

Hand in Hand

Zeitschrift für Gesundheit, Familie und Soziales



HILFSWERK

1 | 2019

Alt und vergesslich? Von wegen!

Wie sich Gehirn und Gedächtnis
im Alter verändern. > 4

Othmar Karas im Interview.
Miteinander mehr erreichen! > 24

Geistig fit bleiben.
Gedächtnistraining im Alter. > 7

Soziale Integration. Programmpunkte des Projekts UPGRADE. > 21



Demmen, Mallick & Bergmann

LEBE DAS LEBEN

„Ois OK“ von Seiler und Speer – jetzt auf LebeDasLeben.com

IHRE SORGEN MÖCHTEN WIR HABEN



EDITORIAL

Viktoria Tischler,
Geschäftsführerin OÖ Hilfswerk

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

Nach einem intensiven und schneereichen Winter möchte ich Sie mit der ersten „Hand in Hand“-Ausgabe im Jahr 2019 und somit rechtzeitig zum ersehnten Frühlingsbeginn begrüßen.

Dass wir im Alter mit unserem Gedächtnis zunehmend unzufriedener werden, indem uns etwa der eine oder andere geläufige Name nicht mehr einfallen möchte oder gewisse Dinge verlegt bzw. vergessen werden, ist hinreichend bekannt und durchaus bei jedem nahezu gelebte Praxis. Doch ab wann sind derlei zumeist auf Übermüdung oder Unaufmerksamkeit beruhenden „Vergessenszustände“ noch als normal bzw. bereits als besorgniserregend zu deuten? Welche Symptome könnten schon Anzeichen einer Demenzerkrankung sein und welche Maßnahmen sind sowohl für Betroffene als auch für Angehörige zu treffen, sollte sich der Verdacht einer solchen Krankheit verdichten oder gar schon eine Diagnose vorliegen? In Anlehnung an den ersten Teil der geplanten Beratungsbroschüre sowie anlässlich des Fachschwerpunktes Demenz möchte die erste „Hand in Hand“-Publikation des neuen Jahres auf diese Fragen eingehen sowie allgemein über die Funktionsweise des alternden Gehirns informieren. Ich wünsche Ihnen einen guten Start in den Frühling und viel Vergnügen beim Lesen.

Ihre Viktoria Tischler

COVERSTORY

- 4 Gehirn und Gedächtnis im Alter.** Alt und vergesslich? Von wegen!

PFLEGE & BETREUUNG

- 7 Gehirnzellen.** Gedächtnis-training hält geistig fit!
- 8 Gedächtnistraining.** Dem ungebetenen Vergessen vorbeugen.
- 10 Auszeichnung.** „Pflegerin mit Herz“.
- 11 Notruftelefon.** „Schutzensengel am Handgelenk“.
- 13 24-Stunden-Betreuung.** „Sehr gut“ für Hilfswerk.

GESUNDHEIT & LEBEN

- 14 Vielseitiges Programm im Hilfswerk**
- 16 Festakt.** 20 Jahre Hilfswerk Ried.

KINDER & JUGEND

- 18 FIDI-Comic**
- 20 Umzug.** Hort „Sonnenblume“ in neuen Räumlichkeiten.
- 21 Rückblick.** Programmpunkte des Projekts UPGRADE.

HILFswerk

- 22 Erich Fidesser.** Der Hilfswerk-Vater wird 80.
- 24 Othmar Karas im Interview.** Miteinander mehr erreichen!
- 27 Hilfswerk on Tour.** Die Family-Tour-Stationen bis Juni.
- 28 Mobiler Mittagstisch.** Unterwegs mit neuem Gefährt.
- 29 Hilfswerk International.** Hilfe für Menschen in Not.
- 30 Adressen**

Medieninhaber und Herausgeber: OÖ Hilfswerk GmbH, Landesgeschäftsstelle **Redaktionsadresse:** Zeitschrift Hand in Hand, OÖ Hilfswerk GmbH, Landesgeschäftsstelle, Dametzstraße 6, 4010 Linz, Tel. 0732/77 51 11-0, Fax 0732/77 51 11-200, E-Mail: office@ooe.hilfswerk.at **Redaktion Oberösterreich:** Viktoria Tischler, BULLDOGagentur GmbH **Redaktion Österreich:** Roland Wallner, Martina Goetz, Daniela Gutschi, Gerald Mussnig, Heiko Nötstaller, Helmut Ribarits, Angelika Spraidner, Viktoria Tischler **Bildnachweis, Fotos:** Hilfswerk Österreich (Suzy Stöckl, Klaus Titzer), OÖ Hilfswerk, Hilfswerk Austria (29/Constantine Bassel), Shutterstock (Cover/3/4/Ollyy, 8/Robert Kneschke), 9/Andreas Röbl, 10/Richard Tanzer, 14/15/28/Erika Ganglberger, 16/Nicolas Schossleitner, 19/OÖ Versicherung **Gesamtauflage:** 100.000 Stück **Vertrieb:** 90 % persönlich adressierte Sendungen **Offenlegung:** <https://www.hilfswerk.at/oesterreich/impressum/> **Anzeigenverkauf (Gesamtauflage):** Hilfswerk-Bundesgeschäftsstelle, Tel. 01/40 57 500 **Anzeigenverkauf (Oberösterreich):** Hilfswerk OÖ, Tel. 0732/76 06-728 **Layout/Produktion:** Egger & Lerch Corporate Publishing, 1030 Wien **Druck:** Wograndl, 7210 Mattersburg. **Widerruf:** Ich bin mit der regelmäßigen Zusendung der Zeitschrift für Gesundheit, Familie und Soziales „Hand in Hand“ einverstanden. Diese Einwilligung kann ich jederzeit per E-Mail an datenschutz@hilfswerk.at oder mittels Brief an das Hilfswerk Österreich, Grünbergstraße 15/2/5, 1120 Wien, widerrufen.

Alt und vergesslich?

Gehirn und Gedächtnis im Alter. Wenn wir älter werden, verändert sich unser Gehirn. Einige Funktionen werden schwächer, andere wiederum bleiben bis ins hohe Alter erhalten und können sogar noch stärker werden.

Was wollte ich doch gleich? Gerade war Maria ins Vorzimmer gegangen, um etwas zu holen. Jetzt steht sie zwischen Kommode und Schuhregal und kann sich beim besten Willen nicht erinnern, wonach sie gesucht hat. Ob Maria Mitte 40 oder Mitte 70 ist, spielt keine Rolle – jeder kennt Situationen wie diese. Hin und wieder etwas zu vergessen, ist schlichtweg menschlich und altersunabhängig.

Dennoch verbinden wir mit dem Alter eine gewisse Tendenz zur Vergesslichkeit. Diese hat weniger mit einem generellen Leistungsabbau, sondern in den meisten Fällen mit normalen altersbedingten Veränderungen in der Funktionsweise unseres Gehirns zu tun. Denn manche Dinge kann unser Gehirn im Alter nicht mehr so gut, andere wiederum besser. Faktoren wie Aufmerksamkeit, Orientierung und Konzentrationsfähigkeit sind im Alter nicht mehr so ausgeprägt wie mit 20, 30 oder 40 Jahren. Neue Informationen zu verarbeiten, ist also für ältere Menschen mit größerer Anstrengung verbunden und geschieht vergleichsweise langsamer

und selektiver. Gleichzeitig erleben wir ältere Menschen oftmals als weiser als junge: Das hat einerseits damit zu tun, dass das Gehirn mit der Zeit langsamer arbeitet, dadurch vernünftiger reagiert und ältere Menschen häufiger beide Gehirnhälften nutzen. Andererseits bleiben das Langzeitgedächtnis und Funktionen wie Sprachfähigkeit und Allgemeinwissen bis ins hohe Alter stabil und ermöglichen es älteren Menschen, auf einen entsprechend großen Erfahrungsschatz zurückzugreifen.

Im Alter arbeitet das Gehirn anders

Kinder lernen schnell. Sie saugen Wissen geradezu in sich auf. Selbst eine neue Sprache wird rasch und geradezu mühelos erlernt, was so manchen Erwachsenen nicht nur in Staunen, sondern auch in neidvolles Kopfschütteln versetzt – weiß man doch selbst, wie viel Zeit und Energie das Erlernen von Vokabeln und Grammatik kosten kann. Neben individueller Veranlagung liegt der Grund für diese Unterschiede in der Gehirnleistung zwischen Jung und Alt in den sogenannten „Speed-Funktionen“ oder „fluiden Funktionen“: Dazu zählen schnelle Auffassungsgabe, Flexibilität, rascher Wissenserwerb. Schon ab dem 25. Lebensjahr werden



Von wegen!

diese fluiden Funktionen schwächer, zunächst ohne große Auswirkungen. Denn die „Power-Funktionen“ oder „kristallinen Funktionen“ bleiben erhalten und werden sogar noch stärker: Sie sorgen dafür, dass wir unser Wissen anwenden können, umfassen Bereiche wie soziale Kompetenz,

verbales Ausdrucksvermögen oder Fachwissen. Die kristalline Intelligenz ist bis ins hohe Lebensalter trainierbar und kann Defizite in anderen Bereichen ausgleichen. Hier kommt eine bestimmte Strategie ins Spiel, die uns mit den Veränderungen des Gehirns im Alter besser umgehen lässt:

Auswählen – Optimieren – Kompensieren

Durch Selektion, Optimierung und Kompensation balancieren wir bestimmte Schwächen durch Stärken aus: Zunächst wählen wir für uns relevante Ziele, bedeutsame Interessen oder Aufgaben aus (Selektion). >>

Gedächtnistraining für zwischendurch

- Rechnen Sie beim Einkaufen schon mit, wie viel alles zusammen kostet. Lassen Sie den Einkaufszettel erst in der Tasche und kaufen Sie aus dem Gedächtnis ein. Vor der Kassa kontrollieren Sie, ob Sie etwas vergessen haben.
- Wenn Ihnen ein Wort oder ein Name nicht einfällt, gehen Sie im Geist alle Buchstaben des Alphabets durch. Meist erinnert man sich, wenn man zum entsprechenden Anfangsbuchstaben kommt.
- Merken Sie sich Nummern und Daten. Auch wenn es das Handy für uns übernimmt – um das Gedächtnis zu trainieren, sollten Sie sich Telefonnummern, Namen und Geburtsdaten von bestimmten Personen selbst einprägen.
- Sprechen Sie mehrere Sinne an, wenn Sie sich Dinge merken wollen: Verknüpfen Sie beispielsweise im Kopf ein Bild mit dem Gegenstand, den Sie gerade suchen. Lesen Sie einen Begriff, an den Sie sich erinnern wollen, laut vor. Auch Geräusche, Gerüche oder Emotionen helfen dabei, etwas im Gedächtnis zu behalten.
- Versuchen Sie, sich die Überschriften in der Zeitung genau einzuprägen und schreiben Sie sie danach aus dem Gedächtnis auf ein Blatt.
- Konzentrieren Sie sich auf das, was Sie tun. Oft merken wir uns etwas nicht, weil wir mit zu vielen Dingen gleichzeitig beschäftigt sind und uns selbst vom Wesentlichen ablenken.



>> Dann konzentrieren wir uns darauf, das Gewählte möglichst gut zu tun, indem wir etwa entsprechend Zeit und Anstrengung investieren und bestimmte Fertigkeiten bewusst üben (Optimierung). Und schließlich gleichen wir durch neue Strategien aus, was nicht mehr so gut gelingt (Kompensation).

Klassisches Beispiel dafür ist der Pianist Artur Schnabel. Schnabel gilt bis heute als einer der größten Chopin-Interpreten und gab Klavierkonzerte noch mit weit über 80 Jahren, sein letztes Konzert spielte er mit 89. Im Alter verringerte er sein Repertoire (Selektion) und übte die wenigen Stücke umso intensiver (Optimierung). Zusätzlich verlangsamte Schnabel das Spieltempo, um diese dann ausreichend schnell erscheinen zu lassen (Kompensation).

Offen sein für Neues

Wenn auch bestimmte Funktionen des Gehirns nachlassen, bedeutet dies keineswegs einen stetigen Abbau der geistigen Leistungsfähigkeit. Es gibt viele Möglichkeiten, den Verstand wach zu halten und Gedächtniseinschränkungen entgegenzusteuern. Denn unser Gehirn ist in permanenter Veränderung: Wenn auch Gehirnzellen schon während unseres gesamten Lebens und ab einem bestimmten Alter verstärkt absterben, bilden sich dennoch bis ins hohe Alter neue Synapsen, neue Verbindungen, zwischen den Nervenzellen – und zwar immer dann, wenn wir etwas Neues lernen. Sich weiteres Wissen und Fähigkeiten anzueignen, etwa durch das Erlernen einer neuen Sprache oder eines Musikinstruments, zahlt sich also immer aus. Denn es fordert und fördert unser Gehirn, egal in welchem Alter. <

Vorbeugung gegen Vergesslichkeit – unsere Tipps

Aktiv bleiben:

Viel Bewegung und ausreichend Sport, Gedächtnisübungen und das Erlernen neuer Fähigkeiten (Sprachen, Musikinstrumente, Technologien) sowie regelmäßige Treffen mit Freunden oder Bekannten halten uns körperlich, geistig und sozial aktiv. Ausschließlich passive Freizeitbeschäftigungen wie Fernsehen erhöhen dagegen das Risiko von Gedächtnisbeeinträchtigungen.

Gut fürs Herz, gut fürs Hirn:

Alles, was Herz-Kreislauf-Erkrankungen vorbeugt – niedriger Blutdruck, niedrige Blutfett- und Blutzuckerwerte – ist auch gut fürs Gehirn.

Gesunder Lebensstil:

Eine Ernährung mit viel Gemüse, Obst, (fettem) Fisch, Nüssen, Olivenöl und Vitamin-A-, C- und E-reichen Lebensmitteln, das Vermeiden von Alkohol und Rauchen, regelmäßige Bewegung und ein gesundes Körpergewicht haben positiven Einfluss auf Gehirn und Gedächtnis.

Jetzt gratis Ratgeber anfordern!

GROSSE HILFE. GANZ NAH.

HILFSWERK

ICH BIN DANN MAL ALT.

Wie sich das Gehirn im Alter verändert.

Hilfswerk Servicehotline
0800 800 820

Kostenlos bestellen. Hilfreiche Broschüren zum Thema Gedächtnis und Demenz.

Wenn Sie sich weitergehend darüber informieren möchten, was Sie beim Älterwerden über die Gehirnfunktionen wissen sollten, wie Sie ihr Gedächtnis „fit halten“ können oder wenn Sie Rat und Tipps benötigen, wie Sie Menschen mit demenziellen Beeinträchtigungen im Alltag unterstützen können, bestellen Sie ab Ende April die beiden kostenlosen Hilfswerk-Broschüren „Ich bin dann mal alt. Wie sich das Gehirn im Alter verändert.“ und „Alltag mit Demenz: Ein Ratgeber für Angehörige.“.

GROSSE HILFE. GANZ NAH.

HILFSWERK

MEHR ALS VERGESSLICH.

Alltag mit Demenz.
Ein Ratgeber für Angehörige.

Hilfswerk Servicehotline
0800 800 820

Hilfswerk-Ratgeber kostenlos bestellen

Kontaktieren Sie uns unter 0800 800 820 oder senden Sie uns ein Mail an office@hilfswerk.at

Gedächtnistraining hält geistig fit!

Gehirnzellen. Für viele versteht es sich von selbst, dass man auch im Seniorenalter noch geistig fit sein möchte. Gedächtnisschwächen bzw. der Verlust von Gehirnzellen mit zunehmendem Alter sind jedoch durchaus natürlich und müssen nicht gleich auf eine Demenzerkrankung hindeuten.



■ KOMMENTAR

Landeshauptmann Mag. Thomas Stelzer

Das ungewollte Vergessen

Schätzungen zufolge leben in Österreich rund 130.000 Menschen, die von Demenz, einer chronischen und fortschreitenden Gehirnkrankung, betroffen sind – Tendenz steigend. 75 Prozent der Erkrankten werden von nahestehenden Angehörigen, sprich von der Ehepartnerin/dem Ehepartner oder von den Kindern versorgt. Im Alltag kann dies für Angehörige ohne fachgerechte Unterstützung zu einer enormen Belastungsprobe werden. Obwohl vor allem degenerative Demenzerkrankungen wie z. B. Morbus Alzheimer bis dato als unheilbar gelten, ist es besonders wichtig, Angebote bzw. Maßnahmen zu schaffen, welche bereits präventiv fruchten und so Angehörige als auch Betroffene gleichermaßen entlasten. Da es gegenwärtig noch keine medikamentösen Therapiemittel gibt, liegt der Fokus auf der nicht-medikamentösen Demenzprävention, welche vornehmlich die körperliche Aktivität, soziale Interaktion, den Denksport sowie die gesunde Ernährung als die wirksamsten aller Maßnahmen in den Vordergrund stellt. Einen erheblichen Beitrag zur Behandlung und professionellen Betreuung leisten eine Vielzahl von Fachärztinnen und -ärzten sowie spezielle Gedächtnisambulanzen. So kann abseits des familiären Umfeldes den Betroffenen unterstützend sowie wertschätzend unter die Arme gegriffen werden, um ihnen weiterhin ein würdevolles Leben zu bereiten.

Es ist wissenschaftlich erwiesen, dass die Leistungsfähigkeit des Gehirns bereits ab dem 25. Lebensjahr abbaut. Um die „grauen Zellen“ fit zu halten bzw. diesen Prozess zu verlangsamen, empfiehlt es sich daher, sich kontinuierlich sowie unabhängig vom jeweiligen Alter in Form eines Gedächtnistrainings zu „fordern“.

Konkret handelt es sich hierbei um ein kognitives Training, wodurch geistige Fertigkeiten wie etwa das Erinnerungsvermögen sowie die Aufmerksamkeits-, Konzentrations- und Merkfähigkeit erhalten und gefördert werden sollen. Je nach Schwerpunktsetzung erweist sich das Hirnleistungstraining auch für Menschen mit leichter, mittlerer sowie

fortgeschrittener Demenz oder Alzheimerdemenz als sinnvoll. In diesem Zusammenhang ist es zudem wichtig, Spaß an den jeweiligen Übungen zu haben sowie positive Erfolgserlebnisse erfahren zu dürfen. Dies kann vor allem durch ein breites Angebot gewährleistet werden, welches im Idealfall paar- bzw. gruppenweise – lernt es sich doch auf diese Art deutlich angenehmer – umgesetzt werden kann. So gilt es mit dieser nicht-medikamentösen Behandlungsform, kombiniert mit etwas Bewegung, ebenso das seelische Wohlbefinden zu fördern, die Alltagsfähigkeiten zu verbessern bzw. zu stabilisieren und auf diese Weise eine Verbesserung der Lebensqualität zu gewährleisten. <

Gedächtnistraining beim OÖ Hilfswerk

Zur Überbrückung von Gedächtnisschwierigkeiten und zur Stärkung der Konzentration bietet das OÖ Hilfswerk die Möglichkeit eines individuell abgestimmten Gedächtnistrainings für alle Altersgruppen.

Um unerwünschten Gedächtnislücken präventiv vorzubeugen, kann das Erinnerungsvermögen mithilfe fachkundiger Trainerinnen und Trainer des OÖ Hilfswerks gezielt trainiert werden. Diese kommen auf Wunsch gerne auch zur Einzelbetreuung zu Ihnen nach Hause. Im Zuge eines Erstgesprächs – hier werden zunächst diverse Daten der Klientinnen und Klienten aufgenommen und Angebote vorgestellt – werden schließlich mittels Übungen die entsprechenden Schwerpunkte für das bevorstehende Training gesetzt und auf jede weiterführende Einheit abgestimmt. Unter der Einbeziehung aller Sinne besteht das wesentliche Ziel darin, die Wahrnehmung, Merkfähigkeit, Konzentration sowie Kreativität in Form eines ganzheitlichen Gedächtnistrainings bestmöglich zu schulen. Das Gedächtnistraining wird vom Land OÖ unterstützt. Für eine entsprechende Beratung bzgl. der Kosten sowie weiterführender Informationen stehen Ihnen die Mitarbeiter des OÖ Hilfswerks gerne zur Verfügung!



Kontakt Daten

Alle Informationen über das Gedächtnistrainings-Angebot des OÖ Hilfswerks finden Sie unter: www.hilfswerk.at/oberoesterreich/pflege-und-betreuung/weitere-angebote/gedaechtnistraining/

Aller Dinge Hort ist das Gedächtnis

Gedächtnistraining. „Das Gedächtnis ist das Tagebuch, das wir immer mit uns herumtragen!“, merkte einst schon der bekannte Schriftsteller Oscar Wilde an. Doch was geschieht, wenn wir eines Tages feststellen, dass einige Seiten unseres Journals verblassen oder gar abhandengekommen sind?

Um derlei Fragen zu beantworten, haben wir, passend zum Themenschwerpunkt „Das alternde Gehirn“, einen kurzen Blick hinter die Kulissen des Gedächtnistrainings gewagt. Im Laufe eines Lebens sammelt der Mensch viele, gar unzählbare Informationen, die allesamt im Gehirn abgespeichert werden. So ist es nicht verwunderlich, dass das menschliche Denkorgan oftmals mit einer Schaltzentrale, Festplatte oder gar einem Schwamm, der alles aufsaugt, verglichen wird.

Ohne Zweifel, dieses Organ, das wie ein Muskel funktioniert, leistet viel und stellt zudem jenen Ort dar, an dem sich unser Gedächtnis, ein nicht minder konfuse Konstrukt, befindet. Es macht uns selbstständig

sowie werden dort auch unsere Erinnerungen gespeichert.

„Aktives“ Gedächtnis fordern

Mit zunehmendem Alter sowie durch die permanente Nutzung technischer Hilfsmittel wie Smartphones oder Navigationsgeräte im Auto kann es jedoch passieren, dass es in unserer Schaltzentrale zu Fehlschaltungen oder gar Ausfällen kommt. Letzteres basiert darauf, dass durch derlei Hilfsmittel, die zugeben vieles leichter machen, das aktive Gedächtnis vernachlässigt wird und man auf diese Weise verlernt, Informationen konzentriert aufzunehmen bzw. sich überhaupt daran zu erinnern. So kommt es unter Umständen auch vor, dass bereits junge Menschen ohne Navi

bekannte und vertraute Zielorte nicht mehr finden, obwohl ihnen die Straße und Hausnummer bekannt sind.

Gedächtnistrainerinnen und -trainer, deren Klientel sich oftmals aus Senioren fortgeschrittenen Alters zusammensetzt, können hierbei äußerst kreativ sein, um ihre Klientinnen und Klienten u. a. mittels Konzentrations-, Logik- oder Wortfindungsübungen so richtig auf Trab zu halten. Konkret lässt sich dies anhand des Übungsbeispiels „Matheball“ darstellen. Hierbei wird zunächst ein kleiner Kreis gebildet, in dem zwei Bälle – einer im, der andere gegen den Uhrzeigersinn – weitergegeben werden und stets einmal die Zahl 2 (Ball 1) und einmal die Zahl 1 (Ball 2) hinzugezählt bzw. abgezogen werden. Besonders spannend wird es, wenn sich die beiden Bälle kreuzen. Darüber hinaus können anhand ausgewählter Tagesthemen mündliche Merkübungen inkl. Lösungsgespräch durchgeführt und Erinnerungen ausgetauscht werden.

Auch Demenzkranke profitieren vom Gedächtnistraining, das sich hier zugleich an alltäglichen Gewohnheiten orientieren sollte. So kann auch bei schwierigen Fällen etwa das Bewegungsgedächtnis gut trainiert und mittels Musik Tanzschritte erlernt werden. Bei diesen Patientinnen und Patienten ist es wichtig, sich Zeit zu nehmen, deutlich zu sprechen sowie ihnen gewisse Dinge auch zuzutrauen.

Das Denk- und Gedächtnistraining bietet somit für Alt und Jung die



ideale Gelegenheit, die geistige Fitness zu trainieren bzw. zu erhalten. Das Training umfasst mehrere Aspekte, die sowohl auf einen gesunden Lebensstil als auch eine gehirngerechte Ernährung abzielen. Je nach Zielsetzung können Übungen gewählt werden, die eher einzelne Gehirnregionen oder das Gedächtnis „global“ ansprechen. Beim „globalen“ bzw. ganzheitlichen Training, was zumeist den Regelfall darstellt, wird der ganze Mensch angesprochen. Die Übungen dürfen jedoch nicht einseitig sein, da

sie sonst rasch zur Routine werden und das „Gehirnjogging“ somit seine Wirkung verfehlt. Denn trotz seiner vielen Fähigkeiten „sucht“ selbst das Gehirn, wenn bestimmte Prozesse immer gleich ablaufen, nach Abkürzungen, bei denen es nicht mehr allzu aktiv sein muss. Somit ist es wichtig, sich stets neuen Herausforderungen zu stellen, damit unser „Denkapparat“, ebenso wie unser Körper, „in Bewegung“ und das kognitive Tagebuch somit allseits zugänglich bleibt. <



KOMMENTAR

Landesobmann und Aufsichtsratsvorsitzender OÖ Hilfswerk,
Dr. Wolfgang Hattmannsdorfer

Dem ungebetenen Vergessen vorbeugen

Im fortgeschrittenen Alter kann es immer öfter vorkommen, dass es zu Erinnerungslücken kommt und bestimmte Gedächtnisinhalte nicht mehr sofort abrufbar sind. Ein Gefühl, welches aus der daraus resultierenden Hilf- und Orientierungslosigkeit oftmals zu einem großen Unbehagen bei den Betroffenen sowie auch bei den Angehörigen führen kann.

Um der zunehmenden Vergesslichkeit präventiv vorzubeugen, bietet das OÖ Hilfswerk eine Reihe von Dienstleistungen an, die dazu beitragen, sich auch im Seniorenalter mental fit zu fühlen und der unerwünschten Vergesslichkeit entgegenzuwirken.

Hierzu zählen etwa Serviceleistungen wie das Gedächtnistraining, bei dem Fachkräfte des OÖ Hilfswerks – auf Wunsch auch zur Einzelbetreuung – mit den Klientinnen und Klienten gezielt das Erinnerungsvermögen trainieren. Unter der Einbeziehung sämtlicher Sinne wird die Merk- und Wahrnehmungsfähigkeit sowie die Konzentration und Kreativität geschult.

Neben dem mentalen Training bietet das Angebot des Seniorenanimationsprogramms eine ideale Gelegenheit, auch einer körperlichen Betätigung nachzugehen, wodurch zunehmender Vergesslichkeit entscheidend vorgebeugt werden kann.

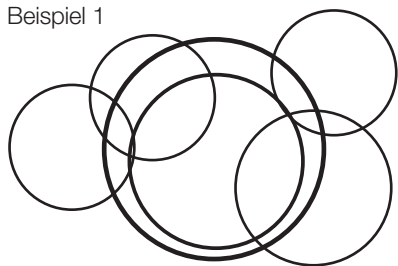
Gemeinsam mit dem Land OÖ, welches eine Vielzahl der angeführten Angebote finanziell unterstützt, verhilft das OÖ Hilfswerk mit seinen zahlreichen qualifizierten Fachkräften, genau dieses Ziel tagtäglich zu erreichen, worüber ich mich sehr freue.

Gedächtnistraining für zu Hause

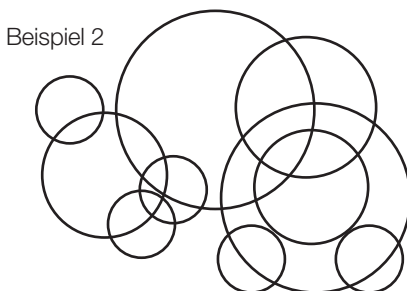
Übung 1

Wie viele Kreise erkennen Sie? Versuchen Sie die Aufgabe so schnell wie möglich und ohne Hilfsmittel zu lösen.

Beispiel 1



Beispiel 2



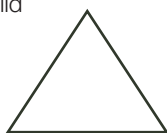
Übung 2

Verändern Sie das Bild so, dass der beschriebene Begriff entsteht!

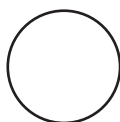
Garten-
zweig



Verkehrs-
schild



Schweinchen



Blume



Übung 3

Lesen Sie von rechts nach links, um die Bauernregeln zu verstehen.

A) .retnihad rhem reniek tmmok os ,retniW niek ginökierD sib tsl

B) .rhaJ senekcort nie s'tbig ,ralk tsi tfuL eid inotnA uz nneW

C) .enreg retteW sad hcis tläh nnad ,enretS eid trhaflenniH äiraM rov nethcuel

„Pflegerin mit Herz“

Auszeichnung. Eine Mitarbeiterin des Burgenländischen Hilfswerks wurde in der Kategorie „Pflege- und Betreuungsberufe“ zur „Pflegerin mit Herz“ 2018 gewählt.

Im November 2018 wählte eine Expertenjury, bestehend aus Vertreterinnen und Vertretern der größten gemeinnützigen Pflegeinstitutionen, die „Pflegerinnen und Pfleger mit Herz“ 2018. Die jeweils drei Gewinner/innen pro Bundesland wurden in den Kategorien „Pflege- und Betreuungsberufe“, „pflegende Angehörige“ und „24-Stunden-Betreuung“ Mitte Dezember im Rahmen einer feierlichen Gala in Wien geehrt und der Öffentlichkeit vorgestellt. Mit dieser Auszeichnung sollen all jene vor den Vorhang gerückt werden, die tagtäglich herausragende Arbeit im

Pflegebereich leisten. Die hohen Ansprüche, die das Hilfswerk in puncto Qualität und Professionalität an seine Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter stellt, hat die Burgenländerin Daniela Kovacs-Jeck mehr als erfüllt und wurde dafür mit der Auszeichnung „Pflegerin mit Herz“ 2018 in der Kategorie „Pflege- und Betreuungsberufe“ gewürdigt. Die 49-jährige diplomierte Gesundheits- und Krankenpflegerin ist verheiratet, stolze Mutter von vier Kindern und arbeitet in der Seniorenpension Eisenstadt in der Tagesbetreuung. Mit kurzen Unterbrechungen für Karenz



und Angehörigenpflege ist sie bereits seit 1994 beim Burgenländischen Hilfswerk tätig und hat sich voll und ganz der Tagesbetreuung von pflegebedürftigen Menschen verschrieben. An ihre Arbeit jeden Tag mit viel Motivation und hohem Qualitätsanspruch an sich selbst heranzugehen, ist für Daniela Kovacs-Jeck besonders wichtig. Über ihre Berufswahl sagt sie selbst: „Meine beste Entscheidung – hier kann ich mich voll entfalten, viel Zeit mit den Tagesgästen und deren Angehörigen verbringen, in vielen schwierigen Situationen helfen und gute Tipps geben.“

In ihrer Freizeit widmet sie sich ihrer Familie und ihrem Garten und lebt auch gerne ihr kreatives Potenzial aus. Mit ihrer Kreativität punktet sie auch bei den Adventbasars in der Seniorenpension, für die sie gemeinsam mit den Pensionsgästen immer wieder originelle Weihnachtsdekorationen herstellt.

„Auch wenn ich viel positives Feedback von ‚meinen‘ Bewohnerinnen und Bewohnern bekomme – eine öffentliche Anerkennung für meine Arbeit ist schon etwas Besonderes!“, freut sich Daniela Kovacs-Jeck über die Auszeichnung. <



Bundesministerin Margarete Schramböck und Daniela Kovacs-Jeck, diplomierte Gesundheits- und Krankenpflegerin und Burgenlands „Pflegerin mit Herz“ 2018 (Kategorie „Pflege- und Betreuungsberufe“)

DENKEN IN NEUEN DIMENSIONEN.

► BÜROIDEEN AUF 3.500m²

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

blaha[®]
b ü r o . m ö b e l
WWW.BLAHA.CO.AT

Ein „Schutzensengel am Handgelenk“

Rasche Hilfe. Das Notruftelefon des Hilfswerks steht für Sicherheit – per Knopfdruck wird im Notfall die Notrufzentrale alarmiert und so rasche Hilfe organisiert.



„Ich bin oft hingefallen, weil ich nicht mehr so gut sehe. Und dann konnte ich nicht mehr aufstehen. Ich wollte mich einfach sicherer fühlen“, erzählt Margarethe G. Und das kann sie nun: Denn gleich neben der Eingangstür steht ein Hilfswerk-Notruftelefon. Mit dem mobilen Funksender, den die Seniorin am Handgelenk trägt, kann sie jederzeit Hilfe holen – wenn sie sich nicht wohlfühlt, wenn sie stürzt oder

alleine nicht mehr aufstehen kann. Störend ist er nicht – fühlt er sich doch so an wie eine Armbanduhr. Ein Knopfdruck auf den Funksender reicht aus: Automatisch wird man in die permanent besetzte Notrufzentrale des Hilfswerks verbunden. Da wichtige Daten der Kundin oder des Kunden vorgemerkt sind, können die Mitarbeiter/innen rasch und gezielt Hilfe organisieren – egal ob am Wochenende, Feiertag oder

mitten in der Nacht. Binnen weniger Minuten können die angegebene Vertrauensperson, Arzt oder Rettung zur Stelle sein.

Notruftelefon-Erweiterungen für noch mehr Sicherheit im Alltag

Die Notrufzentrale ist nicht nur erste Anlaufstelle für Notfälle, sondern auch für viele weitere Angelegenheiten. Mit der **Servicetaste** am Notruftelefon können täglich von 8 bis 17 Uhr Zusatzleistungen bestellt werden – zum Beispiel Organisation von Arztterminen, Taxibestellungen oder Erinnerungsalarne. Ein **Rauchmelder** kann mit dem Notruftelefon gekoppelt werden und löst bei Rauchbildung einen Feueralarm in der Notrufzentrale aus. Und ein **Schlüsselsafe** bei der Eingangstüre ermöglicht einer Pflegeperson oder anderen befugten Personen den Zutritt zur Wohnung oder zum Haus – auch wenn Sie selbst nicht in der Lage sind, die Tür zu öffnen. Übrigens: **Ein Festnetzanschluss ist keine zwingende Voraussetzung mehr**, um ein Notruftelefon verwenden zu können. <



Notruftelefon-Informationen

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

Wieso liegt der Autoschlüssel im Kühlschrank?

Ein Leben lang geistig fit bleiben – wer will das nicht? Die Realität sieht jedoch anders aus: Rund 130.000 Menschen in Österreich sind von Demenz betroffen, Tendenz steigend. Ein innovativer Pflanzenextrakt unterstützt die gesunde Gehirnalterung und verbessert die Gedächtnisleistung.

Immer alle Fakten im Kopf behalten, sich an Zahlen und Daten erinnern und auch die alltäglichen Aufgaben nicht vergessen – schon ab einem Alter von 30 Jahren nimmt die geistige Leistungsfähigkeit ab. Wirklich spürbar wird es für die meisten ab 60. Die Durchblutung des Gehirns lässt nach und Ablagerungen (Beta-Amyloid-Plaques) können auftreten.

Wenn die Gedächtnisleistung abnimmt

Was dann kommt, passiert schleichend über Jahre hinweg: Man wird vergesslich, hat Erinnerungslücken. Wie hieß nochmal die Nachbarin? Was wollte ich jetzt eigentlich gerade machen? Bis zu einem gewissen Grad sind solche Aussetzer völlig normal. Nehmen die Gedächtnisstörungen jedoch zu, sollte an einen Arztbesuch gedacht werden.

Pflanzliche Innovation

Viele Menschen wollen es erst gar nicht so weit kommen lassen und rechtzeitig etwas tun, um geistig in Top-Form zu bleiben. Für sie gibt es seit kurzem eine zukunftsweisende Innovation pflanzlichen Ursprungs: Dr. Böhm® Gedächtnis aktiv mit dem natürlichen Inhaltsstoff Curcumin aus der Gelbwurzel (Curcuma). Konkret enthält das innovative Nahrungsergänzungsmittel aus der Apotheke den patentierten Curcuma-Extrakt Longvida®. Dieser wird speziell zur Aufrechterhaltung der Gedächtnisleistung eingesetzt.

3-fach-Effekt für das Gedächtnis

Neue wissenschaftliche Studien zeigen, dass der Curcuma-Extrakt Longvida® gleich dreifach positiv wirkt: Es verbessert die Denkleistung innerhalb kurzer Zeit (Akut-Effekt)



und langfristig auch die geistige Leistungsfähigkeit mit besserer Aufmerksamkeit und Merkfähigkeit (Aufbau-Effekt).¹ Darüber hinaus unterstützt es die gesunde Gehirnalterung. Dazu muss man wissen: Schädliche Ablagerungen (Beta-Amyloid-Plaques) im Gehirn können die gesunde Gehirnfunktion beeinträch-

tigen. Daher ist es wichtig, den Beta-Amyloid-Spiegel im Blut möglichst niedrig zu halten. Der patentierte Curcuma-Extrakt Longvida® zeigte in Studien bereits nach 4 Wochen eine signifikante Reduktion des Beta-Amyloid-Spiegels im Blut.²

¹ Cox KH et al. J Psychopharmacol. 2015 May;29(5):642-51.

² DiSilvestro RA. Nutr J. 2012 Sep 26;11:79.



INNOVATION BEI VERGESSLICHKEIT





Qualität aus Österreich.

NEU!

- ✔ **Akut-Effekt:** bessere Denkleistung¹
- ✔ **Aufbau-Effekt:** Verbesserung der geistigen Leistungsfähigkeit¹
- ✔ **Dauerhafter Beitrag zur gesunden Gehirnalterung²**

Dr. Böhm® – Die Nr. 1 aus der Apotheke

„Sehr gut“ für Hilfswerk

24-Stunden-Betreuung. Bei einem Test des Vereins für Konsumenteninformation (VKI) landet das Hilfswerk unter den besten fünf Vermittlungsagenturen für 24-Stunden-Betreuung.

Auch wenn der Alltag nicht mehr ganz ohne Unterstützung funktioniert, möchten viele Menschen zu Hause in ihren eigenen vier Wänden leben können. Neben den mobilen Diensten des Hilfswerks ist die 24-Stunden-Betreuung eine Alternative, die dies möglich macht. Ob Sie Hilfe im Haushalt, Unterstützung bei der Lebensführung oder „Rund-um-die-Uhr-Betreuung“ benötigen: Das Hilfswerk vermittelt deutschsprachige Betreuungspersonen, die vertrauenswürdig, verlässlich und bestens ausgebildet sind – und das schon seit vielen Jahren. Dem Hilfswerk war von Anfang an nicht nur die Zufriedenheit der Kundinnen und Kunden, sondern auch die Zufriedenheit der Personenbetreuer/innen ein großes Anliegen. Denn nur wer gerne arbeitet und gut ausgebildet ist, kann eine hochqualitative und professionelle Dienstleistung bieten.

Betreuungsqualität als oberste Prämisse

Dieser hohe Qualitätsanspruch des Hilfswerks wurde nun durch die Auszeichnung des VKI mit der Note „Sehr gut“ gewürdigt.

Am österreichischen Markt gibt es rund 800 Anbieter von 24-Stunden-Betreuung – 26 davon nahm der VKI genauer unter die Lupe. Nur fünf von ihnen, darunter das Hilfswerk Österreich, gingen aus dem Test mit der Bestnote „Sehr gut“ hervor. „Wir sind sehr stolz auf diese Auszeichnung, die einmal mehr unsere Arbeit bestätigt. Wenn über 80 % unserer Kundinnen und Kunden sagen, dass sich durch die Inanspruchnahme einer 24-Stunden-Betreuung ihre



Lebensqualität massiv verbessert hat, dann bestärkt uns das in dem, was wir tun“, sagt Karin Grössing, Geschäftsbereichsleiterin der 24-Stunden-Betreuung beim Hilfswerk.

Kurz- und Langzeitbetreuung

Wussten Sie, dass es neben der Langzeitbetreuung, die dauerhafte und verlässliche Betreuung und Unterstützung zu Hause bietet, auch eine Kurzzeitbetreuung gibt? Denn auch pflegende Angehörige brauchen von Zeit zu Zeit eine „Verschnaufpause“ vom Pflegealltag. Ein lang ersehnter und wohlverdienter Urlaub kann so unbesorgt angetreten werden, während sich das Hilfswerk in der Zwischenzeit um die optimale Betreuung Ihrer Angehörigen kümmert. Die Kurzzeitbetreuung ist aber auch die ideale Überbrückung, wenn nach einem Krankenhausaufenthalt kurzfristige Unterstützung

zur Bewältigung des Alltags benötigt wird. Wir informieren Sie gerne über die jeweiligen Möglichkeiten sowie über Förderungen, die in Anspruch genommen werden können. <

5.000ster Kunde

Im Dezember 2018 haben wir unseren 5.000sten Kunden begrüßt! Wir freuen uns über das Vertrauen in unsere 24-Stunden-Betreuung!

24-Stunden-Betreuung

Für alle Informationen, eingehende Beratung und Fragen rund um die 24-Stunden-Betreuung des Hilfswerks rufen Sie die Info-Hotline 0810 820 024 (Mo–Do 9–16 Uhr, Fr 9–12 Uhr) zum Ortstarif. E-Mail: 24stunden@hilfswerk.at Internet: www.hilfswerk.at



Vielseitiges Programm im Hilfswerk

Mit Nåd'l, Fåd'n und Bauernkräpf'n durch den Brauchtumsmarkt

Alle Jahre wieder erfreuen sich die Brauchtumsmarktbesucher vor allem an den köstlichen Bauernkrapfen des Hilfswerk-Vereines Oberneukirchen, die auch dieses Jahr am allseits beliebten Bauernmarkt, der unter dem Motto „Nåd'l und Fåd'n“ stand, nicht fehlen durften. So ging das frisch aus der Pfanne servierte Gebäck, laut der Hilfswerk-Vorstandsmitglieder Margot Rathgeb und Susanne Pammer, auch heuer wieder sprichwörtlich weg „wie warme Semmeln“. Dabei wurde von den fleißigen Damen für die Zubereitung dieser Köstlichkeit mehr als 200 Kilogramm Mehl verarbeitet. Als weitere Gaumenfreuden wurden zudem Blunzengröstl, gebratene Mandeln und Maroni, Bratwürstel, süße Früchtespiegel, Weihnachtskekse, Raclettebrot und vieles mehr geboten. Neben Bauernkrapfen und anderen Köstlichkeiten lud der Brauchtumsmarkt, der völlig zurecht den Ruf als einer der schönsten und größten Brauchtumsmärkte in Oberösterreich genießt, mit vielen weiteren spannenden Angeboten zu einem Besuch ein. Hierzu zählen etwa eine eigene Ausstellung zur Geschichte der Handarbeit im Diakoniehhaus, wo zahlreiche Handarbeitstechniken (z. B. Kreuzstich, Hardanger, Ajour, Gerstenkorn, Klöppeln, Filethäkeln und Stricken) von den Damen der ortsansässigen Goldhaubengruppe vorgeführt und zudem schöne Werkstücke von einst und heute ausgestellt wurden. Insgesamt präsentierten heuer über 100 Aussteller ihre qualitätsvollen und vielfältigen Produkte aus Glas, Leder, Holz, Filz, Ton u. v. m. Für besonders neugierige Besucher war es überdies möglich, einigen Künstlern, die gerne Einblick in ihr kreatives Schaffen und in ihre Arbeitsweise gaben, über die Schulter zu schauen.

Ein weiteres Highlight stellte darüber hinaus die Krippenausstellung dar. Durch den Besuch einer Krippenbauwerkstatt, in der die Kinder kleine Weihnachtskrippen für zu Hause basteln konnten, kamen hier auch die jüngsten Besucher gänzlich auf ihre Kosten. Ebenso beim Textilen Werken sowie bei der Märchenerzählerin Margit waren die Kleinen herzlich willkommen.

Für die musikalische Untermalung sorgten im Schnopfhagenstadl der „Schnopfhagen Liederkranz“, „Das Edelholz“ aus Bad Leonfelden, die Stubn- und Hausmusik von Schülerinnen und Schülern der Landesmusikschule sowie – zur entsprechenden Abrundung – diverse Bläsergruppen.

Ein Besuch des Brauchtumsmarktes erweist sich somit jedes Jahr aufs Neue als ein Erlebnis der Sonderklasse. Ein großes Lob gebührt dabei vor allem dem Veranstalter sowie der Kulturwerkstatt Schnopfhagen.



Susanne Pammer (l.) und Margot Rathgeb (r.) beim Verkauf der köstlichen Bauernkräpfen am beliebten Bauernmarkt



Gemeinsamer Strudeltisch im Lebenshaus

Gutes Essen gilt – wie bereits aus dem Volksmund bekannt – als Balsam für die Seele und trägt als solches maßgeblich zu einem gewissen Wohlempfinden bei. Diesem Credo folgend, wurde auch heuer wieder im Herbst, basierend auf den großartigen Erfolgen der letzten Jahre, seitens des Arbeitskreises der Gesunden Gemeinde Oberneukirchen sowie des Hilfswerk-Teams zum gemeinsamen Strudelessen im Lebenshaus geladen, bei dem sich über 70 Gäste diverse schmackhafte pikante Variationen, wie etwa Pizza-, Kürbis-, Kraut- und Lachsstrudel, sowie süße Verführungen à la Apfel-, Topfen- oder Kirschstrudel herzlich schmecken ließen. Die freiwilligen Spendeneinnahmen, so zeigt sich die Organisatorin Lebenshaus Hilfswerk-Stützpunkt- und Arbeitskreisleiterin der Gesunden Gemeinde, Vizebürgermeisterin Anneliese Bräuer, begeistert (oberes Foto, rechts), sollen erneut sozialen Projekten in der Gemeinde Oberneukirchen zugutekommen.

Gesund durch den Tag

Im Rahmen eines Firmengesundheitstages, welcher – veranstaltet vom Welser Hilfswerk – am Mittwoch, den 29. November 2018 in der Raiffeisenbank Günskirchen stattfand, bot sich für die Veranstaltungsteilnehmer die einzigartige Möglichkeit, eine Blutdruck- sowie Blutzuckermessung in der eigens für diesen Anlass konstruierten kleinen Gesundheitsstraße vornehmen zu lassen. Darüber hinaus informierten kompetente Mitarbeiter der „Mobilen Hilfe“ rund um die Themen Gesundheit, Ernährung und mobile Betreuung. Die Firma Neuroth, welche sich ebenfalls an der Veranstaltung beteiligte, ermöglichte es zudem interessierten Besuchern, einen gratis Schnellhörttest durchführen zu lassen. Als besonderes Highlight des Gesundheitstages wurden vor allem die Vorträge der beiden Referentinnen, Frau Huemer, die sich gänzlich dem Thema „Zurück zur Balance – Burnout vorbeugen“ widmete, und Frau Rumetshofer, die einen umfangreichen Vortrag zum Thema Ernährung hielt, empfunden.



v.l.n.r.: Susanne Pammer (HW-Verein), Stützpunktleiterin Anneliese Bräuer, Obfrau Elisabeth Freundlinger, Mag. Alexander Ohms, Regina Atzmüller und Maria Priglinger-Simader (HW-Verein)

Ein Abend im Zeichen der Meteorologie

Am Dienstag, den 16. Oktober 2018 fand anlässlich des 15-jährigen Bestehens des Lebenshauses ein besonderer Abend statt, welcher gänzlich im Zeichen der Wetterprognose, der Wettervorhersage und des Klimawandels stand.

Als besonderen Gast konnte die Hilfswerk-Vereinsobfrau Elisabeth Freundlinger den Vorhersagemeteorologen Mag. Alexander Ohms (Zentralanstalt für Meteorologie und Geodynamik, Salzburg), welcher in Begleitung seiner charmanten Gattin, Frau Dr. Mag. Sandra Galatz-Ohms, erschien und über das Thema „Eisheilige und Weihnachtstauwetter – Vom Sinn und Unsinn der Bauernregeln und Lostage“ referierte, begrüßen.

Närrisches Treiben im Betreubaren Wohnen Aschach

Die Faschingsfeier gilt seit jeher als fixer Programmpunkt des Betreubaren Wohnens Aschach. Dabei ließ es sich Obfrau a. D. Prim. Dr. Elisabeth Dienstl auch heuer wieder nicht nehmen, am heiteren Faschingstreiben mit von der „Party“ zu sein und – passend zu Kaffee und Kuchen – mit lustigen Anekdoten und Geschichten für Kurzweil zu sorgen. Auch lustige Spiele sowie unterhaltsame Gespräche trugen dazu bei, das diesjährige Faschingstreiben erneut zu einem unvergesslichen Erlebnis zu machen.



Ausflug auf den Pöstlingberg

Mit einem Ausflug auf den Pöstlingberg wurde im Betreubaren Wohnen Aschach der Frühling eingeläutet. So startete die durchwegs wunderschön gestaltete Reise mit einer Zugfahrt nach Linz, der im Anschluss eine Fahrt mit der Pöstlingbergbahn sowie Grottenbahn folgte. Ebenso durfte ein Besuch bei den Zwergen nicht fehlen. Die Seniorinnen und Senioren erfreuten sich sichtlich an diesem abwechslungsreichen Ausflug, der mit einer Kaffee- und Kuchenjause sowie lustigen Spielen – begleitet von amüsanten Kindheitserinnerungen – abgerundet wurde.

20 Jahre Hilfswerk Ried

Festakt. Anlässlich des Gründungsjubiläums des Hilfswerks Ried fanden sich zahlreiche Wegbegleiter, Kooperationspartner und langjährige Sponsoren zu einem festlichen Abend im Marienhof in Kirchdorf am Inn ein.

Gemeinsam mit den Mitarbeiter/innen und der Leiterin des Familien- und Sozialzentrums Ried, Frau Mag. Sonja Angleitner, blickte Vereinsobfrau Dr. Claudia Schoßleitner bei diesem erfreulichen Festakt auf 20 erfolgreiche Jahre zurück, in denen sich das Hilfswerk seit seiner Vereinsstiftung im Jahre 1998 zu einem innovativen Dienstleistungsunternehmen, welches mehr als 50 Mitarbeiter/innen beschäftigt,

entwickelte und bezirksweit in den Bereichen „Mobile Betreuung und Hilfe“, „Hauskrankenpflege“, „Haus- und Heimservice“ und „Schülernachmittagsbetreuung“ tätig ist. Als Zeichen der Anerkennung und des Dankes ließ sich die Vereinsobfrau daher eine ganz besondere und vor allem schmackhafte Überraschung in Form einer Hilfswerk-Torte einfallen, die natürlich sofort an Ort und Stelle verkostet wurde. <



Feierten das 20-jährige Gründungsjubiläum des Hilfswerk Ried: Siegbert Fröhler, Martin Luschnier, Claudia Schoßleitner, NR-Abg. Manfred Hofinger, Sonja Angleitner, Wilfried Bachmayr, Elfriede Mild-Sejkora, Bgm. Pumberger-Kasper, Bgm. Schöppl, Bgm. Högl (v. l. n. r.)

Zurück zur Autonomie durch mobile Therapie

Nach einem Unfall oder im Falle einer Krankheit oder Behinderung gestaltet sich das Leben sowohl für Betroffene als auch deren Angehörige oftmals als schwierig. Das zentrale Problem liegt hierbei, nebst fehlender Zeit bzw. etwaigen mangelnden Pflegekenntnissen, vor allem in der stark eingeschränkten Lebensweise, die derlei Umstände mit sich bringen.

Um ehestmöglich wieder autonom agieren zu können, bietet das OÖ Hilfswerk mit der „Mobilen Therapie“ die Möglichkeit, Patientinnen und Patienten, die etwa Probleme beim Sprechen haben oder deren Motorik bzw. Körperbewegung stark eingeschränkt ist und – damit verbunden – Schwierigkeiten haben, zu einer Therapeutin bzw. einem Therapeuten zu gelangen, sich auf Wunsch in den eigenen vier Wänden therapieren zu lassen. Das Angebot der diplomierten Fachkräfte umfasst die Bereiche Physio-, Ergo- sowie Logopädie.

Die Kosten für die „Mobile Therapie“ werden im Regelfall von der Krankenkassa übernommen, sofern die Therapie von einem Arzt aufgrund einer entsprechenden Diagnose angeordnet und chefärztlich bewilligt wird. Abhängig von der Versicherungsanstalt besteht jedoch der Fall, gegebenenfalls einen Selbstbehalt leisten zu müssen.

Für weiterführende Informationen stehen Ihnen die Mitarbeiter des OÖ Hilfswerks jederzeit gerne zur Verfügung, oder Sie informieren sich auf unserer Homepage unter: www.hilfswerk.at/oberoesterreich/pflege-und-betreuung/pflege-und-betreuung-zu-hause/mobile-therapie/



Bürgermeisterin
Daniela Durstberger

Gemeindeamt Lichtenberg
Am Ortsplatz 1, 4040 Lichtenberg

www.lichtenberg.ooe.gv.at



St. Peter am Wimberg

...die familienfreundliche Marktgemeinde

erfreuen - erleben - erholen

www.st-peter.at

www.facebook.com/stpeterwimberg
gemeinde@st-peter-wimberg.ooe.gv.at
Tel. 07282/8055-0

Hilfswerk-Preisrätsel: Rätseln und gewinnen!

Unsere beliebte Rätselserie von Mag. Martin Oberbauer, Psychologe und Gedächtnis-trainer. Finden Sie die Lösung und gewinnen Sie ein Set umweltfreundlicher Bioblo-Bausteine, eine Innovation made in Austria.

1) Erfinder

Jacques Offenbach wird im Juni 1819 in Köln geboren. Er gilt als „Erfinder“ der Operette. Verbinden Sie mit Linien nachfolgende Namen von Erfindern mit ihren Erfindungen:

Glühbirne	Josef Ressel
Schießpulver	Levi Strauss
Flugzeug	Johannes Gutenberg
Blitzableiter	Josef Madersperger
Jeans-Hose	Brüder Wright
Buchdruck	Alfred Nobel
Schiffsschraube	Benjamin Franklin
Nähmaschine	Thomas A. Edison

2) Musiktheater

Verwenden Sie die Buchstaben von MUSIKTHEATER und bilden Sie neue Wörter damit (z. B. MUSTER, RATTE, HAUS):

.....



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

☐ Ja, ich möchte ein Set
Bioblo-Bausteine gewinnen.

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)** 28, weil sich die Zahl rechts oben ergibt aus der Summe der drei übrigen Zahlen dividiert durch die Zahl links unten: $(25+8+191)/8$

2) PRAG – FRAG – FRAU – GRAU – GRAS – GLAS

Wir gratulieren den Gewinner/innen von „Gesunde Wohlfühlküche“.

OMNi
BiOTiC®

DAS Probiotikum zum Antibiotikum

**10 hochaktive Bakterienstämme
für Ihren Darm**

OMNi-BiOTiC® 10 AAD:

Zum Diätmanagement bei einer Dysbalance der Darmflora während und nach der Gabe von Antibiotika.



Institut
AllergoSan

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

www.omni-biotic.com



© HILFSWERK ÖSTERREICH / WILLI SCHMID



**Ihr Leben.
Unsere Aufgabe.
Ihre Sicherheit!**

Arzneimittel für die Pflegeheimbewohner

Ihr Leben. Unsere Aufgabe. Ihre Sicherheit

Mit dem kontinuierlichen Anstieg der Lebenserwartung in Österreich nimmt auch die Zahl der Pflegebedürftigen Jahr für Jahr zu. Rund ein Drittel dieser Personen wird in Senioren- und Pflegeheimen versorgt. Apothekerinnen und Apotheker sowie Ärzte und Pflegefachkräfte betreuen die Bewohner in intensiver Zusammenarbeit. Dieses funktionierende System gilt es beizubehalten. Seitens der Politik gibt es Pläne, an den rechtlichen Grundlagen für die Beschaffung, Lagerung und Abgabe von Medikamenten in Wohn- und Pflegeheimen zu schrauben. Dabei sind es gerade die Apotheken, die durch die lokale Nähe und ihre wissenschaftliche Grundlage den Bewohnern der Pflegeheime das Leben durch fortwährende Überprüfung ihrer Medikation erleichtern. Im Rahmen interdisziplinärer Zusammenarbeit stehen Apothekerinnen und Apotheker den Ärzten und dem Pflegepersonal mit Rat und Tat zur Seite. Vor allem eine Übermedikation in Folge falsch zusammengestellter Wirkstoffe muss verhindert werden,

hier hat das Projekt „GEMED – Multiprofessionelles Geriatriisches Medikationsmanagement“ neue Erkenntnisse gebracht. Ein höheres Lebensalter bringt einen gesteigerten Bedarf an Dauermedikation mit sich – und bei der Einnahme von mehreren Medikamenten steigt das Risiko unerwünschter Arzneimittelereignisse. Die Arzneimittelsicherheit für die Pflegeheimbewohner in Österreich ist den österreichischen Apotheken eine Herzensangelegenheit, weil sie den Menschen stets in den Mittelpunkt ihres Handelns stellen. Die regional enge Kooperation von Arzt, Apotheker und Pflege hat sich bewährt, sichert den Pflegeheimbewohnern Wohlbefinden, stellt flächendeckende Versorgung sicher und ist ein funktionierendes Qualitätsmerkmal unseres Gesundheitssystems.

Österreichische Apothekerkammer
Spitalgasse 31, 1091 Wien
info@apothekerkammer.at

In ganz OÖ erfolgreich im Wohnbau seit über 100 Jahren

HERZ & HIRN
 AUG & OHR
 HAND & FUSS

RAUM & ZEIT
 TÜR & TOR
 HAUS & GRUND

Lebensräume
Wohnungsgenossenschaft

Handel-Mazzetti-Straße 1, 4021 Linz, Tel.: 0732 / 69 400-0, Fax: 0732 / 60 08 52
www.lebensraeume.at, e-mail: office@lebensraeume.at



VERSICHERUNG

Generaldirektor Dr. Josef Stockinger
Oberösterreichische Versicherung AG

Keine Sorgen Schutzengel

Von Zeit zu Zeit braucht man im Leben auch mal einen Schutzengel. Dafür muss man sich aber nicht auf die Güte des eigenen Schicksals verlassen: Gegen eine niedrige Prämie im Monat steht professionelle und verlässliche Hilfe für den Ernstfall bereit. Als ideale Ergänzung zum eigenen Versicherungsschutz bietet der Keine Sorgen Schutzengel einen entscheidenden Mehrwert im Alltag, vor allem aber im Notfall. Von der schnellen Hilfe bei der Autopanne über den unkomplizierten Schlüsseldienst am Wochenende, der Betreuung des Haustiers oder dem Einkaufsdienst im Krankheitsfall – auf den Keine Sorgen Schutzengel ist immer Verlass, egal ob mitten in der Nacht, zu Hause oder im Ausland. Gerade im Fall einer langwierigen Erkrankung oder nach einem Spitalsaufenthalt sind Leistungen wie Haushalts- oder Pflegehilfe, die Organisation therapeutischer Versorgung oder auch nur Unterstützung bei Schneeräumung oder Gartenpflege besonders wertvoll. Auch eine qualifizierte ärztliche Zweitmeinung kann unter Umständen notwendig sein. Die Kosten dafür übernimmt der Keine Sorgen Schutzengel. Es ist ein gutes Gefühl, einen verlässlichen Partner an seiner Seite zu haben.

Alle Infos bei Ihrem Keine Sorgen Berater oder unter:

www.keinesorgen.at



ZERTIFIZIERTES WUNDMANAGEMENT FORT- UND WEITERBILDUNGEN

Termine 2019

LINZ – Hotel Donauwelle

WM Kurs

Modul 1 im Selbststudium

Modul 2 vom 06.05. – 11.05.2019



GRAZ – Hotel Weitzer

WM Kurse

Modul 1 vom 20.03. – 23.03.2019

Modul 1 im Selbststudium

Modul 2 vom 25.03. – 30.03.2019

Modul 2 vom 14.10. – 19.10.2019

WIEN – Hilton Garden Inn Vienna South

WM Kurse

Modul 1 vom 29.05. – 01.06.2019

ZWM Kurs 59

Modul 3 vom 09.09. – 13.09.2019

Modul 2 vom 03.06. – 08.06.2019

Modul 4 vom 21.10. – 25.10.2019

Modul 1 im Selbststudium

Modul 2 vom 02.12. – 07.12.2019

Modul 5 vom 16.12. – 20.12.2019

WUNDMANAGEMENT-UPDATE-TAGE

NR. 30 | 01.04.2019 | Graz

NR. 32 | 03.05.2019 | Salzburg

NR. 35 | 28.05.2019 | Wien

Weitere Informationen zu unseren Wundmanagement Schulungen finden Sie unter www.akademie-zwm.ch

WKZ®-WundKompetenzZentrum IM MEDICENT LINZ

Das WKZ®-Linz ist der Praxisbetrieb der Akademie-ZWM® AG
Spezialisiert auf Wundheilungsstörungen, chronische
und schlecht heilende Wunden

www.wkz-austria.at



Ordination nach telefonischer Vereinbarung +43 (0)732/9010 1010

4-fache Qualitätssicherung: ISO 9001,
ISO 29990, EN 15224 und ÖCERT zertifiziert



Umzugsstimmung beim Hort „Sonnenblume“

Umsiedlungsaktion. Seit Anfang November darf sich der ein-gruppige Hilfswerk-Hort „Sonnenblume“ an neuen Räumlichkeiten erfreuen, die sich im Zuge einer Umsiedlungsaktion fortan im 2. Stock der ehemaligen Mädchenvolksschule befinden.

Gemäß den Vorgaben des Landes OÖ stehen den Kindern seit Ende letzten Jahres nun zwei Klassenräume und ein Büro zur Verfügung. Auch bieten der Turnsaal am Bartlberg sowie der Garten der Volksschule, die jeweils abwechselnd nachmittags mit dem Bunten Kinderhort der FFS genutzt werden, genug Platz, um sportlichen Aktivitäten nachzugehen und gleichwohl für ausreichend Bewegungsfreiheit zu sorgen.



Ein besonderer Dank richtet sich hierbei vor allem an den Faschingsverein, der durch den Verzicht auf einen Archivraum diesen Umzug möglich machte. Ein großes Dankeschön gilt auch den Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern des Gemeinde-Bauhofes, die die Übersiedlung sehr rasch und kompetent organisierten und dem Hort-Team unter der Leitung von Julia Pfandl in allen Belangen mit Rat und Tat zu Seite standen. Da die Umzugsarbeiten während des normalen Betriebes stattfanden, soll an dieser Stelle ebenso auf die Eltern der Kinder nicht vergessen werden, ohne deren Entgegenkommen sowie Flexibilität eine Umsiedlung dieses Ausmaßes ebenfalls nicht möglich gewesen wäre.

Für die Gemeinde ist es ein zentrales Anliegen, allen Schulkindern und Hortmitarbeiterinnen ein passendes Umfeld zu bieten, in dem sich die Kinder wohlfühlen und gut betreut werden können.



Bürgermeister
Ing. Manfred Hofinger

Gemeindeamt Lambrecht

4772 Lambrecht Nr. 70

Telefon 07765/215 21, Fax 07765/215 15
E-Mail: gemeinde@lambrecht.ooe.gv.at

G. KLAMPFER

BUILDING SERVICES

G. Klampfer Elektroanlagen GmbH, Paschinger Straße 104, A-4060 Leonding
Telefon: +43 (0) 732 / 67 13 14-0, Telefax: +43 (0) 732 / 67 77 60
E-Mail: office@klampfer.at, Homepage: www.klampfer.at

Rückblick: Projekt UPGRADE

Programmpunkte. Das Projekt UPGRADE, das aus Mitteln des Europäischen Sozialfonds (ESF) sowie vom Land Oberösterreich finanziert wird, begleitet und unterstützt junge Menschen zwischen 15 und 24 Jahren mit den unterschiedlichsten Problemen bei der Gestaltung sowie Umsetzung einer individuellen Lebens- und Berufsperspektive. Als solches umfasst es zudem sportliche Tätigkeiten, Workshops sowie erlebnispädagogische Angebote bzw. Outdoor-Angebote.

Outdoor-Tage

Im Juli und August fanden Outdoor-Tage mit Günter Höhenberger von „Lust am Leben“ in Gmunden statt. Das Programm umfasste eine gemütliche Wanderung mit anschließendem Bogenschießen im Wald. Der Fokus lag vorwiegend auf der Zielfarbe sowie dem mentalen Training, wodurch die jungen, begeisterten Erwachsenen viele wichtige Erfahrungen in punkto positives Denken, Durchhaltevermögen und Optimismus sammelten. Bei weiteren Outdoor-Trainingstagen standen vor allem die Bogenführung sowie das Bogenschießen zu Pferd im Mittelpunkt. Als entsprechende Location wurde hierfür der Bogenparcours in Steinerkirchen gewählt. Im Mai organisierten das Team sowie die Kursbeteiligten aus Munderfing einen Outdoor-Tag, bei dem es um Teambuilding ging. Auf der Tagesordnung standen sportliche Aktivitäten sowie das Kennenlernen von geographischen, historischen und botanischen Gegebenheiten. Im September wurde mit den Jugendlichen aus Braunau eine

Wanderung zum Windpark Munderfing unternommen, um diese ebenfalls für sportliche Aktivitäten zu motivieren. Eine ideale Möglichkeit, die Stadt Linz etwas besser kennenzulernen, bot der Stadtspaziergang im Juni. Des Weiteren organisierte das Team Munderfing im Juli einen Ausflug nach Salzburg, der einen Spaziergang auf den Mönchsberg sowie eine Besichtigung der Festung sowie des Schlosses Mirabell inkludierte. Mit einem Outdoor-Guide sowie zwei Betreuerinnen fand im Juli eine weitere gemütliche Wanderung mit Jugendlichen aus Linz Land in Steinbruck/Kürnbergwald in Dörnach statt, die eine gemeinsame Jause in Alturfahr an der Donau mit anschließender Reflexion einschloss. Für Interessierte bot sich in Wels im Juli die Möglichkeit, an einem Erlebnistag am Lieasenhof Rottenbach mit anschließender Wanderung auf den Erlebnisberg Luisenhöhe teilzunehmen. Einige Tage zuvor besichtigten diese im Rahmen einer Exkursion das Autohaus Leeb und erhielten im Zuge dessen

eine ausführliche Betriebsbesichtigung sowie Lehrplatzbeschreibung. Eine Exkursion auf den Pöstlingberg mit anschließendem gemütlichem Picknick und Gespräch bildete im August im Bezirk Wels einen weiteren unterhaltsamen Programmpunkt.

Kletterworkshop

Im November wurde in der Kletterhalle Auwiesen mit dem Verein Getawaydays Österreich aus Leonding ein Kletterworkshop gestartet, von dessen erlebnispädagogischen Aufgabenstellungen sowie einführenden Boulder- und Klettertechniken sich die Teilnehmer/innen äußerst begeistert zeigten. So besteht hierbei der Wunsch, diese Art von sportlicher Betätigung auch im Jahr 2019 wieder anbieten zu dürfen.

Workshops in allen Bezirken

Neben sportlichen Aktivitäten wurden 2018 zudem Koch-, Näh- sowie laufende Berufsorientierungs- und Bewerbungswerkshops wie auch ein Anfänger-Computerkurs angeboten. <



Der Hilfswerk-Vater wird 80

Porträt. Vor mehr als 40 Jahren gründete Erich Fidesser gegen viele Widerstände das Hilfswerk in seiner heutigen Form. Am 22. Jänner feierte der Sozialpolitiker seinen 80. Geburtstag.

Erich Fidesser erwähnt gerne das biblische Gleichnis von dem Samariter, der nicht wegsehen konnte, als ein Mensch in Not war. Sein eigenes Samariter-Erlebnis hatte der 80-jährige Jubilar und Hilfswerk-Gründer bereits Mitte der 1960er-Jahre. Als junger Gemeinderat im niederösterreichischen Zellerndorf machte er eine Runde durch alle Haushalte. „Zettel verteilen“, sagt

Fidesser heute. Doch eine alte Bäuerin wollte mehr von ihm. „Bleiben Sie doch noch ein bisschen da“, bat sie den 26-jährigen. „Ich habe seit einer Woche mit keinem Menschen mehr geredet.“ Fidesser blieb und hörte zu. Ihre Schwiegertochter brachte zwar Essen und sah hin und wieder nach dem Rechten. Doch für eine richtige Betreuung fehlte den Jüngeren die Zeit. Das ließ dem

Jungpolitiker keine Ruhe: Fidesser überlegte sich, wie man Familien am besten bei der Betreuung und Pflege alter Menschen in den eigenen vier Wänden unterstützen könnte. Mehr als zehn Jahre später bekam er die Möglichkeit, seine Ideen in die Tat umzusetzen. Gegen allerhand Widerstände setzte der resolute Sozialpolitiker 1978 die Gründung des Hilfswerks Niederösterreich durch und legte damit den Grundstein für eine bundesweite Struktur. In den Folgejahren schlossen sich nach und nach andere Bundesländer an, und 1989 wurde das Hilfswerk Österreich als Dachorganisation gegründet. Bis zu seiner Pensionierung 1998 blieb Fidesser Vorsitzender in Niederösterreich. Und auch heute noch ist der rüstige Gründungsvater ein wichtiger Ideengeber. Vieles hat sich in den vergangenen Jahrzehnten geändert, doch seine Grundsätze gelten damals wie heute: „Familien unterstützen, nicht ersetzen“ und „Hilfe zur Selbsthilfe.“

Ein sozialpolitischer Visionär ...

Die Gründung des Hilfswerks fiel nicht zufällig in eine Zeit der Umbrüche: Die traditionelle Rollenverteilung in den Familien brach auf, immer mehr Frauen, denen früher die Betreuung der Alten zugefallen war, nahmen reguläre Jobs an. Im benachbarten Wien explodierte in diesen Jahren die Zahl der Altersheime, auch für Niederösterreich gab es Expertenprognosen, dass sich der Bedarf an Pflegebetten von 1970 bis 1990 mehr als verdoppeln würde. Dass diese Entwicklung gestoppt



Landeshauptfrau Johanna Mikl-Leitner und Hilfswerk-NÖ-Präsidentin Michaela Hinterholzer gratulieren im Rahmen der 40-Jahre-Feier des Hilfswerk NÖ dem Gründer Erich Fidesser

wurde, ist auch das Verdienst Fides-
sers, der als Bildungsreferent und
Sozialexperte der ÖVP für den Aus-
bau mobiler Dienste kämpfte. Auf der
Suche nach Best-practice-Modellen
reiste der engagierte Politiker in die
USA, nach Skandinavien und Frank-
reich. Mehr und mehr gelangte er zu
der Überzeugung, dass die Pflege und
Betreuung bedürftiger Menschen am
besten durch gemeinnützige Vereine
organisiert werden sollte. Doch damit
war er auch in seiner eigenen Partei
gemeinsam mit dem damaligen Ba-
dener Bürgermeister Viktor Wallner in
der Minderheit: Die meisten Funkti-
onärinnen und Funktionäre sprachen
sich dafür aus, die Pflege in die Hand
der Gemeinden zu geben. Doch
durch einen Kraftakt des damaligen
Landesparteičefs Siegfried Ludwig
bekamen die beiden Visionäre eine
Chance: Fidesser bekam zwei Jahre
Zeit, seine Ideen umzusetzen.

... mit enormer Umsetzungsstärke

Das Hilfswerk Niederösterreich
wurde gegründet, und mit der ersten
Niederlassung in Baden begann eine
für Österreich beinahe beispiellose
Erfolgsgeschichte. „Am Anfang
haben wir uns aufgrund der großen
Nachfrage nach unseren sozialen
Dienstleistungen jedes Jahr mehr

als verdoppelt, in
den Neunzigerjahren
gab es immer noch
Zuwächse von 20
Prozent“, erzählt der
Hilfswerk-Gründer.
Sozialstationen
wurden geschaffen,
mobile und sozialme-
dizinische Dienste, ein
Tagesmutterprojekt,
später ein Notruf-
Telefon und ein Ju-
gendzentrum. Fides-
sers Erfolgsrezept: „Ich
arbeitete wie ein Unternehmer.“

Als erster sozialer Trägerverein
entlastete das Hilfswerk Kranken-
schwestern und Krankenpfleger
durch die Einrichtung einer Telefon-
zentrale – wodurch diesen mehr Zeit
für ihre eigentliche Tätigkeit blieb.
Jahrelang arbeitete er am Aufbau
und der Organisation der einzelnen
Landesorganisationen: „Zwischen
1989 und 1994 bin ich jedes Jahr
zwischen 80.000 und 100.000 Kilo-
meter gefahren.“

Innovationskraft, eiserne Stärke und
viel Charme: Das verbindet eine
Mitarbeiterin der ersten Stunde
mit ihrem langjährigen Chef. Die
Diplomkrankenpflegerin Monika
Gugerell lernte Fidesser 1980 in



Politikprominenz bei einer der vielen
Stützpunkt-Eröffnungen in Niederösterreich

einem Wirtshaus kennen, wo er das
Hilfswerk vorstellte. „Als ich ihm
zuhörte, dachte ich, dass er eine
Organisation mit tausenden Ange-
stellten führt. Dabei war ich erst
seine vierte Mitarbeiterin.“ Im Laufe
der Zeit habe sie Fidesser als oft
ziemlich direkten, fordernden, aber
stets fairen Chef kennengelernt. „Er
ist ein großer Humanist, der immer
den Menschen in den Mittelpunkt
stellt.“ Inzwischen ist auch Gugerell
in Pension und fühlt sich wie viele
andere frühere Mitarbeiterinnen und
Mitarbeiter dem Hilfswerk dennoch
weiterhin verbunden: „Das ist auch
ein Stück mein Hilfswerk. Nicht
zuletzt dank Erich Fidesser.“ <

Überzeugend einfaches Blutdruckmessen

boso-medicus uno ist ein besonders einfaches und verlässliches voll-
automatisches Oberarmblutdruckmessgerät der neuesten Generation.
Es lässt sich mit nur einem Knopfdruck bedienen. Die intelligente Auf-
pumpstechnik 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**



„Ich konnte Ungerechtigkeit schon als

Othmar Karas. Schon in jungen Jahren war Othmar Karas Ungerechtigkeit zuwider. Und das soziale Engagement ließ ihn bis heute nicht mehr los. Seine Funktion als Präsident des Hilfswerk Österreich ist ihm seit nunmehr über 20 Jahren ein besonderes Herzensanliegen. Und Karas hat noch einiges vor.

Als Othmar Karas 1998 zum Präsidenten des Hilfswerks gewählt wurde, sah die Welt noch ein Stück weit anders aus. Österreich, damals noch keine drei Jahre in der Europäischen Union, fand sich plötzlich Tür an Tür mit ehemaligen Ostblockstaaten, die rasant Anschluss an den Westen suchten. Das heimische Pflegesystem war bei weitem nicht so entwickelt wie heute, und im Bereich der Kinderbetreuung war an die mittlerweile so selbstverständliche Angebotsvielfalt nicht zu denken. Zwei Jahrzehnte später hat sich das Bild gewandelt. Mehr als 10.000 Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter des Hilfswerks pflegen täglich weit über 30.000 Menschen daheim, in Tageszentren und Heimen oder begleiten fast 20.000 Kinder und Jugendliche bei ihrem Heranwachsen. Diese Entwicklung war nur durch den Einsatz und das beherzte Zusammenwirken vieler möglich. Othmar Karas profilierte sich bereits früh mit sozialpolitischen Themen und trieb deren Entwicklung mit Nachdruck voran.



Elternhaus und Schule prägten sein politisches Verständnis

Bereits als Kind lernte Othmar Karas in seinem Elternhaus im niederösterreichischen Ybbs an der Donau die

Herausforderungen, die das Leben an Menschen stellt, in ihrer ganzen Bandbreite kennen. „Mein Vater war in der Gemeinde engagiert und die Menschen haben sich an ihn gewandt, wenn sie nicht mehr weiter wussten und Hilfe benötigten“, erzählte Karas. „Vielleicht habe ich mich deshalb schon sehr bald selbst für die Gemeinschaft hingestellt und gegen Ungerechtigkeiten angekämpft.“ Als Schüler beispielsweise wollte er nicht hinnehmen, dass sich ein Freund aus eher ärmeren Verhältnissen ein Lernheft für den Unterricht nicht leisten konnte. Karas organisierte kurzerhand eine Aktion, bei der die



„Ich will ein Kandidat für alle sein, die von Europa überzeugt sind, aber auch für jene, die an der europäischen Idee zu zweifeln begonnen haben, aber mit uns gemeinsam die EU handlungsfähiger, besser, effizienter und demokratischer machen wollen.“

Othmar Karas, Präsident des Hilfswerk Österreich

Kind nicht leiden ...

Kinder nicht ihr ganzes Taschengeld am Schulweg für Zuckerl ausgaben, sondern einen kleinen Teil sparten, um gemeinsam das Heftchen für den Kollegen zu kaufen. Eine kleine Anekdote, aber nicht untypisch für Othmar Karas' Sicht auf die Dinge. Die Kolleginnen und Kollegen wählten ihn damals übrigens zum Klassensprecher. Weitere Funktionen als Obmann bei der Union Höherer Schüler oder der Jungen ÖVP folgten, und bereits mit 26 Jahren zog er als Abgeordneter in den Nationalrat ein.

Soziales entscheidet über die Qualität einer Gesellschaft

Im Jahr 1998 wurde Othmar Karas zum Präsidenten des Hilfswerk Österreich gewählt, und fortan standen soziale Themen wie die Weiterentwicklung des heimischen Pflegesystems oder der Ausbau der Kinderbetreuung auch für ihn auf der Tagesordnung. „Wohl und Weh unserer Gesellschaft entscheidet sich an der sozialen Frage“, ist Karas überzeugt, und betont mit Nachdruck, wie sehr das Engagement und das Einstehen für das Hilfswerk ihm ein besonderes Herzensanliegen ist. „Als Politiker habe ich die Verpflichtung, nach Kräften dazu beizutragen, einen Rahmen zu schaffen, der es Menschen ermöglicht, ein eigenverantwortliches und gutes Leben zu führen. Das Hilfswerk bietet Unterstützung und Lösungen für jene, die nach Möglichkeiten suchen, um fordernde Lebenssituationen, wie die plötzliche Pflegebedürftigkeit eines Angehörigen oder die Vereinbarkeit von Beruf und Familie, gut zu bewältigen. Es ist mir eine große Freude und Ehre, mich für diese Anliegen einzusetzen.“

Ein starkes Europa bringt auch soziale Stabilität

Seit 1999 gestaltet Karas als Mitglied des Europäischen Parlaments die Zukunft auf europäischer Ebene mit. Für ihn stellt die Europäische Union in erster Linie ein Friedensprojekt dar, das inmitten der Trümmer des Zweiten Weltkrieges geboren wurde und die Grundlage für die nunmehr längste Zeitspanne ohne Krieg und Zerstörung in der Geschichte unseres Kontinents bildet. Diese Stabilität bringt Bürgerinnen und Bürgern ein noch nie dagewesenes Ausmaß an persönlicher Freiheit sowie Sicherheit und Wohlstand für unsere Gesellschaft als Ganzes. Das Erfolgsgeheimnis dieses laut Karas „stärksten Europas, das wir je hatten“, liegt im gemeinsamen Gestaltungswillen von 28 Einzelstaaten, in klaren „Spielregeln“ und in der Überzeugung, gemeinsam mehr zu erreichen. Galt in der Vergangenheit zwischen Staaten das Recht des Stärkeren, sitzen heute gleichberechtigte Gesprächspartner/innen an einem Tisch. „Das mag zwar gelegentlich etwas langwierig und mühsam

erscheinen, im Rückblick betrachtet ist genau dieser Ausgleich zwischen den Einzelinteressen die Garantie für Stabilität und Zusammenhalt. Ein uneiniges Europa würde zwischen Trump und Putin sowie den Interessen neuer Großmächte wie etwa jener eines sich rasant entwickelnden China rasch zerrieben“, meint Karas.

Die Idee eines gemeinsamen Europa weiterentwickeln

Für die Zukunft hat Karas daher konkrete Ziele: „Wir müssen die europäische Idee gemeinsam weiterentwickeln, sie zu einer Idee machen, die auch Antworten für all jene bietet, die skeptisch sind. Und ja, wir müssen die Europäische Union zukunftsfit machen, zeitgemäß modernisieren, demokratischer gestalten, handlungsfähiger bekommen – und da werden wir gut zu tun haben. Aber glauben Sie mir, das lohnt sich. Denn: Europa ist unsere Heimat und unsere Zukunft. Und Europa ist der Rahmen, den wir brauchen, um auch in Österreich sozialen Frieden und soziale Stabilität zu gewährleisten.“ <



Othmar Karas (r.), hier bei einer Diskussionsrunde mit Bundespräsident Alexander van der Bellen (l.), setzt sich seit Jahrzehnten für sozialen Frieden und den gesellschaftlichen Zusammenhalt ein.

Hörakustik. Ein gutes Gehör ist auch gut für die geistige Fitness. Umso wichtiger ist es, eine Hörminderung rechtzeitig zu versorgen. Der Hörakustikspezialist Neuroth hilft dabei.

Demenz vorbeugen können, ist ebenfalls wissenschaftlich belegt. „Je früher man eine Hörminderung mit den passenden Hörgeräten versorgt, umso besser ist es“, sagt Hörakustik-Experte Lukas Schinko von Neuroth. Schritt für Schritt müssen sich Gehör und Gehirn wieder an das natürliche Hörerlebnis gewöhnen – ein Weg, auf dem ein erfahrener Hörakustiker zum treuen Begleiter wird. <



Foto: Neuroin

Hören Sie noch alle Töne? Lassen Sie im nächsten Neuroth-Fachinstitut unverbindlich und kostenlos Ihr Gehör testen. Oder nutzen Sie unsere neue kostenlose telefonische Erstberatung rund ums Thema Hörgeräte: 00800 8001 8001 **www.neuroth.com**



Ein Gewinn für die Zukunft

in die Zukunft

Gelebte Verantwortung. Vom Spielerschutz über den schonenden Umgang mit Ressourcen bis hin zur Unterstützung zahlreicher Organisationen und Projekte im Sozialen, der Kultur und im Sport. Die Österreichischen Lotterien leben Nachhaltigkeit seit ihrer Gründung vor mehr als 30 Jahren.



österreichische
LOTTERIEN

Hilfswerk auf Tour



Hilfswerk Family Tour.

Information, Beratung und Unterhaltung. Die Schwerpunkte der heurigen Jahresinitiative des Hilfswerks bilden die Themen Älterwerden und Pflege, Arbeiten in Pflegeberufen, Leben mit Demenz, aber auch Spielen und Lernen, Kinderbetreuung sowie Finanzen und Vorsorge.

Weitere Aktivitäten bei der Family Tour sind: Kinderspiele, Basteln, Kinderschminken, Brillen putzen, Gesundheits-Checks für Jung und Alt und vieles mehr. Und: FIDI „lebendig“ und in Lebensgröße! Das Hilfswerk setzt bei seiner Jahresinitiative auf starke Partner wie Erste Bank und Sparkassen, Wiener Städtische sowie Neuroth. Allergosan und Publicare unterstützen das Hilfswerk beim Fachschwerpunkt „Leben mit Demenz“. <

Die Stationen der Hilfswerk Family Tour bis Mitte Juni

So	28.4.	15.00–19.00 Uhr	NÖ	2041 Immendorf, Kellergasse Zeisselberg Familienwandertag
Mi	1.5.	13.00–18.00 Uhr	NÖ	2380 Perchtoldsdorf, Zellpark beim Kulturzentrum, Indianerfest
Do	2.5.	9.00–15.00 Uhr	NÖ	2851 Krumbach, Gewerbegebiet, Landesseniorenwandertag
Do	3.5.	10.00–16.00 Uhr	Ktn	9020 Klagenfurt, Alter Platz, Kick-off um 11 Uhr
Sa	4.5.	10.00–17.00 Uhr	NÖ	3704 Großwetzdorf, Heldenberg, Gesundheitstag
So	5.5.	9.00–15.00 Uhr	Stmk	8081 Heiligenkreuz a. Waasen, Marktplatz, Markttag
Di	7.5.	9.00–16.00 Uhr	OÖ	4020 Linz, Taubenmarkt, Kick-off um 10.30 Uhr
Mi	8.5.	8.00–12.00 Uhr	OÖ	4840 Vöcklabruck, Stadtplatz, Wochenmarkt
Do	9.5.	7.00–12.00 Uhr	OÖ	4400 Steyr, Stadtplatz
Fr	10.5.	13.00–18.00 Uhr	OÖ	4050 Traun, Fußgängerzone, Bauernmarkt
Sa	11.5.	8.00–12.00 Uhr	OÖ	4150 Rohrbach, Wochenmarkt
Sa	11.5.	10.00–18.00 Uhr	Sbg	5101 Bergheim, Entenrennen
Fr	17.5.	9.00–15.00 Uhr	Bgld	7161 St. Andrä am Zicksee, Seniorenwandertag
Sa	18.5.	ab 7.00 Uhr	OÖ	4600 Wels, Wochenmarkt
Fr	24.5.	ab 12.00 Uhr	OÖ	4320 Perg, Hauptplatz, Wochenmarkt
So	26.5.	10.00–17.30 Uhr	Sbg	5201 Seekirchen am Wallersee, Entenrennen
Fr	14.6.	10.00–16.00 Uhr	Tirol	5020 Innsbruck, Sparkassenplatz, Bauernmarkt

In der nächsten Ausgabe der „Hand in Hand“ (erscheint am 14. Juni) lesen Sie, wo die Hilfswerk Family Tour fortgesetzt wird. Detailprogramm: siehe auch **www.hilfswerk.at**

Jetzt gratis bestellen!

Besonders beliebt und vielfältig: der Hilfswerk Kinderbetreuungs-kompass – eine Orientierungshilfe rund um die richtige Betreuung und Förderung von Kindern sowie der Hilfswerk Pflegekompass mit vielen praktischen Tipps rund um Pflege und Betreuung.

Bestellen Sie unter: 0800 800 820 oder office@hilfswerk.at



Dipl.-Ing. Alexander Kubai

Entwicklung und
Erzeugung
technischer Gummiartikel

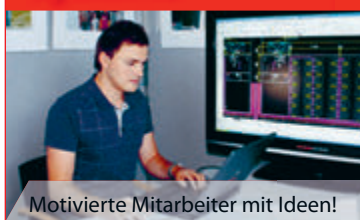


Linzer Straße 70
A-4780 Schärding

Telefon: 0 77 12/20 58
Telefax: 0 77 12/44 78

www.kubai.at

Perfect Farming Systems



Motivierte Mitarbeiter mit Ideen!



SCHAUER
PERFECT FARMING SYSTEMS

Schauer Agrotronic GmbH
A-4731 Prambachkirchen
T +43 / 72 77 / 23 26-0*
www.schauer-agrotronic.com

Der „Mobile Mittagstisch“ mit neuem Gefährt

Neues Auto. Mit der Idee, Menschen so lange wie möglich in ihrer vertrauten Umgebung wohnen lassen zu können, wurde im Frühjahr 1998 der „Mobile Mittagstisch“ in Oberneukirchen ins Leben gerufen.

Anfang November wurde dem „Mobilen Mittagstisch“ vom ortsansässigen Opel-Händler PRAMER ein neues Fahrzeug, ein weißer Opel Mokka mit Allradantrieb, übergeben, der ab sofort im Gemeindegebiet Oberneukirchen unterwegs ist und Platz für rund 20 Portionen bietet, die von Montag bis Freitag ausgeliefert werden. Im Zuge der offiziellen Autoübergabe durch Karl Pramer sen. und Karl Pramer jun. von OPEL PRAMER bedankten sich Hilfswerk-Vereinsobfrau Elisabeth Freundlinger und Lebenshaus-Stützpunktleiterin Anneliese Bräuer auch herzlich bei allen ehrenamtlichen Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern des Hilfswerks Oberneukirchen.

„Gerne unterstützen wir diese unverzichtbare Serviceleistung des Hilfswerk-Vereins Oberneukirchen, die bereits seit 20 Jahren in unserer Gemeinde angeboten wird“, zeigt sich Bürgermeister LAbg. DI Josef Rathgeb über die neue Anschaffung äußerst begeistert. Der „Mobile Mittagstisch“ wird hauptsächlich von älteren bzw. alleinstehenden Menschen in Anspruch genommen,

da die Beschaffung von Lebensmitteln sowie die tägliche Zubereitung von Mahlzeiten – oftmals nur für eine Person – einen enormen Aufwand für viele Seniorinnen und Senioren darstellt. Darüber hinaus können auch Personen, die etwa aus Krankheitsgründen nicht mehr dazu in der Lage sind, für sich und ihre Angehörigen zu kochen, dieses Angebot vorübergehend gleichermaßen nutzen. Die Mahlzeiten (Suppe, Hauptspeise) werden stets von den ortsansässigen Gastronomen, den Schwestern Oblatinen sowie dem Diakoniewerk frisch zubereitet und schließlich von freiwilligen Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern den Kunden zugestellt.

Für weiterführende Informationen zum „Mobilen Mittagstisch“ steht das Hilfswerk-Büro Oberneukirchen während der Öffnungszeiten (8 bis 12 Uhr) unter der Telefonnummer 07212/3012 oder 0664/807 651 720 gerne zur Verfügung. Die Kosten für das „Mobile Mittagstisch“-Angebot, welches jederzeit gebucht sowie storniert werden kann, betragen 7,20 Euro. <



Auf dem Foto links: Karl Pramer jun. und Karl Pramer sen. von Opel Pramer aus Oberneukirchen. Auf dem Foto rechts: Bürgermeister LAbg. DI Josef Rathgeb, Obfrau des Hilfswerk-Vereins Oberneukirchen Elisabeth Freundlinger und Stützpunktleiterin Anneliese Bräuer mit den freiwilligen Mitarbeitern (Essenszusteller) des Hilfswerk-Vereins Oberneukirchen. Nicht im Bild: Siegfried Hofbauer, Hubert Barth, Siegfried Salzbacher und Maria Pargfrieder

Hand in Hand für Menschen in Not

Hilfswerk International.

Das Hilfswerk stärkt nicht nur Menschen in Österreich, auch im Ausland setzen wir uns mit dem Hilfswerk International für Familien in Not ein.

Katastrophenhilfe, Wiederaufbau und wirksame Entwicklungszusammenarbeit bilden den Dreiklang unserer weltweiten Hilfsprojekte. Im Mittelpunkt stehen der Mensch, seine Gesundheit, die Verbesserung der Lebensgrundlage und die Förderung der Familie – vor allem der Kinder.

Hilfe zur Selbsthilfe

Unsere Stärke sind maßgeschneiderte Hilfsmaßnahmen, die Notsituationen auf verschiedenen Ebenen beseitigen. Dabei gehen wir immer vom bestehenden Potenzial der Menschen aus und bringen in der Zusammenarbeit unser Know-how ein, um zukunftsorientierte Verbesserungen einzuleiten. Begleitend arbeiten wir auf Gemeindeebene und mit den zuständigen nationalen Behörden zusammen, um die Rahmenbedingungen und Strukturen nachhaltig zu verbessern.

Gestärkt in eine chancenreichere Zukunft

In Krisenfällen organisieren wir sauberes Trinkwasser, Mahlzeiten und weitergehende, dem Bedarf entsprechende Hilfestellungen.



2018 konnten wir ...

- hungernde Kinder in Ostafrika mit stärkenden Mahlzeiten versorgen,
- lebensrettende Maßnahmen für syrische Flüchtlingskinder im Libanon durchführen,
- medizinische Hilfe für Frauen und Kinder in Mosambik sicherstellen,
- Ausbildung für Jugendliche in Tunesien gewährleisten,
- beschädigte Häuser reparieren und Wohnraum in Bosnien und Herzegowina schaffen,
- Familien in Kolumbien mit Saatgut, Nutztieren, Werkzeug und Know-how beim Aufbau ihrer Lebensgrundlagen unterstützen,
- wirtschaftliche Entwicklung in Zentralasien fördern und vieles mehr.

Dank der Mithilfe von Spenderinnen und Spendern können wir da sein, wenn Menschen in akute Not geraten, und können bleiben, bis die Familien ihr Leben wieder in ihre eigene Hand nehmen können.

Ihre Spende schenkt spürbare Hilfe

Spenderinnen und Spender, Partner und Fördergeber, Sponsoren, Ehrenamtliche und Personen, die das Hilfswerk in ihrem Testament bedenken – jeder Einzelne hilft, das Leben von Menschen in Not spürbar zu verbessern. Ihnen allen einen herzlichen Dank! <

Bitte helfen Sie mit! Ihre Spende schenkt Zukunft



Spendenkonto Kennwort „Kinder in Not:“ AT71 6000 0000 9000 1002

Hilfswerk International

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



OÖ Hilfswerk – wir unterstützen Sie im Alltag

Standorte

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

• Braunau am Inn

Familien- und Sozialzentrum Munderfing

Dorfplatz 1, 5222 Munderfing
Tel. 07744/66 63 oder 0664/807 65 16 04
E-Mail: munderfing@ooe.hilfswerk.at

• Eferding

Familien- und Sozialzentrum Eferding

(Tageszentrum Eferding)
Schiferplatz 1, 4070 Eferding
Tel. 07272/72 97 oder 0664/807 65 13 06
E-Mail: eferding@ooe.hilfswerk.at

• Freistadt

Familien- und Sozialzentrum Freistadt

Hauptplatz 14, 4240 Freistadt
Tel. 07942/740 83 oder 0664/807 65 15 60
E-Mail: freistadt@ooe.hilfswerk.at

• Perg

Familien- und Sozialzentrum Perg

Leharstraße 1a, 4320 Perg
Tel. 07262/584 44 oder 0664/807 65 19 02
E-Mail: perg@ooe.hilfswerk.at

• Gmunden

Familien- und Sozialzentrum Gmunden

Sonnenpark 1, 4810 Gmunden
Tel. 07612/762 20 oder 0664/807 65 14 11
E-Mail: gmunden@ooe.hilfswerk.at

Familien- und Sozialzentrum Bad Ischl

Bahnhofstraße 14, 4820 Bad Ischl
Tel. 06132/218 88 oder 0664/807 65 14 11
E-Mail: badischl@ooe.hilfswerk.at

• Grieskirchen

Familien- und Sozialzentrum Grieskirchen

Uferstraße 4, 4710 Grieskirchen
Tel. 07248/644 23 oder 0664/807 65 13 06
E-Mail: grieskirchen@ooe.hilfswerk.at

• Kirchdorf/Krems

Familien- und Sozialzentrum Kirchdorf

Hauptplatz 16, 4560 Kirchdorf
Tel. 07582/903 22 oder 0664/807 65 31 25
E-Mail: kirchdorf@ooe.hilfswerk.at

• Linz

Landesgeschäftsstelle Oberösterreich

Dametzstraße 6, 4010 Linz
Tel. 0732/77 51 11-101 oder -102
Fax 0732/77 51 11-200
E-Mail: office@ooe.hilfswerk.at

Familien- und Sozialzentrum Linz-Nord

Fröhlerweg 51, 4040 Linz-Urfahr
Tel. 0732/75 71 11 oder 0664/807 65 15 58
E-Mail: linz-stadt@ooe.hilfswerk.at

Familien- und Sozialzentrum Linz-Süd

Teufelstraße 7, 4020 Linz
Tel. 0664/807 65 15 58
E-Mail: linz-sued@ooe.hilfswerk.at

• Linz-Land

Familien- und Sozialzentrum Traun

Rumaer Straße 12, 4050 Traun
Tel. 07229/653 45 oder 0664/807 65 26 00
E-Mail: traun@ooe.hilfswerk.at

• Ried im Innkreis

Familien- und Sozialzentrum Ried im Innkreis

Bahnhofstraße 13, 4910 Ried im Innkreis
Tel. 07752/700 91 oder 0664/807 65 25 12
E-Mail: ried@ooe.hilfswerk.at

• Rohrbach

Familien- und Sozialzentrum Rohrbach

Stadtplatz 22, 4150 Rohrbach
Tel. 07289/48 63 oder 0664/807 65 29 00
E-Mail: rohrbach@ooe.hilfswerk.at

• Schärding

Familien- und Sozialzentrum Schärding

Linzer Straße 22, 4780 Schärding
Tel. 07712/356 74 oder 0664/807 65 13 06
E-Mail: schaerding@ooe.hilfswerk.at

• Steyr

Steyr-Stadt und Steyr-Land

Familien- und Sozialzentrum Steyr-Stadt

(Tageszentrum Ennsleite)
Leopold-Steinbrecher-Ring 9a, 4400 Steyr
Tel. 07252/477 78 oder 0664/807 65 26 00
E-Mail: steyr@ooe.hilfswerk.at

• Urfahr-Umgebung

Lebenshaus und Lebensgarten Oberneukirchen

Auf der Bleich 2a, 4181 Oberneukirchen
Tel. 07212/30 12 oder 0664/177 09 97
E-Mail: lebenshaus@ooe.hilfswerk.at

Familien- und Sozialzentrum Ottensheim

Jakob-Sigl-Straße 3, 4100 Ottensheim
Tel. 07234/853 44 oder 0664/807 65 15 08
E-Mail: ottensheim@ooe.hilfswerk.at

• Vöcklabruck

Familien- und Sozialzentrum Vöcklabruck

Ferdinand-Öttl-Straße 14, 4840 Vöcklabruck
Tel. 07672/902 30 oder 0664/807 65 27 08
E-Mail: voecklabruck@ooe.hilfswerk.at

• Wels

Wels-Stadt und Wels-Land

Familien- und Sozialzentrum Wels
Durisolstraße 7, 4600 Wels
Tel. 07242/766 31 oder 0664/807 65 28 01
E-Mail: wels@ooe.hilfswerk.at

Leistungen

Gesundheits- und Sozialdienste

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

Kinderbetreuung

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

Familienservice

- Arbeitsbegleitung
- Check In
- Institut Legasthenie Linz
- Institut Legasthenie Wels
- Lernbegleitung
- Produktionsschule Perg 17er-Garage
- UPGRADE
- OÖ Hilfswerk Family Tour

www.ooe.hilfswerk.at



Wir schaffen mehr Wert.

Ihre Arbeitnehmer- veranlagung – Ihr Vorteil

Entgeltliche Einschaltung
Foto: BMF/AdobeStock

 Bundesministerium
Finanzen

Holen Sie sich mit der Arbeitnehmerveranlagung – auch Steuer- oder Jahresausgleich – jenen Teil der Lohnsteuer zurück, den Sie zu viel bezahlt haben. Es lohnt sich.

Arbeitnehmerveranlagung zahlt sich aus

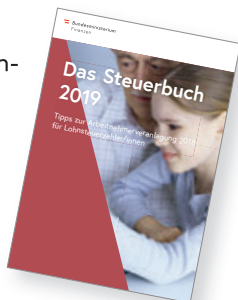
Wenn Ihr Gehalt über ein Jahr gesehen variiert oder Sie außergewöhnliche Belastungen, Sonderausgaben sowie Werbungskosten absetzen können, ist es sinnvoll, eine Arbeitnehmerveranlagung zu machen. Dadurch bekommen Sie zu viel bezahlte Steuer einfach zurück.

Jahre rückwirkend – händisch ausgefüllt an das Finanzamt schicken oder direkt dort abgeben. Am einfachsten geht es allerdings mit einem Zugang bei **finanzonline.at**, dem Online-Portal des Finanzamts.

Sobald Ihr Arbeitgeber den Lohnzettel für das abgelaufene Jahr bzw. die Organisationen, denen Sie seit 2016

gespendet haben, Ihre Spende an das Finanzamt übermittelt haben, können wir mit der Bearbeitung Ihrer eingebrachten Arbeitnehmerveranlagung beginnen. Das ist in der Regel ab Ende Februar der Fall. Deshalb macht es Sinn, ab März Ihre Arbeitnehmerveranlagung zu beantragen. Die Reihenfolge der Bearbeitung richtet sich nach dem Datum des Einlangens.

Alle Details dazu finden Sie in unserem aktuellen Steuerbuch unter **bmf.gv.at > Publikationen**.



So holen Sie sich Ihr Geld zurück

Sie können Ihre Arbeitnehmerveranlagung (Formular L 1, L 1k, L 1i) – fünf

NEU: Mit der BMF App auch Familienbonus Plus berechnen

FAMILIENBONUS+

BMF App zeigt Ihnen Ihre persönliche Ersparnis

Die App wurde um eine zusätzliche Funktion beim Brutto-Netto-Rechner erweitert. Sie bietet nun neben den bewährten Services, wie der Finanzamtssuche und zahlreichen Zolttipps, auch ein Berechnungsprogramm für den Familienbonus Plus bzw. den Kindermehrbetrag.

THE FUTURE IS YOURS.

200

JAHRE

#GLAUBANDICH