

HAND IN HAND

Zeitschrift für Gesundheit, Familie und Soziales

Nr. 2/2010



HILFSWERK

Schmerzen

Darüber reden,
ernst nehmen,
behandeln.

Seite 20

NIEDERÖSTERREICH



Ein sicherer Job ohne Pendeln.

Tagesmutter: Ein Beruf mit
Zukunft und viel Familie.

Seite 6



Zurück im Arbeitsleben.

Gemeinsames Projekt
von NÖ Hilfswerk und
AMS NÖ unterstützt
WiedereinsteigerInnen.

Seite 27

Österreich Inserat

Editorial

Für andere „da sein“

Laut dem ersten Freiwilligenbericht sind 45 % der ÖsterreicherInnen freiwillig tätig. Damit leisten sie unglaubliche 14,7 Millionen Stunden an freiwilliger Arbeit und einen wichtigen Teil für den sozialen Zusammenhalt in unserem Land. Viele Leistungen wären ohne dieses Engagement nicht möglich. Neben dem starken freiwilligen Engagement der ÖsterreicherInnen zeigt der Bericht einen europaweit abnehmenden Trend an freiwilliger Tätigkeit. Hoffentlich kann das Europäische Jahr der Freiwilligentätigkeiten 2011 dazu beitragen, diesen Trend in Europa umzukehren.

Ein sehr umfassendes und heterogenes Feld des freiwilligen Engagements zeigt sich im Sozialbereich: Die Familien werden kleiner, mehr Frauen gehen arbeiten, die Scheidungsraten steigen und ältere Menschen sind öfter allein. Daher wird die Nachfrage nach freiwilligem Engagement insbesondere im Pflegebereich künftig noch weiter steigen. Aus diesem Grund hat das NÖ Hilfswerk vor über fünf Jahren einen ehrenamtlichen Besuchsdienst ins Leben gerufen. 630 ehrenamtliche Besucher gibt es bereits.

150.000 – so viele Stunden leisteten im Vorjahr 2.800 Ehrenamtliche und FunktionärInnen im NÖ Hilfswerk – das sagt der „Erste Freiwilligenbericht des NÖ Hilfswerks“. Unserer Ehrenamtlichen sind täglich für die gute Sache in ganz Niederösterreich im Einsatz. Dafür gebührt ihnen großer Dank und besondere Hochachtung. Wollen Sie auch mitmachen? Freiwilligenarbeit ist für jeden eine Chance mitzuarbeiten und seine Ideen und Fähigkeiten der Gesellschaft zur Verfügung zu stellen. Ob beim Besuchsdienst oder in einem anderen Bereich. Wir freuen uns auf Sie!



Mag. Markus Hiesberger,
Chefredakteur HAND IN HAND Niederösterreich

Hilfe in Haus und Garten

Nach einem langen und kalten Winter hat uns der Frühling wieder. Höchste Zeit, Haus und Wohnung wieder auf Hochglanz zu bringen! Unser Haus- und Wohnservice kann Sie dabei zuverlässig unterstützen: Über 150 Servicekräfte in ganz Niederösterreich erledigen Reinigungsarbeiten, helfen beim Waschen und Bügeln, pflegen ihren Garten und entrümpeln Haus und Wohnung. Weiters übernehmen sie ihre Einkäufe und diverse Botengänge. Die MitarbeiterInnen werden dafür speziell in Sachen Haushaltsmanagement, Gartenarbeit, Kommunikation, Erste Hilfe und vielem mehr geschult.

Brauchen Sie Unterstützung? Dann rufen Sie die landesweite INFOLINE 02742/90 600.

INHALT



5

Kinderparlament.

Willkommen im Schülertreff Bisamberg.



6

Ein sicherer Job ohne Pendeln.

Tagesmutter: Eine Arbeit mit Zukunft und viel Familie.



12

KINDER FÖRDERN. ELTERN HELFEN.

Information, Beratung und Unterhaltung bei der Family Tour.



17

Hilfe für Haiti.

Helfen Sie mit, die Not der Menschen zu lindern!



18

Beruhigt in den Urlaub.

24-Stunden-Sicherheit mit dem Hilfswerk.



20

Schmerzen.

Darüber reden, ernst nehmen, behandeln.



25

Lebensqualität heißt schmerzfrei sein.

Schmerzen lassen sich gut kontrollieren.

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: markus.hiesberger@noe.hilfswerk.at • **Redaktion Niederösterreich:** Markus Hiesberger, Martina Kern, Elisabeth Bosch • **Redaktion:** Elisabeth Anselm, Harald Blümel, Elisabeth Bosch, Martina Goetz, Daniela Gutsch, Marco Haas, Markus Hiesberger, Brigitte Hingerl, Martina Kern, Heiko Nötstaller, Viktoria Rechling, Viktoria Tischler • **Bildnachweis, Fotos:** Hilfswerk Österreich, Joachim Haslinger, Abbé Libansky, Klaus Titzler, shutterstock (Seiten 20, 23), NÖ Hilfswerk, Franz Hagl, Fotolia.com, veer (Cover) • **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:** Niederösterreichisches Pressehaus, 3100 St. Pölten

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 markus.hiesberger@noe.hilfswerk.at



Liebes Hilfswerk-Team!

Meine Mama, Frau Maria Weiß aus Himberg, wurde vom NÖ Hilfswerk vom 15. Dezember 2009 bis zum 19. Jänner 2010 betreut. Meine Mama ist am 19. Jänner 2010 verstorben.

Ich möchte mich sehr herzlich für die Unterstützung Ihrer Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter bedanken und erbitte von Ihnen, dass Sie diesen Dank weitergeben!

Eine Betreuung, wie sie meine Mama bekam, wäre ohne die großartige Hilfe und Unterstützung durch Ihr Personal nicht möglich gewesen.

Ich möchte keine Namen nennen, denn ich könnte auf wen vergessen. In Schwechat weiß man aber, wen ich meine.

Ich verbleibe mit einem herzlichen DANKE und freundlichen Grüßen

Johann Weiß

Liebe Schwester Petra und das Team von der Hilfswerk-Tagesheimstätte St. Gabriel!

Ich bedanke mich recht herzlich für die sehr gute, jahrelange Betreuung meiner demenzkranken Frau. Vor allem für die menschliche Art und die Beschäftigungstherapie. Alle Achtung – ein gut ausgebildetes Team!!

Mit besten Grüßen

Eduard Harant aus Möllersdorf

Liebe Frau Schalko!

Frau Horska hat Sie ja schon vom Tod meiner Mutter infor-

miert. Ich möchte mich von Ihnen verabschieden und mich bei Ihnen bedanken. Ich war mit den Leistungen des Hilfswerks sehr zufrieden – insbesondere Frau Alsbeta Horska ist eine Perle. Sie hat mir in einer schwierigen Zeit durch ihre herzliche, immer hilfreiche und gleichzeitig diskrete Art sehr geholfen. Ich hätte mir keine bessere Begleitung wünschen können. Ihnen und Ihrem Team wünsche ich alles Gute.

Mit freundlichen Grüßen

Dr. Gertraud Grabherr

Niederösterreich-CARD als kleines Dankeschön

630 ehrenamtliche Besucher engagieren sich für den Besuchsdienst des NÖ Hilfswerks.

■ Unter dem Motto „da.sein“ schenken sie jedes Monat rund 750 älteren, einsamen Menschen in ganz Niederösterreich ein „bisschen Zeit“. Als Dankeschön stellt die Nieder-

österreichische Versicherung den engagierten Besuchern die beliebten Niederösterreich-CARDS zur Verfügung. Die ersten Karten wurden von Bernhard Lackner, Vorstandsdirektor der Niederösterreichischen Versicherung und Gunther Hampel übergeben.



Feriencamp im Waldviertel

Auch heuer veranstaltet das NÖ Hilfswerk vom 24. Juli bis 14. August 2010 ein actionreiches Feriencamp für Kinder zwischen 9 und 13 Jahren, entweder für eine oder zwei aufeinanderfolgende Wochen (Samstag bis Samstag). Eine Woche in der direkt am See gelegenen Jugendherberge in Neu Nagelberg im Waldviertel kostet 250 Euro alles

inklusive, mit An- und Abreise, Vollpension, pädagogischer Betreuung, Unfallversicherung für die Kinder und sämtlicher Ausrüstung für das Aktivprogramm.

NÖ Hilfswerk

www.hilfswerk.at, Tel. 02742/249-0
ulrike.blei@noe.hilfswerk.at

INFO





„Kinderparlament“ im Schülertreff Bisamberg

In den 48 Schülertreffs vom NÖ Hilfswerk wird Gemeinschaft großgeschrieben.

Gemeinsam ist besser als einsam. Das wissen schon die Schulkinder im Hilfswerk-Hort. Ob beim Mittagessen, Hausaufgaben machen oder beim Spielen im Garten: Der Zusammenhalt bringt's und außerdem macht's doppelt Spaß.

Nur noch eine halbe Stunde, Mama!“ Im Bisamberger Schülertreff hört man diesen Satz regelmäßig. Nicht selten, dass Eltern ein zweites Mal im Hort vorbeikommen, um ihre Kinder abzuholen. „Die Kinder fühlen sich bei uns einfach wohl – es ist wie ein zweites Zuhause für sie“, freut sich Hortpädagogin Christine Böck. Mit viel Herz und Einfühlungsvermögen betreut Frau Böck seit 11 Jahren Schulkinder in Bisamberg. 78 Kinder von sechs bis zehn Jahren werden in drei Gruppen von Unterrichtsende bis 17 Uhr bestens umsorgt. Das Herzstück der Einrichtung ist der große Garten. Dieser wird nach dem gemeinsamen Mittagessen und der Erledigung der Hausaufgaben täglich aufs Neue erobert.

Ruhepol für Kinder ■ Die ausgebildeten Pädagoginnen und Hort-Helferinnen setzen auf eine gute Mischung aus Lernen und Freizeit im Betreuungsalltag. „Unser Team möchte eine Wohlfühlatmosphäre schaffen“, betont Christine Böck. „Wir sind für unsere Kinder da und nehmen uns für ihre Fragen Zeit.“ Diese po-

sitive Einstellung überträgt sich auch auf die Kinder. Sie erfahren Wertschätzung, emotionale Zuwendung und Respekt. Das stärkt ihre sozialen Fähigkeiten.

Regeln müssen sein ■ „Miteinander statt gegeneinander, sage ich oft zu ‚meinen‘ Kindern.“ Wie wichtig es ist, das Gruppengefühl durch Gemeinschaftserlebnisse zu fördern, weiß Frau Böck aus langjähriger Erfahrung genau. Es gibt eine Art „Kinderparlament“, wo Aktivitäten geplant, Gruppenregeln entwickelt und Stimmungslagen zusammen mit der Pädagogin besprochen werden können. So ist auch das neue Plakat mit den Hortregeln entstanden. Der Inhalt ist für die Kinder Gesetz. „Es fällt ihnen nicht schwer, die Hortregeln einzuhalten, schließlich wurden sie gemeinsam erarbeitet“, erzählt die Pädagogin.

Gemeinsam leben lernen ■ Im Bisamberger Hort lernen die Kinder spielerisch die Regeln des sozialen Miteinanders. Dabei ist Frau Böck ein gesunder Humor ganz wichtig: „Eine ernste Basis und dazwischen

immer wieder etwas Lustiges. Das nimmt dem Ganzen die Schärfe.“ Diesen Weg geht sie auch bei der Elternarbeit und ist damit sehr erfolgreich. Elternabende und regelmäßige „Updates“ zwischen Tür und Angel stehen hier am Programm. „Es geht schließlich um das Wohlfinden des ‚gemeinsamen‘ Kindes“, sagt Frau Böck lächelnd.

TIPP

Für jedes Kind die richtige Betreuung

Niederösterreichs Eltern können beim Hilfswerk aus einer breiten Angebotspalette das passende Kinderbetreuungsmodell auswählen

- Tagesmütter/-väter: Flexible Betreuung in familiärer Atmosphäre
- Mobile Mamis: Kinderbetreuung im Haushalt der Familie, ideal für Kleinkinder
- Schülertreff: Nachmittagsbetreuung für Schulkinder
- Kindertreff: Betreuung für Kinder ab 1,5 Jahren
- Kleinkinderstuben, Spielgruppen, Ferienbetreuung, Babysitter- und Oma/Opa-Börse etc.

Landesweite INFOline Tel. 02742/90 600



16 neue Tagesmütter haben die Ausbildung in Wiener Neustadt abgeschlossen.

Neue Ausbildung bringt noch bessere Berufschancen

Ein sicherer Job ohne Pendeln

Die Arbeit ist spannend, krisensicher und familienfreundlich. Melanie Wippel aus Statzendorf ist eine von über 800 Tagesmüttern beim NÖ Hilfswerk. Das Hilfswerk startet eine Initiative für mehr Kindersicherheit. Die Tagesmütter werden dafür speziell ausgebildet.

Niederösterreich ist bundesweit führend in der Kinderbetreuung durch Tagesmütter. Etwa 800 Tagesmütter des NÖ Hilfswerks betreuen über 3.600 Kinder: Eine neue Ausbildung macht den Tagesmutter-Beruf noch attraktiver und bietet mehr Möglichkeiten: Die intensivere theoretische und praktische Ausbildung vermittelt Kompetenzen, die mit Zusatzkursen erweitert werden können und damit die Türen zu anderen pädagogischen Berufen öffnet. Das NÖ Hilfswerk startete vor einem Jahr mit der „Tagesmutter-Ausbildung neu“. Fünf Lehrgänge

mit 50 Teilnehmerinnen sind bereits abgeschlossen. 2010 haben vier Lehrgänge begonnen, sechs werden folgen. Die aktuellen Termine finden Sie unter www.hilfswerk.at.

Umfassende Ausbildung bietet mehr Chancen ■ Die neue modulare Ausbildung umfasst 160 Unterrichtseinheiten, davon 64 Praxisstunden in den Themenbereichen Entwicklungspsychologie, Gesundheitsförderung, Erste Hilfe, pädagogische Schwerpunkte, Didaktik und vieles mehr. Darüber hinaus bietet das NÖ Hilfswerk seinen Tagesmüttern vielfältige Fortbil-

dungsveranstaltungen, laufende fachliche Begleitung, eine Tagesmutter-Gruppe zum persönlichen Austausch, die Vermittlung von Tageskindern sowie Versicherungen für Kinder und Tagesmütter.

Die Vorteile einer Tagesmutter ■ Die Tagesmutter kennt ihre Schützlinge, kann auf individuelle Bedürfnisse eingehen, fördert als konstante Bezugsperson die Entwicklung und Kreativität der Kinder, hilft bei den Hausaufgaben und sorgt für eine sinnvolle Freizeitgestaltung. Der große Vorteil für berufstätige Eltern: die Betreuungszeiten wer-

den frei vereinbart, was in Notsituationen und in den Ferien eine große Entlastung bedeutet.

Ein Beruf aus Leidenschaft ■

Eine der „neuen Tagesmütter“ ist seit September 2009 Melanie Wippel aus Stanzendorf bei St. Pölten. Sie betreut den vierjährigen Alexander, die eineinhalbjährige Viktoria und ihre eigene Tochter, die dreijährige Chiara. Melanie Wippel unternimmt viel mit ihren Tageskindern. Es geht ins Schwimmbad nach Krems, zum Kindermusical nach St. Pölten oder zur Feuerwehr nach Stanzendorf. Dort ist Frau Wippels Mann der Kommandant der Feuerwehr. Auch der eigene Garten ist vor Melanie und ihren Kindern nicht sicher: In der kalten Jahreszeit gehen sie Schneemann bauen, Schlitten fahren oder einfach im Schnee herumkugeln. Im Sommer warten Sandkiste, Schwimmbad, Spielhaus und Schaukel im eigenen Garten auf die Kleinen. Wenn die Kinder Glück haben, kommt Nachbarshund Damon zu Besuch. Bei Schlechtwetter ist ebenfalls für Abwechslung gesorgt: Bücher lesen, Lego spielen, Puzzle bauen, in der Puppenküche kochen. Womit wir schon beim nächsten Thema sind: gesunde Ernährung. Bei Frau Wippel wird jeden Tag frisch gekocht. Für Abwechslung auf dem Speiseplan ist gesorgt. Es gibt Gemüse, Fleisch oder Süßes, und natürlich dürfen Obst, Pizza und Spaghetti nicht fehlen. Auf die Frage nach dem Lieblingsessen gibt es nur

eine Antwort: Buchstabensuppe und Fleischknödel.

Ausbildung für die Praxis ■

„Die Ausbildung ist sehr praxisorientiert. Besonders die Arbeit bei einer erfahrenen Tagesmutter hat mir viel gebracht“, so die junge Tagesmutter. Sehr wichtig findet Melanie Wippel den Erste-Hilfe-Kurs für Kinder: „Dieser Kurs wäre für alle Eltern sinnvoll, denn bei den Kleinen muss man besonders aufpassen, dass man im Notfall alles richtig macht.“ Frau Wippel hat den für sie „perfekten“ Beruf gefunden: „Es ist einfach praktisch, zu Hause zu arbeiten und sich gleichzeitig um das eigene Kind zu kümmern.“

Schwerpunkt Kindersicherheit ■

Die Unfallgefahr ist bei Kindern zu Hause am größten. Über die Hälfte aller Unfälle passieren daheim oder in der Freizeit. Der Großteil der Unfälle wäre durch geeignete Maßnahmen, mehr Vorsicht und Sicherheitserziehung vermeidbar. Um Gefahren rechtzeitig zu erkennen und zu vermeiden, müssen die Betreuungspersonen über Kindersicherheit Bescheid wissen. Dafür werden im heurigen Jahr niederösterreichweit MitarbeiterInnen des NÖ Hilfswerks im Kinderbetreuungsbezug entsprechend geschult. Die intensive Weiterbildung über die entsprechende Gestaltung von Betreuungsräumlichkeiten und geeignete Vorsichtsmaßnahmen wird vom Kuratorium für Verkehrssicherheit durchgeführt.



Tagesmütter und Mobile Mamis lernen Gefahrensituationen im Alltag richtig zu erkennen und bestmöglich zu beseitigen. Frau Wippel hat diese Ausbildung am 8. Mai erfolgreich abgeschlossen. Aber nicht alle Unfälle sind vermeidbar: aufgeschürfte Knie, blaue Flecken, zerrissene Hosen gehören zum Kindsein dazu und helfen den Kindern, Risiken besser abzuschätzen. Nach dem Motto: Keine Angst vor Kratzern – Augen auf vor wirklichen Gefahren.

Tagesmutter – ein Beruf mit Zukunft

INFO

Das NÖ Hilfswerk sucht in allen NÖ Bezirken dringend Tagesmütter. Nähere Infos zu den Kursen, zum Beruf der Tagesmutter und falls Sie eine Tagesmutter brauchen, unter www.hilfswerk.at, der INFOline 02742/906 00 oder beim Hilfswerk in Ihrer Nähe.

Die Gratis-Sicherheitsbroschüre erhalten Sie unter 02742/906 00 oder unter service@noe.hilfswerk.at



Willkommen beim „Tag des Hilfswerks“!

Jedes Jahr im Juni lädt das Hilfswerk zum landesweiten „Tag des Hilfswerks“: Heuer sind am und rund um den 11. Juni alle NiederösterreicherInnen zu zahlreichen regionalen Veranstaltungen eingeladen.

Samstag, 5. Juni 2010

■ **Schmidatal:** Kinderspielefest in der Wienerstraße 12, 3710 Ziersdorf, 14–17 Uhr, Spiele im und mit Stroh

Sonntag, 6. Juni 2010

■ **St. Pölten:** Gesundheitstag mit Feldmesse in Karlstetten, Beginn um 9.15 Uhr, anschließend wird mit den Kindern in der Hauptschule mit wiederverwertbaren Materialien gespielt und gebastelt, die alle Sinne der Kinder anregen. Kinderbetreuung, Gesundheitsstraße

■ **Schmidatal:** Kinderspielefest in der Wienerstraße 12, 3710 Ziersdorf, 10.30–14 Uhr, Spiele im und mit Stroh

Dienstag, 8. Juni 2010

■ **Atzenbrugg:** Tag der offenen Tür im Hilfswerk Atzenbrugg, 9–12 Uhr, Hütteldorferstraße 3, 3452 Heiligeneich, Information aller Interessierten über das Angebot des Hilfswerks, Kaffee

Mittwoch 09. Juni 2010

■ **Zistersdorf:** Wochenmarkt am Stadtplatz in Zistersdorf, 7.30–10.30 Uhr, Blutdruckmessen, Kaffee und Kuchen

Donnerstag 10. Juni 2010

■ **Schwechat:** Infostand über zahlreiche Angebote am Hauptplatz Schwechat vor der Pfarre, 8.30–12.30 Uhr, Blutdruckmessen, Werbebeschenke, Mineral und Äpfel

Freitag, 11. Juni 2010

■ **Aspang:** Tag der offenen Tür im Hilfswerk Aspang, 9–14 Uhr, Johanna, Perggen-Straße 6, 2870 Aspang. Kinderturnen, für ältere Besucher wird Bewegung mit Therapeuten angeboten

■ **Gänserndorf:** Tag der offenen Tür in der Wienerstraße 78, 2230 Gänserndorf, 9–14 Uhr, Blutdruck- und Blutzuckermessung, Spiele für Kinder

■ **Gmünd:** Tag der offenen Tür in der Conrathstraße 38, 3950 Gmünd, 9–12 Uhr, Information und Beratung zu allen Hilfswerk, Angeboten, Blutdruckmessung, Kaffee und Kuchen

■ **Groß Gerungs:** Tag der offenen Tür im Hilfswerk, Zwertler Straße 110, 9–12 Uhr, Informationen, Blutdruck- und Blutzuckerbestimmung, Cholesterinmessung, Kaffee und Kuchen

■ **Horn:** Tag der offenen Tür im Hilfswerk, Stephansberg 14, 3580 Horn, 9–12 Uhr, es werden alle Angebote präsentiert

■ **Korneuburg:** Infostand am Hauptplatz in Korneuburg mit Verpflegung (Kuchen, Sekt/Orange), 9–11 Uhr, Tombola-verlosung

■ **Land um Laa:** Infostand am Hauptplatz, 9–12 Uhr, es werden gelbe Rosen und kleine Werbegeschenke verteilt, Blutdruck und Blutzuckermessen

■ **Neulengach:** Information über sämtliche Angebote von KIJUFA und HPD im Hilfswerk bei Kaffee und Kuchen, 9–12.30 Uhr

■ **Neunkirchen:** Tag der offenen Tür in der Triester Straße 29, 2620 Neunkirchen, 9–14 Uhr, Vorstellung Angebote, Beratung, Gesundheitsstraße, Blutdruck- und Blutzuckermessung, Kaffee, Säfte, Mineral, Kuchen, Knabbergebäck

■ **Ottenschlag:** Tag der offenen Tür im Hilfswerk, Florianiplatz 6, 3631 Ottenschlag, 8–12 Uhr, Informationen über Angebote, Blutzucker- und Blutdruckmessung, nette Gespräche bei Kaffee und Kuchen

■ **Perchtoldsdorf:** Tag der offenen Tür im Hilfswerk, 10–12 Uhr, Salitergasse 39, 2380 Perchtoldsdorf, nette Plauderei und Informationen bei kulinarischen Köstlichkeiten, Blutdruckmessung, Gedächtnisjogging, Steinkettenpräsentation und Information über



die Kraft der Steine, Pflegeberatung, Beratung rund um Kinderbetreuung und Lernen, Besichtigung vom Kindertreff Castellino

■ **Piestingtal:** Tag der offenen Tür im Hilfswerk, Gutensteinerstraße 1 c, 2753 Markt Piesting, 10–14 Uhr, Blutdruck- und Blutzuckermessung, Kaffee und Kuchen. Tag der offenen Tür im ST Markt Piesting, Bahngasse 1, 2753 Markt Piesting und im ST Pernitz, Muggendorfer Straße 15, 2763 Pernitz, von 13–16 Uhr, Spiele für Kinder, Einblick in den laufenden Betrieb, Räumlichkeiten können besichtigt werden, Buffet

■ **Poysdorf:** Tag der offenen Tür im Hilfswerk, Brunngasse 6, 2170 Poysdorf, 9–11 Uhr, Gesundheitsstraße, Blutdruckmessen, Kaffee und Kuchen. Mitarbeiter von KIJUFA und HPD verteilen gelbe Rosen in der Stadt und laden die Leute in die DLE ein

■ **Retz:** Infostand am Hauptplatz, Informationen zu Hilfswerk-Angeboten und Jobmöglichkeiten, Verkostung des Gourmet Essen à la carte, Blutdruckkontrolle, Körperfettmessung

■ **Sieghartskirchen:** Tag der offenen Tür in der Wienerstraße 12a, 3443 Sieghartskirchen, 9–12 Uhr, Informationen und Beratung über Angebote des Hilfswerks, Blutdruckmessen, Kaffee und Kuchen

■ **Stockerau und Wagram:** Info- und Servicestand beim NÖ Senioren-Landeswandertag

■ **Tulln:** Tag der offenen Tür in der Frauenhofnerstraße 56, 3430 Tulln, 10–15 Uhr, Pfl-

geberatung, Blutdruck- und Blutzuckermessung, Kinderbasteln, Kaffee und Kuchen

■ **Waidhofen:** Tag der offenen Tür im Hilfswerk, 8–12 Uhr, Graben 2, 3340 Waidhofen/Ybbs, gesunde Jause für Jung und Alt, Sinnesstraße zum Fühlen, Schmecken, Riechen, Tasten und Hören

■ **Weitra:** Tag der offenen Tür im Hilfswerk, Kirchenplatz 117, 3970 Weitra, 8–12 Uhr, Information und Beratung zu Hilfswerk-Angeboten, nette Gespräche bei Kaffee und Kuchen und Blutdruckmessen

■ **Wiental:** Tag der offenen Tür im Hilfswerk, Hauptstraße 60a, 9–13 Uhr, Bastelstation für Kinder, Kinderbuchflohmarkt, Kaffee und Kuchen

■ **Zwettl:** „Vernetzungs-Frühstück“ im Hilfswerk Hauensteinerstraße 15, 3910 Zwettl, 9–11 Uhr, Austausch, Kennenlernen, Zusammentreffen von Interessenten, Kunden und MitarbeiterInnen in gemütlicher Atmosphäre

Samstag, 12. Juni 2010

■ **Hainburg:** Infostand am Hauptplatz, 9–12 Uhr, Informationen und Beratung über Angebote des Hilfswerks, Blutdruck- und Blutzuckermessung, Kinderschminken und Kinderspiele, Obst, Getränke

Samstag, 26. Juni 2010

■ **Litschau:** Tag der offenen Tür im Hilfswerk, Stadtplatz 77, 3874 Litschau, 9–13 Uhr, Informationen über Angebote, Blutdruck- und Blutzuckermessung, Kartoffelpuffer, Kaffee und Kuchen

Lebensqualität heißt schmerzfrei sein

Schmerzen sind wichtige Alarmsignale unseres Körpers und retten oft unser Leben: Sie machen uns auf Gefahrenquellen wie Hitze, Kälte oder andere Verletzungen aufmerksam und vermeiden dadurch Schaden an unserem Körper.

Doch häufig kennen wir Schmerz auch als Peiniger, besonders dann, wenn er unsere Lebensqualität beeinträchtigt. Ständige Schmerzen sind zermürend und können auch psychische Folgen (Veränderungen) nach sich ziehen: Sie machen uns ängstlich und niedergeschlagen, und wir ziehen uns aus dem Familien- oder Freundeskreis zurück.

Die häufigsten Irrtümer im Umgang mit Schmerz:

■ **„Du bildest dir den Schmerz nur ein.“** Nicht richtig! Schmerzempfindungen sind immer subjektiv, individuell und werden von jedem Menschen anders erlebt. Sogar das eigene Schmerzempfinden ist abhängig von der Situation, in der wir uns gerade befinden.

■ **„Schmerzen gehören einfach dazu.“** Nicht richtig! Werden Schmerzen nicht behandelt, steigt das Risiko, dass dieser Schmerz chronisch wird. Akute Schmerzen sind ein wichtiger Hinweis auf eine bestehende Erkrankung. Sobald der Schmerz erkannt und dokumentiert wurde, sollte mit einer Schmerztherapie begonnen werden.

Besonderheiten von Schmerzen bei älteren Menschen ■ Es ist oft schwierig, Schmerzen bei älteren pflegebedürftigen Menschen angemessen zu beurteilen. Dadurch besteht die Gefahr, dass Schmerzen nicht richtig erkannt und somit nicht ausreichend behandelt werden können.

Eine besondere Herausforderung stellt die Schmerzerkennung bei demenziell Erkrankten dar. Sie sprechen selten über ihre Schmerzen, was zur falschen Annahme führt, dass sie tatsächlich weniger Schmerzen hätten. Erschwerend kommt hinzu, dass demente Menschen aufgrund ihrer eingeschränkten Hirnleistung Schmerzen oft nicht einordnen können. Sie drücken Schmerz anders aus: werden ängstlich, fühlen sich bedroht, wandern herum, gestikulieren, schreien und werden oft auch aggressiv. Gerade hier sollten Schmerzen als mögliche Ursache in Betracht gezogen werden.

Wie kann Sie das NÖ Hilfswerk unterstützen? ■ Seit 2004 bilden sich MitarbeiterInnen des NÖ Hilfswerks kontinuierlich zum Thema Schmerz weiter, und seit Beginn dieses Jahres arbeitet das NÖ Hilfswerk intensiv an der Umsetzung eines international wissenschaftlich anerkannten Expertenstandards. Bis spätestens Ende 2011 soll dieser flächendeckend in Niederösterreich umgesetzt sein. Aus Pilotprojekten gibt es dazu bereits messbare Erfolge.

Was beinhaltet dieser Standard?

■ **Die ausführliche Schmerzerhebung im Rahmen eines Beratungsgesprächs.** Dabei werden die Lokalisation, die Schmerzart, die Schmerzintensität und der Zeitpunkt des Schmerzes erhoben. Mögliche Begleitscheinungen, wie zum Beispiel Erbrechen, Übel-



keit, Schwitzen oder Verstopfung, werden ebenfalls erfasst.

■ **Das Erfassen des Schmerzes und der Lebensqualität** mit Hilfe eines Verlaufsprotokolls ergibt eine kontinuierliche Skala, die sowohl vom Kunden als auch von Angehörigen oder Pflegepersonen geführt werden kann. Das Verlaufsprotokoll stellt für den behandelnden Arzt eine wichtige Grundlage dar, die eine langfristige und wirkungsvolle Schmerztherapie ermöglicht.

■ **Das Schmerzassessment bei Kunden mit Demenz.** Mit Hilfe spezieller Messinstrumente sind Pflegepersonen des NÖ Hilfswerks und nach einer kurzen Einschulung auch Angehörige in der Lage, bei demenziell erkrankten Menschen Schmerzen zu erfassen und den Verlauf zu dokumentieren.

Wenn Sie weitere Informationen benötigen oder eine ausführliche mobile Beratung durch eine unserer Pflegepersonen wünschen, dann wenden Sie sich an das NÖ Hilfswerk: karin.fuerst@noe.hilfswerk.at und monika.neuhauser@noe.hilfswerk.at

Schmerzen lassen sich meistens gut kontrollieren. Das NÖ Hilfswerk kann Sie dabei professionell unterstützen.

Demenz. Vergessen. Nicht vergessen sein.

Wissen über Demenz kann viel verändern

Professionelle Beratung und Begleitung im NÖ Hilfswerk zeigt Wirkung. Bereits 2008 begann das NÖ Hilfswerk 2.000 MitarbeiterInnen zum Thema Demenz zu schulen und ein neues Beobachtungsinstrument einzuführen. Damit kann ein Demenzverdacht besser und schneller beurteilt werden.

Die Initiative zeigt bereits Wirkung ■ In Niederösterreich wurden über 500 Kunden nach dem neuen Verfahren eingeschätzt. Betroffene Kunden werden dann an kooperierende Fachärzte weitervermittelt. In 85 % der Verdachtsfälle wurde eine demenzielle Erkrankung diagnostiziert. Im Rahmen einer Ergebnispräsentation bedanken sich die unterstützende Firma Janssen Cilag und das NÖ Hilfswerk bei besonders engagierten MitarbeiterInnen. Dabei wurden Studien vorgestellt, die zeigen wie wichtig eine dauerhafte regelmäßige Einnahme der Medikamente ist.

Aufnahme in ein Pflegeheim kann verzögert werden ■ Bei Erkrankten, die nicht medikamen-

tös eingestellt sind, schreitet Demenz sehr schnell voran. Bereits nach einem halben Jahr müssen über 90 % der Betroffenen in einer stationären Pflegeeinrichtung aufgenommen werden. Durch eine regelmäßige Einnahme der Medikamente können 75 % der Betroffenen auch nach zwei Jahren noch zu Hause betreut werden. Das bedeutet: auch Angehörige profitieren von einer richtigen medikamentösen Behandlung der Betroffenen.

Nur eine dauerhafte und regelmäßige Einnahme hilft ■ Zu diesem Thema belegen weitere Studien, dass von 100 medikamentös eingestellten Erkrankten nach drei Jahren

nur noch etwa fünf ihre Medikamente regelmäßig einnehmen. Unser Hauptaufgabengebiet im NÖ Hilfswerk ist daher die richtige und rechtzeitige Beratung, Begleitung und Anleitung der Betroffenen und ihrer Angehörigen.

Wenn Sie mehr über dieses Thema erfahren wollen:
jutta.kellner@noe.hilfswerk.at



Thomas Franz von Janssen Cilag mit Mitarbeiterinnen des NÖ Hilfswerks: J. Bockholdt, A. Schödl, J. Kellner, H. Ley, M. Stockinger und J. Kral-Großmann.

www.spknoe.at

SPARKASSE
NIEDERÖSTERREICH
MITTE WEST AKTIENGESELLSCHAFT
In jeder Beziehung zählen die Menschen.

Unser Beitrag zu allem,
was unbezahlbar ist.

Es gibt Dinge, die kann man mit Geld nicht kaufen.
Aber finanziell unterstützen. Wir freuen uns, ausgewählten
Organisationen mit unserer Spende helfen zu dürfen.



*Ernst Strasser,
Präsident des
NÖ Hilfswerks,
und Karl Fakler
vom AMS NÖ*

5 Jahre gemeinsames Projekt von NÖ Hilfswerk und AMS NÖ

Starthilfe für WiedereinsteigerInnen

Vor fünf Jahren starteten das NÖ Hilfswerk und das AMS NÖ eine neue Beschäftigungsinitiative: Arbeitslos gemeldete WiedereinsteigerInnen und Langzeitbeschäftigungslose werden im Bereich „Haus- und Wohnservice“ des NÖ Hilfswerks auf den Wiedereinstieg in den Arbeitsmarkt vorbereitet.

Wir haben 180 arbeitslose NiederösterreicherInnen dabei unterstützt, wieder leichter ins Arbeitsleben einzusteigen“, erklärt NÖ Hilfswerk-Präsident Dr. Ernst Strasser. Zwei Coaches schulen die MitarbeiterInnen, unterstützen sie fachlich beim Wiedereinstieg in einen regelmäßigen Arbeitsalltag und machen sie damit „fit für den Job“. „Die Zusammenarbeit mit dem AMS NÖ ermöglicht es uns, bestehende Arbeitsplätze im Haus- und Wohnservice zu sichern und diesen MitarbeiterInnen auch Maßnahmen zur Höherqualifizierung, wie die Ausbildung zur Heimhilfe, anzubieten. Damit erfüllen wir auch eine wichtige arbeitsmarktpolitische Funktion“, so Ernst Strasser.

Gesundheitsberufe bieten sichere Job-Chancen ■ Das Beschäftigungswachstum im Gesundheitswesen hält aufgrund

des demografischen Wandels und eines verstärkten Gesundheitsbewusstseins an. Gut ausgebildete Fachkräfte im Gesundheits- und Sozialbereich sind immer gefragt. WiedereinsteigerInnen haben die Möglichkeit, einen Beruf in der mobilen Hauskrankenpflege bspw. als Heimhilfe zu ergreifen. Die Chancen stehen gut: über 50 % der ausgebildeten HeimhelferInnen erhalten sofort nach der Ausbildung beim NÖ Hilfswerk oder einem anderen Anbieter eine Anstellung. Nach drei Monaten sind es sogar über 70 %, die am Arbeitsmarkt unterkommen. In den letzten zwei Jahren haben 260 Menschen über das AMS NÖ die HeimhelferInnen-Ausbildung beim NÖ Hilfswerk abgeschlossen.

NÖ Hilfswerk sucht MitarbeiterInnen in ganz Niederösterreich ■ Das NÖ Hilfswerk ist mit 4.600 MitarbeiterInnen

einer der größten Arbeitgeber Niederösterreichs. Davon sind 95 % Frauen, die oft in Teilzeit und großteils in der Nähe des Wohnortes arbeiten. So lassen sich Kind und Beruf optimal vereinbaren. Arbeitsplätze in der Region bringen ein Mehr an Lebensqualität. Weniger Pendeln bedeutet mehr Zeit für sich selbst. Aktuell sucht das NÖ Hilfswerk über 200 MitarbeiterInnen, vor allem HeimhelferInnen und Tagesmütter in allen NÖ Bezirken.

INFO

Wollen Sie auch Mitglied in der Hilfswerk-Familie werden? Alle offenen Stellen finden Sie unter: www.hilfswerk.at

Beweglichkeit, die sitzt.



ORTHOPÄDIETECHNIK · KRANKENBEDARF · BANDAGEN
MIETGERÄTE · ROLLSTÜHLE · REHABILITATIONSHILFEN

3100 St. Pölten ● Kremser Landstraße 21 ● Tel.: 02742/36 56 56
3100 St. Pölten ● Prandtauerstraße 5 ● Tel.: 02742/35 33 88
3170 Hainfeld ● Hauptstraße 7 ● Tel.: 02764/77 0 77
3390 Melk ● Krankenhausstraße 11 ● Tel.: 0664/820 15 99

office@wutschka.at

www.wutschka.at

Lust zu baden?

Badewannenlifter von AQUATEC

geben neue Sicherheit beim Benutzen der Badewanne. Per Knopfdruck über die Handsteuerung hebt und senkt sich der Lifter und macht so unabhängig von fremder Hilfe.



INVACARE® Austria GmbH

Herzog-Odilo-Straße 101
5310 Mondsee
Telefon 0 62 32 / 5 53 50
Telefax 0 62 32 / 5 53 54
www.invacare-austria.at
info@invacare-austria.com

Fordern Sie unseren Prospekt an.

Name

Straße

PLZ/Ort

Telefon

Hilfswerk-Preisrätsel

Rätseln und gewinnen!

Finden Sie die Lösung und gewinnen Sie eine von 2 Familienreisen ins LEGOLAND Deutschland!

1. Wie lautet das Thema der Hilfswerk-Initiative 2010?

2. Wie viele ehrenamtliche Stunden wurden im Jahr 2009 für das NÖ Hilfswerk geleistet?

An das Niederösterreichische Hilfswerk,
Ferstlergasse 4, 3100 St. Pölten

Ja, ich möchte eine Familienreise*
ins LEGOLAND Deutschland gewinnen.

Vorname

Name

Straße/Hausnummer

PLZ/Ort

Telefonnummer

Senden Sie diesen Kupon mit den eingetragenen Lösungen ein und gewinnen Sie! Auflösung im nächsten Heft. Aus allen richtigen Einsendungen werden 2 Familienreisen verlost! Die Gewinner werden schriftlich verständigt.
Einsendeschluss ist Freitag, der 11. Juni 2010

Die Preise wurden uns freundlicherweise von LEGOLAND Deutschland zur Verfügung gestellt.

* Enthalten sind 1 Übernachtung im LEGOLAND-Feriendorf für 4 Personen (2 Erwachsene, 2 Kinder), Eintritt in den Park an 2 aufeinanderfolgenden Tagen, Essensgutscheine für die Parkrestaurants.

LEGO
LEGOLAND
DEUTSCHLAND



„Für andere da sein“ hat im NÖ Hilfswerk Tradition

Dank dem Ehrenamt

Das NÖ Hilfswerk erhob erstmals die Anzahl der ehrenamtlichen Stunden: 2.800 Ehrenamtliche und FunktionärInnen leisteten im Vorjahr rund 150.000 Stunden an unentgeltlicher Arbeit.

In ganz Niederösterreich sind Freiwillige für das Hilfswerk im Einsatz. Sie bringen „Essen auf Rädern“ in tausende Haushalte, organisieren Veranstaltungen, sammeln Spenden oder engagieren sich in den örtlichen Hilfswerkvereinen als Vorsitzende, als Homepagebetreuer oder als Finanzreferenten. Diese Freiwilligen arbeiten im Durchschnitt 2,5 Stunden pro Woche für das NÖ Hilfswerk. Die Zahlen decken sich auch mit jenen aus dem „Ersten österreichischen Freiwilligenbericht“.

Ein paar Details ■ Fast 70 % der Ehrenamtlichen sind im Wald- und Weinviertel aktiv. „Das ist vor allem auf die vielen ehrenamtlichen Fahrer für Essen auf Rädern zurückzuführen“, so



Für andere „da sein“ macht viel Freude.

Edith Tanzer, Vereinsbetreuerin für das Wald- und Weinviertel. „Beim ehrenamtlichen Besuchsdienst ist die regionale Verteilung dagegen sehr ausgeglichen.“ Etwa drei Viertel aller Ehrenamtlichen sind über 55 Jahre alt und damit älter als der Durchschnitt aller Freiwilligen in Österreich.

Besuchsdienst und Familienpatenschaft ■ In den ehrenamtlichen Diensten, wie Besuchsdienst oder Familienpatenschaft, sind mehr als die Hälfte Frauen tätig. 630 ehrenamtliche BesucherInnen gibt es zurzeit. Pro Jahr leisten sie rund 45.000 Stunden. Aber auch die Unterstützung von Familien wird immer wichtiger, weil Familienstrukturen und deren Anforderungen einem ständigen Wechsel unterliegen. 35 Familienpatinnen sind derzeit für die Familien Niederösterreichs im Einsatz und leisten dabei im Schnitt 3 Stunden pro Woche. „Zeit ist das schönste Geschenk, das man einem anderen Menschen machen kann. Dafür suchen wir weiterhin ehrenamtliche BesucherInnen, die sich für Familien in der Region engagieren möchten“, so Gertrude Frühwirth, die sich im NÖ Hilfswerk um die Ehrenamtlichen kümmert.

Das NÖ Hilfswerk sucht Menschen, die mitmachen möchten. Interessierte mögen sich beim NÖ Hilfswerk, Frau Gertrude Frühwirth unter 0676/8787 34100 melden.

KOMMENTAR

Danke für 150.000 Stunden

150.000 Stunden. Diese unglaubliche Anzahl an freiwilligen Stunden leisteten Ehrenamtliche im NÖ Hilfswerk im vorigen Jahr. Da für diese Menschen freiwillige Arbeit eine Selbstverständlichkeit ist, sind es in Wahrheit noch viel mehr Stunden, die hier „geschenkt“ werden. Freiwilligenarbeit ist für jeden eine Chance, sich einzubringen, und bietet vor allem auch jungen Menschen persönliche Weiterentwicklung.



Ernst Strasser

Die Ehrenamtlichen bringen ihre Zeit, ihre Ideen ein und bereichern damit die Arbeit des Hilfswerks. Dafür möchte ich mich an dieser Stelle für jede einzelne geleistete Stunde ganz herzlich bedanken. Könnte man die Leistungen aller Ehrenamtlichen Österreichs mit einer Geldsumme beziffern, so käme man auf eine ungeheure Summe. Doch ehrenamtliches Engagement hat einen so wichtigen gesellschaftlichen Beitrag, der in Geld nicht aufzuwiegen ist. Daher sind wir sehr bemüht, den Wert und die Bedeutung von freiwilliger Arbeit mit verschiedensten Initiativen und Ideen noch sichtbarer zu machen. Es zählt der ideelle Wert, und man profitiert persönlich davon, wenn man anderen Menschen hilft und seine Zeit „gratis“ in den Dienst der guten Sache stellt.

Gerade für ältere Menschen ist die Freiwilligenarbeit eine gute Abwechslung und auch Möglichkeit, Menschen zu treffen. Unser „Vorzeigeprojekt“ im ehrenamtlichen Bereich ist der Besuchsdienst. Als wir vor über fünf Jahren damit starteten, war sehr schnell klar, wie sehr sich die Menschen ein derartiges Angebot wünschen. Wenn Sie sich auch in irgendeiner Form freiwillig engagieren möchten, dann sind Sie bei uns im NÖ Hilfswerk herzlich willkommen.

Ernst Strasser, Präsident NÖ Hilfswerk

Eine Frage der Gesundheit für Niederösterreich



Je weiter das Land, desto näher sind wir unseren Kunden. Die Apotheken in Niederösterreich sind der Gesundheitstreffpunkt Nummer 1. Unsere Arzneimittelfachleute bieten beste Qualität rund um die Uhr, mit hochwertigen Produkten und persönlicher Beratung.

Apotheke. Eine Frage der Gesundheit

die 60er

Schallaburg
Beatles, Pille und Revolte
1.5. - 1.11.2010 www.schallaburg.at

schallaburg

NV Raiffeisen Meise Bank X NÖN EVN ARR WYPO INVESTMENTBANK GRUPPE KASSE OBER VIG KREBSPREVENZIONEN

KULTUR NIEDERÖSTERREICH N