Da Heim

Das Magazin der ARGE der Niederösterreichischen Pensionisten- und Pflegeheime

Herbst 2020

- Covid-19
- Grüne Wände
- Freiwilligenprojekt Europäischer Solidaritätskorps

NÖ Heime

Raiffeisen
Meine Bank
WAS EINER
NICHT SCHAFFT,
DAS SCHAFFEN
VIELE.
Dieser Gedanke hat Raiffeisen zur stärksten Gemeinschaft Österreichs gemacht – mit über 4 Millionen Kunden. Das schafft Sicherheit – und davon hat jeder Einzelne etwas.
In mehr als 1.900 Bankstellen in allen Regionen des Landes.
Mit echten Beratern, die Ihnen persönlich zur Seite stehen.
Und mit Mein ELBA, Österreichs persönlichstem und meistgenutztem Finanzportal. Nutzen auch Sie die Vorteile der stärksten Gemeinschaft Österreichs.
Mehr auf raiffeisen.at
WAS EINER NICHT SCHAFFT,
DAS SCHAFFEN VIELE.
Impressum: Medieninhaber: Raiffeisen Landesverband Niederösterreich-Wien, LVW, Raiffeisenplatz 1, 1020 Wien

Pflege in Krisenzeiten

Liebe KollegInnen,
Sehr geehrte LeserInnen,

mit tiefer Betroffenheit erfuhren wir Mitte September, dass unser sehr geschätzter Kollege und Freund Josef Berghofer völlig unerwartet aus dem Leben geschieden ist. Er war Vizepräsident des Bundesverbandes Lebenswelt Heim und Vorsitzender der ARGE der Altenwohn- und Pflegeheime Burgenland. Wir sind zutiefst erschüttert und sehr traurig. Mit ihm verlieren wir einen großartigen Menschen und Wegbereiter des Bundesverbandes.

Auf den ersten Schock des Corona-Shutdowns folgte für uns in den NÖ Betreuungseinrichtungen während der letzten Monate eine sehr intensive Zeit der Anpassung an neue Gewissheiten und Gewohnheiten und die alles entscheidende Frage: Wie leben wir mit der neuen Realität? Unsere Häuser mögen inzwischen wieder geöffnet sein, die Zugangsbeschränkungen weitgehend zurückgenommen – die Angst im Hintergrund ist jedoch geblieben. Was bedeuten offene Häuser für uns? Letztendlich ständig auf der Hut zu sein und doch nie wirklich sicher sein zu können, dass uns das Virus nicht erreicht. Das ist für die Pflege- und Betreuungseinrichtungen – für die Führungskräfte wie auch alle MitarbeiterInnen – eine enorme Verantwortung. Und ein ständiges Nachdenken, was wir so wie bisher nicht mehr machen. Große Veranstaltungen, Festivitäten, Grillfeste oder Sitzungen werden zum Beispiel in nächster Zeit nicht mehr in der bisher gewohnten Form stattfinden können. Es geht um eine permanente Risikoabschätzung. Innerhalb der Häuser ist sehr genau zu überlegen, wie alle Corona-Schutzmaßnahmen eingehalten werden können.

Manches hat uns auch positiv überrascht in den letzten Monaten. Die Ruhe, die mit dem Shutdown in unsere Häuser eingekehrt ist, ist bei einem Großteil der BewohnerInnen wie auch MitarbeiterInnen sehr positiv wahrgenommen worden und hat ihre Beziehung zueinander gestärkt. Sie sind in gewisser Weise zu einer großen ‚Familie' zusammengewachsen. Das wissen die, die das während der letzten Monate in unseren Häusern erlebt und gelebt haben. Die Außensicht der Bewohnervertretung und ihre Klagen wegen Freiheitsentzuges in den Pflege- und Betreuungseinrichtungen, stehen im krassen Gegensatz dazu. Das Spannungsfeld zwischen dem Schutz unserer BewohnerInnen und ihrer persönlichen Freiheit ist zweifellos eine enorme Herausforderung. Der Großteil unserer BewohnerInnen und auch Angehörigen war jedoch über die weitgehende Sicherheit, die unsere geschlossenen Einrichtungen gegeben haben, sehr froh und hatten für die getroffenen Maßnahmen großes Verständnis. Wenige Einzelfälle in unseren Häusern fühlten sich hingegen eingesperrt. Wie auch immer eine Lösung aussehen kann, für uns in den Heimen braucht es Rechtssicherheit.
Die Corona-Anfangsphase war für uns alle ein „learning by doing". Nun ist es an der Zeit, darüber zu diskutieren, wie Pflege auch in Krisenzeiten gut funktionieren kann. Corona wird das Leben in unserer Gesellschaft nachhaltig verändern, so auch in unseren Pflege- und Betreuungseinrichtungen.

Dir. Ing. Dietmar Stockinger
Obmann der ARGE NÖ Heime

NÖ Heime
ARGE DER PENSIONISTEN- UND PFLEGEHEIME

Impressum

Medieninhaber, Herausgeber und Verleger:
ARGE der Niederösterreichischen Pensionisten- und Pflegeheime, 3484 Grafenwörth, Hofgarten 1, Tel: +43 (0)2738/77066-403, office@noeheime.at, www.noeheime.at

Für den Inhalt verantwortlich:
Obmann Dir. Ing. Dietmar Stockinger
Namentlich gekennzeichnete Beiträge müssen nicht mit der Meinung des Herausgebers übereinstimmen.

Chefredaktion, Konzeption & Layout:
Gabriele Tupy, Tel. +43 (0)699/10027740, gabriele.tupy@imzusammenspiel.com, www.imzusammenspiel.com

Redaktionsteam: Gregor Herzog, Barbara, Handl, Anita Koller, Ludwig Schweng, Franz Permoser, Ulrike Blum, Larissa Gröll.

Fotos (wenn nicht anders angegeben): zur Verfügung gestellt von den NÖ Heimen; Titelbild: Pflege- und Betreuungszentrum Amstetten

Anzeigenverkauf: Barbara Handl
Tel. +43 (0)2738/ 77 066, DW 403
daheim@noeheime.at

Erscheinungsort: Niederösterreich

Druck & Versand: Print Alliance HAV Produktions GmbH

Blattlinie

DaHeim ist eine Zeitschrift der NÖ Heime und hat das Ziel, die hohe Qualität der NÖ-Heime nach innen und außen zu repräsentieren. Der Fokus liegt auf einer lösungsorientierten und konstruktiven Auseinandersetzung mit der Betreuung der alten und pflegebedürftigen Menschen.

Foto: Maria Martetschläger in der Casa Guntramsdorf

Herzlichen Glückwunsch zum 100. Geburtstag! Immer mehr SeniorInnen erreichen in den NÖ Heimen dieses stolze Alter.

Inhalt

- **5** Covid-19 aus Sicht der BewohnerInnen und MitarbeiterInnen
- **7** Wir trauern
- **8** Die NÖ-Heime stellen sich vor: Das PBZ Zwettl
- **10** Aus dem bunten Alltag in den NÖ Heimen
- **14** Grüne Wände
- **16** Natur schenken - Baumpate werden!
- **18** Freiwilligenprojekt des Europäischen Solidaritätskorps
- **21** Das war der Sommer in den NÖ Heimen
- **22** Alltagsbegleitung im PBZ Gutenstein
- **24** Jahrhundertmenschen
- **26** Natur erleben mit allen Sinnen
- **28** Dies & Das: Dankesschreiben, Glück im Alter, Buchtipp, Alte Ansichten, Cartoon
- **30** Aus Omas Küche: Kräuter-Steinpilz-Risotto
- **30** Veranstaltungen
- **31** Heilpflanzen: Der Wermut

Covid-19

Wie haben unsere BewohnerInnen in den NÖ Heimen die bisherige Corona-Zeit erlebt?

Corona hat vieles in der Altenpflege verändert. Inzwischen wurden auch mehrere Studien und Befragungen zu Covid-19 präsentiert: „COVID-19 in Alten- und Pflegeheimen" (Gesundheit Österreich GmbH), „Covid-19 und Social Distancing im Alter" (Kompetenzzentrum für Gerontologie und Gesundheitsforschung an der Karl Landsteiner Privatuniversität für Gesundheitswissenschaften) und „Pflegeeinrichtungen in Zeiten der Corona-Pandemie" (Volksanwaltschaft). Wie aber haben die Pflegeheimbewohner*Innen die bisherige Corona-Zeit erlebt? Dazu gibt es bisher keine Studie und so haben wir uns in mehreren NÖ Pflegeeinrichtungen umgehört.

Johannes Grafeneder-Pitlik arbeitet als Seniorenbetreuer im Pflegezentrum St. Pölten-Pottenbrunn. Seine Liebe zu diesem Beruf und zu den alten Menschen, mit denen er tagtäglich arbeitet, lässt ihn auch besonders gut zuhören, nachfragen und mitfühlen. Er hat sich rund um Corona auch immer wieder Notizen gemacht und so manche Worte seiner Schützlinge festgehalten: „Auch wenn wir momentan keinen Besuch bekommen, haben wir keine Langeweile weil wir gemeinsam singen und basteln können", „Gott sei Dank sind die Pfleger für uns da und haben Zeit mit uns ein wenig zu plaudern", „Wenn wir unsere Angehörigen auch nicht sehen, können wir mit ihnen telefonieren", „Es ist manchmal schon schwer für uns, aber wir sind gut aufgehoben und fühlen uns nicht einsam", „Auch wenn es nicht so ist wie immer, hat unser Seniorenbetreuer Zeit für unsere Sorgen und Anliegen". Wichtig ist es, mit den BewohnerInnen viel zu reden, was ihnen Sorgen macht, sie bedrückt, aber auch was sie in Corona-Zeiten freut, weiß Johannes Grafeneder-Pitlik. Denn die Freude schenkt uns Menschen Zuversicht.

Corona war auch das große Thema beim Bewohnerstammtisch im Pflegezentrum Yspertal. Wir haben uns einige Diskussionsbeiträge von BewohnerInnen notiert:
Frau F: „Ich fühle mich hier gut aufgehoben und verstehe die Maßnahmen voll und ganz. Ich war zum Glück von meinen Angehörigen nicht lange getrennt deshalb kann ich da nicht mitreden. Ich hoffe, dass dies die Menschheit gut überstehen wird".
Herr W: „Die schwere Zeit ist ja nochmal gut vorüber gegangen und man konnte ja so und so nichts machen. Die Pflegepersonen waren alle sehr bemüht uns den Tag so schön wie möglich zu gestalten. Wir haben es alle, dank der Bemühungen der Pflegepersonen, gut überstanden und das ist das Wichtigste".
Frau W: „Ich habe täglich mit meinen Lieben telefoniert und das hat so gepasst. Dass mein Sohn im anderen Stockwerk in guten Händen war, wusste ich so und so. Also warum unnötig Sorgen machen? Es kommt, wie es kommen muss. Das ist etwas, was wir alten Menschen im Leben früh lernen mussten".
Herr S: „Ich kann ihnen sagen, ich werde hier 24 Stunden – rund um die Uhr so gut betreut. Der Corona ist mir komplett egal. Wie ich noch zuhause war, waren meine Angehörigen auch selten da, jetzt sind sie mir auch nicht abgegangen. Die Pflegepersonen sind alle so lieb, was soll mir denn da noch passieren. Es sind alle so bemüht, dass es uns hier im Pflegezentrum gut geht, das kann auch ein Corona nicht kaputt machen. Ich habe keine Angst vorm Corona, dafür ist das Leben zu kurz".
Frau L: „Ich kommunizierte teilweise über das Fenster, daher war auch für mich das Besuchsverbot nicht so schlimm".
Frau H.: „Durch die Medien war ich verwirrt, da es jeden Tag eine andere Information gab. Ich bin so dankbar dafür, dass die Pflegepersonen den Tag für uns so angenehm wie möglich gestaltet haben. Die taten mir am meisten leid. Unter solchen Bedingungen zu arbeiten, muss schwierig gewesen sein".
Herr Ö: „Nun bin ich seit 3 Wochen im Pflegeheim und ich sage Ihnen, es gefällt mir sehr gut. Ich kann mich an die sogenannte akute Coronakrise nicht mehr erinnern und deshalb

Botschaften von BewohnerInnen aus der Zeit des Shutdown aus dem Pflege- und Betreuungszentrum Litschau

Eine weitere Botschaft einer Bewohnerin aus dem Pflege- und Betreuungszentrum Gutenstein.

geht es mir gut. Die Masken stören mich nicht so sehr, nur das schöne Lächeln der Pflegepersonen sehe ich dann nicht."

Auch im Pflege- und Betreuungszentrum Berndorf wurde die bisherige Corona-Zeit gemeinsam reflektiert.
Frau B. u. F. „Es war schon ein komisches Gefühl nicht hinaus zu dürfen. Dass niemand herein durfte war auch ein ungutes Gefühl. Wir haben uns mit Beschäftigungen jeglicher Art die Zeit vertrieben – da hat das Personal ja jeden Tag etwas gemacht mit uns. Wir beide (Mitbewohnerin) haben viel miteinander geredet – das hat uns abgelenkt. Ängste hatten wir nicht wirklich, ja vielleicht um unsere Angehörigen draußen schon ein wenig."
Frau B.: „Es war nicht ganz angenehm, die Kinder haben mir gefehlt. Ansonsten war es wie immer. Essen gut, Beschäftigung und Pflege sehr gut – halt einfach wie sonst auch. Die Schwestern sind stets bemüht, dass es uns gut geht."
Frau M.: „Geht ja alle anderen auch so – da müssen wir durch! Entweder durchhalten oder durchdrehen – wir entscheiden uns natürlich für's Durchhalten und vor allem fürs Zusammenhalten!!!"

Auch im Haus St. Elisabeth der Caritas St. Pölten haben wir nachgefragt.
Frau Elfriede Höllriegl (86 Jahre): „Am meisten haben mir die persönlichen Besuche meiner Söhne gefehlt. Wir konnten zwar durch eine Scheibe miteinander reden oder haben miteinander telefoniert, jedoch hat mir das persönliche Zusammensitzen und die Nähe gefehlt.
Ich bin ein Mensch, der sehr viel Zeit im Freien verbringt. In diesem Bereich war ich überhaupt nicht eingeschränkt, da wir im Heim einen sehr großen und schönen Garten haben, den wir benutzen konnten und durften.
In der Betreuung und Pflege gab es überhaupt keine Unterschiede, da die Schwestern trotz erschwerter Arbeitsbedingungen, vor allem durch den Mund-Nasen-Schutz, für die BewohnerInnen in gewohnter Art und Weise fürsorglich da waren."
Frau Eva Maria Jahodinsky (62 Jahre): „Am schlimmsten für mich war die Vorstellung, dass ich selbst an Corona erkranke. Ich sitze seit meiner Kindheit im Rollstuhl und habe immer wieder mit der Luft Probleme. Der Gedanke daran, zu der Gruppe der Risikopatienten zu gehören, hat mich psychisch total belastet.
Positiv war, dass das gesamte Stationsleben ruhiger war. Es kamen ja kaum Leute von außen herein bzw. auf die Station. Die Pflegepersonen waren extrem darauf bedacht, uns immer wieder neu zu motivieren, dass wir die Krise gemeinsam gut überstehen werden. Außerdem konnte man mit ihnen auch persönlicher in Kontakt kommen, da sie immer wieder versucht haben, die fehlenden Besuche durch mehr persönliche Kontakte und Gespräche zu kompensieren."

Soweit ein kurzer Ausschnitt aus den zahlreichen Rückmeldungen von BewohnerInnen aus den NÖ Pflege- und Betreuungseinrichtungen. Die sich abzeichnende Tendenz: Auch wenn die Situation für die BewohnerInnen nicht einfach war und ist, sie verstehen und akzeptieren sie weitgehend. Und fast ausnahmslos jeder Diskussionsbeitrag endet beeindruckend positiv! Vielleicht ist auch das die ganz starke Botschaften der älteren Generation aus unseren Heimen: „Es kommt, wie es kommen muss. Das ist etwas, was wir alten Menschen im Leben früh lernen mussten" und „Wir entscheiden uns natürlich für's Durchhalten und vor allem fürs Zusammenhalten!!!"

Wir trauern
um unseren Kollegen und Freund Josef Berghofer

Mit tiefer Betroffenheit geben wir den völlig unerwarteten Tod von Josef Berghofer bekannt. Josef Berghofer war

- Vizepräsident des Bundesverbandes Lebenswelt Heim,
- Vorsitzender der ARGE der HeimleiterInnen und PflegedienstleiterInnen der Altenwohn- und Pflegeheime Burgenland
- Geschäftsführer und Heimleiter im Haus St. Vinzenz/Pinkafeld sowie
- Geschäftsführer im Marienheim, Bruck an der Leitha
- Obmann des Vereins zur Förderung der Qualität in der Betreuung älterer Menschen
- Vizebürgermeister von Greinbach

Am 12. September ist Josef Berghofer völlig unerwartet im 56. Lebensjahr aus dem Leben geschieden. Wir sind zutiefst erschüttert und sehr traurig. Mit ihm verlieren wir einen großartigen Menschen und Wegbereiter des Bundesverbandes Lebenswelt Heim. Josef Berghofer wurde von allen überaus geschätzt – für seine hohe Professionalität und Kompetenz ebenso, wie für seine angenehme Art des Mensch-Seins. Bei aller fachlichen Notwendigkeit, hat er die Menschlichkeit nie vergessen. Es war ihm stets ein großes Anliegen im Sinne der pflegebedürftigen Menschen zu agieren. Josef hinterlässt nicht nur als Mensch, sondern auch als Freund, wichtiger Weggefährte und Mitstreiter eine große Lücke. Wir werden ihn in unserer Gemeinschaft sehr vermissen.

‚Liebe sei Tat'

Dieser Leitsatz von Vinzenz von Paul, des Schutzpatrons des Ordens der Barmherzigen Schwestern vom Hl. Vinzenz von Paul, war auch Josefs Leitsatz. Es ist ihm dann gut gegangen, wenn es allen anderen gut gegangen ist. Er war eine Bereicherung, ein Geschenk als Mensch – mit seiner Offenheit und Ehrlichkeit und seiner ruhigen, besonnen, warmherzigen und ausgleichenden Art. Er suchte nie das Trennende, sondern immer das Verbindende. Josef war auch ein guter Zuhörer, interessiert an seinem Gegenüber. „Schauen wir einmal,

es gibt immer eine Lösung für alles", waren stets seine Worte. Nichts konnte ihn aus der Ruhe bringen.

Privat war Josef ein Familienmensch, liebender Ehemann und Vater von 3 Kindern. Als jüngstes von 4 Kindern hat er nach dem Tod seiner Eltern deren kleine Bauernwirtschaft übernommen und voller Begeisterung geführt. Bei aller Verantwortung, die er stets bereit war zu übernehmen, lebte auch eine große Freiheitsliebe in ihm. So galt seine Leidenschaft dem Fliegen und der Freiheit über den Wolken ebenso, wie der Kontrolle über das Flugzeug.

Danke Josef, dass wir dich kennenlernen und ein Stück des Weges mit dir gehen durften. Du hast in so vielen Menschen Spuren hinterlassen. Wir werden den Weg in deinem Sinne weitergehen.

Am 12. September ist Josef Berghofer völlig unerwartet im 56. Lebensjahr aus dem Leben geschieden.Mit ihm verlieren wir einen großartigen Menschen und Wegbereiter des Bundesverbandes Lebenswelt Heim.

Bilder aus guten und schönen, gemeinsamen Tagen. So wollen wir unseren Kollegen und Freund Josef Berghofer in Erinnerung behalten. 2014 richtete die ARGE Burgenland unter seiner Leitung in Eisenstadt den 13. Österreichischen Kongress für Führungskräfte in der Altenpflege aus.

Die NÖ Heime stellen sich vor:

Das PBZ Zwettl

„Das Engagement und der unglaubliche Zusammenhalt im Team hat wesentlich dazu beigetragen, dass wir die für uns alle sehr fordernde Corona-Krise im Haus gemeinsam gut meistern konnten. Wir möchten uns auf diesem Weg bei allen MitarbeiterInnen aufrichtig für ihren großartigen Einsatz und die enge und vertrauensvolle Zusammenarbeit in dieser Zeit bedanken", so Direktor Andreas Glaser und Pflege- und Betreuungsleitung Silvia Neugschwandtner.

Über den Dächern der Bezirksstadt Zwettl liegt im Herzen des Waldviertels auf einem leicht geneigten Nordhang das Pflege- und Betreuungszentrum Zwettl. Eingebettet zwischen Einfamilienhäusern und dem Landesklinikum Zwettl, bietet es einen schönen Ausblick auf die Stadt. Das Haus ist umgeben von einem großen, naturgewachsenen Garten mit einem Biotop, Gehwegen und zahlreichen Plätzchen, die zum Verweilen einladen. Große Bäume spenden den südseitig ausgerichteten Zimmern im Sommer Schatten. Trotz der zentralen Lage wird das Gefühl vermittelt, ländlich im Grünen zu leben.

Die unterschiedlichen Anforderungen und Bedürfnisse, die sich aus dem breiten Versorgungsspektrum von der Langzeitpflege über die rehabilitative Übergangspflege bis hin zum Leben im psychosozialen Wohnbereich ergeben, erfordern viel Kreativität. Sie spiegelt sich auch in den unterschiedlichen Freizeitangeboten wider. Die Aktivitäten reichen vom Garteln, der Kräuterküche, dem gemeinsames Kochen und Verkosten regionaler Spezialitäten bis hin zu Bewegungsgruppen, beschwingten Tanznachmittagen und Heurigenbesuchen. Manche BewohnerInnen haben auch das „Modeln" für unsere Vernissage „Das Ansehen des Alters" entdeckt, was für heitere und abwechslungsreiche Tage gesorgt hat. Für eine aktive Teilhabe der BewohnerInnen am sozialen Leben pflegen wir eine partnerschaftliche Zusammenarbeit mit regionalen Schulen und Vereinen und schätzen die wertvolle Arbeit unserer Ehrenamtlichen. Das Pflege- und Betreuungszentrum Zwettl geht mittlerweile seinem 25-jährigen Jubiläum entgegen. Über die Jahre hat es nichts von seinem familiären, italienischen Landhausflair verloren. Die Wohnbereiche sind gemütlich und persönlich ausgestaltet und fördern Begegnung und Austausch. Mit ihren Wintergärten bieten sie auch Rückzugsmöglichkeit für BewohnerInnen und ihre Angehörigen.

Das Haus strahlt Frohsinn, Wärme und Herzqualität aus, was den vielen engagierten MitarbeiterInnen im Haus zu verdanken ist. Sie orientieren sich in ihrem täglichen Handeln an den Grundprinzipien personenzentrierter Pflege und der Beziehungspflege nach Rüdiger Bauer. Menschen sind Beziehungswesen und auf Beziehung angewiesen. Und aus diesen Beziehungen und der wertschätzenden Zuwendung zu den BewohnerInnen entsteht eine tragfähige Basis für individuelle Pflege. Diese Haltung umspannt alle Wohnbereiche, egal ob in der Betreuung an Demenz erkrankter Menschen oder in der psychosozialen Begleitung von Menschen mit psychiatrischen Grunderkrankungen oder auch in der Zusammenarbeit mit Angehörigen.

Gerade im psychosozialen Betreuungsbereich leben Menschen, die aufgrund ihrer Erkrankung, aber auch ihrer Lebensgeschichte gute Tagesstrukturen, individuelle Beschäftigungs- und Arbeitsangebote, aber im Besonderen auch verlässliche Beziehungen brauchen.

Das Pflege- und Betreuungszentrum Zwettl strahlt Herzlichkeit und gute Stimmung aus.

Steckbrief

Baujahr: 1996
Träger: NÖ Landesgesundheitsagentur
Heimleitung: Direktor Andreas Glaser
Pflegedienstleitung:
Silvia Neugschwandtner, MSc
Kontakt: PBZ Zwettl, Propstei 44, 3910 Zwettl, 02822/51565-757103, pbz.zwettl@noebetreuungszentrum.at
Anzahl der HeimbewohnerInnen: 103
Anzahl der MitarbeiterInnen: 98
Leitsatz der Einrichtung: „Leben entfalten. Ein Leben lang."
Leistungen: Langzeitpflege, Psychosoziale Betreuungsstation, Rehabilitative Übergangspflege, Kurzzeitpflege
Was uns auszeichnet:

- Wir verstehen uns als offenes Haus für BewohnerInnen, Angehörige und Gäste.
- Unser Know-How in der Begleitung von Menschen mit psychiatrischen Erkrankungen, in der Betreuung von Menschen mit Demenz und in der Rehabilitativen Übergangspflege.
- Die Orientierung an den Grundprinzipien personenzentrierter Pflege in den letzten Lebensjahren und der Fokus auf die Beziehungsarbeit.
- Der Einbezug personenzentrierter bzw. lebensphasenorientierter Ansätze in die Führung der MitarbeiterInnen.
- Der Einsatz alternativer Methoden – Aromapflege, Morphokybernetik, Energetik

Preise, Auszeichnungen & Zertifikate:

- E-Qalin Qualitätshaus
- HPCPH
- Gütesiegel Betriebliche Gesundheitsförderung (bereits 4 x erhalten)

Initiativen für Umwelt & Klima:

- Photovoltaikanlage
- Nutzwasserleitung für die WC-Spülungen und die Gartenbewässerung
- Wärmeversorgung über Fernwärme vom Landesklinikum Zwettl
- LED-Beleuchtung
- IONIT-Wandfarbe
- Zusammenarbeit mit regionalen Lieferanten und Firmen

Darauf sind wir stolz:

- Auf die herzliche und familiäre Atmosphäre im Haus.
- Auf die hohe Zufriedenheit der BewohnerInnen und Angehörigen mit der Betreuung und Pflege.
- Auf ein tolles, kreatives Team, das gemeinsam zur Lebensqualität der BewohnerInnen, aber auch zur eigenen Arbeitsqualität beiträgt.
- Auf unsere betriebliche Gesundheitsförderung mit vielen Initiativen für Körper und Geist.

Eine Vision für Ihr Haus und der nächste Schritt dorthin: Kontinuierliche Weiterentwicklung der personenzentrierten Haltung.
Eine Herausforderung: Personelle Nachbesetzungen und das Wecken der Begeisterung für den Pflegeberuf bei jungen Menschen.
Das schönste Kompliment einer Bewohnerin / eines Bewohners: „Wenn ich gewusst hätte, wie schön es hier ist, wäre ich schon viel früher gekommen." oder „Hier bin ich bei meinen Engeln."

Eselbesuch bei Casa Guntramsdorf und Marienheim

So einen Besuch hat es in den Häusern Casa Guntramsdorf und Casa Marienheim noch nie gegeben. Zwei stattliche Esel kamen zu einem gemütlichen Nachmittag in den Garten. Die sanftmütigen Langohren namens Aron und Karel erkundeten zuerst den Garten, dann ließen sie sich von den BewohnerInnen ausgiebig streicheln und kraulen. Schön, dass es so viele Arten von Therapie-Tieren gibt, denn solche Begegnungen mit vielen Streicheleinheiten tun Tier und Mensch gut!

Spiel und Spaß mit dem Schwungtuch im PBZ Gänserndorf

Viel Spaß bereitete den BewohnerInnen des Pflege- und Betreuungszentrums Gänserndorf in den Sommermonaten ein Bewegungs- und Spieletag mit dem Schwungtuch. Luftballons und Bälle wurden miteinander in die Luft geschleudert und sorgten für viel Lachen und gute Stimmung. Die BewohnerInnen hatten ganz viel Spaß, was schließlich auch zu einigen gemeinsamen Liedern anregte.

Maria Rab feierte 106. Geburtstag im SeneCura Sozialzentrum Ternitz

Hoch soll sie leben! Im SeneCura Sozialzentrum Ternitz herrschte Hochstimmung, als Bewohnerin Maria Rab ihren stolzen 106. Geburtstag feierte. Den besonderen Ehrentag zelebrierte die Seniorin im kleinen Kreis mit ihren Liebsten. Auch der Bürgermeister ließ es sich nicht nehmen, dem Geburtstagskind zu gratulieren. Zum Mittagessen gab es gebackene Scholle mit Kartoffelsalat. Den Nachmittag ließ die Jubilarin gemütlich mit Freunden und Familie bei bester Unterhaltung und mit vielen Geschichten und Anekdoten aus ihrem Leben ausklingen.

Kräuterbuschen binden im PBZ Klosterneuburg

Auch dieses Jahr kamen um Maria Himmelfahrt ehrenamtliche MitarbeiterInnen ins PBZ Klosterneuburg, um mit BewohnerInnen Kräuterbuschen zu binden. Die Kräutersegnung an Mariä Himmelfahrt geht auf ein Brauchtum zurück, das bereits lange vor dem Christentum von den Kelten und Germanen gepflegt wurde. Gesammelt werden heilende Kräuter, die uns Gesundheit schenken sollen: Königskerze, Johanniskraut und gelbes Labkraut, Rosmarin, Thymian, Salbei oder Alant und die wichtigsten Getreidesorten sowie alle Ackerblumen.

Pflegezentrum Yspertal: ein Ausflug zum Edlesbergerteich

Das beliebte Ausflugsziel „Edlesbergerteich", nahe Gutenbrunn, steht jedes Jahr auf dem Programm im Pflegezentrum Yspertal. Der ruhige See, eingebettet in die naturbelassene Umgebung des Waldviertels und dazu der kulinarische Genuss mit hausgemachten Mehlspeisen, einem Hauskaffee oder auch einmal einem Bier, das ist wie Urlaub und Erholung pur für die alten Menschen. Der Wirt des Gasthauses „Seewolf" nimmt sich auch immer gerne Zeit für ein Plauscherl mit seinen Gästen.

Grillfest bei den Barmherzigen Brüdern Kritzendorf

Anfang September fand im Hofgarten der Barmherzigen Brüdern Kritzendorf ein Grillfest statt. BewohnerInnen und Angehörige wurden mit Grillspezialitäten und einem Spanferkel sowie kühlen Getränken verköstigt. Für die musikalische Begleitung des Festes sorgten Fredi Stein und die Red Diamonds.

Aufgrund der COVID-19-Verordnung standen nur begrenzte Sitzplätze, vorranging für die BewohnerInnen, zur Verfügung.

Spiel und Spaß an Sommertagen im Pflegezentrum St. Pölten Pottenbrunn

Das große „Mensch ärgere dich nicht“ Spiel, das die Kreativrunde des Pflegezentrums St. Pölten Pottenbrunn gebastelt hat, findet regen Anklang bei den BewohnerInnen. Fast täglich wird ein bis zweimal gespielt und die Teilnehmerinnen haben großen Spaß dabei. Die großen Figuren sind leicht zu greifen und daher ist das Spielen auch für Menschen mit feinmotorischen Problemen möglich. Herzlichen Dank an die Kreativrunde für dieses wunderbare Spiel.

Gedenkstein im PBZ Tulln für Viktor Spitzer

Das PBZ Tulln lud zur Enthüllung eines Gedenksteins für den verstorbenen Viktor Spitzer ein. Zahlreiche ehemalige KollegInnen, MitarbeiterInnen und BewohnerInnen nahmen an der andächtigen Feier teil, die von Seelsorgerin Elfie Haindl moderiert wurde. Viktor Spitzer war 2011 bis 2017 Leiter des PBZ Tulln bevor er im April 2017 bei einem tragischen Unfall überraschend ums Leben kam. Der Gedenkstein wurde von Dir. Regina Berger enthüllt und durch Anton Schwinner, Pfarrer in Pension, gesegnet.

FerialpraktikatInnen im PBZ Retz

Das Pflege- und Betreuungszentrum Retz bot heuer im Sommer zwölf Jugendlichen die Möglichkeit, Erfahrung im Berufsalltag durch ein Ferialpraktikum zu machen. Schon im Juni waren die ersten PraktikantInnen da, im Juli waren fünf im Einsatz und im August kamen nochmals einige. In den Arbeitsbereichen Betreuung, Pflege, Küche und Service waren Julia Elsigan, Denise Egert, Julia Woller, Hana Schober, Selina Pfeifer und Franziska Thyri eingesetzt. Danke, für eure großartige Unterstützung!

Eisköstlichkeiten im PBZ Mödling

„Was darf es sein? Vanille, Haselnuss, Erdbeere oder Zitrone?“ Wie jedes Jahr wurden im PBZ Mödling auch heuer wieder BewohnerInnen, MitarbeiterInnen und Gäste des Hauses mit kühlem Eis erfrischt. Heuer erfreuten die AlltagsbegleiterInnen mit ihren HelferInnen schon Anfang Juli alle Eisfreunde im Garten des PBZ und schenkten zu jeder Eiskugel ein freundliches Lächeln gratis dazu. Die Abkühlung begeisterte sichtlich alle und es schmeckte vorzüglich!

„Terrassen-Konzerte“ im Haus der Barmherzigkeit Urbanusheim

Im Urbanusheim in Poysdorf geht es musikalisch zu: die BewohnerInnen freuen sich über „Terrassen-Konzerte“, die im Garten des Heims abgehalten werden. Es wird gesungen, gespielt und so mancher Musikwunsch erfüllt. Die Live-Musik unter freiem Himmel gab es bisher von Musiker Marcus Bittner sowie den „Thayataler Musikanten“. Beide Konzerttermine haben bei den BewohnerInnen für viel Freude gesorgt!

PBZ Wilhelmsburg: Süßer Germteig mit fruchtigen Marillen

Diesmal hatten die BewohnerInnen des Wohnbereichs 3 im PBZ Wilhelmsburg die Idee, falsche Spiegeleier zu backen. Zuerst wurde ein süßer Germteig hergestellt. Frau Dotter formte den Teig und Frau Posch belegte ihn mit frischen, saftigen Marillen. Herr Walzer bestrich die süßen Spiegeleier vor dem Backen mit verquirltem Ei. Dann wurden sie ins heiße Rohr geschoben. Als sie fertig waren, vollendete sie Herr Walzer mit etwas Staubzucker, bevor sie genüsslich verspeist wurden. Guten Appetit!

Kunst auf Rädern
in den NÖ Heimen

Unter der Leitung von Herbert Fischerauer besuchte das Ensemble von „Kunst auf Rädern" auch das PBZ Scheiblingkirchen und präsentierte das aktuelle Programm „Hereinspaziert" im Rahmen eines Gartenfestes." Hereinspaziert" auch im Sinne von ‚wir freuen uns wieder Gäste bei uns empfangen zu können' – und natürlich unter Einhaltung aller Covid-19 Sicherheitsvorgaben.

Mit Sektempfang und der vom Küchenchef eigens kreierten „Konzertschnitte" begann der von strahlendem Sonnenschein umrahmte Nachmittag.

Für internationales Flair sorgte Starpianist Martin Ivanov. Er begleitete seine KollegInnen zu Schlagermelodien vom Volkslied bis zur Operette. Die bekannten Melodien brachten zum musikalischem Kunstgenuss noch wunderbare Stimmung und Erinnerungen. Den Abschluss bildeten als besonderes Highlight Stücke aus dem Wunschprogramm wie „Adjeu mein kleiner Gardeoffizier", „Buona sera Signoria" und „Komm mit nach Varasdin". BewohnerInnen und MitarbeiterInnen waren gleichermaßen begeistert von den Darbietungen.

„KUNST AUF RÄDERN" will die Herzen derjenigen erfreuen, welche nicht mehr die Kraft oder Möglichkeit haben, selbst eine Theateraufführung oder ein Konzert zu besuchen. Gerade im Alter kann das Hören von Musik Spaß und Geselligkeit erzeugen, zur Bewegung und zum Mitsingen anregen, verborgene Emotionen sichtbar machen und somit Freude und Hilfe, in manchen Fällen sogar Therapie sein.

Um die Tournee durch die Pflegeeinrichtungen auch in diesem Jahr durchführen zu können, unterziehen sich die Ensemblemitglieder regelmäßigen PCR-Testungen. Bei Aufführungen im Innenraum werden Schilder zum Schutz der Anwesenden getragen.

Weitere Infos: www.kunstaufraedern.at

Willkommen im Gartenclub im Pflegehaus St. Louise!

Die Gartentherapie im Pflegehaus St. Louise tut den BewohnerInnen gut. Denn wer sich um Pflanzen kümmert, wird vom Betreuten zum Betreuenden. Es wird gepflanzt, gegossen, gepflegt und geerntet – mit großer Begeisterung und viel Freude der BewohnerInnen. Aus den reifen Früchten bereiten die BewohnerInnen mit Hilfe von Gartentherapeutin Martina Weis Marmeladen, Liköre und andere Köstlichkeiten zu.

Casa Marienheim Baden: Feldmesse im Garten

In der Casa Marienheim gibt es eine wunderschöne Kirche und die Heiligen Messen sind für viele BewohnerInnen ein wichtiger Bestandteil der Woche. Da aufgrund von Covid-19 länger keine Gottesdienste in der Kirche stattfinden konnten, hielt Pfarrer Dr. Pelc im Frühsommer eine Feldmesse im Garten. Das Wetter spielte erst im zweiten Anlauf mit – aber dann wurde es ein stimmungsvoller Gottesdienst und zahlreiche BewohnerInnen kamen gerne in den Garten oder waren auf den Terrassen und Balkonen dabei.

Shopping-Ausflug bei Mater Salvatoris

Eines der vielen Dinge, die Jung und Alt verbinden, ist die Liebe zum Shoppen. Die Augen so mancher Dame beginnen beim Gedanken an Schaufenster, Umkleidekabinen, Einkaufstaschen zu glänzen, egal ob 20+ oder 70+. Seniorenbetreuerin DSP Anja Prudic und Anna Lamberg, die in Mater Salvatoris ihr freiwilliges soziales Jahr absolviert, erzählen uns mit ihren Fotos vom Ausflug in die Merkur-City in Wiener Neustadt. Der Shopping-Ausflug wurde selbstverständlich mit einem Kaffeehausbesuch gekrönt.

Holler-Likör im SeneCura Sozialzentrum Pöchlarn

Holler-Ernte und das liebe Abrebeln: im wunderschönen Rosengarten im SeneCura Sozialzentrum Pöchlarn fanden sich einige BewohnerInnen zusammen, um Hollerbeeren zu ernten und abzurebeln. Der süßliche Duft und das nette Beisammensein waren wunderbar zu beobachten. Ideen für die Weiterverarbeitung wurden geschmiedet und am Schluss haben sich die Damen für einen „Holler-Likör" entschieden – gesagt, getan; am Nachmittag wurde der Likör schon angesetzt – dieser darf nun rasten und bald wird zur Verkostung geladen!

Gelati!!! Gelati!!! Eisnachmittag im PBZ Hainburg

Das Hainburger Eismobil wurde auch diesen Sommer von den BewohnerInnen des PBZ Hainburg sehnsüchtig erwartet. Und so machte es auch gerne wieder Halt vor dem Haus und hat alle mit köstlichem Eis verwöhnt. Es gab sowohl Fruchtiges, wie Zitrone oder Holunder, aber – für Liebhaber cremiger Sorten – auch Kaffee oder Schokolade. So schmeckt der Sommer im PBZ Hainburg! Die Freude der BewohnerInnen war riesengroß.

Grillparty im PBZ Litschau

Ende August lud das PBZ Litschau zu einem gemütlichen Grillnachmittag in den Garten. Zum Essen gab es Käsekrainer, Berner- und Bratwürste mit frisch frittierten Pommes Frites. Praktikantin Selin und Zivildiener Lukas waren für das Mixen der Getränke zuständig. Der Nachmittag wurde musikalisch vom ‚Herrensee Duo' umrahmt. Die Bewohnerinnen und Bewohner sangen und schunkelten begeistert bei den alten Schlagern mit und so mancher schwang das Tanzbein. Ein sehr gelungener Nachmittag mit Wiederholungsbedarf.

Kräuterbuschen binden – lebendiges Brauchtum im PBZ Amstetten

Schon im Juli wurden im PBZ Amstetten fleißig herrlich duftende Kräuter gesammelt: Kornblumen, Salbei, Lavendel, Melisse, Ringelblumen und viele mehr. Das bunte, duftende Kräutermeer zauberte ein Lächeln in die Gesichter der BewohnerInnen. Mit großer Begeisterung wurde über die richtige Anzahl und Auswahl der Kräuter diskutiert. Schließlich wurden KräuterbüscherIn gebunden und in der Küche zum Trocknen aufgehängt. Zu Maria Himmelfahrt gesegnet sollen sie Krankheiten und Unheil fernhalten.

PBZ Perchtoldsdorf: Morgenstund hat Gold im Mund

Der Vision Run - der bekannte Firmenlauf in Niederösterreich – fand in diesem Jahr in einer etwas anderen Form statt und zwar dem 1. Virtual Vision Run. Erstmals fanden sich auch bei uns im PBZ ein paar lauffreudige MitarbeiterInnen, die als Team unter dem Motto #just4fun gerne an den Start gehen wollten. Gleich in der Früh bei Sonnenaufgang ging es in die Weinberge von Perchtoldsdorf. Trotz Anstieg und frühem Aufstehen hatten alle richtig viel Spaß - auch das Maskottchen Ilvy.

Rosmarin rebeln in der Casa Guntramsdorf

Im Garten der Casa Guntramsdorf wächst eine Vielzahl an Blumen und auch Kräuter gedeihen prächtig. Zwei Rosmarinbüsche sind mittlerweile über 1 m hoch und konnten heuer großzügig geschnitten werden. Viele fleißige HelferInnen waren sodann emsig mit Rosmarin rebeln beschäftigt und ein herrlicher Duft durchzog die Hausgemeinschaften. Aus der reichen Ernte wird ein Teil an die Küchen weitergegeben und für den Rest wurden zuletzt noch kreative Ideen gesucht …vielleicht ein köstliches Rosmarinöl?

Grüne Wände

Gut für Mensch, Gebäude, Umwelt, Artenvielfalt und Klima!

Die Pflege- und Betreuungszentren Tulln, Stockerau, St. Pölten und Wolkersdorf bekommen grüne Wände. Das wirkt sich kühlend auf's Mikroklima aus und macht die heißen Sommermonate für die BewohnerInnen und MitarbeiterInnen erträglicher. Grüne Wände und Dächer sind ein Segen – nicht nur für uns Menschen.

Gebäudebegrünungen dämmen hocheffizient, halten Hitze und Kälte draußen und reduzieren so den Energieverbrauch. Weitere positive Effekte: Die Pflanzen reinigen die Luft, binden Feinstaub und bieten Lebensraum für viele Insektenarten.

Im Pflege- und Betreuungszentrum Tulln folgt nach der Fassaden- und Innenwandbegrünung diesen Herbst auch eine Begrünung der Dachterrasse. Die Vorfreude ist groß.

Vor dem Hintergrund des Klimawandels braucht es neue Wege und Lösungsansätze der Hitze entgegenzuwirken. Denn die steigende sommerliche Hitze führt zu Beeinträchtigungen der Lebensqualität und des Wohlbefindens der Bevölkerung, bis hin zu gesundheitlichen Folgen - vor allem bei hochaltrigen Menschen.
Besonders urbane Gebiete heizen sich durch Beton, Asphalt und Glas stark auf. In diesen Hitzeinseln schaffen Begrünungen als naturnahe Klimaanlagen Abhilfe. Sie beeinflussen das Mikroklima maßgeblich und senken die gefühlte Temperatur signifikant. Deshalb wurde das Projekt „Green: Cool & Care" ins Leben gerufen. In den Pflege- und Betreuungszentren Tulln, Stockerau, St. Pölten und Wolkersdorf werden jetzt umfassende Begrünungen umgesetzt.

Projekt „GREEN: Cool & Care"

Das von der TU Wien unter Univ. Prof. Dipl.-Ing. Dr. techn. Azra Korjenic geleitete Projekt „GREEN: Cool & Care" beschäftigt sich mit innovativen Begrünungslösungen und zeigt Wege zu einer Optimierung von mikroklimawirksamen Maßnahmen und Handlungsfelder für die Wohn- und Pflegeheime von Morgen auf. Dabei werden Begrünungen in Abstimmung mit den Bedürfnissen, Wünschen und Anforderungen der Personen, die in den Pflege- und Betreuungszentren wohnen und tätig sind, erarbeitet und etabliert. „Es ist ein Leuchtturmprojekt für das Zusammenspiel von technischen mit sozialen Innovationen", freut sich Prof. Azra Korjenic. Der Begrünungsprozess wird wissenschaftlich begleitet, sowohl von technischer als auch von sozial- und pflegewissenschaftlicher Seite. Besonderes Augenmerk liegt auf der inter- und transdisziplinären

Zusammenarbeit von Bauphysik, Bauökologie, Landschaftsplanung, Vegetationstechnik, Sozial- und Pflegewissenschaften sowie den Personen aus den jeweiligen Pflegezentren.

Das Forschungsprojekt wird aus Mitteln des Klima- und Energiefonds gefördert und im Rahmen des Programms „Smart Cities Demo – Living Urban Innovation 2018" durchgeführt." Das Land NÖ, vertreten durch die Abteilung Landeskliniken und Landesbetreuungszentren beim Amt der NÖ Landesregierung, unterstützt das Projekt finanziell. Die Umsetzung erfolgt in den vier NÖ Pflege- und Betreuungszentren Tulln, Stockerau, St. Pölten und Wolkersdorf.

Im Pflege- und Betreuungszentrum Tulln wurden die ersten Begrünungsmaßnahmen erfolgreich abgeschlossen: Die vertikale Begrünung im Bereich der Cafeteria ist mit Grünpflanzen besetzt und erste positive Rückmeldungen

der BewohnerInnen im direkten Gespräch machen Freude. Auch im Innenbereich entstehen im Rahmen des Projekts vertikale Begrünungen sowohl feststehend im Eingangsbereich als auch in Form einer mobilen Wand für alle Bereiche des Pflege- und Betreuungszentrums. Die geplante Begrünung der Dachterrasse stellt den zweiten wesentlichen Teil im Außenbereich dar. Diese wird am Ende des Sommers installiert, da dann die klimatischen Voraussetzungen einen optimalen Start für die Pflanzen begünstigen.

Fassade und Kletterpflanzen

Vertikal zu begrünen ist sehr zu empfehlen, vorausgesetzt man setzt auf die richtige Pflanzenart. Zirka 30 Arten kommen infrage, von anderen sollte man Abstand nehmen. Man unterscheidet zwischen boden- und wandgebundener Begrünung. Die richtige Wahl der Pflanzen ist entscheidend – damit der Bewuchs mit einer Kletterpflanze und ihr Schutz vor Witterungseinflüssen auch für das Gebäude eine Lebensdauerverlängerung bedeutet.

Greening UP!
Nachhaltige Grünpflege, Wartung und Instandhaltung von vertikalen Begrünungen

Vertikale Gebäudebegrünungen werden im städtischen Bereich immer häufiger eingesetzt und erhöhen nachweislich das Wohlbefinden der Menschen im direkten Wohn- und Arbeitsumfeld. Die Pflege vertikaler Begrünungen erfährt jedoch oftmals nicht die notwendige Bedeutung. Aufbauend auf umfassenden Erhebungen und Analysen von bestehenden vertikalen Gebäudebegrünungen in Außenräumen (boden- und systemgebundene Fassadenbegrünungen) und vertikalen Innenraumbegrünungen werden unter dem Titel „greening UP“ daher auch passgenaue Grünpflege-, Wartungs- und Instandhaltungskonzepte erarbeitet und rechtliche Aspekte erörtert. Das im Projekt generierte Wissen wird mithilfe des „greening-UP!“-Wissenspools für BesitzerInnen, BetreiberInnen und NutzerInnen von Begrünungssystemen verfügbar gemacht und durch die Konzeption eines digitalen Tools zur „Ersten Grünen Hilfe“ aufbereitet. Ziel des Projekts ist es, anhand von Best-Practice-Beispielen eine Grundlage zu schaffen, um vertikale Begrünungen langfristig intakt zu halten und infolgedessen großflächige, innovative vertikale Begrünungsvorhaben in den Städten der Zukunft zu ermöglichen.
Das Projekt greenig UP! wird im Rahmen des Programmes „Stadt der Zukunft – 5. Ausschreibung“ gefördert.

ZAHLEN & FAKTEN

70 %
des Energieverbrauches eines unbegrünten Gebäudes werden für Heizen und Kühlen verbraucht.

Durch Begrünungen und ihre natürlichen klimatischen Effekte wird die gefühlte Temperatur gesenkt – bis zu

13 %

Die Lebensdauer von Bauwerksbegrünungen beträgt mehr als

30 Jahre.

Es gibt mehrere über

100 Jahre
alte Dachbegrünungen in Europa.

Grüne Wände zum Genießen. Erste positive Rückmeldungen der BewohnerInnen im direkten Gespräch machen dem Projektteam viel Freude.

Weitere Informationen zum Thema Gebäudebegrünung erhalten Sie auch bei:

GRÜNSTATTGRAU Forschungs- und Innovations- GmbH
www.gruenstattgrau.at

Haus St. Louise der Barmherzigen Schwestern:

Natur schenken - Baumpate werden!

Mit Bäumen ein Stück Natur schenken: Erfrischende Schattenspender und Beitrag zum Klima- und Artenschutz. Im schönen Garten von St. Louise soll schon bald ein Baumlehrpfad entstehen.

Aus dem Haus gehen, die frische Luft spüren und das satte Grün der Bäume genießen. In ihrem Schatten sitzen und einen der saftigen, roten Äpfel pflücken. Ist das nicht ein erfrischender Gedanke? Für die BewohnerInnen in St. Louise wird das Realität. Das Haus St. Louise der Barmherzige Schwestern Pflege GmbH hat ein Baumpaten-Projekt ins Leben gerufen und sucht dafür noch UnterstützerInnen.

Bäume sind beständig und zählen zu den wenigen bleibenden Dingen, die wir unserer Nachwelt hinterlassen können. Oft fehlt jedoch der eigene Garten oder der nötige Platz. Im großen Garten von St. Louise wird ein eigener Bereich geschaffen, wo die neu gepflanzten Bäume den BewohnerInnen Freude schenken und ihnen an heißen Sommertagen Schatten spenden sollen.

Die Bäume werden in Kooperation mit der Gartenbauschule Langenlois in Form eines Baumlehrpfades gepflanzt. Besucherinnen und Besuchern vermittelt er Wissenswertes rund um Bäume im Allgemeinen und gibt interessante Informationen zu den einzelnen Sorten. Jeder der möchte, egal ob Unternehmen oder Privatperson, kann alleine oder gemeinsam mit anderen eine Baumpatenschaft übernehmen. Diese kostet einmalig 200,00 Euro. Die ersten BaumpatInnen konnten bereits gefunden werden!

„Wir möchten einen Beitrag zum Klimaschutz leisten und gleichzeitig unseren Garten für die Bewohnerinnen und Bewohner noch einladender gestalten. Dabei wollen wir besonders ältere Sorten pflanzen, damit diese weiter fortbestehen. Wir freuen uns sehr, wenn Unternehmen aus der Umgebung oder auch Privatpersonen die Patenschaft für einen unserer Bäume übernehmen und unseren Traum vom Baumlehrpfad unterstützen," schildert Gerlinde Göschelbauer, Heim- und Pflegedienstleiterin im Haus St. Louise das Projekt.

Die BewohnerInnen in St. Louise genießen ihren großen Garten in der warmen Jahreszeit nahezu täglich.

Fotos: Credit Barmherzige Schwestern Pflege GmbH/Media-N

5 gute Gründe für eine Baumpatenschaft

- **Klimaschutz**: Je mehr CO2 in die Atmosphäre gelangt, desto heißer wird es auf der Erde. Wetterextreme wie Hitze und Trockenheit aber auch Starkregen sind Folgen des Klimawandels. Bäume binden CO2 und wandeln es mittels Photosynthese in Sauerstoff um. So helfen sie, unseren täglichen Schadstoffausstoß ein Stück weit zu kompensieren.

- **Artenvielfalt**: Bäume bieten Lebensraum für Vögel, Insekten, Mikroben und andere Pflanzenarten. Viele alte Baumarten sind zudem selten geworden und teils vom Aussterben bedroht. Nur wenn diese Bäume weiterhin als Setzlinge ausgepflanzt werden, können sie gerettet werden.

- **Wasserspeicher**: Bäume sind lebendige Wasserspeicher und schützen ihre Umgebung an heißen Sommertagen vor dem Austrocknen. Ein mit Bäumen, Wildblumen und Sträuchern bewachsener Boden arbeitet wie ein Schwamm, gibt Wasser nur langsam und gefiltert ab und sichert so in längeren Trockenphasen den Grundwasserbestand.

- **Lehrpfad**: Bäume umarmen und Wissenswertes erfahren. Auf einem Baumlehrpfad können Erwachsene und Kinder österreichische Baumarten kennen lernen und entdecken teils alte, in Vergessenheit geratene Sorten.

- **Natur schenken**: Bäume wirken sich positiv auf die Gesundheit aus. Wer sich viel in der Natur aufhält, tut Körper und Geist etwas Gutes. Das Baumprojekt hilft, den Bewohnerinnen und Bewohnern diese Natur noch ein Stück näher an ihr Zuhause zu bringen.

Wie werde ich Pate?

Wenn Sie Interesse an einer Baumpatenschaft haben, wenden Sie sich gerne an Gerlinde Göschelbauer, Heim- und Pflegedienstleiterin in St. Louise, unter +43 2772 52497-4000 oder gerlinde.goeschelbauer@bhs.or.at

Die Patenschaft für einen Baum kostet 200,00 Euro und beinhaltet:

- den Baum,
- die Pflanzung,
- eine Namensplakette für den Baum (wenn gewünscht) und
- eine Urkunde für die Baumpatenschaft.

Baumpatenschaft & noch mehr: Eine herrlich blühende Naturwiese!

Auch eine wunderschöne Naturwiese – zertifiziert durch die „Natur im Garten" Initiative, gibt es im Haus St. Louise. Naturwiesen sind dekorative Gartenelemente und bieten zahlreichen Tieren Lebensraum und Nahrung. In der Kulturlandschaft ist dieses Ökosystem allerdings selten geworden. Das bringt unsere Artenvielfalt in Gefahr, immer mehr Arten drohen auszusterben. Intensive Düngung auf Weiden und Mähwiesen fördern nur einige wenige Kräuter wie Löwenzahn oder Hahnenfuß.

Im Haus St. Louise entschied man sich daher eine vielfältige Naturwiese anzulegen. Zum Bestaunen für die BewohnerInnen und als wertvollen Lebensraum für Bienen & Co.

Auch eine vielfältige Naturwiese des Hauses St. Louise bietet zahlreichen Tieren Lebensraum und Nahrung.

Fotos: Credit Barmherzige Schwestern Pflege GmbH/Media-N

Freiwilligenprojekt des Europäischen Solidaritätskorps in NÖ Heimen

„Ich bin glücklich mit meinem Abenteuer!“

Die Pflege- und Betreuungszentren Gloggnitz, Mödling und Herzogenburg machten in den letzten Monaten erste Erfahrungen mit einer neuen Initiative der EU, dem Europäischen Solidaritätskorps. Das Programm bietet jungen EuropäerInnen u.a. die Möglichkeit, an einem Freiwilligeneinsatz teilzunehmen, der Gemeinschaften und Menschen in ganz Europa zugutekommt. Die jungen Menschen, zwischen 18 und 30 Jahren, verbringen bis zu zwölf Monate an ihrem Einsatzort.

Carla Posada Riosalido aus Spanien und Liva Levane aus Lettland sind über den Europäischen Solidaritätskorps ins Pflege- und Betreuungszentrum Mödling gekommen und leisten hier Freiwilligenarbeit. Wie sehr alle diese Zeit genießen – die jungen Damen wie auch die BewohnerInnen – zeigen die Bilder!

Das Programm Europäische Solidaritätskorps (ESK) wird von der EU gefördert und schafft für freiwillig engagierte junge EuropäerInnen neue Chancen. Bereits mit 17 Jahren können sie sich für das Projekt bewerben. Eine Teilnahme ist erst möglich, wenn sie volljährig, jedoch unter 30 Jahre alt sind. Zwischen zwei und zwölf Monate verbringen die jungen Menschen dann an ihrem Einsatzort.

Vor dem Projektstart in NÖ

Das ESK-Projekt wurde in Kooperation mit der Jugend:INFO Niederösterreich umgesetzt. Bevor die drei ersten NÖ Pflege- und Betreuungszentren starten konnten, mussten sie sich als Einsatzstelle bei der Nationalen Agentur Erasmus und Bildung für die Einsätze zertifizieren lassen.

Bei diesem Prozess wurden sie vom Land NÖ, der Abteilung Landeskliniken und Landesbetreuungszentren, sowie dem Leiter der Jugend:Info Niederösterreich bestens unterstützt. „Nach der erfolgreichen Zertifizierung konnten wir unsere freiwilligen Plätze EU weit ausschreiben und waren auf die ersten Rückmeldungen gespannt. Kontakt und Bewerbungsgespräche wurden über Whatsapp oder ähnliche Plattformen abgewickelt“, erzählt Gerhard Reisner, Direktor des Pflege- und Betreuungszentrums Mödling. Er ist Initiator des Projektes in den NÖ Heimen. Nach der Auswahl der zukünftigen Freiwilligen, waren Ankunft, die Unterkunft und der erste Tag im Haus zu planen. „Jetzt sind die Freiwilligen gut eingearbeitet und haben uns gerade in der Krisensituation Covid-19 großartig unterstützt. Sie werden in unseren Häusern in der Alltagsbetreuung eingesetzt und sind für die Betreuung unserer BewohnerInnen mitverantwortlich“, berichtet Gerhard Reisner.

Damit die Freiwilligen die deutsche Sprache erlernen bzw. ihre Sprachkenntnisse verbessern und sich dann auch besser einbringen können, werden ihnen Sprachkurse angeboten. „Gute Beziehungsarbeit überwindet auch unterschiedliche Sprachen, das hat sich eindeutig bewiesen“ zeigt sich Reisner überzeugt.

Was sagen die jungen EuropäerInnen?

„Ich bin Liva Levane, bin 28 Jahre alt und ich komme aus Lettland. Ich habe Ökonomie und Wirtschaft in Lettland und den Niederlanden studiert und danach in einer Firma in der Personalabteilung gearbeitet. Seit Jänner bin ich eine Freiwillige im Pflege- und Betreuungszentrum Mödling. Mir ist wichtig, Gutes zu tun. Das strebe ich in meinem Alltag und meiner Karriere an, auch wenn es „nur“ ein Dankeschön oder ein Lächeln für einen Fremden ist. Für etwas Größeres zu stehen und mitzuhelfen, war schon immer Motivation für mich. Daher sah ich die Freiwilligenarbeit als eine großartige Gelegenheit. Vor ein paar Monaten schien dann der richtige Zeitpunkt zu sein, endlich die Gelegenheit nutzen und ich bin froh, dass ich es getan habe!

Ich fordere mich immer gerne heraus und lerne neue Menschen und Kulturen kennen. Europäisches Solidaritätskorps (ESK) Freiwilligenprojekte sind definitiv eine wertvolle Lernerfahrung. Außerdem hatte ich Grundkenntnisse der deutschen Sprache und wollte sie hier verbessern. Da es für mich eine der besten und schönsten Möglichkeiten ist neue Leute kennenzulernen und neue Orte zu besuchen, bin ich wirklich froh, Teil von ESK zu sein. Besonders freue ich mich, dass ich während der herausfordernden Zeit von Covid-19 im Team des Pflegeheims mithelfen kann. Mit den BewohnerInnen des Hauses zusammensein und beitragen zu können, ihren Tag besser zu machen, ist eine sehr schöne Erfahrung für mich, . Die BewohnerInnen

haben mir jedoch definitiv genauso geholfen, weil sie meine Freunde und „Familie" hier in Mödling sind."

Enora Cloarec engagiert sich im Pflege- und Betreuungszentrum Gloggnitz.
„Ich heiße Enora Cloarec, bin 22 Jahre alt, und komme aus Frankreich. Geboren wurde ich in der Bretagne, wo ich auch die Schule bis zu meinem 18. Lebensjahr besuchte. Schon bald stellte ich fest, dass Sprachen meine Leidenschaft sind und habe im Bereich angewandte Fremdsprachen meinen Bachelor gemacht. Zusätzliche Fächer waren Recht, Wirtschaft und Marketing. Dank des Bachelors bot sich mir die Möglichkeit, nach Deutschland und die USA zu reisen. Nach dem Studium hatte ich keine Idee worin ich mich weiterbilden sollte. Da habe ich von diesem Europäischen Projekt gehört und mir gedacht, dass es eine gute Möglichkeit wäre, mein Deutsch zu verbessern und etwas ganz Neues zu probieren. Da hat mich die persönliche Betreuung von Menschen und das Projekt, das vom Pflege- und Betreuungszentrum Gloggnitz angeboten wurde, besonders interessiert.
Ich wurde vom ersten Tag an herzlich aufgenommen und fühle mich sehr wohl. Dorota Kurzak und Maria Kosak organisieren wöchentlich Aktivitäten für die BewohnerInnen und ich unterstütze sie. Am Mittwoch steht zum Beispiel Gymnastik am Programm. Diese Stunde versuche ich bereits alleine mit den BewohnerInnen zu gestalten. Am meisten begeistert es mich, wenn alle mitmachen, lachen und Freude haben. Wenn es einmal keine geplanten Aktivitäten gibt, spiele ich mit den BewohnerInnen oder plaudere mit ihnen. Die Zeit vergeht wie im Flug.
Zum Schluss kann ich sagen, dass ich glücklich mit meinem Abenteuer bin, weil die Leute hier super sind. Es gibt immer etwas Neues zu sehen oder zu machen. Die Aktivitäten machen viel Spaß, und ich kann jeden Tag Deutsch sprechen."

Und was meinen die BewohnerInnen?
Erika Karall wohnt im Pflege- und Betreuungszentrum Gloggnitz und erzählt nur Gutes. „Enora ist ein bezaubernder Mensch. Trotz ihrer Jugend ist sie sehr empathisch mit uns BewohnerInnen umgegangen. Sie hat zahlreiche Stunden mit mir und anderen BewohnerInnen im Garten verbracht, vertieft in vielerlei Gespräche. Wir freuen uns sehr, dass sie für uns da war."

Auch im PBZ Gloggnitz zeigen sich alle begeistert von diesem neuen, europäischen Freiwilligenprojekt und Enora Cloarec genießt die Zeit sichtlich.

Auch Wolfgang Hornig wohnt im Pflege- und Betreuungszentrum Gloggnitz und erzählt gerne über seine Zeit mit Enora. „Da ich gerne wandere und spazieren gehe, war ich jeden Mittwoch mit Enora unterwegs und habe ihr Gloggnitz und die Umgebung gezeigt. Sie war immer sehr interessiert und bewunderte meine Kondition. Einmal marschierten wir sogar von Gloggnitz nach Schottwien! Ich selbst war in meinem Leben beruflich wie privat in sehr vielen Ländern. Nach Frankreich bin ich nie gekommen. So konnte mir Enora einiges über ihre Heimat erzählen. Und da lauschte ich dann interessiert."

Begeisterung über die jungen EuropäerInnen herrscht auch im Pflege- und Betreuungszentrum Mödling, BewohnerInnen wie MitarbeiterInnen schwärmen geradezu von ihnen:
„Die jungen Mädels sind wirklich super. Die bringen einen Schwung!" (Herr S., 68 Jahre)
„Der Tag, an dem ich Livas Eltern aus Lettland persönlich kennenlernen durfte, war für mich der schönste hier im Haus." (Herr Dr. J., 90 Jahre).
„Wenn die Kleine kommt, dann soll sie auf jeden Fall zu mir kommen. Wir wollen spazieren gehen." (Frau H., 90 Jahre)
„Sie ist einfach ein Schatz!" (Pflege- und Betreuungsmanagerin des Hauses)
„Sie hat so ein Temperament! Das ist toll." (Ehrenamtliche Mitarbeiterin des Hauses).

Studienpräsentation:

COVID-19 in Alten- und Pflegeheimen

MMag. Dr. Elisabeth Rappold von der Gesundheit Österreich GmbH präsentierte die Studie „COVID-19 in Alten- und Pflegeheimen". Während in Österreich 0,3 Prozent der HeimbewohnerInnen verstorben sind, sei dieser Anteil in Schweden mit zwei Prozent oder Belgien mit 3,7 Prozent deutlich höher, erklärte Rappold.

Bis zum 22. Juni 2020 verstarben in Summe 260 BewohnerInnen von Pflegeeinrichtungen an COVID-19, dies entspricht einem Anteil von rund 36,8 Prozent an allen bis zu diesem Zeitpunkt verstorbenen COVID-19-Fällen in Österreich. In einigen Ländern habe der Anteil der BewohnerInnen aus Alten- und Pflegeeinrichtungen bis zu 60 Prozent der Gesamttodesfälle ausgemacht.

Download der Studie: file:///C:/Users/user/Downloads/COVID19_APH_final_Stand%204.8.2020.pdf

Die Gesundheit Österreich GmbH (GÖG) erstellte im Auftrag des Bundesministeriums für Soziales, Gesundheit, Pflege und Konsumentenschutz (BMSGPK) eine Studie, in der die epidemiologischen Daten zu Infektionen und Todesfällen in den Einrichtungen der stationären Langzeitpflege im Zusammenhang mit COVID-19 analysiert wurden. Im internationalen Vergleich zeigt sich, dass die gesetzten Maßnahmen dazu beigetragen haben, die Zahl der COVID-19-Fälle in österreichischen Alten- und Pflegeheimen bisher niedrig zu halten. Zusätzlich beschreibt die Studie auch die Ergebnisse einer Online-Befragung und von zwei Fokusgruppen zur Umsetzung der empfohlenen Schutzmaßnahmen in den Alten- und Pflegeheimen und regt eine Diskussion über geeignete zukünftige Strategien zum Schutz dieser Einrichtungen an.

Bis zum 22. Juni 2020 wurden insgesamt 923 SARS-CoV-2-Infektionsfälle in stationären Alten- und Pflegeheimen erfasst, dies entspricht rund 1,3 Prozent aller Bewohnerinnen und Bewohner (kumulative Inzidenz). In Summe infizierten sich in 117 Einrichtungen Bewohnerinnen und Bewohner mit SARS-CoV-2. Das hauptsächliche Infektionsgeschehen in Alten- und Pflegeheimen verläuft annähernd parallel zum bundesweiten Epidemieverlauf. Die Vulnerabilität von Menschen in Alten- und Pflegeheimen wird besonders am hohen Anteil an COVID-19-Todesfällen sichtbar: Mehr als die Hälfte aller Frauen, die aufgrund von COVID-19 in Österreich verstarben, lebten in Alten- und Pflegeheimen (52,1 %), ebenso ein Viertel aller Männer (24,5 %). Bis zum 22. Juni 2020 verstarben in Summe 260 Bewohnerinnen und Bewohner an COVID-19, dies entspricht einem Anteil von rund 36,8 Prozent an allen bis zu diesem Zeitpunkt verstorbenen COVID-19-Fällen in Österreich.

Die Maßnahmen, die in Alten- und Pflegeheimen in Österreich gesetzt wurden, haben dazu beigetragen, dass der Anteil an COVID-19-Fällen in diesen Einrichtungen im internationalen Vergleich niedrig ausfällt. Die verstärkte Aufmerksamkeit für diesen Bereich zeigt sich auch in einer umfassenden Screening-Strategie für Pflegekräfte und BewohnerInnen. Sie ist ein wichtiges Mittel, um auch bei einem möglichen höheren Infektionsgeschehen in der Lage zu sein, Infektionsfälle rasch zu identifizieren und entsprechend zu reagieren.

Eine der ersten und wesentlichen Schutzmaßnahmen in Österreich war „physical distancing". Zum Schutz der Risikogruppe der älteren Menschen wurden Besuchsbeschränkungen in Pflegeheimen in allen Bundesländern Mitte März 2020 umgesetzt. Darüber hinausgehend wurden vom BMSGPK Empfehlungen zum Umgang mit SARS-CoV-2-Infektionen mit Relevanz für den Langzeitpflegebereich publiziert, in der Folge auch Empfehlungen für Lockerungsmaßnahmen. Um die Umsetzbarkeit und Praktikabilität dieser Empfehlungen in den Pflegeheimen evaluieren zu können, wurde eine systematische Umfrage gestartet. Bis zu 90 % der befragten Institutionen geben an, die Empfehlungen zu kennen, und nahezu alle, die sie kennen, haben sie auch umgesetzt.

Aus der Umfrage ergeben sich auch Maßnahmenvorschläge, die dazu beitragen sollen, für eine ähnliche Situation in Zukunft möglichst gut vorbereitet zu sein. Dabei sind fünf Themenbereiche angesprochen:

- Rahmenbedingungen für Pflege in Krisensituationen
- Personal in Alten- und Pflegeheimen
- Kooperationen und Zusammenarbeit
- Partizipation und Selbstbestimmung von Bewohnerinnen und Bewohnern
- Forschungsarbeiten zu COVID-19

Das war der Sommer

in Niederösterreichs

Alten- & Pflegeheimen

Alltagsbegleitung
im PBZ Gutenstein

Die Alltagsbegleitung ist – neben der Pflege – ein wesentlicher Teil der ganzheitlichen Betreuung der BewohnerInnen in unseren Pflege- und Betreuungseinrichtungen. Mit einer Vielzahl an Tätigkeiten werden soziale, geistige und motorische Fähigkeiten gefördert. Gemeinschaft wird gepflegt, Integration – nach Innen und Außen – unterstützt.
Ein buntes Tages- und Aktivitätenprogramm, Ausflüge und die Veranstaltungen im Jahreskreis sorgen für Abwechslung und mehr Lebensfreu(n)de.

Olga Lepkowicz aus dem PBZ Gutenstein erzählt über ihren abwechslungsreichen und bereichernden Beruf:
Ich bin seit 2008 im PBZ Gutenstein tätig, wo ich 12 Jahre lang als Diplomierte Gesundheits- und Krankenpflegerin gearbeitet habe. Da meine drei Töchter nun alle ein Internat besuchen und ich oft Wochenenddienste leisten musste, fehlte mir Zeit mit meiner Familie. Einerseits liebe ich die Arbeit mit den alten Menschen, andererseits suchte ich nach einem Beruf mit geregelten Dienstzeiten. Durch eine Pensionierung ergab sich heuer für mich die Möglichkeit, mich als Managerin Ehrenamt und Alltagsbegleitung neu zu orientieren.

Das Schöne an diesem Beruf ist, Zeit mit Menschen zu verbringen – sich Zeit für die BewohnerInnen zu nehmen, um auf ihre individuellen Bedürfnisse und Wünsche einzugehen.

Das Schöne an diesem Beruf ist, Zeit mit Menschen zu verbringen – sich Zeit für unsere BewohnerInnen zu nehmen, um auf ihre individuellen Bedürfnisse und Wünsche einzugehen. Zeit, die die ich als Pflegekraft nicht hatte. Ich sehe es als meine Aufgabe, unsere BewohnerInnen rundum zu versorgen und darauf zu schauen, dass sie sich wohl und zu Hause fühlen. Und wenn ich dann in der Früh in den Wohnbereich komme und mir die BewohnerInnen zulächeln und zuwinken und ich ein Glitzern in ihren Augen sehe, dann weiß ich, ich bin angekommen – sie akzeptieren mich.
Zu Beginn habe ich sehr viel Literatur über Betreuungsarbeit gelesen. Ich habe mir auch einige andere Pflege- und Betreuungszentren in Niederösterreich und im Burgenland angesehen, um mir einen guten Überblick zu verschaffen. Mit der Zeit habe ich herausgefunden, dass es am meisten Mehrwert bringt, einfach für die BewohnerInnen da zu sein, auf ihre Wünsche einzugehen und viel über ihre Vergangenheit zu erfahren. Wenn ich BewohnerInnen frage: „Wie war das früher?“ Dann freuen sie sich, dass es jemanden gibt, der sich für sie und die Zeit, in der sie gelebt

Berufe mit Herz

haben, interessiert. Die Biografiearbeit stellt eine wichtige Grundlage in der Betreuungsarbeit dar. In interdisziplinärer Zusammenarbeit mit dem Pflegepersonal erarbeiten wir die Lebensgeschichten der BewohnerInnen. Anhand ihrer Vorlieben aber auch Abneigungen kann ich auf die Fähigkeiten und Interessen der BewohnerInnen individuell eingehen und danach die Tagesgestaltung planen.
Die einen freuen sich auf Gedächtnisrunden, die anderen erfreuen sich an Gartenarbeit. Bei den Turnrunden kommt ein spielerischer Zugang besonders gut an. Musikalische Aktivitäten sind sehr beliebt, auch wenn ich nicht gut singen kann, aber die BewohnerInnen verzeihen mir das und singen eifrig mit. Alles rund ums Essen und Backen kommt immer gut an – besonders bei den Damen. Sie waren ihr ganzes Leben Hausfrauen. Sie haben sehr sparsam gelebt und waren es gewohnt, alles zu verwerten. So backen wir regelmäßig Apfelstrudel, Polsterzipf, machen Marmelade, Sirup oder Eierlikör selbst. Letzte Woche haben wir Grammelschmalz hergestellt und verkostet. Mein Ansatz ist, vorhandene Ressourcen zu fordern und zu fördern. Es geht darum, dass die BewohnerInnen einen Sinn in ihrem Dasein entdecken. Dass das was sie tun, wertgeschätzt wird. Wenn unsere BewohnerInnen merken: „Ich kann noch was und es gibt jemanden der sich dafür interessiert und das auch zu schätzen weiß.“, dann stärkt das ihr Selbstwertgefühl und erhöht ihre Lebensfreude.

Darum bin ich bemüht herauszufinden, welche Aufgabengebiete zu welchen BewohnerInnen passen. So habe ich zum Beispiel einen Bewohner, der Gartenarbeit liebt gefragt, ob er die Blumen im Wohnbereich regelmäßig gießen möchte. Er fühlt sich gebraucht und hat Freude, eine sinnvolle Aufgabe übernehmen zu dürfen.

In der Coronazeit war ich nur auf einem Wohnbereich tätig, sowie meine Kollegin auch. Ich verbrachte täglich 8 Stunden mit den gleichen Menschen. Dadurch entstanden eine gewisse Nähe und ein sehr familiäres Arbeiten. Ich hatte Zeit, mit jedem/r BewohnerIn eine intensive Zeit zu verbringen. Wenn jemand bei den Gruppenaktivitäten nicht mitmachen wollte, so habe ich mich später mit diesen BewohnerInnen in Ruhe unterhalten oder Karten gespielt. Ich muss sagen, dass das Arbeiten auf nur einem Wohnbereich von großem Mehrwert war. Ich würde mir für die Zukunft wünschen, dass mehr Dienstposten für diesen essentiellen Beruf geschaffen werden – zum Wohle und zur Erhöhung der Lebensqualität unserer BewohnerInnen im Sinne einer individuellen Betreuung.

Ein buntes Tages- und Aktivitätenprogramm, Ausflüge und die Veranstaltungen im Jahreskreis sorgen für Abwechslung und mehr Lebensfreu(n)de.

Jahrhundertmenschen

in Niederösterreichs Pflegeheimen (Teil 10)

Sie haben das 20. Jahrhundert erlebt und überlebt – manche von ihnen in den letzten Atemzügen der Monarchie, mit zwei Weltkriegen, Zerstörung und Aufbau. Vor 101 Jahren wurde Österreich zur Republik. Die Jahre danach: mehr als turbulent. Am 8. Mai 1945 endete in Europa der Zweite Weltkrieg. Und dann, die europäische Integration, das erfolgreichste Friedensprojekt der (neueren) Geschichte – 2020 jähren sich 75 Jahre Frieden, das hat es in Europa zuvor noch nicht gegeben! Sie sind Jahrhundertmenschen, die über 100-Jährigen in unseren Pflegeeinrichtungen. Über einen Mangel an Geschichte können sich Österreich und unsere über Hundertjährigen nicht beklagen. Rund 75 von ihnen leben heute in NÖ Pflegeeinrichtungen.

1940, während eines Kriegsurlaubes heiratete das junge Paar und am 15. August 1941 erblickte der gemeinsame Sohn das Licht der Welt. Doch das Glück währte nicht lang. Am 3. Jänner 1943 fiel Maria Hochthaners Mann in Russland.

Maria Hochenthaner, geborene Fahrnecker, wurde am 2. Juli 1915 in Langmannersdorf im Bezirk St. Pölten als zweite von vier Schwestern in einem Bauernhaus geboren. Von 1914 bis 1918 tobte der erste Weltkrieg. Es war eine schwere Zeit und voller Arbeit. Hungern musste die Familie jedoch nie.
Ihre Eltern sprach Maria Hochenthaner noch per Sie an. Sieben Jahre besuchte sie die Volkschule in Weißenkirchen. Dann entschied sie sich 1938 im Stift Herzogenburg als Hilfsköchin zu arbeiten. Es dauerte nicht lange und es zog sie in ihren Heimatort und auf den Bauernhof ihrer Eltern zurück, wo sie kräftig mitarbeitete. 1939 verliebte sie sich in einen jungen Mann. Kurz darauf brach jedoch der zweite Weltkrieg aus. Ihre große Liebe erhielt einen Einsatzbefehl und zog in den Krieg. 1940, während eines Kriegsurlaubes, wurde Maria Hochenthaner seine Braut und am 15. August 1941 erblickte der gemeinsame Sohn Adolf das Licht der Welt. Er war ihr größtes Glück, auch wenn sie ihn unter schweren Bedingungen alleine großziehen musste. Denn auch nach dem Krieg, 1945, war die Liebe nicht auf ihrer Seite. Ihr Mann galt in Russland als vermisst. Erst 1972 wurde er durch einen rechtskräftigen Bescheid des Kreisgerichtes St. Pölten für tot erklärt. Festgestellter Todesstag: 3. Jänner 1943.

Maria Hochenthaners Mutter Josefa, geboren 1875, verstarb 1949 im Alter von 74 Jahren. Ihr Vater Johann, geboren 1869, erreichte das stolze Alter von 99 Jahren und starb 1968.

Gemeinsam mit ihrem Sohn Adolf und ihrer Schwiegertochter Theresia errichtete Maria Hochenthaner 1964 ein Einfamilienhaus in Langmannersdorf, wo sie dann auch miteinander wohnten. Es folgten fünf Enkelkinder. Maria Hochenthaner war stets eine große Unterstützung bei der Erziehung und im Haushalt, da beide Elternteile berufstätig waren.

„Wenn wir mal wieder unsere Stricksachen für die Schule nicht fertig hatten, konnten wir uns immer auf unsere Oma verlassen, denn am nächsten Tag war die Arbeit getan", erinnern sich ihre Enkeltöchter Doris und Sieglinde. „Mit unserem kleinen Bruder Gerald machte Oma stets die Leseaufgabe. Sie war immer für uns da, ob wir Hunger hatten, sich jemand von uns verletzt hatte oder es Streitereien unter uns Geschwistern gegeben hat. Bei fünf Enkel-

kindern war natürlich immer etwas los. Oma teilte auch gerne ihr Bett mit uns", erinnern sie sich heute.

Doch damit nicht genug, auch im Weingarten und beim Heurigen ihres Sohnes half sie stets gut gelaunt mit und war bei jedem Spaß dabei. Keine Arbeit war ihr zu viel.

Ihren Urlaub verbrachte Maria Hochenthaner gerne mit ihrer jüngeren Schwester Barbara in Italien, in Lignano. „Einmal durfte auch ich mitfahren", erzählt ihre Enkelin Ilse.

Gerne traf sich Maria Hochenthaner auch mit ihren Freundinnen aus der Ortschaft. Der regelmäßige Besuch beim Gottesdienst war ihr sehr wichtig. „Wenn wir Kinder dann in der Kirche nicht brav waren, konnte sie schon auch mal grantig werden, was bei unserer Oma sonst nicht vorkam", erzählt ihre Enkelin Ilse und ergänzt: „Sonntagnachmittags fuhr sie immer mit ihren Freundinnen zum Heurigen".

Endlich in Pension, sorgte sich Maria Hochenthaner weiterhin um andere und pflegte in der Nachbarortschaft eine ältere Dame.

Bis ins hohe Alter von 98 Jahren war sie weitgehend selbstständig und versorgte mit Hilfe ihrer Familie den Haushalt. Im Mai 2013, nachdem sich ihr Gesundheitszustand verschlechtert hatte, wurde sie im Martinsheim in Herzogenburg aufgenommen.

Trotz ihres hohen Alters, nimmt sie nach wie vor an vielen Aktivitäten im PBZ Herzogenburg teil – an Muttertagsfeiern, Faschingsfesten und diversen anderen Veranstaltungen. Auch der wöchentliche Gottesdienst ist ihr bis heute sehr wichtig. Ihre immer freundliche und zufriedene Art wird vom Pflegepersonal sehr geschätzt.

Maria Hochenthaner legt bis heute auch sehr großen Wert auf ihre Kleidung, ihre Frisur und ein gepflegtes Aussehen. Über Jahrzehnte aß sie täglich einen Apfel, was ihr vielleicht im Laufe des Lebens den einen oder anderen Weg zum Arzt erspart hat.

Auch heute ist sie mit ihrem Rollstuhl noch viel unterwegs und am liebsten die Erste, die in der Früh aufsteht und die Letzte, die abends schlafen geht. Denn wie sie sagt: „Im Bett sterben die Leut". Auch geistig ist Maria Hochenthaner mit Ihren 105 Jahren noch fit. Alt zu werden, scheint in der Familie zu liegen. Auch wenn ihre jüngste Schwester 2019 verstorben ist, so brachte auch sie es auf stolze 103 Jahre alt.

Am 2. Juli 2020 trafen einander fünf Generationen zu einem besonderen Fest. Maria Hochenthaner feierte im Kreise ihrer Familie ihren 105. Geburtstag. Sie hat heute einen Sohn, fünf Enkelkinder, neun Urenkeln und sieben Ur-Urenkeln.
„Wenn man Oma fragt, wie sie es geschafft hat so alt zu werden, lächelt sie nur", erzählt ihre Enkelin Ilse und meint schmunzelnd „ob es vielleicht daran liegt, dass sie nie wieder geheiratet hat? Wir sind dankbar, dass wir unsere Oma haben und wünschen ihr noch viele schöne und gesunde Jahre!"

Ihren 105. Geburtstag feierte Maria Hochenthaner im Kreise Ihrer Familie und freute sich sichtlich über die vielen Glückwünsche.

Natur erleben mit allen Sinnen

Der Wohlfühlgarten im PBZ Hollabrunn

Der Wohlfühlgarten im Pflege- und Betreuungszentrum Hollabrunn ist für die BewohnerInnen ein erweiterter Lebensraum. Hier können die alten Menschen die Natur auf vielfache Weise erleben und sich wohl fühlen. Das Schöne daran ist, dass der Garten zahlreiche Anknüpfungspunkte zu früheren Tätigkeiten der alten Menschen gibt. Damit schenkt er nicht zuletzt auch Sicherheit durch Vertrautheit wie die Möglichkeit, täglich Neues zu entdecken.

Viel Freude macht den BewohnerInnen das Garteln ...

Der Garten wird auf unterschiedlichste Weise genutzt, ob zum selber Garteln, zum Beobachten und die Natur bestaunen, zum Gespräch und Austausch mit anderen BewohnerInnen oder intergenerationell mit Kindern und Jugendlichen, die auf Besuch kommen sowie zur Interaktionen zwischen Mensch und Tier.

Besonders gerne helfen die BewohnerInnen beim Garteln mit oder schauen einfach nur zu und geben gute Tipps. Gemeinsam werden die Hochbeete bepflanzt und betreut. Durch die spezielle Konstruktion der Hochbeete können auch SeniorInnen im Rollstuhl, nach Lust und Laune mitgärtnern. Mit großer Freude werden im Frühjahr gemeinsam Pflanzen gesetzt, die den ganzen Sommer über mit viel Eifer gepflegt, gegossen und beim Wachsen und Blühen bestaunt werden. Auch das Säubern der Aufenthaltsplätze wie zum Beispiel kehren, Unkraut jäten, Laub rechen, Erde auflockern erfüllt mit Freude. Prächtige Blüten verlocken mit ihrem Duft dazu, an ihnen zu riechen, Früchte wollen genascht und gekostet werden. So lässt es sich leben im Wohlfühlgarten des PBZ Hollabrunn!

Ob beim Garteln, bei einem Spaziergang oder beim Kaffee im Schanigarten, alle SeniorInnen und ihre BesucherInnen sind eingeladen, sich an der Vielfalt des Gartens zu erfreuen. Genügend Schatten-Plätze bieten im Wohlfühlgarten Gelegenheit zum Verweilen und Innehalten – nicht zuletzt auch beim beliebten Tiergehege mit drei Hasen und zwei Meerschweinchen. Da gibt es immer viel zu beobachten.

Und nicht zuletzt: Bei schönem Wetter finden auch Spiel- und Bewegungsrunden im Garten statt.

Es ist schön zu sehen, wie viel Freude der Wohlfühlgarten den alten Menschen bereitet und somit unser aller Herzen berührt. Und manchmal lädt er zu ganz besonderen Ereignissen ein – zum Beispiel zu einem Gartenkonzert.

Gartenkonzert mit Sektempfang

Im Juni erfüllte ein bunter Melodienreigen aus Oper, Operette und Wienerliedern von Ralph Benatzky bis Emmerich Kalmann den in voller Blüte stehenden Garten. Das PBZ Hollabrunn hatte zum Gartenkonzert mit Sektempfang eingeladen. Bei der von der Vita Activa Privat-

stiftung gesponserten Veranstaltung wurde sehr auf Vorgaben und Maßnahmen zum Covid19 Schutz der BewohnerInnen geachtet.

Das Wetter zeigte sich von seiner besten Seite und die BewohnerInnen konnten sich an großen Melodien erfreuen, wie „Die Csardasfürstin“, „Im Prater blühen wieder die Bäume“, „Gräfin Mariza“ und „Adieu, mein kleiner Gardeoffizier“. Barbara Spitzer – Sopran, Thomas Weinhappl – Bariton und Viktoria Choi – Klavier erfreuten ihr Publikum und sorgten für eine zauberhafte Stimmung. Wie zu erwarten endete das Konzert mit einem großen Applaus der ZuhörerInnen.
Im Anschluss zauberte die hauseigene Küche kulinarische Schmankerln in den Sommergarten.

Im Juni hatte das Pflege- und Betreuungszentrum Hollabrunn – unter strengen Covid-19 Auflagen – zum Gartenkonzert mit Sektempfang eingeladen. Ein bunter Melodienreigen aus Oper, Operette und Wiener Lied erfüllte den in voller Blüte stehenden Garten.

ZUFRIEDENE KUNDEN. WIR SCHAFFEN DAS.

www.nv.at

RECOMMENDER
FMVÖ
finanz-marketing verband
hervorragende Kundenorientierung
2020

Recommender Award 2020:
Wir freuen uns, dass unsere Kunden die NV gerne weiterempfehlen.

NV
Die Niederösterreichische Versicherung

Wir schaffen das.

Danke!

An das Team Fidelio im PBZ Berndorf

Wer mit dem Herzen redet, ist allen verständlich.
Albert Schweitzer

Liebes Fidelio Team,

wir möchten uns herzlich für die fast fünf Jahre dauernde liebevolle und sorgfältige Betreuung, die unserer Mutter zuteil wurde, bedanken.

Ganz besonders dankbar sind wir für die letzten Stunden, wo Sie uns die Gelegenheit gegeben haben, uns von Mama zu verabschieden und sie nicht allein zu lassen. Es ist uns bewusst, dass es in dieser schwierigen Zeit nicht einfach ist, solche Wünsche zu erfüllen. Uns habt ihr dadurch sehr geholfen in Würde Abschied von unserer Mutter zu nehmen.

Vielen herzlichen Dank und vergelt's Gott
Eure Familie Ungerböck

Am 22. April 2020 wurde ihr sechstes Urenkerl HANNA geboren.

Weissenbach, Mai 2020

Zum 75-er: Herzlichen Glückwunsch Pippi!

„Ja, die Zeit vergeht, und man fängt an, alt zu werden. Im Herbst werde ich zehn Jahre alt, und dann hat man wohl seine besten Tage hinter sich."

Pippi, aus Pippi Langstrumpf geht an Bord

Du bist nie zu alt, um glücklich zu sein

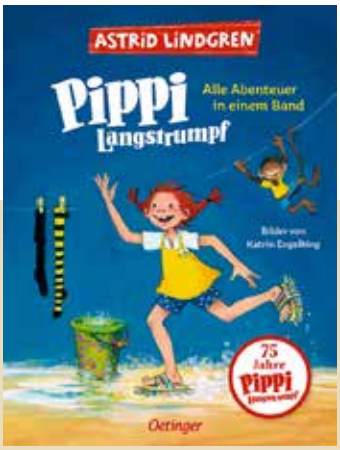
Was Glück für mich bedeutet

Glück bedeutet für mich, dass meine Kinder, Enkel, Ur- und Ururenkel, ja meine ganze Familie gesund sind und ich trotz meines Alters noch geistig fit bin. Ich war mein ganzes Leben lang ein glücklicher Mensch. Auch wenn nicht immer alles Sonnenschein war, habe ich es nie verlernt glücklich zu sein. Mit Glück und Zufriedenheit lassen sich manche Dinge viel leichter nehmen. Man darf das Glücklichsein nie aus dem Auge verlieren.
Ich hatte eine gute Ehe, konnte mit meinem Mann alles besprechen, das hat natürlich sehr zu meinem Glück beigetragen. Heute genieße ich mein Einzelzimmer im Pflegeheim, meine Familie lebt ganz in der Nähe und kommt mich immer besuchen. Ich bin ein positiver und glücklicher Mensch und war auch immer eine gute Zuhörerin. Die Tage, die mir der Herrgott noch gibt, werde und möchte ich glücklich verbringen. Dass ich in meinem Leben helfen und geben konnte, war auch Glück und mit diesen Gedanken kann ich eines Tages auch glücklich sterben. Ich habe keine Angst davor.

Helene Baumgartner, 94 Jahre
Pflege- und Betreuungszentrum Berndorf

Besuchen Sie die ARGE NÖ Heime auch auf Facebook!

FOLLOW US ON facebook



Buchtipp:

Pippi Langstrumpf

Astrid Lindgren

Heuer vor 75 Jahren erschien in Schweden Astrid Lindgrens erstes Pippi Langstrumpf Buch. Ihre Bücher sollten alle Teile der Welt erobern und in 77 Sprachen übersetzt werden. Im Jahr 2020 wird Pippi auf der ganzen Welt mit neuen Buchveröffentlichungen, Musicals, Konzerten, Theateraufführungen, ... gefeiert.
Pippi Langstrumpf war Astrid Lindgrens erstes Buch. Pippi hatte Einfluss. Das Mädchen aus der Villa Kunterbunt prägte Generationen von Müttern und Töchtern. Nicht nur die Texte von Astrid Lindgren, sondern auch die TV-Serie aus dem Jahr 1968 und die nachfolgenden Filme.
Zeit, um zurückzublicken, sich zu erinnern und die Kinder von heute mit Pippi anzustecken? Denn Pippi hatte etwas, was den Kindern heute schmerzlich abhandengekommen ist.

So schrieb „Die Presse“ am 15.5.2020:
Pippi: So ein Mädchen ist zu frei für unsere Zeit
Pippi erfindet die verrücktesten Geschichten und Spiele. Dafür braucht es auch freie, unstrukturierte Zeit. Die endlose Zeit, die man an einem verregneten Nachmittag hat: Wie viele Kinder kennen das noch?
Welch ein Gegensatz zu den Connis und Hermines von heute! Statt verrückt und verspielt gilt jetzt: planvoll und effizient.
Pippi Langstrumpf, das ist zuallererst Stärke. Sie kann ein Pferd heben – und macht das auch recht oft. Sie kann Möbel durch die Luft und Diebe aus ihrem Haus werfen. Überhaupt, dieses Haus: Es ist voller Schätze (und auch Waffen), Pippi lebt darin allein und kann tun, was sie gern möchte. Etwa auf dem Fußboden Kekse backen oder mit Tommy und Annika auf die Möbel klettern. Dabei ignoriert Pippi Verhaltensregeln nicht, nein, denn dafür müsste sie diese erst einmal kennen. Was man tut oder eben nicht, überrascht sie oft. Hat ihr jemals jemand gesagt, dass Mädchen lieb und hübsch, bescheiden und fleißig sein sollen? Wenn ja, hat sie nicht zugehört. Sie tut, worauf sie gerade Lust hat, und damit lebt sie höchst zufrieden. Mit ihrer Autonomie, die durch einen Koffer voller Goldstücke auch eine finanzielle ist, kann Pippi sich den Erwachsenen ebenbürtig fühlen. Doch ihre Welt ist die Gegenwelt zu jener der Erwachsenen.

Möchten Sie Pippi feiern? www.astridlindgren.com/de/figuren/pippi-langstrumpf/herzlichen-gluckwunsch-pippi

Alte Ansichten

Seit 18. Juli 2020 gibt es im Weinviertler Museumsdorf Niedersulz eine neue Fassbinderei zu besichtigen. Die Werkstätte wurde mit Objekten aus vier ehemaligen Fassbindereien eingerichtet. Fassbinder zählten zu den wichtigsten Handwerkern eines Weinviertler Dorfes. Sie stellten zahlreiche Aufbewahrungs- und Transportgefäße für Haus, Weingarten, Keller und Feld her. www.museumsdorf.at.

Cartoon

von Gregor Herzog

Aus Omas Küche:
Kräuter-Steinpilz-Risotto

Zutaten

500 g frische Steinpilze
2 rote Zwiebeln
3 Lorbeerblätter
2 Knoblauchzehen
80 g Butter
frische Kräuter aus dem Garten (vom Balkon): Salbei, Rosmarin, Thymian, Petersilie, Minze, Kerbel, Anisysop, ...
250 g Risottoreis
Salz
Pfeffer aus der Mühle
ca. 500 ml Wein
Wasser nach Bedarf
ca. 80 g frisch geriebener Parmesankäse
2 EL eingelegte Vogelbeeren (in Sirup) oder frische Heidelbeeren

Herbstzeit ist Schwammerlzeit auf unseren Märkten! Besonders köstlich schmeckt ein wildes Kräuter-Steinpilz-Risotto.

Wussten Sie übrigens?

- Steinpilze entwässern auf natürliche Art
- stärken die Knochen
- liefern viel Eisen
- enthalten viel Eiweiß
- versorgen mit Vitamin D
- machen gute Laune – der wichtigste Baustoff für den „Glücksstoff" Serotonin ist Tryptophan und davon steckt in Steinpilzen eine ganze Menge!

Zubereitung

Frische Steinpilze putzen und kurz waschen. Die Hälfte der Steinpilze würfeln, den Rest halbieren oder vierteln.

Kräuter von den Stängeln zupfen und mit dem Wiegemesser fein hacken. Die gehackten Kräuter in eine Schüssel geben und beiseitestellen.

Zwiebeln und Knoblauch schälen und fein würfeln. In 20 g Butter glasig andünsten. Gewürfelte Pilze zufügen, kurz andünsten, leicht salzen und die Lorbeerblätter zugeben. Reis zugeben, unter Rühren glasig andünsten. Mit Wein ablöschen, einkochen lassen.

Etwas heißes Wasser zum Risotto geben und bei geringer Hitze einkochen lassen. Ab und zu umrühren. Vorgang wiederholen, bis das Risotto schön cremig ist, aber noch Biss hat.

In einer Pfanne 20 g Butter aufschäumen lassen und die restlichen Pilze darin anbraten. Pilze mit Salz, Pfeffer und Kräutern würzen.

Restliche 40 g Butter, den Parmesan unter das Risotto ziehen, mit Salz und Pfeffer abschmecken. Abgetropfte Vogelbeeren oder Heidelbeeren unterheben und gebratene Steinpilze darauf anrichten.

Das Risotto ev. noch mit etwas Parmesan bestreuen.

Tipp:

Dazu passen Blattsalate und ein gutes Glas Wein.

Veranstaltungen

- **Hospizenquete Landesverband Hospiz NÖ 2020 - heuer online**
  7. Oktober 2020, die Teilnahme ist kostenfrei
  Weitere Infos: www.hospiz-noe.at/veranstaltungen/pallium-ein-loechriger-mantel
- **16. Österreichischer Kongress für Führungskräfte in der Altenarbeit**
  19.-21. Mai 2021, Krems an der Donau
  Alle Infos & Anmeldung unter www.kongress2020-noe.at

Wermut

Artemisia Absinthium

Der Gemeine Wermut (Artemisia absinthium) ist eine krautige Pflanze aus der Familie der Korbblütler (Asteraceae) und gehört zur Gattung der Artemisiengewächse (Artemisia), die etwa 500 Arten umfasst. Wermut ist ursprünglich in Asien heimisch, in Europa und Nordafrika eingebürgert und heute auch in Nord- und Südamerika verbreitet. Obgleich er zwar überall in Europa gelegentlich vorkommt, kennt man größere Wildvorkommen besonders aus dem Wallis in der Schweiz. Im Gattungsname Artemisia spiegelt sich der Name der griechischen Göttin ‚Artemis', der Beschützerin der Gebärenden, wider. Wermut gehört neben Enzian zu den Kräutern in Europa, die die stärkste Bitterkraft unter allen vorkommenden Kräutern aufweisen. Diese Bitterstoffe sind es auch, die die gesundheitsfördernde Wirkung ausmachen. Der Bitterwert des Wermuts beträgt rund 20.000 (zum Vergleich: Enzian 30.000; Andorn etwa 4.000). Die höchste Würz- und Heilkraft entfaltet Wermut zur Erntezeit von Juni bis September. Er passt gut zu fettreichen Speisen wie Gans oder Kaninchen, wird wegen der intensiven Würzkraft trotzdem nur sehr sparsam eingesetzt. Weitaus größerer Beliebtheit erfreut er sich hingegen als Zutat in Kräuterweinen, Noilly Prat oder Absinth. Schon seit Jahrtausenden hat das Wermutkraut eine große Bedeutung sowohl als Arznei- als auch als Genussmittel. Hildegard von Bingen lobte ihn als „wichtigsten Meister gegen alle Erschöpfungen". Von seiner wohltuenden Wirkung auf den Magen-Darm-Trakt wusste schon Paracelsus. Das frische oder getrocknete Wermutkraut hat man schon in der Antike zur Herstellung von Wermutwein verwendet. Wermut aktiviert Rezeptoren im Gehirn und hilft, ein Nachlassen der Hirnfunktion zu unterbinden. Ganz nebenbei reinigt Wermutkraut, stärkt das Immunsystem und verhindert Erschöpfungserscheinungen, wirkt appetitanregend, schafft Abhilfe bei Gastritis, Blähungen und Leberfunktionsstörungen. Zudem wirkt es krampflindernd und entspannend.

Ernte: Das gesamte Kraut mit Stängel und Blättern Juli - September, die Wurzel Oktober - November

Wermut / Getränk

Zutaten: 2 Flaschen Riesling, 3 Zweige Wermutkraut, weitere Kräuter – z.B. Zitronengras, Engelwurz, bio Grapefruit- und Zitronenschalen, Süßholzwurzel, Rosen- und Lavendelblüten (für eine blumige Note); 3-5 El Honig und einen Schuss Weinbrand.

Die Kräuter in ein Glas schichten, mit Riesling und Weinbrand aufgießen, Honig dazugeben. 14 Tage zugedeckt ziehen lassen und täglich umrühren. Der Wein saugt die Aromen und Wirkstoffe der Kräuter auf. Durch einen Kaffeefilter seihen und in dunkle Flaschen abfüllen.

Hildegards Wermutsalbe bei Gelenkschmerzen, Arthrose/Arthritis oder Gelenkrheuma

Zutaten: 5 g Hirschfett, 10 g Hirschtalg, 10 g frischer Wermutsaft.

Zubereitung der Wermutsalbe: Erwärmen Sie alle Zutaten in einem Wasserbad und verrühren Sie sie zu einer Salbe. Dann das Wasser durch ein Tuch auspressen, die Salbe in einen Tiegel füllen und kühl lagern. Diese Wermutsalbe täglich zwei- bis dreimal auf die schmerzende Stelle geben und einmassieren, bis ein Wärmegefühl entsteht.

16. ÖSTERREICHISCHER KONGRESS

FÜR FÜHRUNGSKRÄFTE IN DER ALTENARBEIT

19. – 21.05.2021

KREMS/DONAU

kongress2020@noeheime.at
www.kongress2020-noe.at

www.noeheime.at

Österreichische Post AG
MZ 11Z038816 M
ARGE der Pensionisten- und Pflegeheime in Niederösterreich
3484 Grafenwörth, Hofgarten 1

NÖ Heime
ARGE DER PENSIONISTEN- UND PFLEGEHEIME