

03 | 2022

HAND IN HAND

Mein Hilfswerk Magazin



HILFSWERK

GENAU HINGESCHAUT

Zahlen und Fakten zu
pflegenden Angehörigen

Seite 8

TIPPS FÜR PFLENDE ANGEHÖRIGE

So meistern Sie den
Alltag leichter

Seite 14

FAMILIENFREUNDLICHER ARBEITGEBER

Staatspreis für das
Hilfswerk Kärnten

Seite 15

Zu den Liebsten schauen

AUF SICH SELBER NICHT VERGESSEN:
PFLENDE ANGEHÖRIGE

Seite 4



INKONTINENZPRODUKTE AUF ERSTATTUNG

Sind Sie inkontinent und benötigen im Alltag einen zuverlässigen Schutz? Bei Ihrer Krankenkasse sind in der Regel zahlreiche Inkontinenzprodukte auf Verordnung erhältlich. Dazu zählen meist auch die hochwertigen Produkte von TENA*. Die Versorgung erfolgt größtenteils über Ihren Bandagisten vor Ort. Dort finden Sie eine umfassende Produktpalette erstattungsfähiger Inkontinenzprodukte, die speziell auf die Bedürfnisse von Frauen und Männern zugeschnitten sind.



Meistens haben Sie beim Bandagisten die Wahl, mit welcher Marke Sie versorgt werden. Mit TENA entscheiden Sie sich für hochwertige Qualitätsprodukte, die dabei



helfen, die Auswirkungen der Inkontinenz zu minimieren und Ihre Lebensqualität zu verbessern.

- 1. Arztbesuch:** Wenn Sie Inkontinenz-Produkte benötigen, suchen Sie zunächst Ihren Arzt auf. Nur er kann die Ursache des Urinverlusts abklären und eine geeignete Behandlung vorschlagen.
- 2. Beratung bei Bandagisten:** Gehen Sie mit dem Verordnungsschein zu Ihrem Bandagisten. Dort erhalten Sie eine kompetente, fachkundige und diskrete Beratung zu den für Sie individuell passenden, verordnungsfähigen Produkten.
- 3. Verschiedene Produkte testen:** Meist gibt Ihnen Ihr Bandagist verschiedene Produkte zum Ausprobieren mit. Entscheiden Sie anschließend gemeinsam mit Ihrem Bandagisten, welches Produkt am besten zu Ihrer Situation passt.
- 4. Produktbezug bei Bandagisten:** Haben Sie das ideale Produkt gefunden, können Sie es künftig bei Ihrem Bandagisten auf Verordnung beziehen. In der Regel müssen Sie nur den gesetzlichen Selbstbehalt von meist 10 Prozent pro Packung bezahlen.

Gehen Sie gleich zu Ihrem Bandagisten und beziehen Sie TENA Produkte auf Verordnung*.
Weitere Informationen auf www.meine-wahl.at.

* Erstattung von TENA Produkten durch ÖGK (außer Vorarlberg), BVAEB und SVS (nur gewerblicher Teil). Selbstbehalt von meist 10 Prozent pro Packung. Es gelten maximale Abgabemengen sowie abweichende Regelungen für Bewohner in Alten-, Pflege- und Wohnheimen. Eine Übersicht zu den erstattungsfähigen TENA Produkten sowie weiterführende Informationen zu den Abgabestellen finden Sie auf www.meine-wahl.at. Stand Februar 2022.



Editorial

LIEBE LESERINNEN, LIEBE LESER,

fast eine Million Menschen in Österreich pflegen ihre Angehörigen zu Hause. Das bedeutet oftmals nicht nur eine enorme körperliche Belastung, auch die eigene Seele und die Gesundheit leiden darunter.

Das Hilfswerk widmet daher diese Ausgabe all jenen großartigen Menschen, die unsere Gesellschaft mit so viel eigenem Verzicht unterstützen. Gleichzeitig möchten wir aber auch aufzeigen, wo das Hilfswerk pflegenden Angehörigen helfen kann. Dies beginnt bei kleinen alltäglichen Hilfen, bis hin zur umfassenden Pflege durch diplomiertes Pflege- und Gesundheitspersonal. Wir bieten genau auf Ihren Bedarf abgestimmte Unterstützung an. Für uns steht der Mensch mit seinen Bedürfnissen im Mittelpunkt, und daher sind unsere Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter auch sehr einfühlsam im Umgang mit Ihren Angehörigen. Wir beschäftigen beispielsweise auch speziell ausgebildete Demenzberaterinnen, die Sie bei dieser Thematik unterstützen. Unser mobiles Sanitätshaus bietet zahlreiche Produkte an, die Ihnen in Ihrem Pflegealltag helfen. Wenn Sie möchten, liefern wir Ihnen diese gerne kärntenweit direkt nach Hause. Ebenso müssen Sie nicht jeden Tag selbst kochen, unser Menüservice gibt es 365 Tage im Jahr mit frisch zubereiteten und gesunden Angeboten.

Einen lieben Menschen zu pflegen ist eine sehr herausfordernde Aufgabe – wir unterstützen Sie gerne dabei!

Alles Gute,

Elisabeth Scheucher-Pichler
Präsidentin des Hilfswerk Kärnten



P.S. Ihre Ansprechpartner/innen für die Fachbereiche finden Sie auf Seite 30!

4

IM FOKUS

Pflegende und sorgende Angehörige

14

ÄLTERWERDEN & GESUNDHEIT

Tipps für pflegende Angehörige

18

LEBEN & GESELLSCHAFT

Neuer Hilfswerk-Standort feierlich eröffnet

30

MEIN HILFSWERK

Große Hilfe, ganz nah

Angehörige zu pflegen und zu betreuen, bedeutet in vielen Fällen, rund um die Uhr für sie da zu sein. So auch bei Enkelin Ingeborg (35), die sich um ihre 97-jährige Großmutter kümmert.

Ohne sie geht's nicht

Rund eine Million pflegende und sorgende Angehörige zählt Österreich. Was sie leisten, ist enorm, und das nicht nur aus Sicht der pflegebedürftigen Menschen: Ohne sie könnte Österreichs Pflegesystem nicht aufrechterhalten werden.

Rund eine Million Menschen sind in Österreich in die Pflege und Betreuung einer angehörigen Person involviert oder nehmen diese Aufgabe alleine wahr. Damit versorgen sie 38,5 % aller pflegebedürftigen Menschen. Das sind mehr Menschen, als die mobilen Dienste wie Hauskrankenpflege und Heimhilfe pflegen und betreuen.

Meistens denken wir in Zusammenhang mit pflegenden und sorgenden Angehörigen an rein pflegerische Tätigkeiten. Ihre Aufgaben reichen aber oft weit darüber hinaus: Sie umfassen ebenso die emotionale Unterstützung der pflegebedürftigen Person, Haushaltsführung, finanzielle und administrative Aufgaben, Hilfe bei Entscheidungsfindungen und vieles mehr. Manche Angehörige fühlen sich davon sehr gefordert, das zeigt eine Be-

fragung des Sozialministeriums aus dem Jahr 2018: 30 % der pflegenden und sorgenden Angehörigen geben an, dass ihre psychische und/oder physische Gesundheit leidet, für rund die Hälfte ist die zeitliche Belastung groß bis sehr groß. Viele von ihnen fühlen sich oft allein gelassen, knapp 30 % finanziell stark belastet.

GEZIELTE ENTLASTUNG GEFORDERT

Das Hilfswerk setzt sich deshalb seit vielen Jahren für gezieltere, bedürfnisorientiertere Angebote für pflegende und sorgende Angehörige ein. Eine großzügige und leistbare Entlastung durch Dienste von außen, etwa durch Hauskrankenpflege und Heimhilfe, mehrstündige Tagesbetreuung oder qualitätsgesicherte 24-Stunden-Betreuung, spielt dabei eine besonders wichtige Rolle: Sie entlastet zeitlich und ermöglicht Angehörigen,





WARUM PFLEGENDE UND SORGENDE ANGEHÖRIGE?

Der gängige Begriff „Pflegerische Angehörige“ reduziert die Tätigkeit der Angehörigen auf die Pflegetätigkeit. Befragungen haben gezeigt, dass für pflegende Angehörige das Gefühl, allein verantwortlich zu sein, weit belastender ist als die pflegerische Aufgabe an sich. Der Begriff „Pflegerische und sorgende Angehörige“ ist somit treffender: Er umfasst nicht nur die Ebene des Tuns, sondern auch die Ebene der Verantwortung.





Othmar Karas
Präsident Hilfswerk Österreich

„Als Österreichs größter Anbieter von Pflege und Betreuung zu Hause wissen wir, welche Bedeutung pflegenden und sorgenden Angehörigen zukommt. Mit der Gründung des „Beirats für pflegende Angehörige“ verankern wir deren Anliegen noch klarer in der Arbeit des Hilfswerks. Zudem wollen wir Angehörige dabei unterstützen, ihre Stimme im politischen Diskurs deutlicher zu positionieren und sich mehr Gehör zu verschaffen. Denn vieles, was Angehörigen helfen würde, können wir aufgrund der aktuellen Rahmenbedingungen und Finanzierungslogiken derzeit nicht anbieten. Das muss sich rasch ändern.“



Plausch mit der Nachbarin: Sozialer Austausch ist sehr wichtig für das Wohlbefinden pflegender und sorgender Angehöriger.

» eigenen Interessen nachzugehen und soziale Kontakte zu pflegen. Das wiederum ist entscheidend für ihr Wohlbefinden und den Erhalt von Kraft und Ausdauer: Nur mit einer regelmäßigen Entlastung ist es ihnen möglich, ihre vielfältigen Aufgaben dauerhaft zu bewältigen und dabei selbst gesund zu bleiben.

Großen Bedarf ortet das Hilfswerk auch, wenn es um psychosoziale Unterstützung pflegender und sorgender Angehöriger geht, denn: Angehörige zu pflegen und zu betreuen, bedeutet in vielen Fällen, rund um die Uhr da zu sein. Das bindet zeitlich und örtlich. Viele Angehörige sind mit der zu pflegenden Person alleine, was belastend sein kann. Hier bedarf es aus Sicht des Hilfswerks mehr und gezielterer Angebote zur psycho-

sozialen Begleitung und Entlastung. Dazu gehören etwa telefonische und aufsuchende Beratung, Coaching, Stärkung der Selbstfürsorgekompetenz, Trauerbegleitung oder spezifische Unterstützung für Angehörige, die mit Erwerbstätigkeit und/oder Kindern sowie der Pflege- und Betreuungsaufgabe mehrfach belastet sind.

KONSEQUENTER EINSATZ ZEIGT ERFOLG

Der konsequente Einsatz des Hilfswerks trägt nun Früchte: Das Pflegereform-Paket, das die Bundesregierung unlängst vorgestellt hat, umfasst wichtige Verbesserungen auch für pflegende Angehörige: Der Demenzzuschlag beim Pflegegeld wird erhöht, der Anspruch auf Pflegekarenz erweitert, und



Mehr Zeit für sich zu haben – das wünschen sich viele pflegende und sorgende Angehörige.

für Pflegekurse erhalten Angehörige nun Zuwendungen. Das kostenlose Angehörigen-gespräch wird von drei auf fünf Gesprächs-terme erweitert, Ersatzpflege wird bereits ab drei statt sieben Tagen rückerstattet. Das genügt dem Hilfswerk aber noch nicht: Die Eigenbeiträge für mobile Pflege- und Betreuung fair zu gestalten und zu reduzieren, bleibt ein wichtiges Anliegen. Wer diese Dienste heute beansprucht, muss Eigenbeiträge leisten. Diese sind zwar sozial gestaffelt (Ausnahme: Burgenland), um sie leistbar zu machen. Trotzdem sind sie je nach Bundes-land noch (zu) erheblich. Und nicht zuletzt steht noch aus, die Förderung der 24-Stunden-Betreuung vollständig zu valorisieren. Das Reformpaket sieht lediglich eine Teilvalorisierung vor.

BEIM HILFSWERK IN GUTEN HÄNDEN

Auch innerhalb der eigenen Organisation ist das Hilfswerk aktiv: So hat es jüngst einen „Beirat pflegende Angehörige“ ins Leben gerufen. Auf diese Weise verankert es die Anliegen pflegender und sorgender Angehöriger noch klarer in seiner Arbeit und unterstützt sie dabei, sich im politischen Diskurs mehr Gehör zu verschaffen. Zudem hat es eine wissenschaftliche Literaturstudie sowie eine Befragung von 550 pflegenden und sorgenden Angehörigen durchgeführt und wichtige Erkenntnisse über die Wünsche und Bedürfnisse pflegender und sorgender Angehöriger gewonnen. Darauf baut das Hilfswerk in den kommenden Jahren auf – immer mit dem Ziel vor Augen, Betroffenen jene Unterstützung anbieten zu können, die sie in ihrer spezifischen Situation tatsächlich brauchen. ■



WISSEN

HILFSWERK-ANGEBOTE FÜR PFLEGENDE UND SORGENDE ANGEHÖRIGE

Das Hilfswerk bietet pflegenden und sorgenden Angehörigen vielfältige Entlastung und Unterstützung, darunter:

- **Mobile Dienste (Heimhilfe, Hauskrankenpflege)**
- **Mehrstündige Tagesbetreuung**
- **Tageszentren**
- **24-Stunden-Kurz- und Langzeitbetreuung**
- **Pflegeberatung**
- **Psychosoziale Beratung**
- **Diverse Kurse**
- **Vernetzung mit anderen**
- **Besuchs- und Begleitdienste**
- **Essen auf Rädern, Notruftelefon u. v. m.**

Erkundigen Sie sich nach den Angeboten beim Hilfswerk in Ihrer Nähe! Über www.hilfswerk.at oder unsere **Servicehotline 0800 800 820** (kostenfrei aus ganz Österreich).

Zahlen und Fakten

PFLEGENDE UND SORGENDE ANGEHÖRIGE IN ÖSTERREICH

947.000

tragen in unterschiedlicher Weise Verantwortung für ein pflegebedürftiges Familienmitglied.

801.000

kümmern sich um Angehörige, die zu Hause leben.

146.000

kümmern sich um Angehörige, die sich in stationärer Langzeitpflege befinden.

ALTER

der pflegenden und sorgenden Angehörigen

- 21 % bis 50 Jahre
- 29 % 51–60 Jahre
- 25 % 61–70 Jahre
- 25 % über 70 Jahre

GESCHLECHT



73 % der pflegenden Angehörigen sind weiblich



27 % der pflegenden Angehörigen sind männlich

WOHNORT



Rund 2/3 der pflegenden Angehörigen leben im selben Haushalt mit der pflegebedürftigen Person.



Wo dies nicht der Fall ist, sind sie im Schnitt in 15 Minuten vor Ort.

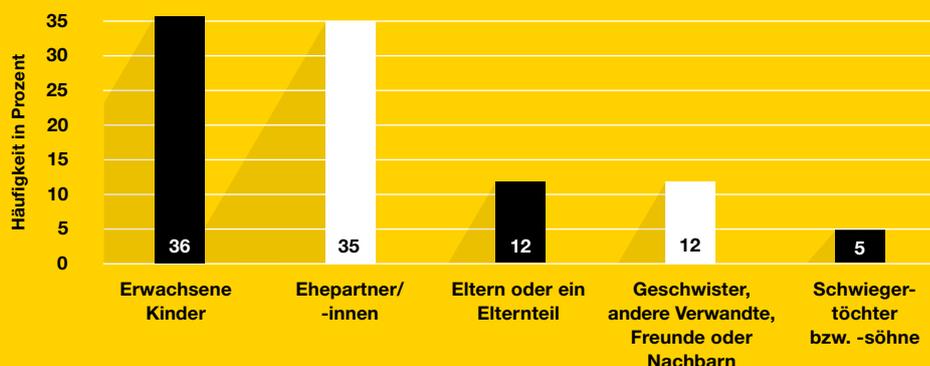
YOUNG CARERS

Rund 3,5 % Kinder und Jugendliche (bis 18 Jahre) pflegen in Österreich regelmäßig ein chronisch krankes Familienmitglied. Ihr Durchschnittsalter liegt bei 12,5 Jahren, knapp 70 % von ihnen sind weiblich. Young Carers leisten Unterstützung im Haushalt, bei der Betreuung ihrer Geschwister oder in der direkten Pflege der erkrankten Person.

Quelle: Sozialpolitische Studienreihe Band 19. Kinder und Jugendliche als pflegende Angehörige, 2015

GRUPPEN PFLEGENDER UND SORGENDER ANGEHÖRIGER

Quelle: Angehörigenpflege in Österreich, BMASGK, 2018



sozialministerium.at

Hausbesuche in der häuslichen Pflege

 **Bundesministerium**
Soziales, Gesundheit, Pflege
und Konsumentenschutz

Primärer Zweck der Hausbesuche im Rahmen der Qualitätssicherung ist es, bestmögliche Bedingungen für die häusliche Pflege zu schaffen und Betroffenen notwendige Unterstützung anzubieten. Dabei werden die konkrete Pflegesituation und Pflegequalität anhand eines standardisierten Situationsberichtes erfasst und ein Schwerpunkt auf Information und Beratung gesetzt.

Diplomierte Gesundheits- und Krankenpflegepersonen informieren und beraten u.a. zu:

- Praktischen Pflegetipps
- Versorgung mit Hilfsmitteln
- Sozialen Diensten
- Pflegegeld
- 24-Stunden-Betreuung

Die Hausbesuche sind **kostenlos** und können auf Wunsch vereinbart werden unter:

Kompetenzzentrum Qualitätssicherung in der häuslichen Pflege

Telefonnummer: **050 808 2087**

E-Mail: **wunschhausbesuch@svqspg.at**



VITARAAA!



Jetzt auch als
Strong Hybrid!

Der legendäre Suzuki VITARA begeistert durch seine lange Reichweite, langen Fahrspaß und eine besonders lange Liste an Sicherheitssystemen. Optional mit ALLGRIP 4x4 und als Strong Hybrid jetzt ab € 23.990,-¹⁾ bei Ihrem Händler. Mehr auf www.suzuki.at

Verbrauch „kombiniert“: 5,4–5,9 l/100 km, CO₂-Emission: 121–133 g/km²⁾

1) Unverbindlich empfohlener Richtpreis inkl. 20% MwSt. und NoVA sowie inkl. der Maximalbeträge für §6a NoVAG – Ökologisierungsgesetz. 2) WLTP-geprüft. Druckfehler, Änderungen und Irrtümer vorbehalten. Mehr Informationen auf www.suzuki.at oder bei Ihrem Suzuki Händler. Symbolfoto.



Auf sich selber nicht vergessen



Sabine Maunz

Fachbereichsleitung Pflege und Betreuung
Hilfswerk Österreich

Entlastung für pflegende Angehörige. Für Angehörige zu sorgen, kann eine erfüllende, aber auch eine sehr anspruchsvolle Aufgabe sein. Das Hilfswerk stellt seine diesjährige Jahresinitiative deshalb unter das Motto „Für die Liebsten sorgen, auf sich selber nicht vergessen“ und informiert Betroffene über Unterstützung und Entlastung.

HILFSWERK ANGBOTE FÜR PFLEGENDE UND SORGENDE ANGEHÖRIGE

Eine erste Übersicht über die Unterstützungs- und Entlastungsangebote des Hilfswerks für pflegende und sorgende Angehörige finden Sie auf Seite 7 in diesem Heft. Genauere Informationen über die Angebote des Hilfswerks in Ihrer Nähe erfahren Sie über unsere Servicehotline.

PFLEGEBERATUNG

Die Pflegeberatung hilft Ihnen, Ihre Situation zu ordnen und Antworten zu finden auf die Frage, was Sie alleine schaffen und wo Sie gegebenenfalls Unterstützung brauchen. Sie gibt einen Überblick über die verschiedenen Angebote und hilft herauszufinden, welches Angebot in Ihrer Situation für Sie passt. Die Pflegeberatung des Hilfswerks ist unverbindlich und je nach Situation und Bundesland sogar kostenlos. Melden Sie sich bei unserer Servicehotline für weitere Informationen oder einen Beratungstermin!



HILFSWERK PFLEGEKOMPASS

Wie pflegende Angehörige gut für ihre Liebsten sorgen und dabei auf sich selber nicht vergessen, erfahren Sie im Hilfswerk Pflegekompass. Bestellen Sie ihn jetzt kostenlos über unsere Servicehotline oder auf <https://www.hilfswerk.at/oesterreich/publikationen>



Der Pflegekompass steht auch online zur Verfügung unter www.pflegekompass.hilfswerk.at oder über diesen QR-Code.

„Es gibt viele Angebote und Möglichkeiten zur Unterstützung und Entlastung pflegender und sorgender Angehöriger. Wir helfen Ihnen gerne, das passende Angebot für sich zu finden. Wichtig ist, dass Sie nicht zögern, sich an uns zu wenden. Denn für Ihr Wohlbefinden ist es entscheidend, dass Sie neben der Fülle Ihrer Aufgaben die Möglichkeit haben, eigenen Interessen nachzugehen und soziale Kontakte zu pflegen.“

Die Hilfswerk Jahresinitiative wird unterstützt von unseren starken Partnern Erste Bank und Sparkasse, Wiener Städtische, bloom Hörakustik, Lotterien, Bundesministerium für Soziales, Gesundheit, Pflege und Konsumentenschutz, Publicare, Institut AllergoSan, B.Braun und Tena.





Unterstützung für pflegende Angehörige



DGKP Hermine Pobatschnig, MSc
Pflegedienstleiterin/Leiterin
Pflege.Betreuung.Beratung

M 0676/89 90 10 10
E hermine.pobatschnig@
hilfswerk.co.at

Mobile Pflege und Mobiles Sanitätshaus. Der Großteil der Betreuung und Pflege von Menschen in ihren eigenen vier Wänden wird von deren nächsten Angehörigen übernommen. Hier kommt es, zusätzlich zu oft schweren körperlichen Strapazen und den Sorgen um die finanzielle Situation, oft zu Erschöpfung durch die ständige Anwesenheit oder Erreichbarkeit.

Gerade hier ist eine unbürokratische und rasche Unterstützung zur Entlastung der pflegenden Angehörigen notwendig. So ist es möglich, durch stundenweise Betreuung der betroffenen Personen den pflegenden Angehörigen Luft und Raum zu geben, damit diese in dem Wissen, dass ihre Liebsten gut umsorgt sind, in Ruhe ihre Kraftreserven auffüllen können. Diese Betreuung kann individuell an die jeweilige Person angepasst werden, sodass nicht nur die pflegenden Angehörigen, sondern auch die zu Pflegenden in hohem Maße davon profitieren.

So kann gemeinsam gekocht oder ein Spaziergang unternommen, geredet oder Fotoalben angesehen, gelacht oder geschwiegen, gesungen oder gespielt werden. Natürlich können auch sämtliche Pflegetätigkeiten übernommen werden. Währenddessen können Angehörige in Ruhe Termine wahrnehmen oder einfach nur die Zeit für sich nutzen.

Eine wesentliche Bereicherung sowohl für die pflegenden Angehörigen als auch für die zu Versorgenden stellen diverse Hilfsmittel dar, die für betroffene Menschen nicht nur den Alltag erleichtern, sondern



auch die Selbstständigkeit fördern. Mobilitätshilfen wie Gehstöcke oder Rollatoren geben betroffenen Personen oft Sicherheit und Halt. Um das Duschen sicherer zu gestalten, gibt es in unserem Sanitätshaus spezielle Haltegriffe, Duschhocker, Anti-Rutsch-Matten oder auch Badewannenbretter zu erwerben. Unsere Mitarbeiter/innen können rasche, professionelle Beratung in ganz Kärnten durchführen, um die Betreuung für die Angehörigen zu Hause zu erleichtern.

Bei Fragen sind wir gerne für Sie da! ■



Ingrid Pegrin
Leiterin Mobiles Sanitätshaus

M 0676/8990 2002
E ingrid.pegryn@hilfswerk.co.at

Im Sanitätshaus des Hilfswerks finden Sie eine Vielzahl an Qualitätsprodukten, die die Pflege zu Hause erleichtern. Von Cremes bis hin zu Pflegebetten, liefert das Hilfswerk auf Wunsch kärntenweit alles direkt nach Hause.



Das Hilfswerk unterstützt pflegende Angehörige in vielen Bereichen.

Tipps für pflegende Angehörige

So meistern Sie den Alltag. Etwa 80 Prozent der pflegebedürftigen Menschen in Österreich werden zu Hause von Angehörigen versorgt. Wobei diese oft schwierige Aufgabe meistens von Frauen geleistet wird, die damit dem Wunsch des Pflegebedürftigen nachkommen.

Anfangs steht erst mal der Wunsch zu helfen, doch schon bald kollidiert die eigene Lebensgestaltung mit den Ansprüchen der Pflege. Das Organisieren eines vielschichtigen Pflegealltags, das Lösen von Problemen und ständig Entscheidungen treffen zu müssen, das kostet Kraft. Und dann noch die Mehrfachbelastung. Der Spagat zwischen Beruf, Familie, Partnerschaft und Pflege. So bleibt immer weniger Zeit für die Pflegenden selbst, für ihre Hobbys und sozialen Kontakte, so dass viele pflegende Angehörige mit der Zeit unter Vereinsamung leiden.

Selbstfürsorge ist der Schlüssel, um im Pflegealltag gesund und vital zu bleiben. Deshalb hier ein paar Anregungen, mit denen Sie sich selbst etwas Gutes tun können.

■ **Ausreichend Schlaf**

Guter Schlaf ist für die Regeneration besonders wichtig und damit für die Gesundheit.

■ **Ernährung**

Achten Sie auf eine ausgewogene Ernährung. Vorkochen und portionsweises Einfrieren kann helfen, wenn im Pflegealltag mal wieder die Zeit zum Kochen fehlt.

■ **Regelmäßige Pausen**

Diese müssen nicht lang sein, aber erlauben Sie sich zur Ruhe zu kommen. Vielleicht wenn der/die Pflegebedürftige schläft, z. B. in der Mittagszeit. Nutzen Sie diese Zeit als reine „Me-Time“!

■ **Bewegung**

Ein Spaziergang in der Natur oder ein wenig Sport tun Körper und Seele gut. Gerade beim Gehen kann man die Gedanken fließen lassen und so ein wenig abschalten!

■ **Hobbys**

Die meisten pflegenden Angehörigen haben keine Hobbys, da die Zeit einfach nicht ausreicht und man vielfach gar nicht mehr weiß, was einem gut tut. Dies gilt es herauszufinden! Vielleicht entspannt das Anhören eines Podcasts oder eines Hörbuchs mehr als fernzusehen? Vielleicht ist Lesen am Abend oder das Schreiben eines Tagebuchs genau das Richtige? Zeichnen, basteln, malen? Einfach ausprobieren.

■ **Soziale Kontakte**

Ein Treffen mit Freundinnen und Freunden bringt einen auf andere Gedanken sowie Freude und Abwechslung.

Machen Sie sich bewusst, dass jeder Mensch Zeit für sich, zum Erholen und Entspannen braucht. Keinem ist geholfen, wenn Sie selbst erkranken, deshalb achten Sie auf sich so wie auf Ihre/n Angehörige/n. ■

Hilfswerk Kärnten erhält Sonderpreis des Bundesministeriums

Staatspreis FAMILIE UND BERUF. Das Bundesministerium für Frauen, Familie, Integration und Medien zeichnet mit dem Staatspreis österreichische Unternehmen und Institutionen für besonders herausragende Leistungen im Bereich familienbewusster Personalpolitik aus.

Der Sonderpreis war im Rahmen des Staatspreises ein Projektwettbewerb zum Thema „Familienfreundliches Employer Branding in digitalem Recruiting und Personalmarketing“. Das Hilfswerk Kärnten konnte hier den 2. Platz belegen.

Mit der Recruiting-Kampagne „Wir passen zusammen! Das Hilfswerk und DU!“ und zahlreichen weiteren Maßnahmen, wie beispielsweise einer Mitarbeiter-App, konnte das Hilfswerk die Jury überzeugen. Besonderes Augenmerk wird beim Hilfswerk auch auf die Work-Life-Balance der Mitarbeiter/innen gelegt und so star-

tete ein Prozess, bei dem speziell das Management darauf geschult wird, auf diese in ihren Teams zu achten.

Hilfswerk-Präsidentin Elisabeth Scheucher-Pichler: „Ich bin sehr stolz darauf, dass wir diese Auszeichnung erhalten haben. Gerade in unserer Branche ist es sehr wichtig, den Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern ein gutes, gesundes Arbeitsumfeld zu bieten. Deshalb setzen wir auch immer wieder Maßnahmen und initiieren neue Projekte. Als aktuelles Beispiel sei hier die psychosoziale Entlastung durch Psychotherapeutinnen und -therapeuten für Mitarbeitende genannt. Besonders wichtig ist uns auch die Vereinbarkeit von Beruf und Familie, daher bieten wir unterschiedliche Anstellungs- und Zeitmodelle an.“ ■



Überreicht wurde der Sonderpreis von Bundesministerin Susanne Raab. Im Bild mit Hilfswerk-Kärnten-Präsidentin Elisabeth Scheucher-Pichler, Hilfswerk-Kärnten-Geschäftsführer Horst Krainz, Christian Havelka, Hilfswerk-Kärnten-Gesundheitsmanagement, und Elisabeth Wenzl, Geschäftsführerin der Familie & Beruf Management GmbH (v. l.)

Hilfswerk-Präsidentin einstimmig wiedergewählt

Generalversammlung. Nachdem Elisabeth Scheucher-Pichler als Vizepräsidentin des Hilfswerk Österreich wiedergewählt wurde, wurde sie auch als Hilfswerk-Kärnten-Präsidentin einstimmig von der Generalversammlung bestätigt. Damit steht sie das 26. Jahr in Folge dem Hilfswerk Kärnten ehrenamtlich vor.

Auch der Vorstand des Hilfswerks wurde wiedergewählt. Als Vizepräsident fungiert Rudolf Dörflinger. Lediglich Finanzvorständin Brigitta Prochazka zieht sich aus privaten Gründen aus ihrer Funktion zurück, bleibt aber als Finanz-

vorstand-Stellvertreterin im Amt. Ihr folgt Walter Zemrosser nach. Elisabeth Scheucher-Pichler: „Es ist mir ein großes Anliegen, der Geschäftsleitung und allen Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern des Hilfswerks meinen Dank auszusprechen, die täglich Großartiges leisten.“ ■



Der Hilfswerk-Kärnten-Vorstand mit Elisabeth Scheucher-Pichler als Präsidentin an der Spitze. Im Bild v.l.: Brigitta Prochazka, Andrea Biró-Unzeitig, Walter Zemrosser, Elisabeth Scheucher-Pichler, Susanne Hager und Rudolf Dörflinger



Miteinander leben. Voneinander lernen.

Im Hilfswerk Kärnten GenerationenTreff gibt es ein abwechslungsreiches Herbstprogramm



Aktiv in jedem Alter im GenerationenTreff mit

- Yoga sanft
- NDC FIT Tanzklassen mit René Puglnig
- BaBoom!® – Tanzen für jedes Alter, ohne Partner/in
- Tanzen bringt dich in Schwung!
- „Kindervolkstanzgruppe Klagenfurt“ im Hilfswerk GenerationenTreff
- Mode ist kein Diktat – Exklusiver Nähkurs mit Andrea-m
- „Kumm setz ma uns zsamm und ratsch ma a bissl“
- HULA HOOP / HOOP DANCE und Fitness für Anfänger/innen
- HULA HOOP / HOOP DANCE und Fitness für Fortgeschrittene
- Happy Painting! – Basiskurse
- Eigene Homepage erstellen

Rufen Sie uns an und informieren Sie sich:
Mäggie Jeschofnik | M 0676 8990 1139

Das gesamte
Programm finden
Sie auf unserer
Homepage unter
www.hilfswerk-ktn.at

Hilfswerk Kärnten GenerationenTreff

Pischeldorfer Straße 53 | 9020 Klagenfurt am Wörthersee

www.hilfswerk-ktn.at

Dies und das im Hilfswerk

TATKRÄFTIGE UNTERSTÜTZUNG

Tief in die Farbtöpfe haben die Lehrlinge und ihre Betreuer von KMF Maschinenfabriken sowie Springer Maschinenfabrik aus Friesach gegriffen, als sie die Außenmauer in der KinderStadt Klagenfurt gemeinsam verschönert haben. In der Hilfswerk-Tagesstätte für Menschen mit Behinderung in Völkermarkt packten wiederum die Mitarbeiter/innen der Stadt Klagenfurt kräftig zu und bauten ein Hochbeet, das dann auch noch gemeinsam bepflanzt wurde. Das Stadtgartenamt Klagenfurt hatte dazu alles perfekt vorbereitet. Das Hilfswerk Kärnten bedankt sich bei allen Helferinnen und Helfern ganz herzlich!

Initiative „Verantwortung zeigen“



Ardita Luci mit Landesrat Sebastian Schuschnig, Landeshauptmann-Stellvertreterin Beate Prettnner, Landeshauptmann Peter Kaiser und Landesrat Daniel Fellner (v.l.).

LEBENSRETTERIN

Hilfswerk-Kärnten Mitarbeiterin Ardita Luci erhielt vom Land Kärnten das Ehrenkreuz für Lebensrettung verliehen. Durch ihr beherztes Eingreifen konnte ein Mann vor einer drohenden Rauchgasvergiftung gerettet werden. Das Hilfswerk Kärnten ist sehr stolz auf Ardita Luci und gratuliert herzlich!



LANDWIRTSCHAFTLICHE FACHSCHULE BUCHHOF

Verleihung des LFS Facharbeiterbriefes, des FCKJ Zertifikates und der ersten Heimhilfen-Zeugnisse! Das Hilfswerk gratuliert zu den hervorragenden Leistungen und bedankt sich für die gute Zusammenarbeit!

Tag der offenen Tür im Hilfswerk Kärnten!

Neuer Standort. Endlich war es so weit und das neue Gebäude konnte feierlich eröffnet werden. Das stetige Wachstum des Hilfswerk Kärnten machte es notwendig, sich um einen neuen Verwaltungsstandort zu bemühen.

Als man 1999 in die 8.-Mai-Straße in Klagenfurt einzog, hatte das Hilfswerk nur rund 80 Mitarbeiter/innen, heute sind es in allen Berufsgruppen in ganz Kärnten rund 950 Mitarbeiter/innen.

Im Juli präsentierte man den neuen Standort Kooperationspartnern und Gästen des öffentlichen Lebens sowie Wirtschaftsvertretern. Hilfswerk-Österreich-Präsident Othmar Karas, der eigens aus Wien angereist war, strich den notwendigen Zusammenhalt von Politik, Wirtschaft und Gesellschaft hervor, um die großen Herausforderungen in Zukunft meistern zu können. Den Segen für die neue Hilfswerk-Zentrale gab es von Bischof Josef Marketz.

Am neuen Standort in der Waidmannsdorfer Straße 191 befinden sich nun das Management des Hilfswerks und der LSB-Netzwerkgruppe, die Administration für das Hilfswerk und für die LSB-Netzwerkgruppe sowie die Hilfswerk-Bezirksstelle Klagenfurt/Klagenfurt-Land.

Am Standort in der Innenstadt, 8.-Mai-Straße 47, verblieben sind das Sozialservice, das Sanitätshaus, die HWK Reisewelt, die Psychotherapie-Praxen und die schulische Freizeitbetreuung.





1 Zur **FEIERLICHEN ERÖFFNUNG**

konnte Hilfswerk-Kärnten-Präsidentin Elisabeth Scheucher-Pichler (6.v.l.) zahlreiche Gäste aus Politik, Wirtschaft und öffentlichem Leben begrüßen. Auch Hilfswerk-Österreich-Präsident Othmar Karas (7.v.l.) reiste aus Wien an.

2 **DIE SEGNUNG** der neuen Hilfswerk-Zentrale erfolgte durch Bischof Josef Marketz.

3 Mit der Stadt Klagenfurt verbindet das Hilfswerk eine **JAHRELANGE GUTE ZUSAMMENARBEIT**. Von der Kinderstadt zu betreubarem Wohnen gibt es zahlreiche Projekte, um den Menschen eine gute Lebensqualität zu sichern. Im Bild: Hilfswerk-Kärnten-Präsidentin Elisabeth Scheucher-Pichler mit Bürgermeister Christian Scheider (r.) und Vizebürgermeister Philipp Liesnig.





**TAG DER OFFENEN TÜR,
VERNISSAGE UND
MITARBEITER/INNEN-FEST**

Das Hilfswerk Kärnten wird auch immer wieder von bekannten Künstlerinnen und Künstlern unterstützt. Beim Tag der offenen Tür hatte man die Möglichkeit, außergewöhnliche Werke von Manfred Bockelmann, Klaus Brandner, Anita Kirchbaumer und Werner Wultsch zu sehen. Ein großes Danke den Kunstschaffenden dafür!

Zum Abschluss des Tages gab es ein Fest zu Ehren der Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter. Hilfswerk-Präsidentin Elisabeth Scheucher-Pichler: „Es ist ein Dankeschön für die großartige Leistung, die unsere Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter in allen Bereichen leisten. Ohne diese wäre das Hilfswerk nicht das, was es ist!“ ■



Bürgermeister Christian Scheider
(2. v. r.) war auch zu Gast beim
Mitarbeiter/innen-Fest.





**TAG DER
OFFENEN TÜR
MITARBEITER-
FEST**



BESUCHEN SIE UNSER **BÜRO IDEEN ZENTRUM**



Bisamberg-Korneuburg

blaha[®]
OFFICE
WWW.BLAHA.CO.AT



Überzeugend einfaches Blutdruckmessen

boso-medicus uno ist ein besonders einfaches und verlässliches vollautomatisches Oberarmblutdruckmessgerät der neuesten Generation. Es lässt sich mit nur einem Knopfdruck bedienen. Die intelligente Aufpumptechnik 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

**BOSCH
+SOHN** **boso**

WIR MACHEN DAS LEBEN LEICHTER!

publicare
Einfach mehr Lebensqualität.

WIE BEKOMME ICH MEINE BENÖTIGTEN MEDIZINPRODUKTE RECHTZEITIG UND OHNE DEN MÜHSAMEN WEG IN DIE FILIALE?

EINFACH UND UNKOMPLIZIERT MIT PUBLICARE!

Sie erhalten von Publicare medizinische Hilfsmittel zur STOMA- und WUNDVERSORGUNG sowie für die ableitende INKONTINENZVERSORGUNG – herstellerneutral und beispiellos in Sachen Service und Logistik.

IHRE VORTEILE

- Portofreie Lieferung innerhalb von 24 Stunden
- Neutrale und diskrete Verpackung
- Abrechnung direkt mit den Krankenkassen

WIR UNTERSTÜTZEN SIE GERNE

Verordnungsschein oder Rezept einfach per Fax, Email oder per Post an Publicare senden. Die Originaldokumente werden im vorfrankierten Antwortkuvert auf dem Postweg nachgesendet. Eine etwaige chefarztliche Genehmigung holen bei Bedarf die Publicare-Mitarbeiter ein.

DAMIT SIE SICH AUF DIE WIRKLICH WICHTIGEN DINGE IM LEBEN KONZENTRIEREN KÖNNEN.

publicare gmbh
a-4061 pasching
an der trauner kreuzung 1
tel. +43 7229 - 70 560, fax dw 60
info@publicare.at

www.publicare.at

NÖ LANDESAUSSTELLUNG

26. 03. – 13. 11. 2022

SCHLOSS MARCHEGG

MARCHFELD Geheimnisse

Mensch. Kultur. Natur.

Bezahlte Anzeige
im Auftrag des Landes Niederösterreich



EVN

HYPO NOE

NV Die Niederösterreichische Versicherung

Raiffeisen Niederösterreich

noe-landesausstellung.at

KULTUR NIEDERÖSTERREICH

HILFSWERK HOTLINE FÜR ELTERN UND ERZIEHENDE



Anhaltende Pandemie, Ukraine-Krieg, steigende Preise, persönliche Sorgen und Ängste: Das kann Familien belasten. Bei der Hilfswerk Hotline für Eltern und Erziehende finden Sie sachkundige Beratung und Unterstützung – anonym, kostenfrei und unbürokratisch!

Rufen Sie uns an! Am besten gleich heute: 0800 640 680

(Mo–Do von 9 bis 16 Uhr, Fr von 8 bis 12 Uhr; gebührenfrei aus ganz Österreich). Die Hotline wird aus Mitteln des Bundesministeriums für Soziales, Gesundheit, Pflege und Konsumentenschutz gefördert. Weitere Informationen unter <http://coronahilfe.kinderjugendlichefamilien.hilfswerk.at>

Nachbar in Not • Die Presse - Österreicher des Jahres - Kategorie Humanitäres Engagement • Lotterien Tag im Kunsthistorischen Museum mit Extradurchführungen in Gebärdensprache • Lotterien Tag im Naturhistorischen Museum mit sprachsensiblen Führungen für Kinder aus einem benachteiligten Umfeld • Licht ins Dunkel • Tiergarten Schönbrunn • Österreichische Bergrettung • Hospiz Österreich • Lotterien Tag im Belvedere mit einer Führung für Sehbehinderte und Demenzkranke • Lotterien Tag im Joanneum Graz mit dem inklusivem Projekt „Museum für alle“ • Lotterien Tag in der Josefstadt • Lotterien Tag im Kunsthaus Wien mit Führungen in Gebärdensprache • Lotterien Tag beim Wiener Kabarettfestival mit Vergabe von VIP Tickets an die Caritas Frauenhäuser • Wien Work - integrative Betriebe • Ein Funken Wärme - Heizkostenunterstützung für Menschen in schwieriger Situation • Exoskelett Bewegungshilfe für gehbehinderte Menschen • Lotterien Tag im MuseumsQuartier • Weltrotkreuztag • IMBA - Forschung Spielsucht • Lotterien Tag im Technischen Museum mit Führungen in Gebärdensprache • Lotterien Tag im Wiener Lustspielhaus mit Ticketvergabe ans Neunerhaus • Neunerhaus - Wohnhaus für Obdachlose • Special Olympics Österreich • Verein Down-Syndrom Österreich • Lichtblickhof e.motion Kinderhospiz - Unterstützung von Familien bei traumatischen Erlebnissen • Nationalpark Hohe Tauern - Projekt barrierefreie Nationalpark-Themenwege im Kaiser Klödnitztal • Debra - Patientenorganisation für an Epidermolysis bullosa Erkrankte („Schmetterlingskinder“) • Red Noses Clowndoctors • Auftakt - betreut Menschen mit Behinderungen beim Wohnen und in der Freizeit • Homeless Worldcup der Caritas Steiermark - die soziale Straßenfußball-Weltmeisterschaft • Sturm Graz - Special Blackies • Literaturpreis Ohrenschmaus - fördert das Schreiben von lernbehinderten AutorInnen mit Schreiftalent • Simultania Kunstpreis des Hilfswerks Steiermark • Coca Cola Inclusion Run zugunsten Special Olympics • Club NO - Turnier zur Unterstützung von Menschen in schwierigen Lebenssituationen • Marianne Hengli/Verein RollOn Austria für Menschen mit Behinderung • Caritas Haus Immanuel meets Märchensommer Niederösterreich • Verein Rainbows - Betreuung von Kinder und Jugendlichen in schwierigen Lebenssituationen • Verein Rainbows Niederösterreich - Benefizveranstaltung • Verein Pilgrim - betreut Menschen mit Behinderung in deren Freizeit • ArbeiterSamariterBund Alkoven - Krankentransport, Rettungsdienst, Hilfeleistungen • Benefizkonzert zugunsten der Kinderburg Rappottenstein • Salzburger Gehörlosvereine • Vienna Charity Run/Austria Charity Run zugunsten Sterntalerhof • Ghost Run zugunsten PH Austria - Initiative Lungenhochdruck • Wiener Tafel • Sozialmärkte SOMA+ Caritas • Lebenshilfe Inklusionspreis + Förderpreis • Lotterien Tag in Parndorf • Tafel-Ball Inklusionsveranstaltung • Charity „Laufen hilft“ zugunsten St. Anna Kinderspital und Neunerhaus • LOK Verein Leben ohne Krankenhaus • Wiener Zoolauf zugunsten PH Austria - Initiative Lungenhochdruck • Lotterien Tag im Museum Kärnten • NO Berg- und Naturwacht • Österreichische Kinderhilfe • Österreichische Seniorenhilfe • Österreichische Sporthilfe • Sporthilfe/Sportler mit Herz • Sporthilfe/Millionenshow • Österreichisches Olympisches Comité • Österreichisches Paralympisches Committee • Österreichisches Paralympisches Committee-Talent Days 2022 • Caritas Haus Immanuel • Diakonie Österreich/Gartenhof de la Tour • Theater Delphin-Verein zur Förderung von integrativer Kunst, Kreativität und Kommunikation • Forschungsverein Lungenhochdruck • Soziale Projekte Steiermark • Caritas Socialis Hospiz Rennweg • Österreichischer Seniorenbund • Hilfswerk Österreich • Österreichische Volkshilfe • Pensionistenverband Österreich • s Häferl der Diakonie Wien • SOMA Märkte Österreich • Caritas - Le + O Lager und Sammlung • Nachbar in Not • Die Presse - Österreicher des Jahres - Kategorie Humanitäres Engagement • Lotterien Tag im Kunsthistorischen Museum mit Extradurchführungen in Gebärdensprache • Lotterien Tag im Naturhistorischen Museum mit sprachsensiblen Führungen für Kinder aus einem benachteiligten Umfeld • Licht ins Dunkel • Tiergarten Schönbrunn • Österreichische Bergrettung • Hospiz Österreich • Lotterien Tag im Belvedere mit einer Führung für Sehbehinderte und Demenzkranke • Lotterien Tag im Joanneum Graz mit dem inklusivem Projekt „Museum für alle“ • Lotterien Tag in der Josefstadt • Lotterien Tag im Kunsthaus Wien mit Führungen in Gebärdensprache • Lotterien Tag beim Wiener Kabarettfestival mit Vergabe von VIP Tickets an die Caritas Frauenhäuser • Wien Work - integrative Betriebe • Ein Funken Wärme - Heizkostenunterstützung für Menschen in schwieriger Situation • Exoskelett Bewegungshilfe für gehbehinderte Menschen • Lotterien Tag im MuseumsQuartier • Weltrotkreuztag • IMBA - Forschung Spielsucht • Lotterien Tag im Technischen Museum mit Führungen in Gebärdensprache • Lotterien Tag im Wiener Lustspielhaus mit Ticketvergabe ans Neunerhaus • Neunerhaus - Wohnhaus für Obdachlose • Special Olympics Österreich • Verein Down-Syndrom Österreich • Lichtblickhof e.motion Kinderhospiz - Unterstützung von Familien bei traumatischen Erlebnissen • Nationalpark Hohe Tauern - Projekt barrierefreie Nationalpark-Themenwege im Kaiser Klödnitztal • Debra - Patientenorganisation für an Epidermolysis bullosa Erkrankte („Schmetterlingskinder“) • Red Noses Clowndoctors • Auftakt - betreut Menschen mit Behinderungen beim Wohnen und in der Freizeit • Homeless Worldcup der Caritas Steiermark - die soziale Straßenfußball-Weltmeisterschaft • Sturm Graz - Special Blackies • Literaturpreis Ohrenschmaus - fördert das Schreiben von lernbehinderten AutorInnen mit Schreiftalent • Simultania Kunstpreis des Hilfswerks Steiermark • Coca Cola Inclusion Run zugunsten Special Olympics • Club NO - Turnier zur Unterstützung von Menschen in schwierigen Lebenssituationen • Marianne Hengli/Verein RollOn Austria für Menschen mit Behinderung • Caritas Haus Immanuel meets Märchensommer Niederösterreich • Verein Rainbows - Betreuung von Kinder und Jugendlichen in schwierigen Lebenssituationen • Verein Pilgrim - betreut Menschen mit Behinderung in deren Freizeit • ArbeiterSamariterBund Alkoven - Krankentransport, Rettungsdienst, Hilfeleistungen • Benefizkonzert zugunsten der Kinderburg Rappottenstein • Salzburger Gehörlosvereine • Vienna Charity Run/Austria Charity Run zugunsten Sterntalerhof • Ghost Run zugunsten PH Austria - Initiative Lungenhochdruck • Wiener Tafel • Sozialmärkte SOMA+ Caritas • Lebenshilfe Inklusionspreis + Förderpreis • Lotterien Tag in Parndorf • Tafel-Ball Inklusionsveranstaltung • Charity „Laufen hilft“ zugunsten St. Anna Kinderspital und Neunerhaus • LOK Verein Leben ohne Krankenhaus • Wiener Zoolauf zugunsten PH Austria - Initiative Lungenhochdruck • Lotterien Tag im Museum Kärnten • NO Berg- und Naturwacht • Österreichische Kinderhilfe • Österreichische Seniorenhilfe • Österreichische Sporthilfe • Sporthilfe/Sportler mit Herz • Sporthilfe/Millionenshow • Österreichisches Olympisches Comité • Österreichisches Paralympisches Committee • Österreichisches Paralympisches Committee-Talent Days 2022 • Caritas Haus Immanuel • Diakonie Österreich/Gartenhof de la Tour • Theater Delphin-Verein zur Förderung von integrativer Kunst, Kreativität und Kommunikation •

DEM GLÜCK EINE CHANCE GEBEN



„Glücksspiel mit Verantwortung“ ist Leitgedanke für alle unsere wirtschaftlichen Aktivitäten. Die gesellschaftliche Verantwortung der Österreichischen Lotterien geht daher weit über den Spielerschutz hinaus. Das Engagement im humanitären und sozialen Bereich ist im Unternehmen von Beginn an fest verankert. So unterstützen wir in Österreich auch zahlreiche Institutionen im sozialen und gemeinnützigen Bereich. Von Caritas bis Hilfswerk Österreich, von Frauenhäusern bis Rotes Kreuz. Keine andere Unternehmensgruppe in Österreich verfügt über ein derartig vielfältiges und breites Unterstützungsprogramm. Damit alle etwas vom Glück haben.

giantnerundenz

Rund um die Uhr gut betreut: Was heißt das?

Da steht sie schon und wartet: Maria Kainz, Diplomierte Gesundheits- und Krankenpflegerin und Regionsverantwortliche der Hilfswerk 24-Stunden-Betreuung. Sie nimmt mich heute mit auf Kundenbesuch, denn: Ich will wissen, welche Aufgaben eine Regionsverantwortliche hat, und das erfahre ich am besten, indem ich sie bei ihrer Arbeit begleite.



Pudel Sky
Familienmitglied

Haustiere sind oft ein wichtiger Grund dafür, dass Menschen trotz Pflegebedarfs weiterhin zu Hause wohnen möchten.

Maria Kainz
Regionsverantwortliche Hilfswerk
24-Stunden-Betreuung

„Unsere Kundinnen und Kunden dürfen darauf vertrauen, dass die Betreuung auch dann gewährleistet ist, wenn eine Betreuungskraft ausfällt.“

VERTRAUEN AUFS HILFSWERK

„Meine Arbeit erfordert viel Spontaneität“, erzählt mir Maria unterwegs. Sie sitzt neben mir in ihrem gelb-weißen Hilfswerk-Dienstauto am Steuer und blickt konzentriert auf die Straße. „Der Betreuungsbedarf einer Kundin oder eines Kunden kann sich sehr schnell ändern. Dann müssen wir flexibel reagieren und die Versorgung zeitnah anpassen.“ Was das genau heißt, erlebe ich nur Minuten später, als wir bei der ersten Kundin vorbeifahren, der 91-jährigen Frau B., mit Personenbetreuerin M.* und Pudel Sky. Wir erfahren, dass sich Frau B.'s Tochter tags zuvor verletzt hat. Das ist schmerzhaft und denkbar ungünstig noch dazu: Nächste Woche wollten Mutter und Tochter gemeinsam für zwei Wochen auf Urlaub, während die Betreuerin ihrem Turnus gemäß für 14 Tage nach Hause fährt. Für Maria Kainz heißt das: schnell den Bedarf nach einer Ersatzbetreuerin weitermelden, welche die kommenden 14 Tage abdeckt. Denn:

Maria Kainz, Regionsverantwortliche Hilfswerk 24-Stunden-Betreuung, braucht in ihrem Alltag viel Spontaneität.



„Unsere Kundinnen und Kunden dürfen darauf vertrauen, dass die Betreuung auch dann gewährleistet ist, wenn sich die Situation – wie in diesem Fall – plötzlich ändert oder eine Betreuungskraft ausfällt. Dafür stehen wir als qualitätszertifizierte Agentur der 24-Stunden-Betreuung ein.“

GEPRÜFT UND AUSGEZEICHNET

Die Hilfswerk 24-Stunden-Betreuung ist mit dem Österreichischen Qualitätszertifikat in der 24-Stunden-Betreuung ÖQZ ausgezeichnet. Agenturen, die dieses Label tragen, verpflichten sich freiwillig, bestimmte Qualitätsmerkmale einzuhalten. Dazu gehört beispielsweise, dass sie nur Betreuungskräfte mit entsprechender Ausbildung vermitteln, neue Kundinnen und Kunden umfassend und sorgfältig beraten und die Verträge transparent gestalten. Oder regelmäßige qualitätssichernde Hausbesuche durch ausgebildete Pflegefachkräfte, wie der heutige bei Frau B. und Betreuerin M. „Diese



ÖQZ 24

Vermittlungsagenturen mit dem Österreichischen Qualitätszertifikat in der 24-Stunden-Betreuung (ÖQZ) überprüfen die fachlichen Kenntnisse der Betreuungskräfte und sorgen für Ersatz, wenn jemand ausfällt. Diplomierte Fachkräfte wie Maria Kainz gewährleisten durch regelmäßige Hausbesuche, dass die Qualitätskriterien eingehalten werden, und stehen bei Problemen und Fragen als Ansprechpersonen zur Verfügung.

Weitere Informationen:
<https://oeqz.at/>



Visiten führen wir Regionsverantwortlichen alle sechs bis acht Wochen durch, in der Regel spontan und unangemeldet. Nur so können wir uns ein gutes Bild der Gesamtsituation verschaffen: Wie es der Kundin oder dem Kunden, aber auch der Betreuungskraft geht und ob der Haushalt in Ordnung ist.“

BERATUNG, ANLEITUNG, SICHERHEIT

Frau B. geht es gut. Sie sei kein Pflegefall, betont sie, sie gehe noch jeden Tag spazieren. Seit einem Sturz im letzten Herbst sei es aber sicherer, wenn immer jemand da ist. Mit Betreuerin M. fühlt sich die betagte Frau offensichtlich wohl. Sie gerät ins Schwärmen: M. sei offen und kommunikativ, genau wie sie selbst. „Wir sind ein Dreamteam.“ Auch M. fühlt sich wohl bei Frau B., ja sogar fast ein bisschen wie zu Hause. Das war nicht immer so: Vor Frau B. hat die erfahrene Personenbetreuerin Kunden betreut, deren Versorgung sehr

herausfordernd war. Menschen mit demenzieller Beeinträchtigung etwa oder mit Inkontinenz. „Da war ich sehr froh, dass es Frau Kainz gibt. Sie hat mich gut beraten und mir zum Beispiel Handgriffe gezeigt, die mir den Alltag sehr erleichtert haben.“ Zu wissen, dass sie sich jederzeit an die Regionsverantwortliche wenden könne, habe ihr damals sehr geholfen.

Ein qualitätssichernder Hausbesuch dauert meistens eine halbe Stunde. „Je nach Erfahrung und Kenntnissen der Betreuungskraft können aber auch mal eineinhalb Stunden daraus werden“, erläutert Maria auf dem Weg zum nächsten Kunden. „Aber das ist nicht so wichtig. Wichtig ist einzig, dass alle Beteiligten gut zurechtkommen mit der Situation und ein Gefühl der Sicherheit verspüren. Die Kundin oder der Kunde genauso wie die Betreuungskraft und die Angehörigen.“ ■

* Namen der Redaktion bekannt

GUT ZU WISSEN

HILFSWERK 24-STUNDEN-BETREUUNG

- Österreichische Agentur mit ÖQZ-Zertifikat
- Deutschsprachige Betreuungskräfte mit heimhilfeähnlicher Ausbildung (mind. 200 Stunden)
- Langzeitbetreuung zur dauerhaften Unterstützung
- Kurzzeitbetreuung als Übergangslösung und zur Überbrückung in Ausnahmesituationen

www.24stunden.hilfswerk.at
24stunden@hilfswerk.at
0810 820 024 (Ortstarif; Mo–Do:
 8 bis 16 Uhr, Fr: 8 bis 14 Uhr)



HARNKATHETERPFLEGE

MIT URO-TAINER® SUBY G

Die Blasenspülung mit Zitronensäure gewährleistet den optimalen Abfluss des Harns und verhindert Krustenbildung im Katheter. Rasch und steril anwendbar – einfach 5 Minuten einwirken lassen!

Uro-Tainer® Suby G ist mit fachärztlicher Verordnung erstattungsfähig!

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

B. Braun Austria GmbH | 2344 Maria Enzersdorf | Tel. +43 2236 46541-0 | Fax +43 2236 46541-177 | bbraun.austria@bbraun.com
www.bbraun.at | www.facebook.com/bbraun.at | www.instagram.com/bbraun_at | www.youtube.com/watch?v=www.bbraun.info/youtube | www.bbraun.info



Aktiv durchs Leben

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

Bis 31.12.2022:
**€ 2,-
Gutschein**
auf OMNi-BiOTiC®
Aktiv (60 g)*
Art.-Nr.: 84903



www.omni-biotic.com



Bundespräsident Van der Bellen auf dem Rundgang durch den Sozialmarkt



Ein Selfie mit dem Bundespräsidenten

Es ist noch früh am Morgen. Vor dem Sozialmarkt des Wiener Hilfswerks warten die Kundinnen und Kunden auf Einlass. Sie sind geduldig, viele kennen sich, alles ist ruhig und entspannt. Aber nicht mehr lange!

HOHER BESUCH

Wie aus dem Nichts fährt ein schwarzer Kleinbus vor, die Scheiben getönt. Ein zweiter Wagen folgt dicht, Security-Männer steigen aus und beziehen Position. Fragende Gesichter bei den Wartenden, dann endlich die Antwort: Kein Geringerer als Bundespräsident Van der Bellen steigt aus! Er kommt zu Besuch, um sich ein Bild davon zu machen, ob die Folgen von Corona-Pandemie, Inflation und des Kriegs in der Ukraine in den Sozialmärkten spürbar sind.

VERSTÄRKTER ZULAUF

Das sind sie, und zwar deutlich: „Die Teuerung und der Krieg in der Ukraine haben zu einem verstärkten Zulauf zu unseren Sozialmärkten geführt“, erklärt Peter Kohls, Einrichtungsleiter, auf dem Rundgang durch den Markt. „Unter der österreichischen Bevölkerung verzeichnen wir im Vergleich zum Vorjahr 5 % mehr Neuanmeldungen, Menschen aus der Ukraine machen bereits 15 % unserer Kundschaft aus.“ Im Sozialmarkt bezieht diese Lebensmittel, Hygieneartikel und Haushaltswaren um mindestens 50 %, oft sogar bis zu

90 % günstiger als auf dem regulären Markt. Dafür ist die Auswahl eingeschränkt: Sie stammt aus Spenden des Großhandels. Waren kurz vor Ablaufdatum oder Aktionswaren, die nach Ablauf der Aktion im Handel nicht mehr verkauft werden – zum Beispiel. „Auch für die Haustiere ist gesorgt“, stellt der Bundespräsident, selbst Hundehalter, erfreut fest, als er in den

Regalen Tierfutter erblickt. Später tauscht er sich angeregt mit den Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern aus, hört ihren Ausführungen aufmerksam zu und nimmt sich viel Zeit für Selfies mit ihnen und den anwesenden Kundinnen und Kunden. Ein Bundespräsident weiß eben, wie er den Menschen ein Strahlen ins Gesicht zaubert. ■



WISSEN

DIE HILFSWERK SOZIALMÄRKTE (SOMA)

- Die Sozialmärkte des Wiener Hilfswerks bieten Menschen mit niedrigem Einkommen eine günstige Einkaufsmöglichkeit. Einkaufsberechtigt sind Menschen, die ihren Hauptwohnsitz in Wien haben und ein gewisses Einkommen nicht überschreiten. Mehr dazu unter <http://www.wiener.hilfswerk.at/sozialmarkt>

- Das Sortiment hängt von der eingehenden Ware ab und umfasst Grundnahrungsmittel, Hygieneartikel sowie Haushaltswaren (keine Tabakwaren und alkoholischen Getränke).

- Im Rahmen einer Kooperation mit dem AMS finden langzeitarbeitslose Menschen in den SOMA vorübergehend eine Anstellung. Sie sind für 6 Monate angestellt, erhalten ein Job- und Bewerbungskoaching sowie Beratung in vielerlei Lebensfragen.



Rätsel für Jung und Alt

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

Ja, ich möchte ein Exemplar „Die Weisheit der Demenz“ gewinnen.

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

Vorname:

Name:

Straße/Hausnr:

PLZ/Ort:

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

Unsere Rätselseite von Mag. Martin Oberbauer, Psychologe und Gedächtnistrainer. Finden Sie die Lösung und gewinnen Sie ein Exemplar von „Die Weisheit der Demenz“ von Hildegard Nachum.

1 LAND DER ÄCKER

Wie oft finden Sie das Wort ACKER diagonal (in alle vier Richtungen) in der folgenden Buchstabensuppe?

A K C E A E K C A R
K C A C A R E C R E
E A K C R C E E R K
R E K E A K K R A
R E C C R C A E C A
R K K E A E K C R A
A E K C A C K E A R
R C K C A K K C R E
A E K C K C C E A A
R E K E A A R A R K

2 ACKERBAU

Ein Bauer beginnt mit der Maisernte auf einem rechteckigen Feld von 65 Meter mal 42 Meter. Er rechnet damit, dass er pro Quadratmeter 1,2 kg Mais ernten wird und dass er pro Tonne Mais 200 Euro erhält. Wie viel würde er dann an der Ernte dieses Feldes verdienen?

3 VON FELDERN Finden Sie die Lösungsworte?

- a. B + [Felder] = [bestimmter Handwerker]
- b. B + [erhabene Gedichtform] + N = [oberster Teil der Erdkruste]
- c. P + [luftige Fortbewegungen] = [bestimmte bäuerl. Geräte]
- d. SC + [schneebringende Märchenfigur] = [umgebrochene Erde]
- e. PF + [Stichwaffe] = [im Ackerboden Verwurzeltes]
- f. K + [Zuckerrohrschnaps] + E = [oberste Bodenschicht]

AUFLÖSUNG AUS DEM LETZTEN HEFT

1. Land am Strome Lösungen sind z. B. Donauufer, -delta, -strom, -auen, -schiffahrt, -dampfer, -länder, -turm, -brücke, -quelle, -schleuse, -radweg.
2. Länder am Strome Die richtige Reihenfolge lautet: 1 Deutschland, 2 Österreich, 3 Slowakei, 4 Ungarn, 5 Kroatien, 6 Serbien, 7 Rumänien, 8 Bulgarien, 9 Republik Moldau, 10 Ukraine.
3. An der schönen blauen Donau Der 10. März 1867 war ein Sonntag.

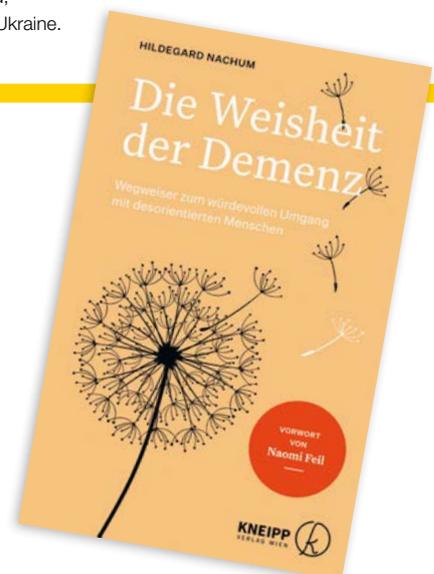
BUCHTIPP: DIE WEISHEIT DER DEMENZ

Hildegard Nachum erzählt wahre, berührende, tragische und komische Geschichten aus dem „Universum Demenz“ und ordnet das zuweilen irritierende Verhalten von Menschen mit demenzieller Beeinträchtigung ein.

Das Buch hilft Leserinnen und Lesern, die Welt aus dem Blick der älteren Generation zu sehen und die Landkarte

des Vergessens lesen zu lernen. Nachum ist Politik- und Kommunikationswissenschaftlerin und seit vielen Jahren gefragte Referentin in der Ausbildung geriatrischer Pflegekräfte.

Hildegard Nachum
Die Weisheit der Demenz
ISBN 978-3-7088-0815-4
Kneipp Verlag Wien, 2022





Lile Pilpani mit einem ihrer Kunden, der dank Hilfswerk International zu Hause betreut wird.



Ich lebe meinen Traum

House of Support. Lile arbeitet als Pflegekraft in Georgien und hilft gleichzeitig anderen und sich selbst.

Ich komme aus Dmanisi, einem kleinen Dorf in Georgien. Es herrscht extreme Armut, viele Junge haben das Dorf verlassen, um die Älteren kümmert sich kaum jemand. Sie sind einsam und auf sich allein gestellt mit ihren gesundheitlichen Problemen und täglichen Erledigungen wie dem Gang zur Apotheke oder in den Supermarkt. Ich hatte immer schon den Drang, ihnen zu helfen.

Durch das Projekt „House of Support“ des Hilfswerk International ist mein Traum wahr geworden: Ich habe die anspruchsvolle Einschulung durch eine erfahrene Hilfswerk-Pflegekraft absolviert und begleite seit 2001 einsame ältere Menschen als mobile Pflegerin. Meine Aufgabe ist, sie dabei zu unterstützen, ihre gesundheitlichen

und alltäglichen Schwierigkeiten zu überwinden. Dadurch ermögliche ich ihnen würdevolles Altern im eigenen Heim. Dank dem Hilfswerk-Projekt erhalten sie individuelle sowie professionelle Betreuung und gleichzeitig eine zweite Familie, nämlich die mobilen Pflegerinnen. Trotz der widrigen Umstände in meinem Land lebe ich heute meinen Traum als mobile Altenpflegerin. Ich helfe nicht nur anderen Menschen, ich kann mit meinem Einkommen auch für mich und meine Familie sorgen.“

Lile Pilpani, 33

HAND IN HAND VON ÖSTERREICH BIS GEORGIEN

Die Menschen in Georgien und Bosnien und Herzegowina werden immer älter. Die jüngeren Generationen wandern in der Hoffnung auf eine

bessere Zukunft aus ihren Heimatdörfern ab. Ältere Menschen bleiben allein und ohne Unterstützung zurück. Staatliche Strukturen für Pflege und Betreuung gibt es kaum. Es fehlt an einheitlichen Pflegestandards, und oft ist das Pflegepersonal nicht ausreichend qualifiziert. Ein „Altern in Würde“ ist unter diesen Umständen kaum möglich.

Um älteren Menschen in Georgien und Bosnien würdevolles Altern zu ermöglichen, baut das Hilfswerk International vor Ort mobile Pflegedienste auf. Wir bilden Pflegekräfte und Freiwillige aus und organisieren die Pflege von älteren und pflegebedürftigen Personen. Dazu greifen wir auf die langjährige Expertise unserer Hilfswerk-Kolleginnen und -Kollegen in Österreich zurück. ■

GROSSE HILFE, GANZ NAH.

LANDESZENTRALE

Waidmannsdorfer Straße 191
9073 Klagenfurt
T 050 544 00
office@hilfswerk.co.at



IHRE ANSPRECHPARTNER/INNEN IM HILFSWERK KÄRNTEN



Sigrid Bister
Hilfswerk Kärnten Service GmbH /
Leiterin Menüservice
Bambergerplatz 12, 9560 Feldkirchen in Kärnten
T 05 0544-5532 / 0676 89 90 10 20
sigrid.bister@hilfswerk.co.at



Sabrina Müller
Leiterin Behindertenhilfe. /
Behinderten Tagesstätte Völkermarkt
Umfahrungsstraße 1, 9100 Völkermarkt
T 05 0544-7101 / 0676 89 90 53 01
sabrina.mueller@hilfswerk.co.at



Mag. Alma Brkic-Elezovic
Leiterin Fachbereich Psychotherapie.
Psychologie.Beratung.
Waidmannsdorfer Straße 191,
9073 Klagenfurt am Wörthersee
T 0676 89 90 14 22
alma.elezovic@hilfswerk.co.at



Ingrid Pegrin
Hilfswerk Kärnten Service GmbH /
Leiterin Mobiles Sanitätshaus
8.-Mai-Straße 47,
9020 Klagenfurt am Wörthersee
T 05 0544-1000 / 0676 89 90 20 02
ingrid.pegrin@hilfswerk.co.at



Margarete Jeschofnik
Leiterin Sozialservice
Adlergasse 1, 9020 Klagenfurt am
Wörthersee
T 05 0544-2039 / 0676 89 90 11 39
margarete.jeschofnik@hilfswerk.co.at



Hermine Pobatschnig, DGKP MSc
Pflegedienstleiterin /
Leiterin Pflege.Betreuung.Beratung.
Waidmannsdorfer Straße 191,
9073 Klagenfurt
T 05 0544-5010 / 0676 89 90 10 10
hermine.pobatschnig@hilfswerk.co.at



Peter Malle
Hilfswerk Kärnten Service GmbH /
Leiter HWK Reisewelt
8.-Mai-Straße 47, 9020 Klagenfurt am Wörthersee
T 05 0544-1300 / 0676 89 90 13 00
office@hwk-reisewelt.at
www.hwk-reisewelt.at



Mag. Elisabeth Sickl, MBA
Leiterin Fachbereich
Kinder.Bildung.Betreuung.
Waidmannsdorfer Straße 191,
9073 Klagenfurt am Wörthersee
T 05 0544-5007 / 0676 89 90 10 07
elisabeth.sickl@hilfswerk.co.at



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.

NEU

HÖRGERÄTEGRATISABSICHERN

Totalschaden?

Diebstahl?

Verlust?

DAS
bloom
VERSPRECHEN

**Sicher
hören.**

4 Jahre Schutz

für 0,-€



Dieser **KOSTENLOSE SCHUTZ** erstreckt sich über **4 Jahre** zu **100%** ab dem Kaufdatum auf Dein neu gekauftes Hörgerät der Marken Signia, Widex oder Audio Service.

Vereinbare jetzt einen **TERMIN**:

 **0800 640 046**

 **info@bloomhearing.at**

 **www.bloomhearing.at**

bloomTM
HÖRAKUSTIK
wir verstehen hören