Hand in Hand



Zeitschrift für Gesundheit, Familie und Soziales

1 | 2019





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

IHRE SORGEN MÖCHTEN WIR HABEN







COVERSTORY

4 Alt und vergesslich? Von wegen! Wie sich Gehirn und Gedächtnis im Alter verändern.

PFLEGE & BETREUUNG

9 Literarischer Spaziergang. Eine humorvolle Lesung erfreute die Besucher/innen des Tageszentrums Leopoldstadt.

■GESUNDHEIT & LEBEN

14 Koffer packen, Wörter schütteln. Gedächtnistrainings zählen zu den beliebtesten Gruppenangeboten in den Hilfswerk-Nachbarschaftszentren.

- 18 Der liebenswerteste Clown Österreichs. "Enrico" Heinz Zuber im Interview.
- 22 Baharat Café und noch viel mehr. Das Wiener Hilfswerk startet ein weiteres gemeinnütziges Projekt im Bereich Flüchtlingsbetreuung.
- 24 Nachbarschaftstag 2019.

 Der Europäische Nachbarschaftstag feiert sein 20. Jubiläum.
- KINDER & JUGEND
 - 27 Betriebliche Kinderbetreuung zahlt sich aus. Spaß für die Kinder, Entlastung für die Eltern, Qualität fürs Unternehmen.



EDITORIAL

Karin Praniess-Kastner, MSc Präsidentin des Wiener Hilfswerks

Den Überblick behalten

Unsere Welt ist eine schnelle Welt. Es ist nicht leicht, immer den Überblick zu behalten, informiert zu sein, Schritt zu halten mit allem, was passiert. In manchen Situationen kommt es vor, dass man Dinge vergisst, sich an bestimmte Namen nicht erinnern kann, nicht mehr weiß, wo man die Brille oder das Lieblingsbuch abgelegt hat. Es gibt aber auch eine Stufe des Vergessens, die nicht mehr unter "normal" fällt und mit der man sich entsprechend auseinandersetzen sollte.

Die Wiener Hilfswerk-Profis im Pflegebereich versorgen täglich Personen, die an Demenz erkrankt sind. Sowohl unsere mobilen Pflegekräfte als auch unsere Teams in den Tageszentren wissen, was zu tun ist, wenn die Personen selbst oder ihre Angehörigen an ihre Grenzen stoßen. Gerade in solchen Situationen, wo vertraute Dinge fremd erscheinen und man versucht, sich zurechtzufinden, ist es wichtig, Hilfe anzunehmen.

Das Wiener Hilfswerk ist für Sie da. Mit unseren Einsatzkräften, in unseren Einrichtungen, aber auch mit übersichtlichen Broschüren zum Thema. Wer sich zunächst online informieren möchte, findet auf unserer Homepage einen eigenen Bereich für pflegende Angehörige mit vielen nützlichen Tipps unter www.hilfswerk.at/wien/pflege

Herzlichst, Ihre Karin Praniess-Kastner





Das Österreichische Umweltzeichen für Druckerzeugnisse, UZ24, UW 686 Ferdinand Berger & Söhne GmbH.



Oeko.Business Wier

Offenlegung gemäß § 25 Mediengesetz: Wiener Hilfswerk, Schottenfeldgasse 29, 1072 Wien, ZVR-Zahl: 814134410; www.wiener.hilfswerk.at. Das Wiener Hilfswerk ist eine 1947 gegründete private, gemeinnützige, mildtätige, überkonfessionelle und überparteiliche Organisation, die ihre Unterstützung allen in Wien lebenden Menschen anbietet. Vorstand: Präsidentin: Karin Praniess-Kastner, MSc; Vizepräsidenten: LAbg. GRⁿ a.D. Ingrid Lakatha, Dr. Stephan Leixnering; Prof. Dr. Johannes Rudda; Finanzreferent: Mag. Klaus Hübner; Finanzreferent-Stv.: Dr.ⁿ Heike Mensi-Klarbach; weitere Mitglieder: Uli Appel, Dr.ⁿ Irmgard Bayer, Dipl.-Ing. Peter Csöngei, Mag.^a Silke Kobald, Susanne Reichard, DSA Michael Vorlaufer; Kontrolle: Dr.ⁿ Heide Engleitner, Dr. Ewald Aschauer, MMag.^a Marianne van Staa, Dr. Paul Schörghofer LL.M. Grundlegende Richtung: § 2 (4) (n) der Statuten des Wiener Hilfswerks

Herausgeber und Medieninhaber Wiener Hilfswerk, Schottenfeldgasse 29, 1072 Wien, Tel.: (+43-1) 512 36 61; Fax: DW 33, E-Mali: kommunikation@wiener.hilfswerk.at; Web: www.wiener.hilfswerk.at Redaktion Wien: Mag. * Martina Goetz, Mag. Heiko Nötstaller, Conny Pressler, Mag. * Martina Stoll Redaktion * Österreich: Elisabeth Anselm, DI Roland Wallner Fotos: Hilfswerk Österreich/Suzy Stöckl, Wiener Hilfswerk, Daniel Nuderscher, Jenni Koller, Fotolia, Hilfswerk Austria (38/Constantine Bassel), Shutterstock (Cover/3/4/Ollyy), 10/Richard Tanzer Anzeigen: Dr. Norbert Kastelic/Hilfswerk Österreich Layout: Egger & Lerch, 1030 Wien Druck: Ferdinand Berger & Söhne GmbH, Horn. Über zugesandte Manuskripte freut sich die Redaktion, sie behält sich jedoch vor, diese zu redigieren, abzulehnen oder in gekürzter Fassung zu veröffentlichen. Namentlich gekennzeichnete Artikel müssen nicht unbedingt der Auffassung der Redaktion entsprechen. Auflage Wien: 18.000 Stück.

Sehr geehrte Bezieher/innen des Magazins Hand in Hand!

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

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 Ge-

> hirns 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

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).



- 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.



COVERSTORY

PFLEGE & BETREUUNG GESUNDHEIT & LEBEN KINDER & JUGEND HILFSWERK

>> 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 Rubinstein. Rubinstein 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 Rubinstein vor schnelleren Passagen 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!



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 Hiflswerk-Broschüren "Ich bin dann mal alt. Wie

sich das Gehirn im Alter verändert." und "Alltag mit Demenz: Ein Ratgeber für Angehörige.".

Hilfswerk-Ratgeber kostenlos bestellen

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

LEBENSLUST WIENS EINZIGARTIGER SENIORENCLUB



10. – 13. APRIL 2019 MESSE WIEN

Mi - Sa · 9 - 17 Uhr · U2 Messe-Prater



PFLEGE & BETREUUNG GESUNDHEIT & LEBEN KINDER & JUGEND HILFSWERK

Tipps und Tricks fürs Gedächtnis

Tageszentren. Der Umgang mit meinem an Demenz erkrankten Angehörigen wird immer schwieriger – was kann ich tun? Vor dieser Frage stehen viele Menschen. Ina Löffler, Leiterin des Hilfswerk-Tageszentrums in Währing, gibt Tipps, wie man herausfordernde Situationen leichter bewältigen kann.

Zunächst ist es wichtig, herauszufinden, was den betreuten Menschen erfreut. Daher steht am Beginn jedes Beschäftigungsangebotes die Beobachtung des Menschen in unterschiedlichen Situationen. Es gibt Zeichen einer Unterforderung wie Apathie, Unzufriedenheit oder Reizbarkeit bzw. Langeweile und ruheloses Umherwandern. Überforderung zeigt sich zum Beispiel in Form von Panik, Aggression, Erregung oder depressiver Verstimmung und Rückzug. Eine entsprechende gezielte Beschäftigung kann durchaus zur Entspannung und Erleichterung der Situation beitragen. Je entspannter und positiver ein Mensch mit Demenz sich und seine Umwelt betrachtet, desto eher wird er in der Lage sein, Aufgaben zu bewältigen. Dies stärkt auch das Selbstwertgefühl und damit die positive Stimmungslage des Erkrankten.

Bewährte Beschäftigungsarten:

• Bilder ausmalen in Kombination mit Musik, die immer sehr geliebt wurde. Es gibt viele Malvorlagen im Internet

- und auch in Papiergeschäften, wichtig ist auch die Auswahl der Malutensilien. Manche mögen Filzstifte, andere Buntstifte oder Malfarben.
- · Memorykarten, auf denen Alltagsgegenstände abgebildet sind - manchmal genügt schon das Suchen von zwei zusammenpassenden Bildern und man kann über die abgebildeten Gegenstände plaudern.
- Bei mobilen Menschen: unbedingt Spaziergänge einplanen und beim Spazierengehen auf Dinge hinweisen, wie z.B. "schau, wie schön diese Blume ist", etc.
- Fotos der Heimatstadt anschauen und damit einen virtuellen Spaziergang machen.
- Mit den Sinnen Erinnerungen wecken: fühlen, riechen schmecken, sehen, hören: Kräuter, Stoffe, Alltagsgegenstände bzw. Materialien aus der Vergangenheit, Musik.
- Sprichwörter ergänzen. Dies spricht das Langzeitgedächtnis an, und viele Menschen können das sehr lang. Es vermittelt das positive Gefühl, etwas zu wissen.

- · Ausflüge mit Bekannten machen, zum Heurigen, zum Ausflugslokal im Grünen etc.
- Für soziale Kontakte sorgen, aber nicht immer die gleichen Personen.

Prinzipiell zu beachten:

- wertschätzend kommunizieren
- · den betroffenen Menschen dort abholen, wo er sich gerade befindet
- ständiges Korrigieren vermeiden (macht aggressiv)
- Vorwürfe vermeiden ("Das habe ich dir gerade erklärt")
- Am wichtigsten: Sich selbst Pausen zugestehen und Unterstützung annehmen!

Die Tageszentren des Wiener Hilfswerks entlasten betreuende Angehörige und gleichzeitig sorgen sie für Aktivierung bzw. Mobilisation der Tagesgäste. <

DGKP Ina Löffler, Leitung Hilfswerk-Tageszentrum für Seniorinnen und Senioren Währing

Hilfswerk-Tageszentren

Tageszentrum für Seniorinnen/ Senioren - Leopoldstadt

(auch für Patienten/Patientinnen nach Schlaganfall), Vorgartenstraße 145–157/ Stiege 4, 1020 Wien, T: 01/212 0489, E-Mail: tzs-02@wiener.hilfswerk.at

Tageszentrum für Seniorinnen/ Senioren - Währing

Gentzgasse 14-20/Stiege 3/EG, 1180 Wien, T: 01/479 60 68,

E-Mail: tzs-18@wiener.hilfswerk.at



SOZIALES Anerkannte Einrichtung nach den **WIEN** Förderrichtlinien des Fonds Soziales Wien, StaDt; Wien gefördert aus Mitteln der Stadt Wien



WOHLFÜHLEN. LEBENSQUALITÄT.

Senioren/Seniorinnen-Wohngemeinschaften mit mobiler Betreuung

Die ideale Wohnform für ältere Menschen, die nicht mehr alleine wohnen wollen.

FREIE PLÄTZE!

Information und Beratung

Wiener Hilfswerk

Telefon: +43 1 512 36 61-425 E-Mail: swg@wiener.hilfswerk.at

www.wiener.hilfswerk.at



Literarischer Spaziergang

Tagesbetreuung. Eine Kooperationsveranstaltung mit dem Mobilen Palliativteam (MPT) des Wiener Hilfswerks erfreute die Gäste im Hilfswerk-Tageszentrum für Seniorinnen und Senioren in Wien-Leopoldstadt.

So ein Publikum wünscht sich jeder Künstler! Ein Déjà-vu nach dem anderen erheiterte die Gäste im Tageszentrum Leopoldstadt, als Elfriede Strachota und Anton Bierbaum im Dezember einen literarischen Spaziergang durch Wien boten. "Ja, so war's", und "Das kenne ich, da war ich auch schon!", hörte man zwischen begeistertem Klatschen rufen. Elfriede Strachota beschreibt in ihren Gedichten ihre Liebe zu Wien und das Leben im Allgemeinen. Sie las aus ihren veröffentlichten und

noch unveröffentlichten Werken. Der Autor Anton Bierbaum hat schon an vielen Orten gelebt und gearbeitet, bis er vor einigen Monaten noch einmal umziehen musste. In seinen launigen Gedichten gewinnt er immer die Oberhand über die Widrigkeiten seines Lebens. Bei der Lesung lieh ihm MPT-Ärztin Brigitte Humer-Tischler, die die Veranstaltung gemeinsam mit Beatrix Schiman organisiert hatte, ihre Stimme. Die Organisatorinnen freuten sich, dass Herr Bierbaum die Kraft fand, an der



Lesung seiner späten Werke teilzunehmen. Ein großes Dankeschön an Karin Marek-Szedenik und das Team des Tageszentrums Leopoldstadt für die großartige Unterstützung und danke an das aufmerksame Publikum, das die Lesung sichtlich genossen hat.

HILFSWERK

"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 punkto 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")



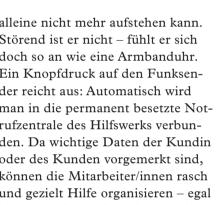
b.ü.r.o.möbel

Ein "Schutzengel 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 Erinnerungsalarme. 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® Gedächntis 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.



KONSUMENT

SEHR GUT

K1804907

Hilfswerk

"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 deutschsprechende 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

E-Mail: 24stunden@hilfswerk.a Internet: www.hilfswerk.at

Koffer packen, Wörter schütteln

Freiwilligenarbeit. Gedächtnistrainings gehören seit vielen Jahren zu den beliebtesten Gruppenangeboten in den Nachbarschaftszentren des Wiener Hilfswerks. Auch im Nachbarschaftszentrum 17.

Seit zehn Jahren leitet hier Monika Orschulik jeden Mittwoch Nachmittag das "Heitere Gedächtnistraining". Woche für Woche gestaltet die freiwillige Mitarbeiterin eine Stunde für fünf bis zwölf Teilnehmer/innen. Manche von ihnen kommen, weil dieser Termin mittlerweile zu einem Fixpunkt im Ablauf ihrer Woche geworden ist. Andere schätzen es, zu einer Gruppe zu gehören, in der sie sich wohlfühlen. Die meisten aber treibt das Bedürfnis an, etwas für ihr Gehirn zu tun. Monika Orschulik kann für ihre Vorbereitungen aus einem großen Fundus an Übungen und einem reichen Erfahrungsschatz schöpfen. Vor vielen Jahren absolvierte sie die Ausbildung zur LIMA-Trainerin (LIMA = Lebensqualität im Alter) beim Katholischen Bildungswerk Wien und bildet sich seither bei Seminaren und Workshops, aber auch durch Lektüre und eigene

Recherche im Internet ständig weiter. Daher baut sie ihre Gedächtnistrainings immer sehr bunt und abwechslungsreich auf, häufig auch zu ganz bestimmten Themen. "Mir ist es wichtig", betont sie, "dass wir uns mit etwas befassen, das die Teilnehmerinnen und Teilnehmer wirklich interessiert." Daher stimmt sie die Themen im Voraus mit ihnen ab. Und das zeigt Wirkung: Frau Orschulik beobachtet, dass ihre Teilnehmer/innen Fortschritte machen, zum Beispiel bei der Merkfähigkeit, und sich ihrer geistigen Leistungsfähigkeit zunehmend sicher fühlen.

Eine erfüllte Zeit

"Ich packe meinen Koffer und lege hinein …" – so beginnt eine der Lieblingsübungen ihrer Teilnehmer/innen. Aber auch mit Schüttelwörtern kann sie ihnen große Freude bereiten: Anfangsund Endbuchstabe eines Wortes bleiben

gleich, die Buchstaben dazwischen sind jedoch durcheinandergeraten. Bei langen Wörtern ist es gar keine so leichte Aufgabe, sie richtigzustellen und sinnvolle Wörter zu finden. "Wenn die Zeit verfliegt, weil alle hochkonzentriert mitmachen, und wenn sie mit einem Lächeln weggehen", sagt die Freiwillige, "dann ist die Stunde gelungen." Monika Orschulik gehört zur wachsenden Gruppe von Freiwilligen, die sich sozial engagieren, indem sie ihre Kenntnisse und Fähigkeiten unentgeltlich einbringen. Doch wie gelingt es ihr, über so viele Jahre motiviert zu bleiben? Ihre Antwort: "Jede Stunde ist anders. Wir lachen miteinander. Wir strengen uns an. Und wir erzählen einander Geschichten aus dem Leben. Das ist für mich eine erfüllte Zeit. Jedes Mal wieder." <

Mag. Martin Oberbauer Wiener Hilfswerk, Freiwilligenmanagement



"Dann ist die Stunde gelungen." Heiteres Gedächtnistraining im Nachbarschaftszentrum Hernals.

Denksport für Jung und Alt

Unsere beliebte Rätselseite von Mag. Martin Oberbauer, Psychologe und Gedächtnistrainer. 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):

.....

3) Jacques

Im folgenden Buchstabenwirrwarr ist zehnmal Offenbachs Vorname versteckt – fünfmal von links nach rechts und fünfmal von rechts nach links (markieren Sie die 10 gefundenen Namen):

JAQUCESQUACSJAUQSEUQCAJACUQESJACQUESQUASCAJSEQUCAJACQUESQUJA
SQUECASEJQUESJACQUESAUQCAJESQUAJACQUESEUCQAJESQUAJASCQUESEUQ
CASJESEUQCAJAQUESJSEUQCAJESAJAQUCESEQUASELEJACQUESASESEUQCAJAJ
SEUCQAJAQUESCEUQCAJACUQESEUQAJECQUASEUQCAJESAQUESAJESQUACSQJ

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
- 3) a) SAAL b) ROST c) WELLE c) BRUNFT

Wir gratulieren den Gewinner/innen der Bücher "Gesunde Wohlfühlküche".

Gedächtnistraining

In den 10 Nachbarschaftszentren des Wiener Hilfswerks (Adressen S. 43) wird heiteres Gedächtnistraining in geselliger Runde angeboten. Die Teilnahme ist gratis. Termine und Informationen erhalten Sie im jeweiligen Nachbarschaftszentrum bzw. unter www.nachbarschaftszentren.at

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

Ja, ich möchte ein Set Bioblo-Bausteine gewinnen.

Vorname:
Name:
Straße/Hausnummer:
PI 7/Ort·

Senden Sie diese Seite mit den eingetragenen Lösungen bis 26. April ein und gewinnen Sie! (Auflösung im nächsten Heft.)

NEW CHANCE SECONDHAND MIT SINN



Aus Alt mach' Wundervoll!
Eine neue Chance für gebrauchte
Kleidung und Hausrat.

In unserem Secondhand Shop verkaufen wir gut erhaltene Sachspenden aller Art und geben ihnen so eine neue Chance und einen neuen Sinn. Komm vorbei und finde dein neues Lieblingsstück!



Der Reinerlös geht an karitative Projekte des Wiener Hilfswerks.



Öffnungszeiten:

Mo., Di. & Mi.: 13.00-18.00 Uhr Do. & Fr.: 10.00-18.00 Uhr



Barichgasse 8/3, 1030 Wien new.chance@wiener.hilfswerk.at



www.wiener.hilfswerk.at

Herzlichen Dank!

Spenden. Wir präsentieren hier einen KLEINEN Überblick mit einem GROSSEN Dankeschön an ALLE Unterstützer/innen, die letztes Jahr mit vielen unterschiedlichen Weihnachtsaktionen und Spenden die karitativen Projekte und Einrichtungen des Wiener Hilfswerks direkt unterstützt haben – Vielen Dank!

Erneuter Spendenrekord bei Benefiz-Weihnachtskonzert 2018

Das Benefiz-Weihnachtskonzert in der Lutherischen Stadtkirche von Staatsopernbariton und Aktionsraum-Paten Clemens Unterreiner und seinen Ehrengästen ist bereits eine Institution und besinnlicher Bestandteil in der sonst so stressigen Vorweihnachtszeit. Der Reinerlös geht wie jedes Jahr an die HILFSTÖNE – Musik für Menschen in Not zugunsten individueller Sozialprojekte. Die Jugendlichen des Aktionsraums freuen sich auch heuer wieder über großartige 5.000 Euro, mit denen begleitete Aktivitäten ermöglicht werden. Danke schön!



oto: Claudia Prieler



Union Investment – Herzenswünsche ans Christkind

Im Namen des Wiener Hilfswerks und speziell im Namen der Kinder von AWAT ein herzliches Dankeschön an die Mitarbeiter/innen der Union Investment Real Estate Austria AG, die laut Wunschzettel die Herzenswünsche ans Christkind erfüllt haben. Zeit ist heutzutage ein besonders wertvolles Gut, und darum auch ein besonderes Dankeschön für die Geschenkebesorgung und das liebevolle Einpacken der Weihnachtsgeschenke. Vielen Dank!

Spender/innen-Betreuung

Wenn auch Sie unsere karitativen Projekte unterstützen möchten oder Fragen haben, stehe ich Ihnen gerne mit Informationen zur Seite: Florence Gross – Wiener Hilfswerk, Spender/innen-Betreuung, Tel.: +43 1 512 36 61-443, Mail: florence.gross@wiener.hilfswerk.at

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

- ➤ Spendenkonto lautend auf "Wiener Hilfswerk" bei Erste Bank,
 IBAN: AT58 2011 1284 4290 7831, BIC: GIBAATWWXXX, Kennwort: z.B. "Lernclub der NZ"
- ► Online spenden www.wiener.hilfswerk.at/spenden



IHRE SPENDE IST STEUERLICH ABSETZBAR REG NR SO 1192



ERP-Solutions GmbH – "Christkindl aus Niederösterreich"

Dem Geschäftsführer, Ing. Gerhard Waldschütz, und seiner Frau liegt Kinderglück besonders am Herzen. Anstelle von Firmengeschenken bereitet die ERP-Solutions GmbH schon seit vielen Jahren den Kindern unserer Einrichtung "Wohnen mit Zukunft" eine große Freude mit Weihnachtsgeschenkwünschen, die sie mit Briefen ans Christkind kundtun dürfen. Diese wurden mehr als großzügig erfüllt und darüber hinaus wieder mit viel Liebe verpackt. Herzlichen Dank!

Technology Systems – Kinderstrahlen unterm Christbaum

Die Idee der alternativen Kinderstatt Kundengeschenke wurde auch heuer von Geschäftsführer von Technology Systems,
Herrn Peter Fellner, und seiner Sekretärin, Danijela Milakovic, wieder liebevoll umgesetzt.
Kinder unserer Einrichtung "Betreutes Wohnen" durften ihre Geschenkwünsche ans Christkind nennen, die liebevoll ausgesucht und wunderschön verpackt an das Wiener Hilfswerk zur Verteilung übergeben wurden. Vielen Dank!







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

Freud und Leid

Liebe Leserinnen und Leser! Es ist soweit: Dank Ihrer Spenden bei unserer Crowdfunding-Aktion können wir nun das dringend benötigte Transportfahrzeug – einen Kühlwagen - für unseren SOMA-Sozialmarkt in Ottakring kaufen. Ich freue mich sehr, dass die Finanzierung des Transporters in einer gemeinsamen Kraftanstrengung noch vor Beginn der warmen Jahreszeit gelungen ist. Dafür sage ich Ihnen ein herzliches Dankeschön! Wir sind gerade dabei, das Auto mit den Namen und Logos der Spenderinnen und Spender zu versehen. An dieser Stelle darf ich Ihnen ankündigen, dass Sie ein Bild unseres SOMA-Autos in der nächsten "Hand in Hand" bewundern können.

Aber nun zu einem speziellen Dank an zwei Persönlichkeiten, die sich sehr für das Wiener Hilfswerk engagiert haben: Wir trauern um Frau Gerti Olischar und Herrn Kommerzialrat Karl Iser. Unser Mitgefühl gilt dabei vor allem den Familien der Verstorbenen. An dieser Stelle auch ein großes Danke für die Kranzspenden.

Ihnen, liebe Spenderinnen und Spender, danke ich nochmals von ganzem Herzen für Ihren Einsatz zugunsten von Menschen, denen es nicht so gut geht.

Mit lieben Grüßen, Ihre Sabine Geringer

Sie ALLE helfen uns helfen. Daher an dieser Stelle nochmals ein herzliches Dankeschön an alle genannten und nicht genannten Unterstützer/innen!

Der liebenswerteste Clown Österreichs

Künstlergespräch. Als Speditions- und Reedereikaufmann verdiente sich der gebürtige Lörracher seine ersten Sporen. Während seiner Ausbildung am Max-Reinhardt-Seminar entschied sich Heinz Zuber für Wien als Lebensmittelpunkt. Am Burgtheater wurde er dann Ensemblemitglied. Michael Ellenbogen traf den Schauspieler zum Gespräch.

Wann dachten Sie das erste Mal daran, Schauspieler zu werden? Heinz Zuber: Das war während meiner Volksschulzeit. Mein Bankkamerad sagte, er wolle Rennfahrer werden. Ich antwortete ihm: Mein Traumberuf wäre Schauspieler. Diesen wunderbaren Beruf habe ich dann auch wirklich ergriffen.

Sie lebten in jungen Jahren eine Zeit lang in Paris?

Ja, dort habe ich erstmals Schauspielunterricht genommen und mich auch als Pantomime ausbilden lassen.

Während Ihrer Ausbildung am Reinhardt-Seminar traten Sie bereits am Theater auf.

Im ersten Jahr erhielt ich ein Stipendium und spielte kleine Rollen am Theater in der Josefstadt, da ich mir meinen Lebensunterhalt verdienen musste.

An welche Bühnenrollen erinnern Sie sich heute noch gerne?

An meine erste – ich spielte den Robin, den Pagen von Sir John Falstaff in Shakespeares "Die lustigen Weiber von Windsor", bei den Salzburger Festspielen und im Burgtheater, mit Theatergrößen wie Ewald Balser, Paula Wessely, Theo Lingen und vielen anderen Superstars der damaligen Zeit. Meine Lieblingsrolle war die des "Himmlischt" in George Taboris Drama "Mein Kampf." Ein weiterer Meilenstein der "Cecco" in Carlo

Goldonis "Trilogie der Sommerfrische" unter der Regie von Giorgio Strehler.

In welcher TV-Sendung traten Sie erstmals auf?

In der Kindersendung "Das kleine Haus". Es war eine Spiel- und Lernsendung für Kinder im Kindergarten und in der Volksschule.

Als Clown "Enrico" wurden Sie in ganz Österreich berühmt. Wie kamen Sie dazu?

Nach dem Ende von "Das kleine Haus" wurde in der ORF-Kinderredaktion eine neue Sendung mit einem Clown entwickelt. Er hieß "Enrico Emmanuel Theobaldissimus Fillissi Maximo". Anfangs spielte ich ihn eigentlich gar nicht so gerne. Aber er wuchs mir immer mehr ans Herz. Schließlich schrieb ich auch Texte, Szenen und Lieder für meine Rolle. "Enrico" bestand viele Abenteuer, und eine starke

Fangemeinde verhinderte immer wieder die Absetzung des bunten Spaßmachers.

In der Serie "Tatort" waren Sie auch als Kriminalbeamter zu sehen.

In der Rolle des Inspektor Schulz "ermittelte" ich mit Kollegen wie Bruno Dallansky und Michael Janisch in 13 Folgen zwischen 1985 und 1987.

Ihre Vielseitigkeit haben Sie ebenso als Musicalstar unter Beweis gestellt.

Im Raimund Theater spielte ich im Musical "Die Schöne und das Biest" den Herrn von Unruh, den Haus- und Hofmeister, der in eine Standuhr verwandelt wurde. <

Der Lesetipp zum Interview

"Soll ich sagen?" Erinnerungen – Heinz Zuber, Amalthea SignumVerlag Wien, 280 Seiten, ISBN 978-3-99050-035-1



to: Michael Ellenb



"Chary Ladies"

Leitete wieder eine schwung-

drille: Thomas

volle Benefizgua-

Schäfer-Elmaver

Mit Leidenschaft helfen

Benefiz. Auf unterschiedlichste Art und Weise engagiert sich das Annemarie-Imhof-Komitee und ruht auch in der stillen Zeit des Jahres nicht, um Spenden für Einrichtungen des Wiener Hilfswerks zu sammeln.

Bereits lange bevor die ersten Lebkuchen in den Regalen zu finden sind, bereiten engagierte Mitglieder des Annemarie-Imhof-Komitees exklusive Weihnachtsware in liebevoller Handarbeit vor. Sie backen kiloweise köstliche Kekse, kochen exquisite Marmeladen ein, bereiten spezielle Öle, Liköre und viele weitere Köstlichkeiten sowie verschiedene einzigartige Handarbeiten und Schmuckstücke, die schließlich bei den Weihnachtsmärkten in der Sektkellerei Kattus (22.–24. November 2018) sowie am Erste Campus (3./4. Dezember 2018) selbstverständlich auch selbst verkauft wurden. Außerdem sorgte der Chor "Chary Ladies" unter der Leitung von Sandra Pires mit den Auftritten in der Sektkellerei Kattus wieder für beste Weihnachtsstimmung. Der Erlös der Weihnachtsmärkte kommt dem Club 21 des Wiener Hilfswerks zugute, einem Treffpunkt für Erwachsene mit Behinderung.

Mit Schwung ins neue Jahr

Am 6. Jänner zeigte das Komitee abermals seine Vielseitigkeit: bei der 26. Benefizquadrille in der Tanzschule Elmayer. "Alles Tour de Main" ist das Motto der jährlichen Charity-Veranstaltung, bei der die Gäste unter der professionellen und besonders unterhaltsamen Anleitung von Thomas Schäfer-Elmayer die Möglichkeit haben, die Fledermausquadrille für den nächste Ballbesuch zu erlernen oder aufzufrischen. Mit dabei waren unter anderem Marika Lichter und Dancing-Stars-Teilnehmer Martin Leutgeb.

"Ich bin sehr froh, dass es dank der zahlreichen Gäste wieder gelungen ist, einen namhaften Betrag für das Wiener Hilfswerk zu sammeln", freut sich Thomas Schäfer-Elmayer. Der Reinerlös des Abends geht an den Aktionsraum des Wiener Hilfswerks, eine Einrichtung für Jugendliche mit und ohne Behinderung. <



Danke, Gerti Olischar †

Das Annemarie-Imhof-Komitee und das Wiener Hilfswerk trauern um ihr langjähriges Mitglied Gerti Olischar,



die am 11. Jänner verstorben ist. Frau Olischar widmete sich mit hohem Engagement der karitativen Arbeit des Komitees und war eine große Stütze, wenn es darum ging, Benefizveranstaltungen zu gestalten und die widmungsgemäße Verwendung der Spendengelder zu überprüfen. Wir danken von ganzem Herzen!





Genuss. Gesundheit. Lebensfreude.

Essen auf Rädern bringt's

www.gourmet-care.at

stationäre / mobile Fotoautomaten

Fotokabinen

Bezahlsysteme

Fotokiosk

Portraitautomaten

Stickerdruck

Event
Hochzeit
Geburtstag
Messe
Tourismus
Gastronomie

Promotion





www.fotoautomat.at



Innovation am Spendensektor

Pilotprojekt. Im November 2018 präsentierten das Wiener Hilfswerk, BearingPoint, Collective Energy/Decent und die Initiative Blockchain Austria das Projekt "Token4Hope". Mittlerweile ist das erste transparente Spendensystem in Österreich auch ausgezeichnet worden.

Im Rahmen des Weihnachts-Kundenevents der Management- und Technologieberatung BearingPoint wurde das erste völlig transparente Spendensystem Österreichs der Öffentlichkeit präsentiert. Dabei gab es auch Gelegenheit, gemeinsam für bedürftige Familien zu spenden, die vom Wiener Hilfswerk betreut werden.

100% Transparenz

Mit der Spendenaktion "Token4Hope" wurden und werden Bewohner/innen der Einrichtungen der Wiener Hilfswerk-Wohnungslosenhilfe unterstützt. Diese erhielten das gespendete Geld in Form von Paper-Wallets (in diesem Fall der SOMA-Ausweis). Die darin enthaltenen digitalen "Token" können sie in den zwei Sozialmärkten des Wiener Hilfswerks und im New Chance Secondhand-Laden in der Barichgasse gegen Waren einlösen. Auf Basis einer innovativen Blockchain-Anwendung und der Zweckwidmung der Spenden wird sichergestellt, dass die Spendengelder zielgenau, effizient und zu 100% transparent verwendet werden. Christoph Zinganell, Projektleiter und Geschäftsführer von Collective Energy: "Wir freuen uns sehr, das erste reale Blockchain-Projekt in diesem Bereich mitzugestalten und danken dem Wiener Hilfswerk und Blockchain Austria für die tolle Zusammenarbeit."

System der Zukunft

Andreas Unger, Partner Bearing-Point: "Wir sind sehr stolz, dieses Pilotprojekt gemeinsam mit dem Wiener Hilfswerk begleiten zu dürfen, um das erste völlig transparente Spendensystem Österreichs zu implementieren. Das wird das System der Zukunft – damit kann eine Organisation mir als Spender genau nachweisen, dass mein Geld auch wirklich angekommen ist." Lorena Skiljan von Blockchain Austria ergänzt: "Vor allem auch bei internationalen Organisationen wird dies das Spendensystem der Zukunft werden."

Auszeichnung

Ende Jänner gab es schon die erste Auszeichnung: "Token4Hope" gewann im Bereich Social Responsibility den "eAward 2019", einen der größten österreichischen Wirt-



Stolz auf den eAward 2019: Simon Blatzer, Lorena Skiljan, Christoph Zinganell (v.l.n.r.)

schaftspreise für IT-Projekte, der von Christoph Zinganell, Lorena Skiljan und Simon Blatzer, dem stv. Geschäftsführer des Wiener Hilfswerks, entgegengenommen wurde. <



V.I.n.r.: Andreas Unger (Partner BearingPoint), Lorena Skiljan (Blockchain Austria), Christoph Zinganell (GF Collective Energy), Sabine Geringer (GF Wiener Hilfswerk)

Baharat – Café und noch viel mehr

Flüchtlingsbetreuung. Das Wiener Hilfswerk startet nach dem Haus AWAT ein weiteres gemeinnütziges Projekt im Bereich Flüchtlingsbetreuung.

Ein strahlendes Lächeln begrüßt jeden Gast über den modernen Holztresen hinweg. "Willkommen bei Baharat! Was darf es sein?" Der junge Barista mit weißem Hemd und schwarzer Schürze kommt aus Somalia und ist einer der Teilnehmer/innen des gemeinnützigen Beschäftigungsprojekts Baharat. Doch was bedeutet "Baharat" überhaupt? Es ist eine Gewürzmischung, die in vielen Regionen der Welt anders zubereitet wird, für sich selbst jedoch immer perfekt ist.

Café, Barbershop, Änderungsschneiderei, Upcycling-Werkstatt

Das gemeinnützige Wiener Hilfswerk-Projekt Baharat funktioniert ähnlich. Menschen aus aller Welt arbeiten hier im Rahmen des Integrationsjahres zusammen und ergeben doch ein buntes, vielseitiges Ganzes. Tätig sind sie in vier Bereichen: im Café, im Barbershop, in der Änderungsschneiderei und in der Upcycling-Werkstatt, wo alte Möbel, die niemand mehr haben möchte, mit viel Liebe und Handwerkskunst in neue Schmuckstücke verwandelt werden. Angeleitet von zwei Trainern, die die Teilnehmer/innen betreuen und schulen, können diese Menschen, die in Österreich Asyl oder subsidiären Schutz bekommen haben, die Erfordernisse des Arbeitsmarkts kennenlernen.

Selbstwertgefühl und Selbstständigkeit

Die sieben Teilnehmer/innen waren bereits in ihren Herkunftsländern

als Friseure/innen, Kellner/innen, Schneider/innen oder Tischler/innen tätig. Oft ist es eine Herausforderung, in Österreich in ihren Berufen weiterzuarbeiten. Das Ausbildungssystem ist anders, es fehlen entsprechende Zeugnisse, man braucht Zeit, um die Deutschkenntnisse zu perfektionieren. Bei Baharat haben diese Menschen ein Jahr lang die Chance, beruflich in Österreich Fuß zu fassen. Sie bringen ihre Fähigkeiten und Kenntnisse auf den neuesten Stand und steigern damit auch Selbstwertgefühl und Selbstständigkeit. Unterstützt wird das Team durch Asylwerber/innen, die als Freiwillige tatkräftig mithelfen.

Zahlreiche Vorzüge

Baharat hat zahlreiche Vorzüge. Für die einen ist es ein Ort der Entspannung, den anderen bietet es Gelegenheit, sich die Haare schneiden oder den Bart trimmen zu lassen. Und wer möchte, kann sich mit schicken Upcycling-Möbeln eindecken. Last but not least: Alle angebotenen Getränkespezialitäten sind fair gehandelt und biozertifiziert. Die Verkaufseinnahmen kommen ausschließlich dem Projekt zugute. Baharat befindet sich in der Gumpendorfer Straße 65 und hat Montag bis Freitag täglich von 10.00 bis 18.30 Uhr geöffnet.

Mag.^a Sarah Lares, Flüchtlings- und Wohnungslosenhilfe



Margaretha-Lupac-Preis 2018 für Hilfswerk-Nachbarschaftszentren

Auszeichnung. 37 Projekte wurden eingereicht, drei davon erhielten im Dezember 2018 im Parlament den "Margaretha-Lupac-Preis" – darunter die Nachbarschaftszentren des Wiener Hilfswerks.

Vertreter/innen der drei Trägerorganisationen erhielten im Dezember 2018 die Auszeichnungsurkunden von Nationalratspräsident Wolfgang Sobotka und Zweiter Nationalratspräsidentin Doris



Parlamentsdirektion/Johannes Zinner

Nachbarschaftszentrum-17-Leiterin Eva Bertalan (M.) mit zweiter Nationalratspräsidentin Doris Bures und Nationalratspräsidenten Wolfgang Sobotka

Bures. "Für die Jury war ausschlaggebend, dass das Wiener Hilfswerk mit den Nachbarschaftszentren Orte geschaffen hat, wo der teils vereinsamten Stadtbevölkerung jener menschlich so wichtige Halt zurückgegeben wird, der früher in vielen Familien selbstverständlich war", so die Laudatorin Elisabeth Totzauer vom ORF.

Zuhören, Stärken, Vernetzen und Umsetzen

Eva Bertalan, Leiterin des Hilfswerk-Nachbarschaftszentrums Hernals: "Die Tatsache, dass unsere fast vier Jahrzehnte laufende Arbeit für ein besseres Heute und Morgen in Wien diese Anerkennung bekommt, bedeutet uns sehr viel." Die Wirkung der Nachbarschaftszentren liegt laut Bertalan im Zuhören, Stärken, Vernetzen und Umsetzen. Das sei der Nährboden für eine demokratische Gesellschaft, in der Menschen respektvoll miteinander umgehen. Zudem seien die Hilfswerk-Nachbarschaftszentren Drehscheiben für Ideen und soziales Engagement. Durch die Teilnahme an der Gesellschaft erlebten Menschen eine Selbstwirksamkeit, wie sie sie sonst nicht erreichen würden. "Schließlich ist auch zu erwähnen, dass diese Arbeit nur durch viel Solidarität und die Förderung durch die Stadt Wien ermöglicht wird. Wir hoffen dabei auf eine Zukunft, in der eine weitere wichtige Qualität - die Kontinuität unserer Stadtteilarbeit - erhalten bleibt", so Bertalan abschließend. <

Wiener Hilfswerk-Freiwillige erhielt Bundes-Fhrenzeichen

Freiwilliges Engagement. Jasna Blazekovic, einer freiwilligen Mitarbeiterin des Hilfswerk-Nachbarschaftszentrums Rudolfsheim-Fünfhaus, wurde für ihre Leistungen das Bundes-Ehrenzeichen verliehen.

Jasna Blazekovic wurde 1942 in Kroatien geboren und verbrachte dort ihre ersten 40 Lebensjahre. Die Alleinerzieherin kam 1982 nach Österreich, wo sie bei einer Bank tätig war. Seit 2013 arbeitet sie als überaus engagierte und verlässliche freiwillige Mitarbeiterin im Hilfswerk-Nachbarschaftszentrum Rudolfsheim-Fünfhaus. Mit großer Selbstständigkeit unterstützt sie Menschen mit

Migrationshintergrund in der Funktion einer kompetenten und empathischen Beraterin, Dolmetscherin und Vertrauten. Dieses Engagement gab den Ausschlag dafür, dass Frau Blazekovic im Dezember 2018 von Bundeskanzler Sebastian Kurz mit dem Bundes-Ehrenzeichen ausgezeichnet wurde. Mit dem Bundes-Ehrenzeichen sollen besondere Verdienste um das Gemeinwesen gewürdigt werden, die



Wiener Hilfswerk-Freiwillige Jasna Blazekovic (M.) mit Gemeindebundpräsident Alfred Riedl (I.) und Bundeskanzler Sebastian Kurz

durch ehrenamtliche unentgeltliche Leistungen von natürlichen Personen im Rahmen von Freiwilligen-Organisationen und Freiwilligen-Initiativen erbracht werden. < oto: BKA/Andy Wenzel

Nachbarschaftstag 2019

Nachbarschaftszentren. Der Europäische Nachbarschaftstag feiert heuer sein 20. Jubiläum. Wien beteiligt sich am 24. Mai mit mehr als 100 Veranstaltungen.



Der Nachbarschaftstag wurde im Vorjahr in 49 Ländern von 30 Millionen Menschen gefeiert. Ziel ist es, durch gesellschaftliche Events eine positive lokale Vernetzung zu ermöglichen. Seit dem Jahr 2018 sind die Hilfswerk-Nachbarschaftszentren für die Organisation des Nachbarschaftstags in Wien und die Koordination aller Veranstaltungen zuständig. Auf der Website www.nachbarschaftstag.at können Kooperationspartner/innen auch heuer ihre Veranstaltungen kostenlos veröffentlichen.

Zeichen gegen Isolation und Anonymität

Mit dem Nachbarschaftstag setzen die Hilfswerk-Nachbarschaftszentren und alle anderen teilnehmenden Organisationen ein Zeichen gegen die wachsende Isolation und Anonymität in den Großstädten. Zahlreiche Veranstaltungen, vom Kaffeekränzchen über Flohmärkte, gemeinsame Spaziergänge bis hin zu großen Festen fördern die Vernetzung unter Nachbar/innen und ein friedvolles,



inklusives Miteinander. Im Jahr 2019 findet der Nachbarschaftstag am Freitag, den 24. Mai statt. <

Mag.^a Sigrid Karpf, Zentrumsleitung Hilfswerk-Nachbarschaftszentrum 22-Donaustadt Koordination Nachbarschaftstag 2019

Wiener Hilfswerk-Nachbarschaftszentren

Mehr als 200.000 Personen besuchen im Jahresschnitt die zehn Wiener Hilfswerk-Nachbarschaftszentren. Seit mehr als 35 Jahren sind diese Einrichtungen Orte der Begegnung für Menschen unterschiedlicher Generationen, Kulturen und sozialer Schichten. Mit einer breitgefächerten Angebotspalette aus Gruppen, Workshops, Beratungen und Veranstaltungen entwickeln und bestärken die Zentren bürgerschaftliches Engagement, respektvollen Umgang miteinander und zahlreiche soziale Initiativen.

Machen Sie mit!

Nachbarschaft geht uns alle an! Machen Sie mit und setzen Sie sich für Solidarität und ein friedvolles Zusammenleben ein. Fordern Sie das Anmeldeformular für Ihre Veranstaltung an: nachbarschaftszentren@wiener.hilfswerk.at



Weihnachtliches Beisammensein

Am 24. Dezember ist der SkyDome des Wiener Hilfswerks traditionell ein beliebter Treffpunkt für Menschen, die an diesem speziellen Tag nicht alleine feiern möchten. Das weihnachtliche Beisammensein 2018 stand aber unter ganz besonderen Vorzeichen, denn niemand Geringerer als Bundespräsident Alexander Van der Bellen hatte den Ehrenschutz übernommen, und Bürgermeister Michael Ludwig stand gemeinsam mit Wiener Hilfswerk-Präsidentin Karin Praniess-Kastner dem Ehrenpräsidium vor. Die von den Hilfswerk-Nachbarschaftszentren organisierte Veranstaltung ist für viele Gäste der Höhepunkt der Weihnachtszeit. Dazu trägt nicht nur das stimmungsvolle Programm mit Musik, Lesungen und gemeinsamem Singen bei, sondern vor allem auch das köstliche weihnachtliche Festessen. Die



erlesenen Speisen sind ein Geschenk der Familie Lahmer und deren Firma Max-Catering, wobei es sich Geschäftsführer Markus Lahmer und sein Vater Franz Lahmer seit Jahren nicht nehmen lassen, die köstliche Ware höchstpersönlich ins Wiener Hilfswerk zu bringen. Dafür sagen wir ein herzliches Dankeschön! Ebenso danken wir

den freiwilligen Mitarbeitern/innen für die tatkräftige Unterstützung und die liebevolle Gestaltung der Feier. <



Kunstwerke für das Wiener Hilfswerk

Franz Otto Söchting, ehemaliger Leiter der Wiener AMS-Vergabestelle, betreibt das Action Painting Vienna in der Grießergasse 6 in 1120 Wien. Der Künstler ist dem Wiener Hilfswerk seit Jahren verbunden und hat dem Verein letzten November fünf seiner Kunstwerke gespendet. Diese wurden im SkyDome ausgestellt. Aktuell verschönern die in Gelbtönen gehaltenen Bilder die Besprechungsräume in der Landesgeschäftsstelle des Wiener Hilfswerks. Herzlichen Dank!

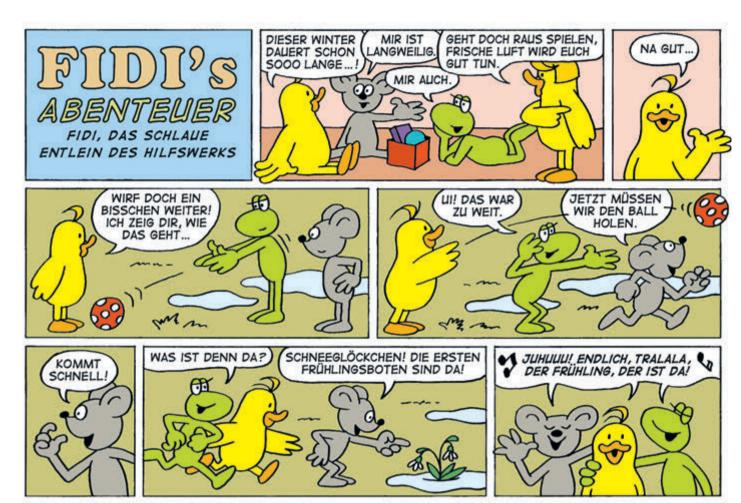


Danke, KR Karl Iser †

Das Wiener Hilfswerk trauert um sein



Ehrenmitglied Herrn Kommerzialrat Karl Iser, der am 28. Dezember 2018 verstorben ist. KR Iser war gemeinsam mit seiner Gattin nicht nur selbst ein tatkräftiger Unterstützer der sozialen Projekte und Einrichtungen des Wiener Hilfswerks, sondern er motivierte auch viele Menschen in seinem großen Netzwerk dazu, sich für die soziale Organisation zu engagieren. Danke für viele gemeinsame Aktivitäten zum Wohle von Menschen, denen es nicht so gut geht! Unsere große Anteilnahme gilt seiner Familie.



O HILFSWERK ÖSTERREICH / WILLI SCHMID



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 Geriatrisches 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

Betriebliche Kinderbetreuung zahlt sich aus

Kinderbetreuung. Mobile Kinderbetreuung in Unternehmen bedeutet Spaß für die Kinder, Entlastung für die Eltern, Qualität fürs Unternehmen.

In der Betriebskantine einer großen Versicherung wird es diesmal etwas lauter. Eine Gruppe von 15 Kindern erobert den Speisesaal, um sich nach einem Ausflug zu stärken. Bei einem Workshop im Architekturmuseum wurde mit Holz experimentiert und im Modellbau selber ausprobiert. Manche Kinder entdecken in der Kantine ihre Mamas und Papas und lassen sich einmal schnell drücken, bevor es ans Essen geht. Die Mädchen und Buben sind ausgelassen. Schließlich haben sie gerade einen actionreichen Vormittag hinter sich. Die Kinder sind im KidsClub, der vom Wiener Hilfswerk in den

Semesterferien für das Unternehmen organisiert wurde. Am Nachmittag geht es dann mit viel Spiel, Spaß, Kreativität und Bewegung weiter im Programm. Einige Kinder formen Kunstwerke aus Salzteig, andere experimentieren mit neuen Maltechniken. Wem das nicht reicht, der tobt sich im Turnsaal bei Bewegungsspielen aus.

Spannung und Spaß an oberster Stelle

Die Semesterferien sind gerade vorüber und schon steht Ostern vor der Tür. Das Überbrücken der Ferien stellt Berufstätige immer wieder vor

planerische Herausforderungen. Sehr gefragt ist bei Eltern auch eine Betreuung an den sogenannten schulautonomen Tagen beziehungsweise an Fenstertagen. Neben einer Vielzahl an Ferienangeboten punkten immer mehr Unternehmen mit individuellen Lösungen für ihre Mitarbeiter/innen. Das Wiener Hilfswerk bietet Unternehmen betriebliche Kinderbetreuung mit einem abwechslungsreichen Ferienprogramm an. Spannung und Spaß stehen dabei an oberster Stelle. Der Arbeitgeber profitiert, weil die Mitarbeiter/innen entlastet und bei der Vereinbarkeit von Familie und Beruf unterstützt werden. Bei der Planung und Umsetzung der mobilen Kinderbetreuungsangebote orientieren wir uns am individuellen Bedarf des jeweiligen Unternehmens, planen gemeinsam mit dem Auftraggeber das Angebot und erstellen ein maßgeschneidertes Portfolio. <

Mag.ª Petra Kremser, Wiener Hilfswerk Stv. Leiterin der Abt. Kinderbetreuung



Kinder im Alter von 3 bis 12 Jahren in den Ferien (thematische Ferienwochen) und an schulfreien Tagen bei diversen Mitarbeiter/innentreffen (Sitzungen, Karenztreffen, Fortbildungen, als Rahmenprogramm bei Veranstaltungen etc.). Alle Informationen zur besten Kinderbetreuung gibt es auch online unter



Die Wiener Hilfswerk-Profis betreuen www.hilfswerk.at/wien/kinder

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 Fidessers, der als Bildungsreferent und Sozialexperte der ÖVP für den Ausbau mobiler Dienste kämpfte. Auf der Suche nach Best-practice-Modellen reiste der engagierte Politiker in die USA, nach Skandinavien und Frankreich. 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 Badener Bürgermeister Viktor Wallner in der Minderheit: Die meisten Funktionärinnen und Funktionäre sprachen sich dafür aus, die Pflege in die Hand der Gemeinden zu geben. Doch durch einen Kraftakt des damaligen Landesparteichefs 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 sozialmedizinische Dienste, ein Tagesmutterprojekt, später ein Notruf-Telefon und ein Jugendzentrum. Fidessers Erfolgrezept: "Ich arbeitete wie ein Unternehmer."

Als erster sozialer Trägerverein entlastete das Hilfswerk Krankenschwestern und Krankenpfleger durch die Einrichtung einer Telefonzentrale – 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 Kilometer 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



Politprominenz 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 Angestellten 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 vollautomatisches Oberarmblutdruckmessgerät der neuesten Generation. Es lässt sich mit nur einem Knopfdruck bedienen. Die intelligente Aufpumptechnik ermöglicht ein sanftes Aufpumpen ohne Nachpumpen. boso-medicus uno speichert zum Vergleich automatisch den letzten Messwert und erkennt Herzrhythmusstörungen während der Messung für die sichere Blutdruckkontrolle. Seit Jahrzehnten vertrauen weltweit Millionen von zufriedenen Anwendern auf präzise Blutdruckmessgeräte von boso.

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



HILFSWERK

"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.

Hörgeräte können Demenz vorbeugen

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.

Unser Gehör ist 24 Stunden am Tag im Einsatz – Grund genug, um auf unsere Ohren besonders zu achten. In Österreich ist Schätzungen zufolge rund jeder Fünfte von einer Hörminderung betroffen, unter der oft nicht nur das soziale Leben, sondern auch die geistige Fitness leidet. Eine unbehandelte Hörminderung erhöht das Demenzrisiko um rund 50 Prozent, wie eine neue Langzeitstudie aus Australien zeigt. Dass Hörgeräte

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.



Hörberatung

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

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.

OMNi-BioTic® 10 AAD:
Zum Diätmanagement bei einer Dysbalance
der Darmflora während und nach der Gabe
von Antibiotika.

Lebensnittel für besondere
undersiche Zwecke (Bilanzierte Diät)

Institut AllergoSan Paramazeutische Produkte Forschungs- und Vertriebs CmbH
Lebensnittel für besondere medicinische Zwecke (Bilanzierte Diät)

Wissanschaftlich geprüft

www.omni-biotic.com

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

וט	Die Stationen der			SWEIK LAITING TOULDIS MILLE JULII	
So	28.4.	15.00–19.00 Uhr	NÖ	2041 Immendorf, Kellergasse Zeisselberg Familienwandertag	
Mi	1.5.	13.00–18.00 Uhr		2380 Perchtoldsdorf, Zellpark beim entrum, 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, Markttage	
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 Kinderbetreuungskompass – 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











Wir sind für Sie da.

Das Wiener Hilfswerk ist ein soziales Dienstleistungsunternehmen, gemeinnützig, überparteilich, mildtätig und überkonfessionell. Unter dem Motto "Miteinander. Füreinander." bieten wir Menschen jene Unterstützung, die sie in ihren unterschiedlichen Lebenssituationen benötigen.

Wiener Hilfswerk - Zentrale Schottenfeldgasse 29/1, 1072 Wien, Tel.: 01/512 36 61-33, info@wiener.hilfswerk.at Geschäftsführerin: Dir.in Sabine Geringer, MSc, MBA Stv.: Dipl.-Ing. Evi Pohl-Iser, MA; Mag. Johann Seidl, MMag. Simon Blatzer

Kinderbetreuung

Abteilungsleitung: Mag.ª Brigitte Popprath

Tagesmütter/-väter

Tel.: 01/512 36 61-29 kinderbetreuung@wiener.hilfswerk.at

Kindergruppe FIDI

Tel.: 01/512 36 61-423 kinderbetreuung@wiener.hilfswerk.at

Betriebliche Kinderbetreuung

Tel.: 01/512 36 61-29

kinderbetreuung@wiener.hilfswerk.at

Hilfe und Pflege daheim

Abteilungsleitung:

Dipl.-Ing. Evi Pohl-Iser, MA Pflegemanagement:

DGKP Esmir Kavazovic, MBA

Pflegedienstleitung: DGKP Ljiljana Kovacevic, BSc

Hauskrankenpflege, Heimhilfe, **Besuchsdienst**

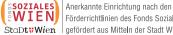
Tel.: 01/512 36 61-666 hpd@wiener.hilfswerk.at

- Kinderhauskrankenpflege Tel.: 01/512 36 61-666 hpd@wiener.hilfswerk.at
- Notruftelefon Sicherheit zu Hause Tel.: 01/512 36 61-17
- notruftelefon@wiener.hilfswerk.at
- **Mobiles Palliativ-Team** Tel.: 01/512 36 61-665, 0664/825 96 75 hospiz@wiener.hilfswerk.at
- Tageszentren für Senioren/innen TZS Leopoldstadt, Tel.: 01/212 04 89 Leitung: DGKP Karin Marek-Szedenik tzs-02@wiener.hilfswerk.at TZS Währing, Tel.: 01/479 60 68 Leitung: DGKP Ina Löffler tzs-18@wiener.hilfswerk.at
- Senioren-Wohngemeinschaften mit mobiler Betreuung Tel.: 01/512 36 61-422, swg@wiener.hilfswerk.at

www.wiener.hilfswerk.at



facebook.com/wiener.hilfswerk



Förderrichtlinien des Fonds Soziales Wien, StaDt;; Wien | gefördert aus Mitteln der Stadt Wien

Angebote für Menschen mit und ohne Behinderung

Spielothek - Treffpunkt für Kinder (0-12 Jahre) mit und ohne Behinderung und deren Familien

Tel.: 01/597 12 53

Leitung: Doris Kollerics, BA spielothek@wiener.hilfswerk.at

Aktionsraum - Treffpunkt für Jugendliche mit und ohne Behinderung (12-18 Jahre)

Kontakt: **Mag.**^a **Angelika Linder** Tel.: 01/597 12 53-33

aktionsraum@wiener.hilfswerk.at

Club 21 - Treffpunkt für Erwachsene mit und ohne Behinderung (ab 18 Jahren) Leitung: DSA Monika Haider

Tel.: 01/310 50 20

club21@wiener.hilfswerk.at

VAKÖ - Verband aller Körperbehinderten Österreichs; Club Sonnenstrahl

Kontakt: Susanne David Tel.: 01/512 36 61-460 vakoe@wiener.hilfswerk.at

ICHT INS DUNKEL

Wohnungslosenhilfe

Abteilungsleitung: DSA Gernot Ecker

Betreutes Wohnen - Übergangswohnungen für Frauen und Familien Tel.: 01/512 36 61-700

Leitung: DSA Ingrid Rasl-Brandl, MA bewo@wiener.hilfswerk.at

Wohnen mit Zukunft

Tel.: 01/743 22 10-21 wozu@wiener.hilfswerk.at

Sozial betreute Wohnhäuser für Frauen und Paare, Tivoligasse

Tel.: 01/812 03 31

Leitung: DSA Sabine Strobl-Heinrich sobewo12@wiener.hilfswerk.at

für Frauen, Bürgerspitalgasse

Tel.: 01/596 09 42

Leitung: Mag.a (FH) Katrin Milcic sobewo06@wiener.hilfswerk.at

für Frauen und Männer, Hausergasse

Tel.: 01/602 08 17

Leitung: DSA Robert Haidowatz-Haberbusch sobewo10@wiener.hilfswerk.at



Gefördert vom Fonds Soziales Wien, StaDt**;;Wi**en | aus Mitteln der Stadt Wien.

Flüchtlingshilfe und Wohnintegration

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

Veranstaltungs- und Tagungszentrum SkyDome

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

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

Hilfe für Benachteiligte

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

SOMA – Sozialmarkt Neubau Marktleitung: Peter Kohls, MA Tel.: 01/522 44 21

Haus- und Heimservice

soma@wiener.hilfswerk.at

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

Sozialökonomischer Betrieb in Zusammenarbeit mit:



- SOMA Sozialmarkt Ottakring Marktleitung: Peter Kohls, MA Tel.: 01/492 15 93 soma16@wiener.hilfswerk.at
- Karitatives Projekt "Guat beinand" Sachspenden für in Not geratene Menschen Kontakt: DSA Heidelinde Pelka Tel.: 01/512 36 61-14
- NEW CHANCE Second Hand mit Sinn Barichgasse 8, 1030 Wien Tel.: 0664/618 98 69 new.chance@wiener.hilfswerk.at



Unsere zehn Nachbarschaftszentren

Lebendige Treffpunkte, wo Menschen einander treffen und miteinander plaudern. Sie sind Orte gegenseitiger Hilfe zwischen Menschen aller Generationen und jeder sozialen Schicht.

Hilfswerk-Nachbarschaftszentren Abteilungsleitung: Michael Eibensteiner, BA

- Nachbarschaftszentrum 2 Leopoldstadt 1020 Wien, Vorgartenstraße 145-157 Leitung: Mag.ª Iris Heinrich Tel.: 01/212 04 90, nz2@wiener.hilfswerk.at
- Nachbarschaftszentrum 3 Landstraße 1030 Wien, Barichgasse 8 Leitung: Mag.ª Jenny Reuter Tel.: 01/713 82 49. nz3@wiener.hilfswerk.at
- Nachbarschaftszentrum 6 Mariahilf 1060 Wien, Bürgerspitalgasse 4-6 Leitung: Mag.ª Jutta Rentmeister Tel.: 01/597 36 50, nz6@wiener.hilfswerk.at

- Nachbarschaftszentrum 7 Neubau 1072 Wien, Schottenfeldgasse 29 Leitung: DSA Heidelinde Pelka Tel.: 01/512 36 61-440, nz7@wiener.hilfswerk.at
- Nachbarschaftszentrum 8 Josefstadt 1080 Wien, Florianigasse 24 Leitung: Dr. in Verena Kauer Tel.: 01/402 68 75, nz8@wiener.hilfswerk.at
- Nachbarschaftszentrum 12 Meidling 1120 Wien, Am Schöpfwerk 31 Leitung: Mag.ª Marianne Rysavy Tel.: 01/667 07 78, nz12@wiener.hilfswerk.at
- Nachbarschaftsz. 15 Rudolfsheim-Fünfhaus 1150 Wien, Kardinal-Rauscher-Platz 4 Leitung: Mag.ª Elisabeth Kausek Tel.: 01/985 38 30, nz15@wiener.hilfswerk.at

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

www.nachbarschaftszentren.at www.facebook.com/NZ7.Neubau www.facebook.com/NZ16.Ottakring www.facebook.com/NZ17.Hernals

WISSENS-BÖRSE



Regelmäßige Treffen mit Diskussion

Ort: Mehrzweckraum Smaragd des Wiener Hilfswerks, Schottenfeldgasse 29/Eingang 3/EG, 1070 Wien

Zeit: jeweils Montag 15.00-17.00 Uhr

Die nächsten Termine:

- 4.3. Humor
- 18.3 Weltbilder, Feindbilder und wie sie entstehen
- 1.4. Aha-Erlebnisse und was ich daraus gelernt habe
- 15.4. Menschrechte, Menschenpflichten
- 6.5. Werbung
- 20.5. 1968
- 3.6. Die Ära Kreisky
- 17.6. Wissen versus Glauben

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

www.wissensboerse.at

Selbsthilfegruppen

Nachbarschaftszentrum 2 Tel.: 01/212 04 90

Österreichische Patienteninitiative Reizdarm (ÖPRD)

Jeden Mittwoch, 16.00-18.00 Uhr Journaldienst Tel.: 01/212 04 90-14

SHG Dystonie und Arbeit

4x/Jahr, Freitag, 17.30 Uhr, Kontaktperson: Fr. Weissenberger Tel.: 0664/73 45 32 54

SHG ADAPT

1 x/Monat, Donnerstag, 18.30 Uhr, Verein_adapt@yahoo.com Kontaktperson: Fr. Bruckner, Termine erfragen

SHG Hirntumor

Informationen unter www.shghirntumor.at

Nachbarschaftszentrum 6 Tel.: 01/597 36 50

SHG Bipolar

Jeden 2. und 4. Dienstag, 18.00 Uhr. Anmeldung unter Tel.: 01/597 36 50

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

Multiple Sklerose

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

Nachbarschaftszentrum 8 Tel.: 01/402 68 75

SHG Angst und Panik

Jeden 1. Mittwoch im Monat, 17.00 Uhr, jeden 3. Mittwoch im Monat, 17.30 Uhr Anmeldung unter Tel.: 0664/129 22 48

SHG Essstörungen

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

SHG "Trauernde Eltern Wien" 1. Montag im Monat, 18.30 Uhr

Nachbarschaftszentrum 12 Tel.: 01/667 07 78

SHG OA Overeaters Anonymous

(Unterstützung bei Genesung vom zwanghaften Essen). Jeden Donnerstag, 19.00-20.30 Uhr

info@overeatersanonymous.at www.overeatersanonymous.at

Selbsthilfegruppe NMO

Narzisstische Missbrauchs-Opfer: Betroffene von verbaler Gewalt, psychischer Misshandlung und emotionaler Erpressung (in Familie und Partnerschaft)

Jeden 1. Freitag im Monat, abends Anmeldung bei Karin unter Tel.: 0660/8521491

Nachbarschaftszentrum 15 Tel.: 01/985 38 30

Frauengesprächsrunde Brustgesundheit

Donnerstag, 17.00–19.00 Uhr; 21.3.; 18.4.; 16.5.

SHG SAG7 (Sensibel.Anonym.Gemeinsam.) Jeden Montag, 19.00 Uhr

Nachbarschaftszentrum 17 Tel.: 01/403 94 33

SHG SIA-Überlebende von sexuellem Missbrauch in der Kindheit

Auskunft unter Tel.: 0699/11 03 32 70 (Christian) oder Tel.: 0699/81 78 98 21 (Eva)

Nachbarschaftszentrum 22 Tel.: 01/256 57 90

FASD - Fatales Alkohol Syndrom

Mittwoch 15.5., 17.00-20.00 Uhr

Club Sonnenstrahl Tel.: 01/512 36 61-460

SHG für Schädel-Hirn-Trauma

Termine Tel.: 0664/323 36 26, 2. Sonntag, jeden geraden Monat, 15.00 Uhr www.shg-sht.org







KASPERL-Termine

März bis Juni 2019 Tri-tra-trallalaaa ... der Kasperl, der ist wieder da!

- Nachbarschaftszentrum 2: Tel.: 01/212 04 90
 Fr., 29.03. | Fr., 26.4. | Fr., 24.5. | 9.45 Uhr und 15 Uhr
 Ab 2 Jahren, Dauer ca. 25 Minuten. Anmeldung erforderlich!
 UKB: 2 Euro/Kind für Gruppen, 3 Euro/Kind für Einzelbesucher/innen
- Nachbarschaftszentrum 3: Tel.: 01/713 82 49
 Mi., 10.4. | Mi., 8.5. | 15.30 Uhr
 UKB: 3 Euro, mit Ermäßigung 2,50 Euro (Kinderaktivcard)
 Anmeldung bis Freitag in der Vorwoche erforderlich!
- Nachbarschaftszentrum 6: Tel.: 01/597 36 50
 Kasperl für Kindergruppen:
 Di., 26.03. | Di., 21.5. | Mi., 22.5. | Di., 18.6. |
 9.30 und 10.30 Uhr
 UKB: 2 Euro. Anmeldung erforderlich!

- Nachbarschaftszentrum 7: Tel.: 01/512 36 61-440
 Di., 9.4. | Do., 11.4. | Di., 14. 5. | Do., 16.5. | Di., 4.6. | Do., 6.6. |
 9.30 und 10.30 Uhr. UKB: 4 Euro/Kind. Anmeldung erforderlich!
 Kasperl & Kreativ: für Eltern mit Kleinkindern, anschließend basteln und Elterncafé. Anmeldung bis 2 Tage vorher erforderlich. UKB: 5 Euro/Kind. Do., 11. 4., "Ei sucht Mutter" | Do., 16.5., "Die gestohlene Krone" | Do., 6.6., "Das Reisefieber" | 15.30–17 Uhr
- Nachbarschaftszentrum 8: Tel.: 01/402 68 75
 Di., 26.3. | Di., 23.4. | Di., 21.5. | Di., 25.6. | 17 Uhr, UKB, Anmeldung!
- Nachbarschaftszentrum 16: Tel.: 01/485 81 17
 Di., 30.4. | Di., 28.5. | Di., 25.6. | 10.30 Uhr. UKB 2 Euro/Kind für Gruppen, 3 Euro/Kind für Einzelbesucher/innen
- Nachbarschaftszentrum 22: Tel.: 01/256 57 90
 Mi., 13.3., 9.45 und 10.45 Uhr | Do., 14.3., 15.00 Uhr



FLOHMARKT-Termine

März bis Juni 2019 Hausrat, Bücher, Spielsachen, Kleidung und noch mehr!

- Nachbarschaftszentrum 2: Tel.: 01/212 04 90
 Bücherflohmarkt: Mo., 3.6.–Fr., 14.6. zu den Öffnungszeiten!
 Zusätzlich wartet unser "Offener Bücherschrank" auf Sie gerne können Sie diesen auch befüllen!
- Nachbarschaftszentrum 3: Tel.: 01/713 82 49
 Bücherflohmarkt: Immer mittwochs 9–17 Uhr und freitags 9–13 Uhr.
 Alle Bücher gegen eine freie Spende.
 Viertelflohmarkt: Vier Mal im Jahr öffnen wir unsere Türen für
- Nachbarschaftszentrum 7: Tel.: 01/512 36 61-440
 Di., 19.3.-Do., 21.3. | Di., 2.4.-Do., 4.4. | Di., 9.4.-Do., 11.4. |
 Di., 23.4.-Do., 25.4. | Di., 7.5.-Do., 9.5. | Di., 14.5.-Do., 16.5. |
 Di., 21.5.-Do., 23.5. | Di., 4.6.-Do., 6.6. | Di., 11.6.-Do., 13.6. |
 Di., 18.6.-Mi. 19.6. | jeweils 10-17 Uhr

Schnäppchenjäger/innen. Fr., 12.4. | 9-13 Uhr

Frühjahrsputz-Flohmarkt: Di., 23.4. + Mi., 24.4. jeweils 10–17 Uhr | Do., 25.4. von 10–12 Uhr

Kids-Flohmarkt: Sa., 27.4. (Anmeldestart: 27.3.), 9.30-14.00 Uhr Stöbern, verkaufen, tauschen! UKB: pro Tisch 8 Euro. Rechtzeitig Tisch reservieren!

Nachbarsflohmarkt am Nachbarschaftstag: Fr., 24.5., 15–19 30 Uhr (Tischesreservierung bis 18.5.), Indoor bei jedem Wetter! UKB: 9 Euro (im 7. Bezirk wohnhaft 7 Euro)

• Nachbarschaftszentrum 8: Tel.: 01/402 68 75
Di., 9.4., 9–18 Uhr | Mi., 10.4., 9–17 Uhr | Do., 11.4., 9–12 Uhr |
Di., 7.5., 9–18 Uhr | Mi., 8.5., 9–17 Uhr | Do., 9.5., 9–12 Uhr |
Di., 4.6., 9–18 Uhr | Mi., 5.6., 9-17 Uhr | Do., 6.6., 9–12 Uhr |
Mittwoch immer frische Ware!

Bücherflohmarkt: Di., 23.4. und Mi., 24.4., jeweils 9-17 Uhr

- Nachbarschaftszentrum 12: Tel.: 01/667 07 78 Fr., 5.4., 9–17 Uhr. Kleidung, Spielsachen, Geschirr, Taschen, Schuhe, Hausrat, Deko usw.
- Nachbarschaftszentrum 15: Tel.: 01/985 38 30
 Do., 4. 4. | Do., 6.6.: Neu! 5 Euro pro Sackerl | jeweils 10–16 Uhr
 Gratis-Flohmarkt: Fr., 5. 4. | Fr., 7.6., | 9.30–11 Uhr
- Nachbarschaftszentrum 16: Tel.: 01/485 81 17 Fr., 5.4. | Fr., 3.5. | Fr., 7.6. | 9–12 Uhr Voranmeldung für Tisch zum Verkaufen eigener Sachen. UKB: 3 Euro
- Nachbarschaftszentrum 17: Tel.: 01/403 94 33
 Fr., 5.4. | Fr., 3.5. | Fr., 7.6. | jeweils 9–16 Uhr
 Abend-Flohmarkt: Do.,4.4. | Do., 2.5. | Do., 6.6. | jeweils 17–19 Uhr

www.nachbarschaftszentren.at



Veranstaltungskalender

Eine kleine Auswahl aus dem Programm der Nachbarschaftszentren. Weitere Infos unter www.nachbarschaftszentren.at sowie www.skydome.at

Nachbarschaftszentrum 2: Tel.: 01/212 04 90

Speedfriending: Fr., 15.3. und 24.5. | 18–20 Uhr Einlass: 17.30 Uhr. Neue Leute kennenlernen, einen tollen Abend mit Live-Musik und Kuchen und Torten wie bei Oma verbringen und dabei etwas Gutes tun! Mit dem Eintritt von 10 Euro (Begrüßungsdrink inklusive) unterstützt man wertvolle soziale Projekte der Hilfswerk-Nachbarschaftszentren. Anmeldung im Zentrum notwendig!

Kulturspaziergang für Frauen: Fr., 5.4. | 10 Uhr. Setagaya-Garten und Hohe Warte. Ein Ausflug in die blühenden Gärten Japans mitten in Wien. Das eigentliche Herz von Wien – der Karlsplatz und sein Stadtpavillon. In gemütlicher Frauenrunde erkunden wir die Kultur in unserer Stadt und blicken gemeinsam über den Tellerrand. Mit Anmeldung, kostenlos. Infos im Zentrum erfragen.

Pimp your Sackerl: Do., 18.4. | 18–19.30 Uhr. So einfach geht's! Werde Sackerl-Pate und tu damit Gutes. Kreative Taschen gestalten, neue Leute kennenlernen und mit dem Unkostenbeitrag von 8 Euro soziale Projekte unterstützen. Mit Anmeldung. Nachbarschaftstag: Fr., 24.5., Informationen siehe www.nachbarschaftstag.at

Nachbarschaftszentrum 3: Tel.: 01/713 82 49

DIY – Alles fürs Haar: Do., 25.4. | 14–16 Uhr. Silikone, Parabene, Duftstoffe, Weichmacher ... müssen nicht sein. Es geht auch mit natürlichen Wirkstoffen. Wie, erfahren Sie bei diesem Workshop. Anmeldung erforderlich. UKB 5 Euro.

DIY – Ostereierfärben für Kinder: Mi., 17.4. | 14–16.30 Uhr. Mit roten Rüben, Kurkuma und anderen Lebensmitteln Eier färben und verzieren. Für Kinder ab 5 Jahren. Anmeldung erforderlich. UKB ca. 5 Euro.

Nachbarschaftstag: Fr., 24.5., Informationen siehe www.nachbarschaftstag.at

Nachbarschaftszentrum 6: Tel.: 01/597 36 50

Spaziergang mit Hund! Fr., 5.4. | 9.30 Uhr. Gemütlicher Ausflug entlang der Liesing von Alt Erlaa zum Draschepark und retour. Zweibeiner mit und ohne Hund sind willlkommen! Anmeldung!
Osternachmittag für Jung und Älter: Do., 11.4. | 15–16.30 Uhr. Eier färben, lustige Hasenmasken basteln, Waffelstation. Senioren/innen, die gerne mitbasteln wollen, sind herzlich willkommen!
Frühlingsfest mit Charitybowle: Mi., 24.4. | 14.30–16.30 Uhr. Für Groß und Klein. Wir feiern im

Garten, bei Regen im NZ6. Buffetspenden werden gerne entgegengenommen. Bowle für den guten Zweck: Spende 3 Euro.

Nachbarschaftstag: Fr., 24.5., Informationen siehe www.nachbarschaftstag.at

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

Reparatur-Café Neubau: "Gemeinsam reparieren statt einsam wegwerfen!" Sa., 23.3. | Sa., 25.5. | 10–15 Uhr. Wir bieten: Unterstützung bei kleineren Reparaturen tragbarer Gegenstände, z. B. Elektrogeräte, Textilien uvm. gegen einen UKB für Material. Smovey-Workshop & Smovey-Walk:

Workshop: Di, 9.4. | 15–17 Uhr (Anmeldung bis 4.4.) Walk: Do., 25.4. | 14–17 Uhr (Anmeldung bis 23.4.) Smoveys werden kostenlos zur Verfügung gestellt. UKB: 5 Euro/Termin.

Schattentheater: Tauch ein in die Welt der Schatten! Für Kinder und Junggebliebene. Di., 30.4. "Dornröschen", Di., 28.5. "Rotkäppchen", jeweils 10 und 16 Uhr. Anmeldung erbeten! UKB: 6 Euro. Nachbarschaftstag: Fr., 24.5., Informationen siehe www.nachbarschaftstag.at

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

Spieleabend: Do., 4.4. | Do., 2.5. | Do., 6.6., | jeweils 16.30–19 Uhr. Ohne Anmeldung. Spende. Osterwerkstatt: Mi., 3.4. | 15-17 Uhr. Backen, basteln und singen. Anmeldung. UKB. "IceMaker": Mi., 12.6. | 14.30–16 Uhr und 16.30–18 Uhr. Für Kinder von 4 bis 10 Jahren. Schoko-, Vanille- oder Erdbeereis selbst herstellen. Anmeldung. UKB.

Nachbarschaftstag: Fr., 24.5., Informationen siehe www.nachbarschaftstag.at

Nachbarschaftszentrum 12: Tel.: 01/667 07 78

Vortrag und Fragerunde – Sicherheit im Internet und am Handy: Di., 26.3. | 17.30–18.30 Uhr, mit Anmeldung, UKB: 2 Euro.

Vortrag – Gesunde Ernährung: Schon aufs Etikett geschaut? Mo., 8.4. | 18.30-19-30 Uhr. Mit Anmeldung. UKB: 7 Euro.

Osterausflug zur Hermesvilla mit Ostereiersuche: Do., 18.4. | 10–15 Uhr. Anmeldung! UKB: 3 Euro. Stadtspaziergang auf den Spuren Otto Wagners: Di., 30.4. | 9–13 Uhr, Anmeldung! UKB: 1 Euro.

Nachbarschaftstag: Fr., 24.5., Informationen siehe www.nachbarschaftstag.at

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

Birthday Special: Next Door's Fashion – Benefiz-Modenschau: Do., 11.4. | 17.30–20.30 Uhr. Das Nachbarschaftszentrum 15 feiert seinen 35. Geburtstag! Mit einer Benefiz-Modenschau präsentieren wir Kleiderschätze aus der Nachbarschaft. Feierlicher Ausklang mit Buffet.

Wanderung "Lainzer Tiergarten": Do., 14.3., Treffpunkt um 10 Uhr im NZ 15. Mit Anmeldung.

Vortrag von Dr. Klaus Skoupy, Psychotherapeut: Mo., 25.3. | 13.30–14.50 Uhr. Nähere Informationen erhalten Sie gerne im NZ 15. Übungen für die Seele: Do., 28.3. | 25.4. | 15.15–16.30 Uhr, Entspannung – Meditation –

Reflexion, mit Anmeldung.

Nachbarschaftstag: Fr., 24.5. | Gestalten auch Sie diesen Tag mit! Nähere Informationen im NZ 15. Siehe auch www.nachbarschaftstag.at

Nachbarschaftszentrum 16: Tel.: 01/485 81 77

Europäischer Vorlesetag – Balladen: Do., 28.3. | 13.30–14.30 Uhr

Nachbarschaftstag: Fr., 24.5., Informationen siehe www.nachbarschaftstag.at

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

Näh-Werkstatt mit Elena: Mo., 21.3. Genaue Infos im Zentrum erfragen.

Spieleabende: 1.4. | 15.4. | 29.04. | 13.5. | 27.5. |

immer montags von 17-18.30 Uhr.

Osterhasen backen: Mi., 17.04. | 10–11.30 und 13.30–15 Uhr.

Osterjause: Di., 23.4. | 14 Uhr.

Sonderverkauf zweit.hand "Perlen": Mi., 24.4.,

Nachbarschaftstag – Hoffest: Fr., 24.5. | 17–19 Uhr. Mit Gehsteigparty. Informationen siehe www.nachbarschaftstag.at

Nachbarschaftszentrum 22: Tel.: 01/256 57 90

Von Kopf bis Fuß im Gleichgewicht – Körperübungen und Brain Gym: Di., 26.3. | Di., 2.4. | 11–12 Uhr.

Bärlauchwanderung vom Cobenzl zum Agnesbründl: Mi., 3.4. | 9–14 Uhr.

Sommer-Siedlungsfest: Spiel & Spaß für Junge und Ältere. Do., 6.6. | 14.30–18 Uhr.

Nachbarschaftstag: Fr., 24.5., Informationen siehe www.nachbarschaftstag.at

HILFSWERK

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



BundesministeriumFinanzen

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.

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

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.

NEU: Mit der BMF App auch Familienbonus Plus berechnen



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 Zolltipps, auch ein Berechnungsprogramm für den Familienbonus Plus bzw. den Kindermehrbetrag.

ERSTE = SPARKASSE =

THE FUTURE IS YOURS.

