

von Haus zu Haus

Den Zusammenhalt
mitnehmen
in die Zukunft!

P.b.b. Erscheinungsort Wien, Verlagspostamt 1170 Wien, Nr. 570 MZ 02 Z 03 29 53 M

Im
Frühling

#71 / Mai 2021

www.caritas-pflege.at

Es ist immer noch
mein Leben.

**Caritas
Pflege**

Unser Mehrwert: Herzlichkeit.

Jetzt bewerben und erleben.

caritas-pflege.at/jobs

Nächstenliebe deinen Job.

Caritas
Pflege

Impressum

Herausgeber

Caritas Pflege

Redaktion

Nicole Nikolaidou

Fotos

AdobeStock.com,
Reiner Riedler
Stefanie J. Steindl,
Caritas

Grafik

Friederike Aichinger

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 Datenschutzbe-
stimmungen finden Sie
im Internet unter:**

[https://www.caritas-wien.at/
datenschutz/](https://www.caritas-wien.at/datenschutz/)

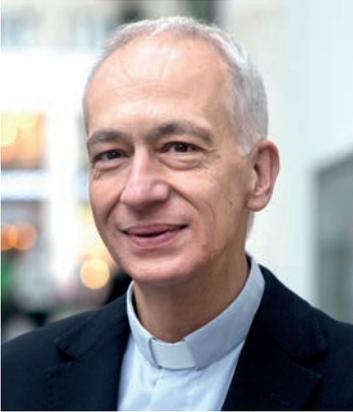


Foto © Laurent Ziegler

Liebe Leserin, lieber Leser!

Von meinem Schreibtisch aus, wo ich diese Zeilen schreibe, sehe ich aus dem Fenster. Draußen scheint die Sonne. Sie breitet ihr frühlingshaftes Licht über Häuser und Bäume aus. Im Frühling beginnt alles neu, denke ich, und dann: Für den Frühling 2021 gilt das nur bedingt, auch wenn wir es uns speziell in diesem Jahr besonders wünschen würden. Das Corona-Geschehen ist noch immer präsent in unserem Leben. Ich denke an die Opfer, die Corona weltweit gefordert hat. Über 10.000 Menschen sind mit oder an dem Virus bisher allein in Österreich verstorben. Hinter dieser Ziffer stehen persönliche Geschichten, stehen Familien und Freunde, die um jemanden trauern, der geliebt wurde und der geliebt hat.

Aber da ist auch eine andere Zahl: Die große Zahl derer, die – beruflich oder privat – helfen, Trost spenden und unermüdlich all jene unterstützen, die es am dringendsten brauchen: Familien, in denen Elternteile in der Corona-Krise ihre Arbeit verloren haben, alleinerziehende Eltern, die nicht wissen, wie sie die Heizkosten bezahlen können oder obdachlose Menschen, die besonders gefährdet sind, an dem Virus zu erkranken.

Die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter der Caritas Pflege erzählen, dass viele alte Menschen das Daheimbleiben und Abstandhalten lange

Zeit gut durchgestanden haben. Doch die Zeit der eingeschränkten sozialen Kontakte hält nun schon sehr lange an und für diejenigen, die alleine leben, ist sie besonders schwer zu bewältigen. Ich bitte Sie, versuchen Sie durchzuhalten. Denn auch, wenn dieser Frühling nicht alle erhofften Neuerungen gebracht hat, so bringt er doch die Zuversicht, dass es durch die voranschreitenden Impfungen in absehbarer Zeit weitere Verbesserungen geben wird. Dass wir uns wieder uneingeschränkt freuen können, anderen Menschen zu begegnen und nicht befürchten müssen, sie anzustecken oder angesteckt zu werden.

Ich möchte Ihnen danken, dass Sie nicht aufgeben und auch den hoffentlich letzten Teil der Etappe hin zu einem „normaleren“ Leben Seite an Seite gehen.

Ich habe die Hoffnung, dass wir im nächsten Frühling zurückblicken und sagen können, dass 2020 nicht nur das Krisenjahr war, sondern auch das Jahr, das eine nachhaltige Wende hin zu einem gestärkten Zusammenhalt gebracht hat.

Ihr Michael Landau

Krise ist gelb

Gabriela Hackl ist Leiterin der Caritas Pflege Niederösterreich. Seit Corona ist sie zusätzlich die Corona-Managerin des Bereiches. Ein Gespräch mit ihr über die Krise, Erfolge und das „Danach“.



Gabriela Hackl

Seit Beginn der Corona-Krise bist du Krisenmanagerin für die Caritas Pflege und Mitglied im Caritas-Krisenstab. Im Sommer 2020 hast du für drei Monate dessen Leitung übernommen. Was bedeutet die Pandemie für die Caritas-Arbeit?

Wir in der Caritas sind grundsätzlich auf Krisen vorbereitet und haben dafür einen Krisenstab eingerichtet, der im Akutfall aktiv wird. Ich denke da an das Hochwasser in Niederösterreich 2013 oder an die Versorgung der Flüchtlinge 2015, die uns sehr gefordert hat. Und dennoch ist die Corona-Pandemie auch für uns eine ganz neue Art der „Krise“. Sie betrifft uns alle. Die aktuelle Arbeit im Krisenstab war und ist unglaublich komplex und total neu. Neu auch, was die enge Zusammenarbeit der verschiedenen Caritas-Bereiche angeht. Das läuft super und immer Hand in Hand. Die Arbeitsfelder der Caritas sind ja weit gestreut: die Werkstätten in den Behinderteneinrichtungen mussten immer wieder schließen, was für die Klienten schwierig ist, weil ihnen die Tagesstruktur und die Beschäftigung fehlt. Abstandhalten in den Notquartieren, z.B. in der Gruft, stellt uns vor Herausforderungen – gleichzeitig geraten immer mehr Menschen in Not – und wir versuchen unser Bestes zu geben: in der Sozialberatung, in den Lebensmittelausgaben, mit unserem Suppenbus, dem Canisibus. Das ist vielfältig, herausfordernd, aber für ganz viele Menschen überlebensnotwendig. Dafür braucht es einen gut eingespielten Krisenstab. Ich glaube, wir sind wirklich ein mega-cooles team. Wir sprechen sehr offen, sehr ehrlich Problematiken an. Es herrscht Vertrauen und der Wille, gemeinsam an Lösungen zu arbeiten. Die Stimmung ist trotz der gewaltigen Anstren-

gung, die die Zeit mit sich bringt, sehr, sehr gut und motivierend.

Corona-Krisenmanagerin für den Pflegebereich: Was sind hier deine Aufgaben?

Ich gebe aktuelle Informationen die Krise betreffend in den Bereich weiter, damit wir entsprechende Richtlinien entwickeln können, Vorgehensweisen überlegen und diese mit dem Leitungsteam umsetzen können. Umgekehrt genauso: Ich gebe die Problematiken, die in der Krise entstehen, in den Krisenstab weiter, damit dort Lösungen erarbeitet werden können. Und gleichzeitig schauen wir immer, ob das auch andere Bereiche der Caritas betrifft, wie den Bereich Hilfe in Not oder Menschen mit Behinderung. So sind wir mit Lösungen oft früher dran als andere.

Das Pandemie-Management ist auf der einen Seite ganz viel Informations- und Kommunikationsarbeit, auf der anderen Seite war es am Anfang auch in der Beschaffung und Verteilung der Schutzausrüstung eine große logistische Herausforderung. Und besonders ist es immer wieder und ganz viel Einlassen auf etwas völlig Neues. Niemand hat ja gewusst, was Corona ist. Und natürlich mussten wir auch in Krisensituationen schnell reagieren, sprich, wenn Cluster in einem unserer Häuser aufgetreten sind, in kürzester Zeit die Hausleitungen und Mitarbeiter so unterstützen, dass die Situation rasch wieder unter Kontrolle gebracht werden konnte. Die enge Zusammenarbeit mit dem ärztlichen Leiter der Caritas, Thomas Wochele und vielen anderen wichtigen Partnern und selbstverständlich auch mit den Behörden war hier hilfreich und essenziell.



Das hört sich aber auch nach einem großen Arbeitspensum an ...

Ja, auf jeden Fall. In kritischen Zeiten gibt es sogar Sieben-Tage-Wochen, sowohl für unsere Mitarbeiter als auch für die Führungskräfte – besonders in den Pflegewohnhäusern. Das zehrt an den Kräften. Nach über einem Jahr sind viele erschöpft. Die meisten haben in diesem vergangenen Jahr keinen Urlaub gemacht. Und dennoch sind wir nach wie vor motiviert. Die Sorge um unsere Bewohner und Kunden steht immer im Vordergrund. Und bei aller Erschöpfung, gibt es einfach auch viel Freude darüber, was uns gemeinsam gelungen ist.

Was ist für dich das Wichtigste in der Corona-Krise?

Wenn Besuche in den Pflegehäusern nur sehr eingeschränkt möglich oder gänzlich verboten sind. Das ist unglaublich belastend für alle: für die Bewohner, für die Angehörigen, aber auch für uns. Die Leitungen und die Teams haben immer ihr Möglichstes getan um Kontakt zu halten, Kontakte zu ermöglichen, Lösungen zu finden. Gottseidank sind nun viele Bewohner geimpft und wir hoffen alle darauf, dass Besuche bald wieder gut möglich sind. Noch können wir nicht ausschließen, dass vereinzelt wieder Infektionen auftreten, aber ein Großteil unserer Bewohner ist nun durch die Impfung geschützt. Das erleichtert uns alle.

Freude über das, was gelungen ist! Was sind die „Erfolgsgeschichten“?

Im Pflegebereich haben wir sehr früh mit den Gurgeltests begonnen und gemeinsam mit Thomas Wochele eine flächendeckende Teststrategie erarbeitet. Ich bin überzeugt, wir sind in der

Umsetzung der Maßnahmen und in der Bewältigung der Krise wirklich extrem gut. Als in einem Pflegewohnhaus gut ein Drittel der Mitarbeiter ausgefallen ist, haben alle Pflegekräfte aus dem stationären und mobilen Bereich zusammengeholfen und so konnte der Dienstplan aufrechterhalten werden und die Versorgungsqualität blieb gewahrt. Das war ein Gänsehautmoment. Ja, das ist wohl die größte Erfolgsgeschichte: Unsere Kunden und Bewohner sind sehr glücklich und dankbar, dass sie durchgehend betreut werden und immer das Gefühl hatten und haben, sie sind bei uns in guten Händen und ihr Wohl steht an ganz oberster Stelle.

Wie hast du Corona bisher privat erlebt?

Ich muss ganz ehrlich sagen: Beim ersten Lockdown und der Ausgangseinschränkungen ist mir zuerst einmal die Luft weggeblieben, weil ich, wie viele andere auch dachte, in meiner Freiheit enorm eingeschränkt zu werden – das war beunruhigend. Aber gleichzeitig war mir die Notwendigkeit natürlich ganz klar. Dennoch, es war nicht leicht für mich. Kraft für meine Arbeit haben mir mein Mann und meine Kinder gegeben. Meine Kinder sind erwachsen und leben nicht mehr Zuhause. Ich sehe sie daher nicht mehr so oft, und in der Pandemie noch weniger. Aber wenn wir uns jetzt sehen können, dann ist das immer wie Weihnachten.

Hast du Tipps, wie man die Zeit der coronabedingten Kontakt-Einschränkungen meistern kann?

Wenn jemand alleine ist, kann die Einsamkeit jetzt sicher erdrückend sein. Ich erlebe, dass das Telefon gerade für ältere Menschen sehr stark an Bedeutung gewonnen hat. Hier hat die Caritas mit dem Plaudernetz eine tolle Möglichkeit geschaffen, dass Menschen unverbindlich miteinander plaudern können. Auch Briefe und Karten schreiben kann (wieder) sinnvoll sein. In der Beratung ist das Telefon, aber auch das Internet in diesem Jahr noch wichtiger geworden – seien es psychologische Dienste oder medizinische Auskunft. Ich würde auf jeden Fall raten, diese Beratungen und Hilfen anzunehmen, wenn man merkt, dass es einem nicht gut geht mit dem Alleinsein.

Den Bewohnern unserer Häuser haben wir Tablets zur Verfügung gestellt, damit sie mit ihren Angehörigen und Freunden zoomen – also per Video „telefonieren“ können. Das ist kein Ersatz für eine Umarmung, aber es ist ein bisschen etwas, um sich nicht ganz alleine zu fühlen und auch neue Impulse von außen zu bekommen. Und sonst: Ein gutes Buch lesen, einen guten Film schauen, online Schach spielen, hinaus gehen, wenn das möglich ist ... aber auf jeden Fall, so gut wie möglich versuchen, sich zu Aktivitäten zu motivieren.

Ich muss ohnehin sagen: Hut ab vor unseren Bewohnern und Kunden – sie sind so tapfer und viele von ihnen sagen, dass sie sich nicht unterkriegen lassen.

Für die Mitarbeiter und Pflegekräfte in unseren Einrichtungen und in der Pflege Zuhause wünsche ich mir, dass alle gut in sich selbst hineinhören und –spüren und sich bei ihren Führungskräften melden, wenn sie etwas brauchen, wenn sie das Gefühl haben, es geht nicht mehr ... Ich habe es schon oft gesagt: Die Pflege funktioniert in der Krise gut, wir meistern sie. Aber wenn die Krise vorbei ist, kann der Zusammenbruch kommen. Daher, wie schon gesagt: Rechtzeitig STOP sagen, sich Zeit für sich selbst und seine Bedürfnisse nehmen, kann helfen, extremen Erschöpfungszuständen vorzubeugen.

Hättest du dir mehr Unterstützung von politischer Seite gewünscht?

Von politischer Seite würde ich mir mehr Praxisbezug in den Entscheidungen wünschen: Die

Entscheidung damals des totalen Lockdowns oder nur einen Besucher, pro Woche, pro Bewohner zuzulassen – da hätte man vielleicht noch einmal nachdenken können, wie man auch den Willen und Wunsch der Bewohner miteinbezieht.

Wie werden wir wohl das Jahr 2021 verbringen?

Also ich werde im Krisenstab bleiben, aber ich werde auch wieder mehr in meinem ursprünglichen Bereich als Leiterin der Pflege Niederösterreich arbeiten.

Wir werden wahrscheinlich alle bis zum Herbst geimpft sein – so hoffe ich jedenfalls. Ich sehe auch die Impfungen als eine der wenigen Möglichkeiten um dieser Krise nachhaltig entgegenzutreten und allmählich wieder ein normales Leben zu beginnen.

Allerdings frage ich mich, was kommt nach der Krise? Jetzt gehen die Menschen, die in der Pflege arbeiten hart an ihre Grenzen und darüber hinaus. Die Gesellschaft hat sich verändert: Armut, Arbeitslosigkeit wird größer. Es gibt Verzweiflung, psychische Krisen, eine Zunahme von häuslicher Gewalt. Ich frage mich, was wir als Gesellschaft aus dieser Krise lernen – und wünsche mir, dass wir enger zusammenrücken.

Ein Titel für deinen „Lebensfilm“ im vergangenen Jahr – wie könnte der lauten?

Oh – da muss ich überlegen ... Ich würde sagen: „Krise ist gelb“.

Warum?

Gelb ist die Farbe der Sonne. Und die Sonne kann sehr vieles – sie kann zerstören aber auch sehr viel Energie und positive Kraft geben, sie ist Motor für Wachstum. Mit einer Krise ist es vielleicht genauso: Einerseits ist sie unglaublich anstrengend, andererseits kann sie einen auch stark machen. Es kommt, wie so oft, auf die Dosis an.

Das Gespräch wurde Anfang Mai 2021 geführt.

Die Zeit nicht lang sein lassen

„Wie überstehen Sie die Corona-Zeit?“ haben wir in unseren Pflegewohnhäusern gefragt und: „Was waren Ihre Highlights im Kampf gegen die Langeweile?“ Hier einige Antworten:

Renate Tolinger. „Ich konnte gut ohne große Veranstaltungen oder Ausflüge leben. Ich bin gerne in Gesellschaft, aber ich brauche auch Ruhe. Meine Häkelarbeit habe ich immer bei mir.“

Wilfried Hermann. „Masken tragen, vorsichtig sein, alles kein Problem! Geholfen hat mir mein Freundeskreis hier am Tisch. Man muss sich halt mit Humor drüber retten.“

Anna Seltenreich. „Ich halte mich durch TV und Zeitungen auf dem Laufenden. Mir ist es in diesem Jahr gegangen wie immer. Ich war ja selbst Krankenschwester. Hände waschen und desinfizieren bin ich gewohnt. Mir hilft meine Disziplin. Man muss jetzt einfach alles machen, was vernünftig und notwendig ist.“

Maria Sedlacek. „Mir haben die Besuche meiner Verwandten gefehlt. Wenn es mir so im letzten Jahr nicht gut gegangen ist, bin ich zu unserem Marterl in den Garten zum Beten gegangen. Hier finde ich immer Trost“

Maximilian Wolf. „Meine Strategie gegen die Langeweile: bei jedem Wetter in den Garten gehen.“

Prof. Charlotte Strobele. „Meine Kinder kommen mich besuchen – auch wenn das nicht so häufig geht, wie sonst. Aber was mir immer hilft: Ich habe eine große Fantasie und viele Erinnerungen.“

Helene Marik. „Für mich ist das Malen etwas ganz Neues und Unbekanntes – aber es tut gut.“



Wilfried Hermann (rechts), Haus St. Bernadette mit einem Freund in der „Herrenrunde“.



Anna Seltenreich, Haus St. Bernadette



Maria Sedlacek, Haus St. Bernadette

„Wir sind Künstler auch wenn das niemand glaubt“

Erna Brunnbauer



Georg Achtsnith, Haus St. Leopold



Erna Brunnbauer, Haus St. Leopold



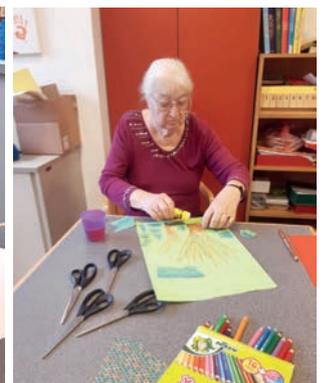
Renate Tolinger, Haus St. Bernadette



Prof. Charlotte Strobele, Haus Franz Borgia



Maximilian Wolf, Haus Franz Borgia



Helene Marik, Haus St. Leopold

Langzeitpflege in der Covid-Krise Sicherheit geht vor?

Die Corona-Pandemie hat die Pflegeeinrichtungen vor ungeahnte Herausforderungen gestellt:

Ein Krisenmanagement, das allen Beteiligten eine hohe Einsatzbereitschaft, schnelle Reaktionsfähigkeit und Durchhaltevermögen sowie hohe Belastbarkeit abverlangt und dabei nie auf die Bedürfnisse der Bewohner vergisst.

Gottseidank haben inzwischen die Mehrheit aller Bewohner in unseren Pflegeheimen eine Covid-19-Impfung erhalten und es gibt so gut wie keine Infektionen mit in Folge schweren Verläufen mehr. Vorsicht ist allerdings nach wie vor notwendig und bestimmt das Leben in unseren Häusern und in der Pflege Zuhause. Immer wieder geht es um eine Abwägung zwischen Freiheit und Sicherheit.

Angehörige können nach wie vor nicht wie gewohnt zu jeder Zeit in die offenen Pflegeeinrichtungen auf Besuch kommen, soziale Kontakte der Bewohner wurden behördlich auf ein Minimum eingeschränkt und nur langsam werden mehr erlaubt.

Durch das eingeschränkte Besuchsrecht in den Pflegeheimen hat sich auch der Lebensrhythmus vor allem der älteren Angehörigen stark verändert. Vielen fehlt die Geselligkeit der Pflegeeinrichtung, die dadurch entstehende Tagesstruktur und Sicherheit sowie die sinnstiftende Mithilfe auf den Wohnbereichen. Die Ängste und die Ungewissheit über die Dauer

der Pandemie im Allgemeinen und den Verlauf der Krankheit im Speziellen sind gerade für Angehörige nach wie vor eine nicht zu unterschätzende Belastung.

Für die soziale Teilhabe und das Stückchen Freiheit der Bewohner wurden innerhalb kürzester Zeit in den Einrichtungen kreative Kontakt- und Besuchskonzepte entwickelt. Mit Tablets wurde und wird den Bewohnern das Zusammentreffen mit ihren Angehörigen über Videotelefonie ermöglicht, wöchentliche Angehörigen-Newsletter sind eingerichtet und der telefonische Austausch mit den Angehörigen ist intensiviert. Gartenkonzerte und Gottesdienste unter freiem Himmel werden veranstaltet und in alle Häuser übertragen, Begegnungszonen eingerichtet und mittels sogenannter Zaungespräche auch während des Lockdowns unter Einhaltung aller Schutzmaßnahmen ein persönlicher Kurzbesuch ermöglicht. Natürlich bedeutet diese aufwendige Besucherorganisation für die ohnehin schon unter Druck stehenden Pflegeeinrichtungen einen weiteren erhöhten Personalaufwand. Da-



Dank der aktuellen Impf-Situation hat sich die Lage in den Pflegewohnhäusern entspannt.

mit Pflegeteams bei schwierigen Entscheidungen optimal unterstützt werden können, werden regelmäßig Ethik-Teams eingesetzt und Online-Ethik-Cafés abgehalten. So werden die mit der Krise einhergehenden ethischen Dilemmata aufgezeigt und für die Mitarbeiter und Bewohner besprechbar gemacht. Es wird in den Teams deutlicher sichtbar, welche anderen Lösungswege zur Verfügung stehen.

Trotz der enormen Belastungen vor Ort erleben die Mitarbeiter in den Einrichtungen der Caritas der Erzdiözese Wien eine neue Qualität in der Zusammenarbeit. Die Pflegeteams sind stärker zusammengerückt, die häuserübergreifende Zusammenarbeit wurde intensiviert, Mitarbeiter aus grenznahen Gebieten waren bereit, in die Pflegeeinrichtungen einzuziehen, um jedenfalls die Versorgung der Bewohner zu jedem Zeitpunkt gewährleisten zu können. Es ist beeindruckend, wieviel Professionalität im Umgang mit dem Virus, Teamgeist und Solidarität sowie gegenseitige Unterstützung auf allen Ebenen vorhanden ist.

Dennoch muss auf die Pflegenden in dieser Krise besonders geachtet werden. Der Arbeitsalltag wurde durch die Pandemie insgesamt anstrengender erlebt als zuvor. Die neuen Abläufe sind zwar innerhalb kürzester Zeit wieder zur Routine geworden, die andauernde Arbeit mit der Schutzausrüstung, der fehlende gewohnte – auch körperliche – Austausch mit den Bewohnern, die Abwesenheit von Bezugspersonen sowie die anhaltende Alarmbereitschaft führt die Mitarbeitenden dennoch an die Grenzen der Belastbarkeit.

Dank der aktuellen Impf-Situation hat sich die Lage entspannt. **Wir danken Ihnen allen, wir danken unseren Mitarbeitern für die Geduld, das Durchhaltevermögen und die Gemeinsamkeit, mit der wir durch dieses vergangene Jahr gegangen sind.**

Christian Klein,
Bereichsleiter Caritas Pflege



Frau E. mit Bobby. Der Hund der Seelsorgerin Zoita Ronto, der sie stets ins Tageshospiz begleitet, wurde von einer Besucherin nachgestrickt.

Licht- blicke

*Elisabeth Anzi-Hauer,
Leiterin des Caritas Tages-
hospizes, erzählt von einer
besonderen Frau und einer
besonderen Einrichtung in
einer besonderen Zeit.*

Zwei Mal wöchentlich bietet das Tageshospiz schwer erkrankten Menschen die Möglichkeit des Austauschs und oft auch der Unbeschwertheit. Frau E. ist eine unserer Gäste. Sie kommt am 5.3.2020 zum ersten Mal ins Tageshospiz – letzter Donnerstag vor der Schließung aufgrund des ersten Lockdowns. Wir wissen vorab, dass sie ALS hat, noch teils verständlich sprechen kann, mit Unterstützung mobil ist und dass sie von einer Bekannten mit dem Auto gebracht wird. Bereits nach der ersten Bekanntschaft ist uns klar: wir haben soeben einen Menschen kennengelernt, der sich seinen Humor, seine Ausstrahlung und sein aktives Dabeisein trotz schwerer, unheilbarer Erkrankung nicht nehmen hat lassen. Es besteht der einheitliche Wunsch, Frau E. bald wieder im Tageshospiz begrüßen zu dürfen. Leider kommt Corona dazwischen und eine Betreuungspause von mehr als drei Monaten ist nicht abzuwenden. In dieser Zeit bleiben unsere Teammitglieder und alle Gäste in engmaschigem Kontakt, das ist der wesentlichste Beitrag zur Überbrückung in den Wo-

chen der Schließung. Die Gäste erleben und durchleben diese Zeit sehr unterschiedlich. Schwerwiegend für manche ist beispielsweise die Unterbrechung der laufenden Physiotherapie, die mit einer erheblichen Verschlechterung in der Beweglichkeit einhergeht. Sehr schwer ist für alle die entstandene Isolation und das Alleinsein zu Hause. Nach einigen Wochen beginnen wir, uns Gedanken zu einer zeitgemäßen Wiedereröffnung zu machen. Das ist ein Lichtblick, der sich unter Beachtung vieler Sicherheitsvorkehrungen im Juni 2020 realisieren lässt.

Für Frau E. wird es erst im Juli 2020 wieder möglich, ihre Besuche bei uns fortzusetzen. Doch Wesentliches hat sich verändert: Sie kommt nun im Rollstuhl, das Gespräch lässt sich nur noch über ein I-pad führen. Doch Frau E. kommuniziert ausführlich, sie lässt sich nicht abschrecken dadurch, dass ihre Stimme nicht mehr im gewohnten Sinn steuerbar ist, sie ist mit voller Präsenz im Raum und: Frau E. hat sich ihr schallendes Lachen bewahrt! Sie liebt Humor

über alles und selbst bei Pflegehandlungen, die für sie anstrengend sind, schenkt sie uns ein strahlendes Lächeln und immer wieder ein herzhaftes Lachen.

Faszinierend ist es auch die Aufmerksamkeit, mit der Frau E. das gesamte Tagesgeschehen mitverfolgt. Sie merkt sich jedes Detail und überrascht uns immer wieder mit den Dingen, die sie uns mitbringt: die Krapfen etwa, die sie pünktlich zu Faschingsbeginn für uns alle organisiert. Oder das Bier, das sie in ihrer Tasche verpackt hat, um uns zu überraschen – hat sie doch gehört, dass Gulasch gekocht werden soll.

Frau E. ist ein ausgesprochenes Organisations-talent und hat obendrein Freude, wenn sie uns und die anderen Gäste im Tageshospiz erfreuen kann. Sie kann nicht mehr sprechen, nicht mehr gehen, sich nicht mehr bewegen und dennoch kann und vermag sie noch so vieles! Mit Bravour bedient sie mittlerweile einen durch Lidschlag gesteuerten Computer, der ihre Niederschrift auch vertont und so wünscht sie uns auf diesem Weg bei ihrer Ankunft ein sehr herzliches „Guten Morgen!“. Und Frau E. ist eine Genießerin: Sie liebt es, an einem schön gedeckten Tisch Platz zu nehmen, so, wie sie es für sich zu Hause immer praktiziert hat und sie liebt gutes Essen, zumal sie selbst eine ausgezeichnete Köchin war. Die Corona-Sicherheitsmaßnahmen bringen es allerdings mit sich, dass wir an der langen Mittags-Tafel nun weit auseinandergestreckt sitzen. Das ist gewöhnungsbedürftig, denn die Gespräche sind manches Mal über die Distanz nicht einfach zu führen. Dennoch hat sich eine Devise durchgesetzt, die wir uns immer wieder vor Augen halten, dankbar, dass der Betrieb wieder aufgenommen werden konnte: Hauptsache, Begegnung kann stattfinden, auch wenn der Abstand groß ist.

Was das Essen betrifft, so haben die ehrenamtlichen Kolleginnen es sich zur Aufgabe gemacht, Frau E. eine wahre Geschmacksvielfalt zu ermöglichen, hundert Prozent auf sie abgestimmt. Wenn Frau E. sich freut, dann ist dies gleichzeitig eine große Freude für das gesamte Betreuungsteam.

Auch das ist ganz ein wesentlicher Punkt: Die Freude ist auf beiden Seiten und auf diese

Weise kommt es zu einem regen Austausch. Frau E.s Anwesenheit im Tageshospiz ist für uns alle, Betreuungsteam wie Gäste, eine unermessliche Bereicherung. Und umgekehrt ist das Tageshospiz für Frau E. zu einem wichtigen Ort geworden. Die liebevolle und kompetente Betreuung geben ihr ein Stück Lebensqualität zurück.

Wichtig für uns alle in dieser Zeit ist: Das Tageshospiz, als spezialisierte Einrichtung hat trotz oder gerade wegen Corona und unter Einhaltung aller Sicherheitsmaßnahmen geöffnet!

Das Tageshospiz hat freie Plätze!

Das Angebot ist für Betroffene kostenfrei und wird durch Spenden ermöglicht. Nur die An- und Abreise ist selbst zu organisieren.

Öffnungszeiten:

Dienstag und Donnerstag jeweils 9-16 Uhr.
Unbürokratische Kontaktaufnahme und einfache Anmeldung sind uns ein Anliegen:
per Telefon: 01 865 28 60 oder
E-Mail: hospiz-wien@caritas-wien.at
Adresse: Erlaaer Platz 4, 1230 Wien

Im telefonischen Vorgespräch klären wir den Rahmen (Mobilität, Anreise), Bedarf und unser Angebot sowie die Möglichkeiten für Betroffene.

Gemeinsam können wir helfen.

Danke für Ihre Spende
Spendenkonto: AT47 2011 1890 8900 0000
Kennwort Tageshospiz

Die Begleitung und Betreuung im Tageshospiz ist für Betroffene kostenlos. Das ist nur durch Geldspenden und zusätzliche Unterstützung von ehrenamtlichen MitarbeiterInnen möglich. Wenn Sie geben können, danken wir herzlich für Ihren Beitrag.

www.caritas-hospiz.at

Wir brauchen einen Wiederaufbauplan

*Im Gespräch mit
Caritas Geschäftsführer
Klaus Schwertner*

Was hat sich seit Beginn der Coronakrise für die Caritas verändert?

Im März 2020 ging alles Schlag auf Schlag. Von einem Tag auf den anderen waren die Folgen der Krise in unseren Einrichtungen bereits spürbar. Die Anfragen in unseren Sozialberatungsstellen wurden mehr, die Essensausgaben bei den Wiener Suppenbussen sind gestiegen, Notquartiere für obdachlose Menschen wurden um Tageszentren erweitert und neue Lebensmittelausgaben mussten schnell organisiert werden. Wir haben zusätzliche Wärmestuben für obdachlose Menschen geöffnet. Wir haben schnell erkannt: Diese Krise wird uns noch länger begleiten. Im Laufe der letzten Monate nahm der Druck auf die Menschen stetig zu. Längst ist die Gesundheitskrise zur sozialen Krise geworden. Besonders in unsere Sozialberatungsstellen kommen immer mehr Menschen, die zum ersten Mal um Hilfe ansuchen. In Wien waren es im Corona-Jahr 2020 um 15 Prozent mehr Erstkontakte verglichen mit dem Vorjahr. In Spitzenzeiten haben sich sogar doppelt so viele Menschen in Not an uns gewandt. Das sind mehr als wir bearbeiten können. Natürlich hat die Krise auch den Pflegebereich besonders hart getroffen. Der Alltag der Bewohner unse-

rer Pflegewohnhäuser, ihrer Angehörigen und unserer Mitarbeiter wurde auf den Kopf gestellt. Doch die Impfung, aber auch neue Testmethoden sind hier so etwas wie ein Silberstreif am Horizont – ein großer Schritt zurück zu mehr Normalität, auch wenn uns diese Pandemie da wie dort wohl noch lange begleiten wird.

Wen trifft die Krise besonders hart?

Es sind vor allem Alleinerziehende und Familien mit Kindern, die Hilfe brauchen. Aber erstmals auch viele Selbstständige, die nicht damit gerechnet haben, plötzlich ihre Rechnungen nicht mehr bezahlen zu können. Viele Menschen haben das letzte Ersparte aufgebraucht, gestundete Rechnungen sind fällig und es bleibt kaum noch Geld für den Lebensbedarf. Das sehen wir bei unseren 12 LeO-Ausgabestellen. Der Andrang steigt hier von Woche zu Woche. Bis Ende des Jahres 2020 wurden über 33.114 Lebensmittelpakete ausgegeben. Das sind fast 700.000 Kilogramm für Menschen in Not. Wir erwarten hier heuer nochmal eine Steigerung. Denn armutsgefährdet sind nun auch vielfach Menschen der Mittelschicht aus allen Branchen. Ihre Ersparnisse sind aufgebraucht und sie wissen nicht mehr, wie sie ihre Miete für sich und ihre Kinder bezahlen sollen.

Wie blickst du in die Zukunft?

Einerseits möchte ich positiv bleiben, denn gerade in den schweren Zeiten hilft uns Zuversicht und Zusammenhalt. Die Impfung ist zweifels-



Foto © Harald Eisenberger

„Die Sanierung der Krise darf nicht auf dem Rücken der Schwächsten passieren.“

ohne ein Silberstreif am Horizont. Um richtig aufatmen zu können ist es allerdings zu früh. Das macht die Mutation des Virus, die jetzt in zunehmend mehr Bundesländern nachgewiesen werden konnte, deutlich. Außerdem weiß ich, dass wir einen verdammt langen Atem brauchen werden, wenn es um die sozialen Folgen geht. Wir brauchen dringend einen sozialen und wirtschaftlichen Wiederaufbauplan. Ganz wichtig dabei: Die Sanierung dieser Krise darf nicht auf dem Rücken der Schwächsten passieren.

Was hilft Dir dabei positiv zu bleiben?

Ich habe das Glück, in meiner Arbeit jeden Tag spannende Menschen treffen zu dürfen. Und diese Begegnungen sind oft inspirierend und ermutigend für mich: Wenn ich an die junge Frau mit Trisomie denke, die bei uns als Freiwillige in einer Wärmestube Armutsbetroffenen und Obdachlosen hilft. Oder unsere Pflegemitarbeiter, die gleich zu Beginn der Krise bereit waren, in unseren Häusern zu übernachten, damit sie niemanden gefährden. Oder das junge Mädchen, das ihr Sparschwein geplündert hat, um ihrer Mutter die Einkäufe zu ermöglichen. Die Menschen, die seit der Coronakrise täglich beim Plaudernetz (05 1776 100) anrufen, weil ihnen die Einsamkeit während der Krise zu schaffen macht, aber sie aktiv etwas dagegen tun, oder einfach nur plaudern wollen. All das stimmt mich zuversichtlich. Ich bin überzeugt: Wir können nur gemeinsam gut durch diese Krise gehen. Wenn wir darauf vertrauen, dass es auf jede

und jeden Einzelnen ankommt. Zusammenhalt und Zuversicht. Darum geht es. Diese Gedanken haben mich auch dazu gebracht, mir einen Lebensraum zu erfüllen und ein Buch zu schreiben. Ich hoffe, dass ich Menschen mit diesem Buch ermutigen kann. Ganz einfach, weil nicht nur das Virus ansteckend sein kann, sondern auch Zuversicht und Solidarität. Gerade jetzt ist das so wichtig.

Klaus Schwertner, Gut, Mensch zu sein

Hardcover, 13,5 x 21,5 cm;
192 Seiten
ISBN 978-3-222-15065-4
Molden Verlag
€ 23,00

Klaus Schwertner verzichtet auf ein Autorenhonorar. zwei Euro je verkauftem Buch gehen an die Mutter-Kind-Häuser der Caritas.



Faltenrock am Telefon



Seit über einem Jahr dominiert das Virus unseren Alltag. Der beliebte Podcast FaltenrockFM musste durch die Abstandsregeln den gesamten Produktionsablauf auf die Ferne verlegen - heißt, auf 's gute, alte Telefon. Klar, dass es da auch so manches heitere Missverständnis gab. Aber im Großen und Ganzen funktionierte die Verbindung zwischen Alt und Jung wie immer recht gut. Manche der Interviewpartner sind sich bisher nie persönlich begegnet, freuen sich aber darauf, sich live gegenüberzusitzen und zu plaudern.

Hier bekommen Sie einen kleinen Eindruck von „Ein Jahr Faltenrock am Telefon“. So sieht es aus, wenn die größtenteils freiwilligen Projektmitarbeiterinnen mit den Faltenrockern Interviews per Telefon führen – doch das sind längst nicht alle Beteiligten ...

Zu hören sind alle Episoden hier:



Livia Heiss ist Sprecherin, Audio-Cutterin, freie Kulturschaffende. Sie führt bei uns Interviews und schneidet regelmäßig Episoden.



Nicole Nikolaidou ist hauptamtliche Mitarbeiterin der Caritas und war an der Gründung von FaltenrockFM beteiligt. Hier ist sie im Homeoffice und im Gespräch mit Monika Zeisenböck – am anderen Ende der Leitung – zu sehen.



Waltraud Lahner ist Faltenrockerin der ersten Stunde: Sie hat bereits bei den ersten Testläufen des Projekts im Jahr 2018 mitgearbeitet ...



... ebenso wie Waltraud Kupferschmidt.

AIR

Wer FaltenrockFM hören möchte, sendet einfach eine Whatsapp-Nachricht an +43 676-747 0 200 mit „Hallo Faltenrock“ und schon bekommt er jede Woche eine neue Sendung zugeschickt!

www.faltenrockfm.at

ON AIR bedeutet so viel wie „Auf Sendung“



Lucie Gudenus ist Studentin und spricht jede Woche mit Hertha Birringer.



Anna Manhart ist die zweite Station-Voice* von Faltenrock FM: Sie stellt in jeder Episode die Gretchenfrage. Steht aber ebenso Rede und Antwort darauf.



Hertha Birringer ist die Station-Voice* von Faltenrock FM. Sie ist bei jeder Episode zu Beginn und am Ende zu hören ... aber natürlich hat sie auch eine Antwort auf jede Gretchen(um)frage parat.



Monika Zeisenböck ist ebenfalls von Beginn an bei FaltenrockFM. Sie hat auch schon Prominente wie Alexander van der Bellen und Dirk Stermann sehr gekonnt interviewt.

Christina Rebhahn ist freiwillige Faltenrock-Redakteurin und Cutterin. Ihre Gesprächspartnerinnen sind Waltraud Lahner und Eva Sacher (ohne Bild).



Falten ROCK FM



Schlagfertigkeit und viel Humor beweist Anna Müller in jeder Episode.



Auch Elisabeth Fijalla lässt die Hörer von Faltenrock FM an ihren reichen und spannenden Lebenserfahrungen teilhaben.

*Eine Stimme, die alle wiederkehrenden programmlichen Rahmenelemente, wie Begrüßung und Verabschiedung spricht.

Österreichs größte Rätselzeitung

Jeden Monat NEU in Ihrer
Trafik und im Zeitschriftenhandel
um nur € 2,50.

Rätsel Krone

ital. Kaffeegetränk	Giftzwerg bei „Wickie“	männl. Figur in „Don Carlos“	Oper von Richard Wagner † 1883	Figur aus der „Sesamstraße“	Schweinefettpolster	amerik. Schriftsteller † 1849	engl.: Fußballtor	Künstlerentgelt	Hauptstadt in Nordafrika	engl. Anrede Volksgruppe	
						kostenlos Teil des Kopfes					
frz.: Farbe b. Roulette	Band-schleife			Währg. in S-Amerika	Nadelbaum			Riemen Gewebeart			
						konferieren				islam. Frauen-gemach	
ugs.: heran			griech. Sagenheld	nieder-trächtig				persönl. Fürwort	Glattechse		
Profit, Zuwachs		chem. Element	männl. Kosenamen			Kurzform: Santa		indischer Bundesstaat	männl. Vorname		
					kleiner Imbiss	Fluss zur Adria				Hauptstadt von Senegal	landessprachlich: russische Stadt
Zierpflanze	Hunderrasse	engl. Längenmaß	Kronleuchter			missgünstig sein	eh. franz. Währung				
				Fruchtflüssigkeit	betont maskuliner Mann			Bezeichnung	Stadt a. d. Bode (D)		
Gummiball						Schauspielerin † 2004	Prophet im A. T.				Religionsstifter
Halbton über g				Beigabe, Begleitung				weibl. Kosenamen	Stadt in Israel		
Radmittelstück		Industriemagnat	südamerik. Saiteninstr.					auszeichnen	genauer Bericht		
				ungar. Politiker (Béla) † 1939		Opernhaus Mailands	engl.: Straße			Antillenbewohner	Strom in Südostasien
mediz. Betäubung	Richtung d. Buddhismus						Sonderling	Saugströmung			
			Pariser Flughafen	eh. Agentur der UdSSR	Fluss in Vorderasien			abgeschrägte Kante	nicht ein		
Blütenpracht	germ. Donnergott	engl.: Gesetz				Vorname Kokoschka †	int. Kfz-Z. Guyana			engl.: Hund	
				jamaikanischer Musikstil						Welthilfssprache	
süddt. Landschaft							Langarmaffe				
engl.: Weg				das Äußere gestalten					engl.: Ei		

s1519-1897

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

Suchbild

In dem unteren Bild haben wir 10 Fehler versteckt. Können Sie alle 10 finden?



Sudoku

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

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

Am 20. Mai ist der Tag der Biene.

Für ein Kilo Honig muss ein Bienenvolk drei bis fünf Millionen Blüten anfliegen und legt dabei insgesamt ca. 100.000 Flugkilometer zurück. Bienen fliegen bevorzugt blaue und gelbe Blüten an. Die Farbe Rot können sie nicht erkennen.

Die Honigbiene gibt es bereits seit 40 Millionen Jahren auf der Erde. Sie ist nicht nur überlebenswichtig für Mensch und Natur, sondern auch ein sehr facettenreiches und faszinierendes Nutztier.



Finden Sie den richtigen Weg zum Bienenstock.

Positiv denken und negativ bleiben

Zwei Mitarbeiter von der Pflege Zuhause erzählen, wie sie das Corona-Jahr gemeinsam mit den Menschen, die sie betreuen erlebt haben, und warum sie sich keinen besseren Beruf vorstellen können.



Eva Pavelova, 41 Jahre, DGKP, Leiterin Pflege Zuhause Donaustadt erzählt von einem Glücksfall: ihrem Beruf.

Als sie mit 14 vor der Entscheidung stand, eine berufliche Laufbahn zu wählen, hatte Eva Pavelova noch keine Idee in welche Richtung es gehen sollte. Matura wollte sie machen, das wusste sie. In ihrem Heimatort in der Slowakei, wurde damals in den 90ern, eine Schule eröffnet, die eine Ausbildung zur Krankenschwester und Maturaabschluss anbot. Eva Pavelova erinnert sich: „Das hat mich sehr angesprochen und so habe ich dort begonnen. Die Ausbildung war spannend und vielseitig – ich war am richtigen Ort. Nach dem Abschluss konnte ich dann gleich meine Arbeit im stationären Bereich aufnehmen, dort, wo ich mein Praktikum absolviert hatte.“

Einige Jahre später kam Eva nach Österreich und musste nochmal zurück an den Start, da ihre Ausbildung nicht vollständig anerkannt wurde. Rückblickend erzählt sie: „Ich muss gestehen, dass mir damals die Ausbildung in der Slowakei besser und umfassender erschien als in Österreich. Aber gut – ich wollte hier leben und arbeiten, also fing ich in der 24-Stunden-Betreuung an und arbeitete später als Pflegeassistentin.“ 2009 war ihre Nostrifizierung durch und Eva wieder DGKP.

Bei der Caritas arbeitet sie seit 2006, mit einer vierjährigen Kinderpause zwischendurch. „Ich hatte von Anfang an das Gefühl, bei der Caritas gut aufgehoben zu sein und eine gute Karriere machen zu können – auch als Mutter,“ erzählt sie. Und so war es auch: Sie bewarb sich als Führungskraft und nach Abschluss eines Führungskräftelehrgangs war sie zuerst stellvertretende Leitung, dann Pflegeleiterin. Seit Januar 2020 leitet sie die Station Pflege Zuhause Donaustadt. „Meine Arbeit erfüllt mich sehr.“, erzählt Eva, „es gab bisher keinen Tag, an dem ich nicht gerne in die Station gegangen wäre. Das Corona-Jahr war natürlich für alle sehr herausfordernd. Aber mein Team und ich haben das mit unserem unglaublich tollen Zusammenhalt gut gemeistert. Das macht mich richtig glücklich.“ Eva berichtet, was sich im vergangenen Jahr verändert hat: „Mich rufen derzeit viele Kundinnen und Kunden an und möchten einfach nur plaudern. Wir beobachten, dass das Alleinsein leider wächst.“ Corona hat Eva auch in ihrem Privatleben getroffen: Ihre Mutter lebt in der Slowakei und seit August 2020 konnte sie sie nicht mehr besuchen. „Wir videofonieren aber oft. Mein Motto in dieser Zeit lautet: ‚Bleib negativ, denk positiv‘ – daran halte ich mich und das funktioniert gut.“, erklärt Eva. Ihre Freizeit verbringt sie am liebsten mit ihren beiden Söhnen: „Wir haben viel Spaß zusammen und verwandeln unser Wohnzimmer regelmäßig in einen Turnsaal, wenn wir ‚Ring fit‘ an der Nintendo Konsole spielen.“

Sebastian Kammerer, Fachsozialbetreuer bei der Pflege Zuhause Korneuburg

Dem 27-Jährigen Sebastian Kammerer geht es im Leben vor allem um eines: Möglichst viel Lebenserfahrungen sammeln! Schon im Zivildienst, den er in einer Einrichtung für Menschen mit Behinderung absolviert hat, stellte er fest, dass ein Beruf im Sozialbereich hier besonders viel zu bieten hat. Während seiner Ausbildung zum Fachsozialbetreuer machte er dann auch erste Erfahrungen in der Arbeit mit alten und pflegebedürftigen Menschen. „In der Pflege kann ich mich gut mit Fragen auseinandersetzen, die ja viele junge Menschen beschäftigen: Was ist wichtig am Ende eines Lebens? Worauf kommt es an? Von den alten Menschen lernt man, dass die Erfahrungen, die man im Leben sammelt und die Menschen mit denen man sich umgibt, später das Wichtigste sind.“

Seit Ende 2019 arbeitet Sebastian nun in der Pflege Zuhause und sein Urteil ist eindeutig: „Super! Ich liebe diese Arbeit.“, sagt er und erzählt weiter: „Wenn man zu jemandem kommt, der z.B. Tischler war und das Haus voll selbstgebaute Möbel oder Werkzeug hat – da hat man gleich einen Bezug zu diesem Menschen und seiner Biographie. Das ist cool und spannend.“ Seine „Superkraft“ beschreibt Sebastian dann auch so: „Eine meiner herausragenden Fähigkeiten ist meine Geduld. Ich setze mich einfach gerne mit den alten Menschen zusammen und höre ihnen zu. Das schätzen sie sehr. Andersherum schenken sie mir aber auch ihre Zeit und hören mir zu.“ Der Bereich der mobilen Pflege bietet Sebastian auch eine besondere, positive Herausforderung, die er nicht missen möchte: „Wir wollen immer auf die individuellen Wünsche der Kundinnen und Kunden eingehen. Im Unterschied zum stationären Bereich, muss man da manchmal ein bisschen arbeiten wie MacGyver – immer mit dem was man gerade zur Hand hat.“, erklärt er lachend. Sebastians Begeisterung für den Pflegeberuf hat sich übrigens auf seine gesamte Familie übertragen: Mutter und Vater arbeiten mittlerweile hier, seine Schwester hat die gleiche Ausbildung wie er gemacht und ist im Behindertenbereich tätig.

Doch Corona war und ist auch für Sebastian und die von ihm betreuten Menschen ein enormer Einschnitt. Im ersten Lockdown war zunächst die Verunsicherung groß, wie gefährlich das Virus wirklich ist. Sebastian erinnert sich: „Nachdem dann in kürzester Zeit alle Sicherheitsmaßnahmen getroffen werden konnten und wir alle aufgeklärt waren, entspannte sich die Lage. Meine Kundinnen und Kunden waren auch beruhigt und viele von ihnen waren glücklich, dass wir sie weiter betreuen konnten. Und wir alle dachten doch, dass die Pandemie bald eingedämmt werden könnte.“ Doch jetzt, nach über einem Jahr hat sich die Situation verändert – manchmal nicht zum Besseren, erzählt Sebastian bedrückt: „Ich habe hochbetagte Kundinnen und Kunden, die nur noch wenig Sinn darin sehen, alleine Zuhause zu sein. Ihnen fehlt eindeutig die Abwechslung. Sie würden lieber das Risiko einer Infektion eingehen, als ohne ihre gewohnten sozialen Kontakte zu sein. Sie sagen, das Virus hat ihnen die vielleicht wenigen noch verbleibenden Lebensjahre gestohlen. Das ist sehr traurig.“ Sebastian und seine Kolleginnen versuchen hier möglichst viel Ablenkung ins Leben der Menschen zu bringen. „Wir unterhalten uns lange mit ihnen, hören zu, versuchen sie zu motivieren.“ sagt er. Es sind schon kleine Dinge, die viel bewirken können und er berichtet: „Mit einer Kundin war ich vor dem Oster-Lockdown einmal in einem Geschäft, um orthopädische Schuhe zu kaufen und danach noch im Supermarkt. Sie hat das so sehr genossen – das war unbeschreiblich.“

Sebastian hofft nun auf eine grundlegende Änderung durch die Impfungen – auch für sein privates Leben. Denn entsprechend seinem Lebensmotto „viele Erfahrungen sammeln“, ist Sebastians liebste Freizeitbeschäftigung das Reisen. Seit fünf Jahren bereist er mit einem 33 Jahre alten Wohnmobil den Balkan. Mit seiner Freundin möchte er in nicht allzu ferner Zukunft auch eine Zeit lang in Thessaloniki in Griechenland leben. Und auch das empfindet Sebastian als eindeutigen Vorteil seines Berufs: „Ich kann fast überall auf der Welt eine Arbeit finden.“ ... Und später, wenn er selbst alt ist, seinen Pfleger an seinen gesammelten Lebenserfahrungen teilhaben lassen!





„finden und loslassen“

Betreuende Angehörige, Altgewordene und ein Psychotherapeut im Gespräch. Geschichten zur Selbsterfahrung

Eine Buchempfehlung von Dr. Thomas Wochele-Thoma, Ärztlicher Leiter der Caritas der Erzdiözese Wien



Dieses Buch begegnet seinen Lesern dort, wo sie gerade selbst ihre Aufgaben in der Betreuung betagter Menschen erfüllen oder wo sie – beruflich, ehrenamtlich oder privat – pflegende Angehörige unterstützen. Es holt sie ab auf eine Wanderung entlang von Herausforderungen, Abgründen und Ambivalenzen, aber auch Chancen, Leichtigkeit und Klarheit. Dem Autor, einem erfahrenen Gesundheitsforscher und Psychotherapeuten, ist ein Buch über Erfahrung und Selbsterfahrung gelungen, das Leser, Klienten, Betreute und ihn selbst gekonnt einbezieht.

Eine besondere Herausforderung stellt hier die Covid-Situation dar, von speziellen individuellen Ängsten und Anliegen über die besonderen Rahmenbedingungen des „physical distancing“, das oft mit „social distancing“ gleichgesetzt wurde, über die Fallstricke digitaler Kommunikation bis hin zu neu akzentuierten ethischen Fragen. Gerade diese Kapitel bringen last not least die Gesamtgesellschaft mit hinein in die Auseinandersetzung mit dem persönlichen Abschiednehmen, mit einer menschlich würdevollen Zeit vor dem Sterben.



Das Buch „finden und loslassen“ ist im Facultas Verlag erschienen und kostet € 16,90.

In belletristischer Sprache bringt er uns in Kontakt mit den Hauptakteuren. Man meint sich wiederzuerkennen in diesen Gruppen- und Einzeltreffen, nimmt teil an den Entwicklungsaufgaben, an den Chancen, selbst zu wachsen.

Alte Abhängigkeiten und Konflikte werden erspürt und es wird an ihrer Lösung gearbeitet. Dies hilft, die Betreuung zu reflektieren und von Ballast zu befreien, macht die noch gegebene gemeinsame Zeit freudiger und unterstützt es, den unvermeidlichen Abschied leichter zu verkraften.

Abwechselnd sind wir eingeladen, in den Schuhen von Betreuenden und Betreuten zu gehen – und in den Schuhen eines Therapeuten, der seine eigene Haltung reflektiert und seine innere Balance auch in unwegsamem Gelände hält, als Modell auch für Unterstützende aus Pflege, Sozialarbeit, Beratung und verwandten Professionen.

Ein gesonderter Teil des Buches („Demenz“) fasst Möglichkeiten und Strategien zusammen, mit kognitiver Einschränkung umzugehen, sowie ältere und neue Vorstellungen von Demenz. Dieser Teil betrifft weiter Risikofaktoren, Selbstfürsorge und Vorbeugung. Hier wird auch das Konzept der „kognitiven Reserve“ erläutert.

Auch die neuen Kapitel der zweiten Auflage sind keine gefälligen Beiträge zum Thema „betreuende Angehörige“. Gerade die Verschärfungen durch die Covid-Situation lassen die Reibungsbereiche zwischen Alten und Jungen, zwischen Gesunden und Kranken, Frauen und Männern, und damit auch zwischen Betreuenden und Betreuten, schärfer hervortreten. Damit sind sie aber auch der hier vorgelegten feinsinnigen Analyse zugänglicher, von der jeder auch im Alltag profitieren kann.

Plaudern unter 05 1776 100

Das neue Plaudernetz der Caritas wartet auf Sie!

Viele Tausend Mal wurde im Plaudernetz bereits miteinander geplaudert: über den Alltag, die aktuelle Situation, Interessen, Hobbies und viele andere Dinge. Das Plaudernetz bringt Menschen, die niemanden zum Reden haben, mit Menschen – die gut zuhören können – zusammen. Gegen Langeweile, für Abwechslung und Freude im Alltag. Im Plaudernetz freuen sich Plauderpartnerinnen und -partner auf Ihren Anruf. Die Plauderpartner sind Freiwillige, die sich angemeldet haben und Anrufe entgegennehmen, wenn sie Zeit zum Plaudern haben. Jedes Gespräch im Plaudernetz ist anonym und vertraulich. Es werden weder Telefonnummern ausgetauscht,

noch Namen, so bleiben die Gespräche unverbindlich. Bei jedem Anruf wird man zufällig mit einem anderen Plauderpartner verbunden, auch wenn man an einem Tag dreimal anruft.

Das Plaudernetz gibt es bereits seit vielen Monaten und es erfreut sich großer Beliebtheit. Und wenn Sie nicht wissen, worüber Sie reden sollen? Sie werden sehen, das ergibt sich ganz automatisch. Für viele gehört das Plaudernetz bereits zu ihrem Alltag, sie rufen regelmäßig an und sind begeistert: „Ich habe es schon viele Male probiert und ich habe mich sehr, sehr nett unterhalten. Ich finde es ganz super!“

**Einfach einmal ausprobieren:
05 1776 100.**



Eine Initiative von

Caritas

Magenta®

**Kronen
Zeitung**

kronehit

Auflösungen von Seite 16-17



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



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

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

Adressen Pflege

Caritas Pflege Zuhause

Tel 01-878 12-360

pflege-zuhause@caritas-wien.at

Caritas Pflegewohnhäuser

Tel 01-878 12-350

pflege-wien@caritas-wien.at

Caritas Hospizteams, Mobile Palliativteams, Tageshospiz und Trauerangebote

Tel 01-865 28 60 und

0664-829 44 71

hospiz-wien@caritas-wien.at

Caritas Notruftelefon

Tel 01-545 20 66

notruftelefon@caritas-wien.at

Caritas 24-Stunden-Betreuung

Mo bis Do, 9–16 Uhr, Fr 9–13 Uhr

Tel 0810-24 25 80

office@caritas-rundumbetreut.at

www.caritas-rundumbetreut.at

Psychosoziale Angehörigenberatung (Schwerpunkt Demenz)

Beratung unter: 0664-842 96 09

oder 0664-825 22 58

Caritas Pflege Zuhause Wien

Leopoldstadt (Bezirke: 2, 20)

Tel 01-216 35 79

Simmering (Bezirke: 3, 11)

Tel 01-768 41 14

Innere Bezirke (Bezirke: 1, 4-9)

Tel 01-319 28 36

Dornbach (Bezirke: 16-19)

Tel 01-478 72 50

Favoriten (Bezirk: 10)

Tel 01-617 51 68

Meidling (Bezirke: 12, 23)

Tel 01-815 69 34

Wiental (Bezirke: 13-15)

Tel 01-876 66 53 (für den 13. Bezirk)

Tel 01-786 40 47 (für den 14. und

15. Bezirk)

Floridsdorf (Bezirk: 21)

Tel 01-272 55 06

Donaustadt (Bezirk: 22)

Tel 01-204 57 57

Caritas Pflege Zuhause NÖ

Region Industrieviertel Nord

Regionalbüro

Mölkergasse 7, 2340 Mödling

Tel 02236-892 606

Baden und Umgebung

Tel 0664-548 39 15

Bruck

Tel 0664-462 57 39

Hainburg und Petronell

Tel 0664-544 72 30

Mödling

Tel 0664-462 57 42

Schwechat

Tel 0664-462 57 40

Region Wiener Neustadt-Neunkirchen

Regionalbüro

Neuklostergasse 1/EG,

2700 Wiener Neustadt

Tel 02622-817 82

Aspang und Warth

Tel 0664-825 22 90

Kirchberg und Gloggnitz

Tel 0664-548 39 16

Neunkirchen

Tel 0664-314 52 98

Wr. Neustadt und Umgebung

Tel 0664-185 89 86

Kirchschlag und Zöbern

Tel 0664-526 82 42

Region Weinviertel

Regionalbüro

Kirchengasse 6A, 2130 Mistelbach

Tel 02572-325 01

Mistelbach

Tel 0664-462 57 54

Hohenau/Bernhardsthal

Tel 0664-390 97 35

Gänserndorf

Tel 0664-848 26 49

Wolkersdorf

Tel 0664-462 57 57

Pulkatal

Tel 0664-462 57 51

Korneuburg

Tel 0664-462 57 56

Klosterneuburg

Tel 0664-462 57 53

Hollabrunn

Tel 0664-829 44 41

Caritas Pflegewohnhäuser Wien

Haus Schönbrunn

1120, Schönbrunner Straße 295

Tel 01-812 39 38,

Haus St. Klemens

1140, Edenstraße 21

Tel 01-914 05 15

Haus St. Elisabeth

1190, Nußwaldgasse 10-12

Tel 01-369 24 53

Haus Franz Borgia

1190, Hameaustraße 45

Tel 01-440 23 76

Haus St. Antonius

1210, Hermann-Bahr-Straße 16

Tel 01-278 63 31

Haus St. Martin

1210, Prager Straße 87-89

Tel 01-272 83 24

Haus St. Teresa

1220, Erzherzog-Karl-Straße 129B

Tel 01-727 02

Haus St. Barbara

1230, Erlaaer Platz 4

Tel 01-866 11-0

Caritas Pflegewohnhäuser NÖ

Haus Johannes der Täufer

Dr.-Bruno-Schimetschek-Platz 1

2860 Kirchsschlag

Tel 02646-270 74

Haus St. Bernadette

Hauptstraße 128, 2384 Breitenfurt

Tel 02239-23 06

Haus St. Leopold

Brandmayerstraße 50

3400 Klosterneuburg/Weidling

Tel 02243-358 115 180

In lieber Erinnerung

Im vergangenen Jahr, während der Pandemie, sind viele geliebte Menschen von uns gegangen und von vielen konnten wir uns nicht gemeinsam verabschieden. Wir möchten allen, die einen geliebten Menschen verloren haben unser tiefes Mitgefühl ausdrücken und entzünden symbolisch ein Licht zum Gedenken der Verstorbenen und zur Stütze der Trauernden.



Ich pflege alte Menschen,
weil auch ich einmal
in Würde altern will.

Ich bin die Caritas &Du?

**Caritas
&Du**
Helfen seit
100 Jahren

Mit Unterstützung von

ERSTE SPARKASSE


WIENER STÄDTISCHE
VERSICHERUNGSVEREIN


WIENER
STÄDTISCHE
VIENNA INSURANCE GROUP