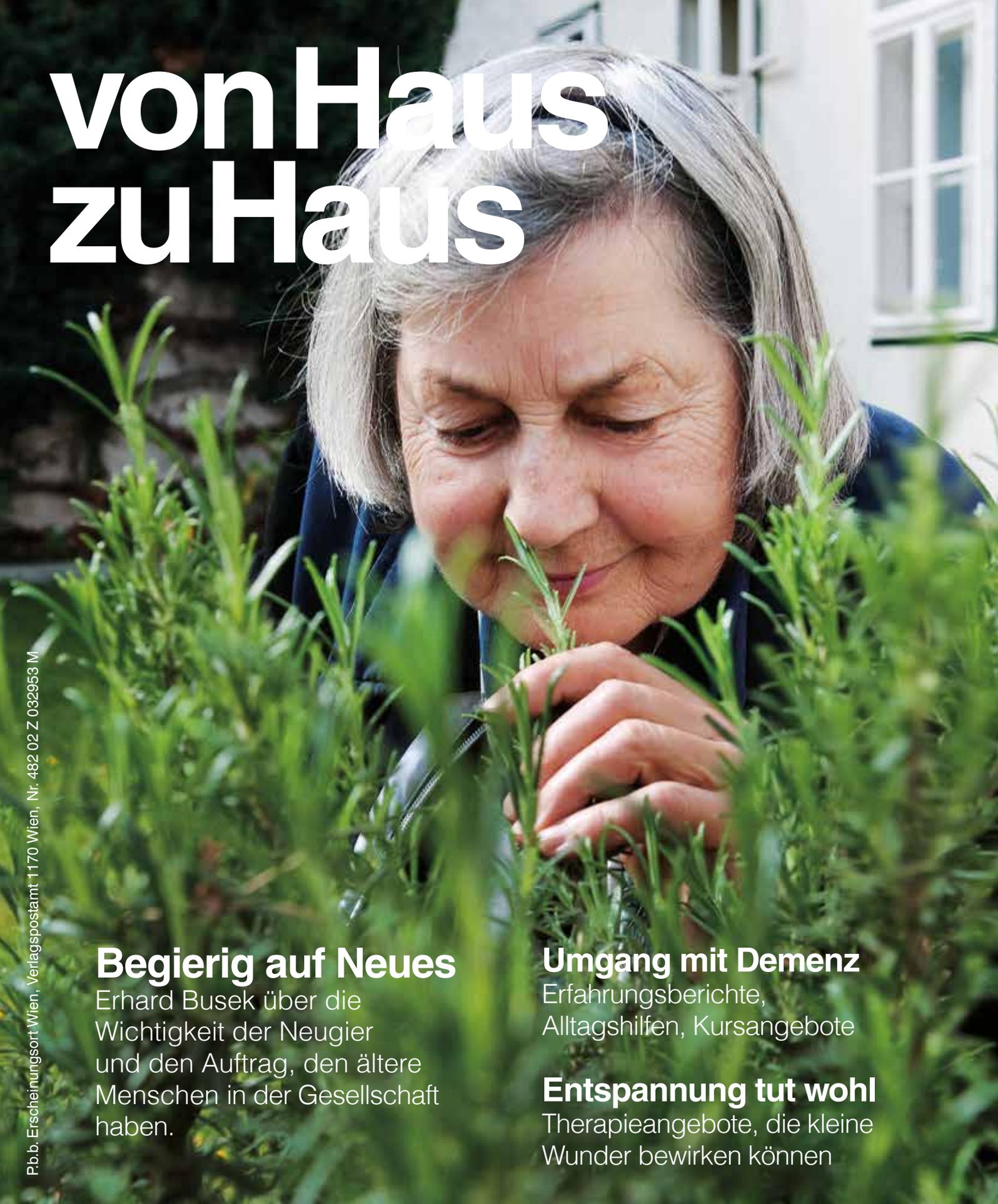


von Haus zu Haus



P.b.b. Erscheinungsort Wien, Verlagspostamt 1170 Wien, Nr. 482 02 Z 032953 M

Begierig auf Neues

Erhard Busek über die Wichtigkeit der Neugier und den Auftrag, den ältere Menschen in der Gesellschaft haben.

Umgang mit Demenz

Erfahrungsberichte, Alltagshilfen, Kursangebote

Entspannung tut wohl

Therapieangebote, die kleine Wunder bewirken können

#52

Herbst 2016
www.caritas-pflege.at

Es ist immer noch
mein Leben.

Caritas Pflege

Inhalt

Herausgeber

Caritas Pflege der
Caritas Erzdiözese Wien

Chefredaktion

Waltraud Fastl, Kurt Riha

Redaktionsteam

Martina Bauer, Karin Böck,
Horst Böhm, Christian
Braunagel, Ulrike Ertl,
Ilse Frisch, Anna Fürst,
Wolfgang Haas, Christian
Kainrath, Andrea Klein-
Dezlhöfer, Anna Köck,
Robert Nigl, Doris Pallisch,
Gabriele Pavlik, Irene
Pichler, Gottfried Prinz,
Andrea Reisinger, August
Rosenkranz, Helga Singer,
Elisabeth Sperl, Marianne
Stocker, Margarete
Stockenreiter, Konstanze
Welley, Manuela Weninger

Fotos

fotolia.com, Michael
Heiplik, Evamaria Kulovits,
Andrea Reisinger, Helga
Singer, Stefanie Steindl,
Kurt Riha, Konstanze
Welley

Druck

Medienfabrik Graz

Schreiben Sie uns!

Redaktion vonhauszuhaus

Albrechtskreithgasse 19-21, 1160 Wien
Tel. 01/87812-229
wolfgang.haas@caritas-wien.at

Sonstige Hinweise

Aufgrund der besseren Lesbarkeit wird in
den Texten der vonhauszuhaus-Zeitung
nur die männliche Form verwendet. Die
weibliche Form ist selbstverständlich
immer mit eingeschlossen.



| | |
|--|----|
| Vorwort | 3 |
| Begierig auf Neues | 5 |
| Fast wie in einem Dorf | 9 |
| Alltagshilfe für das Leben mit Demenz | 11 |
| Edukation Demenz | 12 |
| Einfach miteinander sprechen | 13 |
| Die Empathie bleibt | 14 |
| Langsamer Abschied | 15 |
| Masken des Alltags | 18 |
| Der Garten gibt mir Leben | 20 |
| Herrenstammtisch | 22 |
| Vorsorgedialog | 23 |
| Der Sinn fürs Schöne | 24 |
| Ein Gentleman der alten Schule | 27 |
| Entspannung tut wohl | 28 |
| Gaumenfreude | 31 |
| Chronik | 30 |
| Rätsel & Spass | 36 |
| News | 38 |
| Bewegt im Alter | 41 |
| Termine | 42 |
| Wir gratulieren | 44 |
| Blick aus meinem Fenster | 46 |
| Adressen | 47 |

Cover: Bewohnerin
Annemarie Klein (*1942)
genießt die Sommerblüte
im idyllischen Garten
des Seniorenhauses
Baden, um den sie
sich gemeinsam mit
Zivildienstler Leonard
Strohmayr und
Seniorenbegleiterin
Martina Wöhry kümmert.

Foto: Stefanie Steindl

Liebe Leserin, lieber Leser!

Viel wird heutzutage über die Krankheit Demenz geschrieben und geredet. Experten erforschen die Krankheit und den richtigen Umgang mit ihr – und die Regierung hat im letzten Jahr aufgerufen, eine Demenzstrategie für Österreich zu entwickeln.

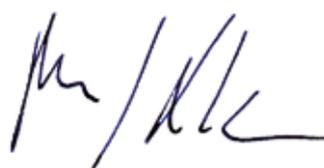
Wenn in einer Familie jemand an Demenz erkrankt, helfen diese positiven Entwicklungen zunächst nur bedingt. Die Unsicherheit und die Verzweiflung sind groß, wenn sich der geliebte Partner oder die geliebte Mutter zusehends verändert und schließlich vielleicht sogar die eigenen Verwandten nicht mehr erkennt. Hier braucht es gezielte Information, um die Krankheit zu verstehen und Hilfe, um mit ihr weiterleben zu können.

Die Caritas Pflege-Teams helfen: Mit Beratung und konkreter Unterstützung. Sie selbst wissen es: Manchmal hilft ein verständnisvolles Gespräch, manchmal braucht es einfach punktuelle Entlastung im Alltag, manchmal ist der Umzug in ein Pflegewohnhaus die beste Alternative. Jede Situation ist individuell – es gibt keine einfachen Rezepte, aber es gibt Entlastungs- und Unterstützungsangebote. Liebe Leserinnen und Leser, holen Sie sich Rat und Unterstützung, überlegen Sie gemeinsam mit unseren Expertinnen und Experten die nächsten Schritte.

In dieser Ausgabe erzählen wir Ihnen von jenen Angeboten in unseren Pflegewohnhäusern, die im Zeichen der Betreuung von an Demenz erkrankten Menschen stehen. Angebote, die zugleich eine große Entlastung für betreuende Angehörige bedeuten. Wir erzählen von den Angehörigencafés, von den hilfreichen Verständniskärtchen, vom liebevollen Umgang der Hausbewohner untereinander und von unseren kompetenten Kursangeboten. Natürlich kommen auch die vielfältigen Aktivitäten in unseren Häusern nicht zu kurz, zeigen sie doch einmal mehr, wie sehr uns die Lebens- und Erlebnisqualität unserer Bewohner und Kunden am Herzen liegt.

Besonders freue ich mich über den Ehrengast in dieser Ausgabe, den ehemaligen Vizekanzler Erhard Busek, der im Interview viel von sich erzählt und uns zugleich mit seiner besonderen Einstellung zum Alter beeindruckt. Neugierig sein, offen bleiben für Neues, das scheint mir ebenfalls ein gutes Rezept zu sein, das ich jedem Menschen nur empfehlen kann.

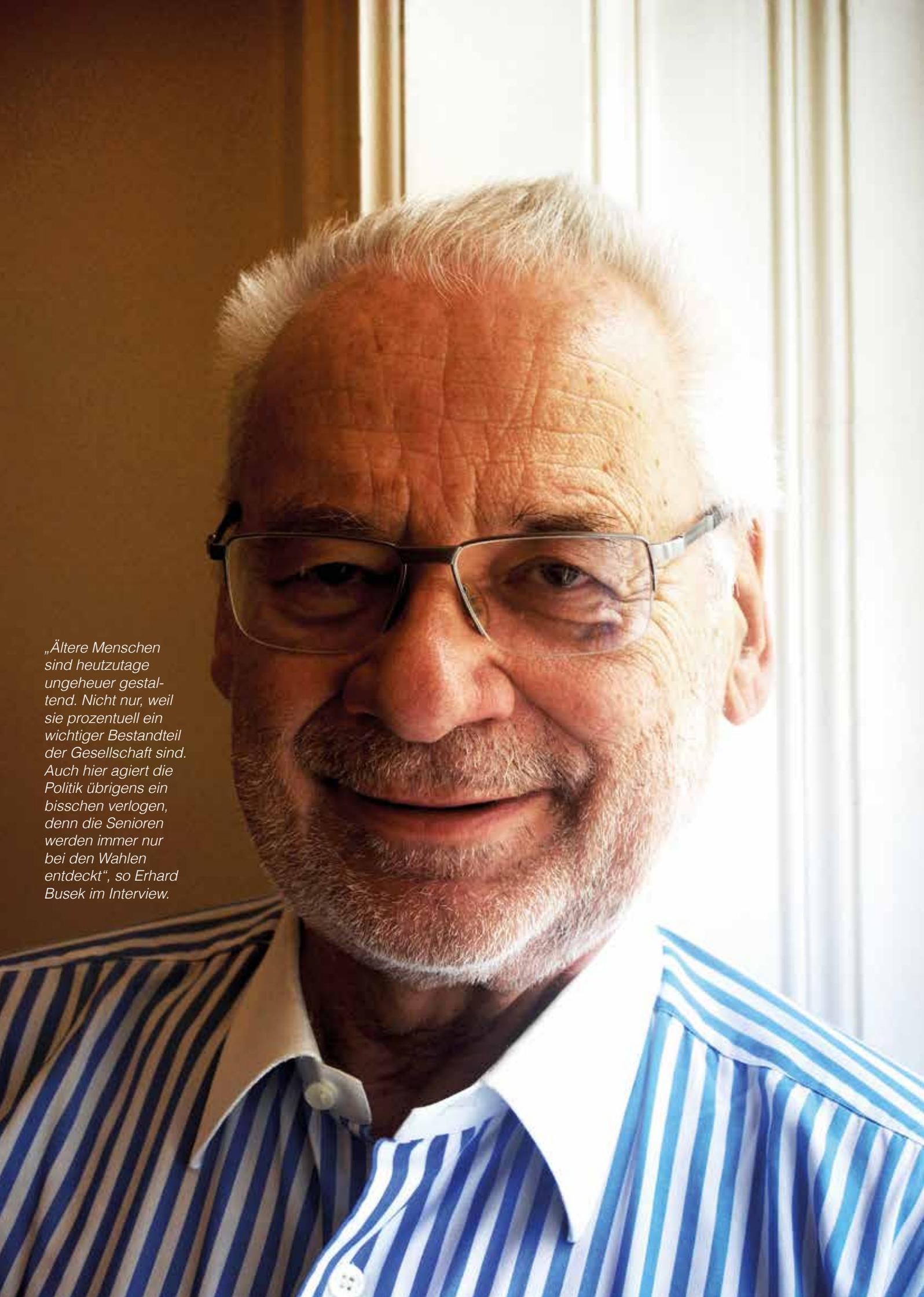
In diesem Sinn wünsche ich eine anregende Lektüre, alles Gute und viel Gesundheit.



Michael Landau
Caritas Präsident



Foto: www.wilke.at

A close-up portrait of an elderly man with short, light-colored hair, wearing glasses and a blue and white striped shirt. He is smiling slightly and looking towards the camera. The background is a light-colored, vertically striped curtain.

„Ältere Menschen sind heutzutage ungeheuer gestaltend. Nicht nur, weil sie prozentuell ein wichtiger Bestandteil der Gesellschaft sind. Auch hier agiert die Politik übrigens ein bisschen verlogen, denn die Senioren werden immer nur bei den Wahlen entdeckt“, so Erhard Busek im Interview.

Begierig auf Neues

Im Gespräch mit Erhard Busek über seinen nicht existenten Ruhestand, über den Auftrag, den ältere Mensch in der Gesellschaft haben – und über die Wichtigkeit der Neugier.

Anlässlich der Bundespräsidentenwahl meinten Sie in Richtung des ÖVP-Kandidaten Andreas Khol, er sei „zu alt für das G'schäft“.

Da sprach der alte Parteiobmann in mir. Bundespräsidenten haben meistens zwei Amtsperioden und das Alter des Andreas Khol schien mir keine zwei Amtsperioden zu versprechen. Natürlich, zu alt ist man nie. Seit meinem Ausstieg vor 20 Jahren durfte ich beobachten, dass sich mit zunehmendem Alter die Möglichkeiten des Eingreifens verändern. Es gibt eine eigentümliche Einstellung unserer Politikkollegen: Man sieht uns „Alte“ eher als eine Muppet Show, die vom Balkon aus ihre Kommentare geben. Das halte ich für falsch. Es gibt die Aufgabe aufgrund der eigenen Erfahrungen und gebunden an das eigene Alter – nicht nur Dinge zu kommentieren, sondern auch anzuregen und Auseinandersetzungen herbeizuführen.

Sind Sie also nicht im Ruhestand?

Mir ist der Begriff Ruhestand fremd, ebenso der oft daran angeschlossene Begriff des „Unruhestands“. Ich habe mich nach meinem Austritt entschlossen, nichts mehr direkt mit der verfassten Politik, also der Parteipolitik, zu tun haben zu wollen, aber das Feld der Gesellschaft ist heute reich an politischen Tätigkeiten. Ich engagiere mich am Balkan und in kulturellen Bereichen, ich habe mich gemeinsam mit Freunden um ein anderes Wahlrecht bemüht, ich bin negativen Einstellungen gegenüber Flüchtlingen entgegen getreten, ich bin in der „ERSTE Stiftung“ bei sozialen Angelegenheiten und in der „Dimension Europa“ engagiert. Da ist der Begriff Ruhestand unpassend. Meine Tätigkeit empfinde ich sogar spannender als früher, weil man nicht mehr unter der Zumutung

steht, das aus politischen Motiven oder des Stimmengewinns wegen zu tun. Man macht es um der Sache willen und ich habe die Beobachtung gemacht, dass damit auch die Glaubwürdigkeit steigt.

Hatten Sie nie den Gedanken: Jetzt reicht's, ich will meine Ruhe haben?

Eigentlich nie. Ich komme aus der katholischen Jugend, ich bin in einer vorkonziliaren Zeit aufgewachsen, wo noch über den Weltauftrag des Christentums diskutiert wurde, das war meine prinzipielle Orientierung. Deswegen bin ich in die Politik gegangen. Ich war vorher in keiner politischen Jugendorganisation. Der inneren Grundüberzeugung, dass man in dieser Welt eine Aufgabe wahrzunehmen hat, wollte ich treu bleiben. Ich bin sehr dankbar, falls mir das da und dort gelungen ist.

Sie haben vor zwei Jahren Ihre Memoiren „Lebensbilder“ veröffentlicht. War das als Lebensbilanz gedacht?

Eine kleine Korrektur, es sind keine Memoiren und erheben nicht Anspruch auf Vollständigkeit. Infolge vieler Nachfragen wollte ich gewisse Erkenntnisse festhalten, vor allem in Hinblick auf die Zukunft. Ich habe bereits einmal ein Buch mit dem Titel „Was haben wir falsch gemacht?“ verfasst, denn auch unsere Politikergeneration hat nicht alles gut gemacht. Aber was jetzt in der Politik passiert, ist wirklich schwach, man wird mit den Problemen nicht fertig. Darum habe ich zu jedem Kapitel „Briefe an die Zukunft“ geschrieben, um punktuell auf bestimmte Haltungen aufmerksam zu machen. Das Thema Zukunft ist ja heutzutage zugedeckt durch „Thinktanks“, durch Hochrechnungen, durch den statistischen Blick auf die unmittelbare

Der 1941 geborene Sohn eines Bauingenieurs geht früh in die Politik und gilt bald als einer der unkonventionellsten Politiker der ÖVP.

Er engagiert sich als Wiener ÖVP-Chef mit seiner grün-alternativ angehauchten Kampagne der „bunten Vögel“ für Umweltpolitik, initiiert Projekte gegen Fremdenfeindlichkeit und für eine moderne Kulturpolitik. Im Prager Frühling 1968 nimmt er Kontakt mit Dissidenten auf, 1980 besucht er den Gründungskongress der Solidarność – als ÖVP-Politiker!

Ein besonderes Anliegen ist Erhard Busek die europäische Integration Mittel- und Osteuropas, ein Engagement, das erst nach dem Fall des Eisernen Vorhangs gewürdigt wurde.

Als ÖVP-Bundeschef gestaltete er auch den EU-Beitritt mit. Seine bundespolitische Karriere endete unter dem Vorsitz von Wolfgang Schüssel.



Die Erinnerungen Erhard Buseks in „Lebensbilder“ sind nicht chronologisch geordnet: Persönliches wechselt sich mit Überlegungen zur heutigen Kultur-, Bildungs- und Wissenschaftspolitik ab, biografische Stationen führen zu Nachdenklichem über Europa und den Balkan.

Erhard Busek
Lebensbilder
288 Seiten, Kremayr
& Scheriau, € 24,-

Zukunft. Damit ist man meist schon zufrieden, doch es geht vielmehr um die Zukunft politischer Haltungen. Daran wollte ich mit den „Lebensbildern“ appellieren. Ich habe auf das Buch ein ungeheures Echo bekommen, mit dem ich nie gerechnet habe.

Also hört man doch noch auf das, was „die Alten“ sagen?

Ältere Menschen sind heutzutage ungeheuer gestaltend. Nicht nur, weil sie prozentuell ein wichtiger Bestandteil der Gesellschaft sind, sondern – da man heute immer alles ökonomisch vorrechnet – die Wirtschaft lebt ebenfalls stark von ihnen. Wobei es komische Verschiebungen gibt. Ich fliege noch relativ viel herum und stelle fest: Die Flugplätze sind bevölkert von jungen Menschen, die mit dem Rucksack die Welt erkunden, und von alten Menschen, die geschwind noch schnell etwas von der Welt sehen wollen. Auch hier agiert die Politik übrigens ein bisschen verlogen, denn die Senioren werden immer nur bei den Wahlen entdeckt – weil ihr Wahlverhalten am ehesten einzuschätzen ist.

Viele Senioren erinnern sich gut an den Krieg, an die bittere Not danach, und haben Verständnis für Flüchtlinge. Trotzdem wird dieses Verständnis von der Politik nicht abgerufen, eher im Gegenteil.

Das ist so, weil man für das Flüchtlingsproblem insgesamt noch keine Lösung gefunden hat. Es gibt zwar viele Bemühungen, aber Deutschland alleine ist es nicht. Jungen Flüchtlingen keine Arbeit zu geben ist aus meiner Sicht ein ungeheures Versäumnis. Weil daraus Aggressionen entstehen, die irgendwann explodieren können. So kommen jene Ereignisse – vom Praterstern bis zu den jüngsten Anschlägen in Europa – zustande, die wir eigentlich nur beklagen können. Da ist die Politik von hoher Fantasielosigkeit geprägt. Was tut sie? Sie erkennt, dass es ein Problem gibt, und versucht zu polarisieren und Gegenkräfte zu mobilisieren, um auf diese Weise die Dinge im Zaum zu halten – aber das funktioniert erfahrungsgemäß nie.

Wie kam es zu dieser Entwicklung?

Ich glaube, dass wir ein so sonniges Verhältnis zur Zukunft hatten, dass wir uns diese Entwicklung gar nicht vorstellen konnten. Seit ein, zwei Jahren behaupte ich, dass wir am Beginn des Dritten Weltkriegs stehen. Anfangs habe ich damit gerechnet, dass die Leute sagen: „Reden S' doch nicht so an Blödsinn!“ Aber instinktiv erfassen das viele Menschen. Es ist ein Weltkrieg, der nicht pompös mit Kriegserklärungen und Grenzübertritten eröffnet wird, sondern es geht um eine schleichende Destabilisierung, die von einigen Kräften auch sehr gezielt betrieben wird. Ich würde mir wünschen, dass die EU und andere internationale Organisationen ein klares Programm vorlegen, wo man ansetzen muss, um den Menschen wieder mehr Sicherheit zu geben. Aber das gibt es nicht. Es ist sehr lieb, wenn der Verteidigungsminister erklärt, dass er mehr Kampfhubschrauber oder Kasernen braucht. Gegen jene, die mit dem Sprengstoffgürtel kommen, nützt das nichts. Wir müssen anders ansetzen, nicht mit militärischen, sondern mit sozialen, psychologischen Mitteln, mit Bildung, mit Kommunikation – dort sind unsere entscheidenden Schwächen.

Geht es hier nicht auch um den Ausgleich sozialer Ungerechtigkeiten?

Ich glaube, dass es darum geht, einer jüngeren Generation Chancen zu bieten. Ich habe Folgendes erlebt: Ich fuhr mit der Ringstraßenbahn und bei der Universität stiegen drei junge Leute ein, die mich offensichtlich erkannt haben. Sie sagten mir, dass sie dem Islam beigetreten sind. Ein wenig schockiert fragte ich sie nach dem Warum. Es kam heraus: „Der Islam weiß noch, was er will. Er gibt uns eine Aufgabe.“ Ich bin mit diesen Menschen, die sich dem Gespräch durchaus gestellt haben, bis zur Endstation und wieder retour gefahren. Es wird so wahnsinnig viel geredet von Europäischen Grundwerten – aber wer vertritt sie eigentlich? Es gibt so viele „Überschriften“, die zum Trost ausgegeben werden, aber wer realisiert sie? Das ist auch ein Auftrag an die Kirche, die hier, wie ich meine, stärker gefordert ist. Da

stimme ich dem Papst Franciscus zu, wenn er sagt: „Runter vom Sofa“.

Die Meinungen über das Altern gehen auseinander, die einen betonen die Altersweisheit, die anderen beklagen das Nachlassen körperlicher Fähigkeiten und den Verlust vieler Beziehungen. Wie fällt Ihre Bilanz aus?

Ich stelle mir diese Frage nicht, weil es einfach so ist. Es ist ein Faktum, dass man älter wird, damit muss man leben und versuchen das Beste daraus zu machen. Das ist meine Grundeinstellung, damit ist die Geschichte erledigt. Aber es gibt eine wichtige Aufgabe, die man als älterer Mensch hat – und die meine Eltern und Großeltern ganz gut wahrgenommen haben: Man muss den jüngeren Generationen Geschichten und „GeschichterIn“ erzählen, weil das in Wirklichkeit Lebenshilfen sind. Es geht nicht darum, wann die 2. Türkenbelagerung war, sondern wie man auf verschiedenen Ebenen, sei es auf der staatlichen, persönlichen oder politischen Ebene, mit dem Leben fertig geworden ist.

Ich erzähle gegenwärtig oft davon, wie wir in der Nachkriegszeit mit wenig ausgekommen sind. Ich bin in einem sehr schönen Haus, einem Palais, aufgewachsen, das war vom Keller bis zum Dach voll von Flüchtlingen aus der ehemaligen Tschechoslowakei. Ganz in der Nähe lag der Liechtensteinpark, dort wurde Landwirtschaft betrieben. Man hat Kohl und Kartoffeln angebaut, das wäre heute unvorstellbar. Aber das Überleben war eben primär. Dafür hat man ungeheure Kräfte mobilisiert und sich auch gegenseitig geholfen. Mit zunehmendem Wohlstand ist das schwieriger geworden. Dass der Sozialstaat uns vieles abgenommen hat, dass wir quasi nicht mehr zuständig sind, sondern nur noch schauen können, bei welchen Amt wir uns beschweren können, das finde ich problematisch. Die Frage nach der eigenen Aktivität zur Bewältigung aktueller Probleme ist von größter Bedeutung.

Haben Sie in Ihrem persönlichen Umfeld Erfahrungen mit Demenz gesammelt?

Ich habe im Freundeskreis Demenz erlebt. Das erzeugt ungeheure Betroffenheit und Hilflosigkeit. Aber es ist auch beeindruckend, weil man mehr denn je draufkommt, welche wichtige Rolle Sprache und Verständnis haben. Ebenso die Erkenntnis, dass Verstehen auf einer sehr primären, fast primitiven Ebene stattfindet, wo man eigentlich gar nicht nachzudenken braucht.

Unternimmt die Politik hier aus Ihrer Sicht genug?

Ich glaube es ist notwendig, das Thema Demenz der Öffentlichkeit stärker vorzustellen und mehr Zugänge zu eröffnen. Man ist dennoch, wenn man es dann persönlich erlebt, geschockt und braucht gewisse Verarbeitungskapazitäten – auch um zu vermeiden, dass man danach mit an Demenz erkrankten Menschen gar nichts mehr zu tun haben will. Die Exklusion ist ein großes Problem. Hier sind auch die Medien und die Bildungseinrichtungen stark gefordert.

Haben Sie befürchtet, selbst an Demenz zu erkranken?

Man stellt sich die Frage natürlich, verdrängt es aber wieder. Es besteht die Gefahr einer gewissen Koketterie, wenn einem Dinge nicht mehr einfallen. Meine Frau und ich sagen manchmal: „Ah, jetzt sind wir auch schon dement.“ Aber natürlich ist es ein Blödsinn, solche Kommentare von sich zu geben.

Erfahrungsgemäß wird es im Alter schwerer, sich für Dinge zu öffnen. Wie halten Sie es mit der Neugierde?

Neugier ist eine Grundeinstellung von mir. Ich halte das deutsche Wort für etwas flach. Im Lateinischen heißt es *cupidum rerum novarum*, der neuen Dinge begierig. Es steckt zwar im Wort drinnen, aber kaum jemand versteht es als Begierde. Ich habe das Leben immer als immens spannend gesehen, weil es immer etwas geboten hat, das ich noch nicht wusste. Ich bin stets unterwegs, um das kennen zu lernen, was ich noch nicht kenne.

Das Interview führte Kurt Riha, Caritas Wien

*Aktivitäten geben
auch an Demenz
erkrankten
Menschen das
Gefühl: „Hier tut
sich etwas, hier
bin ich dabei.“*



*In einer Wohngruppe
zu leben, bedeutet
ein neues Zuhause
zu haben.*

Fast wie in einem Dorf

Das Leben in Hausgemeinschaften bringt viele Vorteile für an Demenz erkrankte Menschen

Wir haben bereits über das Hausgemeinschaftskonzept berichtet. Gut erprobt im Haus St. Teresa, bieten wir nun auch seit einem Jahr in Klosterneuburg im Haus St. Leopold eine Alternative zu einem „klassischen“ Pflegewohnhaus an. Wohngruppenkoordinatorin Veronika Rechberger berichtet von ihren ersten Erfahrungen mit dem Haus und warum diese Wohnform besonders gut für Menschen mit Demenz ist.

Seit einem Jahr leite ich eine von drei Wohngruppen im Haus St. Leopold. Was sind aus meiner Sicht die Vorteile im Alltag? Die Verbindung von offener Küche, Wohn- bzw. Esszimmer und Fernsehcke ist das wichtigste Merkmal des Hausgemeinschaftskonzepts und wird von den Bewohnern sehr gerne angenommen. Sie fühlen sich wohl, denn die Küche bzw. das tägliche Kochen bedeutet Vertrautheit und Wärme. Man fühlt sich hier eben wie Zuhause. Das eigene Zimmer ist nah und gehört zur Wohngruppe. Insgesamt sind diese Bereiche kleiner strukturiert, das macht sie überschaubar für die Bewohner.

Der offene Wohnbereich erleichtert es auch dem Team, mit den Bewohnern häufig in Kontakt zu treten. Sie sehen wie es ihnen geht, können kleine Hilfestellungen bieten. In den Wohnzimmern steht immer eine Ansprechperson, eine sogenannte Alltagsmanagerin, für Gespräche, Fragen, spezielle Anliegen oder einfach für das Gefühl, nicht alleine zu sein, zur Verfügung. Die Alltagsmanagerin sorgt ebenso dafür, dass stets Rückzugsmöglichkeiten erhalten bleiben.

Flexibel und individuell

Wer hingegen lieber aktiv sein will, kann jederzeit in der Küche mitmachen – je nach Fähigkeit oder einfach nach Lust und Laune. Menschen mit fortgeschrittener Demenz werden durch direkte Ansprache, durch Hören verschiedener Stimmen und Geräusche sowie durch die verschiedenen Gerüche aus der Küche stimuliert. Die Alltagsmanagerin hilft auch hier mit, spricht beim Kochen mit den Menschen und entlastet so das Pflegepersonal.

Die Bewohner erleben einen „normalen“ Alltag. Verschiedene Personen kommen und gehen, es entsteht der Eindruck: „Da tut sich etwas, da bin ich im Leben mit dabei.“ Die Bewohner haben die Wahl, mit wem sie ihre Zeit verbringen wollen, was auch viele offene Gespräche untereinander fördert.

Es wird für alle gekocht und zum gemeinsamen Essen eingeladen, aber wenn jemand später oder alleine essen möchte, so ist das genauso möglich. In diesem überschaubaren Raum ist es einfach, auf individuelle Wünsche einzugehen. Anders als in einem klassischen Pflegewohnhaus konzentriert sich das Aktivitätenangebot auf das Wohnzimmer der Wohngruppe. So entsteht ein größeres Gefühl der Zugehörigkeit. Tatsächlich hören wir, dass Bewohner sagen: „Ich gehe auf Besuch“, wenn sie einmal in einer anderen Hausgemeinschaft vorbei schauen. Es ist fast so wie in einem Dorf.

„Besonders wichtig ist die emotionelle Nähe zu den Bewohnern. Hier eine Umarmung, dort ein Witz, da ein Lächeln oder das bewusste Wahrnehmen eines traurigen Gesichts.“



Sensibles Miteinander

Hausgemeinschaft bedeutet Miteinander. Wir erleben, dass Menschen ohne demenzielle Krankheiten ihre Mitbewohner mit demenzieller Erkrankung unterstützen. Besonders gut gelingt das bei gemeinsamen Feiern von oder bei gemeinsamen Tätigkeiten wie das Gießen von Kräutern und Blumen auf der Terrasse, das Mitarbeiten im Garten und in der Küche. Auch unsere Haus- und Therapietiere sind oft ein verbindendes Element zwischen den Bewohnern.

Besonders wichtig ist schließlich die durch die räumliche Nähe ermöglichte emotionale Nähe zu den Bewohnern. Hier eine Umarmung, dort ein Witz, da ein Lächeln oder das bewusste Wahrnehmen eines traurigen Gesichts. Oder

eine kleine, selbstverständliche Hilfeleistung, wenn einmal etwas umgeworfen wurde. Aufmerksamkeit und Sensibilität gewährleisten für die Bewohner Würde und Wohlfühlen.

„Ich möchte nach Hause, ich bin müde“, sagte eine unserer Bewohnerinnen nach einem Ausflug einmal zu mir. Diese Aussage beschreibt sehr schön, dass die Wohngruppen mehr sind, als nur ein Platz zum Wohnen – sie sind ein Zuhause.

Veronika Rechberger dankt ihren Kolleginnen Judit Schaeferne-Benkoe und Ivona Platajs-Kraehan für die Unterstützung bei diesem Artikel.

Alltagshilfen für das Leben mit Demenz

Verständnis-Kärtchen der Caritas – eine mögliche Unterstützung für Angehörige und an Demenz erkrankte Menschen

Im Alltag kann es bei Menschen, die an einer fortgeschrittenen Demenz erkrankt sind, durchaus einmal zu ungewöhnlichen oder peinlichen Situationen kommen, bei denen das Umfeld mit Unverständnis oder gar Empörung reagiert. Angehörige stehen hier regelrecht dazwischen. Sie wollen sowohl die peinliche Situation möglichst schnell beenden als auch den Kranken nicht durch laute Erklärungen beschämen, da sie sich um die Würde des Betroffenen sorgen. Da ist es hilfreich, diese Kärtchen immer griffbereit dabei zu haben.

Um sich lange Erklärungen zu ersparen und zu einer schnellen Beruhigung der Situation beizutragen, können Angehörige sogleich ein Verständnis-Kärtchen weiterreichen und sich dem Menschen mit Demenz widmen, der vielleicht durch die Reaktion des Umfelds verwirrt oder aufgebracht reagiert. So entgeht man längeren Auseinandersetzungen oder gar einem Streit.

Positive Reaktionen

Erfahrungsgemäß sind die Reaktionen im Umfeld durchwegs positiv. Menschen, die vorher verständnislos auf eine Situation reagiert haben, beruhigen sich und zeigen rasch Verständnis. Als Vorbild für die sog. „Verständnis-Kärtchen“, die nicht größer als eine Visitenkarte sind, diente die Deutsche Alzheimer Gesellschaft. Die Psychosoziale Angehörigenberatung der Caritas Wien hat 2009 die Kärtchen etwas verändert und die Selbsthilfegruppe „Alzheimer Austria“ für die Mitarbeit gewonnen.



Ein Beispiel

„Mein Mann war aufgrund seiner Demenzerkrankung nicht wirklich nett zu Menschen, die im Verkauf arbeiteten“, erzählt eine pflegende Angehörige. „Wir mussten wegen einer neuen Brille zum Optiker. Die zuständige Optikerin war eine nette, hübsche Dame. Meinem Mann dauerte wieder einmal alles zu lange, die Vermessung und das Warten dazwischen. Er hat ja kein Zeitgefühl mehr gehabt, daher stand er auch immer wieder auf, schlichtete Brillenfassungen hin und her und verlangte dabei lautstark, dass hier „endlich gearbeitet werden soll“. Ich tat mir sehr schwer, ihn zu beruhigen.“

Dann begann er mit der attraktiven Optikerin auch noch zu flirten und erzählte ihr eindeutige Witze. Schnell gab ich der Optikerin ein Verständnis-Kärtchen und meine Visitenkarte. Sie las den Text, lächelte mich an und sagte – „Kein Problem, mein Opa auch!“ Danach führte sie ihre Arbeit geduldig weiter. Das Abholen der Brille und die kurze Kontrolle waren auch kein Problem mehr, weil das Kärtchen im Geschäft in seiner Akte lag.

In der Psychosozialen Angehörigenberatung und bei der Selbsthilfegruppe „Alzheimer Austria“ wurden gute Erfahrungen im Umgang mit den Verständnis-Kärtchen gemacht.

Die Caritas Verständniskärtchen sind bestellbar bei wolfgang.haas@caritas-wien.at oder unter 01-878 12-197

„Ich will wissen, was sich bei der Krankheit wirklich tut, dann weiß ich mir besser zu helfen.“

EduKation Demenz® – ein Kursangebot für Angehörige von Menschen mit Demenz im frühen bis mittleren Stadium.

Rückmeldungen der Kursteilnehmer

„Die Krankheit meines Mannes ist für mich fassbarer geworden.“

„Ich bin wesentlich gelassener geworden, das merken alle, auch meine an Demenz erkrankte Mutter.“

„Wir haben inzwischen eine Heimhilfe organisiert, ich habe jetzt mehr Zeit für mich.“

„Meine Mutter hat mit mir Zuhause mitgelernt, wir haben nach den Kurseinheiten über die Inhalte gesprochen und auch bei ihr ist es nachhaltig. Wir haben die Nachbarn informiert und der Vater hat die Vorsorgevollmacht unterschrieben.“

Menschen mit einer Demenz zu betreuen, bedeutet für die Angehörigen eine hohe psychische Belastung. Die Psychosoziale Angehörigenberatung der Caritas Pflege bietet diesen September bereits den sechsten Kurs an. Das gemeinsame Lernen in der Gruppe verbindet und zeigt Wege auf, wie Angehörige die Beziehung zu den erkrankten Menschen verbessern können.

Der Kurs EduKation Demenz®, eine Abkürzung für „Entlastung durch Förderung der Kommunikation bei Demenz“, wurde 2006 speziell für Angehörige von Menschen mit Demenz an der Universität Erlangen-Nürnberg von Prof. Dr. Sabine Engel entwickelt. Vermittelt wird Wissen über die Erkrankung sowie den Umgang und die Kommunikation mit an Demenz erkrankten Menschen. Der Kurs ist die einzige wissenschaftlich evaluierte Angehörigenschulung im deutschsprachigen Raum und wird in Wien nur von der Caritas angeboten.

Wesentliche Kursziele sind, die Angehörigen darin zu unterstützen, die Krankheit Demenz zu verstehen – mit all ihren besonderen Auswirkungen auf das Leben des Kranken und der Angehörigen, ein neues Verständnis für den Kranken zu entwickeln, eigene Gefühle von Trauer und Verlust zu erkennen und zu akzeptieren, sowie die eigene neue Rolle als betreuende Angehörige zu verstehen und anzunehmen. Großer Wert wird auch auf die Selbstpflege der Angehörigen gelegt sowie auf die Ermutigung, Hilfe von professionellen Diensten zuzulassen.

Die Schulungsinhalte werden in 10 Module aufgeteilt, die nach Möglichkeit in 10 Wochen hintereinander angeboten werden sollen. Ein Modul dauert zwei Stunden. Durch

dieses komprimierte Kursangebot lernen sich die Gruppenteilnehmer schnell kennen, was einen regen Austausch in vertrauensvoller und geschützter Atmosphäre fördert. Eigene Emotionen können und sollen ausgesprochen werden.

Lernziele

- Erwerb von Wissen über Demenzerkrankungen – dadurch können sich Angehörige besser in die Realität des Menschen mit Demenz versetzen.
- Wissen fördert das Verständnis für die Situation des erkrankten Menschen – eine unverzichtbare Basis für das Erlernen neuer Kommunikationsformen.
- Kommunikation wiederum ist Voraussetzung, um den alltäglichen Umgang mit den an Demenz erkrankten Personen zu verbessern. Es wird an den individuellen Fähigkeiten der Erkrankten angesetzt.
- Weitere Inhalte sind die Situation der Angehörigen, die Vielfalt der auftretenden Emotionen (Trauer, Wut, Schuld ...) und die Notwendigkeit über das eigene Verhalten und den Umgang mit den erkrankten Menschen nachzudenken und sich darüber auszutauschen.

Die Gruppen sind gemischt, nicht nur was die beiden Stadien (frühes und mittleres), sondern auch was den Verwandtschaftsgrad angeht (Partner, Töchter, Söhne, Schwiebertöchter). Für das Familiensystem ist es hilfreich, wenn eine Tochter hört, wie eine Ehefrau die Demenz ihres Mannes erlebt – oder umgekehrt.

Einfach miteinander sprechen

Manchmal ist es ein richtiges Ringen um die Akzeptanz einer Krankheit – Eindrücke aus dem Angehörigencafé im Haus St. Bernadette

Zusatzangebot

Nicht im regulären Kurskonzept vorgesehen, aber ein Zusatzangebot in Wien: Die Kursteilnehmer treffen sich ein halbes Jahr nach Kursabschluss erneut mit der Kursleitung. Dadurch lässt sich erfahren, wie die Kursinhalte umgesetzt wurden, wo Schwierigkeiten aufgetaucht sind und welche neuen Fragen es vielleicht gibt.

Unsere sehr positiven Erfahrungen mit dem Kurs zeigen, dass die konzipierten Lernziele praxisrelevant sind und die vermittelten Schulungsinhalte tatsächlich umgesetzt werden können.

Alle Kurse werden von Sabine Zankl, Psychosoziale Angehörigenberatung, durchgeführt. Der sechste Kurs beginnt noch im September, eine neuer startet Ende Jänner 2017.

Informationen und Anmeldung

*Mag.^a Sabine Zankl,
Psychosoziale Angehörigenberatung
Tel. 0664-825 22 58*

Ins Angehörigen Café kommen Menschen um über das zu reden, was sie beschäftigt, was ihnen am Herzen liegt – und zu erfahren wie andere mit ähnlichen oder ganz anderen Situationen umgehen. Das Thema Demenz kommt dabei häufig zur Sprache. Etwa in der verzagten Aussage von Frau P.: „Meine Mutter hat für alles eine Ausrede. Wenn sie etwas vergisst – immer bin ich an allem Schuld. Wenn sie Schmerzen hat, weil ich nicht für den richtigen Arzt und die Medikamente Sorge, oder wenn sie sich über mich ärgert, weil ich mich nicht richtig um sie kümmere.“ Herr S. hat dafür Verständnis: „So hat es bei meiner Schwiegermutter auch begonnen. Eines Tages hat sie einen Kellner beschimpft, weil sie sich verrechnet hat. Da habe ich einsehen müssen, dass etwas nicht mehr stimmt. Wir haben aber lange nicht kapiert, was los ist.“

Auch mit ihrem persönlichen Verhältnis zu Distanz und Nähe kämpfen manche Angehörige. „Meine Bekannten fragen mich, ob ich verrückt bin, dass ich jeden Tag, manchmal sogar mehrmals täglich meine Mutter im Pflegewohnhaus besuche. Sogar die familiäre Planung richtet sich nach meinen Besuchen im Haus St. Bernadette“, erzählt Frau T. Ein andere Angehörige versteht diese Haltung vollkommen: „Ich fahre immer mit Bauchweh auf Urlaub, denn sicher ruft meine Mutter schon am ersten Abend an und braucht etwas von mir!“ Etwas abgeklärter ist das Ehepaar P. mittlerweile: „Sie machen sich ja selbst das Leben schwer! Wir kommen

auch unsere Mutter besuchen und sind für sie da. Aber dazwischen leben wir unser Leben!“

Menschen, die ein ähnliches Schicksal teilen, können ihre Trauer, ihre Ohnmacht und ihre Ängste leichter mitteilen. Ihr eigenes Betroffensein macht sie zu Experten, deren Rat oder verständnisvolles Zuhören gut tun. Auch die Hemmschwelle, aus Scham etwas nicht zu sagen, wird einfacher überwindbar. Herr S. erzählt vom Essverhalten seiner Mutter: „Meine Mutter hat bei uns immer auf gute Tischmanieren geachtet. Nun sitze ich bei ihr und sie schaufelt ihr Essen ins Trinkglas!“

Trost & Tipps

Viele Angehörige sprechen über ihre Ängste, über Momente der Trostlosigkeit, über den mitunter bestürzenden Verlauf der Erkrankung: „Ich glaube, mein Vater kennt mich gar nicht mehr!“ Zugleich gibt es ganz einfache, aber wichtige Themen, die in Ruhe besprochen werden, etwa die richtige Vorgangsweise zur Genehmigung einer Physiotherapie oder praktische Tipps: „Meine Schwester liebt die Natur, schauen Sie bitte, dass sie so oft wie möglich in den Garten kann.“ Auch manche Bewohner kommen gerne ins Angehörigencafé. Die Gespräche verlaufen dann etwas anders, aber die Bewohner genießen es zu hören, wie sehr ihr Wohl den Angehörigen am Herzen liegt.



Die Empathie bleibt

Wie sich Bewohner um ihre Mitbewohner kümmern.

Menschen, welche die Gabe der Empathie haben, behalten diese auch im Alter. Auf Grund ihrer eigenen Einschränkungen können sie sich gut in ihre zeit- und ortsverwirrten Mitbewohner einfühlen. Aus diesem Gefühl heraus wollen sie sich um jene annehmen, denen es noch schlechter geht.

Sie zeigen dabei eine Sicherheit im Umgang mit an Demenz erkrankten Menschen, die selbst zertifizierte Validationsanwender verblüfft.

Neben der professionellen Zuwendung der Pflegepersonen und der Sozialbegleitung, die empathisch auf Menschen mit chronischer Verwirrtheit zugehen, gibt es den helfenden Kontakt der Bewohner untereinander. Oft bieten Bewohnern ihren Mitbewohnern Hilfe an, wenn sie merken, dass dies nötig ist. Sie unterhalten sich mit ihnen, übernehmen mitunter sogar eine Art „Patenschaft“ für sie. An Demenz erkrankte Menschen reagieren nahezu immer positiv darauf, dass da jemand kommt, um sie zu unterstützen. Sie wirken entspannter, öffnen sich, scheinen sich darüber zu freuen, lächeln.

Zuwendung schenken

Frau Moser*, Bewohnerin im Haus Franz Borgia, ist zeitlich und örtlich desorientiert, sie verlangt nach immer gleichen Abläufen.

Weicht etwas von der üblichen Tagesstruktur ab, ist sie verunsichert. Ihre Mitbewohnerin Frau Ernst* hat irgendwann begonnen, sich zu ihr zu setzen und ihr instinktiv Sicherheit zu vermitteln. Sie begleitet Frau Moser, scherzt mit ihr, muntert sie auf. An der Mimik ist deutlich zu erkennen: Frau Moser ist entspannter, sie lächelt und kommuniziert mehr. Frau Ernst hat auf diese Weise eine Aufgabe gefunden. Sie schenkt ihre Zuwendung weiteren Bewohnern. Die noch selbständig mobile Bewohnerin wirkt jetzt häufig sehr fröhlich – ganz anders als bei ihrem Einzug.

Auf andere zugehen

Waltraud Lahner kam vor vier Jahren zusammen mit ihrem Mann ins Haus St. Barbara. Zuvor hatte sie ihn sechs Jahre lang Zuhause gepflegt. Diese Pflege war sehr

anstrengend, sie war am Ende ihrer Kräfte. Begeistert erinnert sie sich daran, wie engagiert die Pfleger des Hauses sich um beide gekümmert haben und es ihnen bald wieder besser ging. Leider starb Herr Lahner im Jahre 2015.

Danach hatte Frau Lahner einige Zimmernachbarinnen, wobei die eine oder andere an einer demenziellen Erkrankung litt. Von Anfang an zeigte sie keine Berührungsängste. „Mir fiel es nicht schwer, auf andere zuzugehen. Im Gegenteil, die Menschen haben sich auch gerne zu mir gesetzt und sich gefreut, dass ich mit ihnen geredet habe. Man muss die Menschen nehmen, wie sie sind.“ Nach dem Tod des Mannes war sie dankbar dafür, dass sie sich trotz des schmerzhaften Verlustes nie allein fühlen musste. „Meine Zimmernachbarinnen wurden schnell zu Freundinnen. Wir haben viel miteinander gesprochen, das hat uns beiden geholfen.“

Neben dem starken Rückhalt in der Familie fühlt sich Frau Lahner auch dem Wohnbereich sehr verbunden. Sie hilft, wo sie kann. Ihre Pflichten als Bewohnervertreterin nimmt sie sehr ernst. „Auf meinem Grabstein wird einmal stehen: ‚Sie war eine treue Mitarbeiterin‘. So wie mir und meinem Mann geholfen wurde, so will ich anderen Menschen hier helfen“, sagt sie zufrieden lächelnd.

Eine späte Aufgabe

Frau Schober* kam im Sommer 2015 ins Haus St. Elisabeth und teilte sich ihr Zimmer mit Frau Perchtl*, die sich zu diesem Zeitpunkt schon in einem fortgeschrittenen Stadium der Demenz befand. In der ersten Zeit zeigte Frau Schober wenig Verständnis: „Wie kann man sich nur so aufführen? In den unpassendsten Momenten zieht sie sich aus! Ständig schreit sie auf der Suche nach ihrer Tochter das ganze Haus zusammen!“ Für Frau Schober ein unzumutbares Benehmen, Krankheit hin oder her. Die Betreuer nahmen sich die Zeit, Frau Schober zu erklären, was sich bei einer Demenz abspielt, dass sich die betroffenen Menschen oft nicht im Hier



Waltraud Lahner
(*1930), hilfsbereite
Bewohnerin im
Haus St. Barbara

und Jetzt befinden, dass sie ein ständiges Gefühl der Rastlosigkeit in sich tragen. Das änderte ihre Einstellung schlagartig. Sie begann genau zu beobachten, wie das Pflege- und Betreuungspersonal mit Frau Perchtl umgeht, welche Fragen gestellt, welche Antworten gegeben wurden. Da Frau Perchtl unentwegt auf der Suche nach ihrer Tochter war, die sie unbedingt von der Schule abholen musste, um ihr ein Mittagessen zu kochen, versuchten sie die Mitarbeiter im Sinne der Validation auf dieser „Ebene“ abzuholen. Davon konnte sich Frau Schober einiges erfolgreich abschauen und aneignen.

Von nun an begleitete sie Frau Perchtl, wenn sie wieder einmal auf der Suche nach ihrer Tochter im Haus unterwegs war. Sie schenkte ihr Ruhe, wenn Frau Perchtl selbst keine finden konnte, sie erinnerte ihre Zimmergenossin an ihr Glas Saft, das sie noch trinken musste. Sich um sie zu kümmern, wurde zu ihrer Aufgabe. Als schließlich das Lebensende immer näher rückte, stand ihr Frau Schober, gemeinsam mit der Tochter, den Pflegepersonen und der Seelsorgerin, ebenfalls bei. So konnte ein friedlicher Abschied ermöglicht werden. Seither zählt sie zu jenen Bewohnern, die sich mit viel Geduld und Empathie um andere Bewohner mit Demenz kümmern und ihnen Verständnis und Aufmerksamkeit entgegenbringen.

Ein herzliches Dankeschön an alle Bewohner für Ihren Einsatz. Und auch für Ihre Bemühungen anderen Bewohnern die Krankheit Demenz zu erklären und Verständnis zu wecken.

*Von
Wolfgang Neruda,
Haus Franz Borgia,
Christian Braunagel,
Haus St. Barbara,
Martina Bauer,
Haus St. Elisabeth*

**Die Namen der Bewohnerinnen wurden geändert.*



Langsamer Abschied

Seit vielen Jahren kümmert sich Frau Schinko um ihren an Demenz erkrankten Ehemann.

Auch wenn es in dieser Geschichte auf den ersten Blick um ein trauriges Thema geht, geht es doch auch um eine lebensbejahendes Thema: Unser aller Tage sind gezählt, wir alle sind vergänglich – wie wichtig ist es darum, aus der Zeit, die uns bleibt, das Beste zu machen! Die guten Tage zu achten, sie zu genießen ...

Karl Schinko, ehemaliger Generalsekretär der Caritas Österreich, konnte sich nicht vorstellen, mit 60 Jahren in Pension zu gehen. Leider zwangen ihn erste Anzeichen einer Erkrankung im Jahr 1999 zu diesem Schritt. Schon zuvor begann seine lange Suche nach einer Diagnose für seine Beschwerden. Ursprünglich wurde von den Ärzten eine Demenz angenommen, aber nicht alle Symptome passten. Die verordneten Medikamente brachten keine Besserung, im Gegenteil, er reagierte völlig anders als erwartet. Alzheimer und Parkinson wurden vermutet, bis endlich nach Jahren die Diagnose Lewy-Body-Demenz, eine seltene Form der Demenz, festgestellt wurde.

Das Ehepaar Schinko ging von Anfang an offen mit dieser Erkrankung um. Familie und Freunde wurden informiert, eine Vorsorgevollmacht erstellt. Die Erkrankung schritt voran und eines Tages konnte Herr Schinko nicht mehr alleine mit dem Hund seine Runde gehen. Der Hund hätte ihn nach Hause geführt, aber er glaubte dem Hund nicht, schlug einen anderen Weg ein.

Zwei Jahre lang kam eine Bekannte regelmäßig, um mit Herrn Schinko in die Kirche zu gehen, um mit ihm zu singen, zu plaudern, ihn zu beschäftigen. So hatte Frau Schinko etwas Zeit für sich, sie wurde entlastet. Als mehr Betreuung notwendig wurde, kam zweimal wöchentlich eine Pflegerin

ganztäglich ins Haus. Das ist bis heute so. Die Pflegerin springt auch ein, wenn Frau Schinko ausfällt – was bis jetzt nur einmal notwendig war.

Bald war ihr Gatte nur mehr innerhalb des Hauses mobil. Erste Wortfindungsstörungen führten später zum totalen Verlust der Sprache. Seit etwa sechs Jahren ist Herr Schinko ein „Pflegefall“. Er kann nichts mehr selbständig tun, seine Wünsche kann man nur auf Grund seiner Mimik und Gestik erahnen. Seine Frau kümmert sich immer noch liebevoll um ihn. Sie wird seit etwa vier Jahren drei Mal pro Woche von der Caritas Pflege Zuhause unterstützt. Die Unterbringung in einem Pflegewohnhaus war nie ein Thema, Frau Schinko wusste, dass sie alles für ihren Mann tun würde.

2012 verschlechterte sich sein Gesundheitszustand so stark, dass man trotz Krankenhausaufhalt mit seinem Tod rechnete. Die Familie beschloss, ihn nach Hause zu holen. Das Mobile Palliativteam Hainburg und das Mobile Hospizteam der Caritas wurden hinzugezogen, um die Familie zu begleiten und zu unterstützen. Gemeinsam wurde beschlossen, keine weiteren Krankenhausaufenthalte mehr zu veranlassen und alles Notwendige für ihn zu Hause zu tun. Umso erfreulicher war es, als sich sein Zustand wieder verbesserte und sogar stabilisierte.

Erst vor kurzem ist Frau Schinko schweren Herzens aus dem gemeinsame Schlafzimmer ausgezogen, da sie auf Grund der nächtlichen Unruhe ihres Mannes keinen Schlaf mehr fand. Ein schwerer Schritt für sie, war es doch erneut ein kleiner Abschied. Herr Schinko muss aus und in das Bett mit einem Patientenlifter gehoben werden, braucht Unterstützung beim Essen, hat manchmal Krampfanfälle, seine Körperpflege muss von anderen Personen übernommen werden, er reagiert nur manchmal auf Ansprache und Gesichter – trotzdem hat man das Gefühl, dass er sich wohl fühlt, dass es ihm gut geht.

Die Tage sind gezählt

Die Atmosphäre im Haus ist ruhig und entspannt. Es gibt keine Dauerberieselung durch das Radio oder den Fernseher. Angenehme Stille und Wohlfühlen herrscht. Nie hat Frau Schinko mit dem Schicksal gehadert oder geklagt. Im Gegenteil. Trotz der Erkrankung kümmerte sich das Ehepaar anfangs gemeinsam um die Enkelkinder. Sie genossen es, Großeltern zu sein. Die Enkelkinder lernten mit der Erkrankung des Großvaters umzugehen und Herr Schinko freut sich auch heute noch, wenn seine Familie zu Besuch kommt. Frau Schinko ist dankbar für jeden Tag, der ein guter Tag ist, sie freut sich, ihren Mann bei sich zu haben.

Auf meine Frage, wo sie ihre Kraft herholt, wo sie auftankt – seit vielen Jahren hatte sie keinen Urlaub mehr – meint sie, sie fühle sich nicht ausgepowert oder erschöpft. Ihre freie Zeit nutzt sie für Besuche und kleine Ausflüge. Sie ist zufrieden damit, wie es ist. Der Freundeskreis hat sich nicht verkleinert, weil diese nicht mit der Erkrankung umgehen können, wie das oft der Fall ist, sondern weil viele verstorben sind. Seit 16 Jahren kommen sein ehemaliger Chef Franz Küberl und eine Arbeitskollegin regelmäßig zu Besuch. Das zeigt ihr, wie geschätzt ihr Mann noch immer wird.

Helmut Schüller, ebenfalls ein ehemaliger Vorgesetzter, ist der Pfarrer im Ort und mit der Familie verbunden. Gemeinsam haben sie vor einigen Jahren 50 Jahre Partnerschaft gefeiert. Stolz zeigt sie das damals entstandene Familienfoto, ein Geschenk der Kinder. Sorge macht ihr, dass sie krank werden könnte und dann das ganze Fürsorgesystem um ihren Gatten zusammenbricht. Aber daran denkt sie nur manchmal. Ihr ist bewusst, dass die Tage gezählt sind. Aber sie wünscht sich noch viele gute Tage und wenn dies nicht mehr möglich ist, wünscht sie ihm ein gutes Sterben.

Was bei der Familie Schinko so beeindruckt, ist die besondere Atmosphäre der Ruhe und Gelassenheit, die im Haus herrscht. Man spürt eine Ergebenheit in das Unausweichliche, dass die Tage gezählt sind und es darum geht, jeden guten Tag zu genießen.

Von
Andrea Redlich
Mobiles Caritas
Hospiz NÖ

Wanderung zum Welthospiztag

mit Andacht und
Heurigenausklang
Sa 15.10.2016,
ab 13 Uhr

Treffpunkt:
2224 Niedersulz, NÖ
Beim alten Eingang
zum Museumsdorf

Für alle, die im
Hospiz- und Pallia-
tivbereich tätig sind
oder sich verbunden
fühlen.

Info & Anmeldung
Andrea Redlich
0664-829 44 62
andrea.redlich@
caritas-wien.at



Masken des Alltags

Eine ehrenamtliche Hospizmitarbeiterin zählt ihre fünf schönsten Aspekte in der Hospizarbeit auf.

Wenn Sie bei schwerer oder unheilbarer Krankheit einfach mal jemanden zum Reden brauchen, wenden Sie sich an:

Mobiles Caritas Hospiz NÖ

Tel. 0664 526 82 41

hospiz-noe@caritas-wien.at

Mobiles Caritas Hospiz Wien

Tel. 01-865 28 60

hospiz-wien@caritas-wien.at

Iwona Dullinger, ehrenamtliche Hospizmitarbeiterin, musste aus beruflichen Gründen ihr Ehrenamt beenden. Zum Abschied schrieb sie diesen Text.

Sinn: (Fast) nichts anderes hat eine dermaßen sinnstiftende Wirkung für mich, wie die Begleitung und Unterstützung von sterbenskranken Menschen und ihren Angehörigen. Das ist die direkteste Form von Hilfe, die ich jemals geleistet habe und auch die für mich direkteste und stärkste Form von Dankbarkeit, die ich jemals erfahren habe (von Patienten und Angehörigen).

Demaskierung: Im Angesicht des Todes begegnet man Menschen auf eine pure, offene, ehrliche und intime Art, das ist unglaublich schön und berührend. Die Masken des Alltags werden fallen gelassen, noch unmittelbarer bin ich Menschen nie begegnet. Das trifft direkt ins Herz.

Prioritäten: Durch die Auseinandersetzung mit dem Tod und mit meiner eigenen Vergänglichkeit habe ich plötzlich meine eigene Werte- und Prioritätenpyramide vor mir. Kein langes drüber Nachgrübeln und keine langwierige Selbstarbeit nötig: Es ist alles ganz klar, wenn man dem Tod in die Augen blickt. Die Fragen: „Was will ich? Was ist mir wichtig? Wie möchte ich leben?“ werden nicht nur ganz automatisch und ganz nebenbei bei der Arbeit

im Hospiz überhaupt erst gestellt, sondern völlig ohne mein Zutun beantwortet. Gänsehaut.

Wertschätzung & Zusammenhalt:

Nirgends sonst hab ich mich im beruflichen Kontext so wohl, geborgen und wertgeschätzt gefühlt wie in meinem Hospiz-Team. Das Ausmaß an Unterstützung, Zusammen- und Rückhalt ist enorm. Man darf mit allem da sein: Wut, Überforderung, massive Sentimentalität – alles hat seinen Platz, für alles bekommt man Verständnis, in allem wird man bestärkt.

Lebendigkeit: Kontraintuitiv für viele, unverständlich für manche – und auch für mich war es überraschend; aber ja, seit ich im Hospiz arbeite, mich nicht nur mit meiner eigenen, sondern generell mit der Vergänglichkeit aller Dinge und Menschen um mich herum auseinandersetze, fühle ich mich lebendiger als je zuvor. Ich genieße jede noch so kleine Kleinigkeit, ich erlaube es mir, all meine Gefühle auszukosten und vor allem: Ich liebe viel intensiver. Was mir zuvor wichtig war, ist es jetzt noch viel mehr. „Everything breaks“, also hau ich permanent ganz fest auf die Kacke, ha!

Lust auf mehr
Informationen
oder Rätselspaß?



Unsere **Informationsbroschüre für Angehörige** enthält Tipps und wichtige Informationen für die Entlastung pflegebedürftiger Angehöriger, insbesondere bei Demenzerkrankungen.



Lust auf Kopfnüsse? Unsere **Rätselhefte** und **-karten** halten Ihre grauen Zellen in Schwung!



Alle Infomaterialien sind erhältlich bei
wolfgang.haas@caritas-wien.at
oder unter 01-878 12-197

Kaum drückt man drauf, melden die sich schon!

Caritas Notruftelefon

Zu jeder Tages- und
Nachtzeit sicher!

Ein Knopfdruck und
Sie sind mit der Caritas
Notrufzentrale
verbunden.

01-545 20 66



Es ist immer noch
mein Leben.

**Caritas
Pflege**

Ilse Haslmayer
(rechts) und ihre
Mitbewohnerin
Ljubica Sefelin
(links). Beide
sind große Fans
des schönen
Hausgartens.



Der Garten gibt mir Leben

Ilse Haslmayer (1933) wohnt seit 15 Jahren im Haus St. Klemens.*

*Das Haus
St. Klemens feiert
heuer sein 25-jähriges
Jubiläum.*

Damals kam sie nach einer Operation direkt hierher. „Ich konnte es mir nicht aussuchen“, erzählt sie in ihrer liebenswürdigen Weise, in der Lebensweisheit und zugleich Humor steckt. Wenn sie etwa mit dem Rollstuhl durch das Haus fährt, hat sie immer einen Kochlöffel bei sich. „Den brauche ich, um den Liftknopf zu betätigen, da komme sonst immer nicht ganz hin. Aber wenn mich jemand fragt, sage ich stets, den habe ich für die Männer“, erzählt sie lachend und schwingt den Kochlöffel.

Sie erinnert sich noch gut an die erste Zeit im Haus, es gab noch Vier-Bett-Zimmer, auch das heute so gemütliche Wohnzimmer des Hauses fehlte. Der Speisesaal war kleiner und mit einer Schiebewand abtrennbar. Und es gab mehr „Pensionäre“, also

Pensionisten, die bei guter Gesundheit und voller Mobilität ins Haus kamen. Heute hat sich das gewandelt, man lebt lieber solange wie möglich in den eigenen vier Wänden und kommt ins Pflegewohnhaus nur dann, wenn es ohne Pflege gar nicht mehr geht. Auch Frau Haslmayer versuchte anfangs, nach Hause zurückzukehren. „Dreimal habe ich es mit einer Heimhilfe probiert, aber es ging nicht“, erzählt sie. Mittlerweile hat sie ihren elektrischen Rollstuhl, der ihr ein Stück Mobilität zurückgibt. In den Innenhof, der mittlerweile wunderschön begrünt ist, führt eine relativ steile Rampe hinunter. Als sie noch nicht ihren elektrischen Rollstuhl hatte, war das eine große Herausforderung. „Heute fahre ich dort im Rückwärtsgang mit viel Gefühl hinunter“, erzählt sie lachend.

Von
Kurt Riha,
Caritas Wien

Schneiderin und Philosophin

Den Innenhof findet sie zwar auch schön, aber ihr Herz gehört dem großen Garten des Hauses: „Als ich dort zum ersten hingefahren bin, war mir zum hinknien. Jodeln hätte ich wollen, wenn ich es hätte können.“ Sie erzählt davon, wie gern sie in der Natur sitzt, sich dann in Details verliert, in eine schwarze Schnecke oder einen Käfer, dem sie ihre ganze Aufmerksamkeit schenkt. Und wenn sie es einmal nicht in den Garten schafft, sitzt sie am Fenster: „Man sieht fast jeden Tag, wie sich die Natur verändert, wie alles wächst und gedeiht und dann wieder vergeht.“ Besonders liebt sie den Herbst, wenn die Blätter gelb werden. Über ihre Naturbeobachtungen schreibt sie auch. Ganze Bücher sind das mittlerweile geworden.

Das ist nicht selbstverständlich. Ihr Mann war Textilingenieur, sie selbst Hausfrau und Mutter von zwei Kindern. Einen Beruf gelernt hat sie nicht, aber sie war eine gute Näherin, wobei sie viel von der Berufserfahrung ihres Mannes profitiert hat. Sie erinnert sich gerne daran, wenn sie ihre Kinder oder Verwandten baten: „Ilse, der Knopf ist mir gerissen!“ Oder: „Kannst du mir nicht die Hose kürzen, die ich mir gekauft habe?“ Auch heute noch würde sie gerne schneidern. „Wenn ich die Krankenschwestern sehe, wie sie immer ihre Hose hochziehen, da würde ich ihnen am liebsten einen Gummi einziehen! Aber das geht nicht mehr, meine Hände machen nicht mehr mit.“ Was noch geht, ist das Schreiben. Auch das anfangs fast mit Widerwillen. „In der Schule einen Aufsatz schreiben war immer ein Horror für mich“, erzählt sie. Aber Betreuerin Susanne Tayel überredete sie schließlich. „Jetzt schreibe ich darüber, was ich hier gelernt habe.“

Gschamige Generation?

„Geben ist leichter als annehmen“, erklärt sie. Wenn man jung ist, kann man geben, man ist nicht auf Hilfe angewiesen. Aber wenn man alt wird und sich pflegen lassen muss, muss man lernen, diese Hilfe auch anzunehmen. „Als ich das erste Mal eine Intimpflege (Körperhygiene) machen lassen musste, dachte ich, ich versinke in den Boden. Aber dann habe ich mir gesagt. Der bekommt ja Geld dafür, er muss es nicht tun. Es ist eben seine Arbeit.

Aber bis heute tue ich mir schwer damit, dass man meine Schönheit entblößt“, gesteht sie lachend und fügt hinzu: „Wir sind ja blöd erzogen worden, so gschamig.“

Was nimmt man noch mit, wenn man 15 Jahre in einem Seniorenhaus lebt? Natürlich hat sie mehrere Zimmerkolleginnen erlebt, die mittlerweile verstorben sind. Das war durchaus belastend. „Manchmal wünsche ich mir, ich würde hier alleine leben.“ Dann siegt wieder ihre optimistische Ader: „Man lernt viel von den Menschen. Ich habe gelernt, dass jeder Mensch anders stirbt. Wer mit sich selbst im Reinen ist, stirbt friedlich, wer noch eine Rechnung offen hat, kämpft oft bis zum Schluss.“

Sie erinnert sich an eine Zimmerkollegin, die am Kriegsende aus Schlesien fliehen musste. „Bis zum Schluss hat sie nicht überwunden, dass sie so enturzelt wurde.“ Trotzdem hat der Tod nicht nur negative Seiten für sie. In einem ihrer Bücher erzählt sie die Geschichte von einem Blatt, das vom Baum fällt, das Teil der Natur ist. So sieht sie auch das Sterben. „Du kommst, du wächst und du gehst“, sagt sie. „Besonders dann, wenn man als alter Mensch keine Lebensqualität mehr hat, ist der Tod eigentlich eine Erlösung.“

Für sich selbst ist Frau Haslmayer froh, dass sie nicht viel besitzt, die paar Kleider und Bücher sind kein Ballast, meint sie. „Ich habe nichts zu vererben, ich kann gehen, ohne darüber nachzudenken. Darum fühle ich mich frei. Das ist ja das Wichtigste überhaupt, dass man loslassen können muss.“

Nicht jammern, loslassen

Wie kommt man zu so einer positiven Einstellung? „Sehen sie, das Jammern nutzt nichts, das sage ich meinen Mitbewohnerinnen immer wieder. Aber sie wollen nicht hören. Sie merken, dass sie nur dann Aufmerksamkeit bekommen, wenn sie besonders laut jammern. Aber auf Dauer klappt das nicht, das hört man dann gar nicht mehr.“ Ob sie den Mitbewohnern nicht etwas von ihrer Weisheit mitgeben möchte. „Nein, das habe ich mir abgewöhnt“, winkt sie ab. Aber ganz stimmt das nicht. Alle paar Monate liest sie im Haus aus ihren Büchern, die ihre gesammelten Lebensweisheiten enthalten – und alle Bewohner sind immer sehr froh darüber.



Stadionflair im Haus St. Teresa. Foto rechts: Bewohner Leopold Werner erzählt aus seinem Leben.



Herrenstammtisch

„Die Gesellschaft und das Lachen tun mir richtig gut“, so Bewohner Friedrich Mussuker.

Jeden zweiten Mittwoch findet im Haus St. Teresa ein nachmittäglicher Herrenstammtisch statt und einmal im Monat steht auch der frühe Abend ganz im Zeichen der Männer. Mit gekühltem Bier, Wein und Saft werden die Bewohner von den Sozialbegleiterinnen Doris Pallisch und Melanie Kolm empfangen, ebenso werden Knabbereien und Aufstrichbrote angeboten. In geselliger Atmosphäre werden Witze vorgelesen, bald darauf stimmen die Herren mit ihren eigenen Witzen ein, aber auch über lustige Geschichten aus der Vergangenheit unterhält man sich gerne. Angehörige sind ebenso willkommene Gäste, da sie für Abwechslung sorgen.

„Die Gesellschaft und das Lachen tun mir richtig gut“, so Herr Friedrich Mussuker über den Herrenstammtisch. „Man fühlt sich integriert und die Gespräche mit den anderen Herren bieten eine willkommene Abwechslung.“ Abwechslung ist generell ein Ziel des Stammtisches, daher werden auch verschiedenste Spiele angeboten. Meist finden sich zwei Herren, die miteinander Schnapsen, aber auch „Mensch ärgere dich nicht“ wird mit Begeisterung gespielt. Dabei schenken die Herren einander nichts, gut gelaunt werden die Figuren vom Spielbrett geworfen. Sehr beliebt ist auch eine vereinfachte Form des Spiels Black Jack. „Wie im Casino!“, lacht einer

der Männer anerkennend. Natürlich war auch die heurige Europa-Fußballmeisterschaft ein Thema für die Männerrunde. Mit Begeisterung wurden die Spiele auf der großen Leinwand im Veranstaltungssaal mitverfolgt. „In Gesellschaft macht Fußballschauen gleich viel mehr Spaß“, so die Fußballfans.

Je abwechslungsreicher der Abend gelingt, umso mehr freuen sich die Bewohner darauf, wenn es in zwei Wochen wieder heißt: „Herrenstammtisch im Haus Reser!“

*Doris Pallisch, Melanie Kolm,
Haus St. Teresa*



Menschenuche

.. auf vier Pfoten im Haus St. Bernadette

Die Hundesportart „Mantrailing“ bzw. Menschenuche hat in den letzten Jahren zunehmend Anhänger gefunden. Die Leiterin der Hundeschule „Du Hund Du“, Renate Ondrovics, kam ins Haus St. Bernadette um einen Trainingseinsatz durchzuführen. Dazu wurden zwei verschiedene Spuren von zwei vermissten Personen gelegt, die sich bis zu 10 km vom Haus entfernten.

Vier Tage später, nachdem es geregnet und gestürmt hatte, kamen 12 Hundeteams ins Haus und machten sich auf die Suche. Rasch konnten alle „vermissten Personen“ gefunden werden. Beruhigend zu wissen für das Haus St. Bernadette, denn im Ernstfall könnte man sich immer an „Du Hund Du“ wenden. Um den Kontakt aufrecht zu erhalten, besucht seither Therapiehund „Berline“ jene Bewohner regelmäßig, die nicht mehr an der Hundetherapie teilnehmen können.

Vorsorgedialog

Über alles kann man reden, auch über den Tod. Warum ein Vorsorgedialog hilfreich ist.

Ich habe in meiner Kindheit gerne Weißwurst genascht, ab 18 mich vegetarisch ernährt, später wieder Huhn gegessen, wollte in Indien ayurvedisch leben, nach Australien auswandern, in ein Kloster eintreten, im Himalaya begraben werden ... und so weiter und so fort. Das Meiste davon passt heute nicht mehr zu meinem Leben.

Wir verändern uns und unsere Überzeugungen über das, was uns gut tut, was wir für uns beanspruchen, wie wir leben wollen und wie wir diesen Planeten verlassen wollen. Um sicherzustellen, dass unsere sich wandelnden Überzeugungen – gerade darüber, wie wir uns das Sterben vorstellen – auch dann wahrgenommen werden, wenn wir in einem Pflegehaus wohnen, gibt es den Vorsorgedialog.

Viele Menschen haben eine Patientenverfügung erstellt, eine Vorsorgevollmacht abgeschlossen, was sehr hilfreich für alle Beteiligten ist, und dennoch sind in einer Notsituation die betreuenden Personen oft mit akuten Entscheidungen überfordert. Der Vorsorgedialog kann hier vorbeugend eingesetzt werden. Dafür werden in regelmäßigen Abständen von Pflegepersonen und/oder behandelnden Ärzten Gespräche geführt, die überprüfen und herausfiltern sollen, was jemand für sich bestimmt und für richtig befindet.

Alle Parameter werden besprochen und auch schriftlich festgehalten, um sicherzustellen, dass im Einklang mit den Wünschen einer Person gehandelt wird, wenn diese sich nicht äußern kann oder ihre Einsichts- und Urteilsfähigkeit verloren hat, wie es z. B. bei einer dementiellen Erkrankung in einem fortgeschrittenen Stadium vorkommen kann. Wichtig dabei ist vor allem die Kontinuität, die Möglichkeit Änderungen wahrzunehmen und neue Wege zu gehen. Sie erinnern sich – Weißwurst, vegetarisch, Ayurveda, Australien, Kloster, Himalaya ... Nachfragen gibt Sicherheit.

*Andrea Klein-Dezlhöfer,
Bewohnerservice*

Der Sinn fürs Schöne

*Ein Museumsbesuch
im Oberen Belvedere
mit einer Führung
speziell auch für
Menschen mit
Demenz*



Checkliste für Ihren Besuch*

*Österreichische Galerie
Belvedere
Prinz-Eugen-Straße 27
1030 Wien*

Öffnungszeiten

*Montag bis Mittwoch von
10–16 Uhr, Führung wird
angeboten. Empfohlene
Gruppengröße: bis zu
7 Personen + Begleit-
personen.*

Barrierefreiheit

*Das Obere Belvedere
ist barrierefrei.*

**Alle Angaben ohne Gewähr.*

An einem herrlichen Sonnentag machten sich einige Bewohner des Hauses St. Barbara gemeinsam mit Angehörigen und Betreuern auf den Weg ins Obere Belvedere. Zunächst genossen alle das schöne Wetter und die einmalige Aussicht über den 1. Bezirk bis hin zum Kahlenberg. Manche Erinnerung wurde wieder lebendig und anhand der vielen Kirchtürme verschaffte man sich einen Überblick.

Die Besuchsgruppe wurde sehr herzlich von den eigens für Menschen mit Demenz ausgebildeten Museumspädagoginnen begrüßt und in Empfang genommen. Eine erste Hürde stellte der Aufzug dar, der einer Bewohnerin zunächst nicht ganz geheuer war, aber schließlich hatte sie so-

gar Spaß daran. Ein Raum war schon für die Führung vorbereitet und so nahm man vor zwei Bildern aus der Biedermeierzeit Platz, auf denen Stimmung, Atmosphäre und Gegenstände gut sichtbar waren. Die Bewohner wurden in die Erläuterung des Bildes mit einbezogen. Die Museumspädagogin machte auf viele Details aufmerksam, die Raum für Erinnerungen und Assoziationen gaben. Schnell ergaben sich Gespräche über die dargestellten Szenen.

Einige der auf dem Bild abgebildeten Utensilien standen zum sinnlichen Erleben bereit und so konnte das Kunstwerk auch „erfasst“ und „begriffen“ werden. Nach einiger Zeit ging die Gruppe zu weiteren Bildern, auf denen Wiener Sehenswürdig-



keiten, Feste im Jahreslauf und Alltagssituationen abgebildet waren. Die Bewohner hörten aufmerksam zu und waren sehr am Gespräch interessiert.

Kunst spricht an

Insgesamt dauerte die Führung etwa 75 Minuten, sechs bis sieben Bilder wurden im Detail besprochen. Sehr angenehm war, dass die Führung auf die Bedürfnisse der Bewohner richtiggehend zugeschnitten war. Nur der Geräuschpegel der anderen Besuchgruppen war manchmal etwas störend, aber das war natürlich nicht zu vermeiden.

Für einige Bewohner war es nach längerer Zeit der erste Ausflug. Die Betreuer waren

sehr gespannt, wie sie auf die fremde Umgebung reagieren würden. Durch die persönliche Begleitung ging aber alles gut. Es war schön zu sehen, wie sehr Kunst, Farben, Formen und Ästhetik immer noch ansprechen und helfen, Erinnerungen zu wecken.

So verging die Zeit wie im Flug. Gerne wären die Bewohner noch länger geblieben, aber der Bus und das Mittagessen im Haus warteten. Im Bus wurden viele weitere Gespräche geführt, alle waren sehr positiv gestimmt und aktiviert. Eine Bewohnerin meinte am Ende der Führung: „Hierher möchte ich immer wieder kommen oder am besten gleich hier wohnen!“

Kosten

€ 3,- pro Person,
€ 3,- für Begleitpersonen,
die Führung ist im Preis
inkludiert.

Tipp

Morgens ist das Belvedere
noch nicht so stark be-
sucht, auch die Aufmerk-
samkeit der Senioren ist
um diese Uhrzeit besser.

www.belvedere.at

Christian Braunagel,
Haus St. Barbara

*Manuela Veith,
Teamleiterin der
Pflege Zuhause
Haugsdorf mit
Johann Gruber
und seiner
Hündin Sina.*



Ein Gentleman der alten Schule

Die Geschichte von Johann Gruber zeigt, wie einfach die Entscheidung für eine Heimhilfe manchmal fallen kann.

Johann Gruber (*1928) ist Witwer und lebt im niederösterreichischen Mailberg in einem Häuschen mit Garten. Er hat vier Töchter und einen Sohn. Die Kinder sind natürlich längst volljährig und berufstätig, die meisten leben in Wien. Ein Sohn wohnt mit seiner Frau und den Kindern nur ein paar Häuser weiter. Herr Gruber isst manchmal bei ihm und wenn die anderen Kinder aus Wien zu Besuch sind – meist kommen auch die Enkelkinder mit – geht man gemeinsam essen.

Herr Gruber ist noch sehr mobil. Er geht gerne in seinem Garten spazieren und ist mit dem Auto im Ort unterwegs, etwa um kleinere Einkäufe zu erledigen. Weiter weg fährt er aber nicht mehr. Besonders am Herz liegt ihm seine Hündin „Sina“. Auf den ersten Blick gibt es nicht wirklich einen Grund, warum Herr Gruber eine Heimhelferin benötigen würde. Aber natürlich sind 88 Jahre ein stattliches Alter und seine Kinder hatten deswegen zunehmend Sorge. Herr Gruber befürchtete selbst, er könnte einmal in der Badewanne ausrutschen – und was, wenn dann niemand da ist?

Man kennt sich eben

Also stand die Überlegung nach einer Heimhilfe im Raum. Am Land wird diese Entscheidung nicht ganz so dramatisch erlebt wie mitunter in der Stadt, erklärt die Teamleiterin der Caritas Pflege Zuhause in Haugsdorf, Manuela Veith: „Fast alle unsere Kunden haben einen direkten oder indirekten Bezug zu den Mitarbeitern, das ist in unserer Region

durchaus üblich.“ Wie heißt es so treffend? Am Land kennt man sich eben. „Herr Gruber hat überdies mitbekommen, dass im Ort einige seiner Bekannten und auch ein paar Nachbarn bereits von der Caritas betreut werden – und alle sehr zufrieden damit sind.“

Nach einer Kontaktnahme seitens der Schwiegertochter besuchte Frau Veith ihn für ein erstes Aufnahmegespräch, und um Vertrauen herzustellen. „Ich habe mit ihm darüber gesprochen, was seine Wünsche und seine Ängste sind. Dann habe ich mir überlegt, welche Heimhelferinnen am besten passen würde.“ Konkret ging es dabei auch um „Sina“, denn Haustiere sind nicht jedermanns Sache.

Nun wird Herr Gruber seit drei Monaten einmal pro Woche von einer Heimhelferin besucht – und ist dem Team bereits sehr ans Herz gewachsen. „Alle meine Mitarbeiter gehen gerne zu ihm. Er ist ein Gentleman der alten Schule, stets kommunikativ – und weiß die Hilfestellung sehr zu schätzen.“ Das ist durchaus nicht selbstverständlich, wie Manuela Veith bekräftigt.

„Herr Gruber hat in seinem Leben einige Schicksalsschläge hinnehmen müssen, doch ich habe ihn als zufriedenen Menschen kennengelernt, der diese positive Ausstrahlung an andere Menschen weitergibt.“ So wird man sich in Mailberg auch von diesem Betreuungseinsatz der Caritas nur Gutes erzählen. Auch „Sina“ freut sich übrigens jedes Mal über einen Besuch.

Mobile Hauskrankenpflege, Heimhilfe oder das Notruftelefon ermöglichen betagten und pflegebedürftigen Menschen ein selbstbestimmtes Leben in den eigenen vier Wänden.

Reicht diese Unterstützung nicht aus, vermittelt die Caritas eine 24-Stunden-Betreuung.

Um alle Fragen vorab rund um Arbeitsverhältnis, Qualität der Betreuung, Kosten oder Förderungen zu beantworten, bietet die Caritas persönliche Beratung an.

Rufen Sie uns an unter 0810-24 25 80, Mo-Do, 9-16 Uhr, Fr 9-12 Uhr, oder schicken Sie ein Mail an office@caritas-rundumbetreut.at

*Kurt Riha,
Caritas Wien*

Frau Leitner genießt sichlich die Entspannung und Kräftigung ihrer Gesichtsmuskulatur.



Entspannung tut wohl

Das Therapieteam der Caritas besucht Menschen auch Zuhause und hilft ihnen, ihren Alltag wieder selbstständig zu bewältigen.

Von Judith Lausch,
Logopädin

Ein ausgefülltes soziales und aktives Leben ist verantwortlich für Wohlbefinden und Lebensfreude. Mit höherem Lebensalter oder nach Erkrankungen (z.B. einem Schlaganfall, oder Demenz) verändert sich das Leben oft radikal. Man verlässt kaum noch das Haus, kann ohne Hilfestellung alltägliche Dinge nicht mehr erledigen und benötigt Hilfe von außerhalb.

Das Therapieteam der Caritas betreut Menschen in ihrem Zuhause und hilft ihnen aktiver und selbstständiger zu werden – um wieder mehr Lebensfreude zu empfinden. Durch gezielte Techniken und Muskelaufbau bei der Physio- und Ergotherapie lernen

Menschen zum Beispiel nach einem Schlaganfall mit ihren eventuell entstandenen Defiziten umzugehen.

Einfache Hausarbeiten, Einkaufen gehen, Haustiere versorgen und viele andere Tätigkeiten sind oft das wichtigste Ziel der Menschen und stehen somit im Fokus der Therapieeinheiten. Alles, was wieder selbst gemacht werden kann, gibt ein großes Stück Eigeninitiative zurück. Da auch die sprachlichen Fähigkeiten nach neurologischen Erkrankungen beeinträchtigt sein können, helfen Logopäden diese Fähigkeiten wieder aufzubauen. Durch Übungen und Spiele z.B. zur Wortfindung können sprachliche Fähig-

*Name von der
Redaktion geändert.

keiten reaktiviert und somit das Sozialleben neu in Schwung gebracht werden.

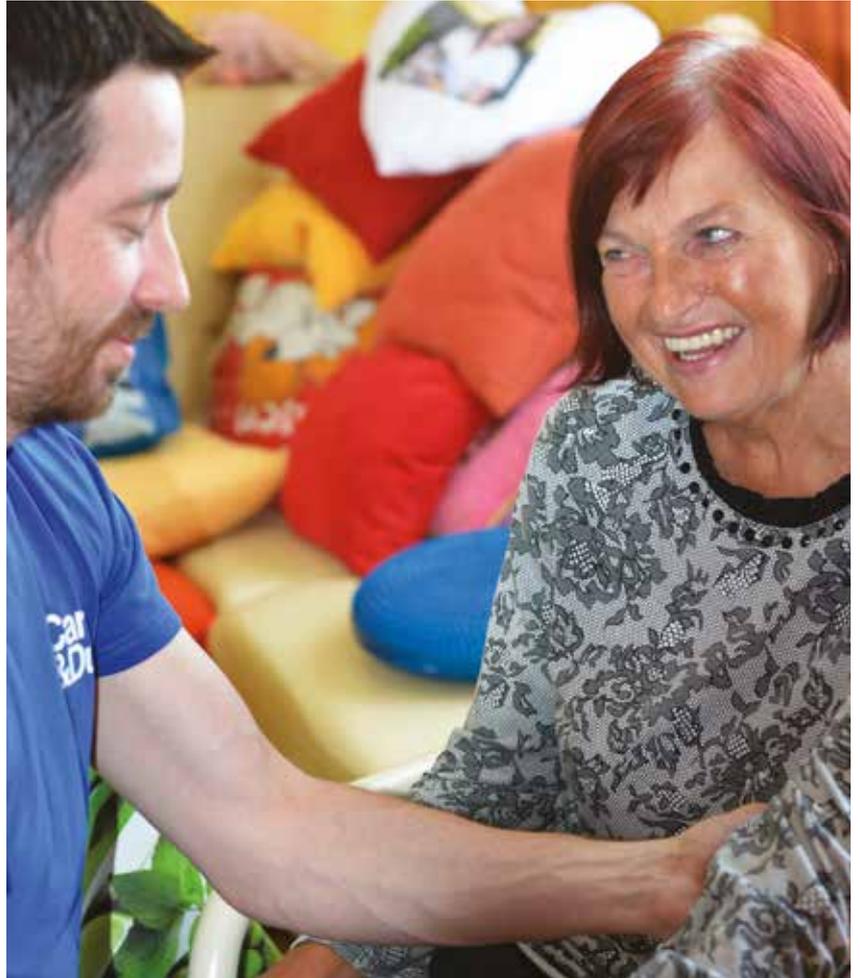
Alles wird locker

Dreimal pro Woche bekommt Frau Leitner* therapeutischen Besuch – Physio- und Ergotherapie sowie Logopädische Therapie. Die Therapeuten kennt Frau Leitner schon von ihren Besuchen im Tageszentrum des Hauses St. Barbara. Da sie dieses nach ihrem Schlaganfall nicht mehr aufsuchen kann, wurde ihr das Angebot einer Therapie Zuhause unterbreitet, was Frau Leitner mit Freude annahm.

Die Logopädin und der Physiotherapeut kommen um die Mittagszeit. Für sie eine ideale Uhrzeit, da sie das täglich angelieferte Fertigmü meist erst später zubereitet. Im Vorzimmer empfängt sie die Therapeuten mit ihrer Gehhilfe und begleitet sie ins Wohnzimmer. Dann bietet sie ein Glas Wasser an und schon geht es los.

In der Logopädischen Therapie steht die Entspannung und Kräftigung der Gesichtsmuskulatur im Vordergrund. Gezielte Muskelgruppen werden zuerst passiv entspannt und dann durch aktive Übungen trainiert. Sichtlich genießt Frau Leitner die Lockerung der Gesichts-, Hals- und Nackenmuskulatur, die mit dem Physiotherapeuten als Ziel vereinbart wurde. Aufgrund einer Fehlhaltung, bedingt durch den Schlaganfall, sind diese Muskelgruppen stark angespannt. Auch die Arbeit mit dem gelähmten Arm und dem betroffenen Bein stehen im Fokus.

Der Schlaganfall hat das alltägliche Leben von Frau Leitner stark beeinträchtigt. Mit Tipps und Tricks hilft ihr die Ergotherapeutin, den Alltag möglichst selbstständig zu bewältigen. Vieles ist schon gut gelungen und Frau Leitner braucht nur noch wenig Hilfe von außen. Der betroffene Arm macht noch einige Schwierigkeiten, aber mit speziellen Techniken hilft die Ergotherapeutin, die Armkraft aufzubauen, um das Halten von Alltagsgegenständen zu ermöglichen.



Oben: Während sich die Logopädin um die Gesichtsmuskulatur kümmert, nimmt sich der Physiotherapeut Zeit für den rechten Arm von Frau Leitner.

Rechts: Auch Frau Arnold nimmt Therapie in Anspruch – und freut sich dabei über Charly, den Hund der Therapeutin.*

Da Frau Leitner viel Freude an der Kommunikation hat, sind die Therapiestunden bei ihr kurzweilig und abwechslungsreich. Mit der Bitte, die Post zu holen, schließt meist die Therapie. Danach hat Frau Leitner genügend Zeit für ihre regelmäßigen Frisörbesuche oder ein Plauderstündchen mit ihrer „guten Fee“, einer Freundin, die sie oft besucht.

*Haben Sie Lust bekommen, sich ebenfalls ein wenig therapeutische Unterstützung zu holen? Wenden Sie sich an Therapie Region Wien Süd
Tel. 0676-415 00 22 bzw.
Therapie Region NÖ
Tel. 01-878 12-340*





Gaumenfreude

Essen begeistert und bringt Menschen & Kulturen zusammen.

Einmal mehr lud das Haus St. Teresa zu seinem traditionsreichen interkulturellen Mittagessen. Köstlichkeiten aus aller Welt und schwungvolle Volksmusik aus Serbien verwöhnten mehr als 100 Gäste – Bewohner und Mitarbeiter aus den Caritas Pflegewohnhäusern, Kunden der Caritas Pflege Zuhause mit ihren Betreuern sowie Partner aus dem Pflegenetzwerk, darunter Monika Badilla, Fachbereichsleiterin Pflege und Betreuung des Fonds Soziales Wien, oder Gabriele Allmer, Mitglied der Wiener Heimkommission.

Für den kulinarischen Genuss hatten sich die Mitarbeiter des Hauses ordentlich ins Zeug gelegt. Stolz präsentierten sie die Gerichte, die sie aus ihrem Heimatland mitgebracht hatten: von österreichischem Tafelspitz, über ägyptisches Misaka bis hin zu erfrischendem Mango-Lassi aus Indien.

Besonders im Alter tragen Gaumenfreuden zum alltäglichen Wohlbefinden bei. So mancher Gast strahlte übers

ganze Gesicht beim Anblick der vielfältigen Buffetauswahl. Herr Nachtnebel, ein Bewohner des Hauses St. Barbara, zeigte sich begeistert: „Das Lamm war ein Traum! Wissen Sie, wenn ich wo was Spezielles zum Essen bekomme, hab' ich gleich meine Finger drauf. Da werden Erinnerungen an den Urlaub in Griechenland wach!“

Ich mag das

Auch „magdas ESSEN“ war beim interkulturellen Mittagessen vertreten. Der philippinische Koch Victor Patron verwöhnte die Gäste mit Spezialitäten aus seiner Heimat. Seit zwei Jahren kocht „magdas ESSEN“ für die Caritas. Sein Team besteht aus internationalen Gastronomieprofis und Menschen, die hier eine zweite Jobchance bekommen. Freude, Teamgeist und kulinarisches Qualitätsbewusstsein verbindet das Team. Für die musikalische Untermauerung sorgte Tanja Pacanovic (Gesang und Violine) und ihre Begleitung am Akkordeon.



„Mahlzeit! Bon appétit! Dobar tek!“ hieß es einmal mehr beim Interkulturellen Mittagessen im Haus St. Teresa. Für die gute Aufnahme im Bezirk bedankten sich Caritas Generalsekretär Alexander Bodmann, Caritas Pflege Bereichsleiterin Ilse Frisch und Hausleiter Michael Huber bei Bezirksvorsteher Ernst Nevivy und bei Seniorenbeauftragte Margarete Pelikan (Bild rechts unten).

Ausflüge und Feste



Dies ...

Immer ein Hit: Das Team des Hauses Franz Borgia wirft sich in Schale und Pose für das alljährliche Sommerfest (1).

Eine Pilgerfahrt führte die Bewohner des Hauses St. Barbara nach Eisenstadt ins dortige Caritas Pflegewohnhaus St. Martin, wo auch eine Hl. Messe gefeiert wurde (2).

Ideales Wetter beim Sommerkonzert im Haus Franz Borgia (3).

Das österreichische Nationalteam hat zwar nicht gerade überzeugt bei der Fußball-europameisterschaft, die Fans im Haus St. Barbara ließen sich dadurch jedoch nicht beirren (4).

Im Rahmen eines Sozialprojektes gestalteten Schüler der neuen Mittelschule Harmannsdorf das Sommerfest im Haus St. Teresa mit. Bei Grillhuhn, Tüteneis und Livemusik hatten Schüler und Bewohner viel Spaß miteinander. Im Bild Helga Zapula und Edith Eschenauer mit jungen Festgästen (5).





1



2

... und das

Beim Binden von Lavendelsäckchen im Haus Franz Borgia (1).

Wallfahrt des Hauses St. Teresa in die Kirche Maria Grün im Prater (2).

Mit viel Begeisterung backen 15 Kinder der Neuen Mittelschule Kirchschlag für und mit den Bewohnern des Hauses Johannes der Täufer Apfelmus, Nusschnecken und Bananenschnitten (3,4).

Fronleichnamsfest im Haus Johannes der Täufer mit der Gruppe TonArt aus Wiesmath unter der Leitung von Petra Hackl (5).

Mit Hilfe einer freiwilligen Mitarbeiterin konnte im Haus St. Leopold eine Töpfergruppe eingerichtet werden. Viel Freude hatten die Bewohner beim Herstellen von Tieren, Aschenbechern und kleinen Gefäßen (6).



3



4



5



6

Mit Hilfe einer freiwilligen Mitarbeiterin konnte im Haus St. Leopold eine Töpfergruppe eingerichtet werden. Viel Freude hatten die Bewohner beim Herstellen von Tieren, Aschenbechern und kleinen Gefäßen (6).

Dank einer großzügigen Spende der Firma „The RealEstate“ konnte sich der Männerstammtisch des Hauses St. Barbara in einer Baumarktfiliale mit dringend benötigtem Werkzeug eindecken (7).



7



8

Ausflug des Hauses St. Leopold zur Lourdesgrotte bei Maria Gugging (8).

Kunterbuntes Treiben



1

Aktiv und ...

Ausflugsreigen im Haus Schönbrunn: Zunächst ging's ins Wien Museum zur Sonderausstellung „250 Jahre Prater“ (2).

Dem musste natürlich ein Besuch im Prater folgen. Erst war eine Fahrt in der Grottenbahn an der Reihe (1), dann eine Einkehr in Kolariks Luftburg (3).

Ein kleiner Ausflug in den nahegelegenen Schlossgarten Schönbrunn mit einer Einkehr in die Meierei folgte wenig später (4).

Und für alle Bewohner, die lieber Zuhause blieben, sangen die Kinder der Volksschule Bischofsgasse (5).



2



3



4



5



... vital

Acht Mitarbeiter der Vienna Insurance Group helfen im Haus Franz Borgia beim Ausmalen (1) und auch im Haus St. Klemens bei den Gartenarbeiten (2). Dafür ein ganz herzliches Dankeschön.

Shopping-Ausflug der Bewohner des Hauses Franz Borgia zum Rochusmarkt. Nur die besten Pfirsiche, Feigen und Co. durften in den Einkaufskorb (3).

Die Künstlerinnen Lucia Binder und Adelheid Sonderegger bringen den Bewohnern des Hauses St. Leopold Kunst auf einfache Weise näher und entdecken dabei manches noch schlummernde Talent (4).



Süße Melodien, laue Abendluft: Beim Sommerball im Haus St. Leopold verlebten zahlreiche Bewohner und Besucher einen zauberhaften Abend (5, 6).



Beschwingte Stimmung auch beim Sommerfest im Haus St. Barbara (7).



Schüler vom Gymnasium Haizingergasse führten im Haus Franz Borgia ein Theaterstück auf und blieben dann noch zum Plaudern (8).

Sommeraktivitäten



Allerlei

Wallfahrt des Hauses St. Bernadette nach Heiligenkreuz.

Bewohner Kurt Pongraz und Monika Haller mit den Sozialbegleiterinnen Vroni, Caroline und Wohnbereichsleiterin Lilja (1).

Hedwig Köck und ihre Enkelin bei der Stärkung im nahegelegenen Restaurant (2).

Pater Pio Ord Cist (3) empfing die Bewohner herzlichst und sorgte für Salbung und Segnung.

Bayramfest im Haus St. Bernadette. Die Bewohner des benachbarten Hauses Roshan feierten das Ende des Fastenmonats Ramadan und bewiesen ihre große Gastfreundschaft. Betreuer Sharif zeigt Bewohnerin Erika Heinzel Bilder aus seiner Heimat (4).

Abschluss des zweiten Grundkurs für Lebens-, Sterbe- und Trauerbegleitung des Bildungszentrums St. Bernhard (Wr. Neustadt). Andrea Redlich und Barbara Gobold, Koordinatorin des Mobilen Caritas Hospize, und Claudia Türk, Pflegedienstleitung vom Landespflegeheim Orth/D überreichten den 17 Absolventen die Zertifikate (5).





1



2

Viel los

Beim „Genussvormittag“ mit Picknick im Garten im Haus Franz Borgia. Es gab Prosciutto mit Melone, frische Feigen, Ribisel, Käse und Pfirsiche (1).

Bewohnerin Elfriede Kornberger genießt mit Sr. Patrizia und Sr. Florica die Konzertsaison am Musikpavillon im Haus St. Bernadette (2).



3



4

Nach einer Rundumrenovierung erstrahlt der große Garten im Haus St. Barbara im neuen Glanz – sehr zur Freude der Bewohner (3).

Beim gemeinsam vom Sozialhilfeverein und der Pflege Zuhause Mistelbach veranstalteten Frühschoppen. Mehr als 300 Gäste kamen (4).



5



6

Gerda Schaludek und Kurt Kren von der Pflege Zuhause Haugsdorf mit ihrem Infostand bei der Veranstaltung „Ein Tal am Rad“ in Pfaffendorf (5).

Bei den Vorbereitungen zur Teilnahme der Pflege Zuhause Bernhardstal am Regionsfest Reintal (6).



7



8

Zufriedene Kunden beim Infotag der Sozialstation Mödling (7).

Segnung des neuen Dienstaufautos der Pflege Zuhause Pottendorf vom Gemeindepfarrer Tamas Jozef Szomszed (8).

Gemeinsam feiern



Sommerfun

Tolle Eindrücke vom Sommergrillfest im Haus St. Bernadette.

Bewohnerin Margarete Platzer freut sich über den Besuch ihrer Urenkelin (1).

Monika Haller (links) genießt mit Bewohnerin Frieda Moravansky die kühlen Getränke (2).

Bewohnerin Ingeborg Elias freut sich über den Besuch ihres Schwagers Othmar Elias (3).

Und Bewohner Reinhard Fischer wagt ein Tänzchen mit Sozialbegleiterin Kata Topalovic (4).

Bewohnerin Rosa-Maria Glimm lauscht verzückt dem Konzert des Männergesangsvereins Breitenfurt im Haus St. Bernadette (5).



Bewegt im Alter

Gesund, aktiv und beweglich bis ins hohe Alter – um das zu erreichen, sollten Sie sich täglich bewegen, denn Bewegung wirkt Alterungsprozessen des Körpers entgegen, man fühlt sich um einiges fitter und es steigert die Lebensqualität. So kann man auch in höherem Alter viel Lebensfreude gewinnen. Und das Beste daran: Ein paar Minuten reichen aus!



Beine strecken

Aufrechter Sitz, Beine nebeneinander, Füße flach am Boden, Hände auf die Oberschenkel. Rücken gerade



Fit mit der Caritas VonHausZuHausZerlegung
Mach mit, bleib fit!

und Bauch anspannen. Knie abwechselnd beugen/strecken (10 bis 20 Wiederholungen).



Sprunggelenk strecken

Aufrechter Sitz, Beine nebeneinander, Füße flach am Boden, Hände auf die Oberschenkel. Rücken gerade



Das Training sollte schmerzfrei gelingen. Bei Schmerzen eine Pause einlegen. Bei wiederholt auftretenden Schmerzen bitte ärztlichen Rat einholen.

und Bauch anspannen. Sprunggelenke abwechselnd beugen/strecken (10-20 Wiederholungen).

Fotos: Caritas

Ich ging im Walde ...

Dieses Lied beruht auf einem Gedicht, das Johannes Wolfgang von Goethe für seine Frau Christiane von Goethe, geb. Vulpius, (1765–1816) zum 25. Jahrestag ihrer ersten Begegnung verfasste.

Strophe 2:

*Im Schatten sah ich
Ein Blümchen stehn,
Wie Sterne leuchtend,
Wie Änglein schön.*

Strophe 3

*Ich wollt es brechen,
Da sagt es fein:
Soll ich zum Welken
Gebrochen sein?*

Strophe 4

*Ich grub's mit allen
Den Würzlein aus.
Zum Garten trug ich's
Am hübschen Haus.*

Stroph 5

*Und pflanzt es wieder
Am stillen Ort;
Nun zweigt es immer
Und blüht so fort.*

Durcheinander

Jemand hat die Buchstaben in unseren Herbstbegriffen durcheinander gewirbelt. Können Sie die Buchstaben richtig ordnen?

- SALLENEELER *Allerseelen*
- UMMERÄNGD
- RULONEHD
- WEELOLHAN
- IRNACHEK
- STEBELNUMMING
- REBOVNEM
- BUSSAUMN
- LÄTSPESE
- PEFTÜZNEGER

Schlager mit Lücken

Wir haben zehn berühmte Schlager aus den 1960er Jahren zusammengetragen. Leider fehlt überall ein Wort. Können Sie es ergänzen?

- Schuld war nur der *Bossa* Nova.
- Siebzehn Jahr, Haar.
- Lady Sunshine und Mister
- Die ist ein seltsames Spiel.
- Es gibt kein auf Hawaii.
- Ohne geht die Mimi nie ins Bett.
- Hinter den Kulissen von
- Weisse aus Athen.
- Schnaps, das war sein letztes
- Bist du heute Nacht.

Suchbild

Finden Sie die fünf Fehler in unserem herbstlichen Blätterbild?



Vorsicht, böse Witze!

Sagt der Gatte: „Welchen Wein können Sie mir für unsere Silberne Hochzeit empfehlen?“ Darauf der Wirt: „Das kommt darauf an, ob Sie feiern oder lieber vergessen wollen.“

Zwei Klempner tragen eine Badewanne. Plötzlich stolpert der eine. „Was machst du denn?“, fragt der andere. „Ich bin auf einer Schnecke ausgerutscht.“ – „Hast du sie nicht gesehen?“ – „Nein, die kam doch von hinten!“

Schwärmt eine Dame bei der Kartenspielerunde: „Und damals in Monte Carlo lag mir sogar ein König zu Füßen.“ Darauf ihre Mitspielerin: „Der ist Ihnen wohl beim Kartenspielen aus der Hand gefallen.“

Wir danken der Rätselkrone für dieses exklusive Rätsel für die VonHausZuHaus-Zeitung.

um nur €1,90

Österreichs größte Rätselzeitung

| | | | | | | | |
|---|----------------------------------|---------------------|---|--------------------------------------|------------------------------|---------------------------------|-------------------------------------|
| gymnast. Übung | | | wbl. Vorname chem. Zeichen für Radon | Zeitabschnitt Kerbe am Visier | | Greifvogel, Aasvertilger | |
| künstliche Betäubung | | | | | | | |
| 🚩 | | | | | | geolog. Zeitalter | |
| Nord-europäerin | | | Fliegenlarve | | | | |
| Kf.: Europ. Union | | | das Einerlei | | | | |
| Staatsangestellter | | | | | | | |
| Grundelement d. Lebewesen | | | | | | | |
| 🚩 | | | | | | natürl. Haarfarbe-mittel | Stadt und Provinz in Spanien |
| 🚩 | | | | | engl.: heiß | | |
| Pein, Schmerz | | ital.: Zug | | | Lederstreifen | | |
| 🚩 | | Strahlung | | | | | franz.: Abendessen |
| frz. Maler † 1954 (André) | evan. Gottesdienstordnung | | | | | | |
| Kf.: Tausend | Teil d. Fußballfeldes | | | | | | |
| 🚩 | | | | poetisch: Mädchen | | | |
| | | | | besitzanz. Fürwort | | | |
| engl.: Zeit | | | | | | engl.: nein | |
| 🚩 | | | | | | ugs. Kw.: Kugelschreiber | |
| Wasserstelle | | | | | | | baltisches Volk |
| Kurzform: Aluminium-titanat | | | | | Internet-Adresskürzel | | |
| engl.: Schlusspiel | | | | | chem. Element | | |
| lat.: für | | | | | | | japan. Reiswein |
| 🚩 | | | | Handrücken | | | |
| | | | | Eulenart | | | |
| 🚩 | | | | | | Kf. f. e. Bibelteil | |
| doppelköpfiger röm. Gott | | | | | | int. Kfz-Z. Tschechien | |
| klägliche Laute von sich geben (Katze) | | Strauchreihe | | | | | |

Grätzelpflegetag & Demenzparcours

Ein Herbst im Zeichen des Alters

Beratungstag: Leben mit Demenz

23. 9. 2016, 12 – 19 Uhr
im Curhaus
am Stephansplatz,
1010 Wien

Grätzelpflegetag

21.10.2016, 14 – 19 Uhr
22.10.2016, 9 – 12 Uhr
in der Brunnenpassage
am Yppenplatz,
1160 Wien

Langer Tag der Pflege

7. 10. 2016, 10 – 19 Uhr
in allen Caritas
Pflegehäusern

Detaillierte Programme und Informationen zu allen Angeboten können gerne unter 01-878 12-197 angefordert oder auf www.caritas-pflege.at heruntergeladen werden.

„Meine Tochter sind Sie? Und wie heißen Sie?“ Mit einem Plakat, zwei Hörfunkspots, einem TV- und Kinospot sowie mit Plakaten und Inseraten werben wir um Verständnis für die Krankheit Demenz und wollen Betroffene und Angehörige ermutigen, sich Hilfe zu holen.

Mit dem in Deutschland entwickelten **Demenzparcours** haben wir zudem eine Möglichkeit geschaffen anhand alltäglicher Handlungsabläufen nachzuempfinden, wie es sich anfühlt, sie nicht oder nur noch schwer ausführen zu können. Der Demenzparcours wird vor allem bei Beratungs- oder

Weiterbildungsveranstaltungen eingesetzt werden. Erstmals beim **Caritas Pflege Beratungstag** im Curhaus und beim **Grätzelpflegetag** in der Brunnenpassage, wo Vorträge in Deutsch, Beratung in Türkisch, Serbisch, Englisch und Deutsch sowie Musik und Unterhaltung einen abwechslungsreichen und informativen Tag garantieren – besonders, wenn Sie Fragen rund um Pflege und Demenz haben.

Informationen über die Betreuung von Menschen mit Demenz in unseren Pflegeheimen bieten wir schließlich auch am **Langen Tag der Pflege** an.

Termine

Weitere Termine finden Sie auf
www.caritas.wien.at/termine

Haus Baden

Renngasse 11a, 2500 Baden

- 20.9. Vortrag: Vorsorge & Patientenverfügung mit Prof. Breininger, Mag. Janda // 19.15 Uhr
- 13.10. Herbstkonzert „Bunte Blätter“ Live Music Now // 16 Uhr
- 2.11. Gedenkgottesdienst für verstorbene Bewohner // 16.30 Uhr
- 11.11. Laternenfest // 15 Uhr
- 10.12. Maronifest // 15 Uhr
- 22.12. Weihnachtsfeier // 16 Uhr

Haus St. Barbara

Erlaaerplatz 4, 1230 Wien

- 4.10. Wiener Blut & Bella Italia von Vita Activa mit Frau Nadezda Peterson // 15.30 Uhr
- 12.10. Erntedankfest mit Hl. Messe // 14 Uhr
- 20.10. Wr. Kammertrio „Bunt gemischt“ Vita Activa // 15.30 Uhr
- 27.10. „Ein kleiner Bär mit großen Ohren“ – Filmmusik aus dem Jahr 1942 // 15.30 Uhr
- 9.11. Konzert der Vereinigung der Wr. Friedhofsänger // 15.30 Uhr
- 16.11. Schellackabend // 15.30 Uhr
- 22.11. „Wienerisch im Herbst“ mit Prof. Marika Sobotka // 15.30 Uhr
- 29.11. „Wiener Adventfreuden“ mit Herrn Gaidos // 15.30 Uhr
- 3.12. „Nikolo, Nikolino“ mit Frau Gebauer // 15.30 Uhr

Haus St. Leopold

Brandmayerstr. 50, 3400 Klosterneuburg

- 7.10. Oktoberfest mit Musik von Klangviertel // ab 15 Uhr*
- 14.9. Hausolympiade // 14 Uhr
- 19.9. Tibetantisches Fest mit Kochen, Sandmandalas etc. // 13.30 Uhr
- 29.9. Erntedankfest mit Gottesdienst, anschl. Musik v. Peter Zimeter, Austrian Charity Music // 14 Uhr
- 14.10. Aktionstag – Arbeiten mit Holz // 14 Uhr
- 2.11. Ausflug zum Stift Klosterneuburg // 14 Uhr
- 7.11. Angehörigenandacht f. d. Verstorbenen d. Vorjahres // 17 Uhr
- 14.11. Leopoldifeier mit Gottesdienst // 14 Uhr
- 6.12. Nikolofeier // 10 Uhr
- 22.12. Weihnachtsfeier // 14.30 Uhr

Haus Johannes der Täufer

Dr. Bruno Schimetschek Platz 1, 2860 Kirchschlag

- 7.10. Vortrag: Vorsorgevollmacht & PatientInnenverfügung; Notar Dr. Herbert Beutel // ab 10 Uhr*
- 27.10. Gedenkmesse mit Pflege Zuhause // 15.30 Uhr
- 8.11. Lichtbildvortrag über die Toskana // 15 Uhr
- 24.11. Rhythmische Messe mit Adventkranzweihe // 15.30 Uhr
- 27.11. Adventfeier // 14 Uhr
- 16.12. Herbergsuche // 17 Uhr
- 23.12. Weihnachtsfeier // 14 Uhr

Haus Franz Borgia

Hameaustasse 45-47, 1190 Wien

- 6.10. Konzert mit Herrn Bahr // 15 Uhr
- 12.10. Ateliertag // 15 Uhr
- 20.10. Konzert Lady Sunshine und Mister Moon // 15 Uhr
- 4.11. Gedenkmesse für unsere Verstorbenen // 11 Uhr
- 10.11. Konzert mit Silke Schiemann & ihrem Ensemble // 15 Uhr
- 17.11. Konzert mit Herrn Bahr am Keyboard // 15 Uhr
- 18.11. Elisabethmesse // 11 Uhr
- 23.11. Ateliertag // 15 Uhr
- 5.12. Harfenkonzert mit Alexander Kaimbacher // 15 Uhr
- 12.12. Herbergsuche & Adventsingen mit der Pfarre Glanzing // 15 Uhr
- 14.12. Ateliertag // 15 Uhr

Haus Schönbrunn

Schönbrunnerstraße 295, 1120 Wien

- 14.10. Atlasquartett* // 16 Uhr
- 28.10. Streichquartett* // 16 Uhr
- 11.11. Bläserkonzert* // 16 Uhr
- 2.12. Adventkonzert* // 16 Uhr
- 16.12. Harfenkonzert mit Alexander Kaimbacher // 16 Uhr
*jeweils von „Live Music Now“

Haus St. Klemens

Edenstraße 21, 1140 Wien

- 4.10. Klassik genießen mit Gottfried Braun // alle 14 Tage, 14 Uhr
- 7.10. Theateraufführung der Volksschule Mondweg // 10.30 Uhr
- 5.-17.12. Krippenausstellung

Haus St. Elisabeth

Nußwaldgasse 10-12, 1190 Wien

- 12.10. Konzert Lady Sunshine und Mister Moon // 15 Uhr
- 18.10. Einkaufsnachmittag // 14.30 Uhr
- 19.10. Konzernachmittag // 15 Uhr
- 21.10. Lesung Plan60 LeseAGEntur // 15 Uhr
- 25.10. Geburtstagsfeier // 15 Uhr
- 2.11. Gottesdienst für die Verstorbenen // 15.30 Uhr
- 9.11. Triembacher Konzert // 15 Uhr
- 18.11. Elisabethmesse // 15 Uhr
- 30.11. Geburtstagsfeier // 15 Uhr
- 6.12. Nikolojause // 14 Uhr
- 7.12. Ausflug Christkindmarkt
- 9.12. Lesung Plan60 LeseAGEntur
- 14.12. Weihnachtskonzert Klangviertel Vita Activa // 15 Uhr
- 21.12. Weihnachtsfeier // 15 Uhr

Haus St. Bernadette

Hauptstraße 128, 2384 Breitenfurt

- 15.10. Musik mit Tina und Hannes // 14 Uhr
- 18.10. Oktoberfest // 14 Uhr
- 15.11. „Fest für Auge & Ohr“ // 14 Uhr
- 17.12. Adventsstunde mit Tina und Hannes // 14 Uhr
- 19.12. Weihnachtsfeier // 13 Uhr

Haus St. Teresa

Erzherzog-Karl-Straße 129B, 1220 Wien

- 11.10. Heurigennachmittag mit Livemusik v. Herrn Göbl // 14.30 Uhr
- 20.10. Konzert Klangviertel Vita Activa // 15 Uhr
- 5.11. Seelenmesse & Agape // 15 Uhr
- 17.11. Koreanischer Frauenchor // 15 Uhr
- 18.11. Weihnachtsmarkt // 10 Uhr
- 24.11. Adventkonzert mit Livemusik von Herrn Göbl // 14.30 Uhr
- 6.12. Nikolofeier // 14.30 Uhr
- 20.12. Weihnachtsfeier WE 1 u. 2
- 21.12. Weihnachtsfeier WE 3 u. 4 jeweils 14.30 Uhr
- 28.12. Jahresabschlussfeier mit Silke Schiemann // 14.30 Uhr

Wir gratulieren!



*Maria Schmid, 90 Jahre,
Haus Schönbrunn*



*Emmy Bonholzer, 90 Jahre,
Haus St. Teresa*



*Aloisia Lintner, 100 Jahre,
Haus St. Klemens*



*Herbert Neuwirth, 90 Jahre,
Haus Schönbrunn*



*Ernestine Bäck, 103 Jahre,
Haus St. Leopold*



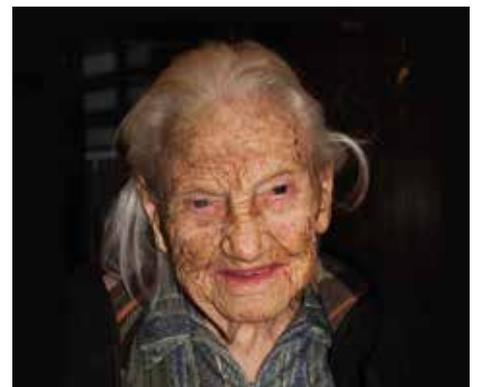
*Maria Brunner, 79 Jahre,
Pflege Zuhause Kirchberg*



*Franz Müllner, 90 Jahre,
Haus St. Bernadette*



*Helene Kaluscha, 90 Jahre,
Haus Schönbrunn*



*Maria Wanjek, 107 Jahre,
Haus St. Teresa*



Otto Bendl, 90 Jahre,
Pflege Zuhause Wolkersdorf



Annemarie Kamptz-Borken, 100 Jahre,
Pflege Zuhause Maria Hietzing



Anna Pötcher, 84 Jahre,
Pflege Zuhause Aspang/Warth



Anna Maria Ferencsak, 91 Jahre,
Pflege Zuhause Aspang/Warth



Eugenia Löw, 90 Jahre,
mit Bruder und Schwägerin,
Haus St. Leopold



Adelheid Pramper, 102 Jahre,
Haus St. Leopold



Auguste Buchleitner, 90 Jahre,
Haus St. Bernadette



Walter Erika Palz,
feiern „Goldene Hochzeit“
Haus Franz Borgia



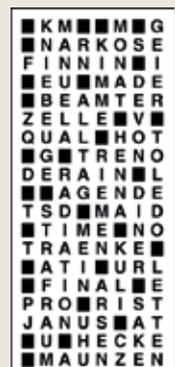
© Fotolia.com

Rätselaufösungen von Seite 40/41



Durcheinander Lieder mit Lücken

- Allerseelen Schuld war nur der **Bossa** Nova.
- Dämmerung Siebzehn Jahr, **blondes** Haar.
- Holunder Lady Sunshine und Mister **Moon**.
- Halloween Die **Liebe** ist ein seltsames Spiel.
- Kraniche Es gibt kein **Bier** auf Hawaii.
- Nebelstimmung Ohne **Krimi** geht die Mimi nie ins Bett.
- November Hinter den Kulissen von **Paris**.
- Nussbaum Weiße **Rosen** aus Athen.
- Spätelese Schnaps, das war sein letztes **Wort**.
- Regenpfütze Bist du **einsam** heute Nacht.





Der Blick aus meinem Fenster

Brigitta Jarosch (1926)
wohnt im Haus Johannes
der Täufer*

In meinem Zimmer steht mein bequemer Fernsehsessel, von dem aus ich direkt aus dem Fenster blicken kann. Da ich schon immer sehr naturverbunden und tierlieb war, freut es mich besonders, dass ich Wald und Wiese sowie einen Teil unseres schönen Gartens sehen kann. Weit oberhalb einer großzügigen Weide erstreckt sich ein Waldstück. So kann ich den Wind, der die Wipfeln bewegt, genau beobachten. Ein Stück darunter befindet sich eine große Wiese, auf der eine Kuhherde zufrieden grasht. In der Dämmerung und am Morgen kommen Rehe aus dem Waldstück, um ebenso auf der Wiese zu Graseln.

Ab und zu muss der Bauer mit seinem Traktor mähen und Arbeiten am Weidezaun durchführen. Lustig zu beobachten sind auch unsere Hauskatzen, die durch den Gartenzaun schlüpfen, um auf allerlei Getier Jagd zu machen. Krähen, Elstern und sogar ein Storchenpaar gesellen sich gerne auf die Wiese vor meinem Fenster. Auch einige meiner Mitbewohner spazieren an meinem Fenster vorbei, wenn sie unseren Garten genießen. Viel Freude bereitet mein eigenes kleines Vogelhaus. Ganz nah wagen sich viele Vögel an meine Terrassentür und picken allerlei leckere Körner. Im Winter nutzen Kinder die Wiese zu lustigen Rodelpartien.

Alle Adressen auf einen Blick

Pflegewohnhäuser Wien

Betreutes Wohnen, Kurz- und Langzeitpflege

pflege-wien@caritas-wien.at

Haus St. Elisabeth

Nußwaldg. 10-12, 1190 Wien
01-369 24 53

haus-st-elisabeth@caritas-wien.at

Haus Schönbrunn

Schönbrunner Straße 295,
1120 Wien
01-812 39 38

haus-schoenbrunn@caritas-wien.at

Haus St. Klemens

Edenstraße 21, 1140 Wien
01-914 05 15

haus-st-klemens@caritas-wien.at

Haus Franz Borgia

Hameaust. 45-47, 1190 Wien
01-440 23 76

haus-franz-borgia@caritas-wien.at

Haus St. Teresa

Erzherzog-Karl-Straße 129B,
1220 Wien
01-727 02

haus-st-teresa@caritas-wien.at

Haus St. Antonius

Hermann-Bahr-Straße 16,
1210 Wien
01-278 63 31

haus-st-antonius@caritas-wien.at

Haus St. Martin

Anton-Bosch-Gasse 22,
1210 Wien
01-272 83 24

haus-st-martin@caritas-wien.at

Haus St. Barbara

Erlaaer Platz 4, 1230 Wien
01-866 11-0

haus-st-barbara@caritas-wien.at

Pflegewohnhäuser NÖ

pflege@caritas-wien.at

Seniorenhaus Baden (Betreutes Wohnen)

Renngasse 11a, 2500 Baden
02252-48 318

haus-baden@caritas-wien.at

Haus St. Bernadette

Hauptstraße 128,
2384 Breitenfurt
02239-2306

haus-st-bernadette@caritas-wien.at

Haus Johannes der Täufer

Dr.-Bruno-Schimetschek-Platz 1,
2860 Kirchsschlag
02646-27 0 74

pflegezentrum.bw@caritas-wien.at

Haus St. Leopold mit integrierter Tagesbetreuung

Brandmayerstraße 50,
3400 Klosterneuburg
02243-358 11-5180

haus-st-leopold@caritas-wien.at

Notruftelefon

Zu jeder Tages- und Nachtzeit sicher! Ein Knopfdruck und Sie sind mit der Caritas-Notrufzentrale verbunden.

01-545 20 66

notruftelefon@caritas-wien.at

24-Stunden-Betreuung

Gut unterstützt zu Hause leben! Wir beraten Sie persönlich!

Mo-Do, 9-16 Uhr, Fr 9-12 Uhr
0810-24 25 80

office@caritas-rundumbetreut.at
www.caritas-rundumbetreut.at

Psychosoziale

Angehörigenberatung

Mo-Fr, 8-17 Uhr
0664-842 96 09, 0664-825 22 58

Servicestelle für Angehörige und Demenz

Bitte um Terminvereinbarungen.

Für Wien:

1080 Wien, Strozzigasse 5
0664-621 72 30

Für NÖ:

2700 Wr. Neustadt,
Neuklostergasse 1
0664-842 96 82

Beratung Demenz

nach tel. Vereinbarung unter
0664-825 22 58

Persönliche Beratung zu

rechtlichen Fragen jeden letzten Di im Monat, 17-19h, 1080 Wien, Strozzigasse 5

Treffpunkt Zeitreise

für Menschen mit Demenz und Angehörigengruppe.

In Wien 14-tägig:

Im Krankenhaus Göttlicher Heiland, Dornbacher Straße 20-28, 1170 Wien, und im Musischen Zentrum Wien, Zeltgasse 7, 1080 Wien, 0664-621 72 30

In NÖ monatlich:

Im Bildungszentrum St. Bernhard Domplatz 1, 2700 Wr. Neustadt, und im Pfarrsaal St. Valentin, Peter-Johann-Platz 1, 2632 Grafenbach, 0664-842 96 82

Mobiles Hospiz

Leben bis zuletzt.

Begleitung von schwer und unheilbar kranken Menschen

01-865 28 60

hospiz-wien@caritas-wien.at

0664-0664 526 82 41

hospiz-noe@caritas-wien.at

Pflege Zuhause Wien

Hauskrankenpflege, Heimhilfe, Ergo- und Physiotherapie, stundenweise Entlastung

pflege-zuhause@caritas-wien.at

Region Wien Süd

01-878 12-357

Pflege Zuhause für die Bezirke

4 bis 7: Wieden 01-319 28 36

3: Erdberg 01-713 52 37

10: Reisingergasse

01-603 34 77

10: St. Anton 01-617 51 68

11: Hasenleiten 01-786 41 14

23: Erlaa 01-867 34 22-0

Therapie Region Wien Süd

Bezirke 3.-7., 10., 11. und 23

therapie@caritas-wien.at

0676-415 00 22

Region Nord/West

01-878 12-356

Pflege Zuhause für die Bezirke

12: Meidling 01-815 69 34

13: Maria Hietzing 01-876 66 53

14, 15: Rudolfsheim

01-786 40 47

8, 16, 17: Marienpfarre

01-489 84 28

9, 18, 19: Saarpfarrplatz

01-478 72 50

Region Wien Ost

01-878 12-359

Pflege Zuhause für die Bezirke

1, 2: Am Tabor 01-216 35 79

20: St. Johann Kapistran

01-332 83 38

21: Donauefeld 01-272 55 06

22: Aspern 01-285 46 17

22: Kagran 01-204 57 57

Pflege Zuhause NÖ

pflege-noe@caritas-wien.at

Region Weinviertel

2130 Mistelbach,

Kirchengasse 6a

02572-325 01

Pflege Zuhause in

Asparn/Zaya 0664-112 04 14

Bernhardsthal 0664-462 57 47

Deutsch-Wagram 0664-462 57 48

Gänserndorf 0664-848 26 33

Großengersdorf 0664-462 57 57

Haugsdorf 0664-462 57 51

Hollabrunn 0664-829 44 41

Hohenau 0664-390 97 35

Korneuburg 0664-462 57 56

Klosterneuburg 0664-462 57 53

Mistelbach 0664-462 57 54

Retz 0664-326 97 71

Wolkersdorf 0664-462 57 57

Region Industrieviertel Nord

2340 Mödling, Molkergasse 7

02236-892 606

Pflege Zuhause in

Baden und Umgebung

0664-548 39 15

Bruck/Leitha 0664-462 57 39

Hainburg/Petronell

0664-544 72 30

Mödling 0664-462 57 42

Pottendorf und Hof

0664-112 04 09

Schwechat 0664-462 57 40

Region Wr. Neustadt-Neunkirchen

2700 Wr. Neustadt,

Neuklostergasse 1/EG

02622-228 22

Pflege Zuhause in

Aspang und Warth

0664-825 22 90

Neunkirchen 0664-314 52 98

Kirchberg/Wechsel u. Gloggnitz

0664-548 39 16

Kirchsschlag und Zöbern

0664-526 82 42

Wr. Neustadt und Umgebung

0664-185 89 86

Meine Tochter sind Sie? Und wie heißen Sie?

Es ist immer noch
mein Leben.

Demenz verändert das gesamte Familienleben. Wenn sich Menschen zunehmend in einer anderen Realität verlieren und ihre Angehörigen oft nicht erkennen, ist das schwer zu bewältigen. Wir entlasten Sie – mit Tipps für den Alltag und auch bei der Pflege. Gemeinsam finden wir einen guten Weg. Informieren Sie sich unter

01-87812-340 oder auf caritas-pflege.at

Wir danken

**WIENER
STÄDTISCHE**
VIENNA INSURANCE GROUP



Caritas Pflege