

02 | 2024

# HAND IN HAND

Mein Hilfswerk Magazin



HILFSWERK

## **JOB DAY BEIM HILFSWERK**

Erster Jobday übertrifft  
alle Erwartungen.  
Ein Kooperationsprojekt  
mit dem AMS Kärnten  
**Seite 18**

## **HUMANITÄRE HILFE**

Hilfswerk International  
vor Ort  
**Seite 28**

## **RUNDES JUBILÄUM**

Hilfswerk-Präsidentin  
feiert 70. Geburtstag  
**Seite 30**



**Lernen  
ist cool!**

SPASS UND FREUDE AM LERNEN

Seite 4

DEM GLÜCK  
EINE CHANCE  
GEBEN



österreichische  
**LOTTERIEN**



# ÖSTERREICH HAT GLÜCK...

...und Glück ist vielfältig. Wir übernehmen Verantwortung in Österreich und leben, was vielen Menschen wichtig ist: Spielerschutz, Compliance und soziales Engagement. Wir sind größter Sportförderer unseres Landes, unterstützen zahlreiche Kulturprojekte und machen sie mit den Lotterien Tagen einfach erlebbar. Wir fördern soziale Anliegen im Sinne der Gesellschaft, wie z.B. die langjährige Partnerschaft mit der Österreichischen Seniorenhilfe. Damit möglichst viele Menschen in Österreich am Glück teilhaben können.

[sponsoring.lotterien.at](https://sponsoring.lotterien.at), [lotterientag.at](https://lotterientag.at)



## Editorial

### LIEBE LESERINNEN, LIEBE LESER,

ein halbes Jahr ist schon wieder vorbei. Kommt es Ihnen nicht auch so vor, als würde die Zeit verfliegen. Jetzt beginnt wieder die schöne Sommerzeit und rechtzeitig dazu servieren wir Ihnen, liebe Leserinnen und liebe Leser, wieder ein Gustostückerl an Wissenswertem aus dem Hilfswerk Kärnten.

Mich persönlich freut es sehr, dass wir neben unserem bewährten Heimhilfen-Lehrgang heuer erstmals einen Lehrgang für Kleinkindererzieherinnen und Kleinkinderzieher anbieten können. Damit möchten wir dem Mangel an Elementarpädagoginnen etwas entgegenwirken. Weiters freut es mich, ankündigen zu dürfen, dass wir demnächst eine hausinterne Gesundheitsmesse in der Landesgeschäftsstelle des Hilfswerk veranstalten, und zwar für Groß und Klein, für Junge und Junggebliebene, und kurz darauf treffen wir uns bei unserer Veranstaltungsreihe Hilfswerk on Tour im Klagenfurter Strandbad, die genauen Termine finden Sie im Blattinneren. Ich würde mich sehr freuen, wenn wir uns bei einer dieser Veranstaltungen persönlich treffen würden.

In diesem Sinne wünsche ich Ihnen viel Spaß beim Lesen unserer neuesten Ausgabe der Hand in Hand und ich freue mich auf ein persönliches Wiedersehen.

Alles Gute, Ihre

Elisabeth Scheucher-Pichler  
Präsidentin des Hilfswerk Kärnten



# 4

## IM FOKUS

Mit Freude und Spaß lernen

# 12

## KINDHEIT & JUGEND

Lernen lernen

# 19

## ÄLTERWERDEN & GESUNDHEIT

Erste Hilfe im Alter

# 21

## LEBEN & GESELLSCHAFT

Hilfswerk on Tour

# 30

## MEIN HILFSWERK

Rundes Jubiläum

Christine unterstützt und motiviert Rebecca und Flora gerne bei ihren Aufgaben.

# Mit Freude und Spaß lernen

**Ganzheitlich fördern.** In einer Welt, die sich ständig weiterentwickelt und immer neue Anforderungen stellt, ist Bildung ein entscheidender Schlüssel zum Erfolg. Doch nicht jedes Kind ist den Aufgaben in der Schule gewachsen.

**M**atheschularbeit, Vokabeltest und Deutschreferat – der Schulalltag kann es manchmal ganz schön in sich haben. Und nicht alle Schülerinnen und Schüler kommen gleich gut mit diesen hohen Anforderungen zurecht. Manche benötigen zusätzliche Unterstützung, um ihre Potenziale voll auszuschöpfen und die gewünschte Leistung zu erbringen. Nicht zuletzt durch die Nachwirkungen der Covid-Pandemie haben sich die Probleme von Kindern und Jugendlichen verstärkt. Auch im schulischen Bereich.

Für viele von uns ist „Lernen“ negativ behaftet, häufig denkt man dabei an Schulstress oder Prüfungsangst. Dabei ist Lernen ein lebensbegleitender Prozess, der uns fördert, auf persönlicher Ebene weiterbringt und sich nicht nur auf das schulische Lernen bezieht.

Wie können wir also Kinder und Jugendliche, denen Lernen schwerfällt, bestmöglich unterstützen?

## **LERNSCHWÄCHEN ERKENNEN**

Lernstörungen, umgangssprachlich oft als „Lernschwäche“ bezeichnet, können verschiedene Formen annehmen und sich auf verschiedene Bereiche des Lernens beziehen. Da wären zum Beispiel die Lese-Rechtschreibschwäche (Legasthenie), die Rechenschwäche (Dyskalkulie) oder auch eine Konzentrationsstörung. Sie haben unterschiedliche Ursachen, wie zum Beispiel neurologische oder Entwicklungsverzögerungen.

Das Hilfswerk als einer der erfahrensten Träger von Kinderbildungs- und Betreuungseinrichtungen bietet mit seinen Angeboten – von der schulischen Freizeitbetreuung bis zu





„Man kann einem Menschen nichts lehren, man kann ihm nur helfen, es in sich selbst zu entdecken.“

**Galileo Galilei**





**Othmar Karas**  
Präsident Hilfswerk Österreich

„Immer mehr Kinder und Jugendliche brauchen Unterstützung beim Lernen, um ihr volles Potenzial zu entfalten. Bildung ist der Schlüssel für ihre Entwicklung und für eine gute eine Zukunftsperspektive. Durch individuelle Förderung und qualitativ hochwertige Bildungseinrichtungen tragen auch wir im Hilfswerk dazu bei, den Grundstein für ihre weitere Entwicklung und ihre berufliche Zukunft zu legen. Es ist unsere Verantwortung, sicherzustellen, dass jedes Kind individuell und bestmöglich gefördert wird. Dadurch wird nicht nur ihr schulisches, sondern insbesondere auch das persönliche und soziale Potenzial gestärkt.“



Aller Anfang ist schwer. Als geübte Leserin erfasst Rebecca bis zu 8 Buchstaben auf einmal.

- » individuellen Lerntrainings konkrete Hilfe an, die darauf abzielt, Kinder und Jugendliche zu fördern und ihnen das Werkzeug für eine erfolgreiche schulische Laufbahn in die Hand zu geben.

### **WAS BEWIRKT LERNTRAINING**

Das sogenannte ganzheitliche Lernttraining geht weit über klassische Nachhilfe hinaus. Es betrachtet das Lernen als einen Prozess, der nicht nur das bloße Vermitteln von Wissen umfasst, sondern auch die Förderung von wichtigen Fähigkeiten wie Selbstvertrauen, Motivation und Selbstorganisation. Dabei steht nicht nur das Erreichen guter Noten im Vordergrund, sondern ebenso viel Wert wird auf die ganzheitliche Entwicklung

des Kindes gelegt. Die Programme richten sich an Kinder und Jugendliche im Alter von 6 bis 14 Jahren jeder schulischen Stufe, die zusätzliche Unterstützung benötigen – sei es aufgrund von Lernschwierigkeiten, Konzentrationsproblemen oder einfach aus dem Bedürfnis nach individueller Förderung. „Lernen soll wieder Spaß machen. Das funktioniert aber nur, wenn man motiviert ist und sukzessive kleine Erfolgserlebnisse hat. Das stärkt das Selbstbewusstsein und schafft positive Impulse“, erläutert uns Rebecca Janker, Pädagogin und Leiterin des Bereichs Kinder, Jugend & Familie im Hilfswerk. Das Ankurbeln der Lernmotivation steht in vielen Fällen an erster Stelle. Ganz viele Kinder und Jugendliche verlieren aufgrund



Spielerisch erarbeitet Christine mit Flora und Rebecca die Lösung!

von Frustration oder auch Langeweile die Lust am Lernen. Durch innovative Lernmethoden, die Anwendung von spielerischen Elementen oder die Verknüpfung des Lernstoffs mit persönlichen Interessen wird versucht, die Begeisterung für das Lernen (wieder) zu erwecken.

### STRATEGIEN UND METHODEN

Ohne Lernstrategien hingegen läuft nichts. Wenn man weiß, dass man etwa ein „visueller Lerntyp“ ist, dann kann das Training genau darauf aufbauen und die passenden Lernmethoden finden. Oftmals scheitern Schüler\*innen nämlich nicht an mangelndem Wissen, sondern schlicht an den ineffektiven Methoden, wie sie versuchen, sich dieses Wissen



## INFO

### GROSSE HILFE, GANZ NAH

Wenn Ihr Kind Probleme beim Lernen hat, informieren Sie sich über unsere Lernangebote und die Lernhilfe. Schwierigkeiten und Probleme beim Lernen können viele Ursachen haben, die mit erfahrenen Lerntainerinnen und Lerntainern abgeklärt werden sollten. Wirksame Unterstützung kann einzeln oder in der Gruppe, intensiv oder begleitend, zu Hause oder in einer Einrichtung erfolgen.

Oft ist die Hilfe ganz nah. Informieren Sie sich auf **[www.hilfswerk.at](http://www.hilfswerk.at)**

Dort erfahren Sie mehr über die konkreten Angebote in den Bundesländern.

**Gebührenfreie Hotline für Eltern  
und Erziehende: 0800 640 680  
Mo bis Do: 9 bis 16 Uhr  
Fr: 8 bis 12 Uhr**

Rufen Sie uns an, am besten gleich jetzt!



Flora ist eine begeisterte Schülerin, die viel Freude am Lernen hat.



### Rebecca Janker

Leiterin des Fachbereichs Kinder, Jugend und Familie im Hilfswerk Österreich

„Lernen kann man lernen. Uns ist wichtig, den Kindern und Jugendlichen die individuelle Unterstützung mitzugeben, damit sie eigenständig und vor allem voller Freude lernen können.“

anzueignen. „Uns ist es daher ein Anliegen, jedem\*r Schüler\*in individuell abgestimmte, praktische Techniken zur Verbesserung der Konzentration, zur effizienten Zeitplanung und Organisation sowie zur optimalen Prüfungsvorbereitung mitzugeben, auf die er oder sie immer wieder zurückgreifen kann“, so Janker.

Ganz wichtig ist auch die positive und unterstützende Beziehung zwischen Lerntrainer\*innen und Schüler\*innen. Durch ein offenes und vertrauensvolles Verhältnis entsteht eine Atmosphäre, in der sich die Kinder wohlfühlen und offen über ihre Bedürfnisse sprechen können. „Unser Ziel ist es, dass

Kinder und Jugendliche nicht nur erfolgreich in der Schule sind, sondern auch zu selbstbewussten und eigenständigen Persönlichkeiten heranwachsen. Wir geben ihnen die Werkzeuge in die Hand, um nicht nur den Anforderungen der Schule, sondern auch den Herausforderungen des Lebens gewachsen zu sein“, ist Janker überzeugt.

In einer Zeit, in der Bildung mehr ist als nur das Auswendiglernen von Fakten, sondern vor allem die Entwicklung von vielfältigen Fähigkeiten und Kompetenzen, ist das richtige Lernen ein wichtiger Baustein auf dem Weg zu einer erfolgreichen Zukunft für unsere Kinder und Jugendlichen. ■



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



Weitere Informationen unter [www.boso.at](http://www.boso.at)  
Erhältlich in Apotheke und Sanitätsfachhandel  
Unverb. Preisempf. 67,90 Euro



WUSSTEN SIE SCHON ...

# Jeder lernt anders

**Lerntypen.** Jeder Mensch lernt auf seine eigene Art und Weise. Wir stellen hier Lerntypen vor, an denen Sie Ihr Lernverhalten orientieren können. Übrigens: die meisten von uns sind Mischtypen!

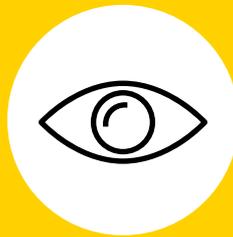
**HIER KÖNNEN SIE  
IHREN LERNTYP  
AUSTESTEN:**

[www.wifitests.at/learnstaerken](http://www.wifitests.at/learnstaerken)



## AUDITIVER LERNTYP

Sie können sehr gut auch längere Zeit konzentriert zuhören. Mündlichen Erläuterungen können Sie besser folgen als Grafiken und Bildern. Beim Lernen sprechen Sie manchmal die Inhalte vor sich hin oder „erklären sie sich selbst“.



## VISUELLER LERNTYP

Ihre besten Lernerfolge erzielen Sie durch das Lesen und Schreiben der Lerninhalte. Sie prägen sich Informationen besonders gut ein, wenn sie in Form von Grafiken oder Bildern veranschaulicht sind.



## MOTORISCHER (AUCH: HAPTISCHER) LERNTYP

Sie lernen am besten, wenn Sie etwas mit Ihren Händen tun können, ausprobieren, angreifen. Selbst bei abstrakten Aufgaben bringen Ihnen Übungen, beispielsweise Rollenspiele, bessere Lernerfolge.



## KOGNITIVER (AUCH: INTELLEKTUELLER) LERNTYP

Sie eignen sich Wissen hauptsächlich durch intensives Nachlesen, Nachdenken und kritisches Hinterfragen an.



## KOMMUNIKATIVER LERNTYP

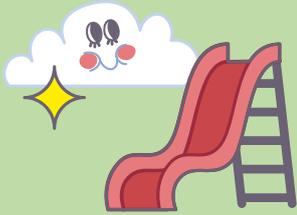
Sie lernen am besten aus Dialogen und Diskussionen. Sie lieben Partnerarbeit und den Austausch mit anderen.



## MEDIENORIENTIERTER LERNTYP

Sie lernen gut mit technischen Medien. Im Grunde bräuchten sie keine Lehrkräfte, sind Sie doch in der Lage, sich die meisten Lehrinhalte medial vermitteln zu lassen.

**A**uch Ihr Verein kann ab sofort spendenbegünstigt sein! Für Spendende ein großes Glück: Ein Teil vom Geld kommt als Steuergutschrift zurück.



Seit Kurzem können auch Vereine aus den Bereichen Sport, Bildung und Menschenrechte sowie noch mehr Organisationen aus Kunst und Kultur einen Antrag auf Spendenbegünstigung stellen. Das lohnt sich doppelt: für die Vereine und auch für ihre Spenderinnen und Spender.

Jetzt informieren auf: [bmf.gv.at/spendegut](http://bmf.gv.at/spendegut)

Verwandle jeden Start in Spaß:

**Play  
SWIFT**

 **SUZUKI**



Die ersten  
500 SWIFT  
als 1<sup>st</sup> Edition  
schon ab  
€ 15.490,-<sup>1)</sup>

**Der neue SWIFT**

mit drehfreudigem und sparsamem 1.2-Liter Mild-Hybrid-Motor

sorgt für jede Menge Fahrspaß und verbessert spielend leicht ihre CO<sub>2</sub>-Bilanz.

Sein neues Design und viele innovative Sicherheitsfunktionen machen ihn zum perfekten Spielkameraden

in jeder Verkehrssituation. Optional mit Allradsystem ALLGRIP AUTO. Wer hätte das gedacht! Mehr auf [www.suzuki.at](http://www.suzuki.at)

Verbrauch „kombiniert“: 4,4-4,9 l/100 km, CO<sub>2</sub>-Emission 98-110 g/km<sup>2)</sup>



**(HYBRID)**

1) Unverbindlich empfohlener Richtpreis abzüglich € 500,- 1<sup>st</sup> Edition Bonus, € 1.000,- Finanzierungsbonus und € 500,- Versicherungsbonus, 20% MwSt. und NoVA sowie inkl. der Maximalbeträge für §6a NoVAG - Ökologisierungsgesetz. Die 1<sup>st</sup> Edition besteht aus 1<sup>st</sup> Edition Dekor (Badge auf der B-Säule, Einstiegsleisten, Streifendekor; alles auf Fahrer- und Beifahrerseite, inkl. Montage), 1<sup>st</sup> Edition Badetuch, Suzuki Badetasche, 1<sup>st</sup> Edition Frisbee. Finanzierungsbonus gültig bei Abschluss einer Finanzierung über Suzuki Finance - ein Geschäftsbereich der Toyota Kreditbank GmbH Zweigniederlassung Österreich. Versicherungsbonus gültig bei Abschluss einer Versicherung über GARANTA Österreich Versicherungs-AG. Angebot gültig solange der Vorrat reicht. 2) WLTP-geprüft. Druckfehler, Irrtümer und Änderungen vorbehalten. Symbolfotos. Mehr Informationen auf [www.suzuki.at](http://www.suzuki.at) oder bei Ihrem Suzuki Händler.

# Wissenswert und informativ!

GROSSE HILFE,  
GANZ NAH.



HILFSWERK



**MINT BRINGT'S!**

Mit Mädchen und Buben  
Mathematik, Informatik, Naturwissenschaften  
und Technik entdecken und erforschen

Hilfswerk Servicehotline  
**0800 800 820**

www.hilfswerk.at

**RATGEBER  
JETZT KOSTENLOS  
BESTELLEN!**

**Unter 0800 800 820  
oder office@hilfswerk.at**

## „MINT BRINGT'S“

So heißt unsere Broschüre, die sich ganz dem aktuellen Thema MINT – Mathematik/Informatik/Naturwissenschaften/Technik – verschrieben hat. Wie kann ich mein Kind so früh wie möglich fördern? Wir liefern Ihnen allerlei spannende Experimente, die Sie ganz leicht gemeinsam mit Ihrem Kind zu Hause oder in der Natur ausprobieren können. Zahlreiche Buch- und Webtipps runden die Broschüre ab.



### WEBPORTAL KIDS & MORE

In unserem Online-Guide erfahren Sie alles Wissenswerte rund um Kinder, Elternsein & Erziehung

Die Hilfswerk-Aktivitäten und -Servicematerialien werden unterstützt von unseren starken Partnern Erste Bank und Sparkasse, Wiener Städtische, Lotterien, Nestlé Health Care, Essity und Ornamin.



„Hallo, liebe Kinder, Eltern und Großeltern! Ich bin **FIDI**, das schlaue Entlein des Hilfswerks. **Flexibel, Individuell, Dynamisch & Intelligent** – das ist die Kinderbetreuung beim Hilfswerk! Wir sind für Klein & Groß, Jung & Alt da – fragt einfach beim Hilfswerk in eurer Nähe nach!“

GROSSE HILFE,  
GANZ NAH.



HILFSWERK



**GESUND GENIEßEN,  
AKTIV BLEIBEN**

Ihr Ratgeber für eine bewusste Ernährung im Alter

hilfswerk.at  
Servicehotline 0800 800 820

## ERNÄHRUNGSBROSCHÜRE

Nehme ich genug Eiweiß zu mir?  
Trinke ich täglich ausreichend?  
Was tun bei Schluckbeschwerden?  
Diese und viele andere Themen finden Sie in der aktuellen Broschüre „Gesund genießen, aktiv bleiben.“  
Ihr Ratgeber für eine bewusste Ernährung im Alter“.



**Sonja Staunig**

Interimistische Leiterin Fachbereich  
Psychotherapie, Psychologie, Beratung.

„Was Hänschen nicht lernt, lernt Hans nimmermehr“ – ein in meiner Jugend oft gehörter Satz. Umso glücklicher macht es mich, heute sagen zu können – stimmt nicht! Lernen geht in jedem Alter, ob jung oder alt – das ist das Wunder unseres tollen Gehirns mit seiner „neuronalen Plastizität“. Wenn wir Kindern und Jugendlichen zeigen, wie das, was sie lernen, mit ihrem täglichen Leben oder ihren Interessen zusammenhängt, wirkt dies motivierend. Lerngruppen, in denen gemeinsam an Themen gearbeitet werden kann, stärken das Gemeinschaftsgefühl und die sozialen Kompetenzen. Besonders wichtig ist es jedoch, die Stärken zu fördern und nicht nur auf Defizite zu fokussieren.“

8.-Mai-Straße 47  
9020 Klagenfurt am Wörthersee  
**M** 0676 89 90 10 65  
**E** sonja.staunig@hilfswerk.co.at



# Lernen lernen – Die Kunst des Lernens

**In einer Welt**, die sich ständig weiterentwickelt und in dem lebenslanges Lernen unerlässlich ist, wird die Fähigkeit, zu lernen, zu einer grundlegenden Kompetenz.

**D**arauf legen wir in den Contrast-Workshops besonders viel Wert. Lernen ist ein aktiver Prozess, der Engagement, Strategie und Selbstreflexion erfordert. Folgende Techniken erachten wir in der Lernbegleitung und -förderung unserer Kinder und Jugendlichen als hilfreich:

## **VERSTEHEN DES INDIVIDUELLEN LERNSTILS**

Jeder lernt auf seine Art. Einige bevorzugen visuelle Hilfsmittel, andere lernen durch das Hören oder das Lesen von Texten. Wichtig ist, seinen

eigenen Lernstil zu identifizieren und anzupassen. Gemeinsam mit Kindern und Jugendlichen finden wir Wege, diesen Lernstil zu fördern.

## **AKTIVES LERNEN & ANWENDUNG VON LERNSTRATEGIEN**

Passives Lesen oder Zuhören reicht oft nicht aus, um Informationen effektiv zu behalten. Aktives Lernen beinhaltet das aktive Engagieren mit dem Material, sei es durch das Schreiben von Notizen, das Stellen von Fragen oder das Anwenden des Gelernten in praktischen Übungen. Wichtig ist es, dass aktives Lernen auch spielerisch geschieht.



**Nicole Markitz**  
Stv. Pädagogische Leitung/  
Bereichsleitung Contraste

**M** 0676/88 00 85 17

**E** nicole.markitz@contraste.at



## ZEITMANAGEMENT

Effektives Lernen erfordert eine gute Zeitplanung. Regelmäßige Lernzeiten ohne Ablenkungen in kurzen, konzentrierten Lerneinheiten sind oft effektiver als lange, unstrukturierte Lernphasen. Die maximale Aufmerksamkeitsspanne von Kindern liegt bei 20 Minuten, bei Erwachsenen bei ca. 40 Minuten. Lernpausen sind wichtig.

## REFLEXION, FEEDBACK & LOB

Es ist wichtig, regelmäßig zu reflektieren, was gut funktioniert hat und was nicht. Das Einholen von Feedback bei Lehrer\*innen, Mitschüler\*innen oder Betreuer\*innen kann helfen, den Lernprozess zu verbessern. Positive Bestärkung und Lob dürfen nicht fehlen. Erfolge gehören gefeiert – das erhält die Motivation.

## SCHEITERN

In der Lernbegleitung ist es wichtig, dass ein positives Verhältnis zum Lernen geschaffen wird. Es ist völlig in Ordnung, dass etwas nicht gelingt, auch mehrmals. Der Glaube an individuelle Stärken darf nicht verloren gehen, und dazu braucht es Erwachsene, die aufzeigen, dass Lernen ein lebenslanger Prozess ist und Kinderohren das hören, was sie brauchen, nämlich: Anerkennung, Beziehungsgesten, Empathie und oftmals eine gute Portion Geduld. ■



### SELBSTVERTEIDIGUNGSTRAINING IN DER GTS GLOBASNITZ

Die Schülerinnen und Schüler der GTS Globasnitz hatten die Möglichkeit, an einem Workshop zum Thema „Verhaltens- und Selbstverteidigungstraining“ teilzunehmen.

„STOPP! LASSEN SIE MICH IN RUHE!“, schreit die achtjährige Anja ihrem Gegenüber entgegen. Den linken Arm mit der Hand zur Stopp-Geste erhoben, ein Bein vorgestellt, das andere in sicherem Stand dahinter. So zeigt die Schülerin dem Mann vor ihr, dass sie entschlossen ist, sich nicht weiter belästigen oder gar anfassen zu lassen. Nach einem vehement lauten: „Ich sage es zum letzten Mal: Lassen Sie mich in Ruhe“, fixiert die

Schülerin den Mann und geht dabei festen Schrittes in großem Bogen an ihm vorbei. „Spitze! Das hast du super gemacht“, lobt Trainer Thomas Lexer vom Verein KRAV MAGA Klagenfurt das Mädchen. In einem Rollenspiel hat er versucht, Anja in ein Gespräch zu verwickeln.

Im Alltag können Kinder immer wieder in gefährliche Situationen kommen. Ein Selbstverteidigungs- und Verhaltenstraining für Kinder ist hilfreich, damit die Kinder so früh wie möglich lernen, wie sie solche Situationen vermeiden und, falls dies nicht möglich ist, wissen, wie sie reagieren können. ■



In der GTS Globasnitz fand ein Verhaltens- und Selbstverteidigungstraining statt.

## Wir sind Meister



Die Fußballmannschaft der Sozialservicestelle des Hilfswerk Kärnten krönte sich zum Meister des 18. Integrations-Hallenfußballturniers.

### Die Sozialservicestelle des Hilfswerk Kärnten unterstützt seit Jahren eine Fußballmannschaft als Dressensponsor.

Beim 18. Integrations-Hallenfußballturnier, organisiert von der Diözese-gemeinschaft Kärnten, krönten sich unsere Jungs zum Meister. Beim Hallenfußballturnier, welches mittlerweile schon zur Tradition geworden ist, geht es darum, ein Turnier zu veranstalten für Menschen aus allen Bereichen unserer Gesellschaft.

Wir gratulieren unseren Jungs zum Meistertitel und wünschen euch viel Glück für die nächsten Turniere.

Unser Team: Hamed Abdulahi Raad, Baback Soleymani, Siamack Soley-

mani, Aliveza Habibdoust, Mehrdad Habibi, Iman Siamazgi, Mehran Rasoli, Maziar Pakkish, Sirius Shah-mohamadi, Eilia Sabouri, Mohsen Alahverdi und Mohammad Sadeghi. ■



**Margarete Jeschofnik**  
Leiterin Sozialservice.  
Freiwilligenarbeit.Integration.

T 05 0544 2039

E margarete.jeschofnik@hilfswerk.co.at

# Umweltschutz im Fokus

**Der Hilfswerk-Kindergarten Maria Saal, unter der Leitung von Cornelia Mairitsch, setzt sich intensiv mit dem Thema Umweltschutz auseinander.**

Es ist entscheidend, bereits frühzeitig das Bewusstsein für das Thema Umweltschutz zu fördern. Die angehenden Schulkinder der Mausgruppe wurden auf spielerische und kreative Weise in das Thema eingeführt. In lebhaften Diskussionen setzten sich die Kinder damit auseinander, wie sie einen Beitrag zum Umweltschutz leisten können. Die Mülltrennung wurde als ein wichtiger Schritt gemeinsam erarbeitet. So kann jeder selbst bereits

einen wichtigen Beitrag leisten. Bei einer Müllsammelaktion rund um den Kindergarten und das nahegelegene Moor konnten die Kinder aktiv erleben, wie wichtig es ist, unsere Natur sauber zu halten. Zudem wurden aus nützlichen Gegenständen, die man beim Müllsammeln finden konnte, sogar noch tolle Sachen gebastelt.

Vertiefend stand auch die Klima- und Energie-Modellregion Noricum für einen Workshop zur Seite. Dieser gab den Kindern die Möglichkeit, zu erfahren, wie bereits auf regionaler Ebene Maßnahmen zum Umweltschutz ergriffen werden können. ■



Die Mausgruppe auf dem Weg zum Müllsammeln rund um das Kindergartenelände.



Aus den gesammelten Gegenständen können tolle Upcycling-Dinge gebastelt werden.

Unsere Klientinnen und Klienten der Tagesstätte für Menschen mit Behinderung in Völkermarkt konnten bei der Firma Tramp Design tolle Anhänger gestalten und „lasern“.

## DISLOZIERTER ARBEITSANGEBOTE FÜR MENSCHEN MIT BEHINDERUNG

**Einmal pro Monat gehen die Klientinnen und Klienten der Tagesstätte für Menschen mit Behinderung in externe Betriebe, um dort zu arbeiten.**

Begleitet von Mitarbeitenden können unsere Klient\*innen so in einer inklusiven Arbeitsumgebung mitarbeiten, am Arbeitsleben aktiv teilhaben, Erfahrungen sammeln und so auch persönliche Kompetenzen und



Fähigkeiten weiter entwickeln und verbessern. Zudem lernen sie einen geregelten Arbeitsalltag mit all seinen dazugehörigen Vorschriften und Aufgaben kennen.

Einer unserer Partner ist die Firma Tramp Design mit Geschäftsführer und Inhaber Thorsten Unterberger. Das Team des Werbetechnik- und Beschriftungsdesign-Unternehmens lässt sich jedes Mal aufs Neue wieder



tolle Aufgaben einfallen, damit unsere Klientinnen und Klienten selbstständig ihre Ideen mit einbringen können. Die letzten Male wurden CO<sub>2</sub>-Laserschneidungen durchgeführt. Dabei wurden unterschiedliche Motive am Computer ausgearbeitet und anschließend in der Maschine zum Laserschneid vorbereitet. Die Anhänger aus Holz, die daraus entstanden, werden auf den Basaren der Tagesstätte käuflich zu erwerben sein. ■



**Hannes Lora**

Geschäftsführer Hilfswerk Kärnten

Liebe Seniorinnen und Senioren!

Wussten Sie, wenn der Arbeitnehmer oder Pensionist keine Arbeitnehmeranmeldung einreicht, dass das Finanzamt eine antragslose Arbeitnehmeranmeldung für sie erstellt?

Aber nur dann, wenn der Pensionist keine anderen Einkünfte als die Pension hat und die Veranlagung zu einer Steuergutschrift führt.

Sie können jedoch bis zum Ablauf von fünf Jahren (für das Jahr 2019 somit bis Ende 2024) einen Antrag auf Arbeitnehmeranmeldung stellen.

Sollte die Antragsanmeldung ausnahmsweise zu einer Steuernachzahlung führen, kann der Antrag zurückgezogen werden. Zum Empfehlen wäre hier, dass vor Einreichen der Veranlagung eine Vorberechnung durchgeführt werden sollte, um Nachzahlungen zu vermeiden.

Sollte es jedoch zu einer Nachzahlung kommen, kann mittels einer Beschwerde der Antrag zurückgezogen werden und es kommt zu keiner Nachzahlung.

# Hilfswerk Kärnten zum vierten Mal familienfreundlich

**Bereits zum vierten Mal** erhielt das Hilfswerk Kärnten das Zertifikat als familienfreundlicher Arbeitgeber.

**D**ie Vereinbarkeit von Beruf und Familie ist für viele Menschen ein täglicher Balanceakt. Viel Flexibilität und Organisationsaufwand sind notwendig, um zwischen Arbeit und familiären Verpflichtungen einen Ausgleich zu finden. Dabei dürfen jedoch auch die eigenen Bedürfnisse nicht zu kurz kommen.

Deshalb beschäftigt sich das Hilfswerk Kärnten seit 2011 im Zuge des Audits mit der Vereinbarkeit von Beruf und Familie. Das Ziel dieses Audits ist es, Verbesserungsvorschläge für alle Mitarbeiter\*innen zu erarbeiten sowie Maßnahmen abzuleiten und umzusetzen.

2023 erhielt das Hilfswerk Kärnten bereits zum vierten Mal das Zertifikat Audit Beruf und Familie für Gesundheits- und Pflegeeinrichtungen“ vom Bundeskanzleramt verliehen.

Durch die kontinuierliche Beschäftigung mit der Vereinbarkeit konnte schon viel erreicht werden, wie z. B. Weiterbeschäftigung bei Pensionsantritt bzw. Elternkarenz, mehr als 150 verschiedene Arbeitszeitmodelle, Teilnahme an Weiterbildungen während der Elternkarenz und kostenlose Ferienbetreuung.



Für das neue Audit Beruf und Familie KONKRET wurde die Zielvereinbarung von der Geschäftsführung bereits 2022 unterzeichnet und neue Maßnahmen definiert. Beispiele für Maßnahmen sind die Erstellung neuer Führungsleitlinien, welche noch bessere familienfreundliche und gesundheitsfördernde Rahmenbedingungen schaffen sollen, sowie vergünstigte Ferienangebote für Mitarbeiter\*innen durch die HWK-Reisewelt. ■



**Christian Havelka**

Leiter Hilfswerk Kärnten Akademie

**M** 0676 89 90 1014

**E** christian.havelka@hilfswerk.co.at

# Neue Familienhelferinnen starten durch

**Familienhelfer\*innen unterstützen Familien in verschiedensten familiären Krisensituationen und begleiten diese über einen längeren Zeitraum.**

Die Aufgabe dieser Helferinnen und Helfer ergeben sich aus der jeweiligen Familiensituation. Das Hilfswerk Kärnten bietet diese Ausbildung zum oder zur Familienhelfer\*in bereits seit mehreren Jahren erfolgreich über die Hilfswerk Akademie Kärnten an. So gibt es die Möglichkeit, eine Kombination aus pflegerischen, päd-

agogischen und hauswirtschaftlichen Tätigkeiten zu schaffen.

Auch in diesem Jahr haben sich zwölf Heimhelferinnen dazu entschieden, diese ergänzende und bereichernde Zusatzausbildung zu absolvieren. Wir freuen uns über das große Interesse aus den Reihen des Hilfswerks und gratulieren allen Damen zur bestandenen Abschlussprüfung.

Unsere neuen Familienhelferinnen: Selvedina Agic Lulic, Mevlija Alic, Edit Hober-Jakab, Vedrana Maksimo-



vic, Isabella Pfeffer-Petritz, Monika Kienzl, Yadira Lizbeth Morales Meza, Bettina Ratschnig, Petra Zarfl, Sylvie Orgl, Anita Sluga und Sandra Nechwatal. ■

## HEIMHILFEN-LEHRGANG ERFOLGREICH ABGESCHLOSSEN

**Mittlerweile zum fünften Mal fand die Zeugnisverleihung im Zuge des absolvierten Heimhilfe-Lehrgangs der Hilfswerk Akademie Kärnten statt.**

Wir freuen uns auch beim fünften Lehrgang, so viele ausgezeichnete und gute Erfolge verzeichnen zu können. Insgesamt zwanzig Heimhilfen können zukünftig bei Seniorinnen und Senioren die Basisversorgung übernehmen, bei der Haushaltsweiterführung helfen oder einfach nur ein wichtiger Ansprechpartner gegen Vereinsamung sein.

Der Lehrgang findet in einer Hybridvariante, teils online – teils in Präsenz, statt und erstreckt sich ungefähr auf eine Dauer von sechs Monaten. In



Unsere Absolvent\*innen des fünften Heimhilfe-Lehrgangs nach ihrer Zeugnisverleihung in der Hilfswerk Kärnten Akademie

dieser Zeit werden 200 Theorie- und 200 Praxisstunden absolviert, um so bestens für den Start in den Beruf gewappnet zu sein. Erfolgreich abgeschlossen und damit zukünftig als Heimhilfe tätig sind Christina Angermann, Hajnal Bogdan, Cindy Florian, Maria-Elisabeth Forcher, Tamara Holemar, Petra Kraiger, Manuela

Malz, Yvonne Martin, Dalia-Ramona Matei, Christina Mitterling, Gerhard Müller, Sabrina Olsacher, Eva-Maria Pioli, Durdica Schmuck, Karin Schranzer, Karin Steiner, Jozsef-Andrasne Theiz, Anthonia Voets, Maria Wabitsch und Eveline Wenzl. Wir gratulieren herzlich und wünschen viel Freude im neuen Beruf. ■

# Erster Jobday im Hilfswerk Kärnten

**Die Kooperationsveranstaltung des Hilfswerk Kärnten und des AMS Kärnten lockte viele Jobsuchende in die Landesgeschäftsstelle nach Klagenfurt.**

Mit einem Spektrum an beruflichen Möglichkeiten, von der Elementar- und Freizeitpädagogik über die Kinder- und Jugendhilfe, die Psychotherapie, Behindertenarbeit und Menüservice bis hin zu Pflege und Verwaltung, zeigte das Hilfswerk Kärnten eindrucksvoll seine Bandbreite an Beschäftigungsfeldern auf.

Die Veranstaltung zog über 200 Jobsuchende und Schüler\*innen an.

Elisabeth Scheucher-Pichler betont die Bedeutung des Ereignisses: „Die Resonanz auf unseren Jobday und das breite Interesse an den vielfältigen Karrieremöglichkeiten übertrifft unsere Erwartungen. Als sozialer Dienstleister für alle Altersgruppen bieten wir nicht nur ein breites Spektrum an beruflichen Möglichkeiten, sondern auch die Chance, sich aktiv für das Wohl der Gemeinschaft einzusetzen.“ ■



Die Fachbereichsleitungen des Hilfswerk Kärnten mit Präsidentin Elisabeth Scheucher-Pichler, GF Horst Krainz, GF Kathrin Partl, GF Hannes Lora und den Verantwortlichen des Arbeitsmarktservice Kärnten



AMS-Landesgeschäftsführerin (Stv.) Melanie Jann mit den Geschäftsführer\*innen des Hilfswerk Kärnten und dem engagierten Team des AMS Kärnten



**BETREUTES REISEN**  
Rundum gut und sicher



**2024**



GROSSE HILFE,  
GANZ NAH.



## Lust auf eine kleine Auszeit vom Alltag?

Unternehmen wir eine gemeinsame Reise. Entdecken Sie Ihren Ausflugsort



**begleitet, unterstützt, betreut, barrierefrei und mit einem rollstuhlgerechten Reisebus**

mit dem Hilfswerk Kärnten und seinen ehrenamtlichen Reisebegleiter\*innen.

### INFORMATION UND BERATUNG:

Martina Köstler, Koordinatorin Betreutes Reisen  
Hilfswerk Kärnten, Waidmannsdorfer Straße 191, 9073 Klagenfurt am Wörthersee  
Mobil 0676 / 89 90 1025, [martina.koestler@hilfswerk.co.at](mailto:martina.koestler@hilfswerk.co.at), [www.hilfswerk-ktn.at](http://www.hilfswerk-ktn.at)

**Veranstalter:** REISEBÜRO HWK Reisewelt, 8.-Mai-Straße 47, 9020 Klagenfurt am Wörthersee



# Praxistipp: Erste Hilfe im Alter

**Wir alle** kennen (und fürchten) Situationen, in welchen uns persönlich oder eine\*n unserer Lieben ein Notfall ereilt.

**J**e älter wir werden, desto häufiger passiert es statistisch gesehen, dass medizinische Notfälle eintreten. Den heutigen Praxistipp widmen wir dem Thema „Herzinfarkt“. Ein Herzinfarkt ist ein plötzlich eintretendes, stark schmerzendes und lebensbedrohliches Ereignis. Symptome wie Atemnot, Engegefühl in der Brust, Schmerzen, die teils bis in beide Schulterregionen, den Magen und sogar in den Rücken ausstrahlen können, treten meist plötzlich auf.

## SOFORTMASSNAHMEN SETZEN

Lassen Sie die betroffene Person nicht alleine. Öffnen Sie die Fenster und lockern Sie beengende Kleidung. Setzen Sie die betroffene Person mit etwas erhöhtem Oberkörper auf den Boden. Bewahren Sie Ruhe und sorgen Sie hierfür, dass die betroffene Person keinerlei Anstrengung unternimmt. Achten Sie auf Atmung und Puls. Sollte sich der Zustand verschlechtern und Sie keine Atmung und keinen Puls mehr feststellen können, legen Sie die Person flach auf den Rücken und beginnen Sie mit der Reanimation.

Drücken sie mit beiden, übereinander gelegten Händen zirka 5–6 cm tief in die Mitte des Brustkorbs. Wenn Sie den Radetzkymarsch im Ohr haben sollten, haben Sie auch den genau passenden Rhythmus für die Reanimation. Ansonsten zirka 100–120 Kompressionen pro Minute wären optimal. Fahren Sie damit so lange fort, bis der Rettungsdienst eintrifft. Es gilt: das Einzige, was falsch gemacht werden kann, ist nichts zu tun! ■

**Siegling Holzner**

Qualitätsmanagementbeauftragte,  
Wundmanagerin

**M** 0676 89 90 10 22

**E** [siegling.holzner@hilfswerk.co.at](mailto:siegling.holzner@hilfswerk.co.at)

### WAS IST ZU TUN?

Sofort und als Allererstes ist die Rettung zu informieren:

**Rufen Sie 144.**

Wo bin ich? Was ist passiert?

Wer ist betroffen, welche

Verletzungen sind erkennbar?

Zwischen den  
**ZEILEN** der  
*Pflege*

**W**idmen möchte ich diese Zeilen all jenen, die im Draußen weilen. Egal ob Schnee, Eis oder Regen, ob auf unsicheren Wegen, kein Berg zu steil, kein Weg zu weit, für Sie zählt bloß Erreichbarkeit. Im Sommer in heißen, im Winter in kalten Häusern und Bädern Sie schalten und walten. Kein Stau ist zu lang, kein Parkplatz zu klein, stets unterwegs – und meistens allein. Sie pflegen, betreuen, begleiten und stützen, sind oft der einz'ge Kontakt, Sie beschützen die Menschen vor der Einsamkeit, ist es doch schöner, wenn man ist zu zweit; gemeinsam die Arbeit zusammen zu machen, zu reden, zu schweigen, zu singen, zu lachen; all das machen Sie hier Tag für Tag. Eine Arbeit, die nicht ein\*e jede\*r mag. Doch Sie, Sie sind hier und das ist schön, – auf dass Sie Ihre Arbeit ebenso wertvoll seh'n.



**HILFSWERK**

GROSSE HILFE, GANZ NAH.

## DER KÜCHENCHEF EMPFIEHLT: **Spargelrisotto**

### Zutaten für 4 Personen

**250 g Risottoreis**  
**400 g Spargel, weiß, frisch**  
**700 ml Spargelfond**  
**1/16 l Weißwein**  
**1 St. Zwiebel**  
**1 EL Olivenöl**  
**30 g Butter**  
**60 g Parmesan**  
**Salz, Pfeffer**

Spargel schälen und die holzigen Enden abschneiden. Die Spitzen in Salzwasser bissfest kochen. Die Spargelstücke vorsichtig aus dem Spargelfond nehmen und mit kaltem Wasser abschrecken. Spargel in mittelgroße Stücke schneiden. Spargelfond aufheben! Zwiebel fein würfeln. Olivenöl in einem Topf heiß werden lassen und die Zwiebel darin glasig anbraten. Reis zufügen, kurz mitbraten, mit Weißwein ablöschen und mit Spargelfond aufgießen, den Reis ca. 15 Minuten bissfest köcheln, salzen, öfters umrühren. Anschließend die Spargelstücke hinzugeben, Butter und Parmesan darunterziehen und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

**Küchenleiter Michael Triebel**  
Küche / Waiern  
Diakonie de La Tour



### **DAS HILFSWERK MENÜSERVICE**

Das Menüservice des Hilfswerk Kärnten bietet das ganze Jahr über gesunde, regionale Küche in Partnerschaft mit der Diakonie an. Ideal auch für Unternehmen, die ihren Mitarbeitenden eine gesunde Mittagspause ermöglichen möchten. Sie möchten unsere schmackhaften Menüs versuchen?



#### **Sigrid Bister**

Leiterin Menüservice

**T** 05 0544 5532

**M** 0676 89 90 10 20

**E** sigrid.bister@hilfswerk.co.at

# Alles Gute zum Alltag!

Beste Produkte für  
Pflege & Komfort  
daheim.



maierhofer.co.at



**maierhofer**

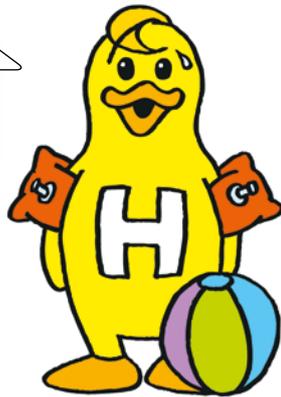
Klagenfurt • Villach • Wolfsberg • St.Veit/Glan • Hermagor

6x in  
Kärnten

## SOMMER, SONNE, STRANDBAD

Das Hilfswerk tourt auch heuer im Zuge der Aktion „Hilfswerk on Tour“ durch Kärnten. Daher möchten wir alle Interessierten am Donnerstag, den 18. Juli 2024 zwischen 10 und 18 Uhr ins Strandbad Klagenfurt einladen. Vor Ort wird es zahlreiche Informationen rund um das Dienstleistungs- und Jobangebot des Hilfswerk Kärnten geben. Zudem bieten wir kostenlose Gesundheitschecks an. Wir freuen uns auf euch.

Donnerstag, 18. Juli 2024  
10 bis 18 Uhr  
Strandbad Klagenfurt



## KINDERSTADT KLAGENFURT

Rauscherpark 1  
9020 Klagenfurt a. W.  
05 0544-4000  
kinderstadt@hilfswerk.co.at



## ABENDBETREUUNG IN DER KINDERSTADT

Viele Eltern kennen das Problem: Kita, Kindergarten oder Hort schließen um spätestens 17 Uhr – wohin mit den Kindern, wenn man länger arbeitet? In der KinderStadt Klagenfurt finden wir die Lösung. Berufstätige Eltern, deren Kinder eine städtische Bildungseinrichtung in Klagenfurt besuchen, können ihre Kinder ohne zusätzliche Kosten vom Hilfswerk Kärnten abholen und in der KinderStadt bis maximal 20 Uhr betreuen lassen. Ihr Kindergarten, Ihre Kita oder Ihr städtischer Hort kann Sie darüber informieren oder wenden Sie sich gleich direkt an die KinderStadt.



## LEBENSFREUDE –

### Sozial- und Gesundheitstage on Tour



**Umfangreiche Angebote** rund um das Thema Gesundheit, verschiedenste Gesundheitschecks, spannende Vorträge und vieles mehr. Informieren Sie sich auch über **Ihre Jobmöglichkeiten** beim Hilfswerk Kärnten.

#### Weitere Termine:

- Althofen, Kultursaal:  
Freitag, 20. September 2024, 9 bis 19 Uhr
- Feldkirchen, Stadtsaal:  
Freitag, 18. Oktober 2024, 9 bis 19 Uhr  
Samstag, 19. Oktober 2024, 8.30 bis 12 Uhr
- Villach, Bamberg Säle:  
Freitag, 8. November 2024, 15.30 bis 20 Uhr  
Samstag, 9. November 2024, 8.30 bis 12 Uhr

Freitag  
**28. Juni 2024**  
**9-19 Uhr**  
Sozial- & Gesundheitstag im Hilfswerk Kärnten

Landesgeschäftsstelle  
Waidmannsdorfer  
Straße 191  
9073 Klagenfurt  
am Wörthersee

hilfswerk-ktn.at



office@hilfswerk.co.at 050 544 00

In Kooperation mit:





## Eine Gruselgeschichte für die Lehrerin

**Lerntraining.** Durch die einfühlsame und individuelle Betreuung im Lerntraining hat Sara nicht nur ihre Fähigkeiten verbessert, sondern auch eine neue Einstellung zum Lernen entwickelt. Die Hand in Hand durfte sich ein Bild davon machen.



Lerntrainerin Burgi und Sara ziehen seit 3 Jahren an einem Strang.

**S**eit drei Jahren schon sind die 12-jährige Sara aus der Wachau und ihre Lerntrainerin Burgi ein Dreamteam. Ein Mal pro Woche wird die AHS-Schülerin von ihrer Mama Birgit zum Lerntraining mit der ausgebildeten Legasthenie- und Dyskalkulie-Trainerin Burgi Stockinger nach Krems gebracht. Saras Volksschullehrerin war es, die erstmals den Verdacht einer leichten Lernschwäche bei dem Mädchen geäußert hat. Kreativität, logisches Denken und auch die Mathematik hingegen sind die Stärken der Schülerin, die als Berufswunsch Archäologin oder aber Konditorin angibt.

### ERSTGESPRÄCH & TESTS

Nach dem Erstgespräch und der anschließenden Austestung mittels Intelligenztest, Anamnesebogen etc. durch eine Klinische- und Gesundheitspsychologin wurde tatsächlich eine Lese-Rechtschreib-Schwäche

festgestellt. Gut für Sara, denn gemeinsam mit Trainerin Burgi hat sie seither auf unterschiedliche Art und Weise an ihren Lernschwächen gearbeitet. „Sie ist viel selbstständiger geworden, zeigt mehr Freude und Motivation, sie arbeitet schneller und hat einfach eine positive Einstellung zum Lernen bekommen. Der Zweier auf die Deutschschularbeit vor kurzem war einfach eine Sensation für uns“, erzählt die Mutter von der positiven Entwicklung ihrer Tochter. Dass das keine Selbstverständlichkeit ist, erklärt Burgi: „Ganz oft in meiner Tätigkeit ist das Ergebnis anhand von Noten nicht sofort, oder in manchen Fällen auch nie, erkennbar. Dann freut mich das umso mehr.“ Burgi Stockinger ist eine Trainerin mit 16-jähriger Erfahrung. Man spürt im Gespräch, wie sie ihre Arbeit liebt und wie sehr ihr ihre Schützlinge am Herzen liegen. Sie geht auf jedes Kind individuell ein. Als „Eisbrecher“ stehen oft Scrabble

und sonstige Lernspiele auf dem Programm. „Unschlagbar sind die Kinder beim Memory, aber zum Glück bin ich eine gute Verliererin“, lacht die begeisterte Hobbyschlagzeugerin. „Sie ist einfach sehr nett, unglaublich geduldig und kann so gut erklären“, streut Sara ihrer Lerntrainerin Rosen.

### ETAPPENZIEL STECKEN

Viele Kinder würden mit Konzentrations- und Aufmerksamkeitsstörungen zu ihr ins Training kommen. Oft bringen die Kinder auch bereits einen ersten Schulbefund mit. Überhaupt sei es wichtig, dass alle an einem Strang ziehen – das Kind, die Eltern, die Schule und ich als Trainerin. „Meinen Ansatz bezeichne ich gerne als den ‚Weg der kleinen Schritte‘. Ich freue mich mit jedem einzelnen Kind, wenn es sich individuell, ganz in seinem eigenen Tempo, weiterentwickelt“, beschreibt Burgi die schönen Erfolgsmomente in ihrem Beruf. „Ich schaue ganz gezielt, wo liegen die Interessen des Kindes, und baue meine Methoden darauf auf. Oft liegt es daran, dass ein Kind schlicht überfordert ist, wenn es in der Schule Schwierigkeiten hat oder ganz einfach nicht will. Das braucht Zeit, Geduld und die richtige Lerntechnik“, erläutert Burgi. Für sie sei es immens wichtig, die kleinen Erfolge hervorzuheben. Das stärke das Selbstbewusstsein des Kindes und sporne an zum Weitermachen. Und was hat es jetzt mit der Gruselgeschichte auf sich? Eine ebensolche hat die kreative und fantasievolle Sara trotz ihrer Lese-Rechtschreib-Schwäche für ihre Lehrerin verfasst. Auch Lesen ist zu ihrer großen Leidenschaft geworden – und sie zu einem echten Harry-Potter-Fan. ■



Ein Lernspiel zum Start ist der optimale Einstieg in die Lernstunde.



## GUT ZU WISSEN

### WAS IST LEGASTHENIE?

Legasthenie ist eine spezifische Lernschwäche im Bereich des Lesens und der Rechtschreibung, die trotz normaler Intelligenz und angemessener Lernmöglichkeiten auftritt. Personen mit Legasthenie haben Schwierigkeiten, Buchstaben und Wörter zu erkennen, flüssig zu lesen oder Rechtschreibregeln anzuwenden. Eine frühzeitige Diagnose und gezielte Unterstützung kann Betroffenen helfen, ihr volles Potenzial zu entfalten.

### WAS IST DYSKALKULIE?

Dyskalkulie ist eine spezifische Lernstörung im mathematischen Bereich. Betroffene können Probleme beim Rechnen, Zahlenverständnis, der Raumorientierung und dem Erlernen mathematischer Fakten haben. Diese Schwierigkeiten können trotz normaler Intelligenz und angemessener Lernmöglichkeiten auftreten. Eine frühzeitige Identifizierung und gezielte Unterstützung können helfen, die Auswirkungen der Dyskalkulie zu mindern und den Betroffenen ein erfolgreiches Lernen in Mathematik zu ermöglichen.

Ein eingespieltes Team – jedes Kind erhält die maßgeschneiderte Unterstützung, die es gerade benötigt.



# Gemeinsam besser lernen

**Birgit Friedl** über individuelle Unterstützung beim Lernen. Wir sprachen mit der Leiterin des Bereichs „Lernen und Integration“ im Hilfswerk Niederösterreich.



**Birgit Friedl**

Leiterin des Bereichs  
„Lernen und Integration“  
im Hilfswerk Niederösterreich

**HAND IN HAND:** Was bieten Sie im Lerntaining an?

**BIRGIT FRIEDL:** Wir begleiten die Kinder sehr individuell, ganz nach den unterschiedlichen Bedürfnissen. Wir unterstützen ganzheitlich und ziehen auch Aspekte wie die Selbstorganisation, den Lerntyp, die Selbstständigkeit, Frustrationstoleranz und das Durchhaltevermögen des Kindes mit ein.

Im Lerntaining werden auf Basis einer vertrauensvollen Beziehung die Fähigkeiten des Kindes gefördert und sein Selbstvertrauen gestärkt. Persönliche und familiäre Gegebenheiten sowie das soziale Umfeld werden dabei besonders berücksichtigt. Im Rahmen des Lerntainings wird das Kind individuell, regelmäßig und längerfristig von qualifizierten

Trainerinnen und Trainern begleitet. Gerade durch diese kontinuierliche Betreuung wird eine gute Vertrauensbasis aufgebaut. Sie vermittelt den Kindern Sicherheit und Orientierung. Dies sind ganz wichtige Faktoren, um das Lernen gut zu meistern. Die Freude und der Spaß dürfen auch nicht zu kurz kommen. Wir versuchen, das Lerntaining möglichst spannend, lustig und interessant zu gestalten. Unser Ziel ist es, positive Lernerfahrungen zu fördern, den Druck dadurch etwas herauszunehmen und das Lernen mit überwiegend positiven Gefühlen zu verknüpfen.

**Wie läuft so ein Lerntaining ab?**

Die Eltern kommen mit dem Kind zur ersten Einheit. Wir besprechen dann gemeinsam, wo das Problem liegt und was wir erreichen wollen.

Besonders wichtig ist uns ein niederschwelliger, spielerischer Zugang. Als „Eisbrecher“ setzen wir oft ein passendes Lernspiel ein. Wir beraten Eltern auch, wie sie selbst ihr Kind beim Lernen unterstützen können, und geben konkrete Tipps, wie zum Beispiel zur Leseförderung. In manchen Fällen – wenn das ausdrücklich gewünscht ist – vernetzen wir uns auch mit den Lehrer\*innen.

### Welche Ausbildung haben die Lerntrainerinnen und Lerntrainer?

Sie alle haben soziale, pädagogische oder psychologische Grundberufe, die viele mit Zusatzausbildungen als Legasthenie- und Dyskalkulietrainer\*in kombinieren.

### Gibt es ein Erlebnis, das Sie besonders beeindruckt hat?

Ein Mädchen ist mir noch in guter Erinnerung. Sie hatte in Deutsch große Schwierigkeiten und damit verbunden auch in einigen anderen Fächern. Für die gesamte Familie war es damals eine unglaublich schwierige Zeit, als die Tochter unter diesen massiven Lernproblemen gelitten hat. Wir haben intensiv miteinander gearbeitet und das Mädchen hat es dann tatsächlich geschafft. Sie beendete nicht nur Haupt- und Fachschule, sondern absolvierte die Ausbildung zur Dipl. Gesundheits- und Krankenpflegerin und entschied sich nach der Studienberechtigungsprüfung auch für ein berufsbegleitendes Studium. Das macht nicht nur das Mädchen selbst und ihre Familie, sondern auch mich unglaublich stolz und bestätigt unsere Arbeit.

An einen Burschen kann ich mich auch noch sehr gut erinnern. Wir

hatten es mit einer sehr schwierigen Familiensituation zu tun. Die Kinder waren viel alleine und auf sich gestellt, es gab auch viel Streit mit der älteren Schwester. Der Bursche hatte überhaupt keine Lernmotivation. Zu Beginn ließ er mich seine „Unlust“ nur allzu gut spüren. Mit der Zeit merkte er jedoch, dass es ein gutes Gefühl ist, wenn die Hausaufgaben erledigt sind. Die ersten schulischen Erfolge und positiven Lernerlebnisse stellten sich dann nach und nach ein. Vor einer Matheschularbeit war er beim Üben gar nicht zu bremsen – ich musste mit ihm zig Beispiele üben. Stolz präsentierte er mir danach sein Ergebnis – er hatte tatsächlich einen Einser geschafft. Es war wirklich eine tolle Entwicklung, und aufgrund seines guten Zeugnisses konnte er seinen Traum, eine Kfz-Mechaniker-Lehre, verwirklichen.

Aber es sind nicht nur „große“ Geschichten, die mich bestärken. Bei vielen Schüler\*innen sind es die kleinen, individuellen Schritte, die jedes einzelne Kind stärkt und ein Stück weit weiterbringt.

**Herzlichen Dank für das Gespräch! ■**

**„Es ist immer ganz besonders, wenn man plötzlich auf der Straße von einer – oft bereits erwachsenen – Person angesprochen wird, die sich überschwänglich für die Lernunterstützung von damals bedankt.“**

Das Lerntraining dient dazu, die (Lern-)Schwächen aufzuspüren und das Kind dementsprechend zu fördern.





### KEEP BALANCE



**Martina Genser-Medlitsch**

Klinische und  
Gesundheitspsychologin  
bei KEEP BALANCE

## KINDER BEGLEITEN UND STÄRKEN

Wenn es um das eigene Kind geht, haben viele Eltern das Ziel, alles richtig zu machen. Jeder will sein Kind frühzeitig und bestmöglich fördern. Es soll schließlich ein glücklicher Mensch werden und sein ganzes Potenzial entfalten können. Aber wie viel Förderung ist eigentlich genug? Bin ich zu früh oder gar schon zu spät dran? Wie finde ich da die richtige Balance?

- Nehmen Sie Ihre eigenen Wahrnehmungen und Gefühle ernst – niemand kennt Ihr Kind besser als Sie selbst.
- Stärken Sie Ihr Vertrauen in die Entwicklungskraft Ihres Kindes – das ist die beste Basis für die Beziehung zu Ihrem Kind.
- Auch Eltern müssen nicht perfekt sein – seien Sie authentisch, mit Mut zur Lücke und Unvollkommenheit.
- Kinder lernen am meisten durch Nachahmung – seien Sie daher ein förderliches Vorbild für sie.

Das Wichtigste aber ist emotionale Geborgenheit und eine liebevolle Umgebung, denn sie sind das Fundament für eine positive, gesunde Entwicklung.

KEEP BALANCE, das Hilfswerk-Programm zur Mitarbeiterunterstützung. Bietet professionelle Beratung für Fragen rund um Arbeit, Familie und andere Herausforderungen des Lebens. Vertraulich, verlässlich und unkompliziert. Für Arbeitgeber, denen die (mentale) Gesundheit ihrer Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter am Herzen liegt.

[keepbalance.hilfswerk.at](https://www.KeepBalance.hilfswerk.at)



Von links: Bogdan Roščić (Staatsopern-Direktor), Lisa Zuckerstätter (ORF), Peter Kaiser (Rotes Kreuz), Elisabeth Anselm (Hilfswerk Österreich) und Pius Strobl (ORF) bei der Scheckübergabe.

## Ein Walzer für den guten Zweck

**Scheckübergabe.** Beim diesjährigen Opernball wurde für die Initiative „Österreich hilft Österreich“ (ÖHÖ) wieder eine beeindruckende Summe gespendet.

Auch in diesem Jahr stellte sich der Opernball – in Kooperation mit dem ORF – verstärkt in den Dienst der sozialen Verantwortung und Solidarität. Die im Rahmen eines sogenannten Solidaritätsaufschlages auf die Ballkarten lukrierte Summe kommt heuer wieder der Initiative „Österreich hilft Österreich“, dem Zusammenschluss der größten Hilfsorganisationen des Landes, zugute. „Dadurch können zahlreiche Projekte für unsere Kinder und Jugendlichen umgesetzt werden – von maßgeschneiderten Lerntrainings bis hin zu psychosozialer Unterstützung“, betont Elisabeth Anselm die Wichtigkeit des Projekts.



# Rätsel für Jung und Alt

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

**Ja, ich möchte ein Exemplar „Kommen Sie näher“ gewinnen.**

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

Vorname: .....

Name: .....

Straße/Hausnr.: .....

PLZ/Ort: .....

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

Unsere Rätselseite von Gedächtnistrainer Mag. Martin Oberbauer. Finden Sie die Lösung und gewinnen Sie ein Exemplar von „Kommen Sie näher“ von Peter Simonischek mit Saskia Jungnikl-Gossy.

## 1 2024 – DAS JAHR DER KAMELE

Wie oft finden Sie in der Buchstaben-schlange von links nach rechts das Wort KAMEL?

KALEMALKAMELKALMELKALMEL  
KAMELAALKAAMELLAKKAMEELKAM  
LELKAMELKAMMELALKAEMLLAKE  
MALKAMELLEKAMALEKAMELAKAL  
ALKALMELKELAMAKELKAMELKE  
LMALKELLEMAKLALMLALLKAMELL  
LAKLAMELLAKELKAMELEAKLAME  
KAMELKALEMALKELKAMELAEMEK

## 2 KARAWANE

Eine Karawane, bestehend aus 431 Kamelen, bricht von Karawanserei A zu Karawanserei B auf. Wenn jedes Kamel von der Schnauze bis zum Hinterteil 3,2 Meter lang ist und die Kamele ohne Abstand unmittelbar hintereinander gehen (vgl. Bild bei Aufgabe 3), wie weit ist dann das letzte Kamel mit seiner Schnauze vom Zielort B entfernt, wenn das erste Kamel mit seiner Schnauze den 43,1 Kilometer entfernten Ort erreicht?

## 3 TRAMPELTIER-LOGIK

Welche Zahl fehlt?



### AUFLÖSUNG AUS DEM LETZTEN HEFT

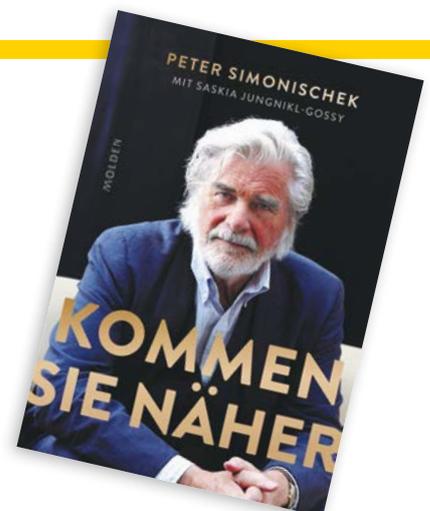
- 2400** Ja, 2400 wird ein Schaltjahr, weil es ohne Rest durch 400 teilbar ist.
- Schaltjahre** a. Das Jahr 1994 war kein Schaltjahr. B. 16 Mal.
- Unendlich?** Lösungen sind z. B. Druckluft – Luftfahrt – Fahrtkosten – Kostenfrage – Fragewort – Wortschatz – Schatzkammer – Kammerjäger

### BUCHTIPP: Kommen Sie näher

Peter Simonischek war Schauspieler mit Leib und noch mehr Seele. Sein Jedermann hat die Herzen berührt, als Toni Erdmann wird er unvergesslich bleiben. Nun ist das Buch „Kommen Sie näher“ seine letzte Bühne geworden. In sehr persönlichen Gesprächen hat die Autorin

und Journalistin Saskia Jungnikl-Gossy sein Vermächtnis und seinen Blick auf die Welt aufgezeichnet – wahrhaftig und berührend.

Peter Simonischek mit Saskia Jungnikl-Gossy  
**Kommen Sie näher**  
ISBN 978-3-222-15120-0  
Molden Verlag 2023



# Humanitäre Hilfe

**Krisengebiete.** Das Hilfswerk International leistet bei akuten Krisen wie in der Ukraine oder in Syrien humanitäre Hilfe. Heinz Wegerer ist Nothilfekoordinator und bewahrt selbst in Katastrophensituationen einen kühlen Kopf. Im folgenden Interview gibt er Einblicke in die Umsetzung humanitärer Hilfsprojekte.



Wenn man alles verloren hat, ist die Hilfe von außen von größter Bedeutung.

**HAND IN HAND:** Was genau ist humanitäre Hilfe?

**HEINZ WEGERER:** Humanitäre Hilfe ist die sofortige und bedarfsorientierte Reaktion auf akute Notlagen, verursacht durch Naturkatastrophen, bewaffnete Konflikte oder Ausnahmesituationen. Im Gegensatz zur Entwicklungszusammenarbeit konzentriert sie sich auf unmittelbare Bedürfnisse wie Nahrung, Wasser, medizinische Versorgung, Unterkunft und Schutz.

**Wie hilft Hilfswerk International bei einer Katastrophe?**

Jede Krise ist individuell. Auch die Bedürfnislage der betroffenen Menschen ist von Krise zu Krise unterschiedlich und hängt unter anderem von den Ressourcen lokaler Akteure

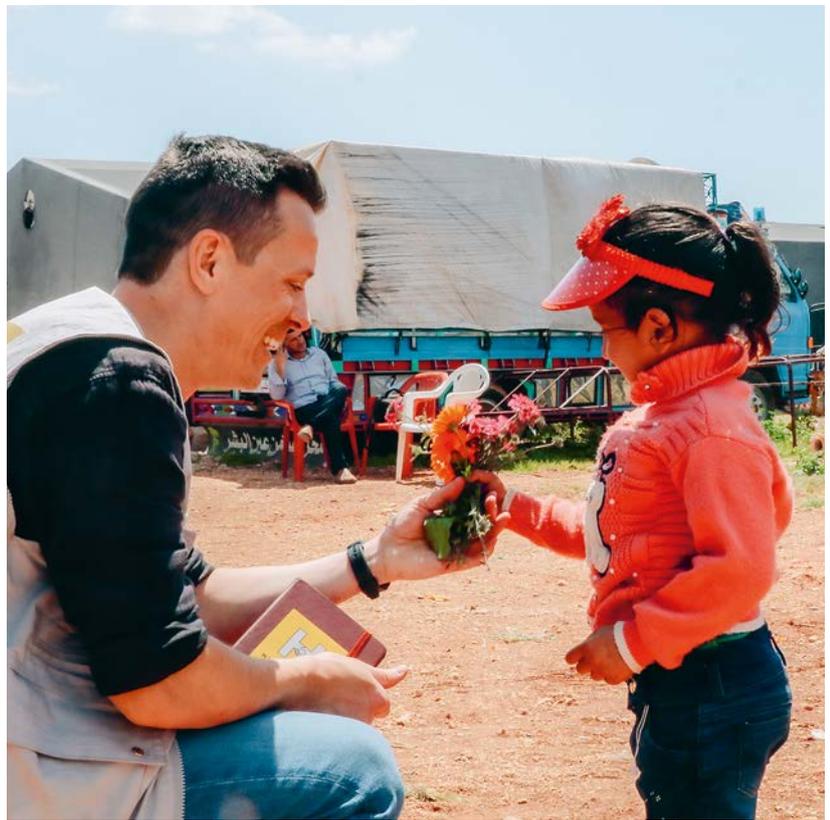
wie Behörden, der Zivilbevölkerung und anderen Organisationen ab. Wir bieten üblicherweise Notunterkünfte, Lebensmittel, Hygieneartikel, kümmern uns um die Wasser- und Sanitärversorgung und stellen medizinische Versorgung und psychosoziale Unterstützung zur Verfügung.

**Wie stellen Sie sicher, dass die Hilfe bei den Menschen ankommt?**

Wir als Hilfswerk International sind sehr nahe an den betroffenen Menschen dran. Uns ist es wichtig, möglichst rasch persönlich vor Ort zu sein, um die Situation bestmöglich einschätzen zu können. Im Wesentlichen sind es drei Maßnahmen, die dafür sorgen, dass die richtige Hilfe bei den Menschen ankommt: Bedarfsanalysen vor Ort, enge Zusammenarbeit mit lokalen



Auch wenn das Ausmaß der Zerstörung riesig ist, ist das Team vor Ort für die Menschen da.



„Es sind die kleinen Gesten, die unseren Einsatz so sinnvoll und erfüllend machen.“

Organisationen und kontinuierliche Überwachung der Aktivitäten. Ich persönlich bin jedoch der Meinung, dass es am wichtigsten ist, sich selbst vor Ort ein Bild der Lage zu machen und auch mit Fortschreiten der Krise möglichst nahe an den betroffenen Menschen zu sein, um eine würdevolle und bedarfsgerechte Hilfe zu gewährleisten.

### Was ist die größte Herausforderung?

Erfahrungsgemäß gibt es in humanitären Krisen zwei besonders große Belastungsproben. Erstens müssen wir in der Lage sein, unsere Hilfe flexibel und schnell anzupassen, da sich der Kontext in der humanitären Hilfe meist sehr dynamisch verändert. Zweitens ist es oft sehr schwierig, nach Abklingen der unmittelbaren

medialen Aufmerksamkeit die nötigen finanziellen Ressourcen zu beschaffen, um die so wichtige Hilfe so lange wie nötig aufrecht erhalten zu können.

### Was ist das Ziel von humanitärer Hilfe?

Das Ziel von humanitärer Hilfe ist es, das Leid der betroffenen Menschen zu lindern, ihre Lebensbedingungen zu verbessern und ihre Widerstandsfähigkeit zu stärken.

**Herzlichen Dank für das Gespräch! ■**



# 70. Geburtstag unserer Präsidentin

Am 28. Februar 1954 – es war damals ein Faschingssamstag – erblickte Elisabeth Pichler das Licht der Welt.

Ihr Geburtstag mitten im Fasching hat sie geprägt, noch immer liebt und lebt sie das bunte Treiben. So bunt wie der Fasching ist auch ihr Gemüt, mit immer guter Laune, für die Menschen vor Ort da, immer ein nettes Wort auf den Lippen und ein großes soziales Herz, so macht Elisabeth

Scheucher-Pichler das Hilfswerk Kärnten seit über 26 Jahren als Präsidentin zum großen „WIR“.

Wir möchten auf diesem Wege nochmal recht herzlich gratulieren, wünschen viel Gesundheit und hier ein kleiner Einblick in die Feierlichkeiten. ■

**1** Traditionell lädt Präsidentin Elisabeth Scheucher-Pichler rund um ihren Geburtstag zum Heringsschmaus in der Landesgeschäftsstelle des Hilfswerk Kärnten.

**2** Der Vorstand des Hilfswerk Kärnten mit den Geschäftsführer\*innen: Walter Zemrosser, Andrea Biro-Unzeitig, Susanne Hager, Horst Krainz, Elisabeth Scheucher-Pichler, Kathrin Partl und Hannes Lora (nicht am Bild Rudi Dörflinger und Brigitta Prohazka)

**3** Die Führungskräfte des Hilfswerk Kärnten schenken der Präsidentin eine Eiche mit gravierten Herzen aus Glas, gefertigt von der Glaserei Starzacher. Die Eiche soll symbolisch für die Kraft und Stabilität stehen, die unsere Präsidentin im Hilfswerk widerspiegelt.

**4** Qualitätsmanagerin Sieglind Holzner gab einen selbstgedichteten Poetry Slam anlässlich des Geburtstags zum Besten.

**5** Auch der Klagenfurter Bürgermeister ließ es sich nicht nehmen, persönlich mit Glückwünschen zum 70-jährigen Jubiläum vorbeizukommen.



# Mein Leben

Mehr wissen,  
besser leben!



Für alle, die mehr  
vom Leben wollen!

Ihr Abo  
jetzt für nur  
€ 19,40/Jahr

inkl. Porto

4 Ausgaben jährlich.  
Kündigung mit 4 Wochen Frist  
zum Jahresschluss

Da ist mehr für Sie und IHR LEBEN  
drin! MEIN LEBEN bietet umfassende  
und kompetente Informationen zu  
den Themen Diabetes und gesunden  
Lebensstil – 4 x im Jahr als gedruckte  
Ausgabe, jederzeit auf unserer Website  
und zusätzlich noch regelmäßig mit  
unserem Newsletter MEIN LEBEN plus.

[www.meinleben-diabetes.at](http://www.meinleben-diabetes.at)

 /meinlebendiabetes

 /diabetes\_vital



Aus der Serie  
MIT DER  
SPRACHE DER  
BLUMEN



MÜNZE  
ÖSTERREICH

# DENK AN MICH



## Die Münze „DAS VERGISSMEINNICHT“

Eine wunderschöne Blume als wunderschönes Geschenk für einen wunderschönen Menschen. Mit ihr möchte ich meinen größten Wunsch kundtun: Vergiss mich nicht! – Auf der Münze hat ein echtes Vergissmeinnicht seinen detailtreuen Abdruck hinterlassen. Mehr auf [muenzeoesterreich.at](https://muenzeoesterreich.at)

MÜNZE ÖSTERREICH – ANLEGEN. SAMMELN. SCHENKEN.