

von Haus zu Haus

Mit
Informations-
broschüre
für pflegende
Angehörige
Schwerpunkt
Demenz

Alfons Haider

Der Schauspieler
über das Älterwerden,
seine Erfolge und die
Liebe zu seiner Mutter.

P.b.b. Erscheinungsort Wien, Verlagspostamt 1170 Wien, Nr. 520 02 Z 032953 M

#60

Herbst 2018
www.caritas-pflege.at

Es ist immer noch
mein Leben.

Caritas Pflege

Inhalt

Herausgeber

Caritas Pflege

Chefredaktion

Waltraud Fastl, Katrin Kuba, Nicole Nikolaidou

Redaktionsteam

Martina Bauer, Olivia de Villèle, Eva Furlan, Barbara Gobold, Andrea Goldemund, Andrea Klein-Dezlhöfer, Barbara Kurt, Barbara Marwan-Schlosser, Bernhard Metz, Doris Pallisch, Andrea Reisinger, August Rosenkranz, Helga Singer

Fotos

Caritas, fotolia.com, **magdas** ESSEN, ORF, Stefanie J. Steindl, Katharina Wocelka, Laurent Ziegler

Druck

Medienfabrik Graz

Schreiben Sie uns!

Redaktion vonHauszuHaus

Albrechtskreithgasse 19-21, 1160 Wien
Tel. 01-87812-229
info@caritas-pflege.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.

Unsere Datenschutzbestimmungen

finden Sie im Internet unter:

<https://www.caritas-wien.at/datenschutz/>

Vorwort	3
„Im Alter sieht man die schönen Dinge schneller!“	4
Zusammen eigenständig!	8
Auf Augenhöhe zu sein ist das Wichtigste	9
Zwei Gläser Marmelade zum Frühstück	10
Bei uns steht die Küchentüre offen, weil es so gut riecht!	12
Kolumne	13
Es geht ums Vergessen...	14
Promenz	15
Das eigene Leben in die Hand nehmen	16
„Oft schweige ich einfach ...“	18
Wiener Städtische zeigt Herz	19
Rätsel & Spaß	20
Chronik	22
Wir gratulieren	24

In der Mitte dieser Zeitschrift (Seite 14/15) finden Sie die Informationsbroschüre für pflegende Angehörige „Meine Zeit für dich, meine Zeit für mich“. Falls sie nicht beiliegt, oder Sie noch eine zusätzliche Broschüre haben möchten, können Sie diese kostenlos bestellen unter: 01-878 12 229 oder unter info@caritas-pflege.at



Liebe Leserin, lieber Leser!

Aus vielen Gesprächen wissen wir: Demenz ist eine Krankheit, die viele Menschen betrifft, aber stärker als andere mit Scham behaftet ist. Eine Lebenssituation, die auch den Angehörigen oft sehr viel abverlangt.

Was kann man in einer solchen Situation tun? Ich denke es ist wichtig, sich jemandem anzuvertrauen. Ein Gespräch zu führen, kann oft die anfänglichen Ängste lindern und zeigt neue Perspektiven auf. Zu wissen, dass man nicht allein ist in einer Situation, die zunächst ausweglos erscheint, ist eine der wichtigsten Entlastungen für uns Menschen.

In dieser „von Haus zu Haus“- Ausgabe widmen wir uns dem Thema Demenz. Wir informieren Sie über die Möglichkeiten, Hilfe in Anspruch zu nehmen, stellen Ihnen das Projekt „Promenz“ vor und lassen eine Angehörige erzählen, wie es ihr gelingt, ihren an Demenz erkrankten Mann zuhause zu pflegen.

Dieser Ausgabe liegt auch die Broschüre „Meine Zeit für dich, meine Zeit für mich“ bei. Hier finden Sie ausführliche

Informationen über Demenz sowie wichtige Adressen, an die Sie sich wenden können, wie etwa die psychosoziale Angehörigenberatung der Caritas oder das Café Zeitreise, zu dem Angehörige und Betroffene gleichermaßen herzlichst eingeladen sind.

Eine Zeitschrift wie diese ist vielleicht ein kleiner Beitrag dazu, das Bewusstsein für Demenz ein Stück weiter in die Öffentlichkeit zu tragen, Ängste abzubauen und das Wissen über die Krankheit zu fördern. In diesem Sinne lade ich Betroffene ein: Ziehen Sie sich nicht zurück, werden Sie nicht müde, auch hinaus zu gehen, etwa in ein Kaffeehaus – und wenn es Ihnen gelingt: verlieren Sie dabei nicht Ihren Humor, selbst wenn Sie nicht jeder gleich versteht.

Andererseits möchte ich Angehörige ermutigen, Hilfe anzunehmen, wo sie sich bietet, und sich miteinander zu vernetzen. Als Caritas möchten wir Sie so gut wie möglich unterstützen. Wir sind davon überzeugt, dass Menschen mit Demenz ihren Platz in der Mitte des Lebens haben sollen. So selbstbestimmt wie möglich.

Ihr



Michael Landau



Foto: Laurent Ziegler



Mit Mirjam Weichselbraun moderiert Alfons Haider den Opernball.



Alfons Haider und seine Mutter Anna. Die beiden verbindet eine besonders liebevolle Beziehung.



Mit Sophia Loren 1995 beim Opernball



Auch das ist Alfons Haider: 2006 als König von Siam in dem Musical „The King and I“ mit Jessica Blume

„Im Alter sieht man die schönen Dinge schneller!“

Alfons Haider kennt man. Ob als ORF-Moderator, Dancing Star oder Musickünstler. Und privat? Da gibt sich der 60-jährige neuerdings zurückhaltend. Ein Gespräch übers Älterwerden und damit verbundene Vorteile, die große Liebe zu seiner Mutter Anna und beeindruckende Begegnungen mit ganz Großen der Branche.

Herr Haider, Älterwerden ist nichts für Feiglinge. Stimmt das oder können Sie da Entwarnung geben?

Das Älterwerden beginnt schon mit der Geburt. Also zu viel Angst ist nie gut für ein Leben. Es ist nur das Bewusstsein, das mit dem Älterwerden hinzukommt. Die Kraft des Körpers wird geringer, aber der Blick von außen auf sich selbst wird klarer. Und das ermöglicht, dass man die schönen Dinge im Leben schneller sieht und genießen kann.

Vor einiger Zeit hatten Sie monatelang mit körperlichen Problemen zu kämpfen. Haben sich in dieser Zeit nachhaltig Prioritäten verschoben?

Auch das ist eine Erkenntnis des Lebens: der eigene Körper ist kein Bodenschatz, der endlos ausgebeutet werden kann – man muss auch was für ihn tun.

Wird es mit zunehmendem Alter denn schwieriger, in Ihrer Branche zu reüssieren?

Den jungen Prinzen kann man ab einem gewissen Alter nicht mehr spielen. Drum ist es wichtig, mit den Rollen mitzuwachsen. Und die guten Rollen spiegeln ja auch die Möglichkeiten des jeweiligen Alters.

Den Opernball bis 75 moderieren, so Ihre Vorstellung. Welche Pläne haben Sie sonst noch, die Sie sich karrieretechnisch erfüllen möchten?

Ich habe zuletzt sehr erfolgreich mein Comeback als Film-Schauspieler feiern dürfen. Der Film „The Salzburg Story“ von dem jungen österreichischen Regisseur Alexander Peter Lercher wurde erst Ende August in San Francisco mit einem Preis ausgezeichnet. Diesen Weg werde ich weitergehen – im April sind wieder Dreharbeiten geplant. Aber auch auf alle Aufgaben, die mein Heimsender ORF für mich hat, freue ich mich sehr.

Wie halten Sie sich fit für Ihren Job?

Ich versuche mindestens dreimal pro Woche eine Stunde den Puls auf 120 zu bringen. Wie ist egal, solange es nicht vom Ärgern kommt.

Sie sind seit guten 40 Jahren im Geschäft. Auf welchen Auftritt als Sänger, Schauspieler, Moderator oder Kabarettist sind Sie ganz besonders stolz?

Stolz weniger – ich freue mich über die Dinge, die ich erreichen konnte. Etwa darüber, dass ich das Stockerau Open Air Musical-Festival über 15 Jahre so erfolgreich leiten durfte und als Sänger und Kabarettist in der New Yorker Carnegie Hall und im Friars Club in Los Angeles aufgetreten bin. Aber genau-

Alfons Haider wurde am 24. November 1957 in Wien geboren, absolvierte dann seine Schauspiel- und Musicalausbildung in Wien und Los Angeles.

Es folgten Engagements an namhaften Häusern wie dem „Theater in der Josefstadt“, dem „Volks-theater“ oder auch dem „Vienna’s English Theatre“.

1985 startete seine Karriere beim ORF, zuerst als Stimme des Verkehrsratgebers „Helmi“, bis heute ist er als Moderator sämtlicher Hochglanzformate wie „Lifeball“, „Opernball“, „Starnacht“ oder „Dancing Stars“ im Einsatz.

Für die Tanzshow „Dancing Stars“ wechselte Haider 2011 selbst aufs Parkett und gab einen Part des ersten rein männlich besetzten Tanzpaares.

Ebenso auf der Agenda: seit 1995 Kabarettist, von 1998 bis 2012 künstlerischer Leiter der Festspiele Stockerau – und immer wieder Auftritte in der legendären Carnegie Hall in New York. Aktuell intensiviert Alfons Haider auch eine Rückkehr ins Schauspielgeschäft und hat gerade Erfolge mit dem Film „The Salzburg Story“.



so freue ich mich über meine 1500 Sendungen, die ich für den ORF moderieren durfte oder meine Darstellung des Daniel Kaffee in der deutschsprachigen Uraufführung von „Eine Frage der Ehre“ im Wiener Volkstheater. Das sind alles schöne Erinnerungen – und Motivation für Kommendes.

Sie treffen – z.B. beim Opernball oder auch beim Life Ball – beruflich häufig auf Prominenz. Hat Sie bei all diesen Begegnungen jemand tief beeindruckt?

Beeindruckt haben mich meistens die „ganz Großen“ – da sie eigentlich immer ohne Starallüren freundlich und bescheiden gewirkt haben. Ob es der ehemalige Generalsekretär der UNO, Kofi Annan, die Filmdiva Sophia Loren oder Oscar-Gewinner Maximilian Schell waren. Ganz oben ist die Luft dünn, und da ist es wichtig ruhig zu atmen.

Gibt es einen Menschen, mit dem Sie noch gemeinsam auf der Bühne stehen möchten?

Ich hatte das Glück mit Heinz Petters, Hans Hold, Boni Trenkwitz und Hildegard Knef auf der Bühne stehen zu dürfen. Ich werde mich auf jeden freuen, der noch kommen wird.

Rückblickend gesehen: Was würden Sie beruflich völlig anders machen, könnten Sie noch mal von vorne beginnen? Sagen wir ab Mitte 20 ...

Ich habe in der Vergangenheit vielleicht zu oft auch von Projekten erzählt, die noch in der Schwebelage waren und dann nicht funktioniert haben. Das würde ich heute nicht mehr so machen.

Und privat? Gäbe es Kursänderungen? Sie nennen immer wieder Ihr Outing, homosexuell zu sein ...

Keine eigenen Kinder zu haben war lange eine Belastung für mich. Zum Glück habe ich drei Halbneffen, für die ich da sein darf.

Unser Magazin liegt in Seniorenhäusern auf. Manche der Bewohner sind an Demenz erkrankt. Ein Thema, mit dem Sie

sich in Ihrem persönlichen Umfeld schon auseinandersetzen mussten?

Ich habe einige Kollegen erlebt, die an Demenz erkrankt sind. Es ist schrecklich, weil besonders in diesem Beruf die Sprache und die Möglichkeit, sich auszudrücken, so wichtig sind.

Ist ein Testament abschreckend oder rein vernünftig für Sie?

Und: Haben Sie bereits eines aufgesetzt?

Ja, der Gedanke ist abschreckend, aber aufgrund meines Berufes wird sich auch niemand über meine Erbschaft streiten müssen.

Gibt es eine Patientenverfügung?

Nein.

Was passiert nach dem Tod aus Ihrer Sicht? Glauben Sie an ein Leben danach?

Die Seele wird in irgendeiner Form weiterleben. Wenn die Vorstellung nicht ausreicht, brauche ich auch keine Erklärung, wie es sein könnte.

Sind Sie generell gläubig?

Wenn ja, woran glauben Sie?

Ich habe viele geistliche Menschen erlebt und deren spirituelle Kraft wahrgenommen. Manche haben mich in ihrem Wirken stark berührt. Die Hilfestellungen einer Religion sind da weniger wichtig.

Welche Methoden haben Sie, um Krisen zu meistern?

Ich habe in der Vergangenheit leichter die Misserfolge überstanden als die Erfolge. Und wenn es doch schwierig wurde, habe ich mich zurückgezogen, um wieder Kraft zu schöpfen.

Ihre Mutter Anna ist jetzt 80. Meine Eltern sind auch in dem Alter. Mir geht es so, dass ich mir überhaupt nicht vorstellen kann, wie es ist, wenn sie einmal nicht mehr sind. Wovor fürchten Sie sich da am meisten?

Das sind die schrecklichsten Gedanken – es gibt ein Lied, das vor fast 20 Jahren für

eine Musical Produktion geschrieben wurde:

*Abschied nehmen muss man üben!
Eines Tages wird es ernst.
Zeit zu leben!
Zeit zu lieben!
Tu's bevor Du es verlernst.
Keiner weiß, was wird,
Zu welchem Ziel die Reise führt.
Mal geht es runter, mal geht's rauf!
Wer nichts riskiert, gibt auf!*

Sollte heute oder morgen mir oder meine Mutter etwas zustoßen: Wir beide wissen, alles Wichtige haben wir uns schon gesagt.

Wie geht es Ihrer Mutter aktuell?

Sie ist in der „Aufbau-Phase“ – und so hoffen wir, dass wir uns noch lange haben werden.

Sprechen Sie miteinander über den Tod?

Nie.

Vom Tod Ihrer Zwillingsschwester, die bei der Geburt verstorben ist, haben Sie erst Jahre später erfahren. Was hat diese traurige Nachricht mit Ihnen gemacht?

Das habe ich erst mit 17 Jahren erfahren. Mit diesem Moment haben die wiederkehrenden Alpträume – ich werde um Hilfe gerufen und kann nichts machen – schlagartig aufgehört.

Sie sollen sich bis dahin sehr häufig alleine gefühlt haben und nicht gewusst haben, warum das Gefühl so ausgeprägt ist. Sind Sie jemand, der dann reden möchte oder eher jemand, der sich einigelt und alles mit sich selbst ausmachen mag?

Ich hatte das Glück in den letzten Jahrzehnten auch Freunde zu finden, mit denen ich alles besprechen kann.

Haben Sie professionelle Hilfe in Anspruch genommen?

Ja, nach einer misslungenen Nierenoperation vor 20 Jahren habe ich professionelle Hilfe in Anspruch genommen und es war gut so.

Als Sie 17 Jahre waren, haben Sie auch

Ihren Vater viel zu früh verloren ...

Hatten Sie da einen Hass aufs Schicksal?

Die Tragweite des Verlusts meines Vaters habe ich erst Jahre später wahrgenommen. Ebenso das Bewusstsein, dass ich dadurch schneller das Kind in mir ablegen musste.

Haben Sie sein Gesicht noch vor sich, wenn Sie an ihn denken? Viele Menschen erzählen, dass das Bild leider schnell verblasst. Oder wie ist er sonst Teil Ihres Lebens geblieben?

Es gibt so viele Momente unserer Vergangenheit, wie Besuche im Tiergarten Schönbrunn, der Urlaub in Rovinj oder Picknicks im Lainzer Tiergarten, bei denen ich Gesicht und Stimme meines Vaters so lebendig vor mir habe.

Was soll Freunden und Bekannten von Ihnen später in Erinnerung bleiben?

Ich denke und hoffe, dass meine Freunde über mich sagen werden: „Es war schön mit dir, hoffentlich sehen wir uns wieder.“

Wieder zurück ins Leben: Welche Pläne haben Sie fürs kommende Jahr?

Beruflich stehen eine große Rolle in dem Musical „Heidi“ im Oktober im Museumsquartier in Wien an, ebenso der Film im Frühjahr kommenden Jahres und die Aufgaben im ORF (Licht ins Dunkel, Opernball, Starnacht, Lifeball). Und privat wünsche ich mir, viel Zeit mit meiner Mutter verbringen zu dürfen.

Abschließend erlauben Sie mir ein paar Gedanken: In meinem Berufsleben habe ich immer wieder bei Auftritten in Pflegehäusern Kontakt mit älteren Menschen gehabt. Da habe ich Freundlichkeit, Aufmerksamkeit und Kraft erleben dürfen. Und selbst das kleinste Lächeln hat mir gezeigt: Es hat sich gelohnt, diesen, meinen Beruf gelernt zu haben!

*Das Gespräch führte
Katrin Kuba*



Zusammen eigenständig!

Das Haus St. Leopold in Klosterneuburg arbeitet sehr erfolgreich mit einem besonderen Wohnkonzept für Menschen mit Demenz. Das Motto dabei lautet: Eigenständigkeit fördern!



Menschen mit demenziellen Erkrankungen können ihr Leben sehr lange selbstständig führen, solange ihre Tagesroutine aufrecht erhalten werden kann und keine großen Veränderungen in ihrem Umfeld oder Tagesabläufen passieren. Oft führt ein akutes Ereignis wie ein Sturz oder eine Veränderung des Schlaf-Wachrhythmus dazu, diese gewohnte Ordnung aus dem Gleichgewicht zu bringen.

Pflegeeinrichtungen, die nach dem Konzept der Hausgemeinschaft organisiert sind, bieten demenziell erkrankten Menschen einen geeigneten Rahmen, sich leichter zurechtzufinden und wieder eine gewohnte Tagesroutine zu leben. Die geringe Anzahl an Mitbewohnern sowie möglichst gleichbleibende Betreuungspersonen bringen familienähnliche Strukturen. Ebenso unterstützen die Anwesenheit einer Ansprechperson in der Wohnküche und die Gestaltung der Tagesab-

läufe die Orientierung. All das gibt auch Sicherheit.

Das Erleben von bekannten Tätigkeiten und Abläufen hilft demenziell erkrankten Menschen dabei, sich ihrer noch vorhandenen Ressourcen und Kompetenzen zu erinnern und sie einzusetzen. Im Rahmen des Hausgemeinschaftskonzepts können vor allem die weiblichen Bewohner leicht im hauswirtschaftlichen Bereich eine Betätigung finden, wenn sie das möchten. Da in jeder Wohngruppe jeden Tag die Speisen frisch zubereitet werden, kann bei der Vorbereitung, Zubereitung und Nachbereitung der Mahlzeiten mitgeholfen werden. Ebenso ist Mithilfe möglich beim Wäsche zusammenlegen, Staubwischen, Betten machen, Blumen gießen, Tiere füttern, etc. Da diese Tätigkeiten bei vielen Frauen jahrzehntelang eingeübte Abläufe darstellen, unterstützt die Ausübung dieser die Eingewöhnung in ein Pflegewohnhaus sowie die

Wiederherstellung der gewohnten Tagesroutine.

Frau W., Frau V., Herr K. und Frau R. sitzen immer gemeinsam am selben Tisch, sie plaudern miteinander, kümmern sich darum, dass jeder etwas zu trinken und zu essen hat. Wenn einer etwas braucht, holen sie Hilfe. Sie plaudern und lachen miteinander, erzählen sich täglich die gleichen Dinge, stellen täglich die gleichen Fragen. In der Gruppe verstehen sie sich gut und sind eine fröhliche Runde, sie fühlen sich sicher und geborgen. Wenn Frau W. beim Kartoffelschälen mitarbeitet, sehen die anderen zu und unterstützen sie mit guten Ratschlägen. Frau V. hilft ab und zu beim Abräumen des Geschirrs. Gemeinsam gehen sie zu den Veranstaltungen und Gedächtnisrunden. Und danach gehen sie wieder nach Hause in ihr Wohnzimmer zum Abendessen. Gemeinsam.

Andrea Goldemund



Auf Augenhöhe zu sein, ist das Wichtigste

Ein Gespräch mit Gabriela Hackl, Pflegedienstleiterin der Caritas Pflege, über das neue Lebensqualitätskonzept

Was ist das Besondere am neuen Lebensqualitätskonzept der Caritas Pflege?

Das neue Lebensqualitätskonzept ist ein wertorientiertes Konzept. Es ist leicht verständlich, sowohl für unsere Mitarbeiter als auch für unsere Bewohner und Kunden. Und es ist flexibel, d.h. das Lebensqualitätskonzept passt sich an sämtliche Besonderheiten, die es in der Pflege gibt an. Es kann immer den individuellen Bedürfnissen entsprechend angewendet werden.

Wie funktioniert das genau?

Durch die Werteorientierung, die besagt „Ich bin mit dem Bewohner oder dem Kunden auf Augenhöhe“. Das heißt, wir sind Partner des Kunden und des Bewohners! Das unterscheidet unser neues Lebensqualitätskonzept von allen anderen Pflegekonzepten mit denen wir vorher gearbeitet haben: Wir respektieren die Person als eigenständige Person ganz unabhängig von Diagnosen. Ob es ein an Demenz erkrankter Mensch ist oder ein palliativ zu betreuender Mensch, ist dabei völlig egal. Das Lebensqualitätskonzept fordert, dass uns der Bewohner oder der Kunde sagt, was er für sich in diesem Moment für richtig hält. Als Pflegekraft wende ich dann ein ganz gezieltes „Werk-

zeug“ an – eines, das genau auf die Bedürfnisse des Menschen abgestimmt ist. Hier geht es auch darum, Beratungskompetenz zu entwickeln. Denn manchmal decken sich die Bedürfnisse der Kunden nicht mit dem, was wir aus rein professioneller Sicht empfehlen würden. Dann muss gemeinsam überlegt werden, wie die Pflegekräfte z.B. Risiken minimieren aber die Bedürfnisse des Kunden oder des Bewohners dennoch erfüllt werden können.

Wie berücksichtigt das Lebensqualitätskonzept die besondere Situation von Menschen mit einer demenziellen Erkrankung?

Durch seine Flexibilität geht das Konzept auf sehr viele Besonderheiten ein. Auch bei demenziell erkrankten Menschen ist die Krankheit nicht im Vordergrund. Im Vordergrund steht hier die Beziehungsarbeit. Das bedeutet, wenn die Pflegeperson sich dem Erkrankten als Hilfs-Ich zur Verfügung stellt, dann kann er einen Teil von sich selbst wieder besser wahrnehmen. Wir gehen weg von der allumfassenden Versorgung und dem Setzen von Interventionen hin zur Beziehungsarbeit und Begleitung pflegebedürftiger Menschen. Was möchte dieser Mensch jetzt von mir und was kann ich ihm anbieten?

Dieser Grundsatz gilt für alle Bewohner und Kunden und auch für demenziell erkrankte Menschen. Ein ebenso wichtiger und daher nicht zu vernachlässigender Baustein im Lebensqualitätskonzept ist das ethisch reflektierte Handeln der Mitarbeiter und Führungskräfte. Viele Situationen im täglichen Tun verlangen dies und stellen oftmals auch Herausforderungen für uns dar.

Das hört sich an, als würde das Lebensqualitätskonzept auch die Arbeit der Pflegepersonen interessanter machen...

Ja – das ist Pflege pur! Natürlich gehört die medikalisierte Pflege auch dazu: also ärztliche Anordnungen ausführen, Medikamente verabreichen etc. Aber das Spannende ist, zu versuchen, sich in den Menschen, den ich pflege wirklich hinein zu versetzen – ihn zu verstehen und zu akzeptieren, ihn zu unterstützen, zu beraten und zu begleiten.

Als zentrale Pflegedienstleiterin macht es mich sehr stolz mit wie viel Kraft und Engagement die MitarbeiterInnen des Bereichs Caritas Pflege das Konzept umsetzen und ins Leben bringen – Danke dafür!

*Das Gespräch führte
Nicole Nikolaidou*

Zwei Gläser Marmelade zum Frühstück

Im Pflegewohnhaus St. Bernadette in Breitenfurt leben viele Menschen mit Demenz. Die Sozialbegleiterin Helga Singer berichtet über einen Tag im Wohnbereich Leopold.



„Schwester, wo soll ich jetzt hin? Ich weiß nicht, wo ich hingehöre?“, Frau D. wirkt unsicher und ein wenig verzweifelt. Sie braucht morgens Zeit, um in den Tag hineinzufinden. Vertraute Gesichter, liebevolles Reden, geben Halt und Geborgenheit. Und ein gutes Frühstück hilft fast immer. Also lade ich sie ein. „Wollen Sie sich zu uns setzen und mit uns frühstücken?“ Ich führe sie zum Tisch, an dem schon einige andere Damen sitzen und genüsslich essen. Ein Tischtuch, Kännchen mit Kaffee und Milch, ein gut gefülltes Brotkörbchen, Butter und Marmelade, Wurst und Käse stehen zur Selbstbedienung bereit. Frau H. gibt gerade Marmelade auf die Eierspeise, Herr M. leert mit Genuss das zweite Marmeladenglas, Frau K. gibt mit leuchtenden Augen den fünften Löffel Zucker in den Kaffee „sonst schmeckt er nach gar nichts“.

„Heute Nachmittag gibt's die Feier für die Geburtstagskinder, die im August geboren sind“, erzähle ich. Frau H.,

die die Ankündigung schon gelesen hat, ruft uns beim Vorbeigehen zu: „Ich pfeif auf die Feier, ich brauch das nicht, ich komme nicht!“ Dafür bringt sie zwei ihrer schönen Westen jenen Schwestern, die sie besonders gerne mag: „Du kriegst die blaue und du die weiße. Es ist kühl in der Früh, ich möchte nicht, dass ihr frieren müsst.“

Rollatoren-Tanzen

Nach dem Frühstück sammle ich die Bewohner für das Rollatoren-Tanzen. Manche sind aktiv dabei, andere schauen zu. „Herr K., kommen Sie mit?“, frage ich. „Ich muss ins Rathaus, davor halb überdacht, zum Ballspielen beim Verein. Ich war erst drei Mal, jetzt bewege ich mich nicht mehr so viel.“ Ist das ausgesprochen, kommt er wie immer gerne mit, singt bekannte Melodien und schaut beim Tanzen zu. Danach geht's ans Tische decken für die Geburtstagsfeier. Es werden Kerzen und Blumen gebracht, Kaffee und Torte vorbereitet. Frau Tomc, die Tochter einer Bewohnerin, bringt ihre Ziehharmonika. Wenn die Bewohner kommen, ist alles bereit. Es tönen Schlager, Wienerlieder und Volkslieder durch den Raum. Die Texte werden meist auswendig mitgesungen, häufig mit geschlossenen Augen. Andere schwingen leicht im Takt mit. Die Stimmung ist fröhlich und ausgelassen. Einige sind auch in Gedanken versunken



und in einer anderen Lebenszeit. Das Fest neigt sich dem Ende zu, wenn sich die innere Uhr der Bewohner meldet, die sagt, dass jetzt die Zeit ist, wo man von der Arbeit nach Hause geht, die Kinder von der Schule kommen, der Ehepartner von der Arbeit heimkehrt. Eine Zeit, in der es viel zu tun gibt. „Ich muss noch einkaufen gehen“, „Schwester, wo ist die Haltestelle?“, „Wie komme ich jetzt nach Wien in den 22. Bezirk, ich hab mein ganzes Leben dort gewohnt?“

Liebevolle Worte

Wenn sich dann der Abend über den Wohnbereich Leopold legt, wird die Sehnsucht nach geliebten Menschen besonders groß. Und die Einsamkeit schmerzt. Frau J.: „Wo ist mein Mann? Er war ja gerade da, wo ist er denn?“ Sie sieht in ihrem Sohn den verstorbenen Ehemann. Glücklicherweise kommt er oft zu Besuch und Frau K.s Welt ist dann wieder in Ordnung. Bei allen, die sich einsam fühlen und ihre Angehörigen gerade nicht in ihrer Nähe haben, helfen empathisches Zuhören, liebevolle Worte und eine Umarmung.

Der Tag war lang und anstrengend, die vielen Menschen, die Geräusche, und natürlich die viele Arbeit! Frau R.: „Was glauben Sie, was ich heute gearbeitet habe! In der Firma und überall. Ohne Arbeit gibt's nichts, das geht nicht!“ Frau M. geht den ganzen Tag die Gänge auf und ab, sie war früher immer fleißig und hat bis zur Erschöpfung gearbeitet, das tut sie auch jetzt durch das Gehen. Herr Z., der leider schon verstorben ist, ging etwa in alle Zimmer und drehte die Lichtschalter auf „Aus“. Als Techniker hatte er die Aufsicht und Verantwortung über eine Firma, das lebte er so weiter. Und auch nachts, wenn fast alle Bewohner schlafen, sind manche viel zu munter, um sich ins Bett zu legen. Sie jausnen dann um Mitternacht mit den Betreuern oder begleiten sie bei ihrer Arbeit. Solange, bis der Morgen kommt und ein neuer Tag im Wohnbereich Leopold beginnt.



Fest des Alters 2018

Ein starkes Zeichen für das Alter.

Über 300 pflegebedürftige und ältere Menschen und ihre Begleitungen besuchten das heurige Fest des Alters am 7. September. Den Auftakt machte ein Festgottesdienst im Stephansdom mit Michael Landau, musikalisch gestaltet vom Wiener Männergesang-Verein. Anschließend versammelte man sich bei strahlendem Sonnenschein zu einer fröhlichen, gemeinsamen Stunde auf dem Stephansplatz. Auch viele Passanten blieben interessiert stehen und ließen sich mit Kundgebungstransparenten zum Thema Alter und Pflege fotografieren. Das Fest des Alters war ein sichtbares und starkes Zeichen für das Alter im Herzen der Stadt.

Wir danken für die Unterstützung:





Bei uns steht die Küchentüre offen, weil es so gut riecht!

Mustafa Salkovic, Leiter des Pflegewohnhauses St. Bernadette, erzählt über Veränderungen des Essverhaltens bei Demenz und worauf besonders geachtet werden sollte.

Was kann Essen außer satt machen?

Essen ist ein ganz wichtiger Bestandteil der Lebensqualität. Abgesehen vom physischen Wohlbefinden, der Gesundheit, ist Essen auch Genuss. Auch wenn Menschen mit Demenz auf Grund ihrer Erkrankung nicht planen können und sich darauf freuen können, dass es am Sonntag ihr Lieblingsessen gibt: Sobald sie es tatsächlich essen, spüren, riechen, schmecken, können sie es genießen. Ein zweiter Aspekt ist, dass geregelte Essenszeiten eine Tagesstruktur geben und damit Sicherheit und Orientierung. Gerade für Menschen mit einer Demenzerkrankung trägt diese Stabilität

grundlegend zum Wohlfühl bei. Und zu guter Letzt ist Essen ja auch immer ein geselliges Beisammensein.

Wie wirkt sich eine Demenzerkrankung auf die Essgewohnheiten aus?

In fortschreitendem Stadium wird es recht schwierig selbst dafür Sorge zu tragen, dass regelmäßig ausreichend Nahrung aufgenommen wird. Durch die Erkrankung verändern sich häufig das Sättigungsgefühl, der Geschmack- und Geruchssinn. Ein anderes Symptom ist der verstärkte Bewegungsdrang, wodurch Ruhe und Konzentration fehlen, um eine ganze Mahlzeit im Sitzen zu

sich zu nehmen. Es kann auch passieren, dass einfach auf das Essen vergessen oder der Sinn dahinter nicht mehr erkannt wird. Die Folge ist häufig eine gewisse Appetitlosigkeit. Manchmal sind die Gründe dafür aber auch physisch – also z.B. eine schlechtsitzende Prothese oder Schluckbeschwerden oder einfach Unwohlsein. Aufgabe der Pfleger ist es, das herauszufinden und darauf entsprechend zu reagieren.

Welche Möglichkeiten gibt es, die Freude am Essen zu wecken?

Es gibt kein Patentrezept, um die Lust am Essen zu fördern. Jeder Mensch hat andere Eigenschaften und Vorlieben. Wichtig ist heraus-

zufinden, was dem Einzelnen gut tut und schmeckt. Aber mit einer schönen Atmosphäre kann der Appetit natürlich angeregt werden. Das beginnt bei einem ansprechend gedeckten Tisch, der allerdings nicht überladen sein sollte, weil sich Menschen mit Demenz sonst nicht mehr zurecht finden. Ganz wichtig ist auch, wie das Essen auf dem Teller angerichtet wird. Die einzelnen Speisen müssen klare Konturen haben und farblich getrennt sein. Auch wenn es Breikost ist: ein Schnitzel sollte die Form und Farbe eines Schnitzels haben. Speisen, die ineinander verfließen, können von an Demenz erkrankten Menschen nicht mehr gut erkannt werden.

Gerüche sind ganz wichtig. Wir achten z.B. darauf, dass die Küchentür offen steht, wenn Suppe oder Ähnliches erwärmt wird. Wir kennen das alle: Der Geruch von Essen lässt uns das Wasser im Mund zusammenlaufen. Ja, selbst Geräusche können Lust auf Essen machen: „Autofahrer unterwegs“ war früher etwa eine sehr beliebte Radio-sendung um die Mittagszeit. Das Zuhören kann für manche Bewohner appetitanregend wirken, weil es mit Essenszeit assoziiert wird.

Wie entsteht der Speiseplan?

Die Vorlieben und Wünsche der Bewohner werden über die Menükommission und den Bewohner-Rat an das Küchenteam von magdas ESSEN weitergegeben. In Zusammenarbeit mit den hauseigenen Diätologen wird dann der Speiseplan erstellt, der den gesundheitlichen und geschmacklichen Bedürfnissen aller Bewohner entspricht.

*Das Gespräch führte Sarah Barci,
magdas ESSEN*

Respekt!

*Andrea Klein-Dezhofer schreibt
über das Recht auf respektvolle Pflege*

Liebe Bewohnerinnen!
Liebe Bewohner!

Oft werde ich gefragt, warum ich so genau nachfrage. Viele von Ihnen waren bereits meine Gesprächspartner, viele werden es noch sein und die meisten Bewohner sind mit ihrem Leben in den Pflegewohnhäusern, den Wohngruppen, mit ihren Zimmern, den Aktivitäten und anderen Angeboten, die den Tag spannend gestalten, sehr zufrieden. Viele Damen und Herren sind froh, genau die Pflege und Betreuung zur Verfügung zu haben, die ein normales Leben ermöglichen.

Wenn Sie das lesen, bedeutet es, Sie sind in der Lage, diese Zeilen zu lesen und zu verstehen.

Viele unserer Damen und Herren in den Pflegewohnhäusern der Caritas tun das nicht – aus verschiedenen Gründen. Vielleicht interessiert es Sie einfach nicht und Sie brauchen und wollen das auch nicht. Einige der Damen und Herren jedoch sind nicht in der Verfassung diese Zeilen zu lesen und hier kommen die Bewohnerrechte verstärkt zum Einsatz, denn jede Person, die in einem Pflegewohnhaus wohnt, hat das „Recht auf respektvolle, fachgerechte und an aktuellen Standards ausgerichtete Betreuung und Pflege“, das erste Bewohnerrecht im Wiener Wohn- und Pflegeheimgesetz. Dazu gibt es noch weitere 20 Gesetze, deren Einhaltung vom Bewohnerservice überprüft wird. Das ist der Grund für genaues Nachfragen, für regelmäßiges Vorbeikommen und auch Sprachrohr-Sein für Personen, denen es nicht möglich ist, sich entsprechend zu äußern.

Ein wesentliches Recht lautet: „Recht auf Einbringung von Anregungen und Beschwerden bei dem Bewohnerservice“ Dazu möchte ich sagen: Ich freue mich über jeden persönlichen Kontakt mit „unseren“ Damen und Herren, und auch wenn Sie sich nicht beklagen wollen, auch „nur“ Lob und Anerkennung ausdrücken oder einfach Berichte über Ihr Leben im Haus erzählen möchten, ich komme gerne bei Ihnen vorbei!

Ihr Bewohnerservice.



Es geht ums Vergessen... Aber wir dürfen die nicht vergessen, die betroffen sind.

Drei Tage lang stand in Klosterneuburg das Thema „Demenz“ im Mittelpunkt.

Das Netzwerk „Gut leben mit Demenz in Klosterneuburg“ lud von 15. bis 17. Juni zu Aktionstagen. Nach dem ersten erfolgreichen Jahr rund um Informationsangebote für Demenz-Betroffene und Angehörige ging das Netzwerk „Gut leben mit Demenz in Klosterneuburg“ in den öffentlichen Raum, um die Bevölkerung mit einer breiten Palette an Angeboten für das Thema Demenz zu sensibilisieren. Mitte Juni lud das Netzwerk erstmals alle Klosterneuburger, jung und alt, zu Aktionstagen. Bei rund 30 Aktivitäten fanden die vielen Besucher am Stadtplatz und an zehn weiteren Orten Informations- und Begegnungsangebote. Und das Interesse war groß. Die Angebote

reichten von Information und Beratung durch Experten beim Demenzkiosk, über Mitmachmöglichkeiten beim Stationen- und Demenzparcours, bis zu physiotherapeutischen Bewegungseinheiten. Singen, Kino, eine inklusive Stiftsführung, eine geführte Erinnerungsreise sowie generationenverbindende Gottesdienste waren weitere Höhepunkte. Die Ausstellung „Lebenslabyrinth der Erinnerungen“ lud ein, den Blick auf das Gelungene und Schöne und die Ressourcen von Menschen im hohen Alter zu legen. Bei den Aktionstagen war Demenz in ganz Klosterneuburg Thema.

Kontakt

demenz-klosterneuburg@caritas-wien.at
www.demenz-klosterneuburg.at
0676 6362973

PROMENZ

Jetzt auch in Klosterneuburg: Eine Initiative von und für Menschen mit Vergesslichkeit und beginnenden demenziellen Beeinträchtigungen

„Was wir hier machen, ist ein Tabubruch...!“, sagt die 72-jährige Bea M. im Gespräch mit Johanna Püringer, einer der Unterstützerinnen von PROMENZ. Bea M. kommt seit drei Jahren regelmäßig zu den PROMENZ-Treffen.

Menschen wie Bea, Luis, Angela und Thomas, der nicht mit seinem richtigen Namen genannt werden möchte – alle zwischen 50 und 78 Jahre alt – treffen sich regelmäßig zu Gespräch und Austausch über das Leben mit Vergesslichkeit. Manche von ihnen haben eine Demenzdiagnose. Man muss allerdings schon sehr genau hinsehen, um die Einschränkungen wahrzunehmen. Jede und jeder hat einen Weg gefunden, mit den Veränderungen umzugehen. Der Austausch darüber und das Gefühl, mit diesem Thema nicht alleine zu sein, stärkt sie und erleichtert den Alltag.

Dass die Treffen nicht vergessen werden, dafür sorgen die Unterstützerinnen: Sie organisieren die Treffen, erinnern die angemeldeten Teilnehmer, begleiten sie und moderieren die Treffen. Die Teilnahme erfolgt freiwillig, solange sie sich für alle Beteiligten positiv auswirkt. Alles, was in der Gruppe gesprochen wird, ist vertraulich und wird nicht an Außenstehende oder Angehörige weitergegeben. Eine Diagnosestellung ist nicht Bedingung, wohl aber die Einsicht über die eigene Vergesslichkeit.

Zu Beginn erfordert es etwas Mut sich zu melden, weiß Claudia Rathmanner, die die Treffen unterstützt: „Die telefonischen Vorgespräche, die wir führen, sind sehr wichtig. Oft sind es die Angehörigen, die für die Betroffenen fragen und ihnen den Weg erleichtern, eine Brücke für den ersten Besuch bauen.

Eine Angehörige hat mir erzählt, dass ihr Mann zuhause kaum mehr spricht, aber beim Austauschtreffen gut ins Gespräch kam.“ Verstanden zu werden, sich nicht verstecken zu müssen, das ist ein ganz wichtiges Prinzip in der Gruppe. Über seine Einschränkungen zu sprechen, kam für Thomas R. aus der Wiener PROMENZ-Gruppe nicht in Frage – er steht noch im Berufsleben. Dann gab es ein Schlüsselerlebnis: Von einem Kollegen in der Gruppe hörte er, dass dieser den Schritt, den Thomas R. nun angehen will, nämlich sein Unternehmen aufzulösen, schon gut gemeistert hatte. „Das macht Mut, das sagt dir, du bist nicht allein, da gibt's schon jemanden, der das geschafft hat! Darum möchte ich allen Betroffenen sagen, lasst eure Situation medizinisch abklären und dann nehmt Kontakt mit PROMENZ auf und tauscht euch offen aus!“ Menschen mit Vergesslichkeit können sich mit Unterstützung gut gegenseitig und selbst helfen. Die Idee solcher Betroffenen-Gruppen haben die Unterstützerinnen Reinhard Lange und Monika Kripp aus Deutschland übernommen – damit

gibt es in Österreich erstmals ein Selbsthilfeangebot für Menschen mit Vergesslichkeit. Betroffene können Erfahrungen und Tipps im Umgang mit demenziellen Beeinträchtigungen aktiv austauschen, sich gegenseitig ermutigen und stärken sowie durch Beispielwirkung und gemeinschaftlichen Zusammenhalt Sorge um sich selbst und um Andere pflegen.

Gestärkt durch die Gruppe ist bei manchem Teilnehmer der Wunsch nach Selbstvertretung entstanden. „Wenn wir wollen, dass sich in der Öffentlichkeit etwas verändert, müssen wir uns in den Dienst unserer Sache stellen“. Luis K. spricht aus, was auch für die anderen PROMENZ-Botschafter gilt: Menschen mit Vergesslichkeit auch in der Öffentlichkeit respektvoll und ohne Stigma zu begegnen.

Die Caritas hat PROMENZ nach Klosterneuburg gebracht. Claudia Rathmanner und Johanna Püringer freuen sich auf viele Teilnehmer. PROMENZ Klosterneuburg trifft sich zweimal im Monat immer montags von 15 bis 17 Uhr im Caritas Haus St. Leopold, Brandmayerstraße 50, 3400 Klosterneuburg.

Weitere Termine:
www.klosterneuburg.promenz.at

Kontakt
info.klosterneuburg@promenz.at
0676 6362973



Das eigene Leben in die Hand nehmen

Das Leben mit einem an Demenz erkrankten Partner ist schwer. Wer sich aber in der Pflege Freiräume schafft, tut etwas für sich und damit auch für den Partner. Ein Beispiel dafür stellen wir hier vor.

„Ich kam damals aus dem Theater. Mein Mann war zu Hause, konnte nicht sprechen – fuchtelte nur mit den Händen herum.“

Renate Sterba erzählt von dem Tag im Jahr 2003, an dem alles anders wurde. Ihr Mann, Dipl. Ing. Josef Sterba, heute 88 Jahre alt, hatte damals einen Schlaganfall erlitten. Ab diesem Zeitpunkt, war seine linke Körperhälfte beeinträchtigt. Eine vaskuläre demenzielle Erkrankung als Folge des Schlaganfalls, machte häusliche Pflege notwendig. Renate Sterba übernahm diese Aufgabe zunächst allein, 2012 holte sie sich professionelle Hilfe hinzu. Erst organisierte sie eine private Pflegekraft, mit der sie jedoch schlechte Erfahrungen machte. Seit vier Jahren werden ihr

Mann und sie nun drei Mal am Tag von der Caritas Pflege Zuhause unterstützt.

„Ich habe einiges ausprobiert aber ich kann sagen: Die Caritas ist einmalig! Ich bin sehr, sehr zufrieden! Die Mitarbeiterinnen wissen genau was mein Mann gerade braucht. Sie machen alles schön langsam, reden mit ihm, lachen – das ist wichtig für einen Demenzpatienten. Und man merkt, wie er es genießt, wenn sie da sind.“

54 Jahre verheiratet

Als Josef Sterba 2014 wegen eines Infektes ins Krankenhaus musste, befürchtete seine Gattin, sie müsse nun Abschied von

ihm nehmen. Man sagte ihr, dass die Ärzte nichts mehr für ihn tun könnten und sie ihn wieder mit nach Hause nehmen soll. „Es ging meinem Mann sehr schlecht“, erinnert sich Renate Sterba, „seitdem ist er nicht mehr mobil. Hauptsächlich liegt er, nur am Vormittag sitzt er noch einige Stunden im Rollstuhl. Aber er lebt! Ich lebe mit ihm zusammen – und das immer noch sehr gerne! Wir sind jetzt 54 Jahre verheiratet!“ Wenn man das Ehepaar in ihrer geschmackvoll eingerichteten Wiener Altbauwohnung mit den fröhlich färbig ausgemalten Wänden besucht, wird schnell klar: Hier herrscht eine liebevolle, entspannte Atmosphäre – und zwar schon lange. Es ist die Wohnung, in der Frau Sterba aufwuchs und in die sie, nach den Jahren der Erziehung der eigenen Kinder, mit ihrem Mann zurückkehrte. Hier pflegten die beiden auch gemeinsam Frau Sterbas Eltern.

Oft zu Tränen gerührt

Renate Sterba, mittlerweile 76 Jahre alt, ist eine positive, offene Dame, aktiv und fröhlich. Das war und ist manchmal aber auch anders, erzählt sie: „Die erste Zeit, als mein Mann erkrankte, war sehr schwer. Ich habe mir dann nach und nach Beschäftigungen gesucht und Angehörigengruppen der Caritas besucht. Früher habe ich als Freiwillige im St. Anna Kinderspital Kinder betreut. Jetzt lese ich regelmäßig in Kindergärten und Seniorenhäusern vor. Ich brauche diese Abwechslung zum Ausgleich.“ Auch den Theaterbesuchen ist sie treu geblieben. All diese Eindrücke vom Leben außerhalb, bringt Frau Sterba ihrem Mann mit nach Hause: „Ich erzähle ihm alles, was ich erlebt habe. Er hat mir ganz zu Beginn seiner Erkrankung einmal gesagt, ‚Bitte, tu, was dir gefällt und gut tut. Du bist ja meine Frau, nicht meine Sklavin.‘ Bis 2017 konnte mein Mann ja noch sprechen. Das geht jetzt nicht mehr – ab und zu nickt er noch, wenn ich mit ihm rede. Aber ich weiß, dass er mir gerne zuhört und er meine Erlebnisse mitlebt. Wenn ich ihm ein Lied vorsinge, z.B. ‚Alle meine Entchen‘, und ihn frage, ob er das noch kennt, dann kommt

von ihm ein deutlich ausgesprochenes ‚Ja‘. Manchmal drückt er sich auch durch lustig klingende Laute aus – ich weiß aber, was er damit meint. Selten kann er auch noch etwas ganz Kurzes sagen. Dann bin ich oft zu Tränen gerührt und freue mich darüber so sehr.“

Seine Familie war ihm immer das Wichtigste

Es war schwer zu akzeptieren, dass jemand wie ihr Mann plötzlich auf Hilfe angewiesen war, berichtet Frau Sterba. Nach seinem Studium an der „BoKu“, der Universität für Bodenkultur, arbeitete Dipl. Ing. Josef Sterba in der Präsidialabteilung des Landwirtschaftsministeriums. „Er war immer gerne in der Natur. Mit unseren beiden Töchtern haben wir wunderschöne Ausflüge unternommen“, erinnert sie sich. „Seine Familie war ihm immer das Wichtigste. Er hat sich viel Zeit für unsere Töchter und Enkelkinder genommen und mit ihnen für die Schulprüfungen gelernt.“ Später, als seine eigenen Kinder die Schule längst abgeschlossen hatten, half er Kindern mit nicht deutscher Muttersprache durch den Schulalltag. „Das war seine Beschäftigung am Anfang seiner Pension. Mein Mann wollte auch noch als Freiwilliger Bäume markieren im Wald, damit Wanderer die Wege besser finden. Das hätte ihm gefallen.“ Aber es kam alles anders als das Ehepaar Sterba es geplant hatte. Dennoch war und ist es ein gutes Leben, ist Frau Sterba überzeugt.

Auf die Frage, was sie anderen Angehörigen empfehlen würde, antwortet sie sehr klar: „Man muss sein eigenes Leben in die Hand nehmen. Ohne das funktioniert das Zusammenleben nicht – übrigens egal ob krank oder gesund. Wenn man zufrieden ist, dann bringt es für den anderen immer mehr. Und was auch sehr wichtig ist: Man muss Hilfe annehmen, wo es nur geht.“

Nicole Nikolaidou



Joe und Josi. Zwei Marionettenvögel, die auch in der Hospizbegleitung zum Einsatz kommen und von einer langjährigen Hospizmitarbeiterin selbst angefertigt wurden, kommen ins Gespräch. Heute: Erste Erfahrungen.

„Oft schweige ich einfach ...“

Barbara Marwan-Schlosser erzählt, warum sie seit November 2017 einmal pro Woche Menschen auf der Palliativstation besucht und es trotz aller Traurigkeit auch immer wieder etwas zu lachen gibt.

Ich habe im August 2017 den Hospizgrundkurs abgeschlossen und bin seit November 2017 Ehrenamtliche am Landesklinikum Hohegg und zwar auf der Palliativstation. Nachdem mich meine Hospizteam-Koordinatorin dem klinischen Personal vorgestellt hatte, begann ich mit dem Besuchsdienst, in meinem Fall einmal pro Woche für ein paar Stunden, je nach Bedarf.

Ich besuche Menschen, bringe etwas Alltag ins Krankenhaus, wir unterhalten uns, ich höre zu, erzähle oder schweige manchmal auch einfach. Das sind Begegnungen mit unterschiedlichsten Menschen, und ja, ziemlich oft sind diese auch noch sehr jung.

Sehr häufig werde ich gefragt: Sterbende, verzweifelte Angehörige, Tod allgegenwärtig? – Warum und wie machst du das? Wie hältst du das aus?

Wie ist das denn so?
Hier meine persönlichen Antworten: Leben unter besten Umständen bis zuletzt, das ist mir ein großes Anliegen. Und dass Sterben und der Tod keine Tabuthemen sind.

Sicher ist es jedes Mal wieder ein Sprung ins kalte Wasser: anklopfen, vorstellen, fragen, ob ich ein bisschen bleiben darf. Gleich bei meinem ersten Besuch, beim ersten Zimmer, wurde ich von einem Herrn mit einem deftigen „Schleichen Sie sich!“ zur Tür gewiesen. Die beiden nächsten wollten auch nicht. Das ist in Ordnung. Jedem Menschen sein freier Wille! Einfach verabschieden, nicht persönlich nehmen und beim nächsten Zimmer klopfen.

Es ergibt sich dann. Ich vertraue einfach auf mein Gefühl und die Grundlagen aus dem Hospizkurs. Seither habe ich großartige Gespräche mit weissen, oft echt

coolen Menschen gehabt. Sicher sind die oft ernst und traurig, doch ebenfalls humorvoll und ja, wir lachen ziemlich viel. Soviel zum Thema ‚aushalten können‘.

Natürlich tut es mir weh, wenn Menschen sterben, die ich begleite und Angehörige mit mir über ihren Schmerz sprechen – das ist klar. Da hilft das Klima auf dieser Station, das Personal, das ich jederzeit um Rat und Informationen fragen kann. Einfach großartige Leute. Ich fühle mich total integriert.

Bleibt noch die Frage nach dem Abgrenzen: Ich verweile nach meinem Besuchsdienst ungefähr 15 Minuten auf dem Parkplatz, dann fahre ich los, meist absolut dankbar für das mir geschenkte Vertrauen. Mit Sicherheit kann ich sagen: mich macht dieses Ehrenamt froh, nein, es macht mich glücklich.



Wiener Städtische zeigt Herz

Seit 2012 zeichnet sie gemeinsam mit dem Wiener Städtischen Versicherungsverein im Rahmen der Initiative „Pfleger mit Herz“ jedes Jahr Menschen aus der Pflege aus, die sich mit Herz und Kompetenz für Hilfsbedürftige engagieren.

Robert Lasshofer ist Generaldirektor der Wiener Städtischen. Wir haben mit ihm über Pflege und soziales Engagement geredet:

Warum wurde der Preis „Pfleger mit Herz“ ins Leben gerufen?

Pflege kann uns, früher oder später, alle betreffen. Aus diesem Grund wollen wir Sensibilität für das Thema schaffen und das Bewusstsein steigern. Gleichzeitig wollen wir die großartigen Leistungen aller im Pflegebereich tätigen Menschen in Österreich würdigen und ihnen die Anerkennung entgegenbringen, die sie verdienen. Denn gute Pflege braucht – neben viel Herz – Professionalität und Kompetenz.

Was muss getan werden, um die Pflege der Menschen in Zukunft zu sichern?

Pflege ist das dominierende Zukunftsthema und stellt zahlreiche europäische Länder vor große Herausforderungen. Auch wenn wir in Österreich über ein gutes Gesundheits- und Pflegewesen verfügen, verschärfen demographische Entwicklungen und sich ändernde Familienstrukturen die Problematik. Die Anzahl an Pflegebedürftigen steigt kontinuierlich an, gleichzeitig gibt es immer weniger Menschen, die das System finanzieren können. Durch die Abschaffung des Pflege regresses werden die Budgets von Bund, Ländern und Gemeinden zusätzlich stark belastet. Angesichts dieser Prognose wird es immer wichtiger, Eigenvorsorge auch im Pflegebereich aufzubauen. Wir sind überzeugt davon, dass eine private Pflegevorsorge integraler Bestandteil einer umfassenden

Vorsorge ist, um die Lücke zwischen Pension und Pflegegeld beziehungsweise Pflegekosten zu schließen.

Was können Sie hier als Versicherung dazu tun?

Unsere Aufgabe ist es zu informieren und Bewusstsein für die Bedeutung einer privaten Pflegeversicherung zu schaffen. Denn in Zukunft wird es eine duale Finanzierung der Pflege aus staatlichen und privaten Mitteln brauchen, davon bin ich überzeugt. Was in diesem Zusammenhang besonders wichtig ist, ist die Tatsache, dass Pflege keine Altersfrage ist. Bereits in jungen Jahren kann man – etwa nach einem Unfall oder Krankheit – auf die Betreuung durch andere angewiesen sein. Deswegen sollte man sich schon früh mit dem Thema auseinandersetzen. Außerdem ist die private Pflegevorsorge umso günstiger, je früher man damit beginnt.

Welchen Stellenwert hat soziales Engagement in Ihrem Unternehmen – vielleicht auch in Ihrem persönlichen Umfeld?

Einen sehr hohen! Wir zählen zu den führenden Versicherungsunternehmen Österreichs und tragen somit große soziale Verantwortung gegenüber unseren Mitarbeitern, Kunden und der Gesellschaft. Dessen sind wir uns voll bewusst und setzen uns aktiv für unterschiedliche soziale Belange ein. Besonderes Augenmerk liegt dabei auf dem Pflege Thema und der Unterstützung von Hilfsorganisationen im Pflegebereich.

Engagement

Seit vielen Jahren unterstützt die Wiener Städtische die Caritas in vielfältiger Weise: den Fuhrpark der mobilen Pflege, die Projekte der Angehörigenarbeit und viele Projekte im Bereich Hilfe in Not – jüngst durch den Ankauf eines LKWs für Le+O, das Lebensmittelprojekt der Caritas.

*Foto:
Dr. Günter Geyer, Generaldirektor des Wiener Städtischen Versicherungsvereins (links), Klaus Schwertner, Generalsekretär der Caritas der Erzdiözese Wien (Mitte) und Mag. Robert Lasshofer, Generaldirektor WIENER STÄDTISCHE Versicherung AG (rechts) bei der Einweihung des LKWs.*

Das Gespräch führte Waltraud Fastl

Hineingeschummelt

In jede Zeile hat sich ein Wort hineingeschummelt, das nicht zu den anderen passt. Finden Sie es?

- | | | | |
|--------------------|----------|----------|---------|
| 1. Reis | Glas | Plastik | Holz |
| 2. Maus | Ratte | Fuchs | Hamster |
| 3. Finger | Knie | Zehen | Nase |
| 4. Radio | Buch | Zeitung | Brief |
| 5. Montag | Dienstag | Oktober | Freitag |
| 6. Herz | Niere | Leber | Haut |
| 7. Geburtstag | Taufe | Hochzeit | Firmung |
| 8. Sekt | Seife | Wasser | Saft |

Wer wird gesucht

Hier werden Begriffe umschrieben – erkennen Sie sie?

- Wenn mir etwas einfällt, geht mir eines auf.
Licht
- Auch ein blindes Huhn findet mal eines.
.....
- Eine Pfote von ihm bringt Glück.
.....
- Der Ton macht sie.
.....
- Man soll es schmieden, solange es heiß ist.
.....

Schwammerlkenner

Köstlich! Herbstzeit ist Schwammerlzeit.
Genießbar sind sie alle, aber wie heißen sie?

- _____ Morcheln
- _____ Parasol
- _____ Totentrompeten
- _____ Steinpilz
- _____ Eierschwammerl
- _____ Reizker



Suchbild

In dem unteren Bild haben wir 5 Fehler versteckt. Finden Sie sie!



Sudoku

		2			3			
3			6		9			
				7			2	
7								8
6		9			8	7		
	1		5			4		6
								1
	8				6			9
			8					7



Österreichs größte Rätselzeitung									
Zentrum für Meditation in Indien	▽	▽	persönl. Fürwort Fotograf † 1986 (Ernst)	Abk.: Österreich	Germ Wandver-zierung	▽	Rückenpartie		
ugs.: gemein, schäbig	▷			▽	▽				▽
▽									
Schneide-fähigkeit		ein Erdteil	▷						
		Nahostbewohner	▽						
Stützkerbe	▷						geo-logisches Zeitalter		
▽			Zitterpappel	▷			▽		
			Hauptstadt von Simbabwe	▽					
eh. russ. Monarch						abgezogene Tierhaut		Wechselbürgschaft	
Nachtgespenst	▷					▽		▽	
engl. Hochadeliger		Vorn. d. Sängerin Streisand	▷						
		engl.: digitales Lesegerät (2 W.)	▽						
▷					Kf.: Atemminutenvolumen	▷			
					röm. Münze	▽			
österr. Skispringer † 1982 (Bubi)	▷						Fluss zur Seine		
Erdreich, Erde		Bücher-gestell	▷				▽		
▷		Mixgetränk (engl.)	▽						
						karib. Inselgruppe		bissfest gekocht (ital., 2 Wörter)	
▽					eh. schwed. Popgruppe	▷		▽	
					Stützpfosten	▽			
Kurzform: schwedische Krone		Staat in Nahost	▷						
		trop. Knollenfrucht	▽						
Kurzform für einen Sprengstoff	▷					römische Mondgöttin		Jägersprache: Gämse	
						▽		▽	
▽									
Segel-ausrüstung		menschlich	▷						
		Kurzform: Tonträger	▽						
▽									
Requiem (kathol.)		Straßenführung	▷						

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

Buntes Leben



Faltenrockfestival

Wiener Lieder von den 16er Buam (1), Swing und Schlager von Gunther Frank (2), Boogie und Blues von Kathi Alber (3) und Martin Pyrker (4) – diese Mischung war das Erfolgsrezept für das erste Faltenrock Musikfestival, das Mitte Juli im Haus St. Barbara stattfand. Bewohner und Gäste, Jung und Alt trafen sich im schönen Garten des Hauses und feierten mit Cocktails und jeder Menge Schwung (5).

Der Tiergarten Schönbrunn ist alljährlich ein beliebtes Ausflugsziel für Bewohner des Hauses Schönbrunn (6).

Bei heißem Wetter fand das Sommerfest im Haus Schönbrunn unter dem Motto „Pack die Badehose ein“ statt (7).

Auch heuer besuchten zahlreiche Bewohner aus dem Haus St. Leopold mit Mitarbeitern den Gottesdienst mit anschließender Krankensalbung in der Lourdes Grotte in Maria Gugging (8).

Feierliche Ehrung von Gertrude Pummeneder zum 90. Geburtstag und Elfriede Mayer zum 95. Geburtstag mit den Bezirksräten von Meidling im Haus Schönbrunn (9).



10



11

Mitarbeiter der Vienna Insurance Group legten Hand an beim Social Active Day im Haus St. Leopold. Neben Rasen mähen hieß die Mission: Gartenhütte schleifen und streichen (10).

Mitarbeiter der Bezirkszeitung besuchten Bewohner des Hauses St. Elisabeth und luden sie ins Gasthaus „Schwammerl“ ein (11).



12



13

„Interkulturelles Mittagessen“ im Haus St. Teresa (12).

Die Schülerinnen der Musikschule Bischoffgasse bei ihrem Konzert im Salon des Hauses Schönbrunn (13).

Als Dankeschön für die gute Pflege Zuhause schenkte Leopold Moser aus Trautmannsdorf den Pflegeassistentinnen einen Kürbis aus dem eigenen Garten (14).



14



15



16

An einem Tag im August erfüllte ein feiner Duft das Haus Franz Borgia: magdas Cateringleiter Ludwig Symjn verwöhnte die Bewohner beim Show-Kochen mit köstlichen Palatschinken, Eis und frischen Früchten (15).

G'sund und Fit hieß es im August. Daniela Birsak (li.) und Alexandra Sobocinski von der Pflege Zuhause Bernhardthal waren mit dabei (16).



17



18

Erna und Josef Pernsteiner aus Kirchschlag feierten diamantene Hochzeit (17).

Kapellengang im Weinviertel. Mitarbeiterinnen der Caritas Pflege Zuhause waren mit einem Infostand zugegen (18).

Wir gratulieren!



Gerhard Bürger, 76 Jahre,
Pflege Zuhause Kirchschatag



Eduard Ringhofer, 79 Jahre,
Pflege Zuhause Kirchschatag



Karoline Puchegger, 80 Jahre,
Pflege Zuhause Kirchschatag



Anton Wachabauer, 86 Jahre,
Pflege Zuhause Kirchschatag



Frieda Gamperl, 88 Jahre,
Pflege Zuhause Kirchschatag



Josefa Lehner, 88 Jahre,
Pflege Zuhause Kirchschatag



Magdalena Schantl, 98 Jahre,
Pflege Zuhause Kirchschatag



Rosa Laschober, 93 Jahre,
Pflege Zuhause Kirchschatag



Otmar Winkelbauer, 95 Jahre,
Pflege Zuhause Kirchschatag



Friederike Schicha, 90 Jahre,
Pflege Zuhause Haugsdorf



Leopoldine Geischläger, 95 Jahre,
Pflege Zuhause Haugsdorf



Anna Macho, 80 Jahre, alle Heimehelfer-
innen wurden zum Heurigen eingeladen,
Pflege Zuhause Neunkirchen



Pantelis Chanakis, 50 Jahre,
Pflege Zuhause Marienpfarre



Dr Ernst Mayer, 90 Jahre
Pflege Zuhause Marienpfarre



Rosa Lauber, 99 Jahre,
Pflege Zuhause Donauefeld



Liselotte Schubert, 79 Jahre,
Pflege Zuhause Schwechat



Margarete Horvath, 85 Jahre,
Pflege Zuhause Schwechat



Heinrich Nunner, 99 Jahre, (verstorben)
Pflege Zuhause Kapistran



Maria Dworschak, 90 Jahre,
Pflege Zuhause Rudolfsheim



Franziska Wittowetz, 100 Jahre,
Pflege Zuhause Rudolfsheim



Franz Egerer, 91 Jahre,
Pflege Zuhause Wr. Neustadt/Umgebung



Frau B., 100 Jahre,
Hospiz Gänserndorf



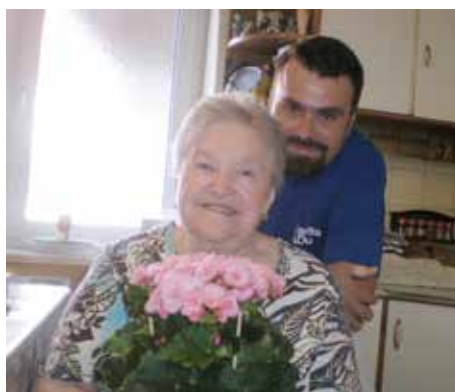
Herta Kreutzer, 90 Jahre,
Haus St. Barbara



Herta Stütz, 85 Jahre,
Pflege Zuhause Deutsch Wagram



Karl Köck, 80 Jahre,
Pflege Zuhause Hollabrunn

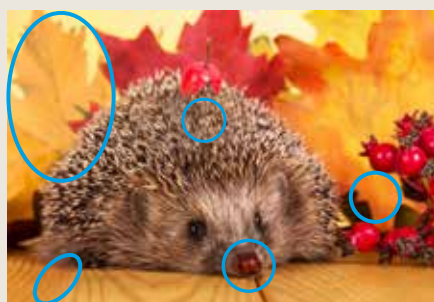


Helene Popp, 80 Jahre,
Pflege Zuhause Hohenau



Karl Pausch, 90 Jahre,
Pflege Zuhause Hohenau

Rätselaufösungen von Seite 48/49



Reingeschummelt

1. Reis
2. Fuchs
3. Nase
4. Radio
5. Oktober
6. Haut
7. Geburtstag
8. Seife

Wer wird gesucht

1. Licht
2. Korn
3. Hase
4. Musik
5. Eisen

Schwammerlkenner

1. Eierschwammerl
2. Steinpilz
3. Parasol
4. Reizker
5. Morcheln
6. Totentrompeten

5	7	2	1	8	3	9	6	4
3	4	1	6	2	9	8	7	5
6	9	6	4	7	5	1	2	3
7	3	4	2	6	1	5	9	8
6	5	9	3	4	8	7	1	2
2	1	8	5	9	7	4	3	6
4	2	7	9	5	6	3	8	1
1	8	5	7	3	2	6	4	9
9	6	3	8	1	4	2	5	7

■	A	I	■	■	H	■
■	S	C	H	O	F	E
■	S	C	H	A	E	R
■	H	A	S	I	E	N
■	R	A	S	T	E	D
Z	A	R	E	S	P	E
■	M	A	H	R	■	■
■	B	A	R	B	R	A
P	E	E	R	■	A	M
■	B	R	A	D	L	A
■	O	■	R	E	G	A
B	O	D	E	N	■	■
S	K	R	■	A	B	B
■	I	S	R	A	E	L
■	T	N	T	■	H	D
T	A	K	E	L	A	G
■	R	■	H	U	M	A
T	O	T	E	N	A	M
■	T	R	A	S	S	E

Mehr Lesespaß gewünscht?

Bestellen Sie unsere vonHauszuHaus-Zeitung gratis. Unter unseren Neuzugängen verlosen wir pro Ausgabe tolle Preise.



Herbst 2017

Alles über den Umgang mit dem Thema Demenz, Entlastungsprojekt für Angehörige in Klosterneuburg. Paul Lendvai erzählt, warum der „Ruhestand“ nichts für ihn ist und woher er die Kraft für sein Engagement nimmt.



Weihnachten 2017

Weihnachtszeit, eine Zeit der Erinnerungen von Bewohnern und Kunden. Chris Lohner erzählt, wie sie nicht nur zur Weihnachtszeit Menschen hilft. Wie zwei Bewohner im Haus St. Klemens die stille Jahreszeit kreativ gestalten.



Frühling 2018

In dieser Ausgabe dreht sich alles um das große Thema Kommunikation. Wie war sie früher und was können moderne Kommunikationsmittel heute? Außerdem: Ein Interview mit dem Schauspieler Heinz Marecek.



Sommer 2018

Für die einen ist es die Musik für die anderen das Reisen oder einfach nur die Sonne: Hier geht es rund um Energie- und Kraftquellen. In einem sehr persönlichen Interview erzählt Dagmar Koller über das Alleinsein und das Älterwerden.

Ich möchte folgende Ausgaben gratis nachbestellen.

- ☐ Herbst 2017 ☐ Frühling 2018
☐ Weihnachten 2017 ☐ Herbst 2018

☐ Bitte schicken Sie mir die **vonHauszuHaus**-Zeitung ab sofort regelmäßig und kostenfrei zu.

Meine Postanschrift lautet.

Vorname & Nachname

Straße & Hausnummer

Postleitzahl & Ort

Bitte
frankieren
oder in
ein Kuvert
stecken.

An die
Redaktion
vonHauszuHaus
Albrechtskreithg. 19-21
1160 Wien

Termine

Haus St. Bernadette

Hauptstraße 128
2384 Breitenfurt

10.11. // 14.00 Uhr // Heiterer
Musiknachmittag mit Schlagermelodien
gesungen von Tina&Hannes

13.11. // 14.30 Uhr // Katharina Gebauer
und ihr Team sorgen mit berühmten
Schlagermelodien aus früheren Zeiten
für Unterhaltung

Haus St. Teresa

Erherzog-Karl-Straße 129 b, 1220 Wien

02.11. // 15.00 – 16.00 Uhr // Seelen-
messe: anschließend Agape Kapelle

06.11. // 14.30 – 16.30 Uhr //
Heurigenachmittag, Duo D2

16.11. // 10.00 – 17.00 Uhr //
Weihnachtsmarkt

06.12. // ab 14.30 Uhr // Nikolofeier

12.12. // 10.00 – 14.00 Uhr //
Modeschmuckverkauf: Firma Kimberger

18.12. // ab 15.00 Uhr //
Weihnachtsfeier der Wohnebene 3 u. 4

19.12. // ab 15.00 Uhr //
Weihnachtsfeier der Wohnebene 2

20.12. // ab 16.00 Uhr //
Weihnachtsfeier der Wohnebene 1

21.11. // 10.00 – 11.00 Uhr //
Weihnachtsmesse

Haus St. Elisabeth

Nußwaldgasse 10-12, 1190 Wien

07.11. // 15.00 Uhr // Klavierkonzert

13.11. // 14.30 Uhr // Modelfirma Lücker

23.11. // 15.00 Uhr // Konzertnachmittag

Haus St. Leopold

Brandmayerstraße 50
3400 Klosterneuburg

25.10. // 15.00 Uhr // Tanzcafe: mit Jause

05.11. // 17.00 Uhr // Gedenkgottesdienst
für die Verstorbenen des letzten Jahres

06.11. // 17.30 Uhr // Vernissage:
Ausstellung von Frau Leinwald

Haus Johannes der Täufer

Dr. Bruno Schimetschekplatz 1
2860 Kirchschlag

08.11. // 15.30 Uhr // Gedenkmesse

29.11. // 15.30 Uhr // Messe: mit Advent-
kranzsegnung und Adventkranzverkauf

16.12. // 15.30 Uhr // Weihnachtsfeier:
mit Punschstand

Haus Franz Borgia

Hameaustraße 45-47, 1190 Wien

22.10. // 14.00 Uhr // Show Cooking
mit *magdas*

22.10. // 16.00 Uhr // Besuch der
Sektellerei Inführ in Klosterneuburg

24.10. // 14.00 Uhr // Show Cooking
mit *magdas*

30.10. // 10.30 Uhr // Kindersingen

09.11. // 11.00 Uhr // Seelenmesse:
mit anschließender Agape

27.11. // Besuch des Adventmarktes
Maria-Theresienplatz

11.12. // 15.30 Uhr // Harfen- Konzert

20.12. // 15.30 Uhr // Weihnachtskonzert

Haus St. Klemens

Edenstraße 21, 1140 Wien

24.10. // 15.00 Uhr //
Heurigenachmittag, Duo D2

06.11. & 20.11 // 14.00 Uhr //
Klassik genießen mit Herrn Braun

07.11. // 16.00 Uhr // Vernissage: der
Malgruppe von St. Klemens

14.11. // 15.30 Uhr // Konzert:
Vita Aktiva mit dem Wr. Kammertrio

04.12. & 18.12 // 14.00 Uhr //
Klassik genießen mit Herrn Braun

05.12. // 14.00 – 17.00 Uhr // Nikolo

08.12 – 18.12 // 14.00 – 17.00 Uhr //
Krippenausstellung

11.12. // 15.30 Uhr // Konzert vom Chor

12.12. // 15.30 Uhr // Konzert

28.12. // 15.00 Uhr // Fest zum
Jahresausklang mit Luna Fantastica

Persönliche Vorsorge

– es ist nie zur früh dafür!

06.11. // 17.00 Uhr // Curhaus,
Stephansplatz 3, 1010 Wien // um
19.00 Uhr Zusatzvortrag „Caritas Pflege“

13.11. // 19.00 Uhr // Caritas Haus Baden,
Renngasse 11a, 2500 Baden

Eintritt frei!

Anmeldung unter 01-878 12-132,
meinwille@caritas-wien.at,
www.caritas-testament.at