

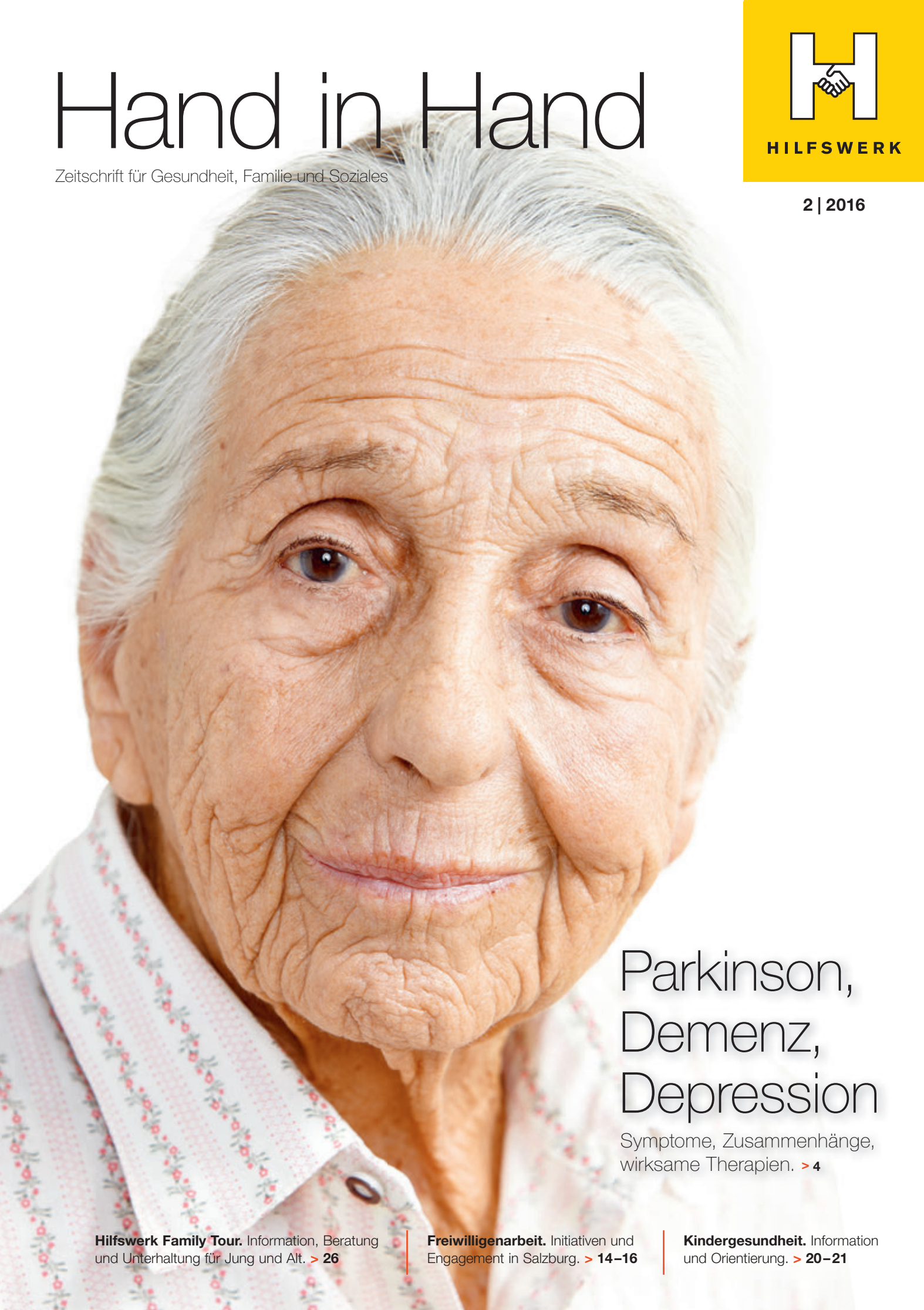
Hand in Hand

Zeitschrift für Gesundheit, Familie und Soziales



HILFSWERK

2 | 2016



Parkinson, Demenz, Depression

Symptome, Zusammenhänge,
wirksame Therapien. > 4

Hilfswerk Family Tour. Information, Beratung
und Unterhaltung für Jung und Alt. > 26

Freiwilligenarbeit. Initiativen und
Engagement in Salzburg. > 14-16

Kindergesundheit. Information
und Orientierung. > 20-21

ICH HAB ICH GESAGT

Bitte unterstützen Sie Deutschkurse für Flüchtlinge,
um unsere Sprache und Kultur zu vermitteln.



helfenwiewir.at

EINE INITIATIVE DES ORF IN ZUSAMMENARBEIT MIT

**Caritas
&Du**

Diakonie 



SAMARITERBUND



volkshilfe.



EDITORIAL

Liebe Leserin, lieber Leser!

Wir freuen uns, Sie mit der vorliegenden „Hand in Hand“ wieder über Neuerungen im Hilfswerk Salzburg informieren zu dürfen.

Der Schwerpunkt dieser Ausgabe liegt auf Demenz, Parkinson und Depression. Unsere Fachexpertin Karin Fahrner steht zu ersterem auf S. 7 Rede und Antwort. Eine Anlaufstelle für ältere Menschen, die noch zu Hause leben, aber Betreuung und Pflege bedürfen, sind unsere Senioren-Tageszentren. Diese werden auf S. 8 und 9 vorgestellt.

Auch im Bereich der Kinderbetreuung tut sich einiges: Gemäß dem Motto „Fit in den Frühling“ hat das Hilfswerk Salzburg im April bundeslandweit zum Thema Kindergesundheit informiert (S. 20 und 21). Für den Sommer wiederum dürfen wir die Ferienbetreuung Action Days vorstellen (S. 19): ein buntes Freizeitprogramm für Kinder, das gleichzeitig der Entlastung berufstätiger Eltern dienen soll.

Ein Anliegen ist uns auch das Thema Freiwilligen-Engagement. Hierzu wird die neue Plattform des Freiwilligenzentrums Salzburg vorgestellt (S. 14). Zudem informieren wir über Freiwilligenarbeit und dessen Bedeutung im Hilfswerk Salzburg (S. 15). Engagement zeigen auch die Leo- und Lions-Clubs, deren jährliche Spendenaktion zugunsten sozial Schwacher auch heuer wieder ein voller Erfolg war (S. 16).

Und: Das Hilfswerk begrüßt mit 2016 seine 1.000 Mitarbeiterin. 16 davon wurden mit dem Tagesmutter-Zertifikat ausgezeichnet (S. 28).

Wir wünschen Ihnen viel Freude mit der aktuellen „Hand in Hand“!

D. Gutschi, H. Hagleitner

Daniela Gutschi und Hermann F. Hagleitner,
Geschäftsführer des Hilfswerks Salzburg

COVERSTORY

- 4 Parkinson, Demenz, Depression.** Symptome, Zusammenhänge, Therapien.
- 7 Wenn Vergesslichkeit krankhaft wird ...** Demenz erkennen und handeln.

PFLEGE & BETREUUNG

- 8 Gemeinschaft erleben.** Tagesbetreuung für Seniorinnen und Senioren.
- 11 24-Stunden-Betreuung.** Beruhigt in den Urlaub.
- 12 Notruftelefon.** Endlich sicher fühlen.

GESUNDHEIT & LEBEN

- 14 Impulse setzen.** Freiwillig helfen.
- 15 Gutes tun, Sinn stiften, Zeit spenden.** Freiwilliges Engagement beim Hilfswerk.
- 18 Spendenaktion mit Tradition.** Hilfe für bedürftige Familien.

KINDER & JUGEND

- 19 Action Days.** Ferien-Hits für coole Kids.
- 20 Kindergesundheit.** Fit in den Frühling.

HILFSWERK

- 17 Preisrätsel**
- 18 FIDI-Comic, Buchtipp**
- 23 Integration.** Sprachkurse leisten wertvollen Beitrag.
- 25 Hilfswerk Austria International.** Hunger stillen in Kolumbien.
- 26 Hilfswerk Family Tour.** Information, Beratung und Unterhaltung für Jung und Alt.
- 27 Neu und gratis.** Nützliche Broschüren und Kalender zu Kinderbetreuung und Kindergesundheit!
- 30 Neu im Hilfswerk**
- 30 Adressen**

Medieninhaber und Herausgeber: Hilfswerk Salzburg, Landesgeschäftsstelle **Redaktionsadresse:** Zeitschrift Hand in Hand, Hilfswerk Salzburg, Landesgeschäftsstelle, Kleßheimer Allee 45, 5020 Salzburg, Tel. 0662/43 47 02, E-Mail: office@salzburger.hilfswerk.at **Redaktion Salzburg:** Daniela Gutschi, Angelika Spraidler **Redaktion:** Elisabeth Anselm, Harald Blümel, Karin Fürst, Martina Goetz, Petra Groll, Daniel Gunzer, Daniela Gutschi, Esther Hermann, Romana Klär, Susanne Königs-Astner, Sigrid Kreutzer, Gerald Mussnig, Roland Nagel, Heiko Nötstaller, Angelika Spraidler, Viktoria Tischler **Bildnachweis, Fotos:** Hilfswerk Salzburg, Hilfswerk Österreich (Suzy Stöckl, Klaus Titzer), Freiwilligenzentrum Salzburg/Hilfswerk (S. 14/15), Hilfswerk Austria International, Shutterstock („EXTRA“ S. 1) **Offenlegung:** <http://www.hilfswerk.at/wir-ueber-uns/news-presse/magazin-hand-in-hand/offenlegung> **Anzeigenverkauf (Gesamtauflage):** Hilfswerk-Bundesgeschäftsstelle, Tel. 01/404 42-0 **Anzeigenverkauf (Salzburg):** Hilfswerk Salzburg, Tel. 0662/43 47 02 **Layout/Produktion:** Egger & Lerch, 1030 Wien **Druck:** Wograndl, 7210 Mattersburg

Parkinson, Demenz, Depression

Zusammenhänge. Gerade im Alter treten Demenz, Depression und Parkinson sehr häufig auf. Teilweise gemeinsam, aber auch oft nur mit ähnlichen Symptomen. Darum ist eine genaue ärztliche Diagnose für den Behandlungserfolg entscheidend.

Etwa 600.000 Österreicherinnen und Österreicher leiden an einer Depression, 100.000 an einer Demenz und etwa 20.000 an Parkinson. Es gibt teilweise Zusammenhänge zwischen diesen Krankheiten und ähnliche Symptome. Für den Erfolg der Behandlung ist daher eine genaue ärztliche Diagnose extrem wichtig.

Parkinson

Morbus Parkinson ist eine langsam fortschreitende, neurologische Erkrankung. Dabei sterben aus bisher noch ungeklärten Gründen bestimmte Nervenzellen ab, die den Botenstoff „Dopamin“ produzieren. Das Zellsterben führt zu einem Mangel von Dopamin und schließlich zur Entstehung der meisten zentralen Symptome der Krankheit. Dazu zählen allgemeine Bewegungsarmut, Muskelsteifheit, Ruhe-Zittern sowie Gang- und Gleichgewichtsstörungen. Doch lange vor den Bewegungsstörungen treten sehr häufig Verdauungsstörungen (Verstopfung), Riechstörungen, Harninkontinenz und Diplopie (doppelt sehen) auf. Wer solche Symptome an sich bemerkt, sollte daher unbedingt ärztlichen Rat einholen. Denn eine frühzeitige Erkennung von Parkinson und eine entsprechend frühe ärztliche Therapie erhöht die Wirksamkeit der Behandlung. Ein aktives

und selbstbestimmtes Leben ist bei entsprechender Therapie weiterhin möglich. Durch Parkinson-Medikamente lassen sich die Symptome in der Regel lange Zeit, manchmal über Jahrzehnte, sehr gut kontrollieren. Betroffene und Angehörige müssen sich jedoch darauf einstellen, dass die Behandlung in der Regel dauerhaft ist und oft angepasst werden muss, damit sie erfolgreich ist. Dazu zählt auch eine gezielte Ernährung und Bewegung.

Parkinson-Hauptsymptome

- Bewegungsarmut (Bradykinese)
- Zittern (Tremor)
- Muskelsteifheit (Rigor)
- Gang- oder Gleichgewichtsstörungen (posturale Instabilität)

Frühsymptome: Riechstörungen, Verstopfung, Schlafstörungen und Stimmungsschwankungen, Veränderung des Schriftbilds, schmerzhafte, einseitige Muskelverspannungen, Schwingen eines Armes beim Gehen beeinträchtigt. Schwierigkeiten bei der Ausübung von Alltagsaktivitäten: Ankleiden, Zuknöpfen, Schnüren der Schuhbänder, Zähneputzen oder Rasieren. Meistens ist die Störung zunächst auf eine Körperhälfte beschränkt. Manche Patienten/Patientinnen ziehen ein Bein oder einen Fuß leicht nach. Bei über der Hälfte der Patienten/Patientinnen ist das leichte Zittern der Hände das erste und auffallendste Symptom.

Demenz

Mit Demenz bezeichnet man Störungen der Gedächtnisleistung, der Sprache, des Orientierungsvermögens, der Lesefähigkeit, der Rechenfähigkeit, des abstrakten Denkvermögens und der körperlichen Handlungsfähigkeiten sowie des Verhaltens. Die Ursachen für Demenz sind vielfältig. Am häufigsten ist die Alzheimer-Krankheit, die für etwa 55 % der Demenzerkrankungen



Einfache Tests unterstützen die Diagnose.



„Wer rastet, der rostet!“ Rätsel und Gedächtnisübungen machen Spaß und sind zur Erhaltung der geistigen Gesundheit sehr nützlich.

verantwortlich ist. Dabei kommt es zu einer Verminderung der Nervenzellen, Ablagerungen im Gehirn (senile Plaques) und einer Verkümmern der Neuronen (Nervenbahnen).

Aber auch Durchblutungsstörungen des Gehirns und Parkinson können eine Demenz auslösen. Einer deutschen Studie zufolge leiden etwa 15 % aller Parkinson-Erkrankten zusätzlich unter Demenz, 11 % unter Demenz und Depression und 9 % unter Demenz und einer Psychose. Dabei zeigen Befragungen der Betroffenen, dass der Verfall der geistigen Fähigkeiten und die Depression die

Auch neurologische Erkrankungen müssen rechtzeitig behandelt werden.

Lebensqualität oft mehr als die Bewegungsstörung selbst verschlechtern und zudem den Therapiefortschritt hemmen.

Behandlung

Neben der medikamentösen Therapie spielen psychosoziale Maßnahmen, die auch Angehörige miteinbeziehen, eine wichtige Rolle. Betroffene bzw. deren Angehörige sollten sich nach Beratungsangeboten für Angehörige, nach mobilen Hilfsdiensten, finanzieller Unterstützung und Urlaubsbetreuung erkundigen. Mit der zuverlässigen Einnahme von Medikamenten, Krankengymnastik, gesunder

Ernährung und viel Bewegung können Betroffene einiges tun, um den Verlauf der Demenz zu bremsen. Damit möglichst lange möglichst viel Lebensqualität erhalten bleibt.

Warnsignale für Demenz

- Probleme, sich in bekannter Umgebung (Wohnung, Nachbarschaft) zurechtzufinden
- Mangelnde Aufmerksamkeit
- Schwierigkeiten beim Lösen kleiner Probleme und beim Fällen von Entscheidungen
- Zurückgezogenheit und Interessenlosigkeit
- Veränderungen der Persönlichkeit
- Vergessen von Namen, Terminen, Verabredungen
- Schlaflosigkeit, Halluzinationen

Depression-Symptome

Hauptsymptome

- 1. Gedrückte Stimmung
- 2. Interesse-/Freudlosigkeit
- 3. Antriebslosigkeit, Müdigkeit

Zwei oder drei Hauptsymptome müssen vorhanden sein.
Dauer: mindestens zwei Wochen

Andere häufige Symptome

- 1. Reduzierte Konzentration/ Aufmerksamkeit
- 2. Reduziertes Selbstwertgefühl/ Selbstvertrauen
- 3. Schuldgefühle
- 4. Hemmung, Unruhe
- 5. Selbstschädigung, Suizidgedanken
- 6. Schlafstörungen
- 7. Appetitstörungen
- 8. Tagesschwankungen

Zwei bis vier andere Symptome müssen vorhanden sein.

Depression

Gerade bei älteren Menschen kommen Depressionen relativ häufig vor. Die Symptome sind dabei durchaus ähnlich wie bei einer Demenz: Einbußen und Störungen von Hirnleistungen, allgemeine Verlangsamung, Vergesslichkeit und Denkstörungen bis hin zur Verwirrtheit. Daher sind eine frühzeitige ärztliche Diagnose und Therapie sehr wichtig. Depressionen sind sehr gut zu behandeln, sodass die Symptome der Krankheit bei entsprechender Behandlung verschwinden.

Tipps und Hilfe

Das Hilfswerk hat zu den Themen „Demenz“ und „Depression“ Broschüren hergestellt, die kostenlos bestellt werden können: Tel. 0800 800 820 oder office@hilfswerk.at. Außerdem stehen Fachkräfte des Hilfswerks gerne für Auskünfte zur Verfügung, kennen auch wichtige regionale Anlaufstellen und Selbsthilfegruppen für Betroffene und Angehörige. <



Unterschiede zwischen Depression und Demenz

Depression	Demenz
Rasches Fortschreiten des Verlaufs	Langsamer Verlauf
Verschlechterung innerhalb von Wochen	Verschlechterung über einen Zeitraum von Monaten/Jahren
Tagesschwankungen	Wechselnde Stimmungslage
Hilf- und Hoffnungslosigkeit	Patient/in leugnet Defizite oder überspielt diese
Geistige Defizite sind oft geringer als von Patienten/Patientin wahrgenommen	Patient/in ist unkooperativ. Es zeigt sich eine Persönlichkeitsveränderung
Patient/in hat Angst	Patient/in ist uneinsichtig
Starker Leidensdruck	Angehörige bemerken Veränderungen
Psychiatrische Vorerkrankungen	

Wenn Vergesslichkeit krankhaft wird ...

Karin Fahrner
Bereichsleitung Pflege
Hilfswerk-Familien-
und Sozialzentrum
Zell am See



Demenz erkennen, verstehen und handeln. So mancher Angehörige kennt die Situation: Eltern, Großeltern oder andere „betagte“ Verwandte machen einen verwirrten Eindruck und vergessen, Dinge des täglichen Lebens zu erledigen. Anfangs ist der Prozess schleichend, bis die Defizite in der Selbstversorgung letztendlich nicht mehr zu übersehen sind. Wird die Person etwa dement?

Karin Fahrner, Bereichsleiterin Pflege im Hilfswerk Salzburg und Expertin auf dem Gebiet Demenz, klärt auf:

Wann spricht man von Demenz?

Viele Konzentrationsschwierigkeiten sind oft nur auf Übermüdung und Unaufmerksamkeit zurückzuführen. Werden solche aber häufiger, werden Mahlzeiten vergessen und der Körperpflege nur mehr unregelmäßig nachgekommen, dann sollte eine beginnende Demenz in Betracht gezogen werden.

Was ist Demenz eigentlich?

Demenz ist eine krankhafte Veränderung des Gehirns. Das zeigt sich etwa durch eine verminderte Merkfähigkeit, Sprachstörungen oder einer gestörten Bewegungskoordination. Diese Störungen sind so stark, dass der Alltag nicht mehr alleine bewältigt werden kann.

Worin liegt die Ursache?

Erbliche Faktoren spielen genauso eine Rolle wie negative Umwelteinflüsse, die auf das Gehirn wirken. Häufig wird Demenz durch die Alzheimer-Krankheit verursacht: kurzgefasst – eine durch Ablagerungen gestörte Weiterleitung von Informationen zwischen Hirnzellen. Im Volksmund häufig auch als „Verkalkung“ bezeichnet.

Wie kann ich betroffene Angehörige unterstützen?

Sobald dementies Verhalten erkannt wird, sollte unbedingt ein Facharzt

aufgesucht werden. Nur dort kann man der Diagnose folgend die richtige Therapie einleiten. Meist kommt es zu einer kurzzeitigen stationären Aufnahme, bevor der oder die Erkrankte nach Hause entlassen wird, wo sie dann konstanter Pflege bedarf – durch Angehörige oder durch Pflege- und Betreuungseinrichtungen wie das Hilfswerk.

Welche Anlaufstellen bietet das Hilfswerk?

Ob Hauskrankenpflege, Betreutes Wohnen, Tageszentren oder Seniorenheime: Unsere Mitarbeiter/innen im Bereich der Pflege sind fachlich bestens geschult und unterstützen mit einer professionellen Betreuung. Wenden Sie sich gerne und jederzeit an ihr nächstgelegenes Hilfswerk-Familien- und Sozialzentrum. <



Gemeinschaft erleben

Tagesbetreuung für Seniorinnen und Senioren. In Österreich werden über 80 Prozent der zu Pflegenden zuhause in den eigenen vier Wänden betreut. Für Angehörige bedeutet das oft eine große Herausforderung. Da die Bevölkerung immer älter wird und betreuungsintensive Erkrankungen wie etwa Demenz im Steigen begriffen sind, braucht es Konzepte und Angebote, um pflegende Angehörige zu entlasten. Hier können Senioren-Tageszentren Abhilfe schaffen.

Für zuhause lebende Senior/innen, die Betreuung im Alltag benötigen oder in Gesellschaft anderer eine abwechslungsreiche Freizeit verbringen möchten, sind Tageszentren genau das Richtige.

Freizeit und Betreuung

„Ein strukturierter Tagesablauf, bedarfsgerechte Pflege, Spiele, aber auch Spaziergänge und Ausflüge stehen im Mittelpunkt der Betreuung. Wir sind aber auch sehr darauf bedacht, das Tagesprogramm auf die individuellen Vorlieben der Besucher abzustimmen“, erklärt Manfred Eder, Pflegeleiter im Zentrum Walser Birnbaum.

Gesellschaft und Aktivierung

Angehörige wissen ihre Lieben also im Tageszentrum gut versorgt. Darüber hinaus wird durch die so wichtigen sozialen Kontakte einer Vereinsamung im Alter vorgebeugt und persönliche Fähigkeiten werden gefördert. „Gerade in Zeiten, wo viele Junge berufstätig sind und zuweilen aus den ländlichen Regionen abwandern, nimmt die Vereinsamung im Alter oft zu. Die Gemeinschaft in Senioren-Tageszentren wirkt dem entgegen“, so Eder.

Auszeit und Entlastung

Senioren-Tageszentren leisten auch einen sehr wichtigen Beitrag zur Entlastung pflegender Angehöriger: Fachkräfte übernehmen

stunden- oder tageweise die Versorgung der/des zu pflegenden Angehörigen. „Die Pflege und Betreuung von Angehörigen kann sehr anstrengend und aufreibend sein. Ob Angehörige

an ihrem ‚freien‘ Tag dringend notwendige Dinge des Alltags erledigen oder die Zeit für sich nutzen, um einmal zur Ruhe zu kommen – Auszeiten sind dringend notwendig.“ <





Neben der Strukturierung des Alltags steht in Senioren-Tageszentren vor allem auch ein buntes Gemeinschaftsleben im Vordergrund. Dazu gehören Gesprächs- und Erzählrunden, Gedächtnistraining, Bewegungsübungen, Kreatives Arbeiten, Biografiearbeit sowie Spaziergänge und Ausflüge.



Senioren-Tageszentren

Senioren-Tageszentrum Obertrum

Hauptstraße 2a, 5162 Obertrum
Tel. 06214/68 11
henndorf@salzburger.hilfswerk.at
Öffnungszeiten: Montag, Donnerstag und Freitag von 8.00 bis 16.00 Uhr

Senioren-Tageszentrum Seekirchen

Moosstraße 52, 5201 Seekirchen
Tel. 06214/68 11
henndorf@salzburger.hilfswerk.at
Öffnungszeiten: Dienstag und Mittwoch von 8.00 bis 16.00 Uhr

Zentrum Walser Birnbaum

Lagerstraße 1, 5071 Wals-Siezenheim
Tel. 0662/85 00 69
zwb@salzburger.hilfswerk.at
Öffnungszeiten: Montag, Mittwoch und Freitag von 7.30 bis 16.30 Uhr

Senioren-Tageszentrum Mauterndorf

Markt 393, 5570 Mauterndorf
Tel. 06474/77 10
tamsweg@salzburger.hilfswerk.at
Öffnungszeiten: Montag bis Freitag von 8.00 bis 16.00 Uhr

Senioren-Tageszentrum Hallein

Griesmeisterplatz 2, 5400 Hallein
Tel. 06245/814 44
hallein@salzburger.hilfswerk.at
Öffnungszeiten: Dienstag, Donnerstag und Samstag von 8.00 bis 16.00 Uhr

Senioren-Tageszentrum St. Veit

Markt 4, 5621 St. Veit
Tel. 06412/79 77
st.johann@salzburger.hilfswerk.at
Öffnungszeiten: Dienstag und Freitag von 8.00 bis 16.00 Uhr

Senioren-Tageszentrum Piesendorf

Schmiedstraße 26, 5721 Piesendorf
Tel. 06542/746 22
zell@salzburger.hilfswerk.at
Öffnungszeiten: Dienstag, Donnerstag und Freitag von 8.00 bis 16.00 Uhr

Senioren-Tageszentrum Zell am See

Saalfeldnerstraße 2a, 5700 Zell am See
Tel. 06542/746 22-9815
zell@salzburger.hilfswerk.at
Öffnungszeiten: Montag und Mittwoch bis Freitag von 8.00 bis 16.00 Uhr

€ 100,-
Sommerzuckerl*

Wo verbringen Sie Ihren Urlaub? Sicher in Österreich!

Bad Traunstein

pro Person
von € **470,-**
bis € 615,-

7 Übernachtungen inkl. Halbpension im 4-Sterne-Gesundheitshotel

Gültig von 19.06. bis 04.09.2016, begrenztes Zimmerkontingent.

INKLUSIV-LEISTUNGEN

- 7 Übernachtungen im 4-Sterne-Gesundheitshotel (So-So)
- Zimmer mit Bad/Dusche und WC
- Verpflegung: Halbpension (Frühstücksbuffet, wahlweise Mittag- oder Abendessen als 3-Gang-Wahlmenü/Buffer)
- Benutzung des hoteleigenen Wellness- und Saunabereiches mit Außenschwimmbecken
- Unterhaltungs- und Aktivprogramm
- Bademantel für die Dauer Ihres Aufenthaltes

* Um € 50,- erhalten Sie von uns einen Gutschein im Wert von € 100,- für Therapien, Beauty, Getränke, Speisen u.v.m.
Pro Person kann nur ein Sommerzuckerl in Anspruch genommen werden.
Gültig im Aktionszeitraum. Keine Barablöse möglich.

4-Sterne-Gesundheitshotels	Buchungs-Hotline
Bad Bleiberg - Kärnten	04244 / 90500
Bad Eisenkappel - Kärnten	04238 / 90500
Bad Goisern - Oberösterreich	06135 / 20400
Bad Häring - Tirol	05332 / 90500
Bad Schönaun „Zum Landsknecht“ - Niederösterreich	02646 / 90500-1501
Bad Schönaun „Zur Quelle“ - Niederösterreich	02646 / 90500-2501
Bad Traunstein - Niederösterreich	02878 / 25050
Bad Vöslau - Niederösterreich	02252 / 90600
Umhausen im Ötztal - Tirol	05255 / 50160

WWW.KURZENTRUM.COM



Umhausen im Ötztal

Bad Bleiberg

Bad Vöslau

Beruhigt in den Urlaub

Entspannung. Auch pflegende Angehörige sollen sich eine Auszeit gönnen. Eine Kurzzeitbetreuung zu Hause ist die beste Voraussetzung für eine sorgenfreie Erholung.

Frau M. betreut seit drei Jahren ihren Vater zu Hause. Trotz Unterstützung des Ehemannes war es ihr leider in den letzten Jahren nicht möglich, einen Urlaub zu buchen. Da Frau M. keine Geschwister hat, besteht auch nicht die Möglichkeit, die Betreuung an ein weiteres Familienmitglied abzugeben.

Der sehnlichste Wunsch von Familie M. ist es, gemeinsam einen Urlaub am Meer zu verbringen. Durch eine Bekannte wurde Frau M. auf das Angebot einer Kurzzeitbetreuung beim Hilfswerk aufmerksam gemacht. Frau M. nützt das Sommerangebot (gültig für Juli und August) der 24-Stunden-Betreuung, um ihren Vater in vertrauensvolle Hände zu geben, und freut sich auf wunderschöne Tage mit ihrem Mann am Mittelmeer.

Spezielles Sommerangebot

Unser Sommerangebot für pflegende Angehörige ist für Juli und August gültig! Die Vermittlungsgebühr für eine Urlaubsbetreuung von 1 bis 2 Wochen beträgt 300 Euro. Wir bieten Auswahl und Vermittlung von selbstständigen Betreuerinnen und Betreuern inklusive Beratung und Unterstützung durch Fachpersonal vor Ort.

Wenn Sie die Kurzzeitbetreuung länger als 2 Wochen bis max. 4 Wochen in Anspruch nehmen möchten, beträgt die Aufzahlung 90 Euro.

Förderung Kurzzeitbetreuung

Es gibt eine Förderung für die Kurzzeitbetreuung für pflegende Ange-

hörige, die unter bestimmten Voraussetzungen beim Sozialministeriumservice beantragt werden kann. www.sozialministeriumservice.at

Umwandlung in Langzeitbetreuung

Eine Kurzzeitbetreuung bietet durch eine geringfügige Aufzahlung auch die Möglichkeit eines sanften Einstieges in eine Langzeitbetreuung. <



Wir informieren gerne

Alle Informationen über die 24-Stunden-Betreuung: Info-Hotline 0810 820 024 (Mo-Do 9-16 Uhr, Fr 9-12 Uhr) zum Ortstarif oder www.24stunden.hilfswerk.at

Alle Preise sind Vermittlungskosten exkl. Honorar, Fahrtspesen und Verpflegung für die Personenbetreuerinnen und -betreuer. Schwere Pflegefälle sind von den Angeboten ausgenommen.



Endlich sicher fühlen

Soforthilfe. Hilfswerk-Notruftelefon:
Ein „Schutzensel am Handgelenk“.

Frau Rosa K. war schon sehr beunruhigt. „Ich bin nicht mehr so gut auf den Beinen, stolpere oft und manchmal falle ich auch hin“, erzählt die 77-jährige Dame, die alleine in ihrer Wohnung lebt. „Da ist es mir auch schon passiert, dass ich danach nicht mehr aufstehen konnte. Ein schreckliches Gefühl, wenn man so hilflos ist!“

Hilfswerk hat die Lösung

„Heute ist das anders“, ist Frau K. begeistert, „denn ich habe mir ein Notruftelefon des Hilfswerks zugelegt, das auf mich aufpasst!“ Der Empfangsteil des Notruftelefons steht gleich neben der Eingangstür, den mobilen Funksender trägt Frau K. immer am Handgelenk, wie eine Armbanduhr. „Jetzt kann ich jederzeit Hilfe holen! Wenn ich mich nicht wohlfühle – oder wenn ich wieder einmal hinfallen sollte oder sonstwie Hilfe brauche“, sagt Frau K.

Sicherheit rund um die Uhr

Ein Knopfdruck auf den Funksender reicht aus: Automatisch wird man in die permanent besetzte Notrufzentrale des Hilfswerks verbunden. Da alle Daten der Kundin oder des Kunden, wie Name, Alter oder Krankheiten, gespeichert sind, können die Mitarbeiter/innen rasch und gezielt Hilfe



organisieren – egal ob Wochenende, Feiertag oder mitten in der Nacht. Binnen weniger Minuten können die angegebene Vertrauensperson, Arzt oder Rettung zur Stelle sein.

Immer am neuesten Stand

Im Laufe der Jahre wurde die Technologie ständig weiterentwickelt, um die Lebensqualität in den eigenen vier Wänden stetig zu verbessern. So ist ein Festnetzanschluss keine zwingende Voraussetzung mehr, um ein Notruftelefon verwenden zu können. Bei dieser GSM-Funktion ist die SIM-Karte bereits in die monatliche Miete inkludiert. Es muss kein eigener Mobiltelefon-Vertrag abgeschlossen werden. In der monatlichen Miete des Notruftelefons sind außerdem

alle Wartungen, Reparaturen und Gerätüberprüfungen inkludiert. Die elastischen Armbänder des wasser- und staubfesten Handsenders werden bei Bedarf gerne ausgetauscht. <

Notruftelefon Kosten und Infos

Notruftelefon classic mit Festnetzanschluss

Anschlussgebühr: 30 Euro
Monatliche Miete: 25,40 Euro

Notruftelefon mit GSM-Variante

Anschlussgebühr: 30 Euro
Monatliche Miete: 30 Euro

Infos und Beratung

Wir beraten und informieren Sie gerne kostenlos unter 0800/800 408 oder www.hilfswerk.at



österreichische | DER PARTNER DER
LOTTERIEN | SENIORENHILFE

Sommertipps und Reisefreude

Thüringen barrierefrei. Im Herzen Deutschlands gelegen, inspiriert Thüringen mit einer Harmonie aus herrlicher Landschaft und lebendiger Kultur.

Weimar, Erfurt, Gotha und Eisenach reihen sich aneinander wie eine Perlenkette. Tipp: Bach in Eisenach mit täglichen Live-Konzerten auf historischen Instrumenten, mit einem begehbaren Musikstück und mit Klangsesseln im Bachhaus neu erleben.

Ohne Luther kein Bach

Die multimediale Dauerausstellung im Lutherhaus in Eisenach betrachtet die Reformation und Martin Luther, der auf der Wartburg das Neue Testament ins Deutsche übersetzte, etwas näher. Tipp: 2017 das Reformationsjubiläum mit zahlreichen Veranstaltungen feiern und dabei auch das Erfurter Augustinerkloster besuchen.

Von Welterbe zu Welterbe

Nur etwa eine halbe Stunde Fahrzeit mit dem Auto liegen zwischen dem UNESCO-Weltkulturerbe Wartburg in Eisenach und dem UNESCO-Weltnaturerbe Nationalpark Hainich – und einem barrierefreien Naturerleben! Tipp: Zwischen Baumwipfeln führt der stufenlos erreichbare Baumkronenpfad.

Raus aus dem Wald – rein in die Gärten

Unweit des Nationalparks liegt Bad Langensalza. Bei einem Spaziergang durch die zehn liebevoll angelegten Themengärten und Parkanlagen der Stadt genießt man unvergleichliches Flair. Tipp: Gäste mit Sehbehinderung erkunden die Rosenstadt mit dem Audio-Guide „Ich höre und fühle, was Du siehst“. <



Lutherhaus Eisenach

Kostenfreie
Broschüre
„Thüringen
barrierefrei.“
bestellen!



Promotion

Thüringen barrierefrei

Kontakt: Tourist Information Thüringen
Willy-Brandt-Platz 1, D-99084 Erfurt
service@thueringen-tourismus.de
barrierefrei.thueringen-entdecken.de
www.lutherland-thueringen.de



Bad Langensalza

Fotos: © Stiftung Lutherhaus Eisenach/Anna-Lena Thamm; Kur- und Immobilienverwaltungsgesellschaft Bad Langensalza mbH



Freiwillig helfen

Impulse setzen. Sich freiwillig zu engagieren, ist für viele Menschen ein großes Bedürfnis. Es macht Freude, gibt Sinn und bietet die Möglichkeit, sich aktiv und den eigenen Kompetenzen entsprechend einbringen zu können. Mögliche Tätigkeitsfelder gibt es viele – allein, wie finde ich ein passendes Engagement?

Das Land Salzburg sowie die Salzburger Einrichtungen Caritas, Diakoniewerk, Hilfswerk und Samariterbund haben sich zusammengeschlossen, um Freiwilligenarbeit unter einem Dach zu koordinieren und Interessierten Orientierung und Beratung zu bieten. „Viele Angebote im Sozialbereich wären ohne die Hilfe von Freiwilligen nicht in dieser hohen Qualität möglich“, so Hermann Hagleitner aus der Geschäftsführung des Hilfswerks Salzburg. „Umso wichtiger ist es, dass die Freiwilligen und Ehrenamtlichen in Bereichen tätig werden, die ihnen Freude bereiten. Genau hier setzt auch das Freiwilligenzentrum Salzburg an.“

Information und Koordination

Freiwilliges Engagement ist heute für den Erhalt einer guten Lebensqualität in unserem Bundesland unverzichtbar. Das Freiwilligenzentrum Salzburg versteht sich als Erst- und Anlaufstelle für alle Salzburgerinnen und Salzburger, die sich freiwillig engagieren wollen. Gleichzeitig dient die neue Plattform als Servicestelle für Einrichtungen und Organisationen, um Freiwilligen qualitätsvolle Rahmenbedingungen für ihren Einsatz zu ermöglichen. So werden etwa Austausch-, Vernetzungs- und Fortbildungsmöglichkeiten sowohl für Freiwilligenkoor-

Freiwilligenzentrum Salzburg

Kontakt:

5020 Salzburg, Gaisbergstraße 27
Tel. 0662/84 93 73-164
office@freiwilligenzentrum-salzburg.at
www.freiwilligenzentrum-salzburg.at

dinator/innen als auch für freiwillig Tätige angeboten.

Service und Vernetzung online

Die Online-Freiwilligenbörse verbindet Angebot und Nachfrage an freiwilligem Engagement. Auf www.freiwilligenzentrum-salzburg.at können Interessierte gezielt nach aktuellen Einsatzgebieten in ihrer Umgebung suchen. Die Einsatzgebiete sind vielseitig und reichen von Senioren-Besuchsdiensten und die Zustellung von Essen auf Rädern, über Lernhilfen für Migrant/innen und den Einsatz für Menschen mit Behinderung bis hin zur Teilnahme an Sammelaktionen und Charity-Events. <

Gutes tun, Sinn stiften, Zeit spenden

Freiwilliges Engagement beim Hilfswerk. Zeit ist wohl das Wertvollste, was ein Mensch anderen schenken kann. Ohne das Engagement und die Unterstützung der vielen Freiwilligen und ehrenamtlich Tätigen wäre vieles im sozialen Bereich nicht möglich.

Alleinstehende Senioren besuchen, mit ihnen Karten spielen, spazieren gehen oder einfach nur zuhören. Menschen, die nicht mehr selbst kochen können, mit Essen auf Rädern eine warme Mahlzeit nach Hause bringen und fragen, wie es ihnen geht. Flüchtlingen bei der Orientierung und Integration in ihr neues Umfeld helfen. Schülern und Schülerinnen bei Hausaufgaben begleiten und unsere Pädagog/innen in der

Betreuung unterstützen. „Das Wertvollste, was uns Menschen spenden können, ist ihre Zeit. Menschen, denen es nicht egal ist, was in ihrem Umfeld passiert und die aktiv mitarbeiten möchten, sind jederzeit willkommen. Die Möglichkeiten, sich im Hilfswerk ehrenamtlich zu engagieren, sind ebenso vielfältig und abwechslungsreich wie unsere Aufgabengebiete“, so die Geschäftsführerin des Hilfswerks Salzburg, Daniela Gutsch. <



Unentgeltlich zu helfen ist nicht nur mit Arbeit verbunden, sondern bereichert auch das eigene Leben. Es macht Freude, gibt Sinn und bietet die Möglichkeit, sich aktiv und den eigenen Kompetenzen entsprechend einbringen zu können.



KOMMENTAR

Präsident Christian Struber

Seite an Seite

Knapp 500 Menschen engagieren sich freiwillig im Hilfswerk Salzburg. Sie liefern Essen auf Rädern aus, organisieren Erzählcafés in Seniorenheimen, unterstützen Flüchtlinge in ihren Gemeinden, helfen Menschen mit Behinderung beim Einkaufen oder Arztbesuchen, lernen mit Kindern und Jugendlichen oder helfen bei der Organisation von Veranstaltungen und Spendenaktionen. Jeder einzelne Beitrag ist unersetzlich für das Hilfswerk Salzburg – und natürlich für jene Menschen, denen geholfen wird. Freiwilligenarbeit bietet nicht nur eine Möglichkeit, Gutes zu tun und sich persönlich weiterzuentwickeln, sie leistet auch einen wichtigen Beitrag für die Gesellschaft. Als Präsident des Hilfswerks Salzburg wäre es mir eine Freude, auch Sie als Freiwillige/n bei uns begrüßen zu dürfen.
Ihr Christian Struber

Freiwilliges Engagement

Wollen auch Sie sich freiwillig engagieren, Erfahrungen sammeln, sich weiterentwickeln und interessante Menschen kennenlernen? Dann sind Sie bei uns richtig. Setzen Sie sich direkt mit unseren Familien und Sozialzentren vor Ort in Verbindung, dort erhalten Sie weitere Informationen.

Das Hilfswerk bietet Ihnen den richtigen Rahmen für Ihr Engagement:

- Unverbindliche Schnuppermöglichkeiten
- Ausführliche Einschulungen
- Gemeinsam in einem professionellen Team tätig zu sein
- Zahlreiche Weiterbildungsmöglichkeiten
- Unfall- und Haftpflichtversicherung im Rahmen des freiwilligen Engagements
- Regelmäßiger Erfahrungsaustausch

Hilfe für bedürftige Familien in Salzburg

Spendenaktion mit Tradition. Jährlich sammeln die Leo und Lions Clubs Sachspenden für Menschen in Not. Das Hilfswerk Salzburg unterstützt die österreichweite Initiative und übernimmt die Verteilung an all jene in unserem Bundesland, die Hilfe brauchen. Bundeslandweit wurden Waren im Wert von über 10.000 Euro gesammelt.

In unserem Land sind rund eine Million Menschen von Armut gefährdet. Auch in Stadt und Land Salzburg haben viele mit finanziellen und familiären Problemen zu kämpfen. Im Rahmen des Leo.Lions.Aktionstages wurden daher Merkur-Kundinnen und Kunden an fünf Standorten im Bundesland dazu aufgerufen, in Not

geratene Mitbürger mittels Sachspenden zu unterstützen. Mehrere Wagenladungen voll Waren wurden dabei gesammelt.

Dank an alle Spender

„Ich möchte mich herzlich bei allen bedanken, die sich an der Aktion beteiligt haben. In den kommenden

Tagen werden die Produkte von unseren Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern im Hilfswerk an sozial schwächer gestellte Menschen in den Regionen verteilt. Rund 250 Familien können so unterstützt werden“, freut sich Christian Struber, Präsident des Hilfswerks Salzburg. <



Im Bild: (v.l.n.r.) Eberhard Reik (Lions Club Hohensalzburg), Dr. Gerald Eckstein (Vizepräsident der Lions Hohensalzburg), Dr. Daniela Werndl-Hörmandinger (Lions Club Salzburg Amadea), Mag. Klemens Manzl (Leiter Familien- und Sozialzentrum Hilfswerk Salzburg Stadt), Dr. Miguel Schauer (Präsident der Lions Hohensalzburg), DI Helmut Kothbauer (Vizepräsident der Lions Hohensalzburg)



Im Bild: Helmut Wasserbacher, Clubmeister des Lions Club Hallein (l.), Christian Struber, Lions-Activity Beauftragter (r.) und Lions-Mitglied Gottfried Golser (2.v.r.) übergeben die gesammelten Sachspenden an das Hilfswerk Salzburg, vertreten durch die Regionalausschussvorsitzende Monika Noppinger (2.v.l.) und die Leiterin des Familien- und Sozialzentrums Hallein Silvia Deutschmann (M.)



Im Bild (v.l.n.r.): Veronika Stainer, Mitglied des Hilfswerk-Regionalausschusses Pinzgau, freut sich gemeinsam mit Wolfgang Kultsar, Präsident des Lions Club Saalfelden und dessen Mitglieder Ernst Oberaigner und Dieter Brell über Sachspenden im Wert von 2.500 Euro für sozial bedürftige Familien.



Im Bild: Bundesrat Josef Saller (r.) und Ing. Robert Bartolot (l.) vom Lions Club St. Johann freuen sich gemeinsam mit Hilfswerk Bereichsleiterin Veronika Jager und der jungen Helferin Lea über vier Wagenladungen voll Sachspenden für 40 bedürftige Familien in der Region.



Hilfswerk-Preisrätsel: Rätseln und gewinnen!

Finden Sie die Lösung und gewinnen Sie eines von 3 Büchern „Natürlich konservieren“ von Rosemarie Zehetgruber.

1. Erbse: Bei Hans Christian Andersen hat die „Prinzessin auf der Erbse“ keinen Namen. Im folgenden Text sind acht weibliche Vornamen versteckt. Einer zeigt sich schon. Finden Sie die sieben anderen?

Kann aber die Prinzessin klar aussagen, dass Truthähne lange lachen? Sie mag das zwar hernach behaupten, doch evaluiert hat das noch keiner.

ANNA

2. Erbsenpüree: Wie oft kommt das Wort ERBSE im folgenden Buchstabenmischmasch von links nach rechts vor? Und welcher Buchstabe kommt nur einmal vor?

SERBESRESRBESBRERSBEBRSEBRRBSEERBESBRRBSEB
BESREBERSEBSREBRERBSEBESBRRBSEBESSBRRSEB
ERBSEBRSEBRERBSEBSESBSRESBRRBSEBRESBRESSES
REBSBSENREBRESERBSEBSEBSEBRRBSEBRRBSEBSEB

Erbse = ____ mal, Buchstabe = ____

An das Hilfswerk – Bundesgeschäftsstelle
Apollongasse 4/5, 1070 Wien

☐ Ja, ich möchte ein Exemplar
„Natürlich konservieren“ gewinnen.

Die Bücher wurden uns freundlicherweise vom Verlag Löwen-
zahn zur Verfügung gestellt. Der Rechtsweg ist ausgeschlossen.

Vorname: _____

Name: _____

Straße/Hausnummer: _____

PLZ/Ort: _____

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

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

Auflösung aus dem letzten Heft:

1. Bohnen: Feuer, Pferde, Garten, Busch. **2. Ohne Bohnen** z.B. ROBE,
LAND, LUMP, KIND, TAUF, SEHER, DACHS, KUNDE.

Wir gratulieren den Gewinner/innen der 3 Bücher „Vegane Deserträume“.



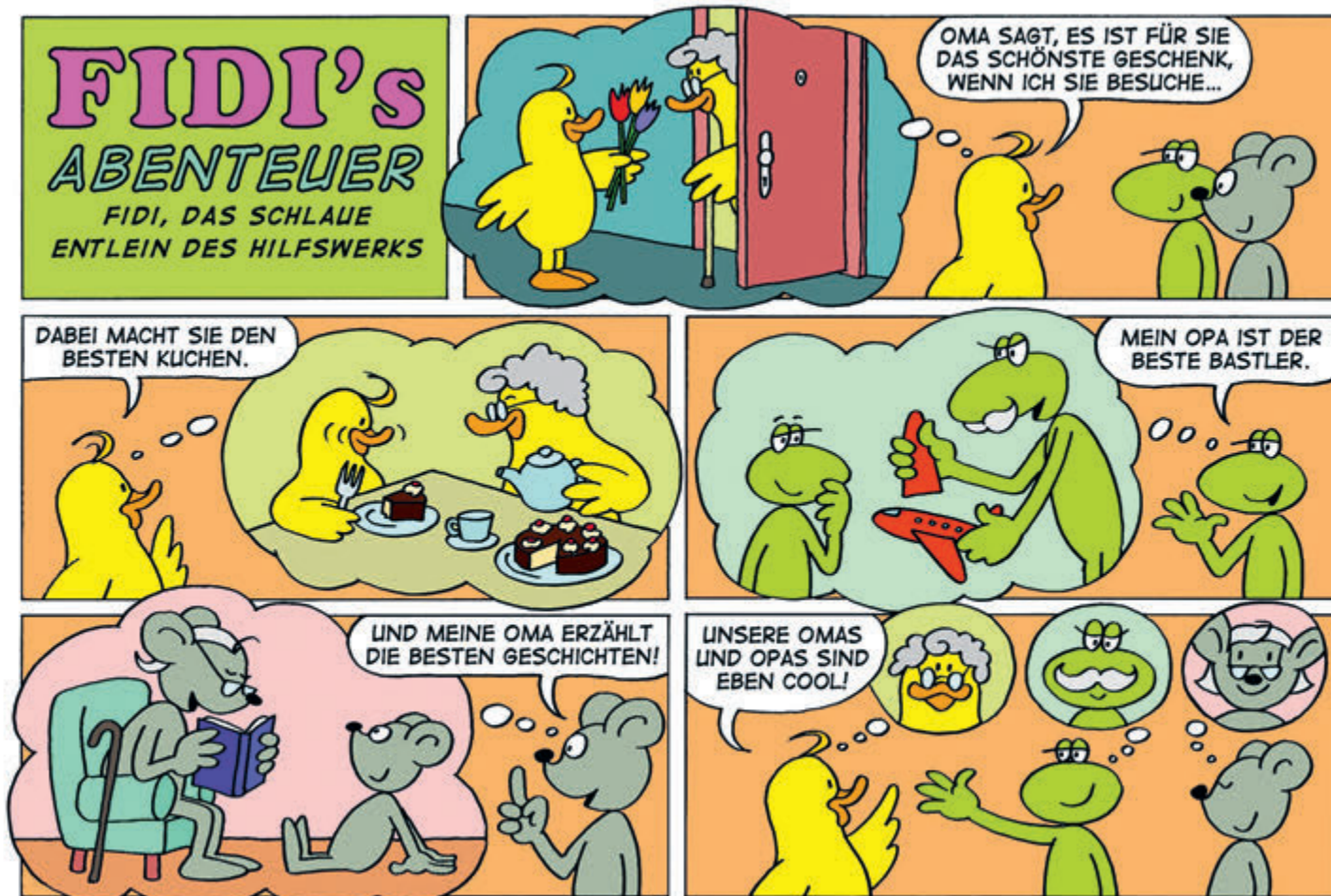
Gesund pflegen

Mit jeder Händedesinfektion mehr Pflege. Gut für helfende Hände
und ihre Patienten: **Sterillium® classic pure** erhöht die Hautfeuchtigkeit
schon nach einer Woche um rund 30 Prozent*.



Wir forschen für
den Infektionsschutz

* Reece T., Reliance Clinical Testing Service Inc., Irving TX, March 25, 2015:
Evaluating the Effect of a Hand Sanitizer Using an Exaggerated Hand Wash Method.



© HILFSWERK ÖSTERREICH / WILLI SCHMID

Buchtipp: Natürlich konservieren

Füllen Sie Ihre Vorratskammer mit Schätzen aus der Natur!

Die Ernährungswissenschaftlerin Rosemarie Zehetgruber beschreibt ausführlich die verschiedenen Methoden des natürlichen Haltbarmachens, liefert praktische Tipps zur richtigen Lagerung und gibt in ihren bewährten Rezepten jede Menge Anregungen für nachhaltiges und saisonales Kochen.

Schonend konservieren und die Nährstoffe optimal erhalten. Einkochen und sterilisieren, einlegen in Öl und Essig, einfrieren, trocknen, entsaften, Milchsäuregärung oder Essig herstellen – die verschiedenen Methoden werden umfassend und praxisnah vorgestellt. Mit den richtigen Methoden und Rezepten für Gemüse, Obst, Nüsse, Pilze, Kräuter und Blüten ist es ein Leichtes, die reiche Ernte aus der Natur rasch und gesund haltbar zu machen. Und dank der schonenden Zubereitung bleiben Geschmack und Nährstoffe erhalten. Ob Stachelbeerketchup, Melanzani in Honigmarinade, Tomatensugo, Kimchi oder süß-saure Zucchini – die abwechslungsreichen Küchenschätze sind die ideale Basis für viele einfache und schmackhafte Gerichte.

- rund 200 Rezepte zum Einmachen und Einlegen von Gemüse, Obst, Nüssen, Saaten, Pilzen, Kräutern und Blüten
- einfach umzusetzendes Praxiswissen zum Frischhalten, richtigen Lagern und Haltbarmachen

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



Praxishandbuch „Natürlich konservieren“

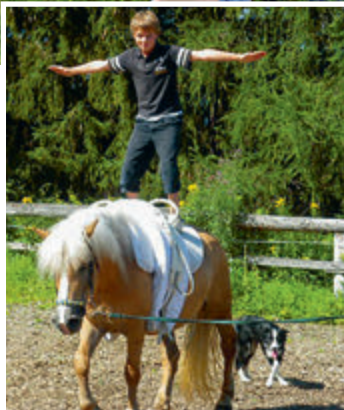
Vorrat aus Gemüse, Obst und Kräutern das ganze Jahr genießen. Von Rosemarie Zehetgruber mit über 250 Fotografien von Rita Newman. 336 Seiten, gebunden. 29,90 Euro, ISBN 978-3-7066-2556-2

Ferien-Hits für coole Kids

Action Days. Unterhaltung für die Kinder und ein gutes Gefühl für die Eltern, dass der Nachwuchs während der schulfreien Zeit gut betreut ist – das bietet das Ferienprogramm des Hilfswerks Salzburg.

Das Hilfswerk organisiert in den Sommermonaten ein- und mehrtägige Aktivitäten in verschiedenen Salzburger Gemeinden. Die Hilfswerk Action Days sind abwechslungsreiche Tagesangebote für drinnen und draußen.

Es warten unterschiedliche Abenteuer bei Ausflügen in den Wald, Wanderungen und Besuchen am Bauernhof. Es wird gebastelt, gemalt oder der Kopf bei einer spannenden Schnitzeljagd im Freien trainiert. <



Action Days

Im Sommer 2016 werden die Action Days in folgenden Regionen angeboten:

Action Days im Lungau

Sommer, Sonne und Spaß in der Natur – das wird Kindern von 10 bis 14 Jahren im Lungau geboten.

Tamsweg | 8. bis 26. August 2016

Info & Kontakt:

Hilfswerk Familien- und Sozialzentrum
Tamsweg, Tel.: 06474/77 10
Mail: tamsweg@salzburger.hilfswerk.at

Action Days im Pongau

Viele In- und Outdoor-Aktivitäten für Kinder von 6 bis 12 Jahren versprechen spannende Ferientage im Pongau.

St. Johann | 25. Juli bis 26. August 2016

Großarl | 25. Juli bis 5. August 2016

Info & Kontakt:

Hilfswerk Familien- und Sozialzentrum
St. Johann, Tel.: 06412/79 77
Mail: st.johann@salzburger.hilfswerk.at

Action Days im Tennengau

Spaß, kreatives Gestalten und spannendes Experimentieren für Kinder im Alter von 8 bis 12 Jahren stehen in Hallein am Programm.

Hallein | 18. bis 29. Juli 2016

Info & Kontakt:

Hilfswerk Familien- und Sozialzentrum
Hallein, Tel.: 06245/814 44
Mail: hallein@salzburger.hilfswerk.at

Action Days im Flachgau

Sechs Wochen kunterbunte Kindertage und jede Woche ein anderer Schwerpunkt – von Sport über Kochen bis hin zum kreativen Arbeiten.

Mattsee | 11. Juli bis 19. August 2016

Info & Kontakt:

Hilfswerk Familien- und Sozialzentrum
Henndorf, Tel.: 06214/68 11
Mail: henndorf@salzburger.hilfswerk.at

Fit in den Frühling

Kindergesundheit. Runter von der Couch und raus ins Grüne! Rechtzeitig zum Frühlingsbeginn informiert die Einrichtung zum Thema Kindergesundheit und Entwicklungsförderung.

Seit rund 25 Jahren engagiert sich das Hilfswerk Salzburg in der Kinderbetreuung und greift dabei laufend aktuelle Trends in Hinblick auf pädagogische Konzepte und Bedürfnisse von Kindern und Eltern auf. 2016 liegt der Fokus auf Kindergesundheit und Entwicklungsförderung. „Wir wollen damit Eltern, Erziehenden und Pädagogen Orientierung bieten und – im Austausch mit Partnerorganisationen – öffentliche Impulse setzen“, so Daniela Gutschi aus der Geschäftsführung des Hilfswerks Salzburg. Die Einrichtung organisierte im April fünf Regionalkonferenzen in Stadt und Land Salzburg und lud Partnerorganisationen, Gemeindevertreter/innen bzw. Interessierte aus dem sozialpädagogischen Bereich zum fachlichen Austausch ein.



Partnerorganisationen und Interessierte wurden mit theoretischen und praktischen Inputs zum Thema Ernährung und Bewegung bei Kindern versorgt und zum thematischen Austausch eingeladen.

Orientierungshilfe und Impulse

Das Hilfswerk reagiert mit seiner Schwerpunktsetzung auf beobachtete Unsicherheiten bei Eltern, Erziehenden und Pädagogen. Denn das Thema Kindergesundheit stellt sich heute sehr vielschichtig und oft unübersichtlich dar. Eindeutig ist, dass im Kindesalter entscheidende Weichen für die künftige Gesundheit des Kindes gestellt werden. Und klar

ist auch, dass gesunde Ernährung und ausreichend Bewegung wichtig sind. Was aber zeichnet gesunde Ernährung und Bewegung tatsächlich aus? Hierzu wurde im Rahmen der Regionalkonferenz der von Fachexpert/innen im Hilfswerk entwickelte Kinderbetreuungs-kompass für Eltern und Pädagogen vorgestellt. Dieser soll einen Überblick schaffen und Impulse setzen. <



Regionalkonferenz Salzburg

Das Hilfswerk-Familien- und Sozialzentrum Salzburg Stadt lud zum jährlichen Informations- und Vernetzungstreffen zum Thema Kindergesundheit. Im Bild v.l.n.r.: Manfred Feichtenschlager, Fachabteilung Soziale Arbeit, LT-Präs. Brigitta Pallauf, Regionalausschussvorsitzende, Daniela Gutschi, Geschäftsführung, Evelyn Gumpinger (Sportunion Salzburg), Klemens Manzl, Leiter Familien- und Sozialzentrum, und Natalie Kohl, Fachabteilung Kinderpädagogik

Regionalkonferenz Flachgau

Die Hilfswerk-Regionalkonferenz im Flachgau (v.l.n.r.): Claudia Petschl (Leiterin Hilfswerk-Familien- und Sozialzentren im Flachgau), LAbg. Theresia Neuhofer (Stv. Hilfswerk-Regionalausschussvorsitzende), Bgm. Fritz Kreil (Straßwalchen), LAbg. a. D. Resi Fletschberger (Hilfswerk-Regionalausschussvorsitzende), Bgm. Joachim Maislinger (Wals-Siezenheim), Daniela Gutschi (GF Hilfswerk Salzburg), Bgm. Franz Tiefenbacher (Elsbethen), Bgm. Monika Schwaighofer (Seekirchen)



Regionalkonferenz Tennengau

Informieren sich zum Thema Kindesgesundheit (v.l.n.r.): Bgm. Helmut Klose (Puch), Bgm. Andreas Ploner (Krispl), Silvia Deutschmann (Leiterin des Hilfswerk-Familien- und Sozialzentrums Hallein), Vbgm. Josef Rußegger (Hallein), Daniela Gutschi (Geschäftsführung Hilfswerk Salzburg), Bezirkshauptmann Helmut Fürst (Hallein) Monika Noppinger (Hilfswerk Regionalausschuss Tennengau) und Bgm. Friedrich Holztrattner (Bad Vigaun)

Regionalkonferenz Lungau

Im Bild (v.l.n.r.): Die Fachexperten Manfred Feichtenschlager und Natalie Kohl vom Hilfswerk Salzburg, Vbgm. Bernhard Prodingner (Tamsweg), Monika Weilharter (Forum Familien), Franz Bäckemberger (Leiter Familien- und Sozialzentrum Tamsweg), Daniela Gutschi (Geschäftsführung Hilfswerk Salzburg), Bgm. a. D. Hans Rauscher (Hilfswerk-Regionalausschuss) und Martin Bozeczki (Sportunion Salzburg)



Regionalkonferenz Pongau

Im Bild (v.l.n.r.): Vbgm. Johann Freiburger (Bad Hofgastein), Herbert Schaffrath (Leiter des Hilfswerk-Familien- und Sozialzentrums Pongau), Bgm. Hannes Weitgasser (Werfen), Bgm. Friedrich Zetting (Bad Hofgastein), Bgm. Max Aichhorn (Kleinarl), Daniela Gutschi (Geschäftsführung Hilfswerk Salzburg), Bgm. Rupert Winter (Altenmarkt), Bgm. Günther Mitterer (St. Johann), Bgm. Josef Tagwercher (Radstadt)

Die fachlichen Ausführungen der Referentinnen und Referenten von Hilfswerk und Sportunion wurden mit praktischen Übungsbeispielen veranschaulicht – im Bild die Übung „Spiegel“.



ALBIRO

fashion on the job!

Tragfähige Funktionalität von Kopf bis Fuß und das alles aus einer Hand!

Wir verfügen nicht nur über jahrzentelanges Know-how in der Produktion und Vermarktung von Arbeits-, Schutz- und Sportbekleidung, sondern bieten unseren Kunden auch maßgeschneiderte Komplettlösungen von der Produkt- und Designentwicklung, über Muster- und Einzelanfertigungen bis hin zu individuellen, flexiblen Logistikkösungen an.



ALBIRO Ges.m.b.H
Sittersdorf 46
9133 Miklaushof
Austria

Tel +43 4237 /22 57
Fax +43 4237 /26 54
contact@albiro.com

www.albiro.com
www.solida.at
www.frencys.com

 SOLIDA

 FRENCYS
FUTURE LAB

**KLEINES
GOLD
BRINGT
GROSSE
SCHEINE!**

Gold
BESTEHT...



**...WÄHRUNG
VERGEHT!**



Als Testsieger des Vereins für Konsumenteninformation beraten wir Sie beim Verkauf von Alt- & Brillantschmuck, Brillanten, Golddukaten, Philharmoniker & Co.

Transparente und seriöse Beratung

Karl Höfinger, Inhaber von Höfinger-Gosireco, berät seit 15 Jahren Kunden aller Käuferschichten. Und zwar umfassend. Im privaten Ambiente nehmen sich die Gosireco-Berater Zeit, um ganz auf ihre Kunden, ihre Wünsche und ihre Anliegen einzugehen.

Neben allen österreichischen zertifizierten Anlageformen bietet man bei Höfinger-Gosireco aber auch weltweit bekannte Münzen wie etwa den Krugerrand an. Höfinger-Gosireco berät aber nicht nur beim Goldanlagenkauf, sondern auch beim Verkauf. Viele Kunden bringen ihr Gold in Form von Schmuckstücken zu Höfinger. Oftmals ist der Nachwuchs daran nicht interessiert und eine Weitergabe in der Familie daher keine Option. Lieber verkaufen die Kunden ihren Schmuck und legen den erzielten Geldwert in beständiges Gold an, oder nützen den erzielten Geldwert für sich selbst. Natürlich spielt in diesem Fall Vertrauen eine große Rolle. Und die Kunden von Höfinger-Gosireco wissen, dass sie der Beratung vertrauen können. Das bestätigt der Verein für Konsumenten-Information. Der testete 2011 den Erlös beim Verkauf von Gold und veröffentlichte die Ergebnisse. Fazit: Höfinger schnitt als klarer Testsieger ab. Das vor allem wegen des erzielten Preises, aber auch wegen der transparenten und seriösen Beratung.

Höfinger-Gosireco GmbH

Gumpendorferstr. 78, 1060 Wien, Tel.: 01/581 30 11

E-Mail: gold@gosireco.com; www.gosireco.com

Sprache verbindet

Deutschkurse. Das Hilfswerk leistet einen wertvollen Beitrag zur Integration von Flüchtlingen. „Nur wenn es gelingt, diese Menschen rasch zu integrieren, können wir soziale Probleme in der Zukunft vermeiden“, ist Präsident Othmar Karas überzeugt.

„Die Arbeit von Hilfswerk Austria International beginnt schon in den Flüchtlingslagern im Libanon, um den Kriegsoptionen eine Perspektive für die Rückkehr in ihre Heimat zu geben“, erklärt Präsident Othmar Karas. „In Österreich ist die Beherrschung der deutschen Sprache wichtigste Voraussetzung für eine gelungene Integration – da sind sich alle Experten einig.“

Sprache und Orientierung

Seit Mai bietet das Hilfswerk daher vermehrt Sprachkurse an, die als Hilfe zur Verständigung, aber auch zur besseren Orientierung der Flüchtlinge in Österreich gedacht sind. Ermöglicht wird dies durch Spenden, die auch über „HELFEN. WIE WIR.“ gesammelt wurden, einer gemeinsamen Plattform des ORF mit den Hilfsorganisationen Caritas, Diakonie, Hilfswerk, Rotes Kreuz, Samariterbund und Volkshilfe. „Zum Unterschied zu den meisten anderen Deutschkursen, die in der Regel erst nach einem erfolgreichen Asylverfahren – also nach

einigen Monaten – angeboten werden, setzen wir schon viel früher an. Unser Ziel ist es, die Menschen möglichst rasch mit Sprachkursen zu unterstützen, möglichst vom ersten Tag an“, erklärt Karas.

Österreichische Kultur

„Sprechen lernt man nur durch sprechen“ lautet die Kampagne, die vor allem vom ORF großzügig promotet wird. „HELFEN. WIE WIR.“ hat im Vorjahr einen wichtigen Beitrag zur Unterbringung und Betreuung von Flüchtlingen in Österreich geleistet. Eines der vorrangigsten Probleme ist und bleibt aber die Integration“, sagt ORF-Generaldirektor Alexander Wrabetz. „Und die Grundvoraussetzung dafür ist der Spracherwerb. Sprache ist nicht nur der Schlüssel zur Verständigung, sondern vermittelt auch Haltungen.“ „Die Texte des österreichischen Lyrikers Ernst Jandl finden bis heute im Schulunterricht Verwendung und sind thematisch hochaktuell. Außerdem machen sie

deutlich, wie schwierig die deutsche Sprache ist“, erklärt Sissy Mayerhofer, Leiterin des ORF-Humanitarian Broadcasting.

Spenden

Die Website <http://helfenwiewir.at> ermöglicht nicht nur Online-Spenden, sondern stellt auch Unterrichtsmaterialien sowie Deutschkurse zum kostenlosen Download zur Verfügung und bietet alle wichtigen Informationen zur Kampagne und den Hilfsmöglichkeiten. Der ORF-Teletext informiert auf Seite 685. Die vielfältigen Aktivitäten des Hilfswerks mit allen Möglichkeiten von Spenden und freiwilliger Mitarbeit sind auf der Website www.hilfswerk.at/spenden/hilfe-fuer-fluechtlinge dargestellt. <



Führungswechsel im Hilfswerk Österreich



Elisabeth Anselm (links) ist mit 1. Juli 2016 alleinige Geschäftsführerin der Bundesorganisation des Hilfswerks. Walter Marschitz (Mitte), der bisher mit Anselm gemeinsam das Hilfswerk Österreich geleitet hat, verlässt nach 15 Jahren die Organisation und wird Geschäftsführer der „Sozialwirtschaft Österreich“, dem Verband der österreichischen Sozial- und Gesundheitsunternehmen. Dieser wurde 1997 als Berufsvereinigung von Arbeitgebern für Gesundheits- und Sozialberufe (BAGS) gegründet, vertritt derzeit bundesweit 400 Mitgliedsorganisationen der Branche (u. a. auch das Hilfswerk) und schließt für mehr als 55.000 Arbeitnehmer/innen die Kollektivverträge ab (www.swoe.at). Präsident Othmar Karas (rechts) dankte Marschitz für seine langjährige, höchst kompetente Arbeit. „Mit Anselm alleine werden wir diesen erfolgreichen Weg kontinuierlich fortsetzen und gleichzeitig neue Akzente setzen“, so Karas.



Österreich sozial

Die größte Datensammlung sozialer Einrichtungen im gesamten Bundesgebiet informiert über:

- Vereine und Verbände
- Selbsthilfegruppen
- Interessenvertretungen
- Wohlfahrtseinrichtungen
- Behörden
- und viele andere mehr



Soziale Dienste

bietet einen Überblick über das bundesweite Angebot an Mobilen Sozialen Diensten, wie z.B. 24-Stunden-Betreuung, Heimhilfe, Hauskrankenhilfe, Essen auf Rädern und vieles andere mehr.



Alten- und Pflegeheime

stellt Informationen über das umfangreiche Angebot an stationären Altenwohn- und Pflegeeinrichtungen sowie betreutem Wohnen in ganz Österreich zur Verfügung.



sozialministerium.at



facebook.com/sozialministerium

bezahlte Anzeige

NATIONALPARK ERLEBNIS- ZENTRUM WEIDENDOM



RollstuhlfahrerInnen sowie gehbeeinträchtigte Personen können beim Weidendom ein Zuggerät für Rollstühle (einen „Swiss-Trac“) sowie einen dazu passenden Rollstuhl entleihen.

NEU: um das Naturerlebnis im Gesäuse noch besser genießen zu können, gibt es ab sofort den Barrierefreien Wanderführer.



Barrierefreies Angebot rund um den Weidendom



Themenweg Leierweg
Ökologischer Fußabdruck
Themenweg Lettmair Au

Öffnungszeiten:

Mai, Juni und September:
geöffnet jeweils Sa, So, an
Feier- und Feiertagen

Juli und August:
täglich geöffnet
jeweils von 10:00 – 18:00 Uhr

Von Nationalpark Rangern betreute
Programme sind kostenpflichtig.



Hunger stillen in Kolumbien

Flussbeckenmanagement. Hilfswerk Austria International unterstützt über 32.000 Menschen in Guaviare im Amazonasgebiet. Kinder von Bauern und indigenen Bevölkerungsgruppen entwickeln sich dadurch gesünder.

Armut macht krank. Unzureichende und einseitige Ernährung führen zu Mangelerkrankungen, die nicht selten tödlich enden. Kinder sind besonders gefährdet. In Guaviare sind aufgrund der Wasserverschmutzung und der Abholzung der Flussufer viele Fischarten bedroht. Durch Flussbeckenmanagement und Schulungen lernen die Familien, ihren natürlichen Lebensraum besser zu schützen und ertragreichere, effektive Methoden für Fischzucht, Ackerbau und Viehzucht anzuwenden. Hilfswerk Austria International ist seit 15 Jahren in Kolumbien tätig, um die Lebensgrundlage der Bevölkerung zu sichern. Durch unseren bewusst verfolgten ganzheitlichen

Ansatz helfen unsere Projekte, die ökologischen, sozialen und ökonomischen Lebensbedingungen der ländlichen Bevölkerung zu verbessern.

Ernährungsvielfalt und Gesundheit aus den Flüssen

In den Flussbecken des Río Guaviare, des Río Ariari und des Inírida setzen wir gemeinsam mit den Familien gezielt das indigene Wissen über zahlreiche Fischarten und deren Lebensräume ein. So kann eine nachhaltige Fischzucht für Frauengruppen etabliert und das ökologische Gleichgewicht gesichert werden. Die Familien profitieren durch Ernährungssicherung und ein kleines Zusatzeinkommen. <



Ihre Spende stillt Hunger

150 Euro ermöglichen die Einrichtung von Fischzuchten, die die Ernährung von 75 Familien sicherstellen.

Spendenkonto

AT71 6000 0000 9000 1002, Kennwort: „Ernährungssicherung Kolumbien“
Ihre Spende ist steuerlich absetzbar.

Ihr Erbe wirkt in die Zukunft

Auch Erbschaften und Vermächtnisse ermöglichen ausreichende Mahlzeiten und Gesundheit für Kinder in Not. Gerne sende ich Ihnen weitere Informationen und freue mich auf Ihre Kontaktaufnahme: Luzia Wibiral, Telefon 01/40 57 500-14 sowie luzia.wibiral@hwa.or.at.
Hilfswerk Austria International,
1010 Wien, Ebendorferstraße 6/5,
www.hilfswerk-austria.at



Wasser- und Quellschutz sowie Aufforstung der Flussufer verhindern das Aussterben zahlreicher Fischarten und sichern die Lebensgrundlage der Familien.

Hilfswerk auf Tour

Information, Beratung und Unterhaltung. Die Schwerpunkte der Jahresinitiative des Hilfswerks sind Kinderbetreuung und Kindergesundheit, aber auch Tipps rund ums Älterwerden und Pflege, Finanzen und Vorsorge. Ebenso bei der Tour: Kinderspiele, Basteln, Kinderschminken, Gesundheits-Checks für Jung und Alt, Brillen putzen und vieles mehr. Und: FIDI „lebendig“ und in Lebensgröße!



Die Stationen der Hilfswerk Family Tour von Juni bis September

Sa	25.6.	8.00–12.00 Uhr	4600 Wels, Hamerlingstraße 8, Bauernmarkt
Sa	25.6.	16.00–20.00 Uhr	4100 Ottensheim, Marktplatz, Marktfest
Fr	8.7.	9.00–14.00 Uhr	5441 Abtenau, Markt 255, Spar
Sa	9.7.	8.00–12.00 Uhr	5400 Hallein, Mauttorpromenade 7, Grünmarkt Pernerinsel
Fr	15.7.	ab 13.00 Uhr	4320 Perg, Hauptplatz, Perger Wochenmarkt
Sa	16.7.	8.00–14.30 Uhr	5162 Obertrum, Schulstraße, Kids Triathlon
Fr	22.7.	ab 13.00 Uhr	4240 Freistadt, Genussmarkt am Hauptplatz
So	24.7.	10.00–17.00 Uhr	5550 Radstadt, Kinderfest
Sa	30.7.	10.30–19.00 Uhr	2500 Baden, Innenstadt, Kinder Spiel Festival
So	31.7.	10.00–17.00 Uhr	5572 St. Andrä im Lungau, Sportplatz, Lungauer Familienfest
Sa	6.8.	14.00–16.00 Uhr	2486 Pottendorf, Bahnstraße 28–30, Jubiläumsfest, Ferienspiel
So	14.8.	14.00–17.00 Uhr	2136 Laa an der Thaya, Zwiebelfest
Mo	15.8.	7.30–17.00 Uhr	8113 Stiwoll, Dorffest
Fr	19.8.	14.00–20.00 Uhr	9020 Klagenfurt, Am Metnitzstrand, Kärnten läuft (Running City)
Sa	20.8.	10.00–19.00 Uhr	9020 Klagenfurt, Am Metnitzstrand, Kärnten läuft (Running City)
So	21.8.	9.00–14.00 Uhr	9020 Klagenfurt, Am Metnitzstrand, Kärnten läuft (Running City)
Sa	27.8.	10.00–17.00 Uhr	2320 Schwechat, Stadtfest
Fr	2.9.	13.00–17.00 Uhr	2070 Retz, Landesseniorenwandertag
Sa	3.9.	11.00–18.00 Uhr	5020 Salzburg-Stadt, autofreier Tag Maxglan

In der nächsten Ausgabe der „Hand in Hand“ (erscheint am 2. September) lesen Sie, wo die Hilfswerk Family Tour fortgesetzt wird. Detailprogramm: siehe auch www.hilfswerk.at



Hilfswerk-Präsident Othmar Karas und Schirmherrin Ingrid Turkovic-Wendl besuchten die Tour in Perchtoldsdorf.

Die Partner der Hilfswerk-Jahresinitiative sind sVersicherung, sBausparkasse, Erste Bank und Sparkassen, sowie Neuroth. Wiener Städtische, Jako-o und die Sportunion unterstützen das Hilfswerk beim Fachschwerpunkt „Kindergesundheit“.

Gratis-Service-Pakete

Jetzt kostenlos bestellen! Das Service-Paket rund um Kinderbetreuung, Ernährung und Bewegung mit dem neuen Kinderbetreuungscompass und dem Kindergesundheitskalender!

Das Hilfswerk Service-Paket für Kinder und Eltern

Mit wertvollen Tipps zu den wichtigsten Fragen der Kinderbetreuung, Qualität der Betreuung und Betreuungsformen, Eingewöhnung und Krisen, Lernen und Fördern, Geld und Recht, Aufsichtspflicht, Haftung und Versicherung, Service und Anlaufstellen, Gesundheit und Erziehung. Mit lustigen und anschaulichen Bildern und Grafiken durch den Jahreskreis. Mit Rezepten und Bewegungstipps, die sich spielerisch umsetzen lassen.

Jetzt gratis bestellen:

0800 800 820 oder office@hilfswerk.at

Bewährt und immer noch aktuell: Der Hilfswerk Pflegekompass

Eine Orientierungshilfe rund um Pflege und Betreuung. Mit wertvollen Tipps für Betroffene, Interessierte und Angehörige. Mit Informationen zu Gesundheit, Krankheit und Älterwerden, was bei der Entlassung aus Spital und stationärer Therapie zu beachten ist. Dazu Tipps zum bestmöglichen Erhalt der Selbstständigkeit, zur Anpassung der Wohnung oder des Hauses, zu praktischen Hilfsmitteln und Unterstützungsmöglichkeiten, zum Umgang mit seelischen Herausforderungen und Abhängigkeit sowie zu Geld und Recht.

Jetzt gratis bestellen:

0800 800 820 oder office@hilfswerk.at



1.000 Mitarbeiter – Hand in Hand

Hilfswerk als Arbeitgeber. Egal ob Hauskrankenpflege, Betreutes Wohnen, Pflege in Seniorenheimen, Essen auf Rädern oder Kinderbetreuung und Jugendcoaching – Tag für Tag engagieren sich Mitarbeiter des Hilfswerks Salzburg für das Wohl und die Zufriedenheit der Kunden. Mit 2016 sind es 1.000 an der Zahl.

„Qualität von Mensch zu Mensch“, das gilt beim Hilfswerk sowohl unternehmensintern als auch nach außen hin zum Kunden. Das geht auch aus Gesprächen mit den Mitarbeitern immer wieder hervor: Die Arbeit wird nicht nur als Beruf, sondern vielmehr als Berufung gesehen. Menschen zu helfen und zu unterstützen steht im Fokus der täglichen Arbeit. Die Mitarbeiter des Hilfswerks Salzburg arbeiten dabei Seite an Seite, Hand in Hand. Mit 2016 freut sich das Hilfswerk Salzburg über seine tausendste Mit-

arbeiterin: Frau Nekla Kus, Raumpflegerin in der KinderVilla Hallein (Foto rechts). Sie wurde zu Jahresbeginn als Teil der Belegschaft der Kinderbetreuungseinrichtung des Bildungsvereins der Halleiner Schwestern Franziskanerinnen vom Hilfswerk übernommen. „Ein sicherer Arbeitgeber ist heutzutage unglaublich wichtig. Ich freue mich, dass ich trotz des neuen Trägers meine Arbeit in der KinderVilla fortführen kann und nun Teil des Hilfswerks in Salzburg bin“, so Nekla Kus. <



Zertifikat für Tagesmütter

Professionelle Betreuung. Nach 8 Monaten mit 33 Schulungstagen und 80 Stunden Praktikum haben Ende April 16 Damen aus Salzburg die zertifizierte Ausbildung zur Tagesmutter abgeschlossen. Die Ausbildung im Hilfswerk folgt den vorgegebenen Standards des Bundesministeriums für Jugend und Familie und trägt seit 2012 das Gütesiegel für Tageselternausbildung.



Die individuelle und vor allem auch flexible Betreuung durch Tageseltern ist dieser Tage immer mehr gefragt. Im vergangenen Jahr wurden im Monatsschnitt rund 460 Kinder betreut – und das bei über 300.000 Betreuungsstunden. Knapp 100 Tagesmütter sind hierbei im Einsatz. Sie arbeiten engagiert und professionell. Und bilden sich stetig weiter. „Das Hilfswerk Salzburg gratuliert allen Tagesmüttern zum Abschluss und wünscht ihnen viel Erfolg und Freude in ihrer Tätigkeit“, so Daniela Gutschi aus der Geschäftsführung des Hilfswerk Salzburgs bei der Zertifikatübergabe. <

Alles fürs tägliche Leben zuhause

Bei INTERSPAR stehen die Menschen im Mittelpunkt. Daher bietet der modernste Vollversorger des Landes seinen Kundinnen und Kunden immer ein bisschen mehr. Von einem bunten und vielfältigen Angebot an Lebensmitteln bis zu Produkten für Gesundheit, Pflege und Wohlbefinden ist für den täglichen Bedarf ALLES DA DA DA – vieles davon zu Spitzenpreisen.

Mit über 50.000 Produkten für das tägliche Leben zuhause bietet INTERSPAR für

Kundinnen und Kunden jeden Alters und für unterschiedlichste Bedürfnisse einfach alles was sie zum Leben brauchen.

Nivea Body Milk oder Lotion

(ausgenommen Q10)

400 ml

(= per 100 ml 1,-)

statt 6,19 nur 3,99



Besonders wenn es um Produkte für Gesundheit und Pflege geht, vertrauen viele Kunden ausschließlich auf vertraute Marken namhafter Produzenten.

Bei INTERSPAR gibt es viele Top-Marken unter einem Dach – wie Naturkosmetikprodukte, Seniorenhandys von Olympia oder medizinische Vorsorgeräte wie Blutzucker- oder Blutdruckmessgeräte von MEDISANA.

Top-Marken zum Top-Preis

Blutdruckmessgeräte sind in vielen Haushalten nicht mehr wegzudenken. Besonders bei Herz- und Kreislauferkrankungen raten Ärzte den Betroffenen in regelmäßigen Abständen dazu den Blutdruck zu kontrollieren. Mit den renommierten Marken MEDISANA und ECOMED finden Kunden von INTERSPAR in den Non Food Warenwelten die neuesten Blutdruckmessgeräte die es derzeit auf dem Markt gibt. Unverzichtbar sind für viele Menschen auch Hilfsmittel wie Trinkbecher oder Warmhalteteller. Mit der SPAR-Exklusivmarke Simpex punkten diese Produkte nicht nur bei Qualität sondern auch mit einem Spitzenpreis.

Auch bei Heimtextilien wie Matratzenauflagen, Spannleintüchern bis hin zu Sitzkissen oder Handtüchern werden Kunden in den Warenwelten von INTERSPAR schnell fündig.

Alles rund ums Wohlbefinden

Muskelrelaxierende Bäder bewirken oft wahre Wunder. Das wissen auch viele Kunden von INTERSPAR zu schätzen.

Besonders zu schätzen wissen INTERSPAR-Kunden die breite Palette an Kosmetikprodukten die ihnen hierfür zur Auswahl steht. Naturkosmetikprodukte sind besonders schonend zur Haut und damit auch von Personen mit Hautallergien gut verträglich.

IMMER BILLIG

Abtei Kieselerde Biotin Plus

Nahrungsergänzungsmittel für gepflegte Haut, schöne Haare und feste Nägel, 56 Tabletten
statt 6,69 nur 5,39



ALLES DA DA DA



INTERSPAR

Kulinarik-Eldorado für Jedermann

Ob vegane und vegetarische Spezialitäten oder Gluten- und laktosefreie Produkte. Ernährungsbedürfnisse haben sich in den letzten Jahren stark verändert und könnten nicht unterschiedlicher sein. Frei nach dem Credo „Vielfalt für Jedermann“ können auch Kunden mit speziellen Ernährungsbedürfnissen bei INTERSPAR aus dem Vollen schöpfen. Über 200 vegane und vegetarische Speisen von den Top-Marken Veggie Life, Weight Watchers und der beliebten Eigenmarke SPAR Veggie by Neni stehen im größten vegetarischen und veganen Sortiment Österreichs zur Auswahl. Auch bei Lebensmittelunverträglichkeiten bietet der Vollversorger unter der Marke SPAR free from sowohl glutenfreies Brot und Gebäck, als auch laktosefreie Milch und Molkereiprodukte.

OLYMPIA

Classic Mini Extra große Tasten Farb-Display, Bildkurzwahl

Freisprechfunktion,
Notruftaste, entsperrt,
Standby: 120 Std.,
Sprechzeit bis zu 3 Std.,
2 Jahre Garantie
1/2 Preis: statt* 79,90
nur 39,95



IN

GUTSCHEIN



Dallmayr Prodomo

Bohne oder gemahlen
500-g-Packung 7,99

Sie sparen 6,-!

mit Gutschein
bei 2 Packungen je

4⁹⁹

2 Packungen 9,98

Gutschein gültig von 16.6. bis 6.7.2016, solange der Vorrat reicht, pro Person kann nur ein Gutschein eingelöst werden, keine Barabläse möglich.

IN

GUTSCHEIN

Ecomed Oberarm- Blutdruckmessgerät BU92E

Manschette für 22-30 cm Armmfang,
für 2 Benutzer, Displayanzeige:
Systole, Diastole, Puls, Datum,
Uhrzeit, 2 Jahre Garantie

Sie sparen 3,-!

statt 17,99

14⁹⁹



Gutschein gültig bis 30.6.2016, solange der Vorrat reicht, pro Person kann nur ein Gutschein eingelöst werden, keine Barabläse möglich.

Neu im Hilfswerk

Natalie Kohl B.A.

**Leitung
Fachabteilung
Kinder-
betreuung/
Pädagogik**



Mit Mai übernahm Natalie Kohl die Fachabteilung Kinderbetreuung und Pädagogik des Hilfswerks Salzburg. Natalie Kohl kann auf eine langjährige Berufserfahrung zurückgreifen und hat mehrere Ausbildungen im Bereich Gesundheit und Ernährung absolviert, welche sich in die pädagogische Arbeit gut integrieren lassen. Ihre Lebensphilosophie: „Das Ganze ist mehr als die Summe seiner Teile.“

Doris Ackerl

**Mitarbeiterin
Fachabteilung
Kinder-
betreuung/
Pädagogik**



Seit Mai 2016 unterstützt Doris Ackerl als fachliche Mitarbeiterin die Fachabteilung Kinderpädagogik. Sie ist seit 1999 beim Hilfswerk Salzburg tätig, zuletzt als Bereichsleiterin Kinderbetreuung im Bezirk St. Johann. „Ich freue mich sehr darauf, als Bindeglied zwischen fachlicher Entwicklung der Dienstleistungen in der Kinderbetreuung und der praktischen Arbeit vor Ort mitgestalten zu dürfen.“

Kathrin Hilzensauer

**Stellvertretende Leitung
Familien- und
Sozialzentren
Pinzgau**



Nach einer im Hilfswerk abgeschlossenen Lehre und nach über 10 Jahren in der Administration übernimmt Kathrin Hilzensauer die stellvertretende Leitung der Familien- und Sozialzentren im Pinzgau. „Ich freue mich sehr über diese Chance und das Vertrauen. Das abwechslungsreiche Aufgabenfeld, der Kundenkontakt und das eigenständige Arbeiten machen mir nach wie vor sehr viel Spaß.“

Johanna Stegmüller Bsc.

**Mitarbeiterin
Fachabteilung
Pflege**



Johanna Stegmüller ist Diplomierte Gesundheits- und Krankenpflegerin und bringt in ihre neue Position wertvolle Erfahrungen aus ihrer Anstellung an der Christian Doppler Klinik in Salzburg und ihrem Studium „Gesundheitsmanagement“ an der Fachhochschule Kärnten mit. „Ich freue mich sehr auf die vielen neuen Aufgaben und Herausforderungen, die das Arbeiten so abwechslungsreich machen.“

www.hilfswerk.at

Wir sind da, wenn Sie uns brauchen.

• Landesgeschäftsstelle

Kleißheimer Allee 45
5020 Salzburg
Tel. 0662/43 47 02
office@salzburger.hilfswerk.at

.....

• Salzburg-Stadt

Inge-Morath-Platz 30
Tel. 0662/43 09 80
stadt@salzburger.hilfswerk.at

• Henndorf

Hauptstraße 34, Tel. 06214/68 11
henndorf@salzburger.hilfswerk.at

• Oberndorf

Römerweg 3, Tel. 06272/66 87
oberndorf@salzburger.hilfswerk.at

• Tamsweg

Kuenburgstraße 9, Tel. 06474/77 10
tamsweg@salzburger.hilfswerk.at

• Hallein

Griesmeisterplatz 2, Tel. 06245/814 44
hallein@salzburger.hilfswerk.at

• St. Johann

Hauptstraße 67, Tel. 06412/79 77
st.johann@salzburger.hilfswerk.at

• Saalfelden

Parkstraße 5a, Tel. 06582/751 14
saalfelden@salzburger.hilfswerk.at

• Zell am See

Salzachtal-Bundesstraße 13
Tel. 06542/746 22
zell@salzburger.hilfswerk.at

• Mittersill

Hintergasse 2/3, Tel. 06562/55 09
mittersill@salzburger.hilfswerk.at

.....

• Zentrum Walser Birnbaum

Lagerstraße 1
5071 Wals-Siezenheim
Tel. 0662/85 00 69
zwb@salzburger.hilfswerk.at

• Dr.-Eugen-Bruning-Haus

Markt 480, 5570 Mauterndorf
Tel. 06472/200 48
office.hgm-mauterndorf@hwsbg.at

• Seniorenheim Großgmain

Untersbergstraße 378
5084 Großgmain
Tel. 06247/85 43
sh.grossgmain@salzburger.hilfswerk.at

• Seniorenheim Bad Gastein

K.-H.-Waggerl-Straße 47
5640 Bad Gastein
Tel. 06434/22 67
sh.bad-gastein@salzburger.hilfswerk.at

• Seniorenheim St. Veit

Markt 4
5621 St. Veit im Pongau
Tel. 06415/76 07
sh.st.veit@salzburger.hilfswerk.at

• Seniorenheim Werfen

Markt 54
5450 Werfen
Tel. 06468/52 43
sh.werfen@salzburger.hilfswerk.at

.....

• Verein für Sachwalterschaft

St. Johann im Pongau
Hauptstraße 91d
Tel. 06412/67 06

Zell am See
Salzachtal-Bundesstraße 13
Tel. 06542/742 53

Wünschen Sie sich auch mehr Lebensqualität?



Alles rund ums
bessere Hören -
für Sie kompakt
verpackt in der
Hörbox.

**GRATIS bei
Neuroth –
mit Hörgeräte-
Muster**

www.neuroth.at

Gutschein

- > Ausschneiden
- > Zu Neuroth bringen
- > Hörbox abholen

Vorname, Name

Straße, Nr.

PLZ, Ort

Tel

NEUROTH

Besser hören · Besser leben

NEUROTH - 122x in Österreich
Info-Tel 00800 8001 8001

meine gesundheit.
meine entscheidung.



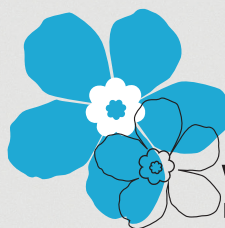
Lydia Puchberger, Angestellte:

„Seit kurzem hab ich ein Tablet. Ich wollte immer schon Musickarten im Internet bestellen – das ist ja heutzutage ganz einfach. Genauso wie bei ELGA, der neuen elektronischen Gesundheitsakte: Ich hol mir eine Handysignatur und kann dann ganz bequem auch meine neuesten Befunde anschauen und speichern. Wirklich praktisch, diese ELGA.“

Meine elektronische Gesundheitsakte.
Meine Entscheidung!

Mehr Information: ELGA-Serviceline 050 124 4411 oder elga.gv.at





Vergissmeinnicht.at
Die Initiative für das gute Testament



Meine Hilfe lebt nach mir weiter.



„Im Laufe meines Lebens habe ich erfahren müssen, wie schnell man von der Unterstützung Anderer abhängig sein kann. Sei es durch eine Behinderung, den Pflegebedarf nach einem Unfall oder auch im Alter. Doch Unterstützung brauchen nicht nur wir Menschen – auch Tiere und Umwelt benötigen unsere Hilfe. Weil ich eines Tages nicht mehr selber helfen kann, habe ich mir vorgenommen, einer gemeinnützigen Organisation einen Teil meines Vermögens zu hinterlassen.“



Wundervolle Ideen, um mit meinem Testament in Erinnerung zu bleiben.

Broschüre jetzt anfordern:
Vergissmeinnicht.at oder Tel.: 0800-700-111