

Hand in Hand

Zeitschrift für Gesundheit, Familie und Soziales



HILFSWERK

3 | 2020



Wie die Zeit vergeht!

Gut so, keine Angst vor dem Alter. > 4

Hilfswerk Notruftelefon.
Sicher zu Hause und unterwegs. > 9

Interview. Seniorenanimation
steigert die Lebensqualität. > 12

Rückblick. LH Stelzer blickt auf
drei Jahre Amtszeit zurück. > 16



ÖSTERREICH
HILFT
ÖSTERREICH

ORF
WIE WIR.



VERONIKA HILFT HELMUT

HILFSWERK

Helfen Sie uns helfen. Damit wir weiterhin Menschen in Not unterstützen können.
Jetzt spenden: AT06 2011 1800 8076 0700 | Mehr auf helfen.at

Eine Initiative
des ORF und:

Caritas

Diakonie



ÖSTERREICHISCHES
ROTES KREUZ



volkshilfe.



EDITORIAL

Viktoria Tischler,
Geschäftsführerin OÖ Hilfswerk

Sehr geehrte Leserinnen und Leser, liebe Hilfswerk-Mitarbeiterinnen und -Mitarbeiter!

Nur noch wenige Tage und ein eher ungewöhnlicher Sommer geht schon langsam in einen gleichsam spannenden Herbst über. Mit Beginn der neuen Jahreszeit darf selbstverständlich auch unsere 3. „Hand in Hand“-Ausgabe nicht fehlen, in der es gleichfalls wieder viel Neues zu berichten gibt.

Im Mittelpunkt soll dieses Mal die Frage stehen, was präventiv dafür getan werden kann, um die „guten und gesunden Jahre“ möglichst lange genießen zu können. Als zentrales Schlüsselwort gilt hierbei die Bewegung. Denn so ist allgemein bekannt, dass mit körperlicher Fitness bzw. der Inanspruchnahme passender Unterstützungsangebote, wie sie am Hilfswerk OÖ etwa in Form der Seniorenanimation angeboten werden, gesundheitlichen Problemen sowohl auf mentaler als auch körperlicher Ebene ideal vorgebeugt werden kann. Weiters wollen wir in der aktuellen Ausgabe zugleich auf die Amtszeit unseres Landeshauptmanns Mag. Thomas Stelzer eingehen, der sich dieses Jahr mittlerweile schon in seinem dritten Regierungsjahr befindet.

Gleichwohl finden sich, wie gewohnt, genauso wieder viele weitere interessante Artikel zu den bunten und betriebsamen Geschehnissen, die sich in unserer großen Hilfswerk OÖ-Familie zugetragen haben.

Ich wünsche Ihnen weiterhin alles Gute, viel Vergnügen beim Lesen unserer aktuellen Lektüre und bleiben Sie gesund!

Ihre Viktoria Tischler

COVERSTORY

4 Aktiv ins Alter.

Wieder ein Jahr älter? Kein Grund, Trübsal zu blasen!

16 Landeshauptmann Stelzer.

„Wir werden Oberösterreich wieder stark machen!“

PFLEGE & BETREUUNG

8 Bewährte Hilfswerk-Ratgeber.

Jetzt kostenlos bestellen.

KINDER & JUGEND

18 Lernbegleitung.

Nachhilfe in Zeiten von Homeschooling.

19 Spenden.

Ein Apfelbaum und „tierischer“ Zuwachs.

9 Notruftelefon.

Sicher zu Hause und unterwegs.

20 FIDI-Comic

11 Unbürokratisch.

24-Stunden-Kurzzeitbetreuung.

21 Othmar Karas.

Mehr Geld für die Elementarbildung!

12 Interview.

Seniorenanimation steigert die Lebensqualität.

HILFSWERK

23 Preisrätsel

14 Corona.

Nachbarschaftshilfe und Babyelefanten.

24 Libanon.

Hilfe vor Ort.

GESUNDHEIT & LEBEN

15 Spende.

Volle Fahrt voraus!

27 HILFSWERK ON TOUR

15 Literatur.

Lesen stärkt die Seele.

29 OÖ HW.

Wahlen und Bilanz.

30 Adressen

Medieninhaber und Herausgeber: OÖ Hilfswerk GmbH, Landesgeschäftsstelle **Redaktionsadresse:** Zeitschrift Hand in Hand, OÖ Hilfswerk GmbH, Landesgeschäftsstelle, Dametzstraße 6, 4010 Linz, Tel. 0732/77 51 11-0, Fax 0732/77 51 11-200, E-Mail: office@ooe.hilfswerk.at **Redaktion Oberösterreich:** Viktoria Tischler, BULLDOGagentur GmbH **Redaktion Österreich:** Christa Fürchtgott, Martina Goetz, Daniela Gutsch, Gerald Mussnig, Heiko Nötstaller, Helmut Ribarits, Angelika Spraidler, Viktoria Tischler, Roland Wallner **Bildnachweis, Fotos:** Shutterstock (Cover & Seiten 3/5/Krakenimages.com, 6/wavebreakmedia, 11/Photographie.eu, 12/Kzenon, 23/C. Na Songkhla, 23/bigacis), 7/Gerald Lechner, 9/Hilfswerk NÖ/Franz Gleiss, OÖ Hilfswerk, 14/Erika Ganglberger, 19/Wolfgang Langeder, 18/OÖ Versicherung, 29/Cityfoto, 24/25/Hilfswerk International, Hilfswerk Österreich/Johannes Puch/Suzy Stöckl **Gesamtauflage:** 80.000 Stück **Vertrieb:** 90 % persönlich adressierte Sendungen **Offenlegung:** <https://www.hilfswerk.at/oesterreich/impressum/> **Anzeigenverkauf (Gesamtauflage):** Hilfswerk-Bundesgeschäftsstelle, Tel. 01/40 57 500 **Anzeigenverkauf (Oberösterreich):** Hilfswerk OÖ, Tel. 0732/76 06-728 **Layout/Produktion:** Egger & Lerch Corporate Publishing, 1030 Wien **Druck:** Wograndl, 7210 Mattersburg. **Widerruf:** Ich bin mit der regelmäßigen Zusendung der Zeitschrift für Gesundheit, Familie und Soziales „Hand in Hand“ einverstanden. Diese Einwilligung kann ich jederzeit per E-Mail an datenschutz@hilfswerk.at oder mittels Brief an das Hilfswerk Österreich, Grünbergstraße 15/2/5, 1120 Wien, widerrufen.

Wieder ein Jahr älter? Kein

Aktiv ins Alter. Was wie ein Werbeslogan klingt, ist mittlerweile das Motto vieler älter werdenden Menschen. Auch wenn die Kraft im Alter etwas nachlässt und so manches etwas beschwerlich wird, ist das noch lange kein Grund zur Beunruhigung und in gewissem Maße auch ganz normal. Sich körperlich und geistig fit zu halten ist die wichtigste Voraussetzung, um aktiv und positiv gestimmt älter zu werden.

„Rosi, kannst du mir bitte mal kurz helfen?“, ruft Hanna vom Fenster in den kleinen Garten hinunter, wo Rosi gerade Unkraut zupft. Dafür muss die 78-Jährige auch gar nicht am Boden kauern, denn die Enkelkinder haben für sie und ihre Mitbewohner/innen ein Hochbeet gebaut, das auch von älteren Personen leicht bearbeitet werden kann. Vor ein paar Jahren stellte sich Rosi die Frage, wie und wo sie alt werden möchte. Die Heimhilfe, die ihr ab und zu bei den Haushaltstätigkeiten half, erzählte ihr von der Senioren-Wohngemeinschaft, die sie ebenfalls in regelmäßigen Abständen betreut. Nach einem Besuch und gegenseitigem Kennenlernen war die erste Skepsis schnell verfliegen, man war sich sofort sympathisch. Das ist wichtig, wenn man sich entschließt, seinen Lebensabend mit gleichgesinnten älteren Menschen in einem gemeinsamen Haus zu verbringen.

Gesellschaft im Wandel

Menschen in den westlichen Wohlstandsgesellschaften leben heute so gesund und lange wie keine Generation zuvor. In Österreich werden laut Statistik Austria Frauen im Durchschnitt 84 Jahre, Männer 79,3 Jahre alt, Tendenz steigend. Eine positive Entwicklung, auf die sich die Gesellschaft allerdings vorbereiten muss. Persönlich sollte man nicht den Kopf in den Sand stecken, sondern sich proaktiv darauf vorbereiten. Rechtzeitig damit anzufangen ist sinnvoll!

„Natürlich ist es nachvollziehbar, dass das Älterwerden manchen Menschen

Unbehagen bereitet, denn diese Lebensphase ist wie keine andere stark mit gewissen Vorstellungen behaftet, wie zum Beispiel Krankheit oder Einsamkeit“, erzählt Psychologin und Hilfswerk-Pflegeexpertin Sabine Maunz. „Es ist unrealistisch, wenn man erwartet, mit 80 Jahren 100% gesund zu sein. Aber aus meiner langjährigen Erfahrung weiß ich, dass viele Menschen auch mit chronischen Erkrankungen ein gutes Leben führen können. Und es ist wichtig, neben dem Körper auch auf Geist und Seele zu achten.“

Dem Alter positiv begegnen

Je gelassener man dem Alter entgegenguckt, je früher man sich positiv darauf einstellt, desto besser wird einem das Älterwerden gelingen. Vorausdenken ist dabei oft schon die halbe Miete! Leider machen sich viele Menschen erst sehr spät Gedanken darüber. Es lohnt sich, sich rechtzeitig damit auseinanderzusetzen, was einen später erwarten wird oder wie, wo und mit wem man seine „goldenen Jahre“ verbringen möchte. Womit möchte man sich im Alter beschäftigen, möchte man Reisen unternehmen, sich um die Enkelkinder kümmern oder sich sogar ehrenamtlich betätigen und für andere da sein? Ziele und Pläne zu haben, auch im Alter, das hilft! Dass die Gesundheit nicht immer so mitspielt, wie man das gerne hätte, kommt natürlich auch vor. Wichtig ist es dabei, alters- oder krankheitsbedingte Einschränkungen anzunehmen und zu lernen, damit umzugehen. Verdrängen ist meist kein guter Ratgeber.

Seien Sie aktiv!

Auch wenn private Senioren-Wohngemeinschaften, so wie oben beschrieben, eine durchaus interessante Alternative zum Älterwerden in den eigenen vier Wänden oder zum Pflegeheim darstellen, sind sie heutzutage eher noch die Ausnahme. Das Beispiel von Rosi und ihren Mitbewohnerinnen und Mitbewohnern zeigt jedoch auf, dass Alternativen möglich sind, dass man durchaus auch „über den Tellerrand hinaus“ denken darf, wenn man sich Gedanken über das Älterwerden macht. Der Angst vor Einsamkeit entgeht man in einer betreuten Wohnform oder einer Wohngemeinschaft sicherlich eher, als wenn man alleine in den eigenen vier Wänden wohnt. „Regelmäßig soziale Kontakte zu pflegen, kann ein wahrer Jungbrunnen sein und schützt vor Einsamkeit“, bestätigt Sabine Maunz. „Wählen Sie Ihre Aktivitäten danach, wie fit Sie sich fühlen. Der Bogen kann sich von gemeinsamen Ausflügen über Kaffeehausbesuche bis zu regelmäßigen Tanzabenden spannen. Seniorentreffs beispielsweise eignen sich hervorragend, um Bekanntschaft mit anderen Menschen zu machen. Gegen einen gelegentlichen nachbarschaftlichen Plausch über den Gartenzaun hinweg ist auch nichts einzuwenden. Selbst regelmäßiges und ausgiebiges Telefonieren mit Familienangehörigen oder Freunden stärkt das Gefühl, sozial verbunden zu sein. Nehmen Sie am familiären Leben teil – das geht auch am Telefon.“ Neben dem Pflegen der sozialen Kontakte bedeutet aktiv sein aber auch

Grund, Trübsal zu blasen!

sprichwörtliche Aktivität, denn Bewegung ist ja bekanntlich „das halbe Leben“. Körperliche Bewegung sorgt dafür, dass unser Gehirn gut mit Sauerstoff versorgt wird, beugt Herz-Kreislauf-Erkrankungen vor und kann auch mal den Geist von trüben Gedanken befreien. Die Bandbreite an Möglichkeiten ist sehr groß – auch mit gewissen gesundheitlichen Einschränkungen ist Bewegung möglich, selbst bis ins hohe Alter. Erkundigen Sie sich bei Turn- und Sportvereinen oder Volkshochschulen in Ihrer Umgebung, viele bieten spezielle Kurse für Seniorinnen und Senioren an. Falls Sport nicht möglich ist, steigen Sie auf tägliche Spaziergänge an der frischen Luft um – diese kurbeln den Kreislauf an und halten fit. Variieren Sie Tempo, Länge und Strecken, je nach täglicher Verfassung. Selbst im Sitzen oder Liegen ist Mobilisierung möglich! Lesen Sie dazu die Tipps unserer Expertin auf Seite 7. >>



Mit beiden Beinen im Leben stehen

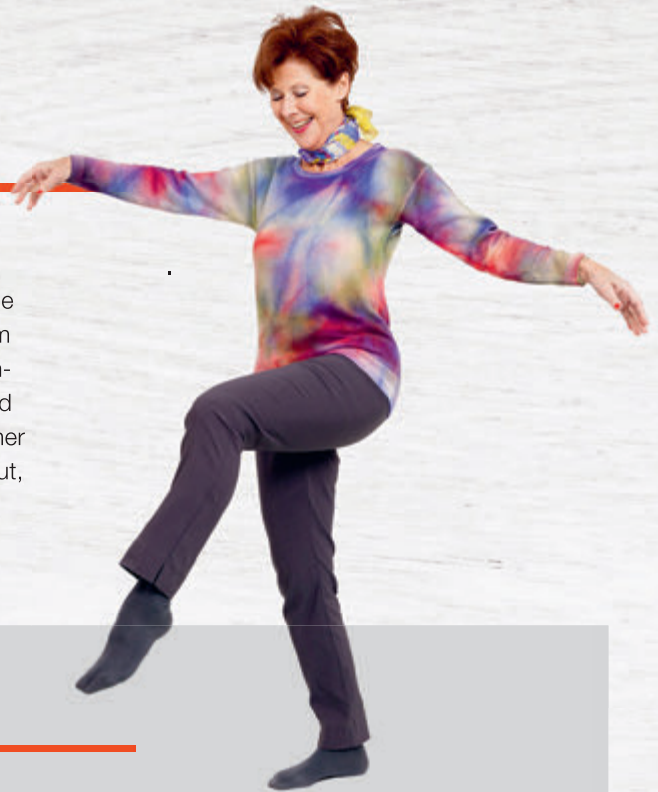
Auch Rosi hat manchmal schlechtere Tage. Ein Bandscheibenvorfall vor einigen Jahren macht ihr immer wieder zu schaffen, manchmal mehr, manchmal weniger. Sie vermisst auch ihre Tochter, die nach Portugal ausgewandert ist. An solchen Tagen sagt sie sich selbst: „Sei doch stolz auf das, was du geschafft hast im Leben, worauf du zurückblicken kannst!“ Und stolz ist sie, dass sie einige richtige Entscheidungen in ihrem Leben getroffen hat, ihrer Tochter gemeinsam mit ihrem Mann eine Zukunft bieten konnte. Nur der zu früh eingetretene Tod ihres Mannes

war ein echter Schicksalsschlag für sie. Umso mehr freut sie sich oft über die Gesellschaft ihrer Mitbewohner/innen, an so manchen Abenden werden Geschichten erzählt, es wird Karten gespielt oder gemeinsam ein Film angeschaut. Als sie vor kurzem einige Tage lang schlechte Stimmung hatte, brachte ihr die Heimhilfe ein paar Broschüren mit und legte sie mit den Worten „Sie müssen nicht alles alleine schaffen, Frau Rosi“ auf den Küchentisch. Diese Worte sollten Sie sich zu Herzen nehmen und nicht zögern, ärztliche oder psychologische Hilfe in Anspruch zu nehmen, sollten Sie sich längere Zeit schlecht fühlen, oft traurig oder antriebslos sein.

Sich wohl in seiner Haut fühlen

Jenseits der etwas bedrückenden Bilder des Älterwerdens, die weit verbreitet sind, kommt es besonders auf den eigenen Umgang mit dem Älterwerden an. Auch wenn die Haare grauer oder die Falten mehr werden, nehmen Sie sich, wie Sie sind, und blicken Sie positiv in die Zukunft. Freuen Sie sich auf das, was noch kommt, nehmen Sie die Herausforderungen des Lebens an und ihre persönlichen Chancen wahr. Warum nicht im Alter noch lernen, Schach zu spielen oder ein Smartphone zu bedienen? <





Ingrid Wendl – immer in Bewegung

„Überwinden muss man sich schon“, sagt Ingrid Turković-Wendl, ehemalige Europameisterin im Eiskunstlauf und Hilfswerk-Schirmherrin, die vor kurzem ihren 80. Geburtstag feierte und sich täglich fit hält. „Aber man muss es einfach machen. Zuerst wissen, wo die persönlichen Schwachstellen liegen, und dann mit passenden leichten Übungen beginnen. Ich fange immer mit meiner Lieblingsübung an. Und wenn ich dann spüre, wie gut es meinem Körper tut, bleibe ich dran und mache die nächste Übung und noch eine. Und denken Sie daran – je stärker das Muskelkorsett, desto stabiler unsere Haltung.“



Ihre Fragen an unsere Expertinnen und Experten

**Psychologin und
Pflegeexpertin**

**Sabine Maunz, Hilfswerk Österreich,
beantwortet Ihre Fragen:**

Brigitte F. aus Unterach: „*Es heißt immer, man soll viel Bewegung machen, aber ich bin nicht mehr so mobil wie früher und mein Mann tut sich schwer beim Gehen. Wie können wir uns dennoch bewegen?*“

Sabine Maunz: Versuchen Sie, mehr Bewegung in Ihre Alltagsabläufe zu bringen. Nehmen Sie beispielsweise die Stiegen statt dem Aufzug, auch wenn es nur langsam geht, machen Sie eine sanfte Dehnübung daraus, wenn Sie eine Tasse aus dem Kasten nehmen oder Ihre Haare kämmen. Versuchen Sie, immer wieder einmal auf einem Bein zu stehen, am besten mit Anhalten. Das kräftigt die Muskulatur und fördert das Gleichgewicht. Auch für Ihren Mann ist eine Kräftigung und Dehnung der Muskeln wichtig. Die Wadenmuskulatur lässt sich kräftigen, indem Sie in Rückenlage die Zehen strecken und abwechselnd heranziehen. Die Oberschenkel kann man kräftigen, indem man die Fersen abwechselnd Richtung

Po zieht und wieder ausstreckt. Armkräftigung lässt sich gut im Sitzen ausführen, z. B. mit einem elastischen Band oder einer Wasserflasche als Widerstand.

Hermine B. aus Wien: „*Das Älterwerden macht mir immer mehr zu schaffen. Die körperlichen Beschwerden nehmen zu, alles strengt mich an und vor allem seit der Coronakrise mache ich mir sehr viele Sorgen, bin nervös oder schlecht gelaunt. Wie kann ich diesen Zustand ändern?*“

Sabine Maunz: Versuchen Sie Dinge zu tun, die Ihnen Freude bereiten und Sie von trüben Gedanken ablenken. Gehen Sie so viel wie möglich an die frische Luft, treffen Sie sich mit Freundinnen und Freunden oder Nachbarinnen und Nachbarn oder hören Sie sich ein schönes Musikstück an. Auch ein paar tiefe Atemzüge in den Bauchraum haben sehr viel positives Potenzial und sind immer und überall durchzuführen. Sie senken den Stresspegel, zentrieren in die eigene Mitte und heben die Stimmung. Denken Sie aber auch darüber nach, Hilfe anzunehmen. Unterstützungsangebote gibt es viele, trauen Sie sich, diese auch zu nutzen. Angefangen von der Telefonseelsorge bis hin zu den unterschiedlichen

Beratungsstellen, die sowohl telefonische Hilfe anbieten als auch Einzelgespräche, Gruppengespräche oder verschiedene Formen von Therapien.

Herbert L. aus Hall: „*Ich mache täglich lange Spaziergänge mit meinem Hund, das hält mich jung. Trotzdem mache ich mir Gedanken über das Älterwerden. Was kann ich sonst noch vorbeugend tun, um fit ins Alter zu gelangen?*“

Sabine Maunz: Gesunde Ernährung! Achten Sie auf eine ausgewogene Ernährung mit viel pflanzlicher Kost und Vollkornprodukten. Milchprodukte, sofern keine Unverträglichkeit vorliegt, Fisch und maximal zwei Mal pro Woche Fleisch. Vermeiden Sie Zucker und ziehen Sie pflanzliche Fette tierischen vor. Sollten Sie rauchen, wäre es jetzt ein guter Zeitpunkt, mit dem Rauchen aufzuhören, denn Rauchen kann viele Gesundheitsprobleme verursachen. Und, nicht zuletzt, Humor bewahren und die Dinge positiv sehen – und das am besten in guter Gesellschaft, denn auch das Aufrechterhalten von Freundschaften spielt beim Älterwerden eine wichtige Rolle.

Gut informiert mit den Hilfswerk-Ratgebern

Jetzt kostenlos bestellen. Der bewährte Hilfswerk-Ratgeber „Chronischer Schmerz“ bietet eine Fülle von nützlichen Informationen, Tipps für den Alltag und praktischen Anlaufstellen für Menschen mit chronischen Schmerzen.

Das in der Broschüre „Chronischer Schmerz“ enthaltene Schmerztagebuch ermöglicht eine systematische Erfassung von Schmerzzuständen und erleichtert dadurch Ärztinnen und Ärzten, die geeignete Behandlungsform zu finden. Doch nicht nur die Schulmedizin kann bei chronischen Schmerzen Linderung verschaffen, auch die Eigeninitiative der Betroffenen ist entscheidend. Zahlreiche, einfache Tricks helfen, dem Schmerz die Stirn zu bieten und die Lebensqualität aufrechtzuerhalten. Schöpfen Sie auch in weiteren Hilfswerk-Ratgebern, die Orientierungshilfen rund um die Themen Älterwerden, Vergesslichkeit sowie Alltag mit Demenz bieten: In der Broschüre „Ich bin dann mal alt“ zeigen wir, wie das menschliche Gehirn altert, und geben Ihnen Tipps, wie Sie Ihr Gedächtnis „fit“ halten können. In unserem Ratgeber „Mehr als vergesslich“ finden Sie viele Tipps aus



Kostenlose Bestellung

Bestellen Sie Ihre kostenlosen Hilfswerk-Ratgeber unter Tel. 0800 800 820 (gebührenfrei) oder unter office@hilfswerk.at

der Praxis, damit Sie den fordernden Alltag mit einem Menschen mit Demenz besser meistern können. Der Hilfswerk Pflegekompass bietet Wissenswertes über Gesundheit,

Krankheit und Älterwerden sowie zu Fragen wie z. B. was bei der Entlassung aus einem Spital zu beachten ist oder welche Unterstützungsmöglichkeiten es gibt. <



BIO CBD HANFPRODUKTE

direkt vom burgenländischen Hersteller



Die **biozertifizierten CBD Öle** von BioBloom tragen aufgrund ihrer Qualität das **AC-Gütesiegel** des unabhängigen Patientenvereins ARGE CANNA. Basis aller **Bio Hanfprodukte** sind die **gesunden Pflanzen** von den BioBloom-Feldern.

100% naturrein und ohne Zusatzstoffe
Für mehr Wohlbefinden,
innere Balance und Vitalität!



Alle Produkte sind im Onlineshop www.biobloom.at sowie telefonisch +43 664 88 74 77 10 erhältlich.

Foto: AdobeStock/vladk213 | PROMOTION

Notruftelefon: Sicher zu Hause und unterwegs

Rasche Hilfe. Das Notruftelefon steht für Sicherheit für die Benutzerinnen und Benutzer. Im Notfall werden per Knopfdruck die Fachleute des Hilfswerks alarmiert und es wird umgehend Hilfe organisiert.

Wenn ein Notfall eintritt, ist das Notruftelefon des Hilfswerks der Schutzengel: Ein Druck auf den Sender genügt und sofort wird eine Verbindung zur rund um die Uhr erreichbaren Hilfswerk-Notrufzentrale hergestellt. Da wichtige Daten der Kundinnen und Kunden vorgemerkt sind, können die Mitarbeiter/innen rasch und gezielt Hilfe organisieren. Egal ob Wochenende, Feiertag oder mitten in der Nacht: Binnen kurzer Zeit können die angegebene Vertrauensperson oder die Rettung zur Stelle sein.

Überall sicher unterwegs

Die Nutzerinnen und Nutzer sind mit ihrem Notruftelefon auch daheim, bei Spaziergängen, bei der Gartenarbeit oder bei Einkäufen sicher unterwegs. Denn im letzten Jahr wurde das Angebot um das mobile Notruftelefon erweitert. Dieses ist für aktive Seniorinnen und Senioren geeignet, die gerne unterwegs sind und dabei das gute Gefühl der Sicherheit genießen möchten! Stemmen oder Bohren sind bei der Montage übrigens nicht notwendig: Das Notruftelefon lässt sich einfach aufstellen und anstecken. Fast 6.500 Kundinnen und Kunden in ganz Österreich werden von der Hilfswerk-Notrufzentrale betreut. Die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter in



der Notrufzentrale sind professionell geschult, krisenerprobt und wissen genau, wie sie in heiklen Situationen rasch die richtige Hilfe organisieren. 24.000 Notrufe trafen im gesamten letzten Jahr hier ein. Neunmal täglich wurde im Durchschnitt ein Rettungsdienst alarmiert. 100.000 Minuten wurde 2019 von den

Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern der Hilfswerk-Notrufzentrale in Sachen Sicherheit telefoniert. <

Nähere Informationen

Sicherheit ist nur einen Anruf entfernt! Wir beraten Sie gerne kostenlos unter 0800 800 408 oder www.hilfswerk.at



Aktiv durchs Leben

OMNi-BiOTiC® Aktiv:
Jeden Tag – in jedem Alter.
Mit 11 hochaktiven Bakterienstämmen.



www.omni-biotic.com

Institut
AllergoSan

Institut AllergoSan Pharmazeutische Produkte Forschungs- und Vertriebs GmbH

B|BRAUN
SHARING EXPERTISE



HARNKATHETERPFLEGE

MIT URO-TAINER® SUBY G

Die Blasenspüllösung mit Zitronensäure gewährleistet den optimalen Abfluss des Harns und verhindert Krustenbildung im Katheter

Rasch und steril anwendbar – einfach 5 Minuten einwirken lassen!

Kontaktieren Sie uns unter **0800 312 478** für ein Beratungsgespräch durch diplomiertes Fachpersonal

24-Stunden-Kurzzeitbetreuung

Unbürokratisch. Willkommenen Auszeit für pflegende Angehörige und ideal, diese bewährte Form der Betreuung zu Hause auszuprobieren – auch für einen kurzen Zeitraum.

Frau M. betreut seit mehr als zwei Jahren unter Mithilfe ihres Ehemannes die Schwiegermutter zu Hause. Nun steht der Schulbeginn vor der Tür und damit die Umgewöhnung der Zwillinge vom Kindergarten in den Schulalltag. Zeitgleich findet eine längere Dienstreise von Frau M.'s Ehemann statt. Alleine schafft Frau M. die Betreuung der Schwiegermutter dann nicht mehr, noch dazu, wo sich ihr Gesundheitszustand in den letzten Wochen stark verschlechtert hat.

Die Tage, an denen sich die beiden Ehepartner von den Betreuungsverpflichtungen freispielen können, lassen sich an einer Hand abzählen, denn dazu muss jedes Mal die Schwester von Frau M. anreisen, die es aus familiären Gründen an das andere Ende von Österreich verschlagen hat. Aber Anfang September hat sie selbst jede Menge Arbeit und kann dieses Mal nicht einspringen.

Rasche und unbürokratische Hilfe zur Entlastung

Die Organisation von Ersatzbetreuung bereitet den beiden jedes Mal aufs Neue Kopfzerbrechen. Nicht zuletzt durch die starke Medienpräsenz während der Coronakrise sind sie auf die 24-Stunden-Betreuung aufmerksam geworden und beim weiteren Recherchieren rasch darauf gekommen, dass es diese auch zur Überbrückung bei Urlauben pflegender Angehöriger oder anderen Situationen gibt, in denen man für kurze Zeit eine



Rund-um-die-Uhr-Betreuung benötigt. „Es war uns sehr wichtig zu wissen, dass die Schwiegermutter bestmöglich betreut wird und Betreuungsqualität bei der Vermittlungsagentur an oberster Stelle steht. So sind wir sehr schnell auf das Hilfswerk gestoßen, da das Hilfswerk nicht nur das Österreichische Qualitätszertifikat für Vermittlungsagenturen in der 24-Stunden-Betreuung trägt, sondern auch vom Verein für Konsumenteninformation ausgezeichnet wurde. Das schafft Vertrauen.“

Sollte sich die 24-Stunden-Betreuung bewähren und ihre Schwiegermutter ebenfalls zufrieden sein, dann können Frau und Herr M. früher oder später auch über eine dauerhafte 24-Stunden-Betreuung nachdenken. Und dann hätte man bereits Erfahrungswerte, die einen derartigen Schritt wesentlich erleichtern würden. <



Tipp: Förderung beantragen!

Für die Kurzzeitbetreuung kann eine Förderung für pflegende Angehörige in Anspruch genommen werden. Der Antrag wird beim Sozialministeriumservice gestellt. Nähere Informationen unter sozialministeriumservice.at

Wir informieren gerne

Für alle Informationen, Beratung und Fragen rund um die 24-Stunden-Betreuung des Hilfswerks rufen Sie bitte die Servicehotline 0810 820 024 (Mo–Do 8–16 Uhr, Fr 8–14 Uhr) zum Ortstarif. Weiter Informationen erhalten Sie unter 24stunden@hilfswerk.at oder im Internet auf 24stunden.hilfswerk.at



■ KOMMENTAR

Landesobmann und Aufsichtsratsvorsitzender OÖ Hilfswerk,
LAbg. Dr. Wolfgang Hattmannsdorfer

Gesund und aktiv im Alter

Welche bedeutsame Rolle Bewegung und Fitness im Leben spielen, ist bereits durch viele wissenschaftliche Studien mehrfach belegt. Körperliche Ertüchtigung und ein aktiver Lebensstil spielen jedoch nicht nur in jungen Jahren eine wesentliche Rolle, sondern vor allem auch bei älteren Menschen. So wird dadurch einerseits chronischen Krankheiten wie bspw. Adipositas, Diabetes Typ 2, Bluthochdruck und Arthrose effektiv vorgebeugt sowie andererseits die Grob- und Feinmotorik weitestgehend aufrechterhalten. Profitiert wird jedoch auch auf mentaler Ebene, indem durch körperliche Aktivitäten, neben der Psyche, ebenso das Selbstbewusstsein maßgeblich gestärkt wird und auf diese Weise gleichwohl ein verbessertes Körperbewusstsein entsteht.

Mit der Seniorenanimation hat das Hilfswerk OÖ ein ideales und schon langjährig erfolgreiches Angebot geschaffen, um in erster Linie älteren Mitgliedern unserer Gesellschaft die Möglichkeit zu geben, mit Hilfe einer fachlich geschulten Trainerin/eines Trainers die eigene Lebensqualität zu erhöhen und sich auch noch im Alter jung fühlen zu können. Das Konzept beruht dabei auf drei wesentlichen Grundpfeilern: Förderung des Körperbewusstseins, Animation und Motivation.

Unsere Trainerinnen und Trainer verfügen über eine fundierte Ausbildung, bilden sich regelmäßig weiter und garantieren somit die beste Qualität.

Seniorenanimation steigert

Interview. Die Seniorenanimation fördert nicht nur das Körperbewusstsein, sondern trägt auch maßgeblich zur Verbesserung der Motorik bei. Bei Frau Andrea Hettich, FSZ-Leitung Linz-Land und Steyr/ Steyr-Land, und Frau Marion Schorsch, Leitung des Tageszentrums Steyr, haben wir uns etwas näher über dieses Angebot informiert.

Welche Intention verbirgt sich hinter der Seniorenanimation?

Bei dem Angebot soll es darum gehen, Menschen aus ihrer Zurückgezogenheit bzw. aus ihrer eigenen Welt herauszuholen und ihnen, wenn auch nur für einen kurzen Moment, wieder ein besseres Lebensgefühl zu vermitteln – etwa durch Musik, Tanz oder bestimmte Lieder. Das hat vor allem bei dementen Menschen einen positiven Effekt. Die Förderung sozialer Kontakte, die Aktivierung von Körper und Geist sowie das Leisten von Gesellschaft sind weitere wichtige Säulen der Seniorenanimation. Mitmachen kann dabei jeder, der gerne möchte.

Inwiefern trägt dieses Angebot zur besseren Lebensqualität bei?

Durch die Seniorenanimation bleiben die Seniorinnen und Senioren länger selbstständig mobil, nehmen aktiver am Alltagsgeschehen teil, erhalten ein

besseres Gespür für den eigenen Körper und stärken dadurch gleichsam ihr Selbstwertgefühl. Weiters haben die Übungen auch einen positiven Effekt auf das kognitive Bewusstsein.

Wie lange dauert eine Sequenz?

Hier lässt sich zwischen zwei Durchführungsarten unterscheiden. Bei der Einzelbetreuung umfasst eine Sequenz 50 Minuten. Bei der Gruppenbetreuung beraumt sich die Zeit auf ca. eineinhalb Stunden. In beiden Fällen wird durch eine Vielzahl von gezielten Übungen die Grob- und Feinmotorik sowie das Bewusstsein für den Körper trainiert. Berücksichtigt werden dabei selbstverständlich ebenso die Krankheitsbilder, Mobilität und Tagesverfassung der Seniorinnen und Senioren. Das Gedächtnis- und Bewegungstraining findet überdies während der Tagesbetreuung regelmäßig statt.





■ KOMMENTAR

Landeshauptmann Mag. Thomas Stelzer

Gesund altern

Die Gesundheit gilt als das wertvollste Gut, das wir besitzen. Aus diesem Grund ist es auch wichtig, genauso in älteren Jahren auf einen guten Gesundheitszustand zu achten. Als überaus effektives Mittel erweist sich hierbei insbesondere die Bewegung, wodurch nicht nur diverse Alltagskompetenzen aufrechterhalten werden können, sondern gleichfalls körperlichen Einschränkungen, Krankheiten sowie dem mentalen Abbau grundlegend vorgebeugt werden kann.

Die langfristige Gesundheitsförderung zählt zu den zentralen Zielen, die das Land Oberösterreich mit größter Aufmerksamkeit verfolgt. Gerade weil uns bewusst ist, dass immer mehr Menschen zunehmend älter werden. So steigt auch die Lebenserwartung der Oberösterreicherinnen und Oberösterreicher kontinuierlich und bis 2030 wird bereits ein knappes Viertel der Bevölkerung älter als 65 Jahre sein. Die Strategie des Gesundheitslandes OÖ basiert somit auf einem Drei-Säulen-Programm, das sich an unterschiedlichen Lebensphasen – „Gesund aufwachsen“, „Gesund leben“ und „Gesund altern“ – orientiert.

Unter der Dachmarke „Gesundes Oberösterreich“ bietet das Land daher eine breite Palette an Aktivitäten, Veranstaltungen, Gesundheitsförderungs- und Präventionsprogrammen an, die neben den Bereichen „Bewegung“ und „Ernährung“ ebenso die Schwerpunkte „Psychosoziale Gesundheit“ und „Medizinische Themen“ miteinschließen.

die Lebensqualität



Andrea Hettich,
 FSZ-Leitung Linz-Land,
 Steyr und Steyr-Land

Aus welchen Inhalten setzt sich eine Bewegungseinheit zusammen?

Das Angebot ist äußerst breit gefächert und beinhaltet Ballspiele, Gangtraining, Sitztänze, musikalische Übungen mit dem Schwungtuch, Bewegungsübungen von Kopf bis Fuß, die ebenfalls mit Musik begleitet werden.

Wie wird dieses Angebot von den Seniorinnen angenommen?

Das Angebot wird überaus positiv angenommen. Kleine Hemmungen gibt es lediglich am ersten Tag.

Welche Kompetenzen bzw. welche Ausbildung müssen die Trainee-rinnen bzw. Trainer vorweisen?

Zentrale Voraussetzung ist eine Ausbildung zur Fachsozialbetreuerin bzw. zum Fachsozialbetreuer. Weiters werden die Trainerinnen und Trainer vom OÖ Hilfswerk geschult und bilden sich auch individuell regelmäßig weiter.

Welche Auswirkungen hat das Virus Covid-19 auf das Angebot?

Bei den Übungen müssen die Seniorinnen und Senioren den gesetzlichen Mindestabstand einhalten und dürfen somit nicht nebeneinandersitzen. Zwar müssen keine MNS-Schutzmasken getragen werden, jedoch sind das gleichzeitige Aufstehen vom Tisch sowie Gesellschafts- und Kartenspiele im Moment leider nicht möglich. Ebenso werden die Hygiene- und Sicherheitsmaßnahmen – hierzu zählt gleichfalls das regelmäßige Fiebermessen – täglich sichergestellt. <

Seniorenanimation

Alle Informationen über die Seniorenanimation des OÖ Hilfswerks erhalten Sie für die Bezirksstellen Linz-Land, Steyr sowie Steyr-Land bei Andrea Hettich unter 0664/807 652 600 bzw. im Internet unter www.ooe.hilfswerk.at

Bewegung macht beweglich

Auch im Seniorenalter spielt Bewegung eine zentrale Rolle. Wichtig ist jedoch, schon frühzeitig mit dem Training zu beginnen, um sich so die Autonomie im Alltag so lange wie möglich aufrecht erhalten zu können.

Bewegung ja, aber wie? – Grundsätzlich gilt, dass es in älteren Jahren nicht darum geht, sportliche Höchstleistungen zu erbringen. Vielmehr ist es so, dass sich etliche gesundheitsfördernde Aktivitäten bereits in den Alltag integrieren lassen. Als Beispiel kann hier der tägliche Einkauf genannt werden, der sich auch mit dem Fahrrad erledigen lässt. Andere Beispiele wären etwa das Treppensteigen oder Arbeiten rund um Haus und Garten. Als überaus wirksam erweist sich genauso Spaziergehen, Gymnastik, Schwimmen oder Tanzen. Sie sehen also, die Möglichkeiten, im Alter aktiv zu bleiben, sind äußerst vielseitig.

Laut der österreichischen Empfehlung für gesundheitswirksame Bewegung reichen für einen positiven gesundheitlichen Effekt bei Menschen über 65 Jahren schon 2,5 Stunden pro Woche Bewegung bei mittlerer Intensität aus. Weiters sollten ältere Menschen zweimal oder an mehreren Tagen in der Woche muskelkräftigende Bewegungen durchführen, um so gleich große Muskelgruppen anzusprechen. Um die Sturzgefahr zu reduzieren, sollten auch Gleichgewichtsübungen (z.B. Balanceübungen wie auf den Zehenspitzen, auf den Fersen oder seitwärts gehen) im Trainingsablauf integriert werden.

Helfen, wo Hilfe nötig ist!

Corona-Nachbarschaftshilfe. Das Hilfswerk Oberneukirchen übernimmt Einkauf und Medikamentenbesorgung.

Unter dem Motto „Wir helfen gerne, wo Hilfe nötig ist!“ haben die Marktgemeinde Oberneukirchen-Waxenberg-Traberg und das Hilfswerk Oberneukirchen für diese herausfordernde Zeit eine Corona-Nachbarschaftshilfe organisiert, die während der Pandemie, so Stützpunktleiterin Anneliese Bräuer, gerne in Anspruch genommen wurde. Erledigt werden dabei nicht nur die

Lebensmittelbesorgungen, sondern gleichfalls die Medikamentenbesorgung sowie das Überstellen von Zahlscheinen zu Banken. Großes Lob erhalten die engagierten Helfer/innen auch von Bürgermeister Josef Rathkolb, der die gute und unkomplizierte Zusammenarbeit mit dem ortsansässigen Hilfswerk betont. „Die Nachbarschaftshilfe ist Ausdruck des großen Zusammenhalts



Bgm. Josef Rathkolb, Stützpunktleiterin Anneliese Bräuer, Zivildienstler Jakob Bräuer und FSZ-Assistentin Sissy Wolfsberger

in unserer Gemeinde, die sehr viele hilfsbedürftige Menschen unterstützt!“, zeigt sich der Ortschef begeistert. <

Die Babyelefanten sind los!

„Abstand halten!“ Wie erklärt man einen Meter einem kleinen Kind oder betagten Seniorinnen und Senioren am besten?

In einem Werbespot der Bundesregierung und des Roten Kreuzes wird kommuniziert, dass wir beispielsweise in der Apotheke den Abstand eines „Babyelefanten“ einhalten sollen, was wir im Lebenshaus Oberneukirchen natürlich ebenso beibehalten möchten. Denn dieses Motiv erweist sich als sehr hilfreich, wenn es darum geht, Kindern oder betagten Senior/innen auf kreative Weise die 1-Meter-Abstandsregel an-

schaulicher zu verdeutlichen. Aus diesem Grund hat sich der „Babyelefant“ auch im Lebenshaus, im Eltern-Kind-Zentrum Wichtelhaus und beim Tageszentrum des Hilfswerks erfolgreich durchgesetzt, wo etliche dieser kleinen Dickhäuter aus Karton aufgestellt wurden. Die Aufsteller wurden von der „Oberösterreichischen Versicherung“ gratis bereitgestellt, der an dieser Stelle nochmals ein großes Dankeschön gebührt. <



Kinderleicht Abstand halten mit den Babyelefanten-Aufstellern – Stützpunktleiterin Anneliese Bräuer (r.), FSZ-Assistentin Sissy Wolfsberger (l.) und Erika Ganglberger (Mitte).



WSG - WOHNBAUGENOSSENSCHAFT
4020 Linz | Goethestraße 2
Tel.: +43 (0) 732 66 44 71
service@wsg.at | www.wsg.at



Volle Fahrt voraus!

Grund zur Freude. Mechaniker Hans Eidenhammer überrascht mit schickem Top-Gebrauchtwagen.

Das Auto gehört für viele Menschen schon lange zum klassischen Alltag und gilt heute geradezu als selbstverständlich. Sei es nun, um privat allerlei Erledigungen – etwa allein oder mit den Kindern – tätigen zu können oder aus einer beruflichen Notwendigkeit heraus: So ein fahrbarer Untersatz ermöglicht schlichtweg vieles und erleichtert einiges. Über eine solche Erleichterung dürfen sich jetzt auch die alleinerziehende Welser Hilfswerk-Mitarbeiterin Ursula Ferihumer sowie ihre Tochter freuen. Der Gebrauchtwagen (Golf 4), welcher sich in einem Topzustand befindet, wurde den beiden am Pfingstwochen-

ende vom pensionierten Mechaniker Hans Eidenhammer übergeben. Der Innviertler repariert und verschenkt bereits seit 40 Jahren Gebrauchtwagen an bedürftige Familien und Alleinstehende. Als unverzichtbar erweist sich das Auto für Ferihumer gleichfalls für die Ausübung ihres Berufs. Doch damit noch nicht genug der freudigen Überraschung: Für den roten Flitzer wurden auch noch die Kosten der Kfz-Anmeldung vom Lions Club Leonessa Wels übernommen, dem, genauso wie Herrn Eidenhammer, an dieser Stelle nochmals herzlich gedankt werden soll. <



Große Freude über den tiptop hergerichteten Golf 4 von Hans Eidenhammer.

Lesen stärkt die Seele

Literatur. Seit dem 14. April steht die Hilfswerk-Bibliothek für Leseratten wieder offen.

„Bücher lesen heißt wandern gehen in ferne Welten, aus den Stuben, über die Sterne.“, wusste einst schon der deutsche Schriftsteller Jean Paul zu sagen, und damit soll er auch heute noch recht behalten. Die Bedeutung dieses Satzes erscheint vor allem angesichts der vorherrschenden Corona-Pandemie, die uns etliche Monate der Isolation in der häuslichen Quarantäne brachte und deren Ausgang bis dato nach wie vor ungewiss ist, mehr als nachvollziehbar. Als umso trauriger erwies sich in diesem Zusammenhang zugleich die mit der aktuellen Situation einhergehenden Schließung sämtlicher öffentlichen Einrichtungen, worunter genauso die Hilfswerk-Bibliothek im Lebenshaus Oberneukirchen fällt. Diese ist jedoch seit 14. April wieder frei zugänglich.

Dies erfreut freilich nicht nur die zahlreichen lesefreudigen Besucherinnen und Besucher, sondern ebenso Hilfswerk Vereins Obfrau Elisabeth Freundlinger.

Die Bibliothek ist auf der Bleich 2a untergebracht und bietet so allerhand interessante Literatur. Angefangen bei Vorlesegeschichten, Bilder-, Bastel- und Liederbüchern über DVDs, Hörspiel-CDs, Romane, Krimis bis hin zu diversen Sachbüchern über Zeitgeschichte, Politik, Garten, Kräuter und Hospiz. Bücher können dabei für 0,50 Euro und DVDs für einen Euro während der gültigen Ausleihzeiten (Mo bis Fr von 9 bis 11 Uhr) für drei Wochen entlehnt werden. Bei Fragen steht Ihnen Erika Ganglberger gerne unter der Telefonnummer 0664/13 63 415 zur Verfügung. <



Elisabeth Freundlinger macht's vor und ist schon fleißig am Schmökern.

Landeshauptmann Stelzer: „Wir werden Oberösterreich wieder stark machen!“

Politik. Mit dem „Oberösterreich-Paket“ und dem „Oberösterreich Plan“ soll sich unser Land schneller und besser entwickeln als andere.

Im April hätten Sie ihr dreijähriges Jubiläum als Landeshauptmann gefeiert. Hätten Sie sich beim Amtsantritt vor drei Jahren träumen lassen, dass uns so etwas wie das Coronavirus hier in Oberösterreich je treffen kann?

Die Corona-Krise ist unbestritten die größte Herausforderung seit

Jahrzehnten und ich habe mir mein dreijähriges Jubiläum natürlich anders vorgestellt. Denn sie ist neben einer Gesundheits- auch eine Wirtschafts- und Arbeitsplatzkrise. Aber die Oberösterreicherinnen und Oberösterreicher können sich darauf verlassen, dass wir uns den Folgen dieser Pandemie mit aller Kraft

entgegenstemmen. Wir werden Oberösterreich wieder stark machen!

Mit welchen Maßnahmen soll das gelingen?

Als ersten Schritt haben wir bereits ein 580-Millionen-Euro-Oberösterreich-Paket – ergänzend zu den Unterstützungsleistungen des Bundes –



LH Thomas Stelzer blickt auf drei Jahre Amtszeit zurück.

geschnürt. So wollen wir es schaffen, Arbeitsplätze zu sichern, Unternehmen zu unterstützen und Investition in Regionalisierung und Klimaschutz voranzutreiben. Zusätzlich erstellen wir den „Oberösterreich Plan“, der die Route aus der Corona-Krise festlegen und durch den sich unser Land schneller und besser entwickeln soll als andere.

Wie viel waren Sie in dieser herausfordernden Zeit im Einsatz, wie darf man sich in so einer Krisensituation den Job eines Landeshauptmannes vorstellen?

Die Corona-Krise ist ein wesentlicher Bestandteil meines politischen Alltags. Ich halte viele Videokonferenzen und Krisensitzungen ab, stehe im ständigen Austausch mit Expert/innen und Entscheidungsträger/innen verschiedenster Bereiche, damit wir hoffentlich gut, schnell und sicher durch diese Krise kommen.

Viele Menschen wurden durch die Corona-Pandemie arbeitslos – davon sind auch viele Jugendliche betroffen. Wie will man sie wieder in Beschäftigung bringen?

Oberösterreich ist das Lehrlings-Bundesland Nr. 1. Damit das auch so bleibt, braucht es eine aktive Arbeitsmarktpolitik mit umfassenden Qualifizierungsmaßnahmen gegen Jugendarbeitslosigkeit. Konkret verdoppeln wir etwa die Zahl der Lehrstellen beim Land Oberösterreich und den OÖ Landesholding-Betrieben und bieten im Pakt für Arbeit und Qualifizierung weitere wichtige Unterstützungsmaßnahmen an. Zudem gibt es die Lehrlingsprämie, um die duale Ausbildung zu sichern. An alledem werden wir in Oberösterreich konsequent weiterarbeiten, um uns wieder zum stärksten Wirtschafts- und Arbeitsmarktbundesland der Republik zu machen.



„Die Oberösterreicherinnen und Oberösterreicher können sich darauf verlassen, dass wir uns den Folgen dieser Pandemie mit voller Kraft entgegenstemmen.“

Zu Beginn der Krise wurden unsere Pflegekräfte hoch gelobt. Wird sich ihr Einsatz künftig in der Entlohnung niederschlagen?

Die Corona-Krise ist für uns als Land insgesamt, aber vor allem für die Menschen, die im Gesundheits- und Pflegebereich tätig sind, eine große Herausforderung. Umso erfreulicher ist es, dass wir die Pflege-Verhandlungen mit den Gewerkschaften vor kurzem erfolgreich abschließen und ein 34 Millionen Euro umfassendes Paket schnüren konnten. Dieses Pflege-Paket schafft verbesserte Arbeitsbedingungen und bringt mehr Gehalt für ca. 13.500 Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter. Mit der Corona-Prämie von 500 Euro und dem nun geschnürten Pflege-Paket haben wir wichtige Schritte gesetzt.

Welche Maßnahmen setzt die Politik, um Familien, vor allem die Eltern, in diesen herausfordernden Zeiten zu unterstützen?

Eltern leisten schon unter normalen Umständen einen großartigen Einsatz. Aber gerade in dieser Zeit

Beruf und Kinderbetreuung unter einen Hut zu bringen, gleicht einer Herkulesaufgabe. Deshalb wollen wir Familien auch finanziell entlasten und unterstützen – unter anderem mit dem Kinderbonus von 360 Euro pro Kind, der Verdoppelung des Familienhärtefonds auf 60 Mio. Euro und der vorgezogenen Steuerreform. Mit diesen Maßnahmen soll nicht nur eine spürbare Entlastung erreicht, sondern vor allem auch eine Wertschätzung für die Familienarbeit zum Ausdruck gebracht werden.

Abschließend, Herr Landeshauptmann: Was lässt Sie optimistisch in die Zukunft blicken?

Ja, wir erleben im Moment herausfordernde Zeiten, es wird uns einiges abverlangt. Die Geschichte zeigt aber, dass unser Land schon viele Krisen meisterte und daraus immer gestärkt hervorging. Deshalb tun wir das, was uns Oberösterreicher/innen schon immer ausgemacht hat: Wir stellen uns diesen Herausforderungen mit Zuversicht und werden sie mit harter gemeinsamer Arbeit auch bewältigen. <

VERSICHERUNG

GD Dr. Josef Stockinger,
Oberösterreichische
Versicherung AG



Mehr Freude, weniger Risiko

Sie sind in den besten Jahren, immer noch fit und aktiv. Mit der neu gewonnenen Freizeit steigt jedoch auch das Unfall- und Verletzungsrisiko: Wie eine aktuelle Auswertung des Kuratoriums für Verkehrssicherheit zeigt, haben sich 2019 rund 781.400 Menschen bei einem Unfall so schwer verletzt, dass sie im Krankenhaus behandelt werden mussten. Knapp die Hälfte davon verunglückte zu Hause oder in der näheren Wohnumgebung. Mehr als ein Drittel der Unfälle passierten in der Freizeit oder beim Sport. Dabei hilft neben einer gesunden Ernährung gerade viel Bewegung dabei, im Alter leistungsfähig zu bleiben.

Unfallvorsorge beginnt mit optimalem Risikoschutz

Die Senioren-Unfallversicherung der Oberösterreichischen kann Schmerzen nicht lindern, aber den Genesungsprozess angenehmer gestalten. So gibt es etwa bei einer Oberschenkelhalsfraktur eine Einmalzahlung in Höhe von drei Prozent der Invaliditätsversicherungssumme als Trostpflaster obendrauf. Bei einer Summe von 80.000 Euro werden so 2.400 Euro sofort ausbezahlt. Die Kosten für Heilbehelfe und ärztlich verordnete Therapien werden ebenso übernommen. Und der Keine Sorgen Schutzengel Seniorenhilfe stellt zusätzlich therapeutische Unterstützung und Hilfe im Haushalt sicher – von der Betreuung von Haustieren bis zum Einkaufsdienst. Mit dem optimalen Unfallversicherungsschutz macht das Aktivsein im Alter einfach mehr Freude.

Alle Infos bei Ihrem Keine Sorgen Berater oder unter: www.keinesorgen.at

Nachhilfe in Zeiten von Homeschooling

Lernen. Professionelle Lernunterstützung während der Corona-Pandemie.

So mancher kennt es noch aus seiner eigenen Schulzeit, in der es vielleicht das eine oder andere Schulfach gab, in dem man sprichwörtlich „auf der Leitung stand“ und ebenso die Eltern nicht wirklich helfen konnten. In solchen prekären Fällen liegt die Lösung oftmals klar auf der Hand: Eine professionelle Lernunterstützung in Form einer geeigneten Nachhilfe muss her! Aufgrund der aktuellen Lage, die ein klassisches Unterrichten eher schwierig macht und viele Schülerinnen und Schüler ins Homeschooling „bannt“, rückt das Thema „Nachhilfe“ nochmals verstärkt in den Vordergrund, insbesondere, wenn das nächste Schuljahr wieder startet. Dies liegt nicht zuletzt daran, dass viele mit dem Lernstoff überfordert sind und Probleme haben, diesen sinnvoll zu strukturieren. Als besonders gefährdet erweisen sich hierbei vor allem die Fächer Mathematik, Englisch und Deutsch. Doch was macht man bei der Nachhilfe

anders? Zunächst hilft sie, sich einen Überblick zu verschaffen und den Stoff – basierend auf den jeweiligen Vorkenntnissen – individuell zu erarbeiten. Weiters kann auf diesem Weg herausgefunden werden, welchem Lerntyp man entspricht, und diesen in weiterer Folge fächerübergreifend gezielt umsetzen. Um Defizite früher abfangen und dem Unterricht besser folgen zu können, empfiehlt es sich zudem, bereits während des Schuljahres Nachhilfe in Anspruch zu nehmen. Wichtig ist auch, dass es beim Lernen nicht um die Anzahl, sondern um die QUALITÄT der Lernstunden geht. <

Lernbegleitung

Das OÖ Hilfswerk hilft hier gerne. Alle Informationen über dieses Angebot erhalten Sie bei: Mag. Simone Leibetseder unter Tel. 0664/80765 3100 oder per Mail an simone.leibetseder@ooe.hilfswerk.at bzw. unter www.ooe.hilfswerk.at



Ein Apfelbaum als Dankeschön

Hoher Besuch. OÖVP-Klubobfrau Helena Kirchmayr und Bgm. Anton Froschauer zu Besuch im KIGA Haydnstraße in Perg.

Die Lage rund um das Corona-Virus hat für so einige turbulente Momente in unser aller Alltag gesorgt – besonders in jenem vieler Eltern. Ein Lied kann davon auch das Team um Kindergartenleiterin Heidrun Lamatsch und Hilfswerk-Geschäftsführerin Claudia Klem singen. Die strikte

Einhaltung der Hygienemaßnahmen sowie die präzisen Regeln beim Bringen und Abholen der Kinder bilden dabei nur einige wenige herausfordernde Facetten, die es bei der Betreuung der insgesamt 125 Kinder, verteilt auf sechs Gruppen, im Kindergarten Haydnstraße in Perg

zu berücksichtigen gilt. Sichtlich begeistert zeigt sich darüber die OÖVP-Klubobfrau Helena Kirchmayr, die sich bei ihrem Besuch über die Abläufe und Strukturen informiert und dabei auch ein kleines Geschenk in Form eines Apfelbaums mitgebracht hat. Der KIGA besticht vor allem durch drei Besonderheiten: die überaus gute Zusammenarbeit, seine Vorreiterrolle in puncto Integrationspolitik sowie die untergebrachte Küche, in der nicht nur die „eigenen“ Kinder mit kindgerechten und frisch zubereiteten Speisen versorgt werden, sondern auch noch die zwei weiteren KIGAs und Schulen in Perg. Aktuell wird auch an der Erweiterung der Krabbelstufenplätze gearbeitet. Zwei weitere Gruppen werden zudem ab September 2020 in Betrieb genommen, wobei eine davon im Kindergarten Haydnstraße untergebracht wird. <



Klubobfrau LAbg. Mag. Helena Kirchmayr, FSZ-Leitung Claudia Klem, KG-Leitung Heidrun Lamatsch, Bgm. LAbg. Anton Froschauer (v.l.n.r.)

Einfach zum „Wiehern“

Pädagogik. „Tierischer“ Zuwachs bei den Kindern im Kindergarten Inzersdorf.

Seit heuer darf sich der Kindergarten Inzersdorf über einen neuen, außergewöhnlichen Zuwachs in Form eines Holzpferdes freuen. Dieses wurde vom Verband „Pferde für unsere Kinder Österreich“ im Rahmen des gleichnamigen Projekts „Pferde für unsere Kinder“ gespendet und erfreut sich bereits seit seiner Ankunft größter Beliebtheit bei den Kindern. Der Grund für diese willkommene Spende ist rasch erklärt: Kinder haben eine besondere Beziehung zu Tieren, daher werden diese auch immer

häufiger in der Pädagogik eingesetzt. Die Kinder lernen auf diese Weise zum einen den richtigen Umgang mit Tieren, zum anderen Verantwortung und Respekt gegenüber anderen Lebewesen sowie der Umwelt. Integriert ist ebenfalls ein „Pferdekoffer“, welcher den Pädagoginnen das nötige Material und Wissen zur Verfügung stellt, um mit den Kindern das Thema spielerisch zu erarbeiten. Geritten, geputzt und gekuschelt wird aber jetzt schon äußerst fleißig. <



Die Kinder des KIGA Inzersdorf heißen ihren neuen „Gefährten“ herzlich willkommen.



© HILFSWERK ÖSTERREICH / WILLI SCHMID

Buchtipps: Gehen auf alten Wegen

Wanderwege in die Vergangenheit: Auf den Spuren der Römer, Pilger und Händler. Wo in alten Zeiten blühender Handel und stetes Treiben herrschte, finden sich heute noch malerische Wanderwege quer durch Niederösterreich. Anhand verwitterter Wegmarkierungen und alter Karten begeben wir uns auf die Suche nach längst vergangenen Zeiten. Martin Burger hat die alten Wege erforscht, rekonstruiert und in 30 lohnenden und erlebnisreichen Wanderungen zusammengefasst. Er nimmt die Leser/innen mit auf seine Erkundungen durch Niederösterreich und zeigt uns, wie das Leben in Bewegung in früherer Zeit aussah. Die malerischen Wanderungen führen Sie zum Beispiel zum Straßenthaler Ruinenweg, wo Sie die Ruine Falkenberg bestaunen können, über den Polansteig, über dem das wunderschöne Schloss Greillenstein thront, bis hin zur Venediger Straße, wo Sie auf dem Gipfel des Großen Otters die Bucklige Welt überblicken können.

- 30 Touren auf alten Wegen durch Niederösterreich: Römerwege, Bernsteinstraße, Ruinenwanderung: Geschichte hautnah erleben auf historischen Pfaden.

Über den Autor: Martin Burger, geboren 1971, studierte Botanik und Publizistik in Wien und war viele Jahre Redakteur des „Kurier“. Seit 2015 ist er stv. Chefredakteur einer medizinischen Fachzeitschrift. Seit er in den 1980ern mit seiner Familie den Zentralalpenweg 02 von Hainburg nach Feldkirch gegangen ist, lässt ihn die Sehnsucht nach der Natur und den Bergen nicht mehr los. Hier spürt Martin Burger jenen Pfaden nach, auf denen wir uns aus der Hektik unserer Tage zurückschleichen können.

Viele weitere Buchtipps finden Sie auf: www.styriabooks.at



Martin Burger: **Gehen auf alten Wegen**
 Broschur, 16,8 x 24 cm; 192 Seiten
 ISBN 978-3-222-13665-8
 28 Euro, Styria Verlag

Mehr Geld für die Elementarbildung!

Spracherwerb. Othmar Karas, Präsident des Hilfswerk Österreich, setzt sich für die Bildung der Kleinsten ein und beziffert den zusätzlichen Investitionsbedarf mit rund 1,5 Milliarden Euro. Speziell die Sprachkompetenz soll künftig gestärkt werden.

Das Hilfswerk begleitet in Österreich tagtäglich fast 19.000 Kinder. „Ihre ganzheitliche Entwicklung ist uns ein zentrales Anliegen. Neben den Eltern oder Erziehenden haben Tageseltern, Kinderbildungs- und Kinderbetreuungseinrichtungen eine besonders verantwortungsvolle Aufgabe in der Anregung der kindlichen Sprachentwicklung sowie in der Förderung ihrer kommunikativen Kompetenzen“, sagt Othmar Karas, Präsident des Hilfswerk Österreich, und fährt fort: „Elementarpädagogische Einrichtungen brauchen jedoch deutlich mehr Personal, damit Kinder sprechen und sprachfit werden und sie das Rüstzeug für die weitere Bildungslaufbahn erhalten können. Qualitätsvolle Begleitung von Kindern in der Einrichtung heißt, dass pro Tag die Zeit für mindestens ein langes, ausführliches Gespräch, Spiel oder Interaktionsgeschehen mit jedem Kind möglich sein muss.“

Ein angemessener Personal-Kind-Schlüssel und überschaubare Gruppengrößen sind dafür Voraussetzung. Je ausgewogener das Verhältnis von betreuten Kindern zu Pädagoginnen bzw. Pädagogen ist, umso vorteilhafter sind die Auswirkungen auf die kognitive und sprachliche Entwicklung sowie das Wohlbefinden von Kindern in den Einrichtungen. Derzeit variiert der Schlüssel Pädagogische Fachkraft-Kind bei Kleinkindgruppen in der Altersstufe der

Zwei- bis Dreijährigen je nach Bundesland zwischen 1:3 und 1:15. Die Empfehlungen von Expertinnen und Experten liegen hingegen bei einem Schlüssel von 1:3 bis maximal 1:8. Nach Schätzungen des Hilfswerks könnte dies mit zusätzlichen 4.000 bis 6.000 Pädagoginnen und Pädagogen in Österreich bewerkstelligt werden.

Bildungsausgaben erhöhen

Die Investition in mehr pädagogische Fachkräfte ist vertretbar, denn aktuell gibt Österreich mit 0,6 Prozent des BIP rund ein Viertel weniger

für Elementarbildung aus als der Durchschnitt der OECD-Staaten (0,8 Prozent). Die Spitzenreiter sind die bildungspolitischen Musterländer Schweden und Norwegen mit jeweils zwei Prozent. „Eine Erhöhung der Bildungsausgaben auf ein Prozent des BIP, das entspricht zusätzlichen Investitionen im Ausmaß von rund 1,5 Milliarden Euro, wäre leistbar und würde die Bildungschancen unserer Kleinsten dramatisch erhöhen. Das sind wir unseren Kindern und der Zukunft unseres Landes schuldig“, so Karas abschließend. <



Die Corona-Helden im Gesundheitsbereich brauchen eine stärkere Stimme in Europa. Das ist mir Auftrag.

Dr. Othmar Karas
Vizepräsident des Europäischen Parlaments



www.othmar-karas.at

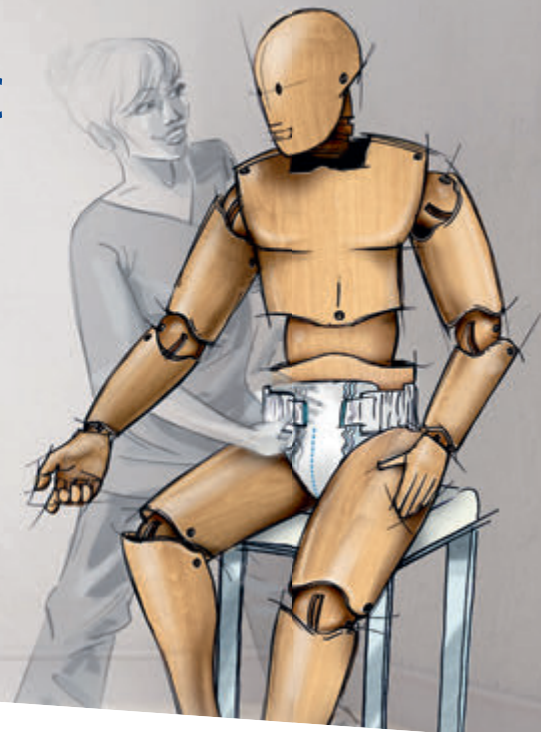
MoliCare® Premium Elastic

Das neue Inkontinenz-Produkt mit Elastic-Fix-System, der Kombination aus patentierten, dehnbaren Seitenteilen und handlichen, wiederverschließbaren Klett-Klebestreifen.

Beste Pflege. Ganz einfach.



NEU



Optimale Passform und Auslaufschutz in jeder Position.

www.molicare.at



Gratis
Muster!

Firma, Name

Straße, PLZ/Ort

Ja, ich möchte ein gratis Musterpaket von MoliCare® Premium Elastic zugeschickt bekommen.

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

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 „Gehen auf alten Wegen“ von Martin Burger.



1. SALZ

Streichen Sie im folgenden Buchstabensalat so rasch wie möglich alle Buchstaben, die NICHT im Wort SALZ vorkommen:

SATZLWASLULDSAOLZAPALSZBSLAHNSL
 ASTLAZSXSLMLALSODALSOSLABASLASRS
 ESLAZCZSZLASDFLASLZRELADASLFLGLA
 SZUALOAPSIANADLASZLWDALSULZOADZ
 SLKALSRZWLOASUSNAGALZSAPAE LZAS

An das Hilfswerk
 Österreich, Grünberg-
 straße 15/2/5, 1120 Wien

Ja, ich möchte ein Exemplar
 „Gehen auf alten Wegen“ gewinnen.

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

Vorname: _____

Name: _____

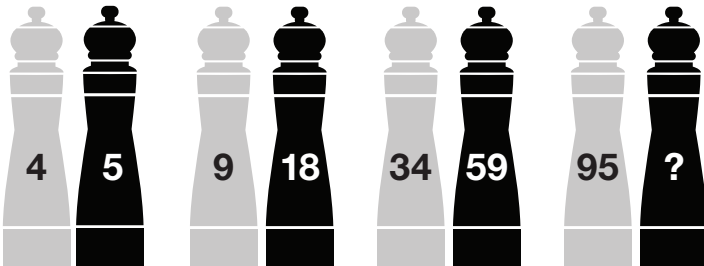
Straße/Hausnummer: _____

PLZ/Ort: _____

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

2. SALZ- und PFEFFERMÜHLE

Welche Zahl fehlt?



3. PFEFFER

Dieses Gewürz kommt je nach Erntezeitpunkt und Nachbehandlung in den Farben Grün, Weiß, Schwarz und Rot vor.

Drehen Sie die Zeitschrift um 90 Grad gegen den Uhrzeigersinn und finden Sie dann – in dieser ungewöhnlichen Leseposition – heraus, welche Farben im folgenden Text versteckt sind:

Gernot Busch war zur Gründung der Grottenbahn zu spät gekommen und jeder weiß natürlich warum. Er gab launig bekannt, in Rosa Violetta Braun verliebt zu sein, und ging raus, um seinem Engel bei dieser Gelegenheit ganz locker einen Heiratsantrag zu machen.

Auflösung aus dem letzten Heft:

1. 12 x € 2,50 = € 30 pro Markttag. € 1.170 : € 30 = 39 Markt-
 tage. 2. Lösungen sind z.B. Klarapfel, Kanton, Tanne, Schlinge,
 Sirene, Motto, Kurs.

Wir gratulieren den Gewinner/innen der Bücher „Schenk. Das Buch“.

DENKEN IN NEUEN DIMENSIONEN.



► BÜROIDEEN AUF 3.500m²

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

blaha[®]
 b.ü.r.o.möbel

WWW.BLAHA.CO.AT

Hilfe vor Ort

Libanon. Hilfswerk International hilft syrischen Flüchtlingen.

„Meine Mama ist eine starke Frau. Aber manchmal, wenn sie glaubt, dass wir alle schon schlafen, höre ich sie weinen.“

Die kleine Leyla lebt mit ihrer Mutter Sara und ihren Geschwistern im Flüchtlingslager in Al Marj. Das ist ein kleiner Ort im Libanon, nahe der syrischen Grenze. Leyla kam hier vor 10 Jahren zur Welt. Sie kennt nichts anderes als das Leben auf der Flucht.

Den syrischen Familien fehlt es hier im Flüchtlingslager an allem: Nahrung ist Mangelware, Trinkwasser ist kaum vorhanden und auch Hygieneartikel gibt es so gut wie nicht. Seit der Corona-Krise ist die Not noch größer geworden: Die Preise für Lebensmittel sind im Libanon massiv gestiegen, Hunger ist ein ständiger Begleiter der Flüchtlingsfamilien, Hygienemaßnahmen können nicht eingehalten werden.

„Ich kann meine Familie nicht mehr ernähren“

Leylas Mutter, die 37-jährige Sara, ist verzweifelt: „Ich möchte für meine Kinder stark sein. Aber wir haben keine Essensvorräte. Manchmal essen wir tagelang nichts. Auch wenn wir hier in Sicherheit vor dem Krieg in Syrien sind, jeder Tag ist erneut ein Kampf ums Überleben.“

Das Hilfswerk International setzt sich seit 2006 für syrische Flüchtlinge im Libanon, aber auch für libanesischen Familien aus einkommensschwachen Verhältnissen, ein. „Derzeit brauchen die Familien besonders Nahrung, medizinische Betreuung und Hygieneartikel. Das ist jetzt überlebenswichtig“, erzählt Stefan Fritz, Geschäftsführer des Hilfswerk International. „Gleichzeitig wissen



wir, dass ein Großteil der Familien im Flüchtlingslager sich nichts mehr wünscht, als nach Hause zurückzukehren, in ein friedliches Syrien“, so Fritz weiter.

Nothilfe und Ausbildung

Daher kümmert sich das Hilfswerk International zusätzlich zur Verteilung von Nahrungs- und Hygienepaketen um die Ausbildung von Frauen, insbesondere um Näh- und Alphabetisierungskurse. „Viele Familien sind schon enorm lange hier. Junge Frauen haben oft keine Ausbildung. Wenn sie

nach Syrien zurückkehren, brauchen sie eine Starthilfe. Die Nähkurse sind bei den Frauen besonders beliebt, viele von ihnen wollen in Zukunft Schneiderinnen werden. Außerdem helfen die Kurse den Frauen, sich vom tristen Alltag im Flüchtlingslager abzulenken, und etwas Hoffnung zu empfinden.“ Das Hilfswerk International konnte schon 1.800 Familien im Libanon mit Nahrungs- und Hygienepaketen durch die aktuelle Krise helfen. Abertausende Frauen und Kinder sind immer noch auf sich alleine gestellt und brauchen dringend Hilfe. <



Hilfswerk International



Bianca Weissel
 Tel.: 01 40 57 500-112
 bianca.weissel@hilfswerk-international.at
 www.hilfswerk.at/international
 Grünbergstraße 15/2/5, 1120 Wien

Ihre Spende
 sichert
 Überleben



**Lassen wir syrische Flüchtlinge
 jetzt nicht im Stich!**

Spendenkonto

IBAN: AT71 6000 0000 9000 1002

Kennwort „Hilfe vor Ort“ oder

www.hilfswerk.at/international

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

Weitere Informationen unter www.boso.at
 Erhältlich in Apotheke und Sanitätsfachhandel
 Unverb. Preisempf. 66,90 Euro





S-VERSICHERUNG

s Pflegevorsorge

Es macht froh, für die möglichen Kosten professioneller Pflege vorgesorgt zu haben.

Das wollen Sie auch?

Dann informieren Sie sich jetzt in Ihrer Erste-Filiale oder Sparkasse.

Information, Beratung, Service

Das Hilfswerk ist für Sie da! Bestellen Sie noch heute Ihr HILFSWERK ON TOUR Info-Sackerl.

Auch wenn unsere Hilfswerk-Tour in diesem Jahr infolge von Corona an weniger Stationen Halt macht, sind wir für alle Interessierten mit Rat und Unterstützung da. Das bereits legendäre „Info-Sackerl“ der Hilfswerk-Tour, mit unseren aktuellen Ratgebern, Informationen rund um Gesundheit, Finanzen und Vorsorge sowie kleinen Überraschungen gibt es nicht nur bei den Stationen vor Ort, sondern wir lassen es Ihnen heuer auch gerne per Post zukommen. Besonders beliebt, vor allem bei Eltern von kleinen Kindern, sind unser Kinderbetreuungscompass und unsere neue Broschüre „Sprechen macht schlauer“ – unser praktischer Ratgeber über Wissenswertes zur kindlichen Sprachentwicklung, mit zahlreichen Tipps für den Alltag. Besuchen Sie auch unser Webportal www.hilfswerk.at/sprechen-macht-schlauer Die aktuellen Termine zu HILFSWERK ON TOUR finden Sie auf unserer Webseite www.hilfswerk.at



Das Hilfswerk setzt bei seiner Jahresinitiative und seinen Fachschwerpunkten auf starke Partner wie Erste Bank und Sparkassen, Wiener Städtische, s Versicherung, Publicare, Allergosan, Essity und B. Braun.

Jetzt gratis bestellen!

Das HILFSWERK ON TOUR Info-Sackerl
office@hilfswerk.at | Tel.: 01/40 57 500

GROSSE HILFE,
GANZ NAH.




**SPRECHEN
 MACHT SCHLAUER.**

Wie Kinder fürs Leben lernen.

Hilfswerk Servicehotline
0800 800 820



GROSSE HILFE,
GANZ NAH.




**DER HILFSWERK
 KINDERBETREUUNGS-KOMPASS**

Eine Orientierungshilfe rund um Kinder, Eltern und Betreuung.

Hilfswerk Servicehotline
0800 800 820



NICHT TRÄUMEN. WOHNEN.



Wohlfühlen in bester Qualität!

Die gemeinnützige Steyrer Wohn- und Siedlungsgenossenschaft „Styria“ errichtet in ganz Oberösterreich Wohnungen mit höchstem Wohnkomfort - für Jung und Alt.

Erfahren Sie mehr zu unseren aktuellen Bauprojekten auf unserer Website unter: www.styria-wohnbau.at



Intelligentes Bauen verbindet Menschen.

PORR Bau GmbH
Niederlassung Oberösterreich
Pummererstraße 17, 4020 Linz
T +43 50 626-2701
porr-group.com

1. Teil des Badezimmers
2. Offener Vorbau am Haus
3. Teil der Dachentwässerung
4. Abgrenzung im Garten
5. Raum, Kammer
6. Kettenfahrzeug für den Bau

Lösungswort: Riedauer Straße 28
4910 Ried i.L.
www.isg-wohnen.at

PARTNER DER OÖ. GEMEINDEN

Architekten: ARGE: Drexel-Zweier, Hohenems

KOMPETENZ UND ERFAHRUNG

- Zeitgemäßes Wohnen seit 1953
- Verwaltung und Großinstandsetzung
- Projektmanagement im Kommunalbau
- Über 50 Alten- und Pflegeheime seit 1974

LAWOG – Die Nummer 1 bei seniorengerechtem Wohnen

Gemeinnützige Landeswohnungsgenossenschaft für OÖ.

Mehr als gewohnt

LAWOG | eingetr. Gen.m.b.H. | Garnisonstraße 22 | 4021 Linz
T 0732.93 96-0 | F 0732.93 96-261 | E office@lawog.at | www.lawog.at

Generalversammlung im OÖ HW

Vorstandswahlen. Das Salzkammergut, Linz und Vöcklabruck haben gewählt.

Unter Einhaltung der Abstandsregeln hat am 1. Juli die Generalversammlung des Hilfswerk Salzkammergut, bei der der Vorstand neu gewählt sowie die Statuten und die Kooperationsvereinbarung beschlossen wurden, im Familien- und Sozialzentrum in Gmunden stattgefunden. Vertreten wurde der Vorstand durch BR a.D. Josef Steinkogler, GR Elfriede Höplinger, Dr. Wolfgang Mayrhofer, STR Mag. Martin Apfler, GR Bettina Vesely, Alois Scherz, Dorith Hofmann, Vbgm. RegRat Dir. Franz Spiesberger, GR Auguste Thallinger und Ivonne Großpointner. Ein besonderer Dank richtet sich dabei an das scheidende

Gründungsmitglied Dorith Hofmann, die bereits Jahrzehnte für das Hilfswerk im Einsatz war, viel Pionierarbeit geleistet und damit den Menschen in der Region viel geholfen hat.

Am selben Tag wurde bei der Generalversammlung des HW Vöcklabruck im Lebenshaus gleichfalls gewählt. Obmann des Vereins ist erneut Puchkirchens Bürgermeister Anton Hüttmayr. Sein Stellvertreter wird der Atzbacher Bürgermeister Berthold Reiter. Die Funktion der Rechnungsprüferin übernimmt Heidi Bahn.

Gewählt wurde ebenso am 17. Juni, und zwar im OÖ Hilfswerk Zweigverein

Linz. Dort wurde der Vorstand mit Herrn Mag. Bernhard Baier als Obmann erneut einstimmig bestellt. <



OÖ HW Salzkammergut: Dorith Hofmann, Josef Steinkogler, Martina Pühringer, GF Viktoria Tischler und Gisela Wydra (v.l.n.r.)

Positives Jahr 2019

Pressekonferenz. Erneut kann das OÖ Hilfswerk auf eine positive Bilanz zurückblicken und sein Angebot weiter ausbauen.

„2019 war für das OÖ Hilfswerk erneut ein höchst erfolgreiches Jahr: Wir konnten unser Angebot in allen Bereichen weiter ausbauen, mehr Mitarbeiter/innen beschäftigen und somit viele Menschen in ganz Oberösterreich in ihrem Alltag unterstützen. [...]“ – so Obmann LAbg. Dr. Wolfgang Hattmannsdorfer und OÖ Hilfswerk-Geschäftsführerin Mag. Dr. Viktoria Tischler. So beschäftigte das OÖ Hilfswerk 1.361 Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter, die von 400 Ehrenamtlichen unterstützt wurden. Eine deutliche Steigerung lässt sich gleichfalls im erwirtschafteten Umsatz feststellen, der sich 2019 auf 36,475 Millionen beraumt.

Das OÖ Hilfswerk besticht vor allem durch eine breitgefächerte Schwerpunktsetzung. Hierzu zählen: Die Arbeitsbegleitung junger Menschen – hier

konnten 2019 etwa 440 Jugendliche in den Arbeitsmarkt begleitet werden – und ein flexibles, vielfältiges und individuelles Kinderbetreuungsangebot, das erneut ausgebaut werden konnte. Als überaus erfolgreich erweist sich einmal mehr ebenso das Projekt UPGRADE, das junge Menschen mit unterschiedlichen Problemen auf ihrem Lebensweg begleitet und sie unterstützt. Eine drastische Steigerung konnte auch im Pflege- und Betreuungsbereich festgestellt werden. Besonders bei der mobilen Hilfe sowie der 24h-Betreuung stieg die Nachfrage letztes Jahr stark an. In diesem Zusammenhang fordert das OÖ Hilfswerk, im Rahmen des „Sozialprojekts 2021+“ des Sozialressorts des Landes OÖ, die Pflegeausbildung genau ins Auge zu fassen. So müssen



Mag. Dr. Viktoria Tischler Geschäftsführerin OÖ Hilfswerk GmbH, LAbg. Dr. Wolfgang Hattmannsdorfer, Obmann OÖ Hilfswerk und Aufsichtsratsvorsitzender OÖ Hilfswerk GmbH

die richtigen Rahmenbedingungen geschaffen werden. Hierzu zählt etwa ein modulares Ausbildungsprogramm für Pflegeberufe, das nahtlos an der Ausbildungspflicht anschließt. <

OÖ Hilfswerk – wir unterstützen Sie im Alltag

Standorte

Bei Fragen nehmen Sie Kontakt mit dem für Ihren Bezirk zuständigen Familien- und Sozialzentrum auf. Die Beratung erfolgt kostenlos.

- **Braunau am Inn**
Familien- und Sozialzentrum Munderfing
Hauptstraße 47/2, 5222 Munderfing
Tel. 07744/66 63 oder 0664/807 65 16 04
E-Mail: munderfing@ooe.hilfswerk.at
- **Eferding**
Familien- und Sozialzentrum Eferding
(Tageszentrum Eferding)
Schiferplatz 1, 4070 Eferding
Tel. 07272/72 97 oder 0664/807 65 13 06
E-Mail: eferding@ooe.hilfswerk.at
- **Freistadt**
Familien- und Sozialzentrum Freistadt
Leharstraße 1a, 4320 Perg
Tel. 07262/684 44 oder 0664/807 65 11 02
E-Mail: perg@ooe.hilfswerk.at
- **Perg**
Familien- und Sozialzentrum Perg
Leharstraße 1a, 4320 Perg
Tel. 07262/684 44 oder 0664/807 65 11 02
E-Mail: perg@ooe.hilfswerk.at
- **Gmunden**
Familien- und Sozialzentrum Gmunden
Sonnenpark 1, 4810 Gmunden
Tel. 07612/762 20 oder 0664/807 65 14 11
E-Mail: gmunden@ooe.hilfswerk.at
Familien- und Sozialzentrum Bad Ischl
Bahnhofstraße 14, 4820 Bad Ischl
Tel. 0664/807 65 12 01
E-Mail: bad.ischl@ooe.hilfswerk.at
- **Grieskirchen**
Familien- und Sozialzentrum Grieskirchen
Uferstraße 4, 4710 Grieskirchen
Tel. 07248/644 23 oder 0664/807 65 13 06
E-Mail: grieskirchen@ooe.hilfswerk.at
- **Kirchdorf/Krems**
Familien- und Sozialzentrum Kirchdorf
Hauptplatz 16, 4560 Kirchdorf
Tel. 07582/903 22 oder 0664/807 65 31 25
E-Mail: kirchdorf@ooe.hilfswerk.at
- **Linz**
Landesgeschäftsstelle Oberösterreich
Dametzstraße 6, 4010 Linz
Tel. 0732/77 51 11-0
Fax 0732/77 51 11-200
E-Mail: office@ooe.hilfswerk.at
Familien- und Sozialzentrum Linz-Nord
Fröhlerweg 51, 4040 Linz-Urfahr
Tel. 0732/75 71 11 oder 0664/807 65 15 58
E-Mail: linz-stadt@ooe.hilfswerk.at
- **Familien- und Sozialzentrum Linz-Süd**
Teufelstraße 7, 4020 Linz
Tel. 0664/807 65 15 58
E-Mail: linz-sued@ooe.hilfswerk.at
- **Linz-Land**
Familien- und Sozialzentrum Traun
Rumaer Straße 12, 4050 Traun
Tel. 07229/653 45 oder 0664/807 65 26 00
E-Mail: traun@ooe.hilfswerk.at
- **Ried im Innkreis**
Familien- und Sozialzentrum Ried im Innkreis
Bahnhofstraße 13, 4910 Ried im Innkreis
Tel. 07752/700 91 oder 0664/807 65 25 12
E-Mail: ried@ooe.hilfswerk.at
- **Rohrbach**
Familien- und Sozialzentrum Rohrbach
Stadtplatz 22, 4150 Rohrbach
Tel. 07289/48 63 oder 0664/807 65 29 00
E-Mail: rohrbach@ooe.hilfswerk.at
- **Schärding**
Familien- und Sozialzentrum Schärding
Linzer Straße 22, 4780 Schärding
Tel. 07712/356 74 oder 0664/807 65 13 06
E-Mail: schaerding@ooe.hilfswerk.at
- **Steyr**
Steyr-Stadt und Steyr-Land
Familien- und Sozialzentrum Steyr-Stadt
(Tageszentrum Ennsleite)
Leopold-Steinbrecher-Ring 9a, 4400 Steyr
Tel. 07252/477 78 oder 0664/807 65 26 00
E-Mail: steyr@ooe.hilfswerk.at
- **Urfahr-Umgebung**
Lebenshaus und Lebensgarten Oberneukirchen
Auf der Bleich 2a, 4181 Oberneukirchen
Tel. 07212/30 12 oder 0664/177 09 97
E-Mail: lebenshaus@ooe.hilfswerk.at
Familien- und Sozialzentrum Ottensheim
Jakob-Sigl-Straße 3, 4100 Ottensheim
Tel. 07234/853 44 oder 0664/807 65 15 08
E-Mail: ottensheim@ooe.hilfswerk.at
- **Vöcklabruck**
Familien- und Sozialzentrum Vöcklabruck
Ferdinand-Öttl-Straße 14, 4840 Vöcklabruck
Tel. 07672/902 30 oder 0664/807 65 27 08
E-Mail: voecklabruck@ooe.hilfswerk.at
- **Wels**
Wels-Stadt und Wels-Land
Familien- und Sozialzentrum Wels
Durisolstraße 7, 4600 Wels
Tel. 07242/766 31 oder 0664/807 65 28 01
E-Mail: wels@ooe.hilfswerk.at

Leistungen

Gesundheits- und Sozialdienste

- Hauskrankenpflege
- Mobile Kinderkrankenpflege
- Mobile Frühförderung
- Mobile Betreuung und Hilfe
- Mobile Therapien
- Haus- und Heimservice
- Notruftelefon
- „Mahlzeit“-Menüservice
- Kurs für pflegende Angehörige
- Tageszentrum Ennsleite in Steyr
- Tageszentrum Leumühle
- Betreubares Wohnen
- Lebenshaus mit Lebensgarten in Oberneukirchen
- Case Management im Rahmen der bedarfsorientierten Mindestsicherung

Kinderbetreuung

- Krabbelstuben
- Kleinkindertreffs
- Kindergärten
- Horte
- Sonderhorte
- Freizeitteil schulische Tagesbetreuungen
- Schülerbetreuungen
- Saisonkindergärten/-horte
- Flexible Sommerkinderbetreuungen
- Flexible Angebote nach Bedarf
- Betriebliche Kinderbetreuungen

Familienservice

- Arbeitsbegleitung
- Check In
- Institut für Entwicklungsdiagnostik Linz und Wels
- Lernbegleitung
- Produktionsschule Perg 17er-Garage
- OÖ Hilfswerk Family Tour
- Case Management für BezieherInnen von Sozialhilfe

www.ooe.hilfswerk.at



Wir schaffen mehr Wert.

DEM GLÜCK
EINE CHANCE
GEBEN



GLÜCK IST, MIT PFERDEN ZU FLÜSTERN

„Glücksspiel mit Verantwortung“ ist Leitgedanke für alle unsere wirtschaftlichen Aktivitäten. Die gesellschaftliche Verantwortung der Österreichischen Lotterien geht daher weit über den Spielerschutz hinaus. So hat unsere Unternehmensgruppe ein Corporate-Volunteering-Programm für alle MitarbeiterInnen gestartet, das ihnen Zeit für soziales Engagement schenkt. Bei voller Bezahlung stellen wir fünf Arbeitstage im Jahr für freiwillig gewählte Projekte zur Verfügung. Über 800 MitarbeiterInnen haben dieses Angebot bisher angenommen und mehr als 1.200 Einsätze für Organisationen wie Caritas, Hilfswerk, Diakonie, Wiener Tafel, Österreichisches Rotes Kreuz oder den e.motion-Lichtblickhof geleistet. Unsere MitarbeiterInnen erledigen verschiedenste Arbeiten, die dabei anfallen; vom Lebensmittel einsammeln und verteilen bei der Wiener Tafel bis zum Versorgen der Therapiepferde beim e.motion Lichtblickhof.

Weitere Infos unter www.sponsoring.lotterien.at.

TENA®

Das Leben macht es der Haut Ihrer Lieben schwer.

Sie zu pflegen kann aber einfach sein.

Jetzt gratis
Infopaket*
anfordern!



Wenn Sie sich um einen älteren, geliebten Menschen kümmern, bemerken Sie wahrscheinlich, dass die Haut mit dem Alter empfindlicher wird und langsamer heilt. Wir bei TENA wissen, dass Haut bei Inkontinenz noch anfälliger ist – und wie wichtig es ist, dem vorzubeugen.

Das TENA ProSkin Sortiment hält die Haut trocken, reinigt und schützt – und macht es Ihnen so leichter, sich um die empfindliche Haut Ihrer Lieben zu kümmern.

Interessiert? Jetzt gratis TENA ProSkin Infopaket anfordern:
www.tena.at/pflege oder unter 08 10 - 30 01 11**

* Ihr Infopaket enthält die Broschüren TENA ProSkin Pflegeansatz, Tipps für die Pflege Zuhause, Informationsmöglichkeiten bei Inkontinenz sowie eine kostenlose Probe der TENA Barrier Cream.
** 0,02 €/Minute, Mobilfunkpreise können abweichen. Anrufe sind nur aus Österreich möglich.

TENA. BESSERE PFLEGE IST BESSER FÜR ALLE.

tena.at/pflege