

Hand in Hand

Zeitschrift für Gesundheit, Familie und Soziales



HILFSWERK

3 | 2018



Frag doch mich!

Die Welt aus Kindersicht. > 4

Generalversammlung Hilfswerk Österreich.
Klare Ziele und ein Jubilar. > 29

Betreuung. Ein Tag mit
Heimhilfe Monika J. > 15

New Chance.
Secondhand mit Sinn. > 25

in Ge für die Zukunft

Gelebte Verantwortung. Vom Spielerschutz über den schonenden Umgang mit Ressourcen bis hin zur Unterstützung zahlreicher Organisationen und Projekte im Sozialen, der Kultur und im Sport. Die Österreichischen Lotterien engagieren sich seit über 30 Jahren im Interesse der Gesellschaft.





16



9



22



EDITORIAL

Karin Praniess-Kastner, MSc
Präsidentin des Wiener Hilfswerks

Kleine Experten/innen

„Frag doch mich!“ steht auf der Titelseite dieser „Hand in Hand“-Ausgabe. Damit ist gemeint, dass Eltern ihren Kindern mehr Vertrauen schenken sollen – ihnen zuhören, sie ernst nehmen, sie als Experten/innen der eigenen Lebenswelt akzeptieren. Wenn man darüber nachdenkt, kann man dem nur zustimmen. Jeder Mensch – und damit auch jedes Kind – wächst am Zuspruch durch andere. Ein solcher Zuspruch ist es natürlich, wenn das Kind merkt, dass es von seiner Umgebung ernst genommen wird. Das trifft besonders dann zu, wenn der Zuspruch von den eigenen Eltern kommt, zu denen Kinder als Vorbilder aufschauen.

Vielleicht ist es die Überlegung wert, einmal das Kind ans sprichwörtliche Ruder zu lassen. Es kann überraschend sein, welche Wünsche und Bedürfnisse dann geäußert werden. Möglicherweise sind es ganz andere als jene, die von den Eltern – in bester Absicht – angenommen wurden. Kinder wollen frei spielen. Sie wollen entdecken. Sie wollen Dinge erleben und an ihren Erlebnissen wachsen. Dabei sollten wir sie nicht blockieren, sondern bestmöglich unterstützen. Letzteres bestimmt auch die Arbeit im Wiener Hilfswerk, wo wir Menschen in all ihren Lebensphasen mit großem Respekt begegnen. Wenn Sie Interesse an unserer Arbeit im Bereich der Kinderbetreuung haben: Sie finden alle Informationen unter www.hilfswerk.at/wien/kinder

Herzlichst,
Ihre Karin Praniess-Kastner

COVERSTORY

- 4 Frag doch mich!**
Die Welt aus Kindersicht.

KINDER & JUGEND

- 9 Eingewöhnung bewusst gestalten.** Die ersten Tage bei Tagesmutter/-vater sind für Kinder und Eltern aufregend.

PFLEGE & BETREUUNG

- 15 Pflegende Angehörige.** Infoabend „Neues Erwachsenenschutz-Gesetz“ am 22. November.

GESUNDHEIT & LEBEN

- 18 Das Wiener Hilfswerk auf der Power Parade.** Freizeiteinrichtungen für Menschen mit Behinderung und Nachbarschaftszentren nahmen teil.

- 20 Abwechslung im Alltag.**

Bereits mehr als 100 Buddys trainieren mit älteren und gebrechlichen Menschen.

- 22 „Kein besserer Ort als Wien“.**

Interview mit Schauspielstar Maria Happel.

- 23 Annemarie-Imhof-Komitee.**

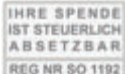
Gleich vier traditionelle Veranstaltungen organisiert das Komitee noch vor dem Jahresausklang.

- 24 Nachernte für Sozialmarkt.**

Die Nachbarschaftszentren starteten mit BioHof ADAMAH und BOKU ein vielversprechendes Projekt.

- 26 20 Jahre Hilfswerk-Nachbarschaftszentrum Donaustadt**

Bereits seit 20 Jahren leistet das Nachbarschaftszentrum Donaustadt unentbehrliche Arbeit.



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; Web: www.wiener.hilfswerk.at **Redaktion Wien:** Mag.^a Martina Goetz, Mag. Heiko Nötstaller, Conny Pressler, Mag.^a Martina Stoll **Redaktion Österreich:** Elisabeth Anselm, DI Roland Wallner **Fotos:** Hilfswerk Österreich/Suzy Stöckl/Klaus Titzer, Wiener Hilfswerk/Daniel Nuderscher/Jenni Koller, Fotolia, Hilfswerk Austria (31/Andi Urban), Shutterstock (Cover/3/5/6/Tatiana Gladskikh, 4/Tom Wang, 16/Robert Kneschke) **Anzeigen:** Dr. Norbert Kastelic/Hilfswerk Österreich. **Layout:** Egger & Lerch, 1030 Wien; **Druck:** Ferdinand Berger & Söhne GmbH, Horn. 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. **Auflage Wien:** 18.000 Stück.

Sehr geehrte Bezieher/innen des Magazins Hand in Hand!

Seit dem 25. Mai 2018 gilt die EU-Datenschutz-Grundverordnung (EU-DSGVO). Dem Wiener Hilfswerk ist die Sicherheit Ihrer Daten und Ihrer Privatsphäre sehr wichtig, und wir versichern Ihnen, dass wir schon bisher sehr verantwortungsvoll mit Ihren Daten umgegangen sind. Informationen über die Verarbeitung Ihrer Daten finden Sie in der neuen Datenschutzerklärung auf unserer Website unter <https://www.hilfswerk.at/wien/datenschutz/>. Das Wiener Hilfswerk verwendet Ihre Daten ausschließlich für den Versand von Informationen über die Arbeit des Wiener Hilfswerks. Sie haben das Recht auf Auskunft, Änderung und Löschung Ihrer Daten. Wenn Sie in Zukunft keine Informationen des Wiener Hilfswerks erhalten wollen, senden Sie bitte einen Brief an das Wiener Hilfswerk, Schottenfeldgasse 29, 1072 Wien, oder senden Sie eine E-Mail mit dem Betreff „Abmeldung Hand in Hand“ an datenschutz@wiener.hilfswerk.at. Mit herzlichen Grüßen, Ihr Wiener Hilfswerk-Team

Frag doch mich!

Die Welt aus Kindersicht. Unser Verständnis von Kindsein und Kindheit hat sich über die Jahrhunderte grundlegend gewandelt. Früher sah man Kinder als kleine Erwachsene, heute sehen wir sie als eigenständige Individuen, mit eigenen Bedürfnissen, Gedanken und Meinungen.

Für die neue Kindheitsforschung gelten daher die Kinder selbst als Expertinnen und Experten ihrer Lebenswelten. Sie direkt zu fragen, was sie über dieses oder jenes denken, führt manchmal zu unerwarteten Einsichten. „Kinder haben ihre eigenen Vorstellungen davon, wie Zusammenleben funktioniert, und gestalten die Gesellschaft selbst mit“, sagt die Soziologin Ulrike Zartler. Sie sucht u. a. nach Antworten auf folgende Fragen: Wie erleben und erklären sich Kinder unsere Welt? Wie beurteilen sie Ereignisse in ihrem Umfeld? Aus ihrer Forschungstätigkeit weiß Ulrike Zartler, dass Kinder mit Situationen sehr gut umgehen können, wenn sie die Rahmenbedingungen und Gründe kennen und spüren, dass sie selbst mit ihrer eigenen Meinung gehört werden.

„Altersadäquate Partizipation – an Entscheidungen teilhaben und mitbestimmen dürfen – ist ein wichtiges Grundprinzip in der Begleitung heranwachsender Kinder“, betont auch Hilfswerk-Kinderbetreuungs-Expertin Martina Genser-Medlitsch. Und: Kinder sehen Dinge, die Pädagogen oder Eltern oft nicht wahrnehmen. Wird etwa eine Bastel- oder Spielecke umgestaltet, haben Kinder dazu vielleicht ganz andere Ideen als die Erwachsenen. Wer Kinder in verschiedenen Situationen mitbestimmen lässt, vermittelt ihnen Wertschätzung und Vertrauen. „Damit dieses Zusammenspiel funktioniert, braucht es von Seite der Erwachsenen Interesse und Offenheit für die Ansichten der Kinder“, so Genser-Medlitsch.

Zurückhaltung und Gelassenheit

Das gilt auch für die Freizeitgestaltung von Kindern, an die Eltern häufig sehr hohe Maßstäbe legen. Montags zum Sport, am Dienstag zum Geigenunterricht, mittwochs zu den Pfadfindern, am Donnerstag zum Schwimmkurs, am Freitag bleibt noch kurz Zeit zum Verschnaufen vor dem Wochenende. Wenn Eltern in bester Förderabsicht die Terminkalender ihrer Kinder füllen, führt dies Studien zufolge jedoch selten zu den gewünschten

Ergebnissen, sondern in erster Linie zu Überforderung. Was Kinder für ihre Entwicklung vor allem und im wahrsten Sinne des Wortes brauchen ist Spielraum. Der Lernpsychologe und Erziehungswissenschaftler André Frank Zimpel sieht im Spielen die effektivste Form des sozialen Lernens. Daher sollten Fixpunkte im Tagesablauf keinesfalls das freie, zwanglose Spielen zu sehr einschränken oder gar verunmöglichen. Auch hier tun Eltern gut daran, die Kinder selbst nach ihrer Meinung und ihren Bedürfnissen zu fragen und sie aufmerksam zu beobachten.

Kindern mehr zutrauen: Erlebnisraum Schulweg

Kinder wachsen heute in einer Zeit auf, die zunehmend von einer „Verinselung“ der Kindheit geprägt ist: Sie verbringen den Großteil ihres Alltags in halb-öffentlichen, institutionalisierten und privaten Räumen – in Vereinen, Kursen, der Schule, bei Freunden, am Fußballplatz, zuhause. Den öffentlichen Raum zwischen diesen „Inseln“ kennen Kinder weniger, weil sie von A nach B gefahren oder jeden Tag mit dem Auto in die Schule gebracht werden.

Eltern meinen es mit diesem bequemen und sicheren Chauffeurdienst nur gut, nehmen dem Kind damit aber wichtige Erfahrungsmöglichkeiten. Denn schon der Weg zur Schule ist Raum für Erlebnisse und Entdeckungen, allein oder mit Freunden. Er trägt dazu bei, Selbstsicherheit und Selbstbewusstsein der Kinder zu stärken.

Was Erwachsene tun können

- Kinder als Experten und Expertinnen ihrer Lebenswelt wahrnehmen
- Kinder nach ihrer Meinung fragen und sie, wenn es möglich ist, in Entscheidungen einbinden
- Aktiv zuhören, nachfragen und aufmerksam beobachten: fühlt sich das Kind mit einer Situation wohl oder überfordert, ist es ausgeglichen oder unruhig?
- Stets offen sein für Überraschungen
- Vertrauen schenken und Kindern altersgemäße Herausforderungen zutrauen
- Bewusst Vorbild sein



„Sich als Eltern in Gelassenheit und Zuversicht zu üben heißt auch, Kindern stufenweise Herausforderungen zuzutrauen und ihnen grundlegendes Vertrauen zu schenken.“
Hilfswerk-Kinderbetreuungs-Expertin Martina Genser-Medlitsch

>> **Eltern als Vorbild:
Vorleben statt verbieten**

Kinder orientieren sich von klein auf an ihren Eltern. Sie machen nach, was ihnen ihre Eltern vormachen, egal, ob dies von den Eltern gewünscht ist oder nicht. Wenn Eltern selbst nur mit dem Auto unterwegs sind oder schon am Frühstückstisch das Smartphone in die Hand nehmen, ist dies auch für die Kinder normal. Wer das Verhalten seiner Kinder ändern oder lenken möchte, sollte deshalb nicht auf Verbote setzen, sondern zuerst eigene Gewohnheiten reflektieren und sich der eigenen Vorbildfunktion bewusst werden. Zusätzlich ist es etwa für die Mediennutzung sinnvoll, Regeln aufzustellen, die für das Kind nachvollziehbar sind und gemeinsam festgelegt werden. Martina Genser-Medlitsch: „Das kann auch eine gute Gelegenheit für die Eltern selbst sein, die eigene Mediennutzung zu überdenken und das Familienleben ablenkungsfreier zu gestalten.“

Mit Kindern auf Augenhöhe –
Drei Fragen
an Soziologin
Ulrike Zartler



Assoz. Prof. Dr. Ulrike Zartler ist Kindheits- und Familiensoziologin an der Universität Wien und Vorstandsmitglied der Österreichischen Gesellschaft für Interdisziplinäre Familienforschung.

Kind sein, früher und heute: Was hat sich aus Sicht der sozialwissenschaftlichen Forschung verändert?

Bis in die 1980er-Jahre waren Kinder für die Forschung Anhängsel der Familie. Wollte man wissen, wie es den Kindern geht, wurden ihre Mütter befragt. Die neue Kindheitsforschung sieht Kinder zunehmend als eigenständige Personen und gleichberechtigte Teile der Gesellschaft, die am besten selbst über ihre Eindrücke, Bedürfnisse und Gedanken Auskunft geben können.

Was beobachten Sie in der Forschung insbesondere zum Thema Kindheit?

Kinder sehen die Dinge anders als Erwachsene, was mitunter überraschende Erkenntnisse zutage bringt. Sie können mit vielen unterschiedlichen und auch schwierigen Situationen

besser umgehen, als Erwachsene oft annehmen. Voraussetzung dafür ist, dass die Kinder ihre eigene Perspektive einbringen können, in Entscheidungen eingebunden werden und sich ernst genommen fühlen.

Was empfehlen Sie Erwachsenen im Umgang mit Kindern?

Gehen Sie auf Augenhöhe: Versuchen Sie, das Kind mit seiner Persönlichkeit in jedem Moment, so wie es gerade ist, als gleichwertig anzusehen und ihm das auch zu vermitteln: Deine Meinung ist wichtig, mich interessiert deine Sicht der Dinge! Und nehmen Sie sich die Zeit, Ihr Kind aufmerksam zu beobachten: Was macht es, wann tut es bestimmte Dinge, womit könnte das in Zusammenhang stehen? Das fördert mitunter mehr Erkenntnisse zutage als die Lektüre zahlreicher Ratgeber!

„Spielen macht schlauer“

Der kostenlose Hilfswerk-Ratgeber für Eltern rund um „Spielen. Lernen. Bilden.“ gibt einen Überblick über aktuelle Erkenntnisse aus Neurowissenschaft, Pädagogik und Soziologie. Im umfassenden Serviceteil finden Eltern Informatives und Praktisches: eine Spielpyramide zur Gestaltung des Spielalltags, Empfehlungen zum Umgang mit TV, Handy und Co. sowie nachvollziehbare Tipps, mit denen Eltern dem Thema Entwicklungsförderung gelassen und vertrauensvoll gegenüberstehen können. Die Infobroschüre (siehe Seite 7) kann kostenlos unter office@hilfswerk.at oder unter Tel. 0800 800 820 (gebührenfrei) bestellt werden. <



Kostenlose Hilfswerk-Ratgeber

Kostenlos bestellen! Orientierungshilfen rund um Kindererziehung und Spielen sowie Pflege und Betreuung.

Das Hilfswerk-Service-Paket rund um Kinder und Erziehung

Mit dem Kinderbetreuungscompass und dem Ratgeber für Eltern „Spielen macht schlauer“ rund um die Themen Spielen, Lernen und Bilden. **Jetzt gratis bestellen unter Tel. 0800 800 820 oder office@hilfswerk.at**

Der Hilfswerk Pflegekompass

Mit wertvollen Tipps für Betroffene, Interessierte und Angehörige. Im Hilfswerk Pflegekompass finden Sie Wissenswertes über Gesundheit, Krankheit und Älterwerden sowie zur Frage, was Sie bei der Entlassung aus einem Spital und aus einer stationären Therapie beachten sollten. Sie finden Tipps, wie Sie Ihre Selbstständigkeit bestmöglich erhalten, wie Sie Ihr Zuhause an Ihre Bedürfnisse anpassen und sicher gestalten können und welche Hilfsmittel bzw. welche Unterstützungsmöglichkeiten es gibt. Aber auch der Umgang mit seelischen Herausforderungen und Abhängigkeit sowie eine Reihe von Fragen zu Geld und Recht werden behandelt. **Jetzt gratis bestellen unter Tel. 0800 800 820 oder office@hilfswerk.at**



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

Mit Empfehlungen zur ganzheitlichen Entwicklungsförderung

HILFSWERK

WIENER STÄDTISCHE
VIENNA INSURANCE GROUP



**Der Hilfswerk
Pflegekompass**

Eine Orientierungshilfe
rund um Pflege
und Betreuung.

HILFSWERK

S-VERSICHERUNG
VIENNA INSURANCE GROUP

ERSTE SPARKASSE



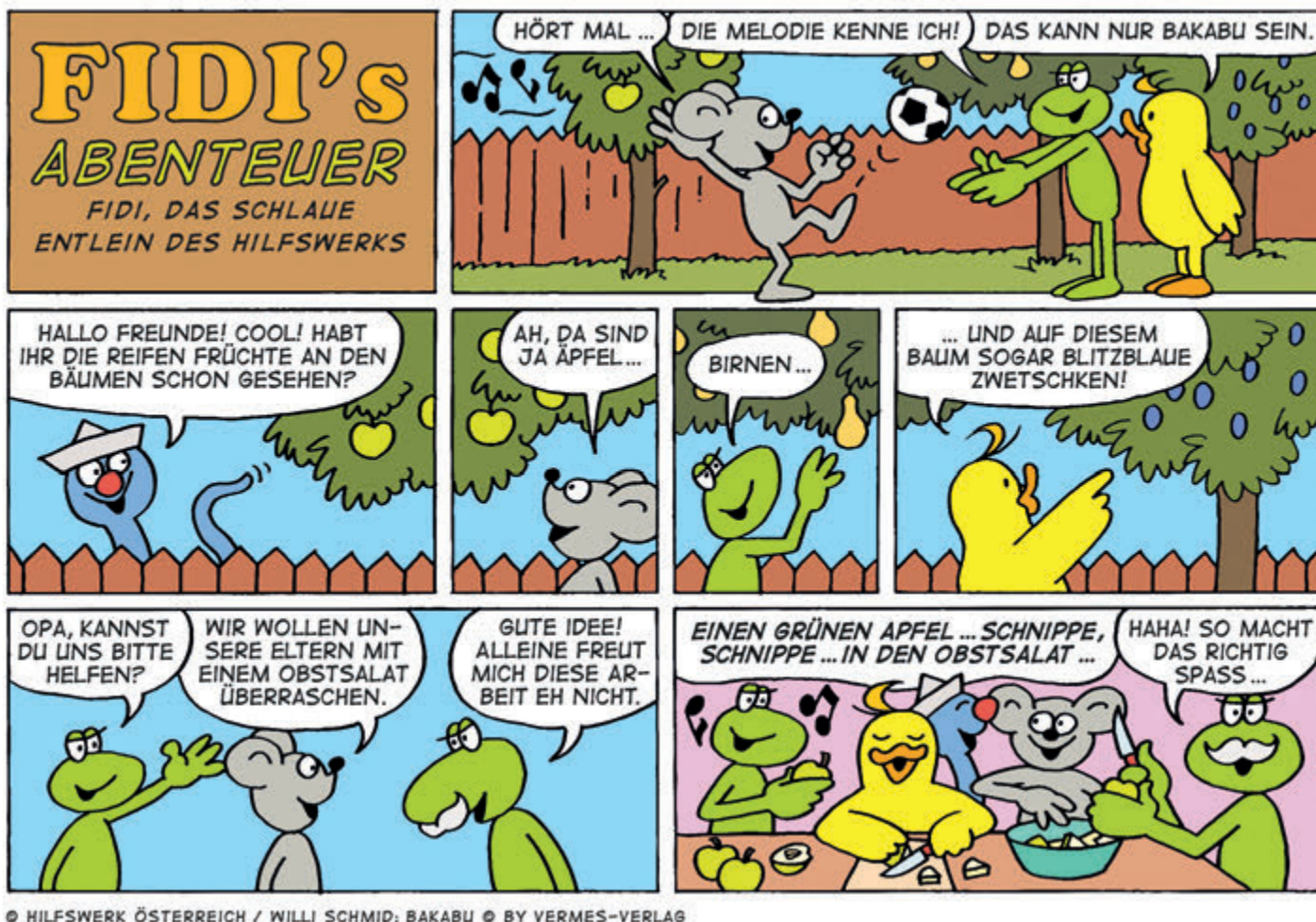
**Der Hilfswerk
Kinderbetreuungs-
kompass**

Eine Orientierungshilfe
rund um Kinder,
Eltern und Betreuung.

HILFSWERK

S-VERSICHERUNG
VIENNA INSURANCE GROUP

ERSTE SPARKASSE



Buchtipp: Kuchen backen mit Christina

Kuchen backen dauert lange? Stimmt gar nicht! Über 50 Kuchenrezepte von Christina Bauer beweisen das Gegenteil. Süße Köstlichkeiten müssen bei der Mutter, Bäuerin und erfolgreichen Back-Bloggerin wirklich unkompliziert sein. Auf Grundlage ihrer eigenen Erfahrungen und Bedürfnisse hat Christina eine Backweise entwickelt, die tausende Fans begeistert. Mit diesem Buch wird auch der letzte Backmuffel zum leidenschaftlichen Kuchenback-Profi! Die Rezepte sind im Nu nachgebacken. Aus einer Handvoll Zutaten, die man garantiert im Vorratsschrank hat, werden in wenigen Schritten duftende Kuchen, Torten und Rouladen gezaubert. Mit dem kleinen Back-ABC und vielen hilfreichen Tipps und Tricks wird jeder Kuchen ein Hit!

Einfache und schnelle Rezepte, die ganz sicher gelingen!

- einfach, unkompliziert, schnell: über 50 köstliche Kuchenrezepte zum Selberbacken
- garantiertes Gelingen: erprobte Rezepte für Anfänger/innen und geübte Bäcker/innen
- mit Back-ABC, Rouladen-Einmaleins und Tipps und Tricks der Backexpertin
- All-time-Favorites: Kuchen für jede Gelegenheit und jeden Anlass
- mit Schritt-für-Schritt-Fotos aller wichtigen Handgriffe
- Zutaten, die jeder kennt und die meisten zuhause haben
- liebevoll gestaltet mit traumhaften Fotografien von Nadja Hudovernik

Über die Autorin: Als Christina Bauer gemeinsam mit ihrem Mann den Bauernhof ihrer Schwiegereltern übernommen hat, wollte sie ihren Gästen etwas Besonderes bieten: frisch gebackenes Brot und süßes Gebäck zum Frühstück. Weil sie nebenbei zwei Kinder, 30 Schafe und 40 Rinder versorgt, hat sie keine Zeit für klebrige Teige. Daraus sind die besten Rezepte und eine richtige „Backen mit Christina“-Bewegung entstanden. Christinas Backkurse sind immer ausgebucht.

Viele weitere Rezeptideen finden Sie auf: www.loewenzahn.at



Kuchen backen mit Christina

24,90 Euro
 ISBN 978-3-7066-2639-2
 144 Seiten, gebunden

Eingewöhnung bewusst gestalten

Tageseltern. Der Herbst rückt mit großen Schritten näher und für viele Kinder beginnt ein neuer Abschnitt. Auf geht's zur Tagesmutter oder zum Tagesvater.

Die ersten Tage in der Betreuung außer Haus sind für ein Kind und seine Eltern aufregend. Auch Kinder müssen sich an neue Situationen erst gewöhnen. Wenn Ihr Kind zur Tagesmutter kommt, dann ist das eine große Veränderung, daher benötigt Ihr Kind eine begleitete Eingewöhnungsphase, wobei die Dauer das Kind bestimmt. Wichtig für den Start ist die gute Zusammenarbeit mit der Tagesmutter/ dem Tagesvater und die bewusste Gestaltung des Eingewöhnungsprozesses:

- Reden Sie mit dem Kind auch zu Hause über die Tagesmutter/den Tagesvater, bereiten Sie das Kind darauf vor.
- Da die Eingewöhnung bei jedem Kind etwas anders verläuft, reservieren Sie sich ausreichend Zeit für diese Phase.
- In der Eingewöhnungszeit erlebt Ihr Kind viele neue Eindrücke, deshalb ist es ratsam, andere Aktivitäten nach dem Besuch der Tagesmutter/des Tagesvaters etwas einzuschränken. So geben Sie Ihrem Kind genügend Zeit, diese Eindrücke zu verarbeiten.
- Kommen Sie regelmäßig zur Tagesmutter/zum Tagesvater. Durch den kontinuierlichen Besuch kann sich Ihr Kind gut an die neue Situation gewöhnen und gewinnt an Sicherheit.
- Halten Sie sich im Hintergrund, während Ihr Kind die neue Umgebung erkundet und Kontakt zu anderen Kindern und zur Tagesmutter/zum Tagesvater aufnimmt.
- Ein von zu Hause mitgebrachtes Kuscheltier, Schmusetuch oder Lieblingsspielzeug gibt Ihrem Kind zusätzlich Sicherheit.
- Geben Sie dem Kind das Gefühl, dass es schön ist, zur Tagesmutter/ zum Tagesvater zu gehen. Wenn Sie sehr unsicher sind, wird es das Kind spüren und entsprechend reagieren.
- Sprechen Sie mit der Tagesmutter/ dem Tagesvater! Auch für Eltern kann die Eingewöhnung eine Herausforderung darstellen. Reden Sie offen über mögliche Unsicherheiten und den Ablauf der Eingewöhnung.

Die Etablierung einer neuen Bezugsperson (Tagesmutter/-vater) hat KEINE qualitativen Auswirkungen auf die bestehende Eltern-Kind-Bindung, sondern ist eine Chance für das Kind, während der Abwesenheit der Eltern seine Entdeckung der Umwelt in einem geschützten und sicheren Rahmen fortzusetzen!

Die wichtigste Botschaft für die ersten Wochen lautet: Geben Sie sich und Ihrem Kind Zeit. Spiel und Spaß mit den anderen Kindern und der Tagesmutter/ dem Tagesvater steht dann nichts mehr im Wege. <

*Petra Adkins, Fachberatung
Mag.^a Petra Kremser, stv. Abteilungsleitung
Wiener Hilfswerk, Kinderbetreuung*

Tagesmütter/Tagesväter

Sie sind die ideale Betreuungsform für Kleinst- und Kleinkinder, weil...

- die Gruppe nur aus maximal 5 Kindern besteht.
- Kinder hier ganz spielerisch lernen.
- den Kindern der Einstieg in den Kindergarten viel leichter fällt.
- die Betreuung gratis (bis zu 20 Stunden/ Woche) bzw. kostengünstig ist.

Infos unter www.hilfswerk.at/wien/kinder/kinder-jugend/tagesmuetter-vaeter/



Geborgenheit und Glück: Tagesmütter stellen sich auf die Kinder ein.

Foto: Wiener Hilfswerk/Krischke

Spielerisch lernen

Spielen, fühlen, erleben.

Die Marke Schleich setzt auf haptisches Erleben – und fördert so die altersgerechte Entwicklung von Kindern.

Die Digitalisierung macht auch vor den Kinderzimmern nicht halt – bereits die Kleinsten wachsen mittlerweile mit Smartphone, Tablet und Co. auf. Doch so praktisch die digitalen Helfer auch sind, sie können das haptische Erleben niemals ersetzen. In einer digitalen Welt wie der unseren möchte Schleich mit seinen hochwertigen und liebevoll bemalten Figuren und Spielsets den traditionellen haptischen Charakter des Spiels aufrechterhalten. Denn Kinder trainieren ihre motorischen Fähigkeiten hauptsächlich durch Ertasten und Erkunden. Darüber hinaus fördert das Spiel mit realen und greifbaren Figuren und Sets die



PROMOTION

Feinmotorik. Spielen ist für Kinder also nicht nur eine Beschäftigung oder sogar Zeitvertreib, sondern auch wichtige Lernzeit.

Mit Schleich-Figuren die Natur visuell und haptisch originalgetreu nacherleben

Die Marke steht für ein authentisches und naturnahes Spielerlebnis. Ob bei Abenteuern auf dem Bauernhof, im Reitstall oder im Urwald: Die realistischen und detailgetreuen Schleich-Spielwelten ermöglichen es Kindern, ihre Umwelt visuell und haptisch originalgetreu nachzuerleben und zu bespielen.

Gleichzeitig regen die handbemalten Tierfiguren und dazugehörigen Sets die Kinder dazu an, sich unzählige eigene Geschichten auszudenken – dabei sind der Fantasie keine Grenzen gesetzt. Zudem lernen Kinder aufgrund der detailreichen und naturnahen Gestaltung ganz nebenbei etwas über die Tiere und deren Lebensraum in ihrer nahen und fernen Umgebung. <



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 „Kuchen backen mit Christina“ von Christina Bauer.

100 JAHRE REPUBLIK

1) 31. Oktober 1918: 100 Jahre Erste Republik

Die Staatsfarben
rot-weiß-rot und ein
vorläufiges Staats-
wappen werden
festgelegt. Welches
Wappen passt nicht
zu den anderen?



2) 11. November 1918:

Kaiser Karl verzichtet auf jeden Anteil an den Staatsgeschäften und überlässt die Entscheidung über die zukünftige Staatsform den Österreicherinnen und Österreichern.

Streichen Sie aus der folgenden Buchstabenschlange das Wort KARL:

KALRALKARLARRAKARLLAARARKKARRLKARLKAARAKALLA
LKARLKALAKARLKAKLAKKALKARKALKAKLARLAKALRKARL
ARLARKARLRKAARKLLAKARLKKRALAKRALLRKARLLRL
RAKRARLRLARKARLLAKARLAKARRLLARAKLARKRALKARLR
KALRKARLKRKARLKRALALAKARARAKLAKARLKARAKLALAR

3) 12. November 1918

Eine riesige Menschenmenge versammelt sich vor dem Parlament. Präsident Franz Dinghofer und Staatskanzler Dr. Karl Renner proklamieren um 15 Uhr von der Parlamentsrampe aus die Republik.

Zeichnen Sie jedes Zahlenpaar an, dessen Summe die links stehende Zahl ergibt:

12 384 567 531 493 569 667 839 448 257 129 239 128 426 672

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

☐ Ja, ich möchte ein Exemplar „Kuchen backen mit Christina“ 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 28. September ein und gewinnen Sie! (Auflösung im nächsten Heft.)

Auflösung aus dem letzten Heft:

1) M A X R A X R R M A
M A R X R R A M A X
A M A X X A R M R R
R X R R A M A X R A
X X A M M A X R A M
A R M A A X R R X X
R R A R X R A A R R
M A X X R A M M A R
A M A R M M A M A
X X R A M R A X A M

2) a) STEG b) KATER c) LOSEN d) RATEN

3) a) BERNSTEIN b) KIESEL c) PERLE d) TOPAS e) JUWELEN

Wir gratulieren den Gewinner/innen der Bücher „Jahreszeiten-Backbuch“.

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

Notruftelefone können Leben retten

Sicherheit rund um die Uhr. Mit einem Knopfdruck auf den mobilen Sender kann schnell und unkompliziert Hilfe gerufen werden.

Unfälle im Haushalt zählen zu den häufigsten Verletzungsursachen überhaupt. Und 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 tagelang ohne Hilfe in ihren Wohnungen lagen?

Rasche und unkomplizierte Hilfe

Ein Hilfswerk-Notruftelefon kann 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 geholfen werden kann. Wenn notwendig, werden sofort Arzt, Rettung oder eine Vertrauensperson, die nach Ihnen schaut, gerufen. Damit können Sie sich wirklich rundum sicher fühlen! Das Notruftelefon lässt sich übrigens 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

Sicherheit ist nur einen Anruf entfernt! Informieren Sie sich kostenlos und unverbindlich unter Tel. 0800/800 408 oder auf www.notruftelefon.at

Qualität als Schlüsselfaktor bei der 24-Stunden-Betreuung vom Hilfswerk

Studie. Große Zufriedenheit bei Kundinnen und Kunden und deren Angehörigen.

Seit mehr als zehn Jahren ist die 24-Stunden-Betreuung in Österreich legal möglich. Dem Hilfswerk war von Anfang an nicht nur die Zufriedenheit der Kundinnen und Kunden, sondern auch die Zufriedenheit der vermittelten Personenbetreuer/innen ein großes Anliegen. Das Hilfswerk als Qualitätsanbieter mit freiwilligem Qualitätslabel hat hohe Ansprüche, deren Umsetzung durch regelmäßig durchgeführte Befragungen überprüft werden. Die aktuellen Befragungsergebnisse, insbesondere die Zufriedenheitswerte, bieten allen Grund zur Freude.

Menschen wünschen sich ein Älterwerden in den eigenen vier Wänden

Eine Verschlechterung des Gesundheitszustandes oder die Nachwirkungen eines Krankenhausaufenthaltes stellen Menschen häufig vor scheinbar unlösbare Herausforderungen. Wenn das alltägliche Leben zuhause nicht mehr ohne fremde Hilfe klappt, dann setzen Betroffene auf mobile Dienste oder 24-Stunden-Betreuung vom Hilfswerk, um den Verbleib in den eigenen vier Wänden sicherzustellen. Für knapp die Hälfte der befragten Hilfswerk-Kundinnen und -Kunden der 24-Stunden-Betreuung war dies für die Wahl der Betreuungsform entscheidend.

Verbesserte Lebensqualität bei Betreuten und Angehörigen

Und für mehr als 80 Prozent der befragten Kundinnen und Kunden



Professor Dieter Scharitzer, Geschäftsführer des Marktforschungsunternehmens TQS Research & Consulting, Elisabeth Anselm, Geschäftsführerin des Hilfswerks Österreich und dessen Präsident Othmar Karas bei der Präsentation der Befragungsergebnisse zum Thema 24-Stunden-Betreuung im Rahmen einer Pressekonferenz Mitte Juli 2018

24-Stunden-Betreuung

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.



sowie deren pflegende Angehörige bedeutet die Entscheidung, eine 24-Stunden-Betreuung in Anspruch zu nehmen, eine massive Verbesserung der Lebensqualität. Das durch die ständige Anwesenheit einer Betreuungskraft gewonnene Gefühl von Sicherheit sowie die praktische Hilfestellung im Alltag spielen für die betreuten Personen eine wesentliche Rolle. Auch soziale Aspekte (Ansprache) sind wichtig. Angehörige fühlen sich zu 88 Prozent entlastet, wobei auch eine Abnahme von Stress und psychischer Belastungen positiv vermerkt wird. Die Zufriedenheit mit dem Hilfswerk ist sehr hoch: 95 Prozent empfinden es rückblickend als sehr gute Entscheidung, das Hilfswerk mit der 24-Stunden-Betreuung beauftragt zu haben. Die Befragungsergebnisse zeigen eindrucksvoll

die Notwendigkeit der 24-Stunden-Pflege als Betreuungsmodell und die hohe Akzeptanz und Zufriedenheit mit dem Angebot und der Servicequalität des Hilfswerks. Daraus ergibt sich eine Win-win-Situation: Menschen mit Betreuungs- und Pflegebedarf können ihrem Wunsch folgend ihren Lebensabend in den eigenen vier Wänden verbringen. Die betreuten Menschen zeigen sich mit den Leistungen des Hilfswerks sehr zufrieden. Und die Angehörigen haben ein gutes Gefühl, die richtige Unterstützung für ihre pflegebedürftigen Familienmitglieder gefunden zu haben. Zudem schafft das Hilfswerk attraktive Arbeitsbedingungen für überwiegend ausländische Betreuer/innen, die eine bessere Arbeitsmarktsituation hier in Österreich vorfinden als in ihren Herkunftsländern. <

Überlastung durch Pflege verhindern – selbst gesund bleiben

Worauf Sie achten sollten. Tipps für pflegende Angehörige.

Als Herr S. nach einem Schlaganfall bedingten Krankenhaus- und Reha-Aufenthalt endlich wieder in sein trautes Heim zurückkehren konnte, traf es sich gut, dass die nebenan lebende Schwiegertochter erst vor wenigen Wochen ihre Pension angetreten hatte. Sie erklärte sich bereit, fortan Herrn S. und seine Frau bei der Lebensführung zu unterstützen. Sehr bald merkte sie aber, dass die Betreuung und Pflege eines Angehörigen auch sehr fordernd sein kann und mitunter auch körperliche und gesundheitliche Grenzen aufzeigt. Dauerhafte Müdigkeit stellte sich ein, und manchmal hatte sie das Gefühl, keine Zeit mehr für sich selbst und ihre eigene Familie zu haben. „In einer derartigen Situation muss man als pflegende/r Angehörige/r rasch

handeln und sich selbst Freiräume schaffen“, betont Roland Nagel, fachlicher Leiter Pflege und Betreuung beim Hilfswerk Österreich.

Die Schwiegertochter sagt jetzt: „Seit ich mir ab und zu eine Auszeit gönnen und Betreuungs- und Pflegeaufgaben auch mal an eine mobile Heimhilfe bzw. Pflegekraft abgebe, geht es mir in meiner Situation als pflegende Angehörige besser.“ Pflegende Angehörige sind häufig physisch und psychisch stark belastet. Es besteht die Gefahr, das eigene Wohlergehen aus den Augen zu verlieren und sich seiner Grenzen nicht bewusst zu sein. Damit setzt man nicht nur die eigene Gesundheit aufs Spiel, sondern auch eine nachhaltige und dauerhafte Hilfestellung für einen pflegebedürftigen Angehörigen. <



Praktische Tipps

Worauf Sie achten sollten

Nehmen Sie die ersten Anzeichen von Erschöpfung ernst und reagieren Sie umgehend. Sprechen Sie mit Ihrem Arzt, wenn Sie bei sich selbst eines der folgenden Symptome wahrnehmen.

- Schlafstörungen
- Konzentrationsschwierigkeiten
- keine Lust auf Kontakte
- chronische Müdigkeit
- Hoffnungslosigkeit
- Reizbarkeit
- häufige Infekte

Das eigene Wohlbefinden sichern

- durch ausreichende Bewegung
- durch abwechslungsreiche Ernährung
- durch genügend Schlaf
- durch das Setzen klar definierter Grenzen

Persönlichen Freiraum schaffen

- Fahren Sie auch einmal ohne die pflegebedürftige Person auf Urlaub
- Halten Sie die tägliche, kleine Pause ein und tun Sie, was Ihnen guttut (lesen, Musik hören, Gartenarbeit ...)
- Gönnen Sie sich mindestens einmal pro Woche ein paar Stunden außerhalb des Hauses, um ihre sozialen Kontakte (zu Freunden, Kindern, Verwandten) zu pflegen.

Professionelle Hilfe in Anspruch nehmen

- Hauskrankenpflege
- Heimhilfe
- Essen auf Rädern

Diese verschaffen Ihnen zeitliche Freiräume zur eigenen Nutzung. Das stärkt Sie mental und gibt Ihnen die Kraft, dauerhaft motiviert eine wertvolle Stütze für ihre/n pflegebedürftige/n Angehörige/n zu sein.

Im Umfeld um Hilfe bitten

Beziehen Sie auch andere Familienmitglieder, Freunde und Nachbarn mit ein. Sagen Sie ihnen konkret, welchen Beitrag sie leisten können. Es gibt immer Tätigkeiten, die Sie konkret entlasten können – beispielsweise: Behördenwege oder Einkäufe erledigen, Pflegehilfsmittel beschaffen oder Haushaltsaufgaben übernehmen. Menschen sind im Normalfall gerne bereit zu helfen. Ohne die Dinge konkret anzusprechen, werden jedoch die wenigsten aktiv.

Ein Tag mit Heimhilfe Monika J.

Mobile Betreuung daheim.

Monika J. ist seit zehn Jahren beim Wiener Hilfswerk als Heimhilfe tätig. So sieht ihr klassischer Arbeitstag aus.

Es ist 7 Uhr morgens an einem heißen Montag im Juli 2018. Monika J. beginnt ihren Dienst mit dem Besuch der ersten Kundin. Monika J. stammt aus der Slowakei. Seit zehn Jahren ist die 50-Jährige beim Wiener Hilfswerk als Heimhilfe tätig. „Ein normaler Arbeitstag dauert bei mir 6,5 Stunden“, erklärt Frau J. „Natürlich gibt es auch kürzere und längere Dienste.“ Die Heimhilfe ist teils auch am Wochenende im Einsatz, fünf Abenddienste pro Monat zählen ebenfalls zu ihrem Pensum. „Ich mag meine Arbeit sehr“, meint Monika J. „Es ist anstrengend, aber auch abwechslungsreich.“

Die erste Bezugsperson

Die erste Kundin, die 90-jährige Frau M. im 2. Bezirk, erwartet die Wiener Hilfswerk-Heimhilfe sehnlich, schließlich ist diese oft der einzige persönliche Kontakt am Tag. Frau M. erhält drei Mal täglich Betreuung. „Es beginnt mit dem Aufwecken“, so Monika J. Dann unterstützt Frau J. die Kundin beim Duschen und bei der Körperpflege. Während die Dame frühstückt, ist die Heimhilfe damit beschäftigt, in der Wohnung Ordnung zu machen, Staub zu saugen und das Badezimmer zu reinigen. „Zwei Mal wöchentlich habe ich hier auch einen längeren Einsatz“, erläutert Frau J. „So kann ich mich intensiver um den Haushalt und die Kundin kümmern.“ Um 7.45 Uhr ist der erste Einsatz beendet und Monika J. macht sich auf den Weg zur nächsten Kundin.



Für viele Kunden/innen die erste Bezugsperson: Wiener Hilfswerk-Heimhilfe Monika J.

Weit mehr als Körperpflege

Auch die zweite Dame, die die Heimhilfe an diesem Tag besucht, erhält drei Mal täglich Betreuung. Frau S. ist 79 Jahre alt, hat keine Familie und keine anderen sozialen Kontakte. „Bei solchen Kunden/innen geht es um weit mehr als um die Unterstützung bei der Körperpflege oder beim Haushalt“, meint Frau J. „Mein Besuch ist wichtig für die Dame. Sie braucht jemanden, mit dem sie wenigstens

ein bisschen sprechen kann.“ Es ist 11 Uhr. Die Mittagseinsätze beginnen. Monika J. muss weiter zum nächsten Kunden. Herr Z. ist 80 Jahre alt und ebenfalls im 2. Bezirk wohnhaft. Da er an Inkontinenz leidet, muss er entsprechend versorgt werden. Nach zwei weiteren Mittagseinsätzen ist für diesen Tag Schluss. „Fast alle Personen, die ich besuche, sind dankbar, mich zu sehen“, sagt Monika J. „Das zeigt mir, wie sinnvoll meine Arbeit ist.“ <

Infoabend „Neues Erwachsenenschutz-Gesetz“

Zeit: Donnerstag, 22. November 2018 um 18.00 Uhr, Eintritt frei
Ort: Wiener Hilfswerk, Schottenfeldgasse 29/3, SR Smaragd, 1070 Wien
Vortragender: Mag. Mark Holoubek, öffentlicher Notar in Wien
Themen unter anderem:

- Ausbau der Vertretungsmodelle und der Alternativen zur Sachwalterschaft
- Entstehen der Vertretungsbefugnis • Verfahren zur Bestellung einer Vertretung • u.a.m.

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 – Vielen Dank!

„Wir brauchen ein Auto“ ist auf der Zielgeraden

Es ist fast geschafft. Dank der großartigen Unterstützung zahlreicher Spenderinnen und Spender ist der Traum eines neuen Transportfahrzeugs für den Sozialmarkt Ottakring zum Greifen nah. Von den für den Ankauf benötigten 27.000 Euro wurden bereits mehr als 20.500 Euro durch Spenden aufgebracht. Das sind mehr als 75 Prozent. Das Wiener Hilfswerk bittet nun Sie, liebe Leserinnen und Leser der „Hand in Hand“, uns in der Zielgeraden zu unterstützen. Jetzt zählt wirklich jede Spende, um den noch fehlenden Betrag zu erreichen. Sobald dies gelingt, kann endlich das dringend benötigte Fahrzeug besorgt werden.

Immer mehr Menschen auf Sozialmärkte angewiesen

Mit dem Transportauto könnte der SOMA Ottakring jene Waren erhalten, auf die die Kundinnen und Kunden des Geschäfts warten. Denn: Immer mehr Menschen sind

wegen ihres geringen Einkommens auf die Sozialmärkte des Wiener Hilfswerks angewiesen. Die Einkäufe sind innerhalb eines Jahres pro Tag im Schnitt um 30 Prozent gestiegen. Menschen, die bis auf die Straße hinaus eine Warteschlange bilden, sind beim Sozialmarkt Ottakring keine Seltenheit. „Die Herausforderung liegt jedoch nicht nur darin, ausreichend Lebensmittel und Hygieneartikel zu organisieren. Vor allem müssen diese auch noch transportiert werden“, erklärt Roswitha Kikowsky, Leiterin der Sozialwirtschaftlichen Betriebe des Wiener Hilfswerks. „Mit einem geeigneten Fahrzeug wäre uns sehr geholfen.“

Jede Spende zählt

Spendenkonto Wiener Hilfswerk, Kennwort: „SOMA KFZ“. IBAN: AT58 2011 1284 4290 7831 oder online unter <https://altruja.de/soma16auto>





Telefonieren und Gutes tun mit „good mobile“

Das Konzept des jungen Mobilfunkunternehmens good mobile ist so einfach wie genial: 10 Prozent des monatlichen Telefentarifes werden automatisch an gemeinnützige Organisationen gespendet. Telefoniert wird dabei über das Netz von A1, dem Marktführer in Österreich. Die Kunden entscheiden bei der Auswahl des Tarifes selbst, welcher Einrichtung ihre Spende zugutekommt. Auch das Wiener Hilfswerk kooperiert seit heuer mit good mobile. Die Spenden kommen dabei den Hilfswerk-Nachbarschaftszentren zugute.

Jetzt umsteigen!

Umstieg und Anmeldung gehen schnell, auch die eigene Rufnummern-Mitnahme ist inkludiert. Und so läuft es: zunächst im Onlineshop www.good-mobile.at eine good-Simkarte bestellen. Dann das Wiener Hilfswerk als Projektpartner auswählen. Durch diese einfachen Schritte kann man die Wiener Hilfswerk-Nachbarschaftszentren direkt unterstützen. good-Simkarten sind auch in den Hilfswerk-Nachbarschaftszentren erhältlich.

good mobile

Sie wollen den Wiener Hilfswerk-Nachbarschaftszentren helfen? DANKE. Alles zum Umstieg auf good mobile unter www.good-mobile.at

Spender/innen-Betreuung



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

Florence Gross – Wiener Hilfswerk, Spender/innen-Betreuung,
Tel.: +43 1 512 36 61-443, Mail: florence.gross@wiener.hilfswerk.at

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

- **Spendenkonto** lautend auf „Wiener Hilfswerk“ bei Erste Bank,
IBAN: AT58 2011 1284 4290 7831, BIC: GIBAATWWXXX, Kennwort: z. B. „SOMA KFZ“
- **Spenden-Erlagschein** zu bestellen via Wiener Hilfswerk unter
Tel.: +43 1 512 36 61-443 oder Mail: spenden@wiener.hilfswerk.at
- **Online spenden** www.wiener.hilfswerk.at/spenden



KOMMENTAR

Dir.ⁱⁿ Sabine Geringer, MSc, MBA
Geschäftsführerin des Wiener Hilfswerks

Feiern mit Sinn

Zu Schulbeginn stehen Eltern mit geringem Einkommen vor der Herausforderung, den Kauf der benötigten Schulsachen und entsprechender Kleidung zu finanzieren. Das Wiener Hilfswerk trägt mit seinen Flohmärkten, Secondhand-Läden und Sozialmärkten dazu bei, das Haushaltsbudget von Familien zu entlasten. Gefragt ist während des Schuljahrs aber auch außerschulische Unterstützung beim Lernen, womit es für unsere Hilfswerk-Nachbarschaftszentren bald wieder heißt: Willkommen in den Lernclubs! Schüler/innen unterschiedlicher Altersstufen werden dort betreut und gefördert, um das Schuljahr erfolgreich zu meistern.

Im Wiener Hilfswerk ist es langjährige Tradition, im September ein großes Benefiz-Gartenfest zu feiern. Heuer haben wir die Veranstaltung mit zeitgemäßen und modernen Angeboten bereichert, die von einem spannenden Kinderprogramm bis zu Bio-Genüssen reichen. Unter dem Titel „sommer[aus]klang“ laden wir Sie und Ihre Familien und Freunde am Freitag, 7. September 2018 ab 14.00 Uhr in den Garten und SkyDome des Wiener Hilfswerks ein (siehe Seite 27). Die Einnahmen und freiwilligen Spenden kommen den Lernclubs der Hilfswerk-Nachbarschaftszentren zugute, womit sich der Kreis zu meinen Anfangsworten schließt.

Ich freue mich darauf, mit Ihnen am 7. September einen unterhaltsamen Nachmittag und Abend zu verbringen. Mit Ihrer Konsumation und mit Ihren Spenden leisten Sie dabei einen wichtigen Beitrag für bessere Zukunftschancen von Kindern.

Mit lieben Grüßen,
Ihre Sabine Geringer

Das Wiener Hilfswerk auf der Power Parade

Inklusion. Heuer fand zum ersten Mal die „Power Parade“ bzw. „Disability Pride Parade“ statt. Dabei gingen Menschen mit und ohne Behinderung mit dem gleichen Ziel wie bei der bekannten „Regenbogenparade“ auf die Straße: Bewusstsein zu schaffen.

Am 21. Juni 2018 fand in Wien erstmals eine Power Parade statt. „Disability Pride Parades“ gibt es in den USA bereits seit 2004. Mit den Paraden sollen Menschen mit Behinderung in die Mitte der Gesellschaft gerückt und auf die Einzigartigkeit jedes Menschen aufmerksam gemacht werden. Die „Power Parade“, auch „Disability Pride Parade“ genannt, führte vom Rathausplatz zum Heldenplatz. Das Programm wurde in erster Linie von Menschen mit Behinderung gestaltet. Es spielten verschiedene Bands, der „Firefly Club“ sorgte abseits der Bühne für Partystimmung, auf der

Bühne gab es Reden und Interviews, rundherum Infostände. Das gemeinsame Ziel: eine offener, toleranter Gesellschaft.

Freizeiteinrichtungen und Nachbarschaftszentren nahmen teil

Das Wiener Hilfswerk nahm mit seinen Freizeiteinrichtungen für Menschen mit Behinderung (Spielothek, Aktionsraum und Club 21) und den Nachbarschaftszentren an der Power Parade teil. Inklusion und Mitbestimmung zählen zu den zentralen Anliegen der Organisation. Die Besucher/innen von Spielothek, Aktionsraum

und Club 21 erleben in den Einrichtungen Mitbestimmung und Teilhabe, fühlen sich willkommen und bringen sich auch aktiv ein. Als Freiwillige des Wiener Hilfswerks übernehmen Menschen mit Behinderung Aufgaben für die Gesellschaft. Bei einem Bühnenauftritt konnten Elisabeth K., eine langjährige Freiwillige des Wiener Hilfswerks und Nachbarschaftszentrum Ottakring-Leiterin Verena Mayrhofer Ilić kurz Einblick in die Arbeit der beiden Abteilungen geben. Die Haltung des Wiener Hilfswerks wurde anhand der Grundsatzerklärung zur Diversität vorgestellt. Spielothek-Leiterin Doris Kollerics meinte dazu: „Es ist uns wichtig, Menschen mit ihren Fähigkeiten und Möglichkeiten zu sehen.“ <

Mag.^a Verena Mayrhofer Ilić
Leiterin Nachbarschaftszentrum 16 – Ottakring

Dominik Matzinger, BA, Club 21 – Freizeiteinrichtung für Menschen mit Behinderung

Grundsatzerklärung zu Vielfalt im Wiener Hilfswerk (Auszug)

Im Wiener Hilfswerk arbeiten Menschen aus aller Welt, mit unterschiedlichen Fähigkeiten, mit unterschiedlicher sexueller Orientierung, mit vielen Hintergründen, mit unterschiedlichem Geschlecht, mit vielen Religionen und unterschiedlichen Alters. Unsere Vielfalt bereichert unsere Arbeit. Wir treten für ein Klima der Offenheit, des Respekts und der Gleichberechtigung ein und setzen uns gegen Diskriminierungen ein.



Für eine offene Gesellschaft: Elisabeth K. (l.) und Verena Mayrhofer Ilić (M.) bei der Power Parade.

Neuaufgabe

Pensions- und Pflegevorsorge. Der informative Ratgeber von Sozialversicherungsrechtsexperte Johannes Rudda wurde aktualisiert und ist in der bereits 3. Auflage erschienen.

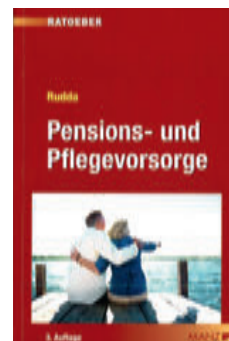
Wie es möglich ist, sich den heutigen Lebensstandard auch für die Pension zu sichern, erklärt Prof. Dr. Johannes Rudda in seinem Ratgeber, indem er alle Möglichkeiten der Pensions- und Pflegevorsorge in Österreich aufzeigt. Dabei geht er auf folgende Themen ein:

- gesetzliche Pension
- betriebliche Altersvorsorge
- private Vorsorge für das Alter
- Versorgung Pflegebedürftiger

Ein umfangreicher Serviceteil und Anhänge ergänzen das Werk:

- persönliche Pensionsstichtage nach Geschlecht und Jahrgang
- Muster eines Pensionskontos
- Adressen verschiedener Servicestellen

Der Autor Prof. Dr. Johannes Rudda war bis 2012 Referatsleiter im Hauptverband der Sozialversicherungsträger und als solcher Spezialist



Rudda, „Pensions- und Pflegevorsorge“, 2018, MANZ'sche Verlags- und Universitätsbuchhandlung GmbH, Wien. ISBN: 978-3-214-04163-2

für Fragen der Pensionsversicherung und Pflegevorsorge. Er ist erfahrener Autor für sozialversicherungsrechtliche Themen und Redakteur der Fachzeitschrift „Österreichische Zeitschrift für Pflgerecht“. Prof. Dr. Rudda ist seit vielen Jahren Vizepräsident des Wiener Hilfswerks. <

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!

Abwechslung im Alltag

Freiwilligenarbeit. Bereits mehr als 100 Gesundheitspartner/innen sind im Rahmen von „Gesund fürs Leben“ tätig. Das Projekt des Wiener Hilfswerks wird von der Wiener Gesundheitsförderung und vom Fonds Gesundes Österreich gefördert.

Bewegung, Ernährung und soziale Kontakte nehmen einen wichtigen Platz in der Erhaltung und Verbesserung der Lebensqualität von älteren Menschen ein. Genau darauf zielt das Projekt „Gesund fürs Leben“ des Wiener Hilfswerks ab, das von der Wiener Gesundheitsförderung und dem Fonds Gesundes Österreich gefördert wird.

Positive Veränderungen

Ehrenamtliche Gesundheitspartner/innen (Alter 50+) besuchen ältere Menschen (ab 60 Jahren) zu Hause und machen mit ihnen muskelkräftigende Übungen. Zusätzlich geben sie Tipps für eine gesunde Ernährung im Alter und leisten durch ihre regelmäßigen Besuche einen wertvollen Beitrag für einen zusätzlichen sozialen Kontakt. Kürzlich hat das 100. Paar zu trainieren begonnen: Gesundheitspartner

Franz Z. besucht Helga K., um mit ihr regelmäßig Gymnastik zu machen und zu plaudern. „Einen anderen Menschen durch ganz einfache Tätigkeiten zu fördern, empfinde ich als zutiefst befriedigend und sinnstiftend“, erklärt Franz Z., warum er am Projekt teilnimmt. Nachdem er den Bedarf für mehr Bewegung im Alter sah, hat er sich im Wiener Hilfswerk zum Gesundheitspartner ausbilden lassen. An vier Schulungsabenden wurden ihm ausgewählte Bewegungsübungen, Ernährungstipps und der richtige Umgang mit älteren, teils bewegungseingeschränkten Menschen vermittelt. Seit mehreren Wochen trainiert er mit Helga K., und schon nach so kurzer Zeit haben die beiden positive Veränderungen wahrgenommen. „Mir fallen die Übungen schon leichter und mehr Wiederholungen sind möglich, ohne

dass ich ins Schwitzen komme“, freut sich Helga K. Sie ist dankbar, dass ein effektives und wissenschaftlich fundiertes Training bei ihr zu Hause stattfinden kann. So ist sie dazu angehalten, regelmäßig Bewegung zu machen. Eine riesige Unterstützung, wie sie sagt, denn die Motivation für ein eigenständiges Trainieren sei ihr abhanden gekommen. Franz Z. findet, dass er sich in der kurzen Zeit eine viel aufrechtere und geradere Haltung angewöhnt hat und auch sein Gleichgewicht besser geworden ist. „Ich halte das Projekt für eine tolle Sache“, ergänzt er, „weil man auch an sich beobachten kann, wie man dabei wächst und sich entwickelt.“

Einfach mitmachen

Das Wiener Hilfswerk sucht weiterhin ehrenamtliche Gesundheitspartner/innen, die Bewegungsübungen bei älteren Menschen anleiten möchten, und ältere Menschen, die mitmachen und wieder ein selbstständigeres Leben führen und ihren Alltag zu Hause besser bewältigen möchten. <

Mag. Martin Oberbauer
Wiener Hilfswerk Freiwilligenmanagement

Weitere Informationen

Mag.^a Astrid Böhm Tel. 01-512 36 61-470
oder 0664/618 96 40
astrid.boehm@wiener.hilfswerk.at



Fonds Gesundes
Österreich



WIENER GESUNDHEITSFÖRDERUNG

Stadt+Wien
Wien ist anders.

*„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

„Für Schauspieler gibt es keinen besseren Ort als Wien“

Künstlergespräch. In der Rolle der Edith Piaf feierte die in Elsenfeld am Main geborene Schauspielerin ihren ersten großen Bühnenerfolg. Als Polly Peachum brillierte Maria Happel ebenso wie als Spelunken-Jenny in der Dreigroschenoper und sie trat in Fernsehserien wie „Klimawechsel“ und „Soko Donau“ auf. In der österreichischen Filmproduktion „Dennstein & Schwarz – Sterben macht Erben“ präsentiert sich die Darstellerin als clevere Rechtsanwältin Dr. Paula Dennstein. Michael Ellenbogen traf die vielseitige Künstlerin zum Interview.



Foto: Jeanne Degraa

Sie sind eine Vollblutdarstellerin auf der Bühne ebenso wie vor der Kamera. Hätte es für Sie beruflich auch andere Alternativen gegeben?

Maria Happel: Da ich im Alter von neun Jahren die Messen in der Kirche gespielt habe, war es naheliegend, Kirchenmusik zu studieren, und meine Mutter träumte von einer Domorganistin als Tochter.

Suchen Sie sich Bühnen- oder Filmrollen nach persönlichen Kriterien aus?

In einem festen Engagement ist es nicht immer so, dass man sich die Rollen aussuchen kann. Oft erlebt man auch Überraschungen. Eine Rolle, mit der man scheinbar gar nichts anfangen konnte, wird zum Ereignis!

Einer der großen Theaterregisseure, der auf Ihre Entwicklung als Schauspielerin wesentlichen Einfluss hatte, war Claus Peymann. Was ist

das Faszinierende an der Kooperation mit diesem großen Künstler?

Peymann hat bei all seiner Erfahrung nie den kindlichen unverfälschten Blick auf das Bühnengeschehen verloren. Das gefällt mir und ich freue mich schon auf unsere nächste Zusammenarbeit an der Burg im kommenden Februar: „Die Stühle“ von Ionesco.

Sie verfügen über das Talent, sowohl tragische als auch komische Rollen zu verkörpern. Wie würden Sie Ihre persönlichen Zugänge zum tragischen ebenso wie zum komischen Fach beschreiben?

Der Zugang ist genau gleich. Es ist die gleiche Münze, es liegt nur die andere Seite gerade oben. Wie die beiden Masken, die über jedem Theater hängen. Die Lachende und die Weinende – die gehören auch zusammen. In jeder Komödie steckt ja eine Tragödie, und ich glaube, Einstein hat das gesagt: Tragödie + Zeit = Komödie.

Sie sind Inhaberin der Kainz-Medaille und des Nestroy-Theaterpreises. Sehen Sie diese Preise als Bestätigung Ihrer engagierten Arbeit?

Die Preise sind Zeichen der Wertschätzung und der Anerkennung.

Wie würden Sie die herzlichen Seiten des Wiener Theaters erklären?

Die Wiener lieben das Theater. Es hat einen hohen Stellenwert. Die Wiener lieben ihre Schauspieler, sie lieben alles, was mit Theater zu tun hat. Für einen Schauspieler gibt es keinen besseren Ort als Wien.

In welchem Stück wird man Sie demnächst sehen können?

Ab September nehme ich meine Rollen wieder auf und freue mich auf „Der Besuch der alten Dame“ im Burgtheater und auf Mama Rose in „Gypsy“ in der Volksoper. <

Hochsaison für das Annemarie-Imhof-Komitee

Herbstprogramm. Gleich vier traditionelle Veranstaltungen organisiert das Komitee noch vor dem Jahresausklang, um Projekte des Wiener Hilfswerks zu unterstützen.

Bridgeturnier

Im Rahmen des Benefiz-Bridgeturniers am 7. Oktober gewinnt ein Team ganz sicher: Das Mobile Palliativ-Team des Wiener Hilfswerks nimmt zwar nicht teil, aber es erhält den Reinerlös der Veranstaltung für Bridge-Begeisterte, organisiert von Uli Appel und Lisl Purschke.

Wann: So., 7. Oktober, 15 Uhr

Wo: SkyDome des Wiener Hilfswerks, Schottenfeldgasse 29, 1070 Wien

Anmeldung via Mail an:

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

Nenngeld: 30 Euro

Casino Matinée

Die unterhaltsame Benefizauktion zugunsten des Wiener Hilfswerks findet am 20. Oktober statt und bietet auch in diesem Jahr wieder interessante Versteigerungsobjekte von wohltätigen Sponsoren, darunter Kunstwerke, exklusive Führungen, begehrte Tickets uvm.

Wann: Sa., 20. Oktober, 9.30 Uhr

Wo: Casino Restaurant Wien, Kärntner Straße 41, 1010 Wien

Anmeldung via Mail an:

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

Spendenbeitrag: 65 Euro

Weihnachtsmarkt

Vom 22. bis 24. November veranstaltet das Komitee einen exklusiven Benefiz-Weihnachtsmarkt. Besucher/innen dürfen sich nicht nur über liebevoll gefertigte Weihnachtsware freuen, sondern kommen auch in den Genuss stimmungsvoller Unterhaltung durch den Chor des Annemarie-Imhof-Komitees, die „Chary Ladies“.

Wann: 22. bis 24. November

Wo: Sektkellereien Kattus, Billrothstraße 51, 1190 Wien

Benefizquadrille

Am 16. Dezember findet die traditionsreiche Benefizquadrille zugunsten



des Wiener Hilfswerks als Vorbereitung auf die Ballsaison statt. Unter der mitreißenden Anleitung von Thomas Schäfer-Elmayer erlernen die Besucher/innen die Fledermausquadrille oder frischen in gemütlicher Atmosphäre ihr Können auf.

Wann: So., 16. Dezember, 18.30 Uhr

Wo: Tanzschule Elmayer, Bräunerstraße 13, 1010 Wien

Anmeldung via Mail an:

imhofkomitee@wiener.hilfswerk.at
oder Tel. +43 1 512 36 61-431

Spendenbeitrag: 25 Euro,

Schüler/innen und Studentinnen/
Studenten: 10 Euro



Lieben Sie Oper?

Besuchen Sie unsere Homepage
www.opernfreunde.at

WERDEN SIE NOCH HEUTE MITGLIED

FREUNDE DER WIENER STAATSOPER



Die Freunde der Wiener Staatsoper bieten Kartenkontingente, Opernreisen, Künstlergespräche und vieles mehr.

Verein der Freunde der Wiener Staatsoper
T 01 512 01 71 • verein@opernfreunde.at

Nachernte für Sozialmarkt



Projekt. Die Nachbarschaftszentren des Wiener Hilfswerks starteten gemeinsam mit dem BioHof ADAMAH und der Universität für Bodenkultur ein vielversprechendes Projekt.

Die Vermeidung von Lebensmittelabfällen ist ein wichtiges Thema unserer Gesellschaft. Rund ein Drittel der genießbaren Lebensmittel, die durch hohen Einsatz von Arbeitskraft, Rohstoffen und Energie produziert werden, landen im Müll und nicht in den Verkaufsregalen. Gleichzeitig besteht ein enger Zusammenhang zwischen Armut und Gesundheit. So können sich von Armut gefährdete Menschen beispielsweise kaum frisches Obst und Gemüse leisten. Dem Wiener Hilfswerk ist es ein großes Anliegen, Lebensmittel so gut wie möglich zu verwerten und in den beiden SOMA-Sozialmärkten im 7. und 16. Bezirk zu äußerst günstigen Preisen anzubieten.

Fruchtbare Kooperation

Um diese Herausforderung zu bewältigen, startete die Abteilung

Nachbarschaftszentren des Wiener Hilfswerks ein neues Projekt. In Kooperation mit dem ADAMAH BioHof im Marchfeld, der berühmt ist für seine BioKistln, die man sich wöchentlich nach Hause liefern lassen kann, und der Universität für Bodenkultur werden Nachernten koordiniert und durchgeführt. Gemüse, das trotz der regulären Ernte auf dem Feld verbleibt, wird von Freiwilligen nachgeerntet und den Sozialmärkten zur Verfügung gestellt. Dank der vielen engagierten freiwilligen Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter ist es dem Wiener Hilfswerk möglich, einen wichtigen Beitrag für die Rettung von Lebensmitteln zu leisten. Wir danken dem ADAMAH BioHof sehr herzlich für die tolle Unterstützung und die Möglichkeit, wertvolle Bio-Lebensmittel vor der Entsorgung zu bewahren, so dass sie

Menschen zugute kommen, die sonst keinen Zugang zu gesunder Bio-Ernährung haben.

Das Projekt soll auch der Bewusstseinsbildung dienen und den Wert von Lebensmitteln deutlich machen. Denn wer selbst auf dem Feld gearbeitet hat, weiß, wie körperlich anstrengend eine Ernte sein kann, aber auch, wie viel Freude es macht, seine Lebensmittel selbst zu ernten.

Im Mai 2018 wurde mit einem Team aus je zwei freiwilligen und hauptamtlichen Hilfswerk-Mitarbeiterinnen/Mitarbeitern und einer Mitarbeiterin der Universität für Bodenkultur ein erster Testlauf veranstaltet. Mehr als 900 Bio-Eichblattsalatköpfe wurden nachgeerntet und in den Sozialmärkten des Wiener Hilfswerks verkauft. Ein voller Erfolg, der Lust auf mehr macht! <

*Simon Kronsteiner, MA
Wiener Hilfswerk Projektmanagement*



Lebensmittel bestmöglich verwerten: Freiwilligenmanager Martin Oberbauer bei der Nachernte.



Freiwillige für Nachernte

Freiwillige, die gerne an einer Nachernte am Feld mitwirken möchten und Freude an körperlicher Arbeit haben, sind herzlich eingeladen, sich im Nachbarschaftszentrum 22 – Donaustadt des Wiener Hilfswerks zu melden (E-Mail: nz22@wiener.hilfswerk.at; Telefon: +43 1 256 57 90).



Secondhand-Laden New Chance offiziell eröffnet

Nachhaltigkeit. Neue Wiener Hilfswerk-Einrichtung startete mit dem Projekt Plaudertaschen.

New Chance ist nicht irgendein Secondhand-Laden“, erzählte Einrichtungsleiterin Jenny Reuter bei der offiziellen Eröffnung. „Hier bekommen gebrauchte Kleidung und Haushaltsartikel eine zweite Chance. Damit leistet das Wiener Hilfswerk einen Beitrag gegen die Wegwerfgesellschaft“, so Reuter weiter. „Außerdem können bei uns Menschen mit geringem Einkommen günstig Waren kaufen, die sie sich sonst vielleicht nicht leisten könnten.“ Der Erlös der Verkäufe kommt zunächst den Lernclubs der Nachbarschaftszentren zugute.

Start mit „Plaudertaschen“

Der Start erfolgt mit dem Projekt „Plaudertaschen“. Dabei werden Taschen und Rucksäcke mit Mehrwert verkauft. Der Mehrwert besteht in der Geschichte, die den gebrauchten Dingen innewohnt. So werden jene Personen, die das Projekt mittels

Sachspenden ermöglichen, gebeten, zu erzählen, was es mit der jeweils gespendeten Tasche oder dem Rucksack auf sich hat.

Bezirksvorsteher spendete seine Uhr

Landstraße-Bezirksvorsteher Erich Hohenberger, der im Rahmen der Eröffnung sprach, lobte die Zusammenarbeit mit den Hilfswerk-Nachbarschaftszentren, die er als unbürokratische Anlaufstellen für soziale Belange bezeichnete. Außerdem spendete der Bezirksvorsteher als spontane Geste seine Uhr, ein einzigartiges Fabrikat mit Landstraßer Wappen. Wiener Hilfswerk-Geschäftsführerin Sabine Geringer bezeichnete New Chance als Win-win-Situation für alle Beteiligten. Einrichtungsleiterin Jenny Reuter bedankte sich abschließend bei allen beteiligten hauptamtlichen und ehrenamtlichen Mitarbeitern/innen. <



Für eine New Chance: Roswitha Kikowsky, Erich Hohenberger, Jenny Reuter, Sabine Geringer (v. l. n. r.).

New Chance – auf einen Blick

New Chance ist der neue Secondhand-Laden des Wiener Hilfswerks. Hier bekommen gebrauchte Kleidung und Hausrat eine zweite Chance. Ziel ist es, Waren länger im Umlauf zu halten, wodurch ein nachhaltiger Umgang mit Ressourcen erreicht wird.

New Chance, Barichgasse 8/3, 1030 Wien
Öffnungszeiten: Di. und Mi. von 13–18 Uhr,
Do. und Fr. von 10–18 Uhr

20 Jahre Nachbarschaftszentrum Donaustadt

Jubiläum. Bereits seit 20 Jahren leistet das Hilfswerk-Nachbarschaftszentrum Donaustadt (NZ 22) unentbehrliche Arbeit für die Menschen im Bezirk.

„Wir möchten das Jubiläum nutzen, um uns bei Besucher/innen, Freiwilligen, unseren Fördergebern und allen Unterstützer/innen zu bedanken“, so Zentrumsleiterin Sigrid Karpf bei der Feier, die am 14. Juni 2018 stattfand. „Es geht darum, Danke zu sagen, für Treue, Zusammenarbeit, Unterstützung, für

Vertrauen und die Umsetzung unzähliger Ideen – im Sinne einer friedvollen, gesundheitsförderlichen, gewaltpräventiven, aktiv vernetzten Nachbarschaft.“

Gratulation vom Bezirksvorsteher

Unter den zahlreichen Gratulanten/innen waren auch Donaustadt-Be-

zirksvorsteher Ernst Nevriy, Floridsdorf-Bezirksvorsteher-Stellvertreterin Ilse Fitzbauer, Gemeinderat und ehemaliger NZ-22-Leiter Josef Taucher, Donaustadt-Seniorenbeauftragte Margarete Pelikan, Wiener Hilfswerk-Präsidentin Karin Praniess-Kastner, Wiener Hilfswerk-Vorstandsmitglied Susanne Reichard und Wiener Hilfswerk-Geschäftsführerin Sabine Geringer.

Die Festgäste bestaunten die Fotoausstellung: „20 Jahre aktiv im Grätzl“ und erfreuten sich an Auftritten der Linedancegruppe und der Folkloretanzgruppe des Nachbarschaftszentrums Donaustadt. Ein weiteres Highlight waren die Tricks von Zauberer Magic Dominik. Vor allem die Luftballontiere des Künstlers brachten Kinderaugen zum Strahlen. Eine Hüpfburg und eine Schminkstation ließen die Herzen der jüngsten Festgäste ebenfalls höher schlagen. <



Feierten 20 Jahre Nachbarschaftszentrum Donaustadt: Sabine Geringer, Michael Eibensteiner, Karin Praniess-Kastner, Ernst Nevriy, Ilse Fitzbauer, Sigrid Karpf, Josef Taucher, Robert Breinhölder, Susanne Reichard, Evi Pohl-Iser, Johann Seidl

35 Jahre Nachbarschaftszentrum Meidling

Jubiläum. 35 Jahre mittendrin – mittendrin in Meidling, mittendrin am Schöpfwerk, mittendrin im Leben.

Im Juni 2018 lud das Nachbarschaftszentrum Meidling (NZ 12) zur Geburtstagsfeier ein. Bezirksvorsteherin Gabriele Votava, Wiener Hilfswerk-Geschäftsführerin-Stv. Johann Seidl und Zentrumsleiterin Marianne Rysavy würdigten in ihren Ansprachen vor allem das unermüdliche Wirken der hauptamtlichen und freiwilligen Mitarbeiter/innen. „So bunt und vielfältig wie das Angebot sind auch die Menschen, die unser Nachbarschaftszentrum besuchen“, so Rysavy.

Zentrum bietet stets vielfältiges Programm

Das Hilfswerk NZ 12 bietet das ganze Jahr über ein vielfältiges Programm für unterschiedliche Altersgruppen. So gibt es neben Wanderungen, Sprachgruppen in Deutsch, Italienisch, Spanisch und Englisch, einer Schreibwerkstatt, einem Impro-Theaterworkshop sowie einem heiteren Gedächtnistraining, einer Bewegungsrunde und der Lernhilfe für Kinder noch viele weitere Angebote zu entdecken. <



Mittendrin in Meidling: Marianne Rysavy (Mitte) und ihr Team

Wiener Hilfswerk lädt zum sommer[aus]klang

Familienhighlight. Veranstaltung am Freitag, 7. September ab 14.00 Uhr.
Buntes Programm für alle Altersgruppen.

Das Wiener Hilfswerk lädt Anfang September alle Interessierten zu einem großen Fest in die Schottenfeldgasse 29 ein. Das Programm kann sich mit Acts wie Kiri Rakete,

Bratfisch und einem Teil der Band 5/8erl in Ehr'n wahrlich sehen und hören lassen. Auch für das leibliche Wohl wird gesorgt. Der Eintritt ist frei, um Spenden wird gebeten. Die

Veranstaltung findet zugunsten der Lernclubs in den Hilfswerk-Nachbarschaftszentren statt. Wir freuen uns auf Ihren Besuch im Garten des Wiener Hilfswerks! <

sommer[aus]klang

Zeit: Freitag, 7. September, ab 14.00 Uhr

Ort: Wiener Hilfswerk, Schottenfeldgasse 29 (Garten/SkyDome), 1070 Wien

Ablauf:

- 15.00 Uhr: Kinderlieder von Kiri Rakete
- 17.00 Uhr: Bratfisch
- 19.00 Uhr: 3 von 5/8erl in Ehr'n
- 20.00 Uhr: gemütlicher Ausklang mit DJ Ardalani
- Bio-Spezialitäten, Grill-Station, hausgemachte Limonaden und Säfte
- Kinderschminken & Spielstationen, Hilfswerk Family Tour
- Fit & Aktiv-Stand, Mini-Flohmarkt, Gewinnspiele



Kreativwettbewerb für Menschen mit Behinderung 2018

Veranstaltung. Preisverleihung am 13. September 2018 im Technischen Museum Wien.

Auch im Jahr 2018 konnten sich künstlerisch aktive Menschen mit Behinderung am Kreativwettbewerb beteiligen. Das diesjährige Motto des Kreativwettbewerbs lautet: „Alles Technik“. Die Wiener Hilfswerk-Nachbarschaftszentren laden in Kooperation mit dem Technischen Museum Wien zur Preisverleihung. <

Kreativwettbewerb 2018

Preisverleihung

Zeit: Donnerstag, 13. September von 14.00 bis 17.00 Uhr

Ort: Technisches Museum Wien, Mariahilfer Straße 212, 1140 Wien

Künstlerisches Rahmenprogramm: Livemusik mit der Gruppe „Mundwerk“

Ausstellung der Kunstwerke

Termine: 4.–6. September und 10.–12. September, jeweils 16.00–18.00 Uhr

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

Infos: Tel. 01/512 36 61-404 oder E-Mail nachbarschaftszentren@wiener.hilfswerk.at

Abnehmen mit Basenfasten

Vivea Gesundheitshotels. Sie haben schon davon gehört, stellen sich dennoch die Frage: Was ist Basenfasten?

Mit dieser Form des Fastens gelingt es Ihnen, Ihren Körper zu entlasten und ein paar überschüssige Kilos zu verlieren – ohne zu hungern. Köstliche Gerichte mit Obst, Gemüse, Keimlingen und Sprossen stehen beim Basenfasten auf dem Speiseplan. Tierische Produkte werden gänzlich vermieden.

Gutes Gelingen

Ausgewählte Therapien unterstützen den Erfolg des Basenfastens. In den Vivea Gesundheitshotels kommen Sie in den Genuss wohltuender Heublumenpackungen, die vor allem die Funktion der Leber positiv beeinflussen. Hydrojetmassagen lockern verspannte Muskeln. Gymnastik, Bewegung in der Natur und Wassertreten bringen den Kreislauf in Schwung. Unsere Diätologen beraten Sie individuell,

wie Sie Ihre Ernährungsgewohnheiten nachhaltig in gesunde Bahnen lenken können; für Fragen stehen Ihnen auch unsere Ärzte zur Verfügung.

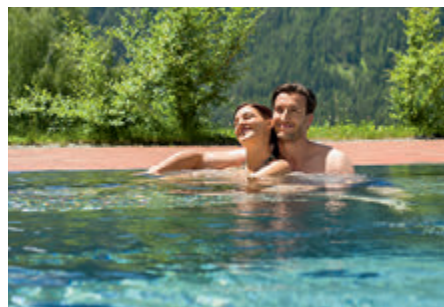
Nutzen Sie Ihre Chance

Die Basenfastenwoche umfasst: 7 Übernachtungen inkl. Vollpension mit basischer Ernährung und 18 wohltuenden Therapien. Buchbar ist die Basenfastenwoche ab 690 Euro pro Person im Doppelzimmer; Preis gültig im Jahr 2018 zzgl. Ortstaxe. Reservieren Sie Ihren Wunschtermin im Vivea Gesundheitshotel: Bad Eisenkappel (+43 4238 90500), Bad Goisern (+43 6135 20400), Bad Schönaun (+43 2646 90500-2501) und Umhausen im Ötztal (+43 5255 50160) oder online auf www.vivea-hotels.com



PROMOTION

Nutzen Sie die Heilkraft von Obst und Gemüse, um Ihre Ernährung nachhaltig in gesunde Bahnen zu lenken.



Genügend Bewegung und gezieltes Entspannen tragen wesentlich zum Erfolg der Basenfastenwoche bei.



Überzeugend einfaches Blutdruckmessen

boso-medicus uno ist ein besonders einfaches und verlässliches voll-automatisches Oberarmblutdruckmessgerät der neuesten Generation. Es lässt sich mit nur einem Knopfdruck bedienen. Die intelligente Aufpump-technik 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
Erhältlich in Apotheke und Sanitätsfachhandel
Unverb. Preisempf. 66,90 Euro



DENKEN IN NEUEN DIMENSIONEN.



► BÜROIDEEN AUF 3.500m²

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



WWW.BLAHA.CO.AT



Die Spitzenfunktionäre des Österreichischen Hilfswerks bei der Generalversammlung

Hilfswerk: Klare Ziele, große Geschlossenheit und ein Jubilar

Generalversammlung. Starke Botschaft zum Mehrwert gemeinnütziger Organisationen, einstimmiger Beschluss eines ambitionierten Arbeitsprogramms und Würdigung von Othmar Karas zum 20-Jahr-Jubiläum seiner Hilfswerk-Präsidentschaft.

Die Generalversammlung des Hilfswerk Österreich am 22. Juni im burgenländischen Trausdorf bot den idealen Anlass zu einer hochkarätigen Diskussion zum Thema Bedeutung und Mehrwert des gemeinnützigen Sektors in Österreich. Michael Meyer, Professor am Kompetenzzentrum für NPOs und Social Entrepreneurship der WU Wien, unterstrich in seinem Vortrag die zentrale Rolle von Organisationen wie dem Hilfswerk bei der Bewältigung von künftigen sozialpolitischen Herausforderungen

und die zahlreichen Vorteile für Staat und Gesellschaft. Im Rahmen des Treffens wählten die rund 100 Delegierten nicht nur den neuen Vorstand und bestätigten Präsident Othmar Karas im Amt, sondern beschlossen zudem auch die strategische Schwerpunktsetzung für die bundesweite Zusammenarbeit 2018 bis 2020. Anlässlich der 20-jährigen Präsidentschaft von Othmar Karas erfolgte eine Ehrung samt Überreichung der „Goldenen Ehrennadel des Hilfswerks mit Brillant“. <

Die wichtigsten Ziele des Hilfswerks 2018 bis 2020

Das Hilfswerk Österreich verstärkt in der nächsten Funktionsperiode seine Bemühungen um die **zukunftsfähige Weiterentwicklung des Pflegesystems** im Sinne der pflegebedürftigen und in der Pflege tätigen Menschen und forciert den weiteren Ausbau der Pflege und Betreuung zu Hause.

Im Bereich Kinder, Jugend und Familie wird es darum gehen, den **flächen-deckenden Ausbau pädagogischer Angebote für Kinder unter drei Jahren** auf Bundesebene von der Politik einzufordern und die eigene Dienstleistungspalette um inner- und außerschulische Betreuungs- und Bildungsangebote zu erweitern.

Darüber hinaus stehen neben der **Entwicklung unterstützender und begleitender psychosozialer Angebote für pflegende Angehörige** auch die **Stärkung generationenübergreifender Themen und Angebote** auf dem Programm.



Othmar Karas (r.) und Hilfswerk-„Gründervater“ Erich Fidesser unterstrichen die Notwendigkeit eines starken gemeinnützigen Sektors.



Rund 150 Delegierte und Gäste aus den Bundesländern folgten der Einladung zur Generalversammlung des Hilfswerks Österreich.



zur Rose

Ihre Versandapotheke
mit Firmensitz in Deutschland



Erkältungszeit!

Schonen Sie sich – und Ihre Geldbörse!

Auch wenn der Schnupfen Sie mal ans Bett fesselt: Wir von der **Apotheke Zur Rose** schicken Ihnen Ihre Medikamente ganz bequem nach Hause!

Über 1.250 Marken-Medikamente!
Original und in Österreich zugelassen

So günstig kann Gutes sein!
Top-Angebote mit bis zu **50 %¹** Ersparnis!

Guter Rat ist teuer? Nicht bei uns!
Kostenfreie pharmazeutische Beratung²



3€

Testen Sie uns! Mit diesem Code erhalten Sie bei Ihrer Bestellung 3€ Kennenlern-Rabatt!³

Ihr Gutschein-Code: 7901

³Der 3€-Rabatt ist ohne Mindestbestellwert gültig und nur einmal pro Bestellung und Kundenkonto bis zum 30.11.2018 einlösbar. Dieser Rabatt ist nicht mit anderen Aktionen/Gutscheinen kombinierbar und kann nicht auf die ausgewiesenen Versandkosten angerechnet werden. Eine Barauszahlung ist leider nicht möglich.

Jetzt kennenlernen:

www.zurrose.at

☎ 0800 12 12 55²

✉ service@zurrose.at

📘 www.facebook.com/Apotheke.Zur.Rose

¹ ggü. dem UVP (Unverbindliche Preisempfehlung des Herstellers) ² kostenfrei; **Bestellhotline:** Mo.–Fr.: 8:00 – 20:00 Uhr / Sa.: 8:00 – 16:00 Uhr / So.: 10:00 – 18:00 Uhr; **pharmazeutische Beratung:** Mo.–Fr.: 8:00 – 20:00 Uhr / Sa.: 8:00 – 14:00 Uhr

Schritt für Schritt satt werden

Sofala/Mosambik. Die Bäuerin Angelina schuftet hart. Doch die Erträge reichen nie, um ihre vier Töchter satt zu bekommen. In ihrem Dorf in der Provinz Sofala leben die meisten Familien buchstäblich von der Hand in den Mund.

Lange Trockenzeiten, harte Böden und veraltete Geräte prägen den schweren Alltag der Bäuerin. Und obwohl die Kinder mit anpacken, ändert sich nichts. Jeder neue Tag beginnt mit knurrendem Magen – ohne Hoffnung auf Veränderung.

Empowerment für die Zukunft

Wir vom Hilfswerk International haben in Angelinas Heimat ein Hilfsprojekt gestartet. Unsere Teams führen Schulungen zur Verbesserung der Anbaumethoden durch und unterstützen die Bauern durch Saatgut, Nutztiere und Werkzeug.

Keine Hilfe ohne Selbsthilfe

Angelina war sofort begeistert von den landwirtschaftlichen Schulungen. Sie hat schnell erkannt: „Das neue Wissen wird unseren Hunger vertreiben und kann vielleicht sogar ein kleines Einkommen ermöglichen,

damit ich meine Kinder zur Schule schicken kann.“ Und Angelina sollte Recht behalten. Zwei Ochs und ein Pflug ermöglichen Angelina die Bewirtschaftung von einem vier Hektar großen Feld. Zwei Kühe schenken nahrhafte Milch für die Kinder. Die Mädchen müssen nicht mehr hungern. Und mit etwas Glück kann Angelina einen Teil der Ernte verkaufen, um den Schulbesuch der Töchter zu finanzieren.

Hilfe, die sich vervielfacht

Angelina gibt ihr neues Wissen an mindestens 10 Nachbarinnen weiter, damit auch diese ihre landwirtschaftlichen Erträge verbessern können.

Gerade jetzt ist unsere Mithilfe besonders wichtig

Viele Bäuerinnen warten noch auf Saatgut, Nutztiere und Werkzeug, damit sie das neue Wissen umsetzen können. <



Bitte helfen Sie mit! Ihre Spende macht satt.

**IHRE SPENDE IST
STEUERLICH
ABSETZBAR**
Reg.Nr. 801149

30 Euro schenken Saatgut für eine Familie, 350 Euro kostet eine Milchkuh, mit 800 Euro können zwei Ochs für den Pflug angeschafft werden.

Spendenkonto

AT71 6000 0000 9000 1002
Kennwort „Hungernde Kinder in Afrika“

Hilfswerk International

Grünbergstraße 15/2/5, 1120 Wien
Tel. 01/40 57 500-111
office@hilfswerk-international.at
www.hilfswerk.at/international

OMNi-BiOTiC® wieder Nr. 1 OTC-Marke des Jahres

Institut AllergoSan. Aktuell mehrfach in Österreich und Deutschland ausgezeichnet.

Das Institut AllergoSan konnte beim diesjährigen inspirato Pharma Marketing Award erneut glänzen: Das Grazer Familienunternehmen überzeugte mit seiner mehrfach prämierten Erfolgs-marke OMNi-BiOTiC® die Jury und sicherte sich in der Kategorie „OTC-Marke des Jahres“ zum zweiten Mal in Folge den Sieg. Dazu gewann das Institut AllergoSan in der Kategorie „OTC-Unternehmen des Jahres“ den zweiten Platz. Damit nicht genug: Bei der zeitgleich ausgetragenen IQVIA

Awards-Verleihung in Wien erreichte das Institut AllergoSan ebenfalls eine Top-Platzierung. Das Geheimnis hinter dem Erfolg von OMNi-BiOTiC®: die Passion, Produkte zu entwickeln, die neue Maßstäbe in der Qualität setzen und die zudem nicht nur Symptome behandeln, sondern den Krankheits-ursachen auf den Grund gehen. So entstehen jene Symbiotika, die eine spürbare Wirkung für den Anwender haben und dadurch Begeisterung auch beim Behandler auslösen.



PROMOTION

Die Gewinner OTC-Marke v.l.n.r.:
Gaviscon (ReckittBenckiser) Bianca Scherer,
Brand Manager Gaviscon und Ulrike Weller,
Senior Medical Marketing Manager;
Omni-Biotic (Institut AllergoSan) Mag. Anita
Frauwallner; Elasten (Quiris) Adil Kachout.
Foto: Pharma Marketing 2018, inspirato



Stress? Tun Sie was dagegen!

Stress verstärkt Entzündungen im Darm.

OMNi-BiOTiC® STRESS Repair:

Das richtige Nervenfutter für Ihren Darm.
Damit Sie Ihren Stress besser verkraften.



Institut
AllergoSan

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

Noch 15 Mal Aktion & Beratung

Finale. Die Hilfswerk Family Tour 2018 bietet noch an 15 Tagen Service und Unterhaltung, Information und Beratung.

Die Hilfswerk Family Tour bietet Attraktionen, die für Jung und Alt interessant sind. Überall sind Expertinnen und Experten des Hilfswerks vor Ort, um Information und Beratung zu leisten.

Umfangreicher Service

Neben der Kinderbetreuung und den Themen Spielen und Lernen bilden auch Älterwerden und Pflege, Finanzen sowie Vorsorge die Schwerpunkte der heurigen Jahresinitiative des Hilfswerks. Weitere Aktivitäten: Kinderspiele, Basteln, Kinderschminken, Gesundheits-Checks für Jung und Alt, Brille putzen und vieles mehr. FIDI, das Maskottchen des Hilfswerks, ist natürlich auch bei allen Tour-Stopps dabei, schüttelt Hände, lässt sich gerne drücken und posiert für Erinnerungsfotos.

Starke Partner

Das Hilfswerk setzt bei seiner Jahresinitiative auf starke Partner wie Erste Bank und Sparkassen sowie s Versicherung. Die Wiener Städtische unterstützt das Hilfswerk beim Fachschwerpunkt „Spielen. Lernen. Bilden.“.



Die nächsten Stationen der Hilfswerk Family Tour

So	2.9.	10.00–16.00 Uhr	SBG	5660 Taxenbach, Bauernherbst
Fr	7.9.	14.00–21.00 Uhr	WIEN	1070 Wien, Schottenfeldgasse 29, Sommerausklang
So	9.9.	10.00–18.00 Uhr	NÖ	2564 Furth a.d. Triesting, Kirchenplatz, Dorffest
Sa	15.9.	8.00–13.00 Uhr	SBG	5400 Hallein, Pernerinsel salzachseitig, Mautpromenade 7
So	16.9.	10.00–17.00 Uhr	WIEN	1130 Wien, Hügelparkfest (ACHTUNG: bei Regen Ersatztermin am 23.9.!))
Di	18.9.	8.00–12.00 Uhr	OÖ	4810 Gmunden, Rathausplatz, Wochenmarkt
Fr	28.9.	9.00–18.00 Uhr	SBG	5020 Salzburg, Inge-Morath-Platz 30 Stadtwerkfest Lehen
Fr	12.10.	ganztags	STMK	8831 Niederwölz, Maxlaunmarkt bis Mo 15.10.
Fr	19.10.	10.00–16.30 Uhr	WIEN	1070 Wien, Schottenfeldgasse 29, Wiener Hilfswerk, Messe für Gesundheit
Fr	16.11.	ganztags	KTN	9020 Klagenfurt, Gesund Leben Messe bis So 18.11.





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

Geschäftsführerin: **Dir.ⁱⁿ Sabine Geringer, MSc, MBA** Geschäftsführerin-Stv.: **Dipl.-Ing. Evi Pohl-Iser, MA; Mag. Johann Seidl**

Kinderbetreuung

Abteilungsleitung: **Mag.^a Brigitte Popprath**

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

Hilfe und Pflege daheim

Abteilungsleitung:
Dipl.-Ing. Evi Pohl-Iser, MA
Pflegemanagement:
DGKP Esmir Kavazovic, MBA
Pflegedienstleitung:
DGKP Ljiljana Kovacevic, BSc

- **Hauskrankenpflege, Heimhilfe, Besuchsdienst**
Tel.: 01/512 36 61-666
hpd@wiener.hilfswerk.at
- **Kinderhauskrankenpflege**
Tel.: 01/512 36 61-666
hpd@wiener.hilfswerk.at
- **Notruftelefon – Sicherheit zu Hause**
Tel.: 01/512 36 61-17
notruftelefon@wiener.hilfswerk.at
- **Mobiles Palliativ-Team**
Tel.: 01/512 36 61-665, 0664/825 96 75
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
TZS Währing, Tel.: 01/479 60 68
Leitung: **DGKP Ina Löffler**
tzs-18@wiener.hilfswerk.at
- **Senioren-Wohngemeinschaften mit mobiler Betreuung**
Tel.: 01/512 36 61-422,
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
- **Aktionsraum – Treffpunkt für Jugendliche mit und ohne Behinderung (12–18 Jahre)**
Kontakt: **Mag.^a Angelika Linder**
Tel.: 01/597 12 53-33
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
- **VAKÖ – Verband aller Körperbehinderten Österreichs; Club Sonnenstrahl**
Kontakt: **Susanne David**
Tel.: 01/512 36 61-460
vakoe@wiener.hilfswerk.at

LICHT INS DUNKEL

Wohnungslosenhilfe

Abteilungsleitung: **DSA Gernot Ecker**

- **Betreutes Wohnen – Übergangswohnungen für Frauen und Familien**
Tel.: 01/512 36 61-700
Leitung: **DSA Ingrid Rasl-Brandl, MA**
bewo@wiener.hilfswerk.at
- **Wohnen mit Zukunft**
Tel.: 01/743 22 10-21
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
- **für Frauen, Bürgerspitalgasse**
Tel.: 01/596 09 42
Leitung: **Mag.^a (FH) Katrin Milcic**
sobewo06@wiener.hilfswerk.at
- **für Frauen und Männer, Hausergasse**
Tel.: 01/602 08 17
Leitung: **DSA Robert Haidowatz-Haberbusch**
sobewo10@wiener.hilfswerk.at

Flüchtlingshilfe und Wohnintegration

- **AWAT – Grundversorgung und Betreute Wohnintegration**
Leitung: **Mag.^a (FH) Christina Schilling**
fluechtlingshilfe@wiener.hilfswerk.at

Veranstaltungs- und Tagungszentrum SkyDome

Leitung: **Hannes Wagner**
Tel.: 01/512 36 61-418
office@skydome.at

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

Hilfe für Benachteiligte

- **Sozialökonomischer Betrieb (SÖB) Sozialwirtschaftliche Betriebe**
Leitung: **Mag.^a Roswitha Kikowsky**

SOMA – Sozialmarkt Neubau
Marktleitung: **Peter Kohls, MA**
Tel.: 01/522 44 21
soma@wiener.hilfswerk.at

Haus- und Heimservice
Projektleitung: **MMag.^a Gerit Rabitsch**
Tel.: 01/512 36 61-25 oder 26
heimservice@wiener.hilfswerk.at

Sozialökonomischer Betrieb in Zusammenarbeit mit:



- **SOMA – Sozialmarkt Ottakring**
Marktleitung: **Peter Kohls, MA**
Tel.: 01/492 15 93
soma16@wiener.hilfswerk.at
- **Karitatives Projekt „Guat beinand“**
Sachspenden für in Not geratene Menschen
Kontakt: **DSA Heidelinde Pelka**
Tel.: 01/512 36 61-14



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



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

www.wiener.hilfswerk.at

 facebook.com/wiener.hilfswerk



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.^a Iris Heinrich**
Tel.: 01/212 04 90, nz2@wiener.hilfswerk.at
- **Nachbarschaftszentrum 3 – Landstraße**
1030 Wien, Barichgasse 8
Leitung: **Mag.^a Jenny Reuter**
Tel.: 01/713 82 49, nz3@wiener.hilfswerk.at
- **Nachbarschaftszentrum 6 – Mariahilf**
1060 Wien, Bürgerspitalgasse 4–6
Leitung: **Mag.^a 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.ⁱⁿ Verena Kauer**
Tel.: 01/402 68 75, nz8@wiener.hilfswerk.at
- **Nachbarschaftszentrum 12 – Meidling**
1120 Wien, Am Schöpfwerk 31
Leitung: **Mag.^a Marianne Rysavy**
Tel.: 01/667 07 78, nz12@wiener.hilfswerk.at
- **Nachbarschaftsz. 15 – Rudolfsheim-Fünfhaus**
1150 Wien, Kardinal-Rauscher-Platz 4
Leitung: **Mag.^a Elisabeth Kausek**
Tel.: 01/985 38 30, nz15@wiener.hilfswerk.at

- **Nachbarschaftszentrum 16 – Ottakring**
1160 Wien, Stöberplatz 2
Leitung: **Mag.^a Verena Mayrhofer Iljić**
Tel.: 01/485 81 17, nz16@wiener.hilfswerk.at
 - **Nachbarschaftszentrum 17 – Hernals**
1170 Wien, Hernalser Hauptstraße 53
Leitung: **Mag.^a Eva Bertalan**
Tel.: 01/403 94 33, nz17@wiener.hilfswerk.at
 - **Nachbarschaftszentrum 22 – Donaustadt**
1220 Wien, Rennbahnweg 27/Stg. 3/R1
Leitung: **Mag.^a Sigrid Karpf**
Tel.: 01/256 57 90, nz22@wiener.hilfswerk.at
- www.nachbarschaftszentren.at
www.facebook.com/NZ7.Nebau
www.facebook.com/NZ16.Ottakring
www.facebook.com/NZ17.Hernals

Selbsthilfegruppen

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

Österreichische Patienteninitiative Reizdarm (ÖPRD)

Jeden Mittwoch, 16.00–18.00 Uhr
Journaaldienst 01/212 04 90-14

SHG Dystonie und Arbeit

4x/Jahr, Freitag, 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

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

MegaStark SHG für Multiple-Sklerose-Betroffene

Jeden 3. Dienstag, 18.30 Uhr. Mit Anmeldung!

SHG Bipolar

Jeden 2. und 4. Dienstag, 18.00 Uhr.
Mit Anmeldung!

Lymphliga

Jeden 2. Mittwoch, 18.00 Uhr. Mit Anmeldung!

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

Multiple Sklerose

Jeweils Dienstag und Donnerstag einmal im
Monat, 15.00–18.00 Uhr. Info im Zentrum.

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

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

14-tägig, Montag, 18.30 Uhr
Anmeldung unter Tel.: 0699/19 94 11 14

SHG „Trauernde Eltern Wien“

1. Montag im Monat, 18.30 Uhr

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

SHG OA Overeaters Anonymous (Unterstüt- zung bei Genesung vom zwanghaften Essen)

Jeden Donnerstag, 19.00–20.30 Uhr

SHG Polyneuropathie

Jeden 1. Donnerstag im Monat, 10.00 Uhr

Tel. 0664/159 41 13

www.wiener-selbsthilfegruppe-polyneuropathie.at

Am Rand – Selbsthilfegruppe

für Borderline-Betroffene

Jeden Mittwoch, 18.00–20.00 Uhr,
amrandwien@gmail.com

www.facebook.com/amrandwien

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

Frauengesprächsrunde Brustgesundheits

Donnerstag, 17.00–19.00 Uhr

20.9., 18.10., 15.11., 20.12.

SHG SAG7 (Sensibel.Anonym.Gemeinsam.)

Jeden Dienstag, 18.30 Uhr

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

SHG SIA-Überlebende von sexuellem Missbrauch in der Kindheit

Jeden Samstag, 19.30 Uhr

Tel.: 0699/11 03 32 70 (Christian)

oder 0699/81 78 98 21 (Eva)

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

SHG Anonyme Alkoholiker

Jeden Donnerstag, ab 17.00 Uhr

Beziehungswerkstatt-Gesprächsgruppe

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

SHG Polyneuropathie

Infos bei Hr. Leitner, Tel.: 0664/159 41 13

www.wiener-selbsthilfegruppe-polyneuropathie.at

Nachruf †

Wir trauern um unsere langjährige
freiwillige Mitarbeiterin Christine
Stefanie Poremba, die am 23. Juli
2018 nach langer schwerer Krankheit
im 75. Lebensjahr verstorben ist.

Frau Poremba – unsere Christl – hat
in vielfacher Weise das Wiener
Hilfswerk unterstützt, Gruppen
geleitet, im Nachbarschaftszentrum
15 und beim VAKÖ stets mitgeholfen,
im Hilfswerkchor gesungen, viele
Jubiläumstorten gebacken und eine
Selbsthilfegruppe geleitet. Doch das
ganz Besondere an ihr waren ihre
Lebensfreude, ihre vielen Interessen
und wie sie anderen Mut machte,
trotz ihrer eigenen Erkrankungen.

Wir danken von ganzen Herzen für
die bereichernden gemeinsamen
Jahre mit ihr!
Elisabeth Kausek und das NZ15-Team



HILFSWERK



KASPERL-Termine

September bis Dezember 2018

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

- **Nachbarschaftszentrum 2:** Tel.: 01/212 04 90
Fr., 28.9. | Fr., 19.10. | Fr., 23.11. | Fr. 14.12. | 9.45 Uhr und 15 Uhr
Ab 2 Jahren, Dauer ca. 25 Minuten. Anmeldung erforderlich!
UKB: 2 Euro/Kind für Gruppen, 3 Euro/Kind für Einzelbesucher/innen
- **Nachbarschaftszentrum 3:** Tel.: 01/713 82 49
Mi., 12.9. | Mi., 10.10. | Mi., 7.11 | 15.30 Uhr
UKB: 3 Euro, Anmeldung bis Freitag in der Vorwoche erforderlich!
Nikolokasperl: Mi., 5.12. | 15.30 Uhr
UKB: 6 Euro. Anmeldung bis 28.11. erforderlich!
- **Nachbarschaftszentrum 6:** Tel.: 01/597 36 50
Kasperl für Kindergruppen: Di., 25.9. | Di., 23. 10. | Di., 27.11. |
Di., 18.12. | 9.30 und 10.30 Uhr
UKB: 2 Euro. Anmeldung erforderlich!

- **Nachbarschaftszentrum 7:** Tel.: 01/512 36 61-440
Do., 20.9. | Di., 23. 10. | Do., 25.10. | Di., 20.11. | Do., 22.11. |
Di., 11.12. | Do., 13.12. | 9.30 und 10.30 Uhr
UKB: 4 Euro/Kind. Anmeldung erforderlich!
Kasperl & Kreativ: für Eltern mit Kleinkindern, anschließend basteln und Elterncafé. Anmeldung bis 2 Tage vorher erforderlich. UKB: 5 Euro/Kind.
Do., 20. 9., „Der Drache mit den Zahnschmerzen“ | Do., 25.10., „Großmutter's Zauberschlüssel“ | Do., 22.11., „Vorsicht, Krokodil entlaufen!“ |
Do., 13.12., „Weihnachtsbesuch beim König“ | 15.30–17 Uhr
- **Nachbarschaftszentrum 8:** Tel.: 01/402 68 75
Di., 25.9. | Di., 23.10. | Di., 20.11. | Di., 11.12., | 17 Uhr, UKB, Anmeldung!
- **Nachbarschaftszentrum 16:** Tel.: 01/485 81 17
Immer dienstags 10.30 Uhr. UKB 2 Euro/Kind für Gruppen,
3 Euro/Kind für Einzelbesucher/innen



FLOHMARKT-Termine

September bis Dezember 2018

Hausrat, Bücher, Spielsachen, Kleidung und noch mehr!

- **Nachbarschaftszentrum 2:** Tel.: 01/212 04 90
Kindersachenflohmarkt: Fr., 21.9., 8.30–12.30 Uhr
Anmeldung für Tischreservierung ab 20.8., UKB: pro Tisch 10–12 Euro
Bücherflohmarkt: Mo., 19.11.–Fr., 23.11. | zu den Öffnungszeiten
Nachbarschaftsflohmarkt: Mo., 26.11. | 13–16 Uhr
Alles-Gratis-Flohmarkt: Di., 27.11. | 8.30–10.30 Uhr
- **Nachbarschaftszentrum 3:** Tel.: 01/713 82 49
Bücherflohmarkt: Immer mittwochs | 9–17 Uhr
- **Nachbarschaftszentrum 6:** Tel.: 01/597 36 50
Flohmarktwoche: Mo., 8.10.–Fr., 12.10. | zu den Öffnungszeiten
Achtung: Montag ab 12 Uhr und Freitag (Gratistag!) bis 12 Uhr
- **Nachbarschaftszentrum 7:** Tel.: 01/512 36 61-440
Di., 11.9.–Do., 13.9. | Di., 25.9.–Do., 27.9. |
Di., 9.10.–Do., 11.10. | Di., 23.10.–Do., 25.10. |
Di., 6.11.–Do., 8.11. | Di., 20.11.–Do., 22.11. |
Di., 4.12.–Do., 6.12. | Di., 18.12.–Do., 20.12. | jeweils 10–17 Uhr
Floh-Café: Jeden Dienstag, am jeweils 1. Flohmarkttag der Woche,
findet im Foyer des NZ 7 ein Flohmarktcafé statt: 11.9. | 25.9. | 9.10. |
23.10. | 6.11. | 20.11. | 4.12. | 18.12. | jeweils 9.30–14 Uhr
Kids Flohmarkt: Sa., 29.9., (Anmeldestart: 5.9.) |
Sa., 24.11. (Anmeldestart: 24.10.) | jeweils 9.30–14.00 Uhr
UKB: pro Tisch 8 Euro. Rechtzeitig Tisch reservieren!
Flohmarkt-Kilo-Verkauf: Mo., 24.9. und Di., 25. 9 | 10–17 Uhr
Mi., 26.9. | 10–12 Uhr. Kleidung zu stark reduzierten Preisen!
- **Nachbarschaftszentrum 8:** Tel.: 01/402 68 75
Di., 11.9. + Mi., 12.9., 9–17 Uhr | Do., 13.9., 9–12 Uhr |
Di., 16.10. + Mi., 17.10., 9–17 Uhr | Do., 18.10., 9–12 Uhr |
Di., 13.11. + Mi., 14.11., 9–17 Uhr | Do., 15.11., 9–12 Uhr
Winterflohmarkt: Mo., 3.12., 13–17 Uhr | Di., 4.12., 9–18 Uhr |
Mi., 5.12., 9–11 Uhr
- **Nachbarschaftszentrum 12:** Tel.: 01/667 07 78
Fr., 21.9. | Fr., 5.10. | Fr., 9.11. | Fr., 7.12. | 9–13 Uhr
- **Nachbarschaftszentrum 15:** Tel.: 01/985 38 30
Do., 6.9. | Do., 4.10. | Do., 6.12. | 9.30–15 Uhr
Gratis-Flohmarkt: Fr., 7.9. | Do., 5.10. | Do., 7.12. | 9.30–11 Uhr
- **Nachbarschaftszentrum 16:** Tel.: 01/485 81 17
Am ersten Freitag des Monats | 9–12 Uhr
Vorankündigung für Tisch zum Verkaufen eigener Sachen. UKB: 3 Euro
- **Nachbarschaftszentrum 17:** Tel.: 01/403 94 33
Fr., 7.9., 9–16 Uhr | Fr., 5.10., 9–17 Uhr | Fr., 16.11., 9–16 Uhr
Bastelmaterial-Flohmarkt: Sa., 13.10., | 9–16 Uhr
- **Nachbarschaftszentrum 22:** Tel.: 01/256 57 90
Benefiz-Flohmarkt: Di., 18.9. | Mi., 19.9., | 9–12 und 13–16 Uhr

www.nachbarschaftszentren.at



Veranstaltungskalender

Eine kleine Auswahl aus dem Programm der Nachbarschaftszentren.

Weitere Infos unter www.nachbarschaftszentren.at sowie www.skydome.at

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

Herbstfest: Mo., 15.10. | 13.30–15.30 Uhr.

Live Klaviermusik, Köstlichkeiten und ein besonderes Nachbarschaftsprojekt!

Laternen basteln: Do., 8.11. | 15–16.30 Uhr.

Anmeldung erforderlich, UKB: 4 Euro

Laternen-Umzug: Do., 8.11., 16.30 Uhr. Mit bunten Laternen und Liedern durchs Grätzl.

Anmeldung erforderlich

Tag des Wohlbefindens: Mo., 19.11. | 10–16 Uhr.

Gesundheit, Entspannung und Wohlbefinden mit Angeboten zum Mitmachen, Nachbar/innen kennenlernen uvm. Programminfos im Zentrum!

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

Blick über den Tellerrand: Besichtigung von Bezirksmuseen (BM) rund um den 3. Bezirk:

Fr., 14.9. BM Simmering, TP: 14 Uhr Haupteingang Post am Rochus | Do., 18.10. BM Innere Stadt, TP 15.30 Uhr Haupteingang Post am Rochus | Mi., 14.11. BM Leopoldstadt, TP 15.30 Uhr Haupteingang Post am Rochus. Eintritt frei. Anmeldung erforderlich.

Lassen Sie sich fotografieren: Fotos für Bewerbungsschreiben und Porträtfotos mit Fr. Pandilovic.

Mo., 17.9., 8.10., 22.10. | 10.30–12.00 Uhr

Di., 13.11., 20.11. | 13–14.30 Uhr

Anmeldung erforderlich. Freie Spende.

Heilsames Singen: Sa., 6.10., 14 Uhr. Mit DPGKP Mag. Slawinski (zert. Singleiter) einfache, melodische Lieder singen. Anmeldung erforderlich. Freie Spende.

Workshop: Den Alltag gut bewältigen – psychische Widerstandskräfte stärken: Di., 9.10. | 16.10. | 23.10. | 30.10. | 10.30–11.45. Mit Freiwilliger Mitarbeiterin Mag.^a Bachinger (Klinische- u. Gesundheitspsychologin). Anmeldung! Freie Spende

Weihnachtsfotoshooting: Mi., 7.11. | 28.11. | 15–17 Uhr. Fr. Pandilovic fotografiert Sie im weihnachtlichen Ambiente. Perfekt für Geschenke u. Grußkarten. Anmeldung erforderlich. Freie Spende.

Adventkranzbinden für Groß & Klein: Fr., 30.11. | 10.30–16 Uhr. Reisig, Kerzen, Dekor werden bereitgestellt. Anmeldung bis 21.11. erforderlich. UKB: 9 Euro

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

Herbstfest für Groß und Klein: Mi., 12.9. | 14.30–17 Uhr. Kürbissuppe, Maroni und Kinderpunsch werden vorbereitet, weitere Beiträge sind willkommen. Bei Schönwetter im Garten, bei Regen im Zentrum.

Vernissage „Urbane Fotografie und Portraits“: von Hrn. Pürzel und Hrn. Schefstoss, Fr., 5.10. | 19–21.30 Uhr. Musik von „Wien Mitte“.

Endlich handeln! Do., 18.10. | 9–13 Uhr. Workshop für Erwachsene. Lernen Sie Ihre Stärken kennen! In Kooperation mit der WUK Bildungsberatung. Anmeldung erforderlich.

Suppe mit Herz! Mi., 7.11. | 12–15 Uhr. Probieren Sie eine von drei herzhaften Suppen und spenden Sie einen kleinen Betrag für unsere Soziale Orientierungsberatung. Lernen Sie dabei die Angebote des Zentrums und neue Nachbarn kennen.

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

Reparatur-Café Neubau: „Gemeinsam reparieren statt einsam wegwerfen!“ Sa., 6.10. | Sa., 10.11. | 10–15 Uhr. Wir bieten: Unterstützung bei kleineren Reparaturen tragbarer Gegenstände z.B. elektrische Geräte, Textilien uvm. gegen einen UKB für Material.

Smovey-Walk in Schönbrunn: Im Rahmen der Mobilitätswoche. Do., 20.9. | 14–17 Uhr. Für alle Generationen. Smoveys stehen zur Verfügung. Anmeldung bis 17.9. erforderlich.

Smovey-Workshop für Senior/innen:

Im Rahmen des Monats der Senior/innen:

Di., 3.10. | 15–17 Uhr. Smoveys stehen zur Verfügung. Anmeldung bis 1.10. erforderlich.

Adventkranzbinden: Mo., 26.11. | 15–17 Uhr, Dekorationsmaterial und Kerzen bitte selbst mitnehmen. UKB: 6,50 Euro. Anmeldung bis 22.11.

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

Diavortrag: „Eine Reise durch Kambodscha“: Mo., 29.10. | 17.15 Uhr. Freie Spende.

Vortrag: Kleine Räucherkunde. Mi., 31.10., | 10 Uhr. Eine Geruchsreise mit Lavendelblüten, Johanniskraut & Co! Anmeldung bis 26.10., UKB: 5 Euro

Fest der Vielfalt: Do., 8.11. | 16–19.30 Uhr. Bring dein Land in das NZ8! Musik, Mitmach-Quiz, Essen und Trinken, Miteinander feiern.

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

Workshop Gypsydance: Mi., 19.9. | 16–17.30 Uhr. Für Anfängerinnen/Fortgeschrittene/Frauen/Mädchen/Kinder. Anmeldung erforderlich. UKB: 4 Euro/2 Euro für Kinder.

Lustige Lesung mit Plauderei: Torberg, Roth, Kästner. Mit Kaffee und Kuchen: Mo., 24.9. | 15.30–17 Uhr. Anmeldung erforderlich.

Sanftes Yoga für Frauen: Fr., 12.10. | Fr., 19.10. | 10.30–12 Uhr. Anmeldung erforderlich.

Halloweenfest: Mi., 31.10. | 16–17.30 Uhr.

Mit Kinderdisco, Bastelstation und schaurigen Snacks. Anmeldung bis 29.10., UKB: 3 Euro

Adventkranzstecken: Do., 29.11., 13.30–15 Uhr. Machen Sie sich selbst Ihren eigenen Adventkranz. Anmeldung bis 23.11., UKB: 10 Euro

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

Vortrag: Dr. Klaus Skoupy, Psychotherapeut: Mo., 24.9. | 12.30–13.50 Uhr; Thema: „Wie wird die Welt überleben?“ Anmeldung erforderlich.

Wanderung „Kahlenberg“: Do., 20.9. | TP: 10 Uhr im Zentrum. Im Rahmen der Europäischen Mobilitätswoche. Anmeldung erforderlich.

Next door's fashion – bunt, schick & hipp:

Do., 8.11. | 17.30–20 Uhr. Modenschau, Verkauf von stylischer Secondhand-Kleidung & Accessoires. Die Spenden kommen armutsgefährdeten Nachbar/innen zugute.

Halloweenparty: Di., 30.10. | 14–15.30 Uhr.

Bastelstationen, Hexenbuffet, Halloweenumzug. Für Kinder von 5 bis ca. 12 Jahren. Anmeldung.

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

Anmeldung bei jeder Veranstaltung erforderlich!

Monat der Senior/innen – Freiwillig, weil es

Sinn macht: Mi., 19.9. | 11–12.30 Uhr. Infoveranstaltung über mögliche Freiwilligentätigkeiten im Zentrum.

Fotovorträge: Mi., 26.9., „Burgenland zum Entdecken“ und Mi., 10.10., „Verona, Vicenza, Venezia“ | jeweils 11.15–12.15 Uhr

Adventkranzbinden: Mi., 28.11. | 14–16 Uhr

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

Kürbisfest: Fr., 19.10. | 14–18 Uhr, Kürbis schnitzen, Gruselkeller, Kinderschminken.

St. Martinsumzug mit Pferd und Reiter:

Fr. 9.11. | 17 Uhr. Treffpunkt: Dörnerplatz

Adventkranzbinden: Für Erwachsene Mo., 26.11. Für Kinder Di., 27.11. | jeweils 15–16.30 Uhr

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

Herbst Siedlungsfest: Do., 13.9. | 14.30–18 Uhr. Das Regionalforum lädt Kinder und Erwachsene zum Fest im Festhof (Stiege 1–3) ein. Nur bei Schönwetter!

Wandern bewegt: Mo., 1.10. | 9.30–15 Uhr, Wandern in Gemeinschaft bewegt Körper, Geist und Seele. Anmeldung und Info im NZ.

Achtsamkeitsworkshop – die Zeit: Mo., 8.10. | 18–20 Uhr. Künstlerin und Kunstpädagogin Fr. Scheitl vermittelt Achtsamkeitsübungen.

Bringen Sie Offenheit und Experimentierfreudigkeit mit! Anmeldung erforderlich.

Von Kopf bis Fuß im Gleichgewicht: Trainieren Sie Gleichgewicht, Gedächtnis, Koordination.

Di., 9.10., 10–11.30 Uhr | Di., 16.10. & 23.10., 11–12 Uhr

Seniorenmonat: 2. Chance für Bio-Gemüse und Bio-Obst! Do., 11.10. | 13.30–14 Uhr. Essen Sie sich gesund, mit köstlicher Ware vom ADAMAH BioHof!

Elterntisch: Zu wichtigen Themen mit Eltern austauschen. Pädagogische Materialien und Tipps. Di., 16.10., Kinder stark machen | Di., 23.10. Bücher helfen | Di., 30.10., Grenzen setzen, aber wie? | Di., 6.11., Geschwister | Di., 13.11., Kinder und Medien | jeweils 9.30–11.30 Uhr. Anmeldung erforderlich.

Messe für Gesundheit und Prävention 2018

Veranstaltung. Wer am Thema Gesundheit Interesse hat, sollte diese Messe nicht verpassen.

Am 19. Oktober erfahren Sie im SkyDome des Wiener Hilfswerks viel Wissenswertes rund um das Thema Gesundheit. Wer es gerne praktisch hat, kann auf einer Gesundheitsstraße seine/ihre Fitness überprüfen lassen. Getestet werden etwa Blutdruck, Blutzucker, Qualität der Ernährung, Diabetesrisiko oder Handkraft. Viele Workshops und Vorträge runden das Angebot ab. Aussteller sind die Wiener Gesundheitsförderung (WIG), der Fonds Soziales Wien, das Wiener Programm für Frauengesundheit der Magistratsabteilung 24, Integration Wien-Elternnetzwerk, die Österreichische Diabetikervereinigung und zahlreiche Selbsthilfegruppen. Die „Fit Card“, ein spezieller Pass (kostenlos), ermöglicht die Teilnahme an allen Programmpunkten. Der Eintritt zur Messe ist frei.

Zeit: Freitag, 19. Oktober 2018, 10.00 bis 16.30 Uhr, Eintritt frei!

Ort: SkyDome des Wiener Hilfswerks, Schottenfeldg. 29/2, 1070 Wien

Informationen: Tel. 01/985 38 30 oder Mail nz15@wiener.hilfswerk.at

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:

- 3.9. Erziehung – einst und jetzt
- 17.9. Das Leben ab 50
- 8.10. Das Reisen: Wie? Wo? Warum?
- 22.10. Familie Strauß
- 5.11. Die Eisenbahn – pro und contra
- 19.11. Gesunde Ernährung und Trends
- 12.12. Weihnachtsfeier

Kontakt: Nachbarschaftszentrum 7 – Neubau, Tel.: +43 1 512 36 61-440
Informationen: www.wissensboerse.at



Ruhe und Frieden in freier Natur.

*Weil man
nach dem Leben
WEITERLEBT.*



Gemeinsam erinnern
www.paxnatura.at/gedenkportal

**Nehmen Sie sich Zeit
für eine kostenlose Besichtigung und Beratung.**

Begleiten Sie uns bei einer Flächenbesichtigung:

08. September, 06. Oktober, 10. November - jeweils 13:00, Feihlerhöb/Purkersdorf (Treffpunkt Infotafel beim Waldeingang Rochusgasse)

PAXNATURA.AT

Büro Purkersdorf: Tel. 02231-63131 oder Mail: purkersdorf@paxnatura.at

FAMILIENBONUS

Bis zu **1.500 €**
Steuern sparen
pro Kind

Berechnen Sie Ihren
persönlichen Vorteil:
familienbonusplus.at



BMF/Fotolia

Der Familienbonus Plus ist die bisher größte Entlastungsmaßnahme aller Zeiten für Familien. Insgesamt werden rund 950.000 Familien und etwa 1,6 Mio. Kinder in Höhe von bis zu 1,5 Mrd. Euro entlastet.

Ein großes Plus für Familien

Was heißt das nun für Ihre Familie? Sie erhalten künftig einen Steuerbonus von bis zu 1.500 Euro pro Kind und Jahr. Der Familienbonus Plus vermindert also direkt Ihre zu zahlende Steuer. Bei niedrigeren Einkommen bedeutet das in Zukunft sogar nicht nur weniger, sondern gar keine Einkommensteuer mehr bezahlen zu müssen.

Der Familienbonus Plus steht Ihnen so lange zu, so lange für das Kind Familienbeihilfe bezogen wird. Nach dem 18. Geburtstag Ihres Kindes steht Ihnen ein reduzierter Betrag zu, wenn für dieses Kind weiterhin Familienbeihilfe bezogen wird.

Neu: Der Kindermehrbetrag

Anders als bisher werden nun auch geringverdienende Alleinerziehende bzw. Alleinverdienende berücksichtigt, die gar keine oder eine sehr niedrige Einkommen-

steuer bezahlen. Ihnen steht künftig ein so genannter Kindermehrbetrag in Höhe von 250 Euro pro Kind und Jahr zu.

Neues ersetzt Altes – zu Ihrem Vorteil

Die gute Nachricht vorweg: Niemand steigt durch den Familienbonus Plus schlechter aus als zuvor. Im Gegenteil: Der Familienbonus Plus kann unter den Eltern aufgeteilt und damit optimal ausgenützt werden. Da er unmittelbar die Steuer und nicht nur die Steuerbemessungsgrundlage vermindert, hat er eine vielfach höhere Entlastungswirkung als die Abzugsfähigkeit von Kinderbetreuungskosten und die Berücksichtigung des Kinderfreibetrages, die ab 2019 wegfallen.

So holen Sie sich Ihren Bonus

Sie können gegenüber Ihrem Arbeitgeber erklären, dass der Familienbonus Plus ab dem Jahr 2019 über die Lohnverrechnung

berücksichtigt werden soll. Dann verringert sich schon während des Jahres Ihre Lohnsteuer. Sie können ihn aber auch nach Ablauf des Jahres beim Finanzamt über die Steuererklärung bzw. Arbeitnehmerveranlagung geltend machen.

Berechnen Sie sich Ihren persönlichen Steuervorteil:

Der bewährte **Brutto-Netto-Rechner** wurde erweitert, damit Sie sich Ihre persönliche Steuerersparnis durch den Familienbonus Plus beziehungsweise den Kindermehrbetrag ausrechnen können.

Den aktuellen Folder sowie weitere Informationen finden Sie gesammelt auf familienbonusplus.at



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

SEIT 1824 NEHMEN WIR SORGEN AB.

wienerstaedtische.at

IHRE SORGEN MÖCHTEN WIR HABEN

**WIENER
STÄDTISCHE**
VIENNA INSURANCE GROUP

