

von Haus zu Haus

P.b.b. Erscheinungsort Wien, Verlagspostamt 1170 Wien, Nr. 542 MZ 02 Z 03 29 53 M



**Mit Abstand
zusammenhalten!**
Wie die Caritas in dieser
Situation für Sie da ist.

Schauen Sie auf sich!
Danke für Ihr Verständnis und
Ihr Mittun.

Foto © Zweito

Extrablatt

3. April 2020

www.caritas-pflege.at

Es ist immer noch
mein Leben.

Caritas Pflege

Liebe Leserin, lieber Leser!



Foto © Laurent Ziegler

Wir erleben herausfordernde Zeiten. Ich denke in diesen Tag sehr viel an Sie! An Sie, die Sie etwas älter, die Sie pflegebedürftig sind! Ich möchte Ihnen danken: Für Ihr Verständnis und dafür, dass Sie so geduldig auf die Besuche Ihrer Angehörigen verzichten. Vor allem aber dafür, dass Sie auch selber zuhause bleiben. Sie, Ihre Gesundheit sind uns wichtig. Wir möchten alles dazu tun, um Sie zu schützen! Mein Dank gilt deshalb auch allen Angehörigen: Ich bin sehr berührt davon, wie gut das Miteinander, wie gut die Unterstützung von Ihrer Seite in dieser Zeit ist. Es tut weh, wenn man seine geliebten Eltern oder seinen Ehepartner gerade jetzt nicht besuchen darf, besonders wenn Sie normalerweise zu den täglichen Besuchern gehören. Aber ich bin zu-

tieft davon überzeugt, dass es wieder anders wird. Wir werden diese Situation gemeinsam durchstehen und ich spüre überall, wie sehr der Zusammenhalt wächst – trotz Abstandhalten!

Erlauben Sie mir, persönlich wie auch im Namen der Caritas der Erzdiözese Wien, einen ganz besonderen Dank an die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter in der Pflege Zuhause und in unseren Pflegewohnhäusern zu richten. Sie stellen in diesen Tagen unter Beweis, was Solidarität und Einsatz für die derzeit am meisten gefährdeten Menschen bedeutet! Sie sind mit vollem Herzen und ganzer Kraft für die älteren und pflegebedürftigen Menschen da! Dafür kann man Ihnen nicht genug

danken. Die Flexibilität, die Umsicht und besonders auch die Menschlichkeit, die Sie nicht nur jetzt – aber ganz besonders jetzt – Tag für Tag und unter schwierigen Bedingungen zeigen, ist eine der wichtigsten Säulen in unserer Gesellschaft!

Ich wünsche Ihnen allen, Ihren Familien, Ihren Nachbarn und Freunden Gottes Segen und viel Gesundheit!

Ihr Caritas Präsident

A handwritten signature in black ink, likely belonging to Michael Landau.

Michael Landau

Corona-Nothilfe Fonds

Barbara Stöckl hat gemeinsam mit der Caritas und der Kronenzeitung die Initiative Corona-Nothilfe gestartet. Manche Menschen in Österreich treffen die notwendigen Maßnahmen der Regierung zum Schutz vor Corona besonders: Obdachlose Menschen brauchen dringend etwas zu essen, notleidende Menschen brauchen Lebensmittel. Menschen, die von einem Tag auf den anderen ihre Arbeit

verloren haben, brauchen finanzielle Unterstützung, deshalb rufen wir gemeinsam mit der Kronenzeitung zu Spenden auf. Barbara Stöckl steht der Caritas dabei zur Seite: „Bitte helfen Sie mit! Bleiben Sie Zuhause! Sie sind uns wichtig, wir denken an Sie und Ihre Familien und an die wertvolle Arbeit, die in diesen Tagen gerade im Pflegebereich passiert. **Wir müssen jetzt zusammenhalten! Zusammen können wir das.**“



Foto © Zwefo,
Barbara Stöckl

Schauen Sie auf sich!

Thomas Wochele ist der ärztliche Leiter der Caritas. Er appelliert an Sie alle: „Bitte nehmen Sie die von unserer Regierung angeordneten vorbeugenden Maßnahmen ernst! Sie sind dazu da, gerade Sie und alle älteren und pflegebedürftigen Menschen zu schützen! Bleiben Sie zuhause und machen Sie sich eine schöne Zeit, so gut das möglich ist!“ Der ärztliche Leiter der Caritas berichtet stolz, dass es in wenigen Tagen gelungen ist, in unseren Pflegeheimen die medizinische Versorgung mit Telemedizin zu erweitern und zu ergänzen: „Die Visiten finden derzeit über Tablet und Videoanruf statt. So können unsere Ärzte mit den Bewohnern sprechen,

ohne persönlich im Haus zu sein. So konnten die Kontakte und damit das Risiko einer Ansteckung deutlich reduziert werden. Sie können sich ein Bild machen und rasch entscheiden, was zu tun ist. So sichern wir eine gute medizinische Versorgung auch in dieser Situation und schützen gleichzeitig unsere Bewohner. Die Videogespräche werden von den Bewohnern sehr gut aufgenommen, und auch die Pflegekräfte sind begeistert von der Geschwindigkeit, mit der so reagiert werden kann. Hier bewährt die gute Zusammenarbeit von Medizin und Pflege in unseren Häusern.“ Die Caritas war bereits gut auf Telemedizin vorbereitet. „Wir haben uns bereits im neuen Ludwig

Boltzmann Institut für Digitalisierung in der Medizin, an dem die Caritas beteiligt ist, mit Telemedizin beschäftigt und konnten so innerhalb von Tagen eine gute Lösung anbieten!“

Hier zur Erinnerung: Bitte nehmen Sie die Empfehlungen ernst!



Thomas Wochele,
ärztlicher Leiter der Caritas



Verzichten Sie auf **Händeschütteln**!



Hände regelmäßig mit Seife **waschen oder desinfizieren**.



Desinfektionsmittel mind. **30 Sekunden** einwirken lassen.



Beim Niesen oder Husten, **Mund und Nase bedecken**. Am besten mit dem Ellenbogen.



Kontakt mit Menschen, die Grippe-Symptome zeigen, wenn möglich **vermeiden**.

Wenn Sie sich krank fühlen, oder an **akuten Symptomen** wie Fieber, Husten, Halsschmerzen, Kurzatmigkeit leiden, bleiben Sie bitte zu Hause. Bei **Fragen** oder **Verdachtsfällen** rufen Sie umgehend die **Gesundheitshotline 1450** an (24 Stunden erreichbar).

Fragen rund um das Corona-Virus (Covid-19)

AGES-Infoline Coronavirus
Allgemeine Informationen

Tel. 0800 555 621

www.ages.at/themen/krankheitserreger/coronavirus/

Bei psychischen Krisen

Die Situation rund um die Verbreitung des Coronavirus kann auch sehr belastend sein. In psychischen Krisensituationen stehen Ihnen anonym und vertraulich telefonisch folgende Ansprechstellen zur Verfügung:

Telefonseelsorge

Telefonische und Online Beratung

Tel. 142

0–24 Uhr

www.telefonseelsorge.at

Sozialpsychiatrischer Notdienst

Psychosoziale Dienste (PSD) Wien
Psychiatrische Soforthilfe rund um die Uhr als Not- und Krisendienst.

Tel. (01)-313 30

www.psd-wien.at

Kriseninterventionszentrum in Wien

Tel. 01-406 95 95

MO-FR von 10-17 Uhr unter der Online-Beratung unter kriseninterventionszentrum.beranet.info/e-mail-beratung.html

Miteinander und Füreinander

Der Alltag in Österreich hat sich in diesen Tagen ganz stark verändert. Spürbar ist überall, aber besonders auch in der Pflege Zuhause und in unseren Pflegewohnhäusern, ein großer Zusammenhalt und ein starkes Miteinander. Ein paar kleine Einblicke in unsere Betreuung in dieser Zeit!

Ein gesunder Respekt

Die **Pflege Zuhause** ist besonders gefordert. Sie betreuen vor allem ältere Menschen zuhause. **Christian Kainrath**, Regionalleiter Pflege Zuhause Wiener Neustadt, berichtet: „Wir reagieren derzeit auf jede Situation. Oberste Priorität hat, die Personen, die uns am dringendsten brauchen, nicht im Stich zu lassen!“. Zwei Mitarbeiter berichten von ihrem Arbeitsalltag: Bis zu acht Hausbesuche absolviert die Pflegeassistentin **Barbara Hymer** von der Pflege Zuhause pro Tag im Raum Mistelbach – daran hat sich seit der Quarantäne nicht viel geändert. „Nur, dass wir den Menschen nicht mehr die Hände geben, das hat anfangs ein wenig Enttäuschung ausgelöst.“, erzählt die 29-Jährige, „Ich habe mir daher besondere Begrüßungsrituale ausgedacht: Wir verneigen uns wie in Japan oder stoßen mit den Ellbogen zusammen. Bei einer Dame machen wir es wie die Jungen und berühren uns mit den Füßen. Mittlerweile freuen sich die Menschen schon darauf.“ Sonst bleibt vieles, wie es ist. „Auf Hygiene und Sauberkeit wird sowieso immer geschaut und jetzt eben noch mehr!“ Und persönlich? „Ich würde sagen, ich habe einen gesunden Respekt vor Corona, wir arbeiten

ja bei den Menschen daheim, das ist ihr Zuhause, das ist wirklich eine große Verantwortung.“ **Florian Burgstaller**, Pflege Zuhause Baden, hatte am ersten Wochenende „schon ein mulmiges Gefühl“. Der diplomierte Gesundheits- und Krankenpfleger merkte an sich: „Dass ich alles überlegter mache, dass ich den Tag viel aktiver wahrnehme.“ Geht es um Corona, ist ein gesundes Augenmaß für ihn sehr wichtig. Als er unlängst zu einer alten Dame fuhr, um sie beim Medikamenteneinteilen zu unterstützen, hat sich die privat tätige 24-Stunden-Kraft aus Angst vor einer Ansteckung in einem anderen Zimmer eingesperrt. Für ihn ist diese Sorge verständlich, aber mitunter auch übertrieben. „Es stimmt, dass unsere Verantwortung sehr groß ist. Dennoch gibt es viele Menschen, die auf unsere Hilfe angewiesen sind. Sie sind extrem dankbar, dass wir weiterhin kommen. Oft hören wir dann: ‚Na, bleiben’S halt gesund.‘ Und das ist nicht nur so dahin gesagt. Manche Leute nehmen es allerdings auch locker. Dass unsere Großeltern in den Krieg ziehen mussten, heutzutage aber einfach nur zuhause bleiben sollen, um ihren Beitrag zu leisten, bringt manche Senioren zum Schmunzeln.“



Zusammenhalten und Auseinanderbleiben

Auch das Leben in den Pflegewohnhäusern ist derzeit anders – ohne Besuche von Angehörigen, ohne Veranstaltungen – und trotzdem ist die Stimmung gut. Die Teams sind motiviert, die Bewohner und die Angehörigen bewahren zumeist Ruhe und haben Verständnis! In allen Häusern bekommen wir derzeit viel Dank von den Angehörigen, diesen Dank wollen wir gerne zurückgeben! Danke für all das Verständnis, das sie in dieser Situation aufbringen können. Gemeinsam schaffen wir das! Yvonne Eitler ist eine von so vielen Angehörigen: „Ich möchte mich herzlichst bedanken, dass ihr meine Großeltern so gut behandelt, da kann ich mich jetzt wirklich ent-

spannen“, schwärmt Yvonne Eitler. Ihre Großmutter Aloisa, 82 Jahre alt, und ihr Großvater Otto, 90 Jahre alt, leben seit zwei Jahren im **Pflege-wohnhaus St. Teresa** und haben sich dort bestens eingelebt. Davor hat sie sich selbst um sie gekümmert. Ihre Großeltern sind mittlerweile 60 Jahre verheiratet. „Der Opa hat in einer Mühle gearbeitet, ein Beruf, den es heute nicht mehr gibt. Die Oma war im Pflegebereich tätig, sie hat Hausbesuche gemacht. Sie waren für mich wie Eltern, waren immer für mich da ... solange sie halt konnten.“, erzählt Yvonne Eitler, zuhause ging es dann irgendwann nicht mehr, Otto Körner war zuletzt schon sehr schwach: „Im Haus St. Teresa ist er dann wieder richtig aufgelebt: Ich sehe bei jedem Besuch, wie wohl er sich fühlt. Er macht oft

auch Scherze, sagt etwa, wenn die Pfleger kommen: „Ah, da kommen die Kellner wieder!““ Die Corona-Krise bedeutet derzeit allerdings einen Einschnitt. „Natürlich geht es mir nicht gut damit, ich will die Beiden ja besuchen, aber ich habe Verständnis. Zum Glück machen sie sich wenig Sorgen. Oma schon ein bisschen, aber dem Opa, glaube ich, ist die Aufregung um Corona ziemlich wurscht. Vielleicht verständlich mit seinen 90 Jahren.“



Haus St. Teresa, Bewohner Otto Körner



Haus St. Teresa, Bewohnerin Aloisia Körner



Bild oben: Haus St. Elisabeth, Sozialbegleiterin Martina Bauer und Bewohner Mag. Thomas Hennebichler. Bild rechts: Haus St. Leopold, Hausleiter Mustafa Salkovic und Bewohnerin Hermine Rothfuss



Auch im **Haus St. Elisabeth** hat sich das Leben für die Bewohner verändert: Martina Bauer, Sozialbegleiterin, fasst es so zusammen: „Da ja derzeit keine Besuche mehr sein dürfen und keine hausinternen Veranstaltungen, fehlt ein bisschen die Routine im Alltag.“ Und natürlich fehlen den Bewohnern die Besuche. Das Team versucht das aufzufangen, so gut es geht, „damit jeder Bewohner auf seine Kosten kommt“. Und für sie selbst? „Ich bin eigentlich ziemlich positiv gestimmt, dass wir das alles gut über die Bühne bringen. Und ich vertraue darauf, dass wir alle soweit auf uns Acht geben, dass wir nicht infiziert werden und gesund bleiben.“ Martina Bauer ist beeindruckt von der Reaktion der Bewohner auf die Corona-Krise: „Die ältere Generation ist ja generell hart im Nehmen, die haben schon viel erlebt. Manche unserer Bewohner haben weniger Angst als so manche Mitarbeiter. Ein Bewohner

empörte sich heute und sagte: ‚Dieser Virus hat keinen Charakter!‘.“ Diese Ruhe und Gelassenheit der Bewohner kann Mustafa Salkovic, Leiter des **Hauses St. Leopold**, bestätigen: „Viele Bewohner reagieren gelassen. Sie haben schon einen bzw. zwei Weltkriege und vielfach Hunger und Not erlebt. So bestätigt Bewohnerin Hermine Rothfuss, im April 94 Jahre, und lange Jahre Besitzerin eines Transportunternehmens: „Wir haben keine Angst. Wir haben schon vieles erlebt und überlebt. Wir werden auch das gut überstehen!“ Denn, so sind die Bewohner überzeugt: „Heute ist das Gesundheitssystem ja viel besser aufgestellt. Die Hygiene, die medizinische Versorgung, die Versorgung mit Lebensmitteln – niemand muss sich fürchten zu hungern!“ Das Wichtigste für sie ist: „Wir werden nicht alleingelassen. Früher war man komplett auf sich allein gestellt. Heute kümmert ihr euch um uns!“

Auch im Haus St. Leopold reagiert man auf die Situation. Eine benachbarte Musikerfamilie hat im Garten für die Bewohner und Mitarbeiter ein kleines Konzert gegeben. Alle konnten – mit dem notwendigen Abstand – die Musik genießen. Mustafa Salkovic betont: „Der Zusammenhalt im Team ist super und geprägt vom Einsatz jedes Einzelnen.“ Für Salkovic sind vor allem die Bewohner ein Vorbild: „Sie machen uns Mut, sind überzeugt, dass wir das gemeinsam gut überstehen. Sie haben ein großes Vertrauen in unser Land, in unseren Staat!“

Auch im **Haus St. Bernadette** ist man „gemeinsam stark!“. Tanja Heiplik ist begeistert: „Viel Kraft bekommen wir auch von unseren Bewohnern und Angehörigen. Sie unterstützen und vertrauen uns.“ „Gemeinsam stark“ heißt hier, sich mit neuen Ideen und Aktivitäten, der Situation anzupassen. „Der große Garten ist da natürlich super. Da können wir sogar gemeinsam beten und singen – mit zwei Meter Abstand voneinander!“ Einzelgespräche sind in diesen Tagen noch wichtiger als sonst. „Darüber hinaus haben wir in jedem Wohnbereich ein Tagebuch aufgelegt, jeder Mitarbeiter und jeder Bewohner kann seine Gedanken, Ängste und Sorgen niederschreiben.“ Die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter setzen sich in dieser Situation voll ein: „Sie organisieren ihren privaten Alltag – wie die Kinderbetreuung – neu, damit sie im Einsatz bleiben können. Sie sind bereit flexibel Dienste zu tauschen, neue Aufgaben zu übernehmen. Wir erleben gerade eine großartige Solidarität!“, so Joachim Pock aus dem **Haus Franz Borgia**.

Nadija Rajecova, Pflegerin im **Haus St. Teresa**, ist eine von ihnen. Sie kann im Moment nicht zurück zu ihrer Familie in der Slowakei, weil sie dort für zwei Wochen in Quarantäne müsste. „Natürlich ist es für meine Familie nicht so leicht, dass ich jetzt weg bin. Aber meine Familie versteht das und sie ist auch stolz auf mich. Das ist schließlich meine Arbeit.“



Haus St Teresa, Mitarbeiterin Nadija Rajecova

Danke allen Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern!
Wir zählen auf Euch!



Haus St. Bernadette, Mitarbeiterinnen v.l.n.r.:
Brankica Cegar, Tanja Heiplik, Michaela
Fuzik-Aigner und Evica Martinovic

Täglich beweglich – gerade jetzt!

Geist und Körper fit halten – das geht auch Zuhause, auch im eigenen Zimmer gut. Es braucht ein bisschen Umdenken und Disziplin! Wir haben einige Ideen und Anregungen für Sie zusammengestellt.

Zuhause bleiben – so kann es gehen

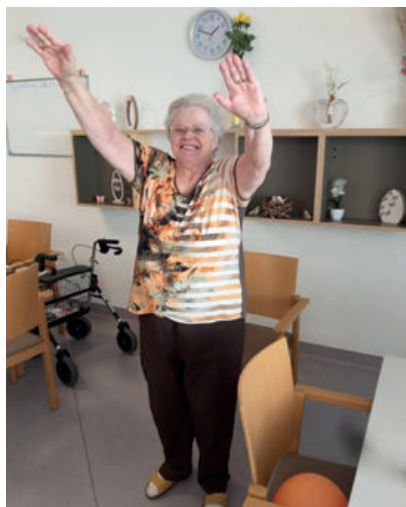
Ältere Menschen verbringen viele Tage zuhause. Sie sind ja fast Experten dafür. Wichtig ist, so verrät uns eine alte Dame: „Behalten Sie Ihre gewohnte Routine bei. Da können die jungen jetzt etwas von uns lernen!“ Also: Wenn Sie noch keinen Tagesablauf haben, gleich damit anfangen. Hier ein erster Tipp: Frühstück, Vormittagsprogramm (z.B. Telefonieren, Zeitungslesen, Radio hören, Rätsellösen), Mittagessen, Mittagschlaf, Kaffeejause, Nachmittagsprogramm (z.B. Gymnastik, Musikhören, Malen, Nachrichten schauen) Abendessen, Abendprogramm (z.B. ein schöner Film, ein schönes Buch). Hilfreich ist auch, sich kleine Aufgaben vorzunehmen: die Garderobe aussortieren, das Bücherregal ordnen, Erinnerungen aufschreiben oder Dinge erledigen, die schon lange liegen geblieben sind. Pflegen Sie Ihre Sozialkontakte durch Telefonate oder Video-Chats. Achten Sie auf einen bewussten und zielgerichteten Medienkonsum. Versuchen Sie auch „nachrichtenfreie“ Zeiten in Ihrem Tagesablauf einzubauen.

Bleiben Sie in Bewegung

Mit diesen Übungen bringen Sie den Kreislauf in Schwung. Alle Übungen können Sie auch im Sitzen durchführen – achten Sie darauf, dass Sie möglichst aufrecht und an der Sesselvorderkante sitzen. Wichtig ist: Gönnen Sie sich zwischendurch eine Pause, damit sich Ihr Körper erholen kann – auch wenn Sie noch nicht sehr angestrengt sind. Ein paar Wiederholungen pro Übung reichen.

Für Kopf und Nacken

Drehen Sie den Kopf langsam von der linken zur rechten Seite und wieder zurück. Nicken Sie abwechselnd in Richtung Ihrer rechten und linken Schulter.



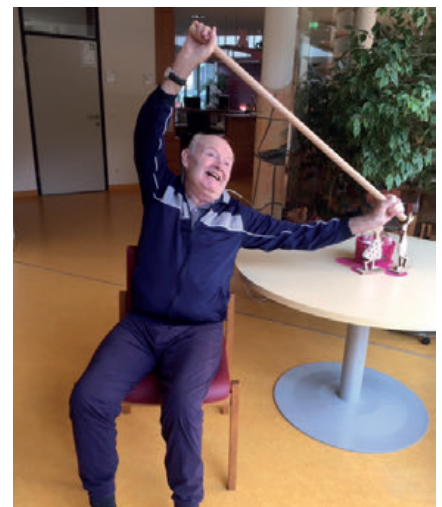
Arme nach oben ausstrecken, dann wieder Richtung Boden. Auch ein guter Tipp von Ingrid Lurger, einer Bewohnerin aus dem Haus St. Martin!

Für Arme und Hände

Ziehen Sie die Schultern zu den Ohren und lassen Sie sie dann bewusst fallen. Kreisen Sie die Schultern nach vorne, danach nach hinten. Oder strecken Sie die Arme soweit wie schmerzfrei möglich Richtung Decke und senken Sie die Arme danach wieder gestreckt Richtung Boden.

Für Beine und Füße

Strecken Sie abwechselnd Ihre Beine nach vorn. Sie können auch mit dem Fuß kleine kreisende Bewegungen machen. Eine gute Übung für die Füße ist, die Schuhe auszuziehen und dann die Zehen möglichst weit spreizen und wieder entspannen.



Hr. Walter Beigelböck aus dem Haus Johannes der Täufer zeigt eine weitere Übung im Sitzen.

Es grünt so grün...

Die schönste Jahreszeit ist der Frühling, wenn die Blumen langsam zum Leben erwachen. Kennen Sie diese Frühlingsblumen? Verbinden Sie die unten abgebildeten Frühlingsblumen mit ihren Namen.



Ranunkeln

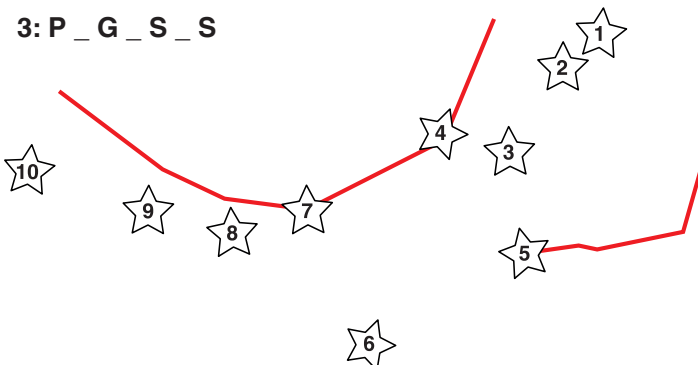
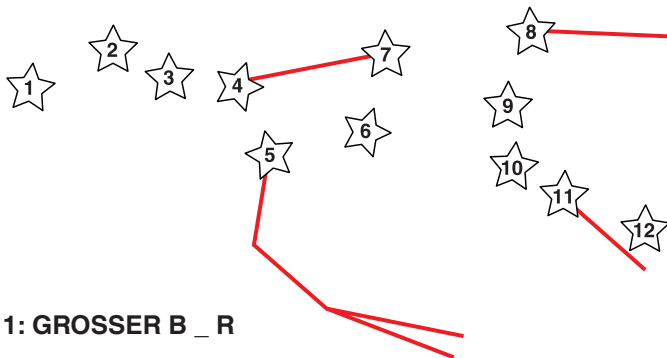
Krokusse

Veilchen

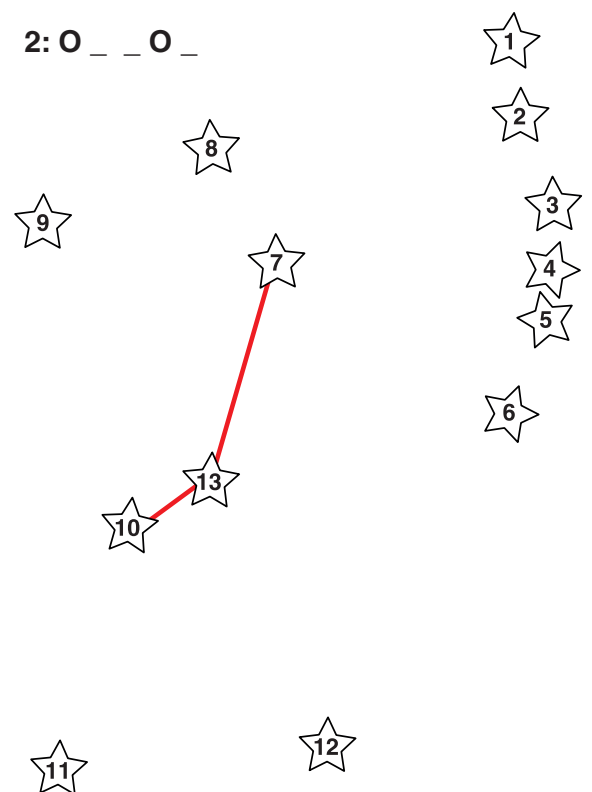
Stiefmütterchen

Sterne

Wenn es wärmer wird im Frühling und die Nächte lauer werden, ist es besonders schön, am klaren Nachthimmel die Sterne zu beobachten. Verbinden Sie die Nummern nacheinander – erkennen Sie es schon? Können Sie sich auch an die Namen erinnern? Schreiben Sie Bezeichnung des Sternbilds dazu.



2: O _ _ O _



Reden. Zuhören. Austauschen.

Miteinander reden tut gut!

Wir erleben gerade eine sehr außergewöhnliche Zeit. Ältere und pflegebedürftige Menschen sind das Zuhause-Bleiben vielleicht mehr gewohnt als die Jüngeren. Aber derzeit haben auch die Enkel und Urenkel Zeit - und manche von ihnen rufen ihre Groß- und Urgroßeltern an! Weil sie gerade jetzt an sie denken, vielleicht auch weil ihnen langweilig ist. Eine Zeit des Redens, des Zuhörens, des Plauderns erleben wir. Vielleicht rufen auch die Älteren die Jüngeren an! Und kennen Sie das auch? Nach kurzer Zeit geht der Gesprächsstoff aus, irgendwann will man auch nicht mehr über die Verbreitung des Corona-Virus sprechen. Fragen Sie Ihre Enkel und Urenkel nach ihren Hobbies, ihren Freunden, ihren Schulaufgaben und was sie derzeit besonders vermissen! Erzählen Sie Ihnen von Ihrem Leben, Ihren Erinnerungen und vergleichen Sie Ihre Jugend mit der heutigen Jugendzeit. Genießen Sie die Telefongespräche mit Ihrer entfernt wohnenden Familie, mit ihren Verwandten!

Tipps für Gespräche

Zu Beginn eines Gesprächs fällt es oft schwer, ein Thema zu finden, über das alle Beteiligten sprechen können. Wir haben einige Ideen für den Gesprächseinstieg gesammelt – vielleicht ist eine Frage dabei, die sich perfekt für Ihr nächstes Gespräch eignet.

- Wie geht es Ihnen?
- Wie verbringen Sie Ihren Tag in dieser Zeit?
- Was war in Ihrer Kindheit oder Jugendzeit alles verboten?
- Wann haben Sie sich das erste Mal wirklich erwachsen gefühlt?
- Welche Sprüche konnten Sie gar nicht leiden?
- Wenn Sie einem jungen Menschen einen Rat geben sollen, was würden Sie ihm mit geben?
- Wissen Sie, wer Ihren Namen ausgesucht hat und warum?
- Können Sie sich an Ihren ersten Tanzpartner erinnern?
- Was haben Sie gerne genascht?
- Haben Sie in den letzten Jahren „neue Seiten“ an sich entdeckt? Wenn ja, welche?
- Über was haben Sie zuletzt gelacht oder geschmunzelt?

Bleiben Sie mit der Caritas in Kontakt!

Auch wir freuen uns auf ein Gespräch mit Ihnen, wenn Sie Fragen rund um Betreuung und Pflege haben: Ihr Caritas Pflegewohnhaus oder Ihr Caritas Pflege Zuhause Büro ist selbstverständlich für Sie erreichbar! Bitte wenden Sie sich telefonisch oder per E-Mail mit Fragen an uns! Neu haben wir auch einen Newsletter für Angehörige per E-Mail eingerichtet, melden Sie sich unter folgender E-Mail-Adresse dafür an:

pflegeaktuell@caritas-wien.at

Wir freuen uns auf Ihre Anmeldung!

Gesprächsrunde über Smartphone

Zeitreise digital ist eine moderierte Video – Austauschrunde für Angehörige von Menschen mit Demenz. Derzeit mit dem Schwerpunkt: Der Alltag zuhause in dieser herausfordernden Zeit! Tauschen Sie Erfahrungen, Tipps und konkrete Erlebnisse im Alltag miteinander aus. Alle Termine und Anmeldungen unter **0676/333 63 54** oder **christina.mittendorfer@caritas-wien.at**

Bleiben Sie im Gespräch!



Jetzt Radio Faltenrock FM hören

„Keine Panik! Passts auf euch auf, seid sorgsam mit euch und mit anderen. Schauts auf andere.“

(Monika Zeisenböck, 69 Jahre)

Wie geht es älteren Menschen in der jetzigen Situation? Welche Tipps haben sie für uns? Radio Faltenrock FM sammelt Stimmen von BewohnerInnen in Pflegewohnhäusern zur derzeitigen Lage.

Diese und andere Sendungen von Radio Faltenrock FM sind im Internet oder über WhatsApp nachzuhören.

Internet: www.faltenrockfm.at
WhatsApp: einfach eine WhatsApp-Nachricht mit „Hallo Faltenrock“ an 0043 676 747 0 200 schicken

FaltenROCK FM



Rätselaufösungen von Seite 9

Es grünt so grün...



= Krokusse



= Veilchen



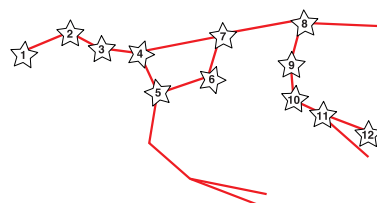
= Ranunkeln



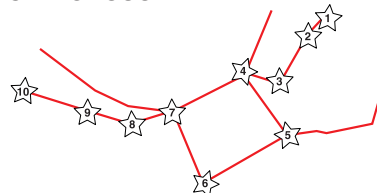
= Stiefmütterchen

Sterne

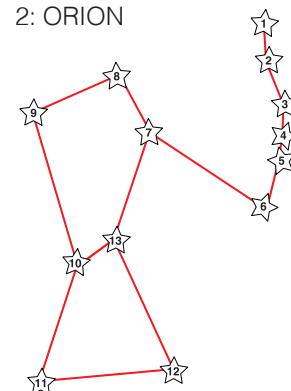
1: GROSSER BÄR



3: PEGASUS



2: ORION



**Kronen
Zeitung**

In Zusammenarbeit mit der Caritas

**Die Krone
und ich.**

Symbolbild: stock.adobe.com/De Visu

**Halten wir
in der Krise
zusammen!**

**Die Krone
hilft.**

**Corona-
Nothilfe**

**Tausende Menschen in Österreich brauchen unsere Hilfe,
weil die Corona-Krise sie besonders hart trifft.
Helfen Sie diesen Menschen bitte mit Ihrer Spende!**

Caritas-Konto; Kennwort: Corona Nothilfefonds

Konto: Erste Bank | IBAN: AT23 2011 1000 0123 4560 | BIC: GIBAATWWXXX

Mehr Infos auf www.krone.at/krone-hilft