

02 | 2023

# HAND IN HAND

Mein Hilfswerk Magazin



HILFSWERK

## COMMUNITY NURSING

Nah für dich.

Da für dich.

Seite 12

## ÖSTERREICH HILFT ÖSTERREICH

Scheckübergabe

Seite 22

## MEIN HILFSWERK

Neue Broschüren

Seite 23

# Für die Liebsten sorgen

PFLEGENDE ANGEHÖRIGE  
ENTLASTEN

Seite 4



# #füreinandersorgen



**Wir sind in ganz Österreich für Sie da. Immer und überall.**

Online auf [wienersaetdtische.at](http://wienersaetdtische.at), telefonisch und natürlich auch persönlich.

**Ihre Sorgen möchten wir haben.**

**WIENER**   
**STÄDTISCHE**  
VIENNA INSURANCE GROUP



## Editorial

### LIEBE LESERINNEN, LIEBE LESER,

Wir freuen uns, mit unserer „Hand in Hand“ wieder über Neuigkeiten im Hilfswerk Salzburg informieren zu dürfen. Unsere Coverstory legt dieses Mal den Fokus auf pflegende Angehörige. Welchen Herausforderungen sie oft gegenüberstehen und welche konkreten Hilfestellungen es gibt, erfahren Sie auf Seite 4–9.

Zudem informieren wir auf Seite 12–13 über das österreichweite Pilotprojekt „Community Nursing“ und wie dieses in Salzburgs Gemeinden wirkt. Das Hilfswerk ist nicht nur für ältere Menschen, sondern im Rahmen unterschiedlicher Betreuungsangebote auch für Kinder und Jugendliche da. Einen Einblick in Jugendarbeit in Salzburg geben wir auf Seite 19.

Weiters dürfen wir mit der vorliegenden Ausgabe wieder über gesellschaftliche und soziale Themen in Salzburg berichten. Aufgrund der aktuellen Situation ist das Hilfswerk seit Ende letzten Jahres wieder im Bereich der Flüchtlingshilfe aktiv. Dabei wurden kürzlich – in Kooperation mit der Salzburg Wohnbau – auch Quartiere im Pinzgau geöffnet. Mehr dazu erfahren Sie auf Seite 20.

Bedanken möchten wir uns gegen Ende hin bei all jenen Menschen und Unternehmen, die uns und unsere Arbeit mit Spenden unterstützen. Seien es Sachspenden wie jene, die durch die Lions-Spendenaktion gesammelt wurden (Seite 21), oder Zeitspenden, wie sie ein langjähriger Essen-auf-Rädern-Fahrer im Tennengau leistet (Seite 32).

Wir wünschen eine interessante Lektüre und einen schönen Start in den Sommer!

Mag. Hermann F. Hagleitner, MBA  
Geschäftsführer Hilfswerk Salzburg

# 4

## IM FOKUS

Pflegende Angehörige

# 12

## ÄLTERWERDEN & GESUNDHEIT

Community Nursing

# 18

## KINDHEIT & JUGEND

Neugierig ins Leben

# 34

## MEIN HILFSWERK

Große Hilfe, ganz nah

Cornelia Skofitsch tankt Energie in ihrem Garten.

# Achtsam mit sich selbst – stark für andere sein

**Fast eine Million Menschen sind in Österreich in die Pflege und Betreuung eines nahen Angehörigen eingebunden.** Viele von ihnen meistern diese Aufgabe neben ihrer Berufstätigkeit oder sind selbst schon in einem höheren Alter. Wir werfen daher heute einen Blick auf Unterstützungsangebote für pflegende Angehörige.

**W**elche Hilfestellung benötigen jene Menschen, die sich nicht nur in den Dienst ihrer Liebsten stellen, sondern auch in den Dienst der Gesellschaft? Wirft man nämlich einen Blick auf die Zahlen, dann wird schnell klar, dass pflegende und sorgende Angehörige 10% der österreichischen Bevölkerung ausmachen. Somit spielen sie auch gesellschaftspolitisch eine wichtige Rolle.

Knapp jede vierte Familie in Österreich ist mit der Problematik von Hilfs- oder Pflegebedürftigkeit unmittelbar konfrontiert. Ca. 84% der Pflegegeldbezieher/innen leben zu Hause und werden größtenteils von Familienmitgliedern gepflegt.\* Eine dieser pflegenden Ange-

hörigen ist die Kärntnerin Cornelia Skofitsch, die liebevoll ihre 90-jährige Schwiegermutter Amalia mehrmals täglich unterstützt.

## **SCHWIERIGER SPAGAT**

Die Pflege eines nahen Angehörigen zu Hause findet oft im Spannungsfeld zwischen einer Berufstätigkeit, der Care-Arbeit für die Familie sowie der Betreuung der Pflegebedürftigen statt. Neben organisatorischen und oft auch finanziellen Fragen sowie den körperlichen Belastungen ist die Betreuung im häuslichen Umfeld meist auch eine besonders emotionale Situation. Drei Gründe sind ausschlaggebend für die Betreuung eines Angehörigen, fasst Sabine Maunz, Pflegeleiterin des Hilfswerk Österreich, zusammen: >>





## BUCHTIPP

### **Der Pflege-Ratgeber**

Pflegeheim – 24-Stunden-Betreuung –  
Erwachsenenvertretung – Vorsorge-  
vollmacht – Unterstützung für pflegende  
Angehörige (Ausgabe Österreich); Linde  
Verlag 2023, ISBN-13: 978-3709306987





**Othmar Karas**  
Präsident Hilfswerk Österreich

„Die Gestaltung des Lebensabends muss eine Frage des Herzens sein. Das Hilfswerk setzt sich daher für ein Pflegesystem ein, das die Bedürfnisse der Betroffenen und Angehörigen konsequent in den Mittelpunkt stellt. Denn es darf nicht sein, dass die Entscheidung für ein Älterwerden zu Hause – das wünscht sich im Übrigen die überwiegende Mehrheit der Österreicher/innen – mit erheblichen finanziellen und persönlichen Nachteilen verbunden ist. Mir geht es um Fairness bei den Optionen zur Gestaltung des Lebensabends. Nur so können wir den Menschen eine echte Wahlfreiheit einräumen.“



Cornelia und Schwiegermutter Amalia sind ein eingespieltes Team – auch bei der Blutdruckkontrolle.



» » „Einerseits sind es die starke Loyalität und das Verantwortungsbewusstsein zum Pflegebedürftigen, weiters spielt der soziale Druck eine wichtige Rolle und drittens auch ein schlechtes Gewissen, das sich über Jahre hin, z.B. zwischen Eltern und Kind, aufbauen kann.“ Betreuung bedeutet in vielen Fällen Einsatz rund um die Uhr und das oft über einen langen Zeitraum ohne echte Pausen. Die Pflege beinhaltet außerdem eine ganze Reihe an – teilweise auch neu zu erlernenden – Tätigkeiten, die von der Körperpflege, dem täglichen Einkauf, Arztbesuchen, unzähligen organisatorischen Angelegenheiten über Gespräche und Spaziergänge bis hin zu pflegerischen Aufgaben, wie der Wundversorgung, gehen. Anders als bei professionellen Pflege-

kräften, die gelernt haben, eine schützende emotionale Distanz aufzubauen, müssen pflegende Angehörige erst lernen, mit den psychischen und körperlichen Belastungen zurechtzukommen.

Wer sich rund um die Uhr um eine pflegebedürftige Person kümmert, für sich selbst kaum Zeit zur Verfügung hat, finanzielle oder sonstige Probleme hat, kann leicht an seine persönlichen Grenzen kommen. Jeder Mensch reagiert dann individuell auf diesen Stress. Manche Menschen haben Schlafstörungen, Kopfschmerzen oder Verdauungsprobleme, andere haben vermehrt Ängste, einige ziehen sich sozial komplett zurück, andere reagieren mit Gefühlen wie Ärger oder Traurigkeit.



Bezirksleiterin Carmen Brezlan hat immer ein offenes Ohr für Cornelia Skofitschs Anliegen.

## UNTERSTÜTZUNG ANNEHMEN

Daher ist es wichtig zu wissen, dass es professionelle Unterstützung gibt – sowohl für psychosoziale als auch für Pflegethemen – und es keine Schande oder kein Zeichen von Schwäche ist, diese Unterstützung auch anzunehmen. Manchmal ist ein psychologisches Gespräch zur rechten Zeit besonders hilfreich. Auch die Möglichkeit, seine Erfahrungen unter Gleichgesinnten auszutauschen, wie zum Beispiel in Selbsthilfegruppen oder Klubs, kann sehr entlastend sein. Im stressigen Alltag fühlt man sich mit der neuen Pflegesituation und seinen zahlreichen Herausforderungen schnell alleingelassen. Fachliche Unterstützung und Entlastung finden Sie unter anderen bei der „Pflegerberatung“ des



## ANGEBOTE

### HILFSWERK ANGBOTE FÜR PFLEGENDE UND SORGENDE ANGEHÖRIGE

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

- Mobile Dienste (Heimhilfe, Hauskrankenpflege)
- Mehrstündige Tagesbetreuung
- Tageszentren
- Seniorenheime
- 24-Stunden-Kurz- und Langzeitbetreuung
- Pflegeberatung
- Psychosoziale Beratung
- Diverse Kurse
- Vernetzung mit anderen pflegenden und sorgenden Angehörigen
- Facebook-Gruppe für pflegende Angehörige
- Besuchs- und Begleitdienste
- Essen auf Rädern
- Notruftelefon
- Informations- und Servicematerialien (siehe dazu Seite 10)
- u.v.m.

Erkundigen Sie sich nach den Angeboten beim Hilfswerk in Ihrer Nähe!

Über **www.hilfswerk.at** oder unsere **Hotline für pflegende Angehörige 0800 640 660 (Montag bis Donnerstag 9–16 Uhr und Freitag 9–12 Uhr)** und unsere **Service Hotline 0800 800 820** (kostenfrei aus ganz Österreich)

»» **Hilfswerks** – wobei der Begriff „Pflegeratung“ nicht die ganze Palette an Themen abbildet, die eigentlich angeboten wird. Auch Fragen zu Pflegegeld, Sicherheitsthemen, Hilfsmitteln im Haushalt, (arbeits-)rechtlichen oder finanziellen Angelegenheiten u.v.m. werden von den Expertinnen und Experten beantwortet.

### **ACHTSAM MIT SICH SELBST SEIN**

Was kann ich aber sofort und ohne großen Aufwand tun, um mich emotional und körperlich zu entlasten? Schaffen Sie sich täglich kleine Auszeiten, die Sie in den Tagesablauf einbauen können, wie z.B. Spaziergehen, Lesen oder ein heißes Bad. Treffen mit

Freundinnen und Freunden helfen, die Situation mit etwas Abstand, vielleicht auch aus einem anderen Blickwinkel, zu sehen.

### **BEZIEHUNGEN IM WANDEL**

Psychologisch betrachtet löst eine innerfamiliäre Pflegesituation eine ganze Reihe von Veränderungsprozessen aus, die häufig zu Konflikten führen. Die Situation, als Pflegebedürftige/r plötzlich auf Hilfe angewiesen zu sein, lässt etablierte Rollen in der Familie leicht ins Wanken geraten. Sabine Maunz empfiehlt hier, nicht jeden Konflikt oder Äußerung einer(s) Angehörigen persönlich zu nehmen. Häufig sei man nicht „Auslöser“ des Gewitters, sondern nur der „Blitzab-



## Wieder zu Kräften kommen bei Mangelernährung & Schluckstörung



➤ **Resource®** Trinknahrungen – Für eine energie- und nährstoffreiche **Ernährung**. Gebrauchsfertige Drinks mit exzellentem Geschmack bei krankheits- und altersbedingter Mangelernährung.



➤ **ThickenUP® clear** – Für mehr Freude am Essen und Trinken. Amylaseresistentes, ergiebiges und geschmacksneutrales Eindickungspulver für sicheres Schlucken.

### Risiko-Test in nur 5 Minuten für ...

- **Mangelernährung:** MNA (Mini Nutritional Assessment)
- **Schluckstörung:** EAT-10 (Eating Assessment Tool)

kostenlos durchführen unter:  
[www.nestlehealthscience.at](http://www.nestlehealthscience.at)

### Erhältlich in allen Apotheken!

Für gratis Informationsmaterial kontaktieren Sie uns unter: [office.nhs@at.nestle.com](mailto:office.nhs@at.nestle.com)



leiter“. Auch hat die Pflegeleiterin des Hilfswerks bessere Erfahrung damit, sich in schwierigen Situationen eher abzugrenzen und vielmehr Toleranz und Akzeptanz zu zeigen als mit Beharren und Belehren. „Ein fürsorglicher Umgang und das Setzen von Grenzen schließen einander nicht aus“, erläutert die Expertin. Wer früh genug Profis am Pflege- und Betreuungsgeschehen mitwirken lässt, lässt, sorgt rechtzeitig für seine Liebsten und auch sich selbst vor. ■

\* Quelle Zahlen: BMSGPK (Hg.) (2018): Angehörigenpflege in Österreich. Universität Wien

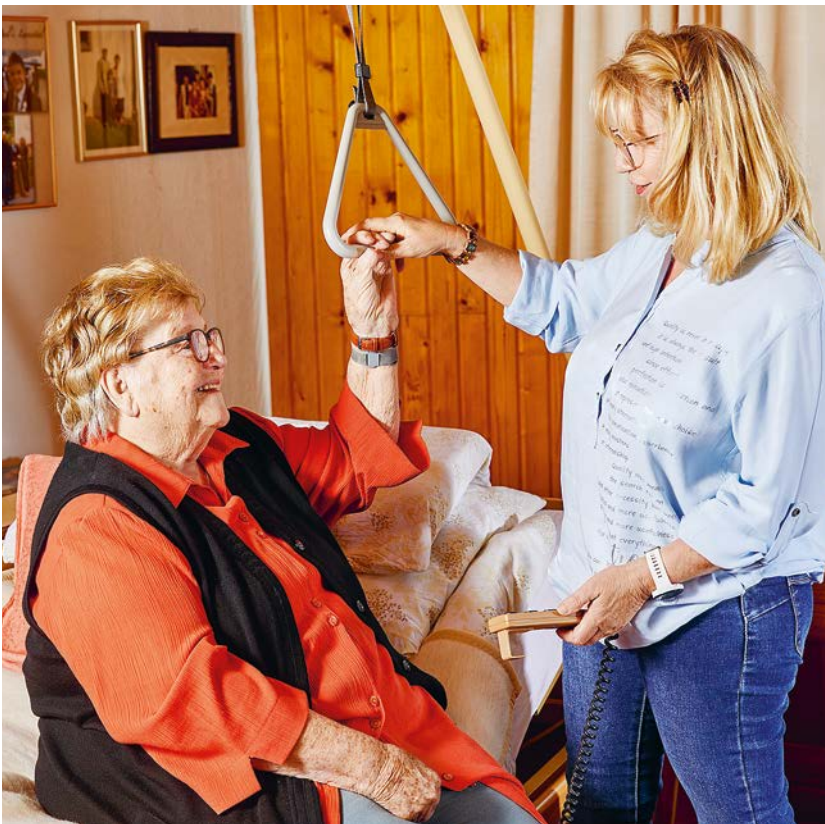


**Sabine Maunz**

Klinische und Gesundheitspsychologin,  
Fachbereichsleitung Pflege und  
Betreuung Hilfswerk Österreich

### Wie schütze ich mich als Pflegende(r) vor einem Burnout?

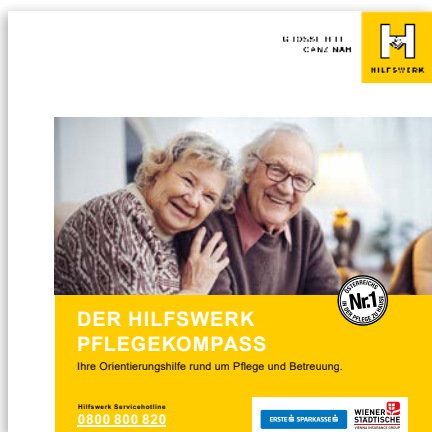
„Jeder hat ein Recht auf ein eigenes Leben. Freiräume bewahren uns davor, selbst unter die Räder zu kommen. Hilfreich sind dabei Maßnahmen, die auch in anderen Lebensbereichen vor Burnout schützen. Kein Mensch arbeitet 365 Tage ohne Verschnaufpause durch. Wichtig ist auch, einmal zu schauen, was ist alles zu tun und was davon kann ich abgeben. Sei es an Hilfsdienste oder innerhalb von Familie oder Freundeskreis. Pflegende Angehörige übersehen das sehr häufig, weil ihnen das Delegieren von Verantwortung schwerfällt. Die Gründe dafür sind vielfältig. Sie reichen von der Angst vor den Kosten, über Bedenken bezüglich der in der Öffentlichkeit ja immer wieder diskutierten Missstände der Fremdbetreuung bis hin zum Vermeiden des schlechten Gewissens, aus egoistischen Gründen die zu Pflegenden im Stich zu lassen. Bedenken Sie bitte: Verantwortung zeitweise bewusst abzugeben, schafft gerade jene Zeit für mich, die es braucht, um wieder Energie zu tanken, um dann wieder für den Angehörigen da zu sein. Scheuen Sie sich daher nicht, rechtzeitig Profis im Pflege- und Betreuungsgeschehen an Bord zu holen, das sorgt für Entlastung, denn in einem Team verteilen sich Verantwortung und Druck auf mehrere Schultern.“



Unterstützung erhält Cornelia Skofitsch 2 Mal pro Woche von einer Heimhilfe: „Ohne das Hilfswerk käme ich rasch ins Burnout.“

# Hilfswerk Ratgeber zum Thema

**Entlastung für pflegende Angehörige.** Für einen Angehörigen zu sorgen kann eine erfüllende, aber auch eine sehr anspruchsvolle Aufgabe sein. Das Hilfswerk informiert Betroffene über Unterstützungs- und Entlastungsmöglichkeiten.

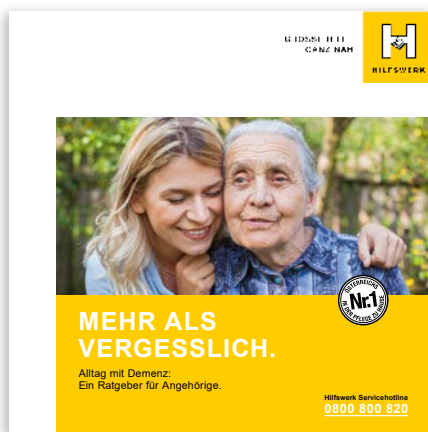


## HILFSWERK PFLEGEKOMPASS

Alles Wissenswerte zum Thema „Pflege“ – inklusive aktueller Pflegegeldzahlen 2023 – erfahren Sie im Pflegekompass. Bestellen Sie ihn jetzt kostenlos über unsere Service Hotline oder unter [pflegekompass.hilfswerk.at](http://pflegekompass.hilfswerk.at)



Der Pflegekompass steht auch online zur Verfügung unter [www.pflegekompass.hilfswerk.at](http://www.pflegekompass.hilfswerk.at) oder über diesen QR-Code.



## MEHR ALS VERGESSLICH. ALLTAG MIT DEMENZ: EIN RATGEBER FÜR ANGEHÖRIGE

Demenz verändert das Leben von Betroffenen und auch von Angehörigen. Mit dieser Broschüre wollen wir Betroffenen Sicherheit geben und Fragen beantworten.

Die Hilfswerk-Aktivitäten und -Servicematerialien werden unterstützt von unseren starken Partnern Erste Bank und Sparkasse, Wiener Städtische, Lotterien, Essity, Bundesministerium für Soziales, Gesundheit, Pflege und Konsumentenschutz sowie Bundeskanzleramt/BM für Frauen, Familie, Integration und Medien.

## WIENER KONTINENZTAG „DICHTER BLASE, G'SUNDER DARM“

**21. Juni 2023, 10.00–17.00 Uhr,**  
Wiener Rathaus, Festsaal  
Mehr Info & Programm:  
[www.kontinenzgesellschaft.at](http://www.kontinenzgesellschaft.at)

# Sicher unterwegs im Sommer

Im Juli und August bietet das Hilfswerk eine spezielle Sommeraktion: bei Neuanschluss eines Notruftelefons sparen Neukundinnen und Neukunden 30 Euro.

**E**s ist so wunderbar, dass man Sicherheit hat und genau weiß, man wird nicht im Stich gelassen“, freut sich eine Notruftelefon-Kundin über ihr neu gewonnenes Sicherheitsgefühl. Die Seniorin kann nun ohne Bedenken viele Tätigkeiten ausführen und ist auch im Sommer sicher unterwegs. Wenn ein Notfall eintritt, ist das Notruftelefon des Hilfswerks DER Schutzengel: Ein Knopfdruck auf den Sender genügt, und sofort wird eine Verbindung zur rund um die Uhr erreichbaren Notrufzentrale hergestellt. Da wichtige Daten der Kundinnen und Kunden vorgemerkt sind, können die Mitarbeiter/innen rasch und gezielt Hilfe organisieren. Egal ob Wochenende, Feiertag oder mitten in der Nacht: binnen kurzer Zeit können die angegebene Vertrauensperson oder die Rettung zur Stelle sein.

Die Inbetriebnahme des Notruftelefons war bei unserer rüstigen Seniorin ganz einfach: Mitarbeiter/innen des Hilfswerks kamen nach Hause, beantworteten in Ruhe alle Fragen, kümmerten sich um den Aufbau und aktivierten das Notruftelefon. Das Mobilteil des Notruftelefons kann übrigens nicht nur über einen Sender am Handgelenk aktiviert werden, sondern auch über ein schickes Amulett.

## AKTION IM FRÜHLING

„Im Sommer will man die Wärme genießen und ist viel draußen. Das Notruftelefon ist also auch für aktive Senioren geeignet, die gerne unterwegs sind und dabei das gute Gefühl der Sicherheit genießen wollen“, bekräftigt Hilfswerk-Präsidentin Michaela Hinterholzer. Deswegen bietet das Hilfswerk im Juli und August eine spezielle Sommeraktion. Bei Neuanschluss eines Notruftelefons gibt es keine Anschlussgebühr – das heißt Neukundinnen und Neukunden sparen 30 Euro.

## INFOS & BESTELLUNG

Ob das klassische Notruftelefon für zuhause oder die mobile Variante: Informationen zum Notruftelefon und Bestellung unter **0800 800 408** oder **www.notruftelefon.at**

## NEU: NOTRUF-UHR MIT ORTUNGSFUNKTION

Die neue, wasserdichte Smartwatch ist einfach zu bedienen und verfügt über ein gut lesbares Display. Mit einfachem Tastendruck wird ein Alarm in der Notrufzentrale ausgelöst und eine Sprechverbindung aufgebaut. Die Uhr ist mit Mikrofon und Lautsprecher ausgestattet, somit ist kein weiteres Gerät zur Kommunikation erforderlich. Die moderne Uhr ist außerdem mit einem Schrittzähler ausgestattet und punktet mit einer Akku-Laufzeit von bis zu 72 Stunden. ■

Sicher unterwegs auch auf dem Balkon oder im Garten – mit dem Notruftelefon können Sie bei Bedarf auf Knopfdruck Hilfe holen.



Bettina Feiel und Magdalena Stolz sind im Lungau in vier der Gemeinden im Einsatz und informieren die Bürger/innen vor Ort.



**Christian Struber**  
Vereinspräsident Hilfswerk Salzburg

„Das Projekt Community Nursing zeigt einmal mehr, wie wichtig es ist, alle Beteiligten vor Ort zu den Themen Gesundheit, Pflege und Betreuung zusammenzubringen. Dem Hilfswerk Salzburg war und ist die regionale Verwurzelung stets ein großes Anliegen – nur so kann man zielgerichtete Unterstützung und Hilfe vor Ort sicherstellen. Das Projekt zeigt erneut die Wichtigkeit der Vernetzung der Betroffenen, der Angehörigen und anderer Partner in der Gemeinde.“

# Community Nursing

**Nah für dich. Da für dich.** Unter diesem Motto sind 17 Diplomierte Gesundheits- und Krankenpflegerinnen des Hilfswerks Salzburg im Rahmen des EU-Projekts Community Nursing tätig. 25 Gemeinden im Bundesland Salzburg werden dabei betreut.

**D**as Ziel des Projekts ist es, den Menschen einen möglichst langen Verbleib zuhause zu ermöglichen. Dies wird nicht nur durch Gesundheitsförderung und Prävention ermöglicht, sondern auch durch eine Steigerung der Gesundheitskompetenz bei den Betroffenen“, so Brigitte Unger, Projektleiterin von Community Nursing im Hilfswerk Salzburg. „Diese Steigerung wird mit Hilfe von Beratung, Information, Schulungen, Organisation und Koordination von Dienstleistungen bis hin zur Vernetzung und dem Austausch mit Gesundheitsdienstleister/innen erreicht.“

Im Fokus stehen persönliche Informations- und Beratungsgespräche mit älteren Menschen bzw. deren

Zugehörigen – sowohl im eigenen Zuhause als auch bei Sprechstunden oder Veranstaltungen. Letztere sind vielfältig: Von Informationsabenden zu Themen wie Ernährung im Alter oder Umgang mit Demenz bis hin zu notariellen Fragen. Zudem sollen gemeinsame Aktivitäten die soziale Integration fördern. Hierzu gehören etwa Senioren- oder Angehörigencafés, Singrunden und aktive Treffen, wie Tanzcafés oder Zumba. Zudem unterstützen die Pflegeexpertinnen bei der Organisation und Koordination von Anträgen wie Pflegegeld oder Hauskrankenpflege.

Um möglichst viele Bürger/innen der Gemeinde zu erreichen, werden Gesundheitstipps über lokale Medien wie Gemeindezeitungen, lokale Schaukästen und Gem2Go-Apps gestreut. ■

# Vernetzung vor Ort

**Als Ansprechpartnerinnen in den Gemeinden** sorgen die Pflegeexpertinnen des Hilfswerks mit ihren unterschiedlichen Veranstaltungen nicht nur dafür, dass die Bürger/innen gut informiert sind, sondern bieten zudem Raum für Angehörige, Seniorinnen und Senioren sowie Interessierte, um sich auszutauschen und Gemeinschaft zu erleben.



## 1 SENIOREN- & ANGEHÖRIGENCAFÉS

Dazu laden Maria Kalkhofer und Verena Lang vom Hilfswerk Salzburg ein. Hier wird sowohl den älteren Menschen als auch als auch pflegenden Angehörigen und in Bergheim ansässigen Personen die Möglichkeit geboten, sich bei Kaffee und Kuchen über diverse Themen unterhalten.

## 2 REGELMÄSSIG DAS TANZBEIN SCHWINGEN

können die Besucher/innen des Tanzcafés in Maishofen. Auch Seniorinnen und Senioren aus den umliegenden Gemeinden nutzen das Angebot. Hier bietet sich die Möglichkeit, sich in geselligem Rahmen auszutauschen und mit den Pflegeexpertinnen Claudia Weiss und Birgit Lemberger ins Gespräch zu gehen. Zudem ist Karin Fahrner in vielen weiteren projektteilnehmenden Gemeinden für Bürgerinnen und Bürger da.



## 3 SCHUTZ VOR KRIMINALITÄT IM INTERNET

ist besonders für die ältere Bevölkerung eine Bedrohung. Christine Riess und Gundula Schöberl-Rieß vom Projekt Community Nursing veranstalteten gemeinsam mit der Polizei Salzburg in Taxenbach einen Vortrag über Cybercrime. Diese Serie soll zu weiteren Themen fortgeführt werden.

# Entlastung und Abwechslung im Alltag

**Seniorentageszentren als Anlaufstelle.** Im eigenen Zuhause alt werden und gleichzeitig gut betreut durchs Leben gehen: Tageszentren bieten Unterhaltung und Gemeinschaft für pflegebedürftige Seniorinnen und Senioren, während Angehörige sich regelmäßig Auszeiten nehmen können. In den Einrichtungen des Hilfswerks werden laufend spannende Projekte, unterhaltsame Aktivitäten und abwechslungsreiche Ausflüge unternommen.



## 1 GESUNDHEIT UND WOHLBEFINDEN

Im Senioren-Tageszentrum Hallein wird beim gemeinsamen Kochen nicht nur eine gesunde Ernährung unterstützt, sondern zudem auch die Bewegung der Hände und Feinmotorik gefördert.

## 2 MUSIK VERBINDET

So etwa unsere Besucher/innen des Tageszentrums mit den Bewohner/innen des Seniorenheims in St.Veit. Gemeinsam wird einmal monatlich ein musikalischer Nachmittag verbracht.

## 3 NEUES ENTDECKEN AUCH IM ALTER

Das Senioren-Tageszentrum Bramberg unternimmt regelmäßig Ausflüge in der Umgebung – so etwa ins Nationalparkzentrum Mittersill. Dort konnten sich die Seniorinnen und Senioren kürzlich zur regionalen Flora und Fauna informieren.



Für die Angehörige Helga Dabernig ist es eine Erleichterung, zu wissen, dass ihr Schwiegervater im Senioren-Tageszentrum gut aufgehoben ist.

## Im Interview mit einer pflegenden Angehörigen

**Helga Dabernig aus Krimml** pflegt und betreut gemeinsam mit Mann und Kindern ihren Schwiegervater Johann. An drei Tagen pro Woche besucht der 86-Jährige das Senioren-Tageszentrum Bramberg.

**HAND IN HAND:** Wie seid ihr auf das Senioren-Tageszentrum gekommen?

**HELGA DABERNIG:** Wir kümmern uns um unseren Opa, seit seine Frau vor acht Jahren gestorben ist. Zuerst haben wir gar nicht mitbekommen, dass es so etwas wie das Tageszentrum gibt – und das ist so schade. Ansonsten wäre der Opa vermutlich schon jahrelang hingegangen. Vor etwa einem Jahr hat uns eine Bekannte davon erzählt, und seitdem ist er an drei Tagen pro Woche im Tageszentrum.

**Warum ist das Tageszentrum für eure Familie das Richtige?**

Wir helfen alle zusammen und sorgen dafür, dass es dem Opa immer gut geht. Eine meiner Töchter ist vor ein paar Jahren auch zu ihm ins Haus gezogen. Aber wir sind alle berufstätig und wollen den Opa tagsüber

nicht alleine lassen. Im Tageszentrum ist er gut aufgehoben und wir als Angehörige haben die Gewissheit, dass es ihm gut geht. Er möchte so lange wie möglich daheim leben, und das wollen wir ihm ermöglichen. Das Senioren-Tageszentrum ist dabei eine große Erleichterung.

**Wie geht es Johann im Tageszentrum?**

In der Früh wird er vom Fahrtdienst geholt, das funktioniert sehr unkompliziert. Er hat seine Routine und ist in der Früh schon ganz aufgeregt, wenn er wieder ins Tageszentrum kann. Da er vor Ort mit Frühstück und Mittagessen versorgt wird, müssen wir uns da auch keine Gedanken machen. Es ist eine kleine Gruppe, jeder kennt jeden und es ist alles sehr persönlich. Wenn ich sehe, wie die Betreuerinnen mit den Menschen reden und für sie da sind, dann geht mir das Herz auf. ■

### INFO



Das Hilfswerk führt Senioren-Tageszentren in Hallein, Bergheim, Wals-Siezenheim, Obertrum und Seekirchen, in Werfen und St. Veit, Mauterndorf und Tamsweg, sowie in Zell am See, Taxenbach, Piesendorf und Bramberg. Im Juli wird eine weitere Einrichtung in Puch eröffnet.

**Sie möchten sich über das Angebot informieren oder einen kostenlosen Kennenlerntag im Tageszentrum nutzen? Wir sind für Sie da!**



Gemeinsam mit Viktor Schiffer (M.), Leitung Care Catering im Hilfswerk Salzburg, erhielten die Teilnehmenden des Heimhilfenlehrgangs für Seniorenheime einen Einblick in das Kochen für ältere Personen.



**Viktor Schiffer**  
Leitung Care Catering

## Wohlbefinden und gesunde Kost

**Kulinarische Genüsse schaffen:** Heimhilfen unterstützen seit Jahresbeginn die Teams in den Hilfswerk Seniorenheimen. Gemeinsam mit den diätetisch geschulten Köchinnen Bernadette Unterreiter und Denise Tebacher der Cateringküche Mauterndorf wurden die Bewohner/innen in drei Seniorenheimen bzw. Hausgemeinschaften bekocht.

„Gerade im Alter hat eine ausgewogene Ernährung eine besondere Bedeutung. Der Energiebedarf sinkt, aber der Bedarf an Mikronährstoffen wie Vitaminen und Mineralstoffen bleibt nahezu unverändert hoch und der Eiweißbedarf steigt sogar. Durch den gezielten Einsatz mikronährstoff-/eiweißreicher Lebensmittel im täglichen Speiseplan kann die Versorgung mit essentiellen Nährstoffen im Alter verbessert und so der Erhalt der Gesundheit gefördert werden.“

**F**ür das Wohlbefinden im Alter spielt Ernährung eine wichtige Rolle: Damit Mitarbeiter/innen in Seniorenheimen des Hilfswerks in dieser Hinsicht „fit“ sind, werden sie regelmäßig daraufhin geschult, worauf es bei der Ernährung von älteren Menschen zu achten ist. Dabei werden neben den Hauptmahlzeiten auch mögliche Speisen für die Kaffeepause und Snacks für den Nachmittag vorbereitet. Ob Dörrobst-Tascherl oder Kefir-Obstsalat – den Bewohnerinnen

und Bewohnern wird kulinarisch einiges geboten.

Ein besonderer Fokus wird bei den Ernährungsworkshops des Hilfswerks darauf gelegt, dass auch Menschen mit Demenz, Mangelernährungserscheinungen oder Restriktionen angesprochen werden. Demnach spielt auch das visuelle Darbieten der Speisen eine große Rolle. Dementsprechend werden die Tische schön eingedeckt und je nach Jahreszeit dekoriert. Das Ergebnis kann sich sehen (und schmecken) lassen! ■



# Dörrobst-Tascherl

**Bernadette Unterreiter**, Köchin in der Hausgemeinschaft Mauterndorf des Hilfswerks Salzburg, verrät ihr Rezept für köstliche Mehlspeisen, die zudem gesund sind!



ca. 25 Stk.

## TOPFENTEIG

200 g Weizenmehl glatt  
50 g Weizenvollkornmehl  
1 Prise Salz  
250 g Butter  
250 g Magertopfen

## ZUBEREITUNG TEIG

Mehle und Salz vermengen. Mit in Würfel geschnittener Butter abbröseln und mit dem Topfen zu einem Teig verkneten. Abgedeckt im Kühlschrank ca. 2 Stunden rasten/durchkühlen lassen.

## DÖRROBSTFÜLLE

200 g Dörrobst (Feigen, Marillen, Pflaumen, Datteln, Rosinen)  
40 g Zitronat, 2 EL Zitronensaft  
½ TL Zimt gemahlen, 2 TL Vanillezucker  
5 EL Haferflocken fein, ggf. 1–2 EL Rum

## ZUBEREITUNG FÜLLE

Dörrobst ca. 3 Stunden in kaltem Wasser einweichen. Einweichwasser ableeren und das Dörrobst in einem Sieb gut abtropfen lassen. Dörrobst und Zitronat fein hacken. Mit den restlichen Zutaten vermengen und die Fülle vor dem Weiterverarbeiten kurz durchziehen lassen.

## AUSSERDEM

Mehl zum Ausrollen  
1 verquirltes Ei  
30 g Mandeln gehobelt und Staubzucker

Teig 2–3 mm dick ausrollen. In Quadrate schneiden und die Teigländer mit Ei bestreichen. Die Fülle in die Mitte des Teiges setzen und zu Dreiecken falten. Die Ränder mit einer Gabel festdrücken. Auf ein mit Backpapier belegtes Blech legen, mit Ei bestreichen und mit Mandeln bestreuen. Bei ca. 180°C Heißluft für etwa 20 Minuten backen. Auskühlen lassen und leicht mit Staubzucker bestreut servieren.

## GÜTESIEGEL FÜR GESUNDE KÜCHE

**Dem Haus der Senioren Utten-  
dorf/Niedernsill, geführt vom  
Hilfswerk Salzburg, wurde Anfang  
Mai das Zertifikat „Gesunde  
Küche“ von AVOS verliehen.**

Das Projekt „Gesunde Küche“ – finanziert vom Land Salzburg und umgesetzt von AVOS, der Gesellschaft für Vorsorgemedizin – unterstützt die bedarfsgerechte Verpflegung der Bewohner/innen im Haus der Senioren Uttendorf/Niedernsill. Das Gütesiegel „Gesunde Küche“ zeichnet die Einrichtung im Oberpinzgau und das engagierte Küchenteam nun für ihre vorbildliche Verpflegung aus. ■



# Neugierig ins Leben

**Spielerisch Berufe kennenlernen:** Das ist jährlich das Ziel des Aktionstages „Neugierig ins Leben.“ Deshalb besuchten Ende April neun Buben des Kindergartens Puch die Landesgeschäftsstelle des Hilfswerks Salzburg. Zuerst wurde den jungen Besucher/innen das Unternehmen kindergerecht vorgestellt, bevor sie selbst ausprobieren konnten, wie Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter in der Pflege und Sozialen Arbeit so arbeiten.



## 1 GESUND PFLEGEN

In der sogenannten „Pflegerwerkstatt“ des Hilfswerks lernten die Kinder, wie man ein Herz abhört, Blutdruck misst oder „Wunden“ verbindet. Besonders beliebt war dabei das Manövrieren des Pflegebetts.

## 2 SLALOM MIT DEM ROLLATOR

Die breiten Gänge der Hilfswerk Landesgeschäftsstelle wurden kurzzeitig zur Rennstrecke: Hier konnten die Kinder nicht nur ihre Schnelligkeit, sondern auch ihr Geschick mit dem Rollator unter Beweis stellen. Dabei durfte ihr Passagier, das Hilfswerk-Maskottchen Fidi, nicht verloren gehen!



## 3 ALTER ERLEBEN

Wie ist es, alt zu sein? Mit Handschuhen, die das Tasten erschweren, und einer Brille, die einen grauen Star simuliert, konnten alltägliche Handlungen, etwa das Öffnen von Pilleboxen oder Münzen aus der Geldtasche kramen, ausprobiert werden.

# Jugend fördern und begleiten

**DAS TIMEOUT JUGENDCAFÉ STROBL** ist Teil des Projekts „working sober“. Gemeinsam mit dem Institut Suchtprävention der pro mente Oberösterreich, der Arbeiterkammer Oberösterreich und der Universität Wien wurde eine digitaler Escape Room erstellt. Spielerisch und jugendgerecht soll so das Thema Suchtprävention und Gesundheitsförderung beim Umgang mit Alkohol dargestellt werden.



## KLEIDERSPENDE-AKTION

Ende März wurde von der Organisation „Bulgarien Hilfe“ eine Kleiderspende-Aktion in Wals-Siezenheim veranstaltet. Das örtliche timeout Jugendzentrum, welches vom Hilfswerk Salzburg geführt wird, war auch mit dabei. Die Jugendlichen sowie die Betreuer/innen des Jugendzentrums haben gut erhaltene Kleidung, welche sie nicht mehr benötigten, aus ihren Kleiderschränken aussortiert und für die Hilfsaktion abgegeben.

## STARTSCHUSS FÜR DAS OUTSIDE OBERALM

Das Jugendbetreuer-Team bestehend aus Martina und Ramon wird künftig an zwei Tagen die Woche in der Gemeinde unterwegs sein und Jugendliche da treffen, wo sie sich am liebsten aufhalten. Neben der gemeinsamen Freizeitgestaltung stehen die Jugendbetreuer/innen des Hilfswerks beratend zur Seite und helfen da, wo Eltern oder Freunde nicht weiterwissen.





Silvia Deutschmann (Zuständige Flüchtlingsprojekt Hilfswerk) und DI Christian Struber (Salzburg Wohnbau)

# Neues Flüchtlingsprojekt im Pinzgau

**Insbesondere in Zeiten geprägt von Krisen und Konflikten** ist es unumgänglich, näher zusammenzurücken und seine Hilfe anzubieten. Die Salzburg Wohnbau arbeitet daher eng mit dem Hilfswerk Salzburg zusammen und stellt Wohnungen zur Flüchtlingshilfe zur Verfügung.

**D**as Hilfswerk Salzburg ist aufgrund der aktuellen Flüchtlingsituation wieder verstärkt im Bereich der Flüchtlingshilfe aktiv. Unterstützt wird sie dabei von der Salzburg Wohnbau: Insgesamt werden im Pinzgau drei Wohnungen mit 2- bis 3- oder 5-Zimmerwohnungen zwischen 57 m<sup>2</sup> und 90 m<sup>2</sup> bereitgestellt. Die eigene Wohnung soll geflüchteten Familien Sicherheit geben und ihnen ermöglichen, sich in ihrer neuen Umgebung leichter zurechtzufinden.

„Das Zur-Verfügung-Stellen von Wohnungen zur Flüchtlingshilfe ist für uns eine wichtige Maßnahme und soziale Verantwortung, die dazu beitragen kann, das Leben von Flüchtlingen zu verbessern und ihnen bei der Integration in ihre neue Heimat zu helfen“, so Geschäftsführer DI Christian Struber.

Eine Wohnung in Lofer wurde von einer jungen Syrerin und ihren drei Kindern bezogen. Sie ist aufgrund der Kriegssituation ihrem Mann gefolgt, der bereits vor zwei Jahren nach Österreich geflohen ist und derzeit in Innsbruck lebt. „Nach der Ankunft der Mutter und ihrer Kinder im Pinzgau kam auch der Vater zu Besuch. Sie können sich gar nicht vorstellen, wie da die Emotionen hochgingen, ein wunderbarer Moment für die Familie“, erzählt Silvia Deutschmann, die im Hilfswerk die Flüchtlingsprojekte betreut. „In der Folge wird nun an der Familienzusammenführung gearbeitet.“

Zwei weitere Wohnungen der Salzburg Wohnbau stehen in Wald im Pinzgau zur Verfügung. In einer wurden Ende April zwei junge Männer untergebracht, die zweite Wohnung wird als WG genutzt und wurde diese Woche

von zwei weiteren syrische Frauen und deren insgesamt drei Kindern bezogen.

Das Hilfswerk Salzburg begleitet die Familien nun durch den Alltag. „Neben der Unterbringung unterstützen wir die Familien bei der Integration in die Gesellschaft“, so Deutschmann. „Zudem helfen wir durch die Vermittlung von Sprachkursen und bei der Suche nach einer passenden Kinderbetreuung.“ Diese Hilfestellungen können dazu beitragen, dass Flüchtlinge ihre Fähigkeiten und Talente entfalten und zum Wohl ihrer neuen Heimatgemeinde beitragen können. ■

# Großzügige Spenden

## SPENDE DES SALZBURGER VERKEHRSVERBUNDES

Eine wertvolle Sachspende erhielt das Hilfswerk Salzburg Anfang April vom Salzburger Verkehrsverbund. 11.000 FFP2-Masken wurden dabei gespendet. Hilfswerk-Geschäftsführer Hermann Hagleitner und Vereinspräsident Christian Struber nahmen die Spende von Johannes Gfrerer, Geschäftsführer des Salzburger Verkehrsverbundes, dankend entgegen.

Vereinspräsident Christian Struber (l.) und Geschäftsführer Hermann Hagleitner (r.) bedanken sich bei Johannes Gfrerer, Geschäftsführer des Salzburger Verkehrsverbundes, herzlich für die großzügige Sachspende.



Die Lions Mittersill sorgten gemeinsam mit dem Hilfswerk Salzburg für eine erfolgreiche Sammelaktion.



Gemeinsam stark: durch die Spenden im Tennengau konnten bedürftige Familien entlastet werden.



## LIONS CLUB UND HILFSWERK SPENDENAKTION FÜR BENACHTEILIGTE FAMILIEN

Nach mehreren Jahren Corona-bedingter Pause führten die Lions Clubs Mittersill und Hallein heuer wieder eine Spendenaktion für Menschen in Not durch. Das Hilfswerk Salzburg unterstützt die Initiative und übernimmt die Verteilung an all jene Familien im Pinzgau und Tennengau, die Hilfe brauchen. Nach dem Motto „Ein Produkt mehr im Einkaufswagen hilft!“ konnten Kundinnen und Kunden gekaufte Produkte direkt vor Ort bei den Billa Plus Märkten Oberalm und Mittersill als Spende abgeben.

Die beiden Spendenaktionen – 20 Einkaufswägen und 43 Kartons voll mit unterschiedlichsten Produkten wie Lebensmittel, Hygieneartikel etc. – wurden von den Teams der Lions gesammelt. In Folge kümmerte sich das Hilfswerk darum, die gesammelten Produkte zu sortieren, zusammenzupacken und an bedürftige Kundinnen und Kunden weiter zu verteilen. Besonders in Zeiten der Teuerungen können damit bedürftige Familien unterstützt werden.



Zahlreiche Projekte konnten finanziell unterstützt werden, wie z.B. das Lerntaining für Kinder am Nachmittag.



v.l.n.r.: Peter Kaiser ( Rotes Kreuz), Bogdan Rošćic (Staatsoper), Judith Ranftler (Volkshilfe), Pius Strobl (ORF), Elisabeth Anselm (Hilfswerk Österreich) und Roland Weißmann (ORF) bei der Scheckübergabe für ÖHÖ

## Tolle Spendensumme zugunsten ÖHÖ

**Die Folgen der Corona-Pandemie**, die Auswirkungen des Ukraine-Krieges, der Klimawandel – all das belastet Kinder und Jugendliche. Gerade sie brauchen jetzt Unterstützung. Daher nahm das Hilfswerk auch heuer wieder an der Aktion „Österreich hilft Österreich“ (ÖHÖ) teil.

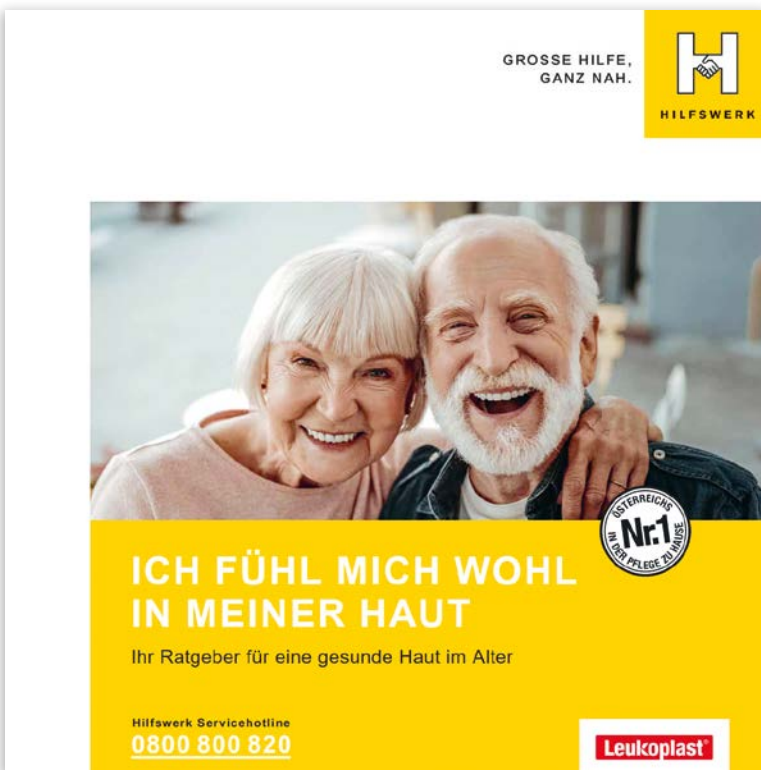
**B**ereits zum dritten Mal beteiligte sich das Hilfswerk gemeinsam mit den fünf großen Hilfsorganisationen und dem ORF an der Hilfskampagne „Österreich hilft Österreich“ zur Unterstützung bedürftiger Familien in Österreich. Das Ziel der Hilfsaktion war es, Kinder, Jugendliche und deren Familien zu fördern: bei der Existenzsicherung, der Lern- und Bildungsförderung sowie der psychosozialen Beratung und Begleitung.

Das Hilfswerk war mit vielen spannenden Projekten österreichweit beteiligt (mehr Infos auf [www.hilfswerk.at](http://www.hilfswerk.at)).

Auch der diesjährige Opernball stand im Zeichen der Solidarität und ermöglichte eine große Hilfsaktion für ÖHÖ. 567.975,59 Euro wurden im Rahmen des Opernballs gesammelt, nun wurde der Scheck an die Initiative Österreich hilft Österreich überreicht. ■

# Die neuen Broschüren sind da!

**Starten Sie** mit unseren umfangreichen Broschüren und Ratgebern gut informiert in den Frühling.

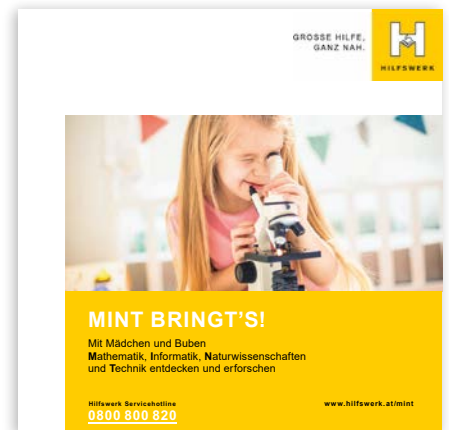


## REIFE HAUT RICHTIG PFLEGEN

Gerade rechtzeitig zum Sommerbeginn legen wir Ihnen die neue Broschüre „Ich fühle mich wohl in meiner Haut – Ihr Ratgeber für eine gesunde Haut im Alter“ besonders ans Herz. Sie erfahren, wie unsere Haut aufgebaut ist und was sie braucht, um gesund zu bleiben und gut versorgt zu sein. Mit vielen Empfehlungen für Ihre Pflegeroutine im Sommer und im Winter!

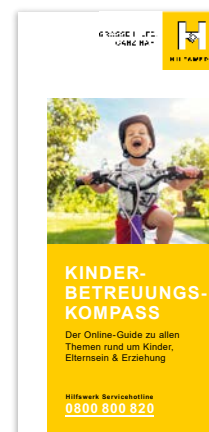
**Ratgeber jetzt kostenlos bestellen!**  
 Unter 0800 800 820  
 oder [office@hilfswerk.at](mailto:office@hilfswerk.at)

Die Hilfswerk-Aktivitäten und -Servicematerialien werden unterstützt von unseren starken Partnern Erste Bank und Sparkasse, Wiener Städtische, Lotterien, Essity, Bundesministerium für Soziales, Gesundheit, Pflege und Konsumentenschutz sowie Bundeskanzleramt/BM für Frauen, Familie, Integration und Medien.



## MINT BRINGT'S

So heißt unsere neue Broschüre, die sich ganz dem aktuellen Thema MINT – Mathematik/Informatik/Naturwissenschaften/Technik – verschrieben hat. Wir liefern Ihnen spannende Experimente, die Sie ganz leicht gemeinsam mit Ihrem Kind zu Hause oder in der Natur ausprobieren können.



## WEB-TIPP

Den Kinderbetreuungs-Kompass, unseren Online-Guide zu allen Themen rund um Kinder, Elternsein & Erziehung, finden Sie unter [kinderbetreuungskompass.hilfswerk.at](http://kinderbetreuungskompass.hilfswerk.at). Holen Sie sich die besten Tipps rund um Kinderbetreuung, Erziehung sowie Recht & Finanzen.



**Petra Köfinger, MSc**

Qualitätsbeauftragte der 24-Stunden-Betreuung beim Hilfswerk, ist der Meinung: „Pfleger Angehörige profitieren enorm von einer kurzzeitigen, sorgenfreien Auszeit.“

## HILFSWERK 24-STUNDEN- BETREUUNG

- **Österreichische Agentur mit ÖQZ-24-Zertifikat**, [www.oeqz.at](http://www.oeqz.at)
- Deutschsprachige Betreuungskräfte mit heimhilfeähnlicher Ausbildung (mind. 200 Stunden)
- **Langzeitbetreuung** zur dauerhaften Unterstützung
- **Kurzzeitbetreuung** als Übergangslösung / zur Überbrückung in Ausnahmesituationen

**24stunden@hilfswerk.at**  
0810 820 024 (Ortstarif; Mo–Do:  
8 bis 16 Uhr, Fr: 8 bis 12 Uhr)

# Seine Liebsten in besten Händen wissen

**Hand in Hand** hat mit **Petra Köfinger**, MSc, Qualitätsmanagerin der 24-Stunden-Betreuung des Hilfswerks, über die Modelle der 24-Stunden-Betreuung gesprochen. Dadurch ermöglicht man vielen Menschen das gewohnte Leben in den eigenen vier Wänden und entlastet zudem Angehörige.

**HAND IN HAND:** Welche Unterstützung bietet die 24-Stunden-Betreuung zur Entlastung für pflegende Angehörige?

**PETRA KÖFINGER:** Wir bieten Angehörigen, die rasch eine 24-Stunden-Betreuung für ihre Liebsten benötigen, eine 2- bis 4-wöchige Betreuungsüberbrückung. Das kann sein, wenn ein(e) Angehörige(r) aus dem Spital entlassen wird und vorübergehend eine intensivere Betreuung benötigt. Oder aber die Angehörigen selbst eine medizinische Behandlung oder ganz einfach nur eine Auszeit von der Betreuung benötigen. Wenn gewünscht, kann man danach auch auf eine Langzeitbetreuung umsteigen.

Was sind die Beweggründe von pflegenden Angehörigen, wenn sie auf Sie zukommen und eine kurzfristige Unterstützung anfordern?

Hauptwunsch ist die Versorgung der Angehörigen in der häuslicher Umge-

bung. Häufig befindet sich die Person noch im Spital und wird nach der Entlassung noch Pflege benötigen. Wenn die Angehörigen hierbei nicht unterstützen können (z.B. wegen Berufstätigkeit oder weil sie zu weit weg wohnen), kann eine 24-Stunden-Betreuung eine große Entlastung sein. Aber auch wenn sich der Allgemeinzustand der zu betreuenden Person verschlechtert hat (z.B. fortschreitende Demenz, sich wiederholende Stürze usw.) und die Unterstützung durch Angehörige oder die Hauskrankenpflege nicht mehr ausreichend ist.

Ein ganz großes Thema für pflegende Angehörige sind die Kosten. Manche fürchten sich auch vor dem organisatorischen Aufwand der Beantragung. Was kommt auf sie zu und welche Unterstützung gibt es in dieser Hinsicht?

Es erfolgt eine ausführliche Beratung über Kosten und Ablauf vor der Vertragsunterzeichnung. Die Kosten variieren von Modell zu Modell. Sie





In einem persönlichen Erstgespräch vor Ort wird der Betreuungsbedarf festgelegt und die geeignete Betreuungsperson ausgewählt.

erhalten Infos über Fördermöglichkeiten. Das Hilfswerk unterstützt auch tatkräftig bei den organisatorischen Aufgaben. Die Regionsverantwortliche bringt beim Beginn der Betreuung alle erforderlichen Unterlagen (Verträge, Delegationen, Meldezettel, Förderantrag) mit und unterstützt die Angehörigen beim Ausfüllen.

**Viele pflegende Angehörige fürchten, dass Pflegebedürftige die externe Hilfe eventuell nicht annehmen werden und sich dagegen wehren, dass eine „fremde“ Person im Haushalt lebt. Wie können Sie diese Befürchtungen entkräften?**

In dem Fall würden wir vorerst eine Kurzzeitbetreuung vorschlagen. Der Vorteil einer Kurzzeitbetreuung liegt in den geringen Kosten und der Vertrag läuft automatisch aus – ganz ohne Kündigungsschreiben. Die Betreuerin wird entsprechend informiert und gebeten, am Anfang eher „zurückhaltend“ aufzutreten.

**Wie können Sie eine gleichbleibende Qualität Ihrer Betreuerinnen und Betreuer garantieren?**

Die Regionsverantwortlichen kommen alle 6 bis 8 Wochen und im Anlassfall öfter in den Betreuungshaushalt, um die Leistungserbringung zu überprüfen. Außerdem setzen wir ein gewisses Ausbildungsniveau sowie Deutschkenntnisse bei unserem Team voraus. Sollte eine Betreuerin bei einer Tätigkeit Unterstützung brauchen, bekommt sie die nötige Anleitung. Sowohl die Betreuungskraft als auch die Angehörigen bzw. die zu betreuenden Personen können jederzeit die Regionsverantwortliche telefonisch kontaktieren und um Unterstützung bitten.

**Was mache ich, wenn die Chemie zwischen Betreuerinnen und Pflegebedürftigen überhaupt nicht stimmt? Kann ich wechseln?**

Alle auftauchenden Fragen und Probleme sollen an die Regions-

verantwortlichen gestellt werden. Diese werden sich um eine stabile Betreuungssituation bemühen. Aus Erfahrung wissen wir, dass die Anfangsphase oft mit Schwierigkeiten einhergeht, weil sich alle an die neue Situation erst gewöhnen müssen. Wir raten daher immer, 3 Turnusse durchzuhalten – dann tritt fast immer ein guter Zustand ein.

**Was ist das Feedback von pflegenden Angehörigen, die eine Kurzzeitpflege in Anspruch genommen haben?**

Angehörige, die eine „Urlaubsvertretung“, also eine Kurzzeitbetreuung, in Anspruch nehmen, sind extrem dankbar, wenn alles gut geklappt hat und froh, dass sie sich dafür entschieden haben. Wenn die Zufriedenheit sehr groß ist, entscheiden sie sich häufig für eine Langzeitbetreuung.

**Vielen herzlichen Dank für das Interview! ■**

Nachbar in Not • Die Presse - Österreicher des Jahres - Kategorie Humanitäres Engagement • Lotterien Tag im Kunsthistorischen Museum mit Extradührungen in Gebärdensprache • Lotterien Tag im Naturhistorischen Museum mit sprachsensiblen Führungen für Kinder aus einem benachteiligten Umfeld • Licht ins Dunkel • Tiergarten Schönbrunn • Österreichische Bergrettung • Hospiz Österreich • Lotterien Tag im Belvedere mit einer Führung für Sehbehinderte und Demenzzranke • Lotterien Tag im Joanneum Graz mit dem inklusivem Projekt „Museum für alle“ • Lotterien Tag in der Josefstadt • Lotterien Tag im Kunsthaus Wien mit Führungen in Gebärdensprache • Lotterien Tag beim Wiener Kabarettfestival mit Vergabe von VIP Tickets an die Caritas Frauenhäuser • Wien Work - integrative Betriebe • Ein Funken Wärme - Heizkostenunterstützung für Menschen in schwieriger Situation • Exoskelett Bewegungshilfe

## DEM GLÜCK EINE CHANCE GEBEN



für gehbehinderte Menschen • Lotterien Tag im MuseumsQuartier • Weltrotkreuztag • IMBA - Forschung Spielsucht • Lotterien Tag im Technischen Museum mit Führungen in Gebärdensprache • Lotterien Tag im Wiener Lustspielhaus mit Ticketvergabe ans Neunerhaus • Neunerhaus - Wohnhaus für Obdachlose • Special Olympics Österreich • Verein Down-Syndrom Österreich • Lichtblickhof e.motion Kinderhospiz - Unterstützung von Familien bei traumatischen Erlebnissen • Nationalpark Hohe Tauern - Projekt barrierefreie Nationalpark-Themenwege im Kaiser Klödnitztal • Österreichischer Behindertenrat • Debra - Patientenorganisation für an Epidermolysis bullosa Erkrankte („Schmetterlingskinder“) • Red Noses Clowndoctors • Auftakt- betreut Menschen mit Behinderungen beim Wohnen und in der Freizeit • Homeless Worldcup der Caritas Steiermark- die soziale Straßenfußball-Weltmeisterschaft • Sturm Graz - Special Blackies • Literaturpreis Ohrenschmaus- fördert das Schreiben von lernbehinderten AutorInnen mit Schreibtalent • Simultania Kunstpreis des Hilfswerks Steiermark • Coca Cola Inclusion Run zugunsten Special Olympics • Club NÖ - Turnier zur Unterstützung von Menschen in schwierigen Lebenssituationen • Marianne Hengl / Verein RollOn Austria für Menschen mit Behinderung • Caritas Haus Immanuel meets Märchen Sommer Niederösterreich • Verein Rainbows- Betreuung von Kinder und Jugendlichen in schwierigen Lebenssituationen • Verein Rainbows Niederösterreich - Benefizveranstaltung • Verein Pilgrim - betreut Menschen mit Behinderung in deren Freizeit • ArbeiterSamariterBund Alkoven- Krankentransport, Rettungsdienst, Hilfeleistungen • Benefizkonzert zugunsten der Kinderburg Rappottenstein • Salzburger Gehörlosenvereine • Vienna Charity Run/Austria Charity Run zugunsten Sterntalerhof • Ghost Run zugunsten PH Austria - Initiative Lungenhochdruck • Wiener Tafel • Sozialmärkte SOMA+ Caritas • Lebenshilfe Inklusionspreis + Förderpreis • Lotterien Tag in Parndorf • Tafel-Ball Inklusionsveranstaltung • Charity „Laufen hilft“ zugunsten St. Anna Kinderspital und Neunerhaus • LOK Verein Leben ohne Krankenhaus • Wiener Zoolauf zugunsten PH Austria - Initiative Lungenhochdruck • Lotterien Tag im Museum Kärnten • NÖ Berg- und Naturwacht • Österreichische Kinderhilfe • Österreichische Seniorenhilfe • Österreichische Sporthilfe • Sporthilfe/Sportler mit Herz • Sporthilfe/Millionenshow • Österreichisches Olympisches Comité • Österreichisches Paralympisches Committee • Österreichisches Paralympisches Committee-Talent Days 2022 • Caritas Haus Immanuel • Diakonie Österreich/Gartenhof de la Tour • Theater Delphin- Verein zur Förderung von integrativer Kunst, Kreativität und Kommunikation • Forschungswerk Lungenhochdruck • Soziale Projekte Steiermark • Caritas Socialis Hospiz Rennweg • Österreichischer Seniorenbund • Hilfswerk Österreich • Österreichische Volkshilfe • Pensionistenverband Österreich • Häfnerl der Diakonie Wien • SOMA Märkte Österreich • Caritas - + Lager und Sammlung für die Caritas • Österreicher des Jahres - Kategorie Humanitäres Engagement • Lotterien Tag im Kunsthistorischen Museum mit Extradührungen in Gebärdensprache • Lotterien Tag im Naturhistorischen Museum mit sprachsensiblen Führungen für Kinder aus einem benachteiligten Umfeld • Licht ins Dunkel • Tiergarten Schönbrunn • Österreichische Bergrettung • Hospiz Österreich • Lotterien Tag im Belvedere mit einer Führung für Sehbehinderte und Demenzzranke • Lotterien Tag im Joanneum Graz mit dem inklusivem Projekt „Museum für alle“ • Lotterien Tag in der Josefstadt • Lotterien Tag im Kunsthaus Wien mit Führungen in Gebärdensprache • Lotterien Tag beim Wiener Kabarettfestival mit Vergabe von VIP Tickets an die Caritas Frauenhäuser • Wien Work - integrative Betriebe • Ein Funken Wärme - Heizkostenunterstützung für Menschen in schwieriger Situation • Exoskelett Bewegungshilfe für gehbehinderte Menschen • Lotterien Tag im MuseumsQuartier • Weltrotkreuztag • IMBA - Forschung Spielsucht • Lotterien Tag im Technischen Museum mit Führungen in Gebärdensprache • Lotterien Tag im Wiener Lustspielhaus mit Ticketvergabe ans Neunerhaus • Neunerhaus - Wohnhaus für Obdachlose • Special Olympics Österreich • Verein Down-Syndrom Österreich • Lichtblickhof e.motion Kinderhospiz - Unterstützung von Familien bei traumatischen Erlebnissen • Nationalpark Hohe Tauern - Projekt barrierefreie Nationalpark-Themenwege im Kaiser Klödnitztal • Österreichischer Behindertenrat • Debra - Patientenorganisation für an Epidermolysis bullosa Erkrankte („Schmetterlingskinder“) • Red Noses Clowndoctors • Auftakt- betreut Menschen mit Behinderungen beim Wohnen und in der Freizeit • Homeless Worldcup der Caritas Steiermark- die soziale Straßenfußball-Weltmeisterschaft • Sturm Graz - Special Blackies • Literaturpreis Ohrenschmaus- fördert das Schreiben von lernbehinderten AutorInnen mit Schreibtalent • Simultania Kunstpreis des Hilfswerks Steiermark • Coca Cola Inclusion Run zugunsten Special Olympics • Club NÖ - Turnier zur Unterstützung von Menschen in schwierigen Lebenssituationen • Marianne Hengl / Verein RollOn Austria für Menschen mit Behinderung • Caritas Haus Immanuel meets Märchen Sommer Niederösterreich • Verein Rainbows- Betreuung von Kinder und Jugendlichen in schwierigen Lebenssituationen • Verein Rainbows Niederösterreich - Benefizveranstaltung • Verein Pilgrim - betreut Menschen mit Behinderung in deren Freizeit • ArbeiterSamariterBund Alkoven- Krankentransport, Rettungsdienst, Hilfeleistungen • Benefizkonzert zugunsten der Kinderburg Rappottenstein • Salzburger Gehörlosenvereine • Vienna Charity Run/Austria Charity Run zugunsten Steieralerhof • Ghost Run zugunsten PH Austria - Initiative Lungenhochdruck • Wiener Tafel • Sozialmärkte SOMA+ Caritas • Lebenshilfe Inklusionspreis + Förderpreis • Lotterien Tag in Parndorf • Tafel-Ball Inklusionsveranstaltung • Charity „Laufen hilft“ zugunsten St. Anna Kinderspital und Neunerhaus • LOK Verein Leben ohne Krankenhaus • Wiener Zoolauf zugunsten PH Austria - Initiative Lungenhochdruck • Lotterien Tag im Museum Kärnten • NÖ Berg- und Naturwacht • Österreichische Kinderhilfe • Österreichische Seniorenhilfe • Österreichische Sporthilfe • Sporthilfe/Sportler mit Herz • Sporthilfe/Millionenshow • Österreichisches Olympisches Comité • Österreichisches Paralympisches Committee • Österreichisches Paralympisches Committee-Talent Days 2022 • Caritas Haus Immanuel • Diakonie Österreich/Gartenhof de la Tour •

santnerundenzi



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



# Rätsel für Jung und Alt

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

**Ja, ich möchte ein Exemplar „Vom Glück entspannt älter zu werden“ 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 „Vom Glück entspannt älter zu werden“ von Katharina Ziegelbauer.**

## 1 HÖR MAL!

Wie oft finden Sie in der Buchstaben­schlange das Wort OHR (von links nach rechts und von rechts nach links) und welcher einzelne Buchstabe passt nicht dazu?

HORORHOHRORHOHRROOHR  
OHHORHOHRORHHOORHOO  
RROHRROOHHRHOOROHRHOO  
RHOHRROHRRHOHHOHRHOHR  
OHORHHORORRRHOHRHOHR  
OOHRRHORHHROORHOHHR  
HROHRCOHORORHOHRHH

## 2 ZWISCHENOHRREICH

Welches Wort gehört in die Mitte der zweiten Zeile? Es wird nach derselben Regel aus dem linken und dem rechten Wort gebildet wie das mittlere Wort in der ersten Zeile:

- |          |               |      |
|----------|---------------|------|
| a. SAGE  | <b>AST</b>    | BUNT |
| HOSE     | . . . .       | EIER |
| b. BLASE | <b>SEHR</b>   | CHOR |
| CARLA    | . . . .       | DUFT |
| c. SORGE | <b>ORGAN</b>  | LAND |
| KLEIN    | . . . .       | ISER |
| d. BRISE | <b>BRAUSE</b> | LAUT |
| HAGER    | . . . .       | AMME |

## 3 HORCHEN

Allein in seinem Zimmer horcht Ferdinand auf Geräusche, die aus anderen Wohnungen zu ihm dringen. In der Wohnung über ihm schreit ein Baby, aus der Wohnung unter ihm hört er die Klänge einer Mozartsonate. Das Paar ist exakt zwei Monate vor der Geburt des Babys, das heute vier Wochen und drei Tage alt ist, oben eingezogen. Die Mozartliebhaberin hat die untere Wohnung vierhunderteinundachtzig Tage nach Ferdinands Einzug bezogen, genau dreihundertvierzig Tage vor der Geburt des Babys. Wie viele Tage sind seit Ferdinands Einzug bis gestern vergangen?

### AUFLÖSUNG AUS DEM LETZTEN HEFT

- In Sichtweite** a. SCHNECKE (kein Teil des Auges), b. JUDO (zwei verschiedene Vokale), c. LAUSCHEN (hat nichts mit dem Auge zu tun), d. FALL (alle anderen Wörter bestehen nur aus Buchstaben mit drei geraden Linien).
- Sehen und gesehen werden** Auf dem Ball tanzen Märchenfiguren der Gebrüder Grimm mit Figuren von Hans Christian Andersen. Nur Aschenputtel tanzt mit jemandem aus einem Grimm-Märchen.

## BUCHTIPP: Vom Glück entspannt älter zu werden

**Smart-Aging statt Anti-Aging: Die Traditionelle Chinesische Medizin (TCM) macht es möglich. Denn sie kennt viele Möglichkeiten, den Alterungsprozess zu verlangsamen.**

Katharina Ziegelbauer, Ernährungsberaterin nach TCM, zeigt uns in diesem

Buch, wie wir mit einer Ernährung nach TCM, einer offenen Einstellung und einer kleinen Dosis Achtsamkeit Körper und Geist fit halten. Ein 10-Schritte-Plan zum Gleich-Loslegen, Übungen für Geist und Seele sowie schmackhafte Rezepte runden das Buch ab.

Katharina Ziegelbauer  
**Vom Glück entspannt älter zu werden**  
ISBN 978-3-7088-0832-1  
Kneipp Verlag, 2023



# Schicksale aus der Ukraine

**Alles ist anders.** Der Krieg hat das Leben der Menschen in der Ukraine auf den Kopf gestellt. Hilfswerk International steht ihnen vor Ort mit humanitärer Hilfe zur Seite. Zwei Einzelschicksale zeigen, was die Nothilfemaßnahmen bewirken.



Darias Zuhause in der Region Donezk wurde völlig zerstört.

**M**ein Zuhause gibt es nicht mehr. Es wurde bombardiert und völlig zerstört“, erzählt Daria voller Schmerz von ihrer Heimat in der Donezk-Region. Zu Beginn des Krieges musste sie alles zurücklassen, um vor dem Bombenhagel zu fliehen. „Das Einzige, was ich bei mir trug, waren meine Papiere, ein Foto meiner Eltern und Wasser. Ein befreundetes Ehepaar hat meinen Sohn und mich abgeholt. Es war kaum Platz im Auto.“ Auf Umwegen landeten Daria und ihr Sohn nach einer mehrwöchigen Reise in Ivano-Frankivsk. Sie fanden Zuflucht in einer Notschlafstelle vom Hilfswerk International. „Zum ersten Mal seit langem habe ich wieder Sicherheit verspürt. Auch mein Sohn konnte hier endlich wieder vernünftig einschlafen“, erinnert sich die 34-jährige Mutter.

„Ich danke dem Hilfswerk International von ganzem Herzen für die Unterstützung, die Lebensmittel, die Kleidung und den sicheren Schlafplatz. Ich weiß nicht, wie ich es ohne all den Hilfen geschafft hätte, wieder Hoffnung zu schöpfen.“

## ROXANA UNTERSTÜTZT IHRE ELTERN

Rund um Nikopol – einer stark umkämpften Region direkt an der Frontlinie in der Ostukraine – lebt Roxana mit ihrer 17-jährigen Tochter Violetta in einem Dorf. „Ich weiß, dass es besser wäre, von hier zu fliehen. Es ist gefährlich. Ständig fliegen Bomben. Ich kann meine Eltern aber nicht zurücklassen. Mein Vater muss betreut werden und meine Mutter schafft das nicht mehr allein“, schildert sie besorgt. Roxanas Mann kämpft in Bachmut. Mit Tränen in den Augen erzählt sie: „Ich danke





HWI-Geschäftsführer Stefan Fritz hilft gleich mit beim Flaschergeben im Waisenhaus.



Gimme five! Nothilfe Koordinator Heinz Wegerer beim ausgelassenen Spiel im Waisenhaus.



Roxana weiß aus eigener Erfahrung, wie wichtig Unterstützung ist – daher hilft sie jetzt mit bei der Verteilung der Nothilfepakete.

die ganze Zeit an ihn. Wir versuchen, jeden Tag für ein paar Sekunden zu telefonieren. Dann weiß ich, dass es ihm gut geht. Für meine Tochter ist es furchtbar. Sie war schon immer ein Papa-Kind. Violetta hat große Angst um ihn.“

Als alleinstehende Mutter, die ihre Eltern pflegt, gestaltet sich Roxanas finanzielle Situation schwierig. Deshalb bekommt sie regelmäßig Hilfspakete mit Nahrungsmitteln und Hygieneartikeln von Hilfswerk International. „Die Hilfe ist sehr wichtig für mich. Dadurch bleibt mir mehr Geld für andere Ausgaben übrig. Das Schönste war, als ich meiner Tochter zwei neue Bücher zum Geburtstag schenken konnte“, freut sich Roxana.

### STARKE FRAUEN LEISTEN HILFE

Daria und Roxana wissen beide, dass nicht nur sie auf Hilfe angewiesen

sind. Deshalb setzen sich beide Frauen für andere Menschen in Not ein. Ihr Engagement gibt ihnen Halt. Daria unterstützt Menschen mit Fluchterfahrung in Ivano-Frankivsk. Sie arbeitet für das Hilfswerk International als Sozialarbeiterin, um Geflüchteten Stabilität zu bieten. „Durch meine eigene Fluchterfahrung kann ich mich wirklich tief in mein Gegenüber hineinversetzen. Ich weiß, wie man sich als Flüchtling fühlt. Ich weiß, wie es ist, gar nichts zu haben, und ich weiß, wie wichtig es ist, einander zu helfen!“ Diese verständnisvolle Haltung nimmt Daria in ihrer Arbeit tagtäglich ein und trägt so dazu bei, vom Krieg gebrochene Lebenswelten Stück für Stück wieder heil zu machen.

Roxana steht nicht nur ihren Eltern mit Pflegeleistungen tatkräftig zur Seite. Einmal im Monat unterstützt

sie auch das Hilfswerk International bei der Verteilung von Nothilfepaketen. „Ich halte die Füße nicht still, bis alle ihr Paket bekommen haben. Wir müssen jetzt zusammenhalten und füreinander da sein. Ich danke dem Hilfswerk International, dass es mich und die anderen Menschen in der Ukraine nicht allein lässt.“

### HILFSWERK INTERNATIONAL NOTHILFE

Neben Notschlafstellen unterstützt das Hilfswerk International auch ein Waisen- und ein Kinderkrankenhaus. An der Front werden nicht nur Nothilfepakete verteilt, sondern auch Stromgeneratoren bereitgestellt. Im vergangenen Jahr erhielten so mehr als 430.000 Menschen in der Ukraine rasche und unkomplizierte Hilfe. ■

# Gut begleitet am Weg zum Pflegeberuf

**Der Bedarf an Pflege und Betreuung** ist dieser Tage so groß wie nie. Menschen, die einen beruflichen Neustart wagen möchten, finden im Gesundheits- und Sozialbereich Jobs mit Sinn und Zukunft. Beim Einstieg unterstützt u.a. die Salzburger Arbeitsstiftung für Pflege-, Gesundheits- und Sozialberufe – kurz PGS.

**M**enschen, die sich beruflich verändern wollen und sich vorstellen können, einen Pflege- und Betreuungsberuf zu ergreifen, finden hinsichtlich Ausbildung und Finanzierung seit gut zwei Jahren bei der Salzburger Stiftung PGS Unterstützung. Zwei Damen, die dank der PGS-Begleitung erst kürzlich ihre Ausbildung abgeschlossen haben und nun im Hilfswerk Salzburg tätig sind bzw. die Ausbildung dort fortführen, sind Michelle Kucher und Milica Milosevic.

## UNTERSTÜTZUNG AM WEG ZUM PFLEGEBERUF

Michelle Kucher ist im Seniorenheim Großmain/Wals-Siezenheim tätig. Einen Pflegeberuf zu ergreifen, war für die 23-jährige Flachgauerin schon ein lang gehegter Wunsch. „Nachdem ich von meiner Mutter, die selbst Pflegerin ist, immer hörte, wie schön und toll dieser Beruf ist, hatte es ganz früh schon mein Interesse geweckt“, erzählt sie. „Nach-

dem ich als Ordinationsassistentin in einer Arztpraxis gearbeitet habe, habe ich gemerkt, wie gerne ich mit Menschen arbeite und wie gerne ich ihnen auch längerfristig direkt helfen würde. Daher habe ich mich vor 2 Jahren endgültig entschieden, in die Pflege zu gehen.“ Unterstützung bei ihrem Vorhaben fand sie u.a. bei der PGS. „Nachdem ich eine eigene Wohnung und meine monatlichen Fixkosten hatte, wusste ich anfangs nicht, wie ich mir die Ausbildung zur Pflegefachassistentin am BFI leisten sollte. Durch die Hilfe der Direktorin aus meiner Schule erfuhr ich dann von der Stiftung, und mit Unterstützung meiner Mutter, die auch im Hilfswerk arbeitet, konnte ich in deren Seniorenwohnhäuser Großmain meine Stammhaus-Praktika durchführen. Die PGS-Stiftung unterstützte mich in allen finanziellen Angelegenheiten und sie half mir auch immer weiter, wenn ich Fragen hatte.“ Ihrer neuen beruflichen Zukunft sieht Michelle Kucher nun freudig entgegen: „Ich habe im

## KONTAKT

Salzburger Arbeitsstiftung  
für Pflege-, Gesundheits-  
und Sozialberufe

Leitung: Daniela Kanzian

Bergerbräuhausstraße 27  
5020 Salzburg

M 0676 848210 432

E office@pgs-salzburg.at



In der Pflege zu arbeiten war ein lang gehegter Wunsch der jungen Salzburgerin Michelle Kucher. Unterstützung für die Ausbildung erhielt sie durch die PGS-Stiftung.



Die PGS-Stiftung und Leiterin Daniela Kanzian (l.) gratulieren Milica Milosevic (r.) zu ihrem erfolgreichen Ausbildungsabschluss.

Hilfswerk die Möglichkeit auf ein sehr abwechslungsreiches Arbeiten, da ich in der mobilen Hauskrankenpflege anfangs, gleichzeitig aber auch einen Teil meiner Wochenstunden im Seniorenheim – also im stationären Setting – absolvieren kann. Nachdem ich hier meine Praktika gemacht habe, freu mich ganz besonders, da ich alle Bewohner/innen und Kundinnen und Kunden, die ich schon kenne, wiedersehen und betreuen darf. Auf alle neuen Bewohner/innen und Kundinnen und Kunden, die ich noch kennenlernen darf, freue ich mich aber natürlich auch.“

### **BEGLEITUNG DURCH DIE GESAMTE AUSBILDUNG**

Die Ausbildung zur Pflegeassistentin hat Milica Milosevic Ende 2022 abgeschlossen. Seit Jahresbeginn ist sie wieder im Seniorenzentrum St. Georg in Bergheim als Praktikantin tätig. Gleichzeitig führt sie auch ihre Ausbildung zur Pflegefachassistentin fort. Der Weg zum Pflegeberuf war für die gebürtige Bosnierin zunächst

kein leichter. „Ich hatte immer schon sehr großes Interesse, in der Pflege zu arbeiten – Menschen helfen zu können ist mir einfach wichtig. Seit meinem 22. Lebensjahr bin ich nun in Österreich, und seitdem bemühe ich mich, Deutsch zu lernen, um diesen Beruf ausüben zu können. Das Deutsch ist inzwischen sehr gut, und inzwischen konnte ich auch den ersten Ausbildungsschritt abschließen“, erzählt die heute 30-Jährige. Sie zeigt sich zudem ehrgeizig und macht gleich mit der Ausbildung zur PFA weiter. „Die PGS-Stiftung hat mir sehr geholfen, da ich mich nach 1½ Jahren Ausbildung gleich weiterschulen kann. Es ist gut, jemanden an der Seite zu haben – wann immer Probleme entstanden sind, hat sich die PGS sofort darum gekümmert.“ Darum macht sich die junge Pflegekraft auch schon Gedanken über eine weiterführende DGKP-Ausbildung. Ihr Ausbildungspraktikum in ihrem Stammhaus, dem Seniorenzentrum St. Georg, führt sie in jedem Fall

fort. „Das Team ist toll, ich wurde von Anfang an akzeptiert, und während des Praktikums waren alle in jeder Situation sehr hilfsbereit. Die Kolleginnen und Kollegen im Haus arbeiten sehr professionell und haben während meines Praktikums ihr Wissen immer mit mir geteilt. Ich fühle mich hier einfach gut aufgehoben.“

### **DIE PGS-STIFTUNG**

Die Salzburger Arbeitsstiftung für Pflege-, Gesundheits- und Sozialberufe wurde auf Initiative der Caritas Salzburg, des Hilfswerks Salzburg, des Roten Kreuzes Salzburg und der Volkshilfe Salzburg ins Leben gerufen. Ziel ist es, Personen, die arbeitssuchend bzw. in Umorientierung sind, neue Perspektiven für die Arbeit mit Menschen in den jeweiligen Ausbildungssparten aufzuzeigen. Bisher haben 50 Damen und Herren das Unterstützungsangebot in Anspruch genommen. Für diese Auszubildenden ist das PGS-Team rund um Stiftungsleitung Daniela Kanzian da. ■

Danke für 365 Fahrten Essen auf Rädern!  
Im Bild v.l.: Vereinsmanager des Hilfswerks Salzburg Florian Scheicher, Regionalaus-  
schussmitglied und Vizebürgermeisterin von Hallein Katharina Seywald, der freiwillige  
Mitarbeiter des Hilfswerk Renato Liberda und Hilfswerk-Regionalleiter Anton Sedlak.



**Anton Sedlak**  
Regionalleiter Hilfswerk Tennengau

„Im Schnitt werden pro Fahrt etwa 20 Essen ausgefahren. Somit hat Renato in den acht Jahren als Freiwilliger bereits 7.300 Essen „zugestellt“ und damit viele Tennengauer/innen unterstützt. Wir danken ihm für den unermüdlichen Einsatz und sind stolz, so engagierte Personen wie Renato in unserem Team zu haben!“



## 365 Fahrten Essen auf Rädern

**„Ein Jahr“ freiwilliges Engagement.** Ohne unsere freiwilligen Mitarbeiter/innen wären viele unserer Dienstleistungen, etwa die Aktion „Essen auf Rädern“, nicht umsetzbar. Umso dankbarer ist das Hilfswerk Salzburg, dass es treue Freiwillige wie Renato Liberda gibt. Der Halleiner fuhr kürzlich seine 365. Fahrt für „Essen auf Rädern“ und war damit quasi ein ganzes Jahr im Einsatz.

**T**äglich eine warme Mahlzeit: 2015 startete Renato Liberda seine erste Fahrt als Freiwilliger in Hallein. Der rüstige Pensionist wollte seinen Beitrag in der Gesellschaft leisten – und tut dies bis heute. In den vergangenen Jahren war er regelmäßig von 9 bis 13 Uhr unterwegs, um warmes Essen an Mitbürger/innen zu verteilen.

„Mir macht es eine große Freude, mich ehrenamtlich zu engagieren. Ich bin stolz darauf, dass auch immer mehr junge Fahrer/innen dazukom-

men. Ich glaube, das ist ein wichtiges Signal, dass es in unserer Gesellschaft weiterhin gut vorangeht“, erzählt der 74-Jährige. „Solange es gesundheitlich geht, will ich mich engagieren.“

Liberda selbst ist übrigens auch ein Fan von Zahlen: Da er Fahrstühle meidet, hat er an einem Einsatztag die Anzahl der Stufen gezählt – das waren 524 Stufen stiegenaufwärts. Hochgerechnet kommt er heute also auf 191.260 Stufen, welche er in 1.460 Stunden oder 87.600 Minuten absolvierte. ■

Sie möchten sich auch als  
Freiwillige/r engagieren?  
Informieren Sie sich über  
die unterschiedlichsten  
Möglichkeiten!



# Neue Wege im Hilfswerk

Wir begrüßen unsere neuen Kolleginnen und Kollegen im Hilfswerk Salzburg und gratulieren bestehenden Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern zu ihren kürzlich vollzogenen Karriereschritten!



**GEORG DANTENDORFER**  
Stv. Fachabteilungsleitung  
Finanzen & Controlling  
Landesgeschäftsstelle

Nach meinem Wirtschaftsstudium und der Prüfung zum Bilanzbuchhalter wechselte ich vor über 20 Jahren zu einer namhaften Investmentgesellschaft in München und konnte dort ein umfangreiches kaufmännisches Know-how aufbauen. Im Jahr 2016 kam ich nach Salzburg zurück und war in zwei Bauunternehmen als Senior Controller sowie als Leiter Controlling tätig. Meiner Meinung nach werden die Bereiche Pflege und Soziale Dienstleistungen immer relevanter und erfordern kosten- und kapazitätsseitig hohe Aufmerksamkeit. Deswegen freut es mich, mich hier im Hilfswerk Salzburg zu engagieren.



**FRANZISKA-CHARLOTTE GRABBE**  
Bereichsleitung Soziale Arbeit  
Region Unterlungau

Ursprünglich aus dem Ruhrgebiet stammend, habe ich 2017 meinen Bachelor of Science im Fach Geologie in Greifswald abgeschlossen. Ein Jahr später hat es mich gänzlich in den Lungau verschlagen. Während der Corona-Pandemie beschloss ich, ein Studium der Sozialen Arbeit zu beginnen und bewarb mich zeitgleich beim Hilfswerk, um praktische Erfahrungen zu sammeln. Zunächst war ich im Bereich der Kinder- und Jugendbetreuung tätig und übernahm im vergangenen Jahr die Flüchtlingsbetreuung. Nun habe ich die Chance, als Bereichsleitung Soziale Arbeit im Unterlungau ein weiteres wichtiges Arbeitsfeld des Hilfswerks kennenzulernen und freue mich sehr darauf, in diesem Bereich einen positiven Beitrag leisten zu können.

GROSSE HILFE,  
GANZ NAH.



## WERDE TEIL UNSERES TEAMS!

Entdecke mit uns die vielfältige und lebendige Arbeitswelt des Hilfswerks.  
Wir bieten:

- 37-Stunden-Woche Vollzeit oder Teilzeit-Anstellung
- Sichere Arbeitsplätze in deiner Region
- Kostenlose Ausbildung & schneller Jobeinstieg für Heimhilfen und Tageseltern
- Kostenloses Weiterbildungsprogramm für Hilfswerk Mitarbeiter/innen

**JETZT INFORMIEREN ODER GLEICH BEWERBEN!**

0662 434702 oder per Mail an [jobs@salzburger.hilfswerk.at](mailto:jobs@salzburger.hilfswerk.at)



# Neue Regionalleitung im Flachgau



Thomas Petsch ist neuer Regionalleiter des Hilfswerks Salzburg im Flachgau.

**Ob Pflege, soziale Arbeit oder Kinder- und Jugendbetreuung: Das Hilfswerk Salzburg begleitet im Flachgau Personen aller Generationen durch den Alltag. Als neuen Regionalleiter im Flachgau darf das Hilfswerk Mag. Thomas Petsch im Team begrüßen.**

Thomas Petsch bringt eine umfassende Berufserfahrung in den Bereichen Bildungsmanagement und

Jugendpädagogik mit. Zuletzt als Ausbildungsleitung in Oberrain bei anderskompetent, war er für die Ausbildungseinrichtung, welche es beeinträchtigten Jugendlichen ermöglicht, Teilqualifizierungen in verschiedenen Ausbildungsbereichen zu erlangen, verantwortlich. Beste Voraussetzungen für die Region Flachgau, in der das Hilfswerk Salzburg acht Jugendtreffs und Jugendzentren sowie eine mobile aufsuchende Jugendarbeit in

Seekirchen, Neumarkt und Straßwalchen anbietet. Aber auch die Bereiche Pflege und soziale Arbeit sind dem 43-jährigen Salzburger nicht fremd. Seit Mai 2023 zeigt sich Thomas Petsch also für die Leitung der Region Flachgau verantwortlich, in der aktuell etwa 270 Mitarbeiter/innen an rund 25 Standorten angestellt sind. Wir wünschen dem neuen Kollegen viel Erfolg und freuen uns auf eine gute Zusammenarbeit. ■

## GROSSE HILFE, GANZ NAH.

### LANDESGESCHÄFTSSTELLE

Wissenspark Urstein, Urstein Süd 19/1/1,  
5412 Puch bei Hallein, Tel. 0662/43 47 02,  
office@salzburger.hilfswerk.at



### STANDORTE

Bei Fragen kontaktieren Sie einfach eine unserer Regionalstellen in Ihrer Nähe. Wir beraten Sie gerne – kostenlos und unverbindlich.

- **Salzburg-Stadt**  
Inge-Morath-Platz 30, Tel. 0662/43 09 80  
stadt@salzburger.hilfswerk.at
- **Henndorf**  
Hauptstraße 34, Tel. 06214/68 11  
flachgau@salzburger.hilfswerk.at
- **Oberndorf**  
Römerweg 3, Tel. 06272/66 87  
oberndorf@salzburger.hilfswerk.at
- **Tamsweg**  
Kuenburgstraße 9, Tel. 06474/77 10  
lungau@salzburger.hilfswerk.at
- **Hallein**  
Griesmeisterplatz 2, Tel. 06245/814 44  
tennengau@salzburger.hilfswerk.at
- **St. Johann**  
Hauptstraße 67, Tel. 06412/79 77  
pongau@salzburger.hilfswerk.at
- **Saalfelden**  
Ritzenseestraße 11, Tel. 06582/751 14  
saalfelden@salzburger.hilfswerk.at
- **Zell am See**  
Salzachtal-Bundesstr. 13, Tel. 06542/746 22  
pinzgau@salzburger.hilfswerk.at
- **Bramberg**  
Sportstraße 331, Tel. 06566/204 46  
bramberg@salzburger.hilfswerk.at



sozialministerium.at

**pflege.gv.at**

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

Die Website [pflege.gv.at](http://pflege.gv.at) bietet einen österreichweiten Überblick zum Thema Pflege.

Dort finden sich pflege- und betreuungsrelevante Informationen – für Menschen, die selbst Pflege oder Betreuung brauchen oder Personen, die jemanden pflegen:

- verständlich erklärt
- bundeslandspezifisch aufgelistet
- ebenso in Leicht Lesen-Versionen sowie in Gebärdensprache

Mehr unter [www.pflege.gv.at](http://www.pflege.gv.at)

TENA®

## TENA Wet Wash Glove.

Gebrauchsfertiger, vorbefeuchteter  
Reinigungshandschuh



TENA ProSkin Wet Wash Gloves eignen sich perfekt für die tägliche Ganzkörperreinigung. Die weichen Einweg-Waschhandschuhe sind mit einer pflegenden Formel vorbefeuchtet, die angegriffene, alternde Haut sanft reinigt und pflegt.

Täglich verwenden &  
vor der Anwendung  
aufwärmen. Jetzt im  
Webshop bestellen:

