
- **Sozialökonomischer Betrieb (SÖB) Arbeitsmarktpolitische Dienstleistungen**  
Leitung: **Mag.<sup>a</sup> Roswitha Kikowski**

## SOMA – Sozialmarkt Neubau

Marktleitung: **Carsten Zech**  
Tel.: 01/522 44 21  
[soma@wiener.hilfswerk.at](mailto:soma@wiener.hilfswerk.at)

## Haus- und Heimservice

Projektleitung: **MMag.<sup>a</sup> Gerit Rabitsch**  
Tel.: 01/512 36 61-25 oder 26  
[heimservice@wiener.hilfswerk.at](mailto:heimservice@wiener.hilfswerk.at)

Sozialökonomischer Betrieb in Zusammenarbeit mit:





# Unsere zehn Nachbarschaftszentren

Lebendige Treffpunkte, wo Menschen einander treffen und miteinander plaudern. Sie sind Orte gegenseitiger Hilfe zwischen Menschen aller Generationen und jeder sozialen Schicht.

## Hilfswerk-Nachbarschaftszentren

Abteilungsleitung: **Michael Eibensteiner, BA**

- **Nachbarschaftszentrum 2 – Leopoldstadt**  
1020 Wien, Vorgartenstraße 145–157  
Leitung: **Mag.<sup>a</sup> Iris Heinrich**  
Tel.: 01/212 04 90, nz2@wiener.hilfswerk.at
- **Nachbarschaftszentrum 3 – Landstraße**  
1030 Wien, Barichgasse 8  
Leitung: **Mag.<sup>a</sup> Jenny Reuter**  
Tel.: 01/713 82 49, nz3@wiener.hilfswerk.at
- **Nachbarschaftszentrum 6 – Mariahilf**  
1060 Wien, Bürgerspitalgasse 4–6  
Leitung: **Mag.<sup>a</sup> Jutta Rentmeister**  
Tel.: 01/597 36 50, nz6@wiener.hilfswerk.at

- **Nachbarschaftszentrum 7 – Neubau**  
1072 Wien, Schottenfeldgasse 29  
Leitung: **DSA Heidelinde Pelka**  
Tel.: 01/512 36 61-440, nz7@wiener.hilfswerk.at
- **Nachbarschaftszentrum 8 – Josefstadt**  
1080 Wien, Florianigasse 24  
Leitung: **Dr.<sup>in</sup> Verena Kauer**  
Tel.: 01/402 68 75, nz8@wiener.hilfswerk.at
- **Nachbarschaftszentrum 12 – Meidling**  
1120 Wien, Am Schöpfwerk 31  
Leitung: **Mag.<sup>a</sup> Marianne Rysavy**  
Tel.: 01/667 07 78, nz12@wiener.hilfswerk.at
- **Nachbarschaftszentrum 15 – Rudolfsheim-Fünfhaus**  
1150 Wien, Kardinal-Rauscher-Platz 4  
Leitung: **Mag.<sup>a</sup> Elisabeth Kausek**  
Tel.: 01/985 38 30, nz15@wiener.hilfswerk.at

- **Nachbarschaftszentrum 16 – Ottakring**  
1160 Wien, Stöberplatz 2  
Leitung: **Mag.<sup>a</sup> Verena Mayrhofer Ilijć**  
Tel.: 01/485 81 17, nz16@wiener.hilfswerk.at
- **Nachbarschaftszentrum 17 – Hernals**  
1170 Wien, Hernalser Hauptstraße 53  
Leitung: **Mag.<sup>a</sup> Eva Bertalan**  
Tel.: 01/403 94 33, nz17@wiener.hilfswerk.at
- **Nachbarschaftszentrum 22 – Donaustadt**  
1220 Wien, Rennbahnweg 27/Stg. 3/R1  
Leitung: **Mag.<sup>a</sup> Sigrid Karpf**  
Tel.: 01/256 57 90, nz22@wiener.hilfswerk.at

[www.nachbarschaftszentren.at](http://www.nachbarschaftszentren.at)  
[www.facebook.com/NZ7.Neubau](https://www.facebook.com/NZ7.Neubau)  
[www.facebook.com/NZ16.Ottakring](https://www.facebook.com/NZ16.Ottakring)  
[www.facebook.com/NZ17.Hernals](https://www.facebook.com/NZ17.Hernals)

## Selbsthilfegruppen

- **Nachbarschaftszentrum 2** Tel.: 01/212 04 90

### Österreichische Patienteninitiative Reizdarm (ÖPRD)

Jeden Mittwoch 16.00–18.00 Uhr  
(Journaldienst), Termine im NZ2 erfragen  
(Sitzungen, Clubabend)

### SHG Dystonie und Arbeit

4x/Jahr, freitags 17.30 Uhr, Kontaktperson:  
Fr. Weissenberger Tel.: 0664/73 45 32 54

### SHG ADAPT

1x/Monat, Donnerstag 18.30 Uhr;  
Kontaktperson: Fr. Bruckner, Termine erfragen  
Verein\_adapt@yahoo.com

### SHG Hirntumor

Informationen unter [www.shghirntumor.at](http://www.shghirntumor.at)

- **Nachbarschaftszentrum 6** Tel.: 01/597 36 50

### Gesprächsgruppe hochsensibler Personen

Jeden 1. Donnerstag, 18.30 Uhr

### MegaStark SHG für

### Multiple-Sklerose-Betroffene

Jeden 3. Dienstag, 18.30 Uhr

### SHG NA – Narcotics Anonymous

Jeden Freitag, 19.30 Uhr

### SHG Bipolar

Jeden 2. und 4. Dienstag, 18.00 Uhr

### AL-ANON Angehörigen Gruppe

Jeden Freitag, 17.00 Uhr

- **Nachbarschaftszentrum 7** T.: 01/512 36 61-440

### Multiple Sklerose

Einmal im Monat Dienstag, Donnerstag  
15.00–18.00 Uhr

- **Nachbarschaftszentrum 8** Tel.: 01/402 68 75

### SHG Anonyme Alkoholiker

Jeden Donnerstag ab 18.00 Uhr

### SHG Angst und Panik

Jeden 1. Mittwoch im Monat 17.00 Uhr,  
jeden 3. Mittwoch im Monat 17.30 Uhr  
Anmeldung unter Tel.: 0664/129 22 48

### SHG Essstörungen

Montag 18.30 Uhr; 14-tätig  
Anmeldung unter Tel.: 0699/19 94 11 14

### SHG „Trauernde Eltern Wien“

1. Montag im Monat 18.30 Uhr

### Lupus-Selbsthilfe

Anmeldung und Termine unter:  
[lupus.selbsthilfe@gmail.com](mailto:lupus.selbsthilfe@gmail.com)

- **Nachbarschaftszentrum 12** Tel.: 01/667 07 78

### SHG OA – Overeaters Anonymous

Jeden Donnerstag 19.00–20.30 Uhr

### Am Rand – Selbsthilfegruppe für Borderline-Betroffene

für gemeinsamen Erfahrungsaustausch.  
Gruppentreffen jeden Mittwoch, 18.00–20.00 Uhr.  
Jeden ersten Mittwoch im Monat öffnet sich die Gruppe für neue Teilnehmer/innen.  
Kontakt unter: [amrandwien@gmail.com](mailto:amrandwien@gmail.com) oder  
Facebook: [www.facebook.com/amrandwien](http://www.facebook.com/amrandwien)

- **Nachbarschaftszentrum 15** Tel.: 01/985 38 30

### SHG Adipositas

4. Donnerstag 18.00 Uhr

### SHG Zitronenfalter

### Sehbehinderung/Blindheit

14-tätig, Mittwoch 17.30 Uhr

### Frauengesprächsrunde Brustgesundheit

Donnerstag 17.00–19.00 Uhr

21.9./19.10./16.11./21.12.

### SHG „Bihappy“ – die Bipolaren

14-tätig, Mittwoch 18.30 Uhr

### SHG AAS – Anonyme Arbeitssüchtige

Jeden Montag 18.15–19.15 Uhr

### SHG SIA

1. und 3. Samstag 19.30–21.00 Uhr

### SHG Wohlfühlgruppe (Depression und Angst mit Freizeitaktivitäten/Handarbeiten)

Jeden Sonntag 11.00–17.30 Uhr

### SHG SAG7 (Sensibel.Anonym.Gemeinsam.)

jeden Dienstag 18.30 Uhr

- **Nachbarschaftszentrum 16** Tel.: 01/485 81 17

### SHG NICA – Nichtrauchergruppe

Jeden Montag 19.00 Uhr, Eingang Tür 2

- **Nachbarschaftszentrum 17** Tel.: 01/403 94 33

### Multiple Sklerose – SHG Kunterbunt

Jeden 2. Mittwoch im Monat ab 18.00 Uhr  
(Info unter Tel.: 4092669)

### Hilfe für Alkoholranke HFA-Wien

Montag 18.00–20.00 Uhr,  
Tel.: 0681/20 49 19 38

- **Nachbarschaftszentrum 22** Tel.: 01/256 57 90

### SHG Anonyme Alkoholiker

Jeden Donnerstag ab 17.00 Uhr

### SHG Polyneuropathie

Jeden 2., 4. Montag im Monat

Termine Tel.: 0664/159 41 13

[www.wiener-selbsthilfegruppe-polyneuropathie.at](http://www.wiener-selbsthilfegruppe-polyneuropathie.at)

### SHG Interstitielle Cystitis

Termine: 4.9./4.10., 18.00–20.00 Uhr

### SHG Rheumalis

Jeden 3. Freitag im Monat 17.00 Uhr

### SHG Kommunikation

### miteinander-reden wieder lernen

Jeden 1. und 3. Mittwoch im Monat ab 17.00 Uhr

- **Club Sonnenstrahl** Tel.: 01/512 36 61-460

### SHG für Schädel-Hirn-Trauma

Termine unter Tel.: 0664/323 36 26

[www.shg-sht.at](http://www.shg-sht.at)

2. Sonntag, jeden geraden Monat 15.00 Uhr



HILFSWERK



## KASPERL-Termine

September bis Dezember 2017

Tri-tra-trallalaaa ... der Kasperl, der ist wieder da!

- **Nachbarschaftszentrum 2:** Tel.: 01/212 04 90  
Fr., 29.9. | Fr., 20.10. | Fr., 24.11. | Fr., 15.12. | jeweils 9.45 und 15 Uhr  
Ab 2 Jahren, Dauer ca. 25 Minuten. Mit Anmeldung!  
UKB: 2 Euro/Kind für Gruppen, 3 Euro/Kind für Einzelbesucher/innen
- **Nachbarschaftszentrum 3:** Tel.: 01/713 82 49  
Mi., 4.10., | Mi., 8.11. | jeweils 15.30 Uhr  
UKB: 3 Euro (2,50 Euro mit Kinderaktivkarte). Mit Anmeldung!  
**Nikolokasperl:** Mi., 6.12., 15.30 Uhr, UKB: 5 Euro.  
Anmeldung bis 1.12 erforderlich!
- **Nachbarschaftszentrum 6:** Tel.: 01/597 36 50  
**Kasperl für Kindergruppen:** Di., 28.11., 9.30 und 10.30 Uhr  
UKB: 2 Euro. Mit Anmeldung!  
**Weihnachtskasperl:** Do., 21.12., 15.30 Uhr  
Ein ganz besonderes Kasperlabenteuer! UKB: 3 Euro/Kind. Anmeldung!

- **Nachbarschaftszentrum 7:** Tel.: 01/512 36 61-440  
Do., 21.9. | Do., 12.10. | Di., 17.10. | Di., 7.11. | Do., 9. 11. | Di., 12.12. |  
Do., 21. 12. | 9.30 und 10.30 Uhr, UKB: 4 Euro/Kind. Mit Anmeldung!  
**Kasperl & Kreativ:** für Eltern mit Kleinkindern, anschließend Basteln  
und Elterncafé. Anmeldung bis 2 Tage vorher erforderlich. UKB: 5 Euro.  
Do., 21.9., „Die verzauberte Kindergartentasche“ | Do., 12.10., „Groß-  
mutter hat die Brille verloren“ | Do., 9. 11., „Ärger mit dem Seppl“  
Do., 21.12., „Dancer sucht das Christkind“ | jeweils 15.30–17 Uhr
- **Nachbarschaftszentrum 8:** Tel.: 01/402 68 75  
Di., 26.9. | Di., 17.10. | Di., 21.11. | Di., 12.12. | 17 Uhr, UKB, Anmeldung!
- **Nachbarschaftszentrum 16:** Tel.: 01/485 81 17  
Di., 26.9. | Di., 24.10. | Di., 28.11. | jeweils 10.30 Uhr, UKB 2 Euro pro  
Kind für Gruppen, 3 Euro für Einzelbesucher/innen
- **Nachbarschaftszentrum 22:** Tel.: 01/256 57 90  
Mi., 22.11. | 10 Uhr und 11 Uhr. UKB: 1 Euro/Kind. Mit Anmeldung!



## FLOHMARKT-Termine

September bis Dezember 2017

Hausrat, Bücher, Spielsachen, Kleidung und noch mehr!

- **Nachbarschaftszentrum 2:** Tel.: 01/212 04 90  
**Kindersachenflohmarkt:** Fr., 22.9., 8.30–12.30 Uhr  
Tisch reservieren oder einfach nur stöbern und Schätze finden.  
UKB pro Tisch: 9–11 Euro. Mit Anmeldung!  
**Nachbarschaftsflohmarkt:** Mo., 27.11., 13–16 Uhr  
**Alles-Gratis-Flohmarkt:** Di., 28.11., 8.30–10.30 Uhr  
**Bücher-Flohmarkt:** 2.10.–20.10. zu den Öffnungszeiten
- **Nachbarschaftszentrum 3:** Tel.: 01/713 82 49  
Fr., 1.9. | Fr., 29.9. | Fr., 20.10. | Fr., 3.11. | Fr., 1.12. | jeweils 9–13.30 Uhr  
**Bücher-Flohmarkt:** mittwochs, 9–17 Uhr, freie Spende.
- **Nachbarschaftszentrum 6:** Tel.: 01/597 36 50  
**Flohmarktwoche:** Mo., 25.9.–Fr., 29.9. während der Öffnungszeiten,  
Achtung: Montag erst ab 13 Uhr, Freitag nur bis 12 Uhr.
- **Nachbarschaftszentrum 7:** Tel.: 01/512 36 61-440  
Di., 5.–Do., 7.9. | Di., 19.–Do., 21.9. | Di., 3.–Di., 5.10. |  
Di., 17.–Do., 19.10. | Di., 7.–Do., 9.11. | Di., 21.–Do., 23. 11. |  
Di., 5.–Do., 7. 12. | Di., 12.–Do., 14.12. | jeweils 10–17 Uhr  
**Floh-Café:** Jeden Dienstag, am jeweils 1. Flohmarkttag der Woche,  
findet im Foyer des NZ 7 ein Flohmarktcafé statt: 5.9. | 19.9. | 3.10. |  
17.10. | 7.11. | 21.11. | 5.12. | 12.12. | jeweils 9.30–14 Uhr  
**Kidi's Flohmarkt:** Sa., 30.9. | Sa., 25.11. | jeweils 9.30–14 Uhr  
UKB 8 Euro pro Tisch. Rechtzeitig Tisch reservieren!
- **Nachbarschaftszentrum 8:** Tel.: 01/402 68 75  
Mi., 11.10., 9–17 Uhr | Do., 12.10., 9–15 Uhr |  
Mi., 8.11., 9–17 Uhr | Do., 9.11., 9–15 Uhr
- **Nachbarschaftszentrum 12:** Tel.: 01/667 07 78  
Fr., 1.9., 9–13 Uhr | Fr., 6.10. | Fr., 3.11. | Fr., 1.12. | je 10–14 Uhr  
Kleidung, Spielsachen, Geschirr, Taschen, Schuhe, Hausrat, Deko usw.
- **Nachbarschaftszentrum 15:** Tel.: 01/985 38 30  
Do, 5.10. | Do, 30.11. | jeweils 9–15 Uhr  
**Gratis-Flohmarkt:** Fr., 6.10. | Fr., 1.12. | jeweils 9.30–11 Uhr
- **Nachbarschaftszentrum 16:** Tel.: 01/485 81 17  
Fr., 4.8. | Fr., 1.9. | Fr., 6.10. | Fr., 3.11. | Fr., 1.12. | jeweils 9–12 Uhr
- **Nachbarschaftszentrum 17:** Tel.: 01/403 94 33  
Fr., 6.10. | Fr. 3.11. | 1.12. | jeweils 9–16 Uhr
- **Nachbarschaftszentrum 22:** Tel.: 01/256 57 90  
Di., 19.9. | Mi., 20.9. | jeweils 9–12 und 13–16 Uhr  
**Gratis Nimm mit Tag:** Do., 21.9.: 9–12 Uhr

[www.nachbarschaftszentren.at](http://www.nachbarschaftszentren.at)



# Veranstaltungskalender

Eine kleine Auswahl aus dem Programm der Nachbarschaftszentren.

Weitere Infos unter [www.nachbarschaftszentren.at](http://www.nachbarschaftszentren.at) sowie [www.skydome.at](http://www.skydome.at)

## • Nachbarschaftszentrum 2: Tel.: 01/212 04 90

**Tag des Wohlbefindens:** Alles rund um die Themen Wohlbefinden und Gesundheit! Angebote zum Mitmachen, Neues zum Kennenlernen und Ausprobieren, Plauderzonen u. v. m.! Programminfo im NZ erfragen. Mi., 15.11., 9–15 Uhr

**Adventfeier:** Klaviermusik, besinnliche Geschichten. Mit Anmeldung. Mo., 4.12., 13.30–15.30 Uhr

**Nikolo-Feier:** Live Klaviermusik, Geschichten und Gedichte. Nikolosackerl für jedes Kind. Mit Anmeldung. UKB: 5 Euro. Mi., 6.12., 15 und 17 Uhr

## • Nachbarschaftszentrum 3: Tel.: 01/713 82 49

**Raus ins Grüne – Indian Summer am Wiener Berg:** Mit Anmeldung. Freie Spende.

Mi., 13.9., 9–ca. 14 Uhr

**„Tanz ab der Lebensmitte“ als ein wirksames**

**Mittel gegen Altersdemenz:** Seniorentänze mit Frau Pfaffstaller. Mit Anmeldung. Freie Spende.

Do., 21.9. 10–11 Uhr

**Wie groß ist mein ökologischer Fußabdruck?**

Interaktiver Vortrag mit Bernd Schaudinnus. Mit Anmeldung. Freie Spende. Mi., 27.9., 15–17 Uhr

**Salsa, Cha Cha Cha & Co. Latin Fitness mit Patrick Schmidt:** Mit Anmeldung. Freie Spende.

Do., 12.10. und 23.11., 10–11 Uhr

**Do it yourself – trendig-hippe Weihnachtsgeschenke selber machen:** Mit Anmeldung.

Freie Spende. Di., 14.11., 10–15 Uhr

## • Nachbarschaftszentrum 6: Tel.: 01/597 36 50

**Erntedankfest für Groß und Klein:** Gesundes genießen und im Garten plaudern. Gerne darf etwas mitgebracht werden. Mit Unterstützung der Wiener Gesundheitsförderung! Mi., 4.10. 15–16.30 Uhr

**Herbstwanderung auf die Sophienalpe:**

Anmeldung bis 10.10. erforderlich! Do., 12.10., 8.30–14.30 Uhr

**Online einkaufen, aber sicher!** Workshop für

Senior/innen in Kooperation mit Qualitätszeit. Anmeldung bis 16.11. Freiwillige Spende von

5 Euro erbeten. Di., 21.11., 14.30–16 Uhr

## • Nachbarschaftszentrum 7: Tel.: 01/512 36 61-440

**Reparatur-Café Neubau:** „Gemeinsam reparieren statt einsam wegwerfen!“ Wir suchen: handwerklich geschickte Freiwillige im Bereich Elektro-Kleingeräte, Nähen u. v. m. Bitte bei uns melden! Wir bieten: Unterstützung bei kleineren Reparaturen tragbarer Gegenstände, z. B.

elektrische Geräte, Textilien u. v. m. gegen einen UKB für Material. Sa., 7.10., 10–15 Uhr

**„swing – move – smile“ – Fit mit smoveys:**

Im Rahmen der Mobilitätswoche: Bewegungsrunde mit smoveys für alle Generationen, Smoveys

werden kostenlos zur Verfügung gestellt, Anmeldung bis 18.9. notwendig! Mi., 20.9., 14–15.30 Uhr

**„Rock den Rolli“:** Im Rahmen des Monats der Senior/innen: Rollator-Tanz zu beschwingter Musik. Ob Schlager, Walzer oder Rock 'n' Roll. Viel Freude und Spaß an Bewegung stehen im Vordergrund! Di., 26.9. 15–17 Uhr

**Deutschkarussell:** Lernen Sie spielend Deutsch: ein Tisch – ein Thema! 7.9., 21.9., jeweils 17–19 Uhr

**Nikolofeier:** Der Nikolo kommt mit Sack und Pack. Anmeldung bis 4.12. UKB: 5 Euro. Mi., 6.12.,

16–17.30 Uhr

## • Nachbarschaftszentrum 8: Tel.: 01/402 68 75

**„Die schlimmen Kinder in der Schule“**

und **„Frühere Verhältnisse“:** präsentiert von der Theatergruppe des NZ8 (frei nach Johann Nestroy). Kartenvorverkauf ab 12.9. im Zentrum. Premiere: Mo., 23.10., 18 Uhr. Weitere Vorstellungen: Di., 24.10., Mi., 25.10. jeweils 18 Uhr

**Spieletag für Alt und Jung:** Mehrere Spielstationen mit Kinder-, Jugend-, Gesellschafts-, Aktivitäts- und Denkspielen. Mi., 27.9. und Mi., 22.11., 16.30–19 Uhr

**„Wien-Quiz“:** Mit Anmeldung. Do., 5.10. 15 Uhr

**„Es begann mit einem Loch im Schuh“ –**

**Lesung von Jürgen Krenn aus seinem ersten**

**Buch:** Spannende skurrile Geschichten mit viel Humor. Eintritt frei. Mi., 29.11., 18.30 Uhr

## • Nachbarschaftszentrum 12: Tel.: 01/667 07 78

**Workout-Workshop – Körperaktivierung bei**

**peppiger Musik:** Fr., 15.9.: Schnuppertraining, danach UKB 1 Euro. Jeweils freitags, 9.15–10.15 Uhr. 15. und 22.9., 13. und 20.10., 10. und 17.11.

**Wir wandern wieder:** Mit Anmeldung. UKB: 2 Euro plus Fahrtkosten. Treffpunkt im Zentrum.

Von Mödling bis Gumpoldskirchen, Di, 19.9., 9 Uhr

Lainzer Tiergarten, Di, 17.10., 9 Uhr

Ausflug in die Lobau, Mi, 15.11., 9 Uhr

**Vorträge im Rahmen unseres Mutter-Kind-**

**Treffs:** Babymassagetechniken für besseres Wohlbefinden (bitte ein altes, weiches Handtuch und Babyöl mitbringen). Mit Anmeldung!

Mo., 2.10. 10.30–12 Uhr

Trageberatung: Infos und Tipps zum Tragen von Babys und Kleinkindern. Mo., 13.11., 10.30–12 Uhr

**Der Nikolo kommt!** Mit Anmeldung UKB: 3 Euro.

Di., 6.12., 15.30–16.30 Uhr

## • Nachbarschaftszentrum 15: Tel.: 01/985 38 30

**Messe für Gesundheit & Prävention:**

Gesundheitsstraße mit gratis Fit-Card; Vorträge, Workshops und Bühnenprogramm. Ort: Wiener Hilfswerk, SkyDome, 1070 Wien, Schottenfeldgasse 29. Eintritt frei! Fr., 20.10. 10–16.30 Uhr

**Fit für den Kinderschuh:** Ein Kurs für (werdende) Eltern und auch Großeltern. In Kooperation mit FEM. Deutsch- und türkischsprachig. Info im NZ oder Frauengesundheitszentrum FEM 01/476155771.

**Halloweenparty:** Bastelstationen, Hexenbuffet, Halloweenumzug. Für Kinder von 5 bis ca. 11

Jahren. Mit Anmeldung. Mo., 30.10. 14–15.30 Uhr

**Abschlussveranstaltung des Projekts**

**AktivlotsInnen** (Kooperation von WHW-NZ und den WS): Ort: Bezirksvorstehung 15, Gasgasse

8–10, 1150 Wien. Mi., 8.11., 10–12 Uhr

**Vortrag von Dr. Klaus Skoupy:** Thema: „Hören Sie lieber auf Ihren Kopf oder Ihr Herz? Warum?“

Mit Anmeldung. Mo., 6.11., 12–13.30 Uhr

## • Nachbarschaftszentrum 16: Tel.: 01/485 81 17

**Frau im Zentrum:** Jeweils mittwochs von 10–12 Uhr, 13.9./11.10./8.11./13.12.

**Senioren.Aktiv-Woche:** Ampel Kochen. Mi., 20.9. 10–13 Uhr

**Mobilitätswoche:** Wien zu Fuß kennenlernen!

Gemeinsam Sehenswürdigkeiten anschauen.

Mi., 20.9., Treffpunkt im Zentrum um 9.30 Uhr

**Heiteres Gedächtnistraining zum Thema**

**„Mobilität“:** Do., 21.9., 9–10 Uhr

**Adventkranzbinden:** Mit Anmeldung.

Mi., 29.11., 14–16 Uhr

## • Nachbarschaftszentrum 17: Tel.: 01/403 94 33

**Gedichte & Rosenwasser:** Ein Abend mit Lyrik und Musik, Mo., 18.9., 17 Uhr

**Kürbisfest:** Kürbisschnitzen, Gruselkeller,

Kinderschminken u. v. m. Fr., 13.10., 14–18 Uhr

**St. Martin:** unser traditioneller Umzug mit Pferd und Reiter, Fr., 10.11., 17 Uhr

**Nikolo:** UKB pro Nikolosackerl 2 Euro

Mi., 6.12., 15/16/15/17.30 Uhr

## • Nachbarschaftszentrum 22: Tel. 01/256 57 90

**Herbst-Siedlungsfest mit Nachbars-Flohmarkt:**

Fest für Groß und Klein, Live-Musik, Tanz. Flohmarktstische können gratis reserviert werden (Bitte um Anmeldung für Tische!) Do., 7.9. 15–18 Uhr

**Von Kopf bis Fuß im Gleichgewicht:** Trainieren Sie mit einfachen Übungen effizient Ihr Gleichgewicht, Ihr Gedächtnis und Ihre Koordination.

Mit Anmeldung! Di., 7.11., 10–11.30 Uhr

**Musikalische Reise durch Österreich:** Walter Deutsch spielt am Akkordeon Lieder aus jedem Bundesland, bei denen alle mitsingen können.

Mit Anmeldung! Mo., 9.10., 14–16 Uhr

**Handkraftmessung mit unserer DGKS:** Der

Handkraftmesser ist ein diagnostisches Instrument, das auch zur Schlussfolgerung auf den gesamten Gesundheitszustand genutzt wird.

Di., 10.10., 10.30–11.30 Uhr

## Informationsabend für pflegende Angehörige

**Neues Erbrecht.** Mit 1. Jänner 2017 wurde das Erbrecht geändert. Viele neue Details sind eingeführt worden und unterscheiden sich vom bisher gewohnten Erbrecht.

Pflegende Angehörige verwenden einen erheblichen Teil ihrer Zeit für die Betreuung und Pflege ihrer Anvertrauten. Viele reduzieren ihre berufliche Tätigkeit und verzichten somit auf Einkommen und Pensionszeiten, um die Betreuung und Pflege im benötigten Ausmaß erbringen zu können. Mit Anfang des Jahres 2017 trat ein neues Erbrecht in Kraft, in dem nun auch die Arbeit von pflegenden Angehörigen berücksichtigt wird. Nähere Informationen dazu und generell zum neuen Erbrecht erhalten Sie bei einem Fachvortrag von Herrn Mag. Mark Holoubek, öffentlicher Notar, im Rahmen unseres Abends für pflegende Angehörige. Auch Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter aus dem Pflegebereich, den Tageszentren und Seniorenwohngemeinschaften des Wiener Hilfswerks stehen für Informationen zur Verfügung.



### Informationsabend: Neues Erbrecht Sicherheiten für pflegende Angehörige

**Zeit: Donnerstag, 9. November, 18.00 Uhr**  
**Ort: Mehrzweckraum Smaragd des Wiener Hilfswerks  
Schottenfeldgasse 29, Eingang 3, EG, 1070 Wien**

### Webtipp: Infobereich für pflegende Angehörige

Wir beim Wiener Hilfswerk sind uns bewusst, welche enorme Aufgabe pflegende Angehörige täglich meistern. Diese Tätigkeit ist nicht leicht, ist in vielen Fällen sogar eine große Belastung. Aus diesem Grund wollen wir Ihnen Antworten auf häufig gestellte Fragen, wichtige Informationen, den Kontakt zu Experten/innen und eine Sammlung von weiterführenden Links zu anderen Seiten im Internet zugänglich machen. Sie finden unseren Online-Infobereich – inklusive des Zugangs zur Facebook-Gruppe für pflegende Angehörige – unter [www.hilfswerk.at/wien/pflege](http://www.hilfswerk.at/wien/pflege)

## WISSENSBÖRSE



### Regelmäßige Treffen mit Diskussion

**Ort:** Mehrzweckraum Smaragd des Wiener Hilfswerks, Schottenfeldgasse 29, Eingang 3, EG, 1070 Wien

**Zeit:** jeweils Montag 15.00–17.00 Uhr

#### Nächste Termine:

- 4.9. Der Marken-Wahn
- 18.9. In jedem Menschen steckt ein Optimist
- 2.10. Der gläserne Mensch
- 16.10. Das tägliche Doppelleben zwischen selbstbestimmt und fremdbestimmt
- 6.11. Die Macht der Kränkung
- 27.11. Wann und wer darf mich beurteilen?
- 11.12. Weihnachtsfeier

**Anmeldung:** Tel. +43 664/496 75 47  
(Fr. Giovannozzi)

Informationen: [www.wissensboerse.at](http://www.wissensboerse.at)

An advertisement for Carl von Zeyten watches. On the left, a black and white photograph of a man in a hat and suspenders holding a small dog. On the right, a large, detailed image of a watch with a leather strap and a complex dial. The text 'CVZ' is at the top, followed by 'CARL VON ZEYTEN' and 'BLACK FOREST WATCHES'. At the bottom, it says 'Made in Germany' and 'CVZ 0017 SGY | Black Forest | 399,- €'. A small copyright notice is at the very bottom: '© Tobias Raphael Ackermann | J. Scherzinger / Artwood | by Cristiano GmbH'.

**NEU** Die Alternative zum Badumbau!



# Duschen im Bett

AquaBuddy Home - das mobile Körper-Reinigungssystem mit fließendem Wasser - ideal für die Pflege zu Hause!

- 1 Einfache & gründliche Körperpflege
- 2 Auch alleine leicht anwendbar
- 3 Praktisch wartungsfrei

AquaBuddy Home ermöglicht bettlägerigen Menschen einfach und schonend eine Dusche, Kopfwäsche oder Intimpflege direkt im Bett - ohne dass dieses nass wird.

AquaBuddy Home lässt sich auch alleine einfach bedienen und mit jedem Bett verwenden. Es stehen 8 L Frischwasser zur Verfügung, die abgesaugt und in einem Schmutzwassertank gesammelt werden.

AquaBuddy Home bringt Wohlbefinden und verbessert die Lebensqualität von bettlägerigen Menschen und den Pflegenden gleichermaßen.



Maße: H 720 L 450 T 320 mm Gewicht: ca. 15 kg

Wir beraten Sie gerne!

Info: ☎ + 43 (1) 943 53 93 – 93, [info@aquabuddy.at](mailto:info@aquabuddy.at), [www.aquabuddy.at](http://www.aquabuddy.at)

Praktische Hilfe bei der Pflege zu Hause! **NEU**

# Professional Transferkit

8-teiliges Set mit hochwertigen Hilfsmitteln für den einfachen Transfer und die schonende Mobilisation.

- 1 Erleichtert die Mobilisation
- 2 Erhöht die Patienten-Sicherheit
- 3 Schont die Gesundheit der Pflegenden

8-teilig  
**€ 515,-**  
(exkl. 20% USt.)



Mobilisationsgurt



inkludiert

2 x Transfergürtel



Beinhebegurt



Rutschbrett



Drehscheibe



Drehkissen



Gleittuch

inkl. Trainings- & Anwendungsleitfaden & Online-Videos

Info: ☎ + 43 (1) 943 53 93 – 53, [info@transferhilfen.at](mailto:info@transferhilfen.at), [www.transferhilfen.at](http://www.transferhilfen.at)



PflegerIn  
des Jahres 2017  
**JETZT NOMINIEREN!**



Jeden Tag geben in Österreich mehr als 100.000 Pflegerinnen und Pfleger ihr Bestes – voller Hingabe, sozialer Kompetenz und Professionalität. Sagen Sie ihnen Danke und nominieren Sie jetzt Ihre/n PflegerIn mit Herz auf [pflegerIn-mit-herz.at](http://pflegerIn-mit-herz.at). Einsendeschluss ist der 26. 10. 2017.