HAND IN HAND

Zeitschrift für Gesundheit, Familie und Soziales
Nr. 4/2009

HILFSWERK

Diabetes – die schleichende Gefahr

Verstehen, vorbeugen, behandeln.
Seite 12

Coverfoto: shutterstock

NIEDERÖSTERREICH

Gemeinden ausgezeichnet.

Im Rahmen von großen Familienfesten wurden die „Gemeinden der Generationen 2009“ geehrt.

Seite 5

In friedlicher Mission.

Vier Hilfswerk-Schiffe begleiteten heuer die Friedensflotte „mirno more“.

Seite 25

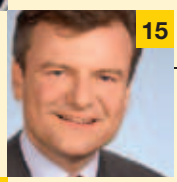
Österreich Inserat

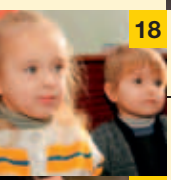
INHALT

6 **Ehrenamtliches Engagement.**
Familienpaten schenken ein Stück Glück. Wie Heidelinde Parth aus dem Waldviertel.

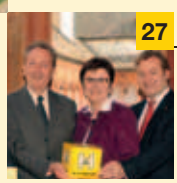
7 **Vom Suppenkaspar zum Gemüsetiger.**
Bei den Tagesmüttern des Hilfswerks wird gesundes Essen und Bewegung groß geschrieben.

12 **Diabetes, die schleichende Gefahr.**
Diabetes mellitus ist gefährlich, aber gut behandelbar, wenn man rechtzeitig damit beginnt.


15 **Diabetes wird unterschätzt.**
Dr. Bernhard Ludvik erklärt, warum Diabetes oft so spät entdeckt wird.


18 **20 Jahre Weihnachtshilfe für Kinder in Not.**
Eine erfolgreiche Aktion feiert Jubiläum.

20 **Lebensqualität behalten.**
Mit einer frühzeitigen Therapie kann viel Lebensqualität erhalten bleiben.


27 **Zeit schenken.**
Der Besuchsdienst des NÖ Hilfswerks feierte sein 5-jähriges Bestehen.

Editorial

Danke, liebe Leserinnen und Leser!

Das Jahr geht zu Ende ■ Dies ist die Zeit, mich ganz herzlich bei Ihnen zu bedanken: Danke, dass Sie uns das ganze Jahr hindurch begleitet haben. Und danke, dass Sie mit Ihren Ideen und Geschichten die HAND IN HAND mitgestalten. Nutzen Sie diese Gelegenheit, die Zeitschrift – **Ihre** Zeitschrift – mitzuformen, bitte auch weiterhin. Ein großes Dankeschön möchte ich jenen LeserInnen aussprechen, die die Produktion der Zeitung finanziell unterstützt haben. Sie helfen uns damit sehr, unsere Aktivitäten jenen bekannt zu machen, die Hilfe suchen! Aber lassen Sie mich auch sagen: Die Zahlung eines Druckkostenbeitrags ist keineswegs Bedingung für den Erhalt der Zeitung! Wir freuen uns, wenn Sie die HAND IN HAND gerne durchblättern und wir Ihnen darin über uns und unsere Arbeit berichten dürfen!

Fest der Familie ■ Schön langsam stimmen wir uns auf das Weihnachtsfest ein. Dass das Fest der Familie auch in modernen Zeiten einen wichtigen Platz in unserem Leben einnimmt, beweist auch eine aktuelle Studie des Market-Instituts: Auf die Frage, was ihnen heilig sei, antworteten 51 % der ÖsterreicherInnen: „das Weihnachtsfest in der Familie“. In Niederösterreich ist dieser Wert sogar am stärksten ausgeprägt. Ganz vorne in der Wertung: Für 82 % sind die eigene Familie und die Kinder „heilig“, für 65 % der Freundeskreis. Gut, dass nun die Tage und Wochen anbrechen, in denen wir die Zeit bewusst mit unseren Liebsten verbringen können! Aber auch wenn Sie den Weihnachtsabend alleine verbringen werden: Genießen Sie ein bisschen den „Zauber der Weihnacht“ mit einem guten Buch, alten Fotos oder besonderen Erinnerungen.

Ganz persönlich möchte ich mich auch bei all den LeserInnen bedanken, die uns schon viele Jahre die Treue halten, und mich – bis auf Weiteres – verabschieden. In einigen Wochen wird sich meine Familie um einen kleinen Erdenbürger erweitern – und dieser neuen Aufgabe werde ich mich mit Freude widmen. Ein schönes Fest und alles Gute!

Petra Satzinger, Chefredakteurin HAND IN HAND Niederösterreich

Hilfswerk-Fachtagung „Gepflegt altern“

ExpertInnen aus Pflege und Medizin, Angehörige und Interessierte sind am Freitag, den 22. Jänner, zur Hilfswerk-Fachtagung in die Fachhochschule St. Pölten geladen. Unter dem Titel „Gepflegt altern“ werden fachliche Aspekte zweier aktueller Pflegethemen beleuchtet: Demenz als eine Erkrankung, die leider immer noch unterschätzt wird, und „Wundmanagement“ als eine der wesentlichen Säulen der Pflege. Namhafte ExpertInnen werden im Rahmen der ganztägigen Veranstaltung referieren, außerdem sind zahlreiche praktische Workshops geplant. Der Tagungsbeitrag für externe BesucherInnen liegt bei 50 Euro, für Hilfswerk-MitarbeiterInnen ist der Besuch kostenlos. Erkundigen Sie sich beim NÖ Hilfswerk unter 02742/249-1091 und sichern Sie sich bis spätestens Anfang Jänner Ihren Platz! **Mehr unter www.noe.hilfswerk.at**

Impressum

Medieninhaber und Herausgeber: NÖ Hilfswerk, Landesgeschäftsstelle • **Redaktionsadresse:** Zeitschrift HAND IN HAND, NÖ Hilfswerk • Landesgeschäftsstelle, Ferstlergasse 4, 3100 St. Pölten, Tel. 02742/249 DW 1121, Fax DW 1717, E-Mail: petra.satzinger@noe.hilfswerk.at • **Redaktion Niederösterreich:** Petra Satzinger, Martina Kern, Elisabeth Bosch • **Redaktion:** Elisabeth Anselm, Harald Blümel, Elisabeth Bosch, Martina Goetz, Daniela Gutschi, Marco Haas, Brigitte Hingerl, Martina Kern, Viktoria Rechling, Petra Satzinger, Viktoria Tischler • **Bildnachweis, Fotos:** Hilfswerk Österreich, Joachim Haslinger, Abbé Libansky, Klaus Titzer, shutterstock (Cover, Seite 12), NÖ Hilfswerk, Franz Hagl • **Gesamtauflage:** 120.000 Stück, österreichweite Distribution, davon über 90 % durch persönlich adressierte Sendungen. • **Anzeigenverkauf (Gesamtauflage):** Hilfswerk-Bundesgeschäftsstelle, Tel. 01/404 42-0 • **Anzeigenverkauf (Niederösterreich):** Hilfswerk-Bundesgeschäftsstelle, Tel. 01/404 42-0 • **Layout/Produktion:** Egger & Lerch, 1070 Wien • **Organisation Druck/Versand:** Kastelic GmbH, 1190 Wien • **Druck:** Radinger GmbH & Co KG, 3270 Scheibbs

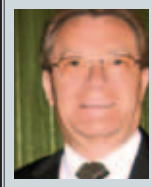
Leserbriefe

Liebe Leserinnen und Leser,

schreiben Sie uns – wir freuen uns über Ihre Briefe!
Adresse: NÖ Hilfswerk, Kennwort HAND IN HAND,
Ferstlergasse 4, 3100 St. Pölten, oder petra.satzinger@noe.hilfswerk.at

Liebes Hilfswerk-Team aus Zistersdorf!
Wir, die Familie von Lambert Frohner, bedanken uns recht herzlich. Der Gastwirt in Rente aus Zistersdorf wurde die letzten vier Wochen seines Lebens von euch betreut. Die größte Anzahl der Pflegestunden deckte Diplomkrankenpfleger Markus Diwald ab. Seine hochprofessionelle und insbesondere menschliche Art wird uns immer in Erinnerung bleiben. Danke!

† Trauer um Leopold Schmatz



Bürgermeister Leopold Schmatz, langjähriger Vorsitzender des Hilfswerks Atzenbrugg, ist nach langem, schwerem Leiden am 27. Oktober verstorben. Erst vor wenigen Monaten wurde der engagierte Atzenbrugger Bürgermeister und Träger des Goldenen Ehrenzeichens des Landes Niederösterreich vom NÖ Hilfswerk für seine sozialen Verdienste ausgezeichnet. Mit seiner ganzen Kraft hat er sich stets mit Menschlichkeit und Einfühlungsvermögen für die sozialen Belange seiner Gemeinde eingesetzt. Auch für die MitarbeiterInnen des örtlichen Hilfswerks hatte Bgm. Schmatz immer ein offenes Ohr. Unser Mitgefühl gilt der Familie des Verstorbenen!

LR Johanna Mikl-Leitner und Gunnar Prokop überreichten den Liese-Prokop-Frauenpreis an Monika Honeder.

Für Hospizarbeit gewürdigt

Das Hospizmodell Horn, das in vorbildlicher Weise stationäre und mobile Konzepte in der Palliativbetreuung unter einem Dach vernetzt, wurde maßgeblich von der Horner Hilfswerk-Funktionärin Monika Honeder auf- und ausgebaut. Es arbeiten hier das interdisziplinäre Palliativ-Supportteam des Landesklinikums Horn, das stationäre Hospiz des Stephansheims, die Hauskrankenpflege des Hilfswerks Horn, ehrenamtliche MitarbeiterInnen, ÄrztInnen, TherapeutInnen und Seelsorger zusammen. Monika Honeder wurde nun mit dem Liese-Prokop-Frauenpreis ausgezeichnet – sie erreichte in der Kategorie „Soziales“ den zweiten Platz. Wir gratulieren!

Die Geißel des Alters

Demenz-Projekt des Hilfswerks ausgezeichnet

Im letzten Jahr startete das Hilfswerk eine große Initiative zur Vorsorge gegen Demenz, die „Geißel des Alters“. Die Zahl der Demenzerkrankungen wächst rasend schnell und wird in den nächsten Jahrzehnten eines der am meisten verbreiteten Krankheitsbilder im Alter darstellen. Und dennoch sind nahezu 80 % aller Demenzerkrankten heutzutage nicht richtig diagnostiziert. Die Initiative des Hilfswerks beinhaltet intensive Schulungen aller MitarbeiterInnen im Pflege- und Betreuungsbereich, enge Kooperation mit Fachärzten, die Entwicklung neuartiger Erhebungsmethoden und Aufklärungsarbeit in der Öffentlichkeit.

Ideenwettbewerb ■ Für diese Offensive wurde das NÖ Hilfswerk vor kurzem im Rahmen des „Ideenwettbewerbs 2009“ des Österreichischen Seniorenbundes mit dem Anerkennungspreis ausgezeichnet. Den Preis übernahm NÖ Hilfswerk-Pflegedirektorin Jana Bockholdt in Salzburg.

Pflegedirektorin Jana Bockholdt übernimmt den Anerkennungspreis von Juror Univ.-Doz. Dr. Hans Peter Rhomberg, Seniorenbund-Bundesobmann Andreas Khol und Landesobmann LAbg. Gregor Hammerl.

„Gemeinden der Generationen 2009“

Ausgezeichnet: die sozialsten Gemeinden Niederösterreichs

Im Rahmen von großen Generationenfesten vor Ort prämierte das NÖ Hilfswerk die Sieger des landesweiten Gemeinde-Wettbewerbs.

Ottenschlag, Hofamt-Priel, Pöchlarn und Waidhofen an der Ybbs: Diese vier Gemeinden dürfen sich „Gemeinden der Generationen 2009“ nennen. Denn sie gewannen den gleichnamigen landesweiten Hilfswerk-Wettbewerb und stellten sich damit als die sozialsten Gemeinden Niederösterreichs heraus. Unter rund 130 Einsendungen erwiesen sie sich als jene Gemeinden mit dem reichhaltigsten sozialen Angebot, dem aktivsten Vereinsleben und den besten generationenfördernden Projekten.

Sieger in der Kategorie 0–1.500 Einwohner: Ottenschlag

Unterhaltung für Jung und Alt

Als Preis erhielten nun alle vier Siegergemeinden ein großes, vom Hilfswerk veranstaltetes Generationenfest vor Ort. Mit einem bunten Kinderprogramm, Live-Musik, Gesundheitsstraße und verschiedenen Vereinsdarbietungen wurden die Feste ein Spaß für alle GemeindebürgerInnen. Präsident Ernst Strasser und Landesgeschäftsführer Gunther Hampel überreichten die Siegertrophäen.

Sieger in der Kategorie 1.501 bis 3.000 Einwohner: Hofamt-Priel

Sieger in der Kategorie 3.001 bis 6.000 Einwohner: Pöchlarn

Sieger in der Kategorie über 6.000 Einwohner: Waidhofen/Ybbs

Da ist jemand!

Ein Stück Glück durch Familienpatenschaft

Das Schicksal meinte es nicht immer gut mit Herta Mitteröcker, durch die ehrenamtliche Familienpatin Heidelinde Parth kam wieder Leben in die Familie.

Es ist so schön, dass Frau Parth zu uns kommt, denn wir wohnen nicht im Ort und da ist es manchmal sehr einsam." Familie Mitteröcker hat zwei Kinder, die 11-jährige Maria Theresia und einen 10-jährigen Sohn, den alle Seppi nennen. Seppi besucht die 4. Klasse Sonderschule und ist ein aufgeweckter, lieber Bub.

Einfach dasein ■ Das bescheidene Haus der Familie liegt recht idyllisch am Waldrand. Doch was so romantisch nach perfektem Familienglück und idealen Rückzugsmöglichkeiten anmutet, birgt leider auch Nachteile. Frau Mitteröcker besitzt keinen Führerschein und ist deshalb auf die Unterstützung ihres Mannes angewiesen, der sie auch tatkräftig unterstützt. Er ist tagsüber in der Arbeit und Frau Mitteröcker oft allein. Das macht sie traurig. Seit einigen Jahren erhält Frau Mitteröcker regelmäßig Besuch und Unterstützung von den Heimhelferinnen des Hilfswerks.

Eveline Tanzer von der Familienberatungsstelle in Melk betreut die Familie seit vielen Jahren. Einen wesentlichen Schwerpunkt stellt die Erziehungsberatung und Beratung von Frau Mitteröcker dar. Von ihr kam die Idee, eine Familienpatin unterstützend ins Betreuungsteam zu integrieren. Sie hat die Damen einander vorgestellt. Am Anfang war Frau Mitteröcker unsicher, doch nach etlichen Treffen fasste sie Vertrauen zu der sympathischen Lehrerin, die in ihrer beruflichen Laufbahn schon viel Leid in Familien gesehen hat.
Frau Mitteröcker ist froh, dass sie jemanden hat, mit dem sie in vertrauensvoller Atmosphäre zum Beispiel über ihren Sohn oder über die Schule reden kann.

Das Aufgabemachen war eine schier unpackbare Hürde, an der Frau Mitteröcker und Seppi oft verzweifelt sind. Mit vereinten Kräften schaffte es das Betreuungsteam mit großer Unterstützung der Lernhelferin, die Situation zu stabilisieren. Und nach und nach wird auch diese Aufgabe zur Selbstverständlichkeit – auch dank der ruhigen und besonnenen Art von Frau Parth. Ihre Erfahrung hat Frau Parth gelehrt, dass man Kindern nur helfen kann, wenn man den Eltern hilft. Ihre Zusatzausbildungen kommen ihr dabei sicher zusätzlich zugute.

Sie bringt Leben ins Haus ■ Seit zwei Jahren kommt Frau Parth alle 14 Tage für ein bis zwei Stunden ins Haus, dann wird gespielt oder über Alltägliches gesprochen. „Sie bringt einfach Leben ins Haus", stellt Frau Mitteröcker fest. Für Seppi sind gemeinsame Unternehmungen immer eine Riesenfreude. Ein Besuch am Spielplatz oder im Kaffeehaus sind eine Riesensensation für die drei. Doch die allergrößte Freude hat Frau Parth den beiden mit einer Einladung zu sich nach Hause gemacht. Die einfachen Dinge sind es, die viel bewirken. Das gemeinsame Kaffeetrinken, der anschließende Spaziergang im Ort, das Spielen am Spielplatz – das sind die wirklich unvergesslichen Erlebnisse für die Familie. Frau Mitteröcker ist unendlich dankbar dafür, dass jemand für sie da ist, und sagt „Frau Parth, i mog di!"

Das Konzept der Familienpatenschaft ist darauf ausgelegt, dass für jede Familie die passende Person gefunden werden kann.

Tagesmütter in Niederösterreich

Vom Suppenkaspar zum Gemüsetiger

Richtig essen und bewegen mit Kindern: Keine leeren Versprechungen bei den pädagogisch ausgebildeten Hilfswerk-Tagesmüttern.

Hilfswerk-Kids: gesund und fit. Gelebter Alltag bei Tagesmutter Birgit Skudnigg aus Purkersdorf. „Mir ist es einfach wichtig, dass die Kinder gerne zu mir kommen und sich rundum wohlfühlen“, betont Frau Skudnigg. Um sich rundum wohlfühlen zu können, müssen Körper, Geist und Seele befriedigt werden. Deshalb stehen bei der Familie Skudnigg gesunde Ernährung, kreatives Gestalten und Aktivitäten in Natur und Garten auf der Tagesordnung. Der Spaß dabei ist selbstverständlich.

Genau hier setzt auch der Hilfswerk-Fachschwerpunkt „Richtig essen und bewegen mit Kindern“ an. Über 1.000 MitarbeiterInnen, darunter auch Tagesmutter Birgit Skudnigg, nahmen begeistert an den zahlreichen Weiterbildungen teil. Interne und externe Experten gaben wertvolle Praxistipps zum Thema Kindergesundheit. „Ich konnte mir so viele wertvolle Anregungen und neue Ideen mitnehmen“, bedankt sich Frau Skudnigg. „Und was mich ganz besonders freut: Ich fühle mich bestätigt in dem, was ich tue!“

Spinat mal anders Gesunde Ernährung in ihren Betreuungsalltag zu integrieren, fiel der Tagesmutter nicht schwer. Eines ihrer drei Kinder hat Diabetes. Somit werden ohnehin täglich Gemüse, Salat und vollwertige Gerichte gekocht. Langweilig? Keineswegs! „Kindgerechtes Anrichten und liebevolles Dekorieren machen selbst den Suppenkaspar zum Gemüsetiger“, weiß Frau Skudnigg. Denn Obstraupen oder ein Spinatgesicht mit Kartoffelaugen schmecken natürlich gleich viel besser. „Man muss den Kindern das Gesunde schmackhaft machen, damit sie auch öfter von selbst zugreifen!“

Kinder mit Liebe begleiten Bei Frau Skudnigg fließen Aktivitäten zur Gesundheitsförderung ganz selbstverständlich in den Tagesablauf ein. Ein fixer Programmpunkt ist die Bewegung im Freien. Der Ausflug zur nah gelegenen Zugbrücke ist jedes Mal ein actionreiches Erlebnis. Wie wichtig die Vorbildwirkung bei Spiel und Bewegung ist, weiß Frau Skudnigg genau. „Nur Zuschauen bringt’s nicht – aktiv mitmachen! Das motiviert die Kinder und es macht unheimlich viel Spaß.“

Die vielen positiven Rückmeldungen ihrer Schützlinge zeigen der Tagesmutter jeden Tag aufs Neue, dass sie richtig liegt. Richtig mit ihrer gesundheitsbewussten Lebensweise und der Art und Weise, die ihr anvertrauten Kinder zu betreuen und zu fördern.
Warum Frau Skudnigg vor vier Jahren Tagesmutter wurde? „Der Spaß am Umgang mit Kindern und die intensive Beschäftigung mit ihnen.“ Man spürt deutlich, dass sich das noch nicht geändert hat. Besonders die unterschiedlichen Persönlichkeiten der Kinder findet Frau Skudnigg faszinierend. „Bei der Arbeit mit Kindern kommt vieles oft ganz anders als man denkt oder planen kann.“ Eine Herausforderung, die Frau Skudnigg aber sehr gerne annimmt. Denn sie bestätigt: „Jedes einzelne Tageskind ist eine echte Bereicherung für die ganze Familie.“

INFO

Beruf Tagesmutter

Birgit Skudnigg aus Purkersdorf ist eine von über 900 Tagesmüttern des NÖ Hilfswerks. Sie alle sind mit Herz und Seele für ihre rund 4.300 Tageskinder da. Im Hilfswerk erhalten sie eine kostenlose pädagogische Ausbildung und werden laufend fachlich und persönlich begleitet.

Wenn auch Sie eine liebe Tagesmutter für Ihre Kleinen suchen oder selbst Tagesmutter werden möchten, wenden Sie sich bitte an das örtliche Hilfswerk in Ihrer Nähe oder rufen Sie die **Hilfswerk-INFOline 02742/90 600**. Wir freuen uns auf Sie!

KOMMENTAR

Ein Dank an das Ehrenamt

Ernst Strasser

In Zeiten, in denen viele Freiwilligenorganisationen unter Nachwuchsmangel leiden, wächst unser ehrenamtliches Team stetig: Bald sind es 3.000 Menschen, die sich im NÖ Hilfswerk engagieren. Bei Essen auf Rädern, als FunktionärIn, BesucherIn oder – jetzt neu – als FamilienpatIn. Ihnen allen ist gemeinsam: Sie bieten für die Familien des Landes ein sicheres soziales Netz. Und sie „schenken Zeit", das wertvollste Gut, das man heute haben kann. Dafür gebührt ihnen tiefer Dank und große Hochachtung!
Unsere Ehrenamtlichen sind uns wichtig. Daher bilden wir sie im Hilfswerk aus, begleiten sie laufend und sorgen dafür, dass sie sich bei und mit uns mit anderen Ehrenamtlichen austauschen können. Ich hoffe für das Hilfswerk und die Menschen, die wir gemeinsam betreuen, dass sich noch viele dazu entschließen, Teil unserer „Hilfswerk-Familie" zu werden. Wenn SIE dabei sein möchten – wir freuen uns auf Sie!

Ihr Ernst Strasser, Präsident NÖ Hilfswerk

Das NÖ Hilfswerk bei den Sicherheitstagen

„Your job – your choice"

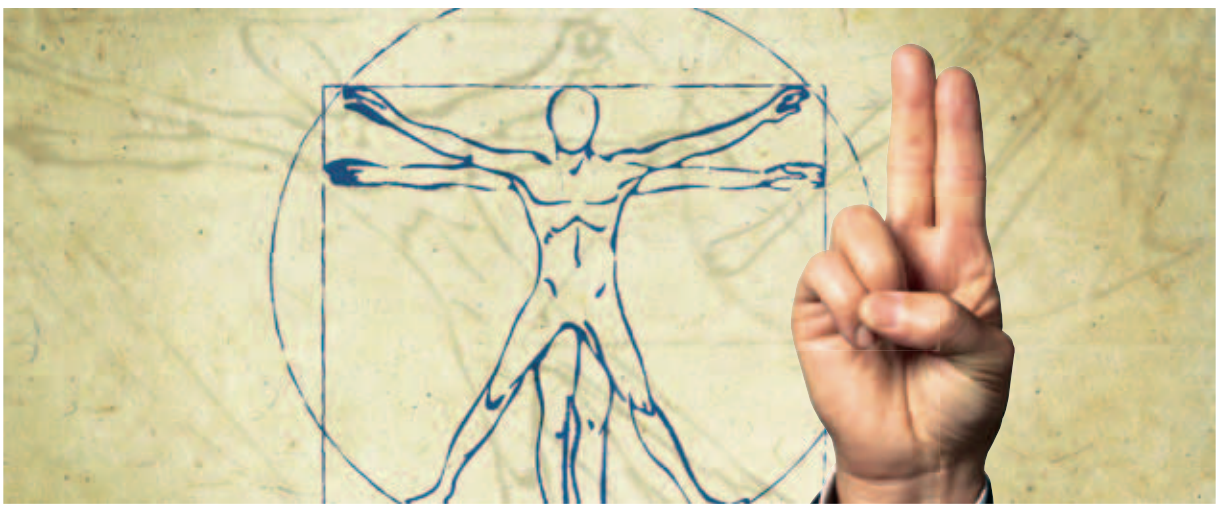
Neben Informationen zu Schule und Job standen ein Interessenstest und ein lustiges Berufsquiz am Programm.

Auch heuer fanden wieder die traditionellen „Sicherheitstage" des Landes Niederösterreich statt. Auf einer Tour durch die Bezirke Niederösterreichs erfuhren Jugendliche alles rund um das Thema Sicherheit. Mit dabei wieder der ÖAMTC, Feuerwehr und Polizei, die Rettungshunde, das Kuratorium für Verkehrssicherheit und auch das NÖ Hilfswerk. Hier am Hilfswerk-Stand drehte es sich um die Sicherheit im Job, Berufsorientierung und die vom Hilfswerk angebotene Arbeitsbegleitung.

In der Arbeitsbegleitung helfen ausgebildete Fachkräfte jungen Menschen beim Sprung in die Arbeitswelt: durch Bewerbungstraining, individuelle Berufsorientierung oder die Organisation von Schnuppertagen in Betrieben. Jahr für Jahr können so über 300 Jugendliche erfolgreich vermittelt werden.

Großer Andrang beim Hilfswerk-Stand: Berufsorientierung interessiert junge Menschen eben.

Eine Frage der Qualität für Niederösterreich



Je weiter das Land, desto näher sind wir unseren Kunden. Die falsche Einnahme von Medikamenten kann zur Verzögerung der Heilung und zu neuen Krankheitsbildern führen. Die ApothekerInnen in Niederösterreich garantieren, dass Fehler bei der Einnahme von Medikamenten durch umfassende und persönliche Patienteninformation vermieden werden.

Apotheke. Eine Frage der Gesundheit

108 Schiffe, 900 Kinder und unzählige Erfahrungen

Friedensflotte „mirno more“

108 Schiffe in friedlicher Mission

108 Schiffe, 900 Kinder und Jugendliche – und das Hilfswerk mittendrin. Auch heuer nahmen wieder vier Schiffe des NÖ Hilfswerks an der Friedensflotte „mirno more“ teil.

Seit nunmehr 15 Jahren steht die Mirno-More-Friedensflotte für Toleranz, Integration und ein friedliches Miteinander. Sozial benachteiligte Kinder und Jugendliche aus 21 verschiedenen Ländern setzen während einer Segelwoche in Kroatien ein Zeichen für den Frieden und bemühen sich um Europas größtes sozialpädagogisches Segelprojekt.

Eine Reise der besonderen Art

Heuer hat die Flotte mit insgesamt 108 Schiffen und über 900 TeilnehmerInnen einen neuen Rekord erreicht. Die teilnehmenden Kinder und Jugendlichen kommen aus Kinderheimen, Therapieeinrichtungen und diversen Schulen. Erwähnenswert hierbei ist die Ehrenamtlichkeit aller erwachsenen Beteiligten im Sinne der guten Sache.

Dank der großzügigen Unterstützung im Rahmen des traditionellen Charity-Golfturniers konnte das NÖ Hilfswerk auch heuer wieder vier Schiffe mit insgesamt 21 Kindern aus Niederösterreich und ihre BetreuerInnen auf die Reise schicken. Die Mädels und Burschen lernten das Bordleben im Team kennen, gemeinsames Kochen und Abwaschen, Regeln zu befolgen, miteinander einzukaufen, bei den Aktivitäten oder Ausflügen teilzunehmen oder einfach nur Spaß zu haben. Es gelang in dieser Woche, viele neue Freundschaften quer über ethnische und soziale Grenzen zu schließen. Wunderschöne Ausflüge, eine gemeinsame Formationsfahrt mit Luftballonstart und ein „We are the world“ aus 900 Kehlen zählten zu den Höhepunkten der Segelwoche.

Aus Individualisten wird ein Team.

Ein Zeichen für den Frieden

Der Dank für dieses tolle Projekt gilt allen Sponsoren, den fleißigen Golfspielern beim Charity-Turnier, den Schuldirektoren, allen ehrenamtlichen BegleiterInnen und vor allem dem Hauptorganisator Christian Winkler mit seiner Crew!

Wasser marsch: Sauberer Strom aus rotweißroten Quellen

Der Verbund setzt auf heimische Wasserkraft

„Klimaschutz ist eine unserer größten Herausforderungen. Wir arbeiten an Lösungen."

Verbund-Chef Wolfgang Anzengruber

Naturkatastrophen in aller Welt zeigen uns: Für den globalen Klimaschutz ist es 5 vor 12. Der Verbund, Österreichs führendes Elektrizitätsunternehmen, setzt nicht erst jetzt, sondern traditionell auf grüne, erneuerbare Energieträger. Der rotweißrote Energiekonzern liefert nicht zuletzt seinen Privatkunden sauberen Strom aus reiner heimischer Wasserkraft: Zur Sicherheit auch mit TÜV-Garantie.

Weltweit entstehen gewaltige Mengen an Treibhausgasen bei der Stromproduktion aus fossilen Energieträgern. Dagegen fällt bei der Erzeugung von Strom aus erneuerbaren Quellen, wie Wasser- oder Windkraft, Sonnenstrahlung, Biomasse oder Erdwärme, kein zusätzliches CO_2 an. Deshalb heißt diese elektrische Energie auch „Grünstrom" oder „Ökostrom".

Zwei Drittel des Stroms in Österreich werden aus heimischer Wasserkraft gewonnen; mehr als die Hälfte davon kommt vom Verbund. Im Sinne der Reduktion des CO_2-Ausstosses ist Wasser in Österreich derzeit die wichtigste erneuerbare Energiequelle.

Was kann ich beitragen?
Eine klare Mehrheit der österreichischen Bevölkerung spricht sich für die Nutzung der heimischen Wasserkraft zur Energiegewinnung aus. Doch fragen sich viele Konsumenten, was sie persönlich zum Schutz des Klimas und damit unserer Umwelt beitragen können. Die Antwort: bewusst mit der wertvollen Energieform „Strom" umgehen!

Premium-Strom konsumieren!
Neben einem bewussten, effizienten Umgang mit Energie im Alltag ist die bewusste Kaufentscheidung für „Premium"-Strom aus erneuerbaren Quellen ein wichtiger Beitrag zum Klimaschutz. Der Verbund gewinnt nicht nur fast 90 % seines Stroms in Österreich aus rotweißroter Wasserkraft, aus dieser Energiequelle verkauft das Unternehmen auch an seine Haushaltskunden garantiert 100 % Grünstrom.

TÜV-Garantie für „Ökostrom"- was bedeutet das?

Wie kann ich als Endverbraucher sicher sein, dass der gelieferte Strom auch wirklich sauber ist? Damit nicht jeder Stromanbieter sein Produkt als so genannten „Ökostrom" aus erneuerbaren Quellen verkaufen kann, haben die renommierten Technischen Überwachungs-Vereine ein TÜV-Zertifikat und rigide Vergaberichtlinien sowie strenge Kontrollen erarbeitet. Der Stromanbieter hat – wenn er dieses Zertifikat führen darf – nachgewiesen, dass er Strom aus erneuerbaren Quellen bereitstellt und liefert. Die bekannte Schutzmarke TÜV steht somit für Sicherheit und Unabhängigkeit. Wo TÜV draufsteht, ist auch garantiert drin, was versprochen wurde.

Verbund

Mehr Informationen unter **www.verbund.at**. Serviceline: **0800 210 210**

bezahlte Anzeige

„Zeit schenken“

5 Jahre ehrenamtlicher Besuchsdienst

Vor 5 Jahren wurde er gegründet, inzwischen engagieren sich über 600 ehrenamtliche BesucherInnen und „schenken Zeit“ im NÖ Hilfswerk: Der ehrenamtliche Besuchsdienst des Hilfswerks feiert heuer sein 5-jähriges Jubiläum.

LR Mikl-Leitner, LAbg. Hinterholzer und Hilfswerk-Geschäftsführer Hampel mit den beiden Besuchsdienst-Pionieren Gerta Bösmüller und Heinrich Schneider

Begangen wurde der Geburtstag Mitte September mit einer großen Festveranstaltung auf der Schallaburg. Die Feier, deren Höhepunkt eine unterhaltsame Kabarettstunde mit Peter & Teutscher war, war als Dankeschön für die engagierten BesucherInnen gedacht. Über 200 von ihnen folgten der Einladung und waren dabei. „Zeit ist das schönste Geschenk, das man einem anderen Menschen machen kann“, so Hilfswerk-Vizepräsidentin LAbg. Michaela Hinterholzer anlässlich der Jubiläumsfeier. „Der Besuchsdienst ist eine wunderbare Bereicherung für die ältere Generation, aber auch für junge Menschen.“ Landesrätin Mag. Johanna Mikl-Leitner, die als Ehrengast auf der Schallaburg begrüßt werden konnte, ergänzte: „Die engagierten Ehrenamtlichen bilden für ältere Menschen eine Brücke zur Umwelt und ein soziales Netz, in dem sich die Menschen sicher aufgehoben und geborgen fühlen.“

Dasein für einsame Menschen

Im Übrigen kann in diesen Wochen auch eine erfreuliche Zwischenbilanz gezogen werden: Rund 100.000 ehrenamtliche Stunden wurden von den BesucherInnen in den letzten 5 Jahren in Niederösterreichs Haushalten geleistet. Wer sich dem Besuchsdienst-Team in seiner Gemeinde anschließen oder selbst organisatorisch mitwirken möchte, ist herzlich willkommen. Informationen unter 0676/8787 34100.

Die Teilnehmerinnen des Spielgruppenleiterinnen-Lehrganges 2008/09 zeigten am Abschlusstag ihr Können und gestalteten diesen Tag mit kreativen Beiträgen, bevor sie ihre Zertifikate entgegen nehmen durften.

Lehrgang für Spielgruppen

Spielen will gelernt sein!

Kreatives Gestalten, kindgerechte Lieder und Gedichte, Tastspiele: All das und vieles mehr sollte einem vertraut sein, wenn man eine Kinder-Spielgruppe leiten möchte. Beim NÖ Hilfswerk wird die dazu notwendige Ausbildung angeboten.

Über 70 Spielgruppen für die verschiedensten Altersgruppen werden im NÖ Hilfswerk geführt: Gelegenheit für die Kleinen, altersgerecht betreut und unterhalten zu werden. Gelegenheit für die Großen, also die Eltern, Anregungen für Spiele, Lieder oder Tänze mit nach Hause zu nehmen, um sie selbst auszuprobieren. Das Wissen, das man als LeiterIn dieser Spielgruppen braucht, kann man sich ebenfalls im Hilfswerk aneignen: Hier wird ein von der NÖ Landesakademie zertifizierter Lehrgang angeboten. Der nächste startet im Februar 2010 in St. Pölten!

Hoppe Hoppe Reiter ■ An neun Samstagen lernt man Spielpädagogik (Tänze, Gedichte, Tastspiele, Basteln, Kniereiter und vieles mehr), aber auch Entwicklungspsychologie, Organisatorisches rund um eine Spielgruppe, Elternarbeit, Spezielles zu Babygruppen und vieles mehr. Die Kurse finden jeweils ganztägig statt, Anmeldungen und Informationen bei Lehrgangsleiterin Claudia Varga, Tel. 0676/8787 42306.

Essen à la Carte:

Probieren Sie es aus!

Ein warmes, schmackhaftes und gesundes Mittagessen – dann, wenn Sie es haben möchten. Das kann Ihnen das NÖ Hilfswerk ins Haus liefern. Mit den Tiefkühlspeisen der führenden Firma Gourmet Menü-Service bietet das Hilfswerk eine reichhaltige Auswahl an Vor-, Haupt- und Nachspeisen, alles in bester österreichischer Qualität und ohne Farb- und Konservierungsstoffe. Die Menüs werden einmal pro Woche tiefgekühlt zu Ihnen ins Haus geliefert.

Lernen Sie diese Möglichkeit nun günstig kennen: Einen Kennenlern-Karton erhalten Sie zum Vorzugspreis von 20,99 Euro. Sie sparen damit 7,50 Euro zum Normalpreis und erhalten sieben Hauptspeisen, darunter Kalbsbutterschnitzel, Fischfilet und Ennstaler Bauernknödel. Bestellungen unter Tel. 02742/249-1333 (Most- und Waldviertel) und Tel. 02236/90 80 32 (Industrie- und Weinviertel).

Hilfswerk eröffnet fünfte Kleinkinderstube Niederösterreichs

Flexible, bedarfsgerechte Kinderbetreuung für Kleinkinder bieten die einzigartigen Kleinkinderstuben des NÖ Hilfswerks.

In Wohn- und Arbeitsplatznähe der Eltern werden Kinder bis 2,5 Jahre in der Kleingruppe betreut – die Öffnungszeiten richten sich flexibel nach dem Bedarf der Eltern, die Betreuung erfolgt durch eine pädagogisch ausgebildete Mobile Mami des Hilfswerks. Ende September wurde nun die fünfte Kleinkinderstube Niederösterreichs von Landesrätin Johanna Mikl-Leitner in Fischamend eröffnet.

Wie eine Familie ■ In der Kleinkinderstube wird besonders darauf geachtet, dass sich die Pädagogin in einer kleinen Gruppe auf jedes einzelne Kind konzentrieren kann: Eine Betreuerin ist dabei für maximal 4 Kinder verantwortlich. „Damit garantieren wir eine möglichst familienähnliche und qualitativ hochwertige Betreuung“, so Hilfswerk-Geschäftsführer Gunther Hampel. „Die Kleinkinderstube schafft für Niederösterreichs Eltern wieder ein Stück Wahlfreiheit mehr, die für ihr Kind am besten geeignete Betreuungsform auszuwählen.“

Wahlfreiheit ■ Die Kleinkinderstube in Fischamend wurde in enger Kooperation mit der Stadtgemeinde eingerichtet. Fünf bis sechs Kinder zwischen einem halben und zweieinhalb Jahren werden hier regelmäßig von Pädagoginnen betreut.

Konzentration, Schuss und Treffer. Einige Kinder entpuppten sich als wahre Bogenschieß-Champions!

Feriencamp für Kinder

Im Wald und in luftiger Höhe

Städtereisen, Kultururlaube und entspannende Wellness-Trips bedeuten für Erwachsene wunderbare Ferien – für Kinder eher nicht. Sie wollen Abenteuer, Action und Spaß mit Gleichaltrigen. Genau das bekommen sie in den Feriencamps des NÖ Hilfswerks.

Bereits zum zweiten Mal veranstaltete das Hilfswerk heuer ein Kinder-Feriencamp in den Sommerferien: Über 40 Kinder zwischen 9 und 13 Jahren waren mit dabei, als es für jeweils eine Woche in den Naturpark Eisenwurzen ging. Und getreu nach dem Camp-Motto „Hilfswerk-Kids – gesund und fit“ wurde es keine Minute langweilig – die schöne Natur in dieser Gegend und das traumhafte Ferienwetter luden zu allerlei Abenteuer und Action ein. Waldpädagogische Spiele, Wanderungen mit Wirt Rudi, Ausflüge, Grillabende am Lagerfeuer und vieles mehr standen auf dem Programm. Was den Kindern besonders in Erinnerung bleiben wird? Das Bogenschießen auf dem Waldparcours, der Tag im Hochseilgarten, an dem sich die Teilnehmer in luftiger Höhe gut gesichert und bei traumhafter Aussicht bewegen konnten, und der Ausflug in den Wasserspielpark von St. Gallen, wo die Kinder faszinierende Abenteuer rund um das Element Wasser erlebten.

Volles Programm ■ Dazwischen war immer wieder Zeit für Spiele im Freien, Barfuß-Wandern mit verbundenen Augen, das Basteln eines Mandalas aus Materialien aus dem Wald, Freibadbesuche, aber auch Feedbackrunden, Zimmerkontrollen und natürlich für den täglichen Morgensport!

Die Sommerferien 2010 kommen bestimmt! ■ Unverbindliche Vormerkungen für das Feriencamp 2010 unter: 02742/249-1403.

Klettern in luftigen Höhen? Kein Problem für die Kids!

NOTRUFTELEFON:
DAS IDEALE WEIHNACHTSGESCHENK

HILFSWERK

Aktion: Gratis Anschluss im Dezember 2009 & Jänner 2010!

Rundum sicher, leicht gemacht. Als Armbanduhr oder an der Kette getragen, bietet das Notruftelefon Sicherheit in den eigenen vier Wänden. Auf Knopfdruck organisiert die rund um die Uhr besetzte Notrufzentrale rasch und gezielt Hilfe. Der Anschluss ist dank des **GSM-Moduls auch ohne Festnetzleitung möglich!**

Für Informationen rufen Sie unsere **Gratis Hotline** unter **0800/800 408** an oder kontaktieren Sie Ihr örtliches Hilfswerk! www.hilfswerk.at

LIVE SERVICE

HOTEL ZUM KIRCHENWIRT MARIAZELL

Hotel „Zum Kirchenwirt“
• 27 neu renovierte Zimmer & junior Suiten in hellem Fichten- und Birkenholz
• Seminar & Veranstaltungssaal
• Terrasse mit Basilikablick
• Panoramasauna
• Hauskapelle

Restaurant „Zum Kirchenwirt“
Harald Schweighofer
• 120 Sitzplätze in 3 gemütlichen Gasträumen
• Traditionelle Küche
• Täglich wechselnde Tageskarte und Menüs
• Gepflegte Biere und guter Wein
• Freundliches Team

Wr. Neustädterstr. 4/ 8630 Mariazell
Tel: 03882 34534 Fax-DW: 60
www.hotelkirchenwirt.net
info@hotelkirchenwirt.net

Leben mit Demenz – den Alltag bewältigen

Art.-Nr. 205378-89

Geeignete Produkte finden Sie im Katalog „miteinander leben“!

Kostenlos anfordern unter
Tel. 0800 8809400 (kostenfrei)
oder unter www.wehrfritz.at

Wehrfritz miteinander leben
Wehrfritz GmbH · Albert-Loacker-Str. 8 · 6960 Wolfurt

LEISTUNGEN & ADRESSEN

Hilfswerk – für die ganze Familie

Unterstützung in den eigenen vier Wänden:
- Hauskrankenpflege
- Heim- und Altenhilfe
- 24-Stunden-Betreuung
- Mobile Physio- und Ergotherapie, Logopädie
- Beratung und Begleitung pflegender Angehöriger
- Essen auf Rädern und Tiefkühlmenüs „Essen à la carte“
- Notruftelefon
- Haus- und Wohnservice
- Familienhilfe
- Verleih von bzw. Beratung bei Pflegehilfsmitteln

Kinder in den besten Händen:
- Kinderbetreuung durch Tagesmütter und Mobile Mamis
- Kleinkinderbetreuung in Kindertreffs
- Nachmittagsbetreuung für Schulkinder
- Oma/Opa-Börse, Babysitterbörse
- Spielgruppen
- Spezielle Ferienbetreuung
- Bildungsangebote für die ganze Familie
- Eltern-Kind-Zentren
- Sommer-Feriencamps

Rund ums Lernen:
- Nachhilfe und Lernbegleitung
- Hausaufgabenbetreuung und Lernclubs
- Vielfältige Kurse „rund um’s Lernen“
- Ferienlernwochen

Zentren für Beratung & Begleitung:
- Familien-, Partner- und Jugendberatungsstelle
- Psychotherapie, Mediation
- Hilfe in Scheidungssituationen, z. B. Besuchscafe, „Scheidungskindergruppen“
- Diagnostik
- Teilleistungs-, Legasthenie- und Dyskalkulietraining
- Mobile Frühförderung
- Vielfältige Bildungsangebote, z.B. Elternbildung
- Arbeitsbegleitung für Jugendliche
- NÖ Frauentelefon 0800 800 810
- NÖ Krisentelefon 0800/20 20 16

Immer in Ihrer Nähe: 200 Standorte – flächendeckend in ganz Niederösterreich!

Die Adressen all unserer Standorte finden Sie auf http://niederoesterreich.hilfswerk.at!

Landesgeschäftsstelle
Ferstlergasse 4, 3100 St. Pölten, Tel. 02742/249-0,
Fax 02742/249-1717, Service@noe.hilfswerk.at

Hilfswerk-INFOline für ganz Niederösterreich: 02742/90 600
Kompetente Info – Montag bis Freitag von 7 bis 19 Uhr,
Samstag von 9 bis 12 Uhr