

annalive

Lesenswertes aus der Altenhilfe Österreich

2 | 2011

Von Liebe, Sexualität und Geschlechterrollen DAS THEMA

Umfrage bestätigt bessere Arbeitsbedingungen ANNA FORUM

Leistungssportlerin im Seniorenheim AUS VORARLBERG

Ende gut: Märchen verzaubern Bewohner AUS OBERÖSTERREICH





- 1 TITEL
Blättern Bekanntes neu entdecken
Foto: Felix Kästle

3 EDITORIAL

DAS THEMA

Sich als Frau oder Mann fühlen

- 4 Interview mit Experte Dr. Gerald Gatterer
7 Fakten belegen eine Welt der Frauen
8 Von Liebe, Sexualität und Geschlechterrollen
12 Sexualität leben dürfen – auch im Heim



ANNA FORUM

- 13 Umfrage bestätigt bessere Bedingungen
14 St. Anna-Hilfe feiert Betriebsjubilare
15 Anerkennung für Diplomsozialbetreuer
16 Ausgleich zum Arbeitsalltag: „tuat guat“
16 CaSa – Leben im Alter hat neuen Leiter

ANNA PRAXIS

AUS VORARLBERG

- 17 Vernissage „Kunst und Alter“
17 Bewohner helfen mit Handarbeiten
18 Ein Blick in die „Lebensräume“
20 Schulung fördert das Wir-Gefühl
21 Suchterfahrungen einer Bewohnerin
22 Gern gesehene Praktikanten
22 Neu: Pflegedienstleiterin in Vandans
23 Leistungssportlerin im Seniorenheim
24 Kino in St. Vinerius



AUS OBERÖSTERREICH

- 24 Weiterbildung „Demenz“
25 Ende gut: Märchenrunde in St. Josef
25 Hund im Haus erfreut Bewohner
26 Von der Hilfsarbeiterin zur Fachkraft
26 Wanderkino durch Oberösterreich



ÜBERSICHT ÜBER DIE ST. ANNA-HILFE

- 28 Wir fragen, Sie antworten: Stefanie Kappel

Impressum

anna live
Lesenswertes aus der Altenhilfe Österreich

Herausgeber:
St. Anna-Hilfe für ältere Menschen gGmbH

Redaktion:
Wolf-Peter Bischoff (verantwortlich)
Helga Raible, Elke Benicke
Siggweilerstraße 11
88074 Meckenbeuren
Tel.: 00 49 (7542) 10-11 81
Fax: 00 49 (7542) 10-11 17
E-Mail: helga.raible@stiftung-liebenau.de

Erscheinungsweise: 2 Ausgaben pro Jahr
Auflage: 2000
Druck: Druckerei Thurnher, Bregenz

www.st.anna-hilfe.at

Liebe Leserin, lieber Leser,

wir alle wissen: Der kleine Unterschied zwischen Frauen und Männern ist eigentlich ein großer und von noch größerer Bedeutung. Denn er bestimmt nicht nur die Wesensart und die rollenspezifische Identifikation, sondern ist Lebenselixier schlechthin. Schon vor der Pubertät sind wir Mädchen oder Jungen und auch im Alter hört das Frau- oder Mannsein nicht auf, auch nicht mit dem Einzug in ein Pflegeheim. Liebe und Zuneigung sind ein lebenslanges Grundbedürfnis jedes einzelnen Menschen.

In weiten Kreisen unserer Gesellschaft werden Liebesbeziehungen und Sexualität der älteren Generation jedoch noch immer nicht anerkannt – und das, obwohl Regisseure, Fotografen und Autoren das Tabu letzthin zunehmend aufgegriffen, gebrochen und künstlerisch umgesetzt haben. Erwachsene Kinder und andere Bezugspersonen haben nicht immer Verständnis für die Verliebtheit oder gar eine neue Beziehung ihrer pflegebedürftigen und an Demenz erkrankten Eltern. Auch für Pflegekräfte ist es eine Herausforderung, die sexuellen Bedürfnisse der Bewohner wahrzunehmen, zu akzeptieren und im Team zu besprechen, um dann einen adäquaten Umgang damit zu finden. Einfühlungsvermögen, Offenheit und Gespräche – auch Weiterbildung und Supervision – tragen dazu bei, dass sich die Bewohner in ihrer Geschlechterrolle wohl fühlen, Beziehungen und sexuelle Bedürfnisse leben können und ihre Intimsphäre nach ihren Vorstellungen gewahrt wird. Mitarbeiter der St. Anna-Hilfe haben Geschichten gesammelt, die anschaulich schildern, wie die Pflegekräfte auf die Wünsche der Bewohner eingehen können. Lesen Sie mehr dazu in „Notizen aus dem Heimalltag“.

Ein Phänomen ist zudem, dass die Pflege und das Leben im Heim überwiegend weiblich geprägt sind: Bewohnerinnen und Mitarbeiterinnen sind nun mal zum Großteil Frauen. In einem Alltag, der vorwie-



gend mit hauswirtschaftlichen Tätigkeiten gefüllt ist, fällt es einer Bewohnerin oft leicht, sich als Frau zu fühlen. Ein älterer Mann hingegen würde sich jedoch eventuell lieber handwerklich betätigen, vermisst vielleicht den Kegelabend oder einfach nur die elektrische Eisenbahn. Wie Mitarbeiter der St. Anna-Hilfe es schaffen, dass sich auch die männlichen Bewohner in ihrer Rolle wahrnehmen, erfahren Sie ebenfalls im ersten Teil dieses Heftes. Schließlich freuen wir uns, dass Pflegeexperte Dr. Gerald Gatterer zu den wichtigsten Fragen des Themas geschlechtersensible Altenpflege – Frau- oder Mannsein im Heim – Rede und Antwort gestanden hat.

Spannendes und Neues gibt es natürlich auch aus den einzelnen Häusern in Vorarlberg und Oberösterreich. Wir berichten unter anderem über die beiden Jubilarfeiern, die Mitarbeiterbefragung, die Vernissage „Kunst und Alter“ und erfahren von einer ehemaligen Bewohnerin, wie sie sich von ihrer Alkoholsucht befreien konnte. Ein persönliches Anliegen war es mir, ein Wort für den Beruf der Diplomsozialbetreuer einzulegen – aber lesen Sie selbst!

Viel Spaß dabei wünscht Ihnen
Ihr
Klaus Müller
Geschäftsführer



Ein Thema mit Zukunft

Geschlechtersensible Altenpflege

In den meisten Pflegeheimen Österreichs oder Deutschlands ist Gender Care, die geschlechtersensible Altenpflege, noch kein geläufiger Begriff – nichtsdestotrotz einer mit Zukunft. Denn Frauen und Männer unterscheiden sich in ihren gesundheitlichen Problemen, ihrem Körperbewusstsein, Rollenverständnis oder auch der Art zu kommunizieren und haben daher ganz unterschiedliche Anforderungen an Betreuung und Pflege. Inwiefern es möglich ist, die jeweils eigene Geschlechterrolle im Heim zu leben, wie mit Wünschen nach Nähe und Sexualität umgegangen werden sollte oder was den Männern in der von Frauen dominierten Welt fehlen könnte, erläutert Pflegeexperte Dr. Gerald Gatterer, Leiter der Psychologisch-Psychotherapeutischen Ambulanz und der Abteilung für Psychosoziale Rehabilitation im Geriatriezentrum am Wienerwald, im folgenden Interview.

Text: Elke Benicke/Fotos: Inge Streif, Gerald Gatterer

Guten Tag Herr Dr. Gatterer! „Sich als Frau oder Mann fühlen und verhalten können“ – das ist eine selbstverständliche Aktivität des täglichen Lebens* (ATL). Was impliziert diese ATL?

Sich als Frau oder Mann fühlen, stellt einen wesentlichen Teil des menschlichen Lebens dar. Eng damit verbunden sind Identität und Selbstwert, weiters auch viele Verhaltensweisen, emotionale Verarbeitungsmechanismen, Regeln, Normen und Einstellungen. Werden die jeweiligen Rollenbilder ignoriert, entstehen nicht selten Konflikte wie das Nähe-Distanz-Problem.

Was trägt im Heimalltag dazu bei, dass sich Frauen und Männer mit ihrer jeweiligen Geschlechterrolle identifizieren können?

Die geschlechtsspezifische Kommunikation – die schon bei den Anredeformen „Frau“ und „Mann“ beginnt – und die Förderung von typisch weiblichen oder männlichen Aktivitäten tragen dazu bei. Pflegenden sollten sexuelle Bedürfnisse, Wünsche nach Intimität oder Distanz sensibel wahrnehmen, akzeptieren und, wenn möglich, auch erfüllen. Werden zum Beispiel emotionale Distanzen nicht geachtet, – was der Fall sein kann, wenn eine Frau von einem Mann gepflegt wird –, können sie Aggressivität oder Ängstlichkeit auslösen.

In den meisten Pflegeheimen leben weit mehr Frauen als Männer. Weiß man, wie es den Männern damit geht, ob sie darunter „leiden“?

Studien dazu kenne ich keine. Im klinischen Alltag fällt allerdings auf, dass Männer in gemischten Stationen das Vorhandensein von Frauen als sehr positiv bewerten. Probleme ergeben sich jedoch, wenn Männer durch das Vorhandensein von Frauen auch in ihrer sexuellen Rolle als Mann auftreten und Distanzen der Frauen überschreiten.



Gehen Heimleitung und Pflegekräfte ausreichend auf die Minderheit der pflegebedürftigen Männer ein – zum Beispiel, was die Wahl der Bezugspersonen betrifft oder die alltägliche Beschäftigungsstruktur?

Es ist wichtig, mänderspezifische Betreuungs- und Beschäftigungsstrukturen in den Heimen zu schaffen. Dazu gehören körperliche Arbeitsangebote im Garten oder Haus, wo sich Männer auch „männlich“ ausagieren können. Leider sind viele Heime in ihren Angeboten eher auf die höhere Anzahl der weiblichen Bewohner ausgerichtet. Die Männer sind dann körperlich oft unterfordert und wenig motiviert.

Auch der Pflegeberuf ist überwiegend weiblich geprägt. Sehen Sie ein Problem darin? Für die weiblichen Pflegekräfte beziehungsweise die Bewohner – Männer wie Frauen?

Ja, Probleme gibt es. Zum Beispiel für die weiblichen Pflegekräfte, wenn Männer bei Intimpflegehandlungen sexuelle Reaktionen, zum Beispiel eine Erektion, zeigen. Auf der anderen Seite ist es nicht einfach, einem an Demenz erkrankten Mann verständlich zu machen, dass die weibliche Person, die sich gerade mit seinem Geschlechtsteil beschäftigt, eben keine Sexualpartnerin ist. Denn dies ist in seinem Altgedächtnis so als Automatismus gespeichert. Ein höherer Anteil an männlichen Pflegekräften wäre in jedem Fall wichtig: Einerseits könnten sie die Herren pflegen und leichter typisch männliche Gespräche mit ihnen führen. Andererseits fühlen sich viele ältere Damen durch das Vorhandensein von männlichen Pflegepersonen in ihrer Identität als Frau positiv bestätigt. Erfahrungen zeigen, dass sie sich dann besser pflegen und auch hübscher aussehen möchten.

Liebe und Sexualität im Alter sind noch immer ein Tabuthema in unserer Gesellschaft, die Medien zeichnen den älteren Menschen weitgehend geschlechtsneutral. Welche sexuellen Wünsche haben Senioren mit 70 bis 100 Jahren denn tatsächlich?

Die sexuellen Wünsche hängen stark von der Biografie jedes einzelnen Menschen ab. Wenn Sexualität ein wesentlicher Faktor im Leben war, möchte diese Person ihre Gewohnheiten auch im Alter und im Falle einer Demenzerkrankung fortführen. Andere wiederum geben ihre Sexualität im Alter auf, zum Beispiel, wenn diese primär mit einem attraktiven Körper und der Fähigkeit zur Fortpflanzung verbunden war. Die Pflegekräfte sollten beide Einstellungen akzeptieren, sollten einerseits also Tabuisierungen vermeiden, andererseits das Thema auch nicht überbetonen.

Können auch Menschen, die an Demenz erkrankt sind, ihre Sexualität leben und erleben?

Ja, bei den meisten Menschen bleibt das Grundbedürfnis nach Sexualität auch im Rahmen einer Demenzerkrankung erhalten. Oft sind sie in ihren Wünschen sogar enthemmter, da Regeln und Normen, die früher galten, in der Krankheit weg-

fallen. Für viele an Demenz erkrankte Menschen ist Sexualität die einzige und letzte Möglichkeit, positive Gefühle zu erleben.

Wie sollten sich Heimleitung und Pflegekräfte verhalten, wenn Heimbewohner sich verlieben, ihre Gefühle zum Ausdruck bringen oder engere Beziehungen untereinander aufnehmen möchten?

Heime sollten Beziehungen unter Bewohnerinnen und Bewohnern unterstützen und durch entsprechende Wohnmöglichkeiten auch enttabuisiert ermöglichen. Das Personal sollte entsprechend geschult sein, um die Situation nicht durch negative oder verniedlichende Aussagen zu entwerten.

Was tun, wenn Bewohner sich in Liebesdingen einsam fühlen oder „Hauthunger“ verspüren?

Man sollte eventuelle Möglichkeiten, das sexuelle Grundbedürfnis zu stillen, im Gespräch mit den Angehörigen abklären. Dazu gehören etwa Besuche von Prostituierten oder Sexualassistenten.

Wie gut sind Pflegekräfte im Umgang mit Fragen zur Sexualität geschult? Welche Fortbildungsmöglichkeiten gibt es in diesem Bereich?

Zwar werden das Sich-als-Frau-oder-Mann-Fühlen und der Umgang mit Sexualität im Heim bereits in

der Ausbildung zum Pflegeberuf vermittelt, doch wird der Genitalbereich danach oft auf seine Ausscheidungsfunktion und die damit einhergehende Pflege reduziert. Insofern erscheint es notwendig, im Rahmen von Fortbildungsveranstaltungen oder durch Supervision den Themenbereich Sexualität zu vertiefen. Dazu gehört auch, die eigene Sexualität, Tabus, Werte und Einstellungen zu reflektieren und die Projektion eigener sexueller Probleme bei Pflegehandlungen zu vermeiden.

Vielen Dank, Herr Dr. Gatterer! □

*Die Aktivitäten des täglichen Lebens (ATL) sind Teil eines ganzheitlichen Pflegemodells. Das gängige Modell nach Liliane Juchli umfasst die folgenden zwölf ATLs: wach sein und schlafen, sich bewegen, sich waschen und kleiden, essen und trinken, ausscheiden, Körpertemperatur regulieren, atmen, für Sicherheit sorgen, sich beschäftigen, kommunizieren, Sinn finden im Werden, Sein, Vergehen und Kind, Frau, Mann sein.





Tatsachen im Überblick

Eine Welt der Frauen

In den Pflegeheimen für ältere Menschen dominieren die Frauen. Die Zahl der weiblichen Bewohner übersteigt die der männlichen um das Doppelte bis Dreifache. Auch bei den Pflegenden überwiegt der weibliche Anteil eindeutig und liegt bei 82 Prozent. Pflege ist unbestritten weiblich – dabei haben Männer in Bezug auf Krankheiten, Kommunikation oder Lebensweisen ihre eigenen Besonderheiten und Bedürfnisse. Hier die geschlechterspezifischen Tendenzen in Zahlen.

Text: Elke Benicke/Zahlen: Dennis Roth/Foto: Felix Kästle

Der hohe Anteil an weiblichen Pflegekräften liegt in der traditionellen Frauenrolle selbst begründet. Immer schon war es Aufgabe der Frauen, sich um Kinder, ältere oder kranke Menschen zu kümmern. Auch die St. Anna-Hilfe spiegelt den österreichischen Durchschnitt wider: Unter den rund 364 Pflegekräften finden sich nur 32 männliche. Hauptgrund für die höhere Zahl pflegebedürftiger Frauen wiederum ist deren höhere Lebenserwartung: Im Schnitt leben Frauen in Österreich etwa sechs Jahre länger als Männer. Während sich bis zum Alter von rund 70 Jahren die beiden Geschlechter in etwa die Waage halten, nimmt der Frauenanteil in den darauffolgenden zwanzig Jahren stetig zu und beträgt im Alter von 90 Jahren 70 Prozent. Wie geht es nun den wenigen männlichen Bewohnern in dieser Welt der Frauen? Brauchen sie überhaupt eine eigene, geschlechterspezifische Pflege?

Krankheit und Kommunikation

Ja, denn Männer möchten nicht nur in ihrem männlichen Rollenverständnis akzeptiert werden, sondern haben zum Teil ganz andere gesundheitliche Probleme als Frauen. Dazu gehört, dass sie beispielsweise mehr als doppelt so häufig an Herzinfarkt sterben oder öfter an Hörstörungen leiden. Da Männer Unwohlsein und Schmerzen weniger

kommunizieren als Frauen, besteht die Gefahr, dass ihre Krankheitssymptome nicht oder nicht rechtzeitig erkannt werden und einen schwereren Verlauf nehmen als nötig.

Frauen hingegen sind rund sechs Mal häufiger von Osteoporose betroffen, neigen eher zu Wirbelsäulenbeschwerden, Migränen, Depressionen und Angstzuständen. Sie haben zudem weniger Hemmungen, negative wie positive Emotionen anschaulich zu schildern. Auch wenn Männer weniger anfällig für diese eher weiblichen Krankheiten sind, müssen sie doch mit den von ihren Mitbewohnerinnen geäußerten Symptomen leben.

Tendenzen, keine Stereotypen

Männer und Frauen unterscheiden sich des Weiteren in den von ihnen bevorzugten Konsum- und Lebensweisen. Besonders auffallend ist, dass es auch unter den Älteren fast doppelt so viele Raucher wie Raucherinnen gibt. Insgesamt interessieren sich Frauen eher für gesundheitsbewusste Lebensweisen und halten Therapien genauer ein. Andererseits tendieren sie zur Medikamentenabhängigkeit. Während Frauen auf Stress oder belastende Ereignisse mit Verstimmung oder Grübeln reagieren, neigen Männer dazu, sich mit Alkohol oder Bewegung abzulenken. Männer sind risikofreudiger, aber auch unfallgefährdeter. – Diese Aufzählung lässt sich sicher noch fortsetzen. Nichtsdestotrotz sollten statistische Erhebungen keine Vorlage für Stereotypen sein, sondern ständig hinterfragt werden. Denn im Mittelpunkt jeder guten Pflege steht, ob als Frau oder Mann, schließlich doch der einzelne Mensch. □

Quellen:

- Statistik Austria
- „Frauenbericht 2010“ des Bundeskanzleramts Österreich
- „Österreichische Pflegezeitschrift“, 10/04, Seiten 10-14

Notizen aus dem Heimaltag

Von Liebe, Sexualität und Geschlechterrollen

Jeder Einzelne soll sich auch im Pflegeheim weitgehend mit seiner Geschlechterrolle identifizieren können. Dazu gehören Komplimente, Kleidung, typische – unter Umständen auch atypische – Frauen- oder Männerbeschäftigungen ebenso wie die Wahrung der Intimsphäre, ein erfülltes Beziehungsleben und das Ausleben von Sexualität.

Jutta Unger, Florian Seher und Dieter Muther, Hausleiterin und Hausleiter der St. Anna-Hilfe in Vorarlberg, sowie Doris Kollar, Regionalleiterin der St. Anna-Hilfe für Oberösterreich, haben Notizen und Geschichten zu Geschlechterrollen, Wünschen nach Nähe, Sexualität oder auch Distanz gesammelt und die folgenden fünf für die „anna live“ ausgewählt.

Text: Doris Kollar, Jutta Unger, Florian Seher, Dieter Muther/Fotos: Doris Kollar, Felix Kästle

Keine Lust zum Keksebacken



Uns Pflegekräften ist es ein Anliegen, dass sich möglichst alle Bewohner, Männer wie Frauen, am Geschehen in der Hausgemeinschaft oder im Wohnbereich beteiligen. Doch viele Männer reden nun mal nicht so gerne, beobachten lieber. Auch sind sie früher nicht in die Küche gegangen, um Früchte für einen Obstsalat klein zu schneiden oder Kekse zu backen, sondern um dort etwas zu reparieren. Auch mit regelmäßig wiederkehrenden Beschäfti-

gungen können sie sich nicht so gut anfreunden – die männlichen Bewohner übernehmen lieber spontane Aufgaben im körperlichen oder technischen Bereich: Bereitwillig helfen sie beim Schneeschaukeln oder bei Reinigungsarbeiten vor dem Haus und sind stolz, wenn sie bei der Reparatur einer defekten Steckdose beratend zur Seite stehen dürfen. Männer lassen sich gerne zu Gartenarbeiten motivieren oder auch dazu, die Frauen zu unterstützen, zum Beispiel, wenn es etwas zu tragen oder reparieren gibt. Einer Frau zu helfen, gibt dem Mann ein gutes Gefühl. Er fühlt sich gebraucht und genießt die Anerkennung. Wichtig ist unseren Männern auch der regelmäßige Kegelnachmittag im Gasthaus. Selbstverständlich lassen sie sich gerne von den Frauen aus dem Heim dorthin begleiten. □

Traditionelle Rolle gibt Halt

Frau H. fiel der Umzug ins Pflegeheim nicht leicht. Die Seniorin hing sehr an ihrer Wohnung und der Hausfrauenrolle, die sie bisher gelebt hatte. Die erste Zeit im Heim lief Frau H. immer wieder weg, wollte „nach Hause“. Feuerwehr, Polizei und Bergrettung benötigten zum Teil Mannschaften mit bis zu 60 Personen, Hundestaffeln und Hubschrauber, um sie zu finden. Nach einigen Wochen zeigte sich, dass Frau H. einem älteren Herrn im Heim sehr zugetan war. Sie kümmerte sich fürsorglich um ihn und schließlich bezogen die beiden ein gemeinsames Zimmer. An der Seite des Mannes fühlte sich Frau H. zu Hause und lief nicht mehr weg. Doch nachdem der Mann verstorben war, verlor sie aufs Neue den Halt und ihre traditionelle Rolle. Um zu vermeiden, dass ihre Weglauftendenz wieder aufflammt, involvierten die Pflegekräfte Frau H. daher verstärkt in verschiedene hauswirtschaftliche Tätigkeiten, die sie prompt und begeistert angenommen hat. Beim Bügeln oder Wäscheverteilen, beim Blumengießen und bei Gartenarbeiten findet sich Frau H. nicht nur selbst wieder, sondern hat in der Rolle der Hausfrau eine neue Heimat im Heim gefunden: Sie fühlt sich wohl bei der Arbeit, kann ihren Bewegungsdrang ausleben und erfährt Bestätigung. Es kommt zwar immer noch vor, dass die Seniorin einen ausdauernden Marsch von sechs bis acht Stunden unternimmt, doch meldet sie sich zuverlässig ab und kehrt gerne ins Heim zurück! □

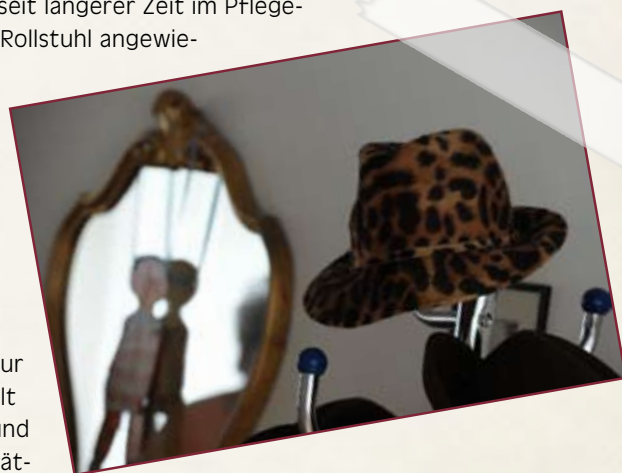
Versuchungen sollte man nachgeben.

Wer weiß, ob sie wiederkommen.

(Oscar Wilde)

Wunsch nach Zärtlichkeit

Frau S., knapp 50 Jahre alt, wohnt seit längerer Zeit im Pflegeheim. Die Seniorin ist zwar auf den Rollstuhl angewiesen, doch hat sie sich den Wunsch nach einem Partner, Zärtlichkeit und sexueller Befriedigung erhalten. Das Gefühl von Einsamkeit hingegen belastet sie, macht sie schwermütig, unzufrieden. Nach einer Besprechung mit der Bewohnerin, im Team und mit den Angehörigen waren sich alle einig: Frau S. soll ihre Bedürfnisse nicht nur äußern können, sondern auch erfüllt bekommen! Denn ein auf Respekt und Anerkennung basierender, wertschätzender Umgang mit den Bewohnern impliziert selbstverständlich auch deren sexuellen Bedürfnisse. Seitdem kommt Hans, ein Sexualtherapeut, ein Mal pro Woche und zieht sich dann mit Frau S. in deren Zimmer zurück, wo sie ungestört sind. Die regelmäßigen Treffen mit Hans haben Frau S. verändert: Sie erlebt sich wieder als Frau, ist lustiger, ausgeglichener. Die Kosten für seine Besuche trägt die Bewohnerin übrigens selbst. □



Lust hat Grenzen

Der an Demenz erkrankte Herr A. zeigt seine Lust völlig ungeniert. Die Krankheit entledigt ihn nicht nur aller Hemmungen, sondern auch der Erinnerung an Worte oder Taten. Spontan und mit einem galanten Lächeln fragt er eine Pflegekraft zum Beispiel: „Darf ich deinen Busen küssen und streicheln?“ Sie kennt den Herrn, kennt seine Anzüglichkeiten und weiß, wie sie Grenzen setzen kann – darüber hat sie sich im Team ausgetauscht. „Das erledigt schon mein Mann“, antwortet sie anscheinend unbeeindruckt, oder „Ich mag nicht, dass du das machst.“ Herr A. akzeptiert solche Antworten voll und ganz. Sie hindern ihn allerdings nicht daran, seiner Lust weiter nachzugeben und sich selbst im gemeinsamen Wohnbereich zu befriedigen. Das wiederum akzeptieren die Pflegekräfte – unter bestimmten Bedingungen: Herr A. setzt sich dazu in einen Lehnstuhl in einer Ecke der „Stuba“, bedeckt sein Geschlecht mit einem Polster und macht kein Aufsehen. Da sein Atem relativ ruhig bleibt, realisieren die meisten Bewohner nicht, was vor sich geht.

Abgesehen von seinen Anzüglichkeiten hat Herr A. nie wirklich den Wunsch nach einer Partnerin, nach Zärtlichkeit und Nähe geäußert. Herr A. ist zufrieden so, wie es ist. □

*Warum soll ich mich schämen,
Körperteile zu nennen,
die zu erschaffen sich Gott nicht
geschämt hat?* (Bischof Klemens von Alexandrien)

Paare, die lieber alleine leben

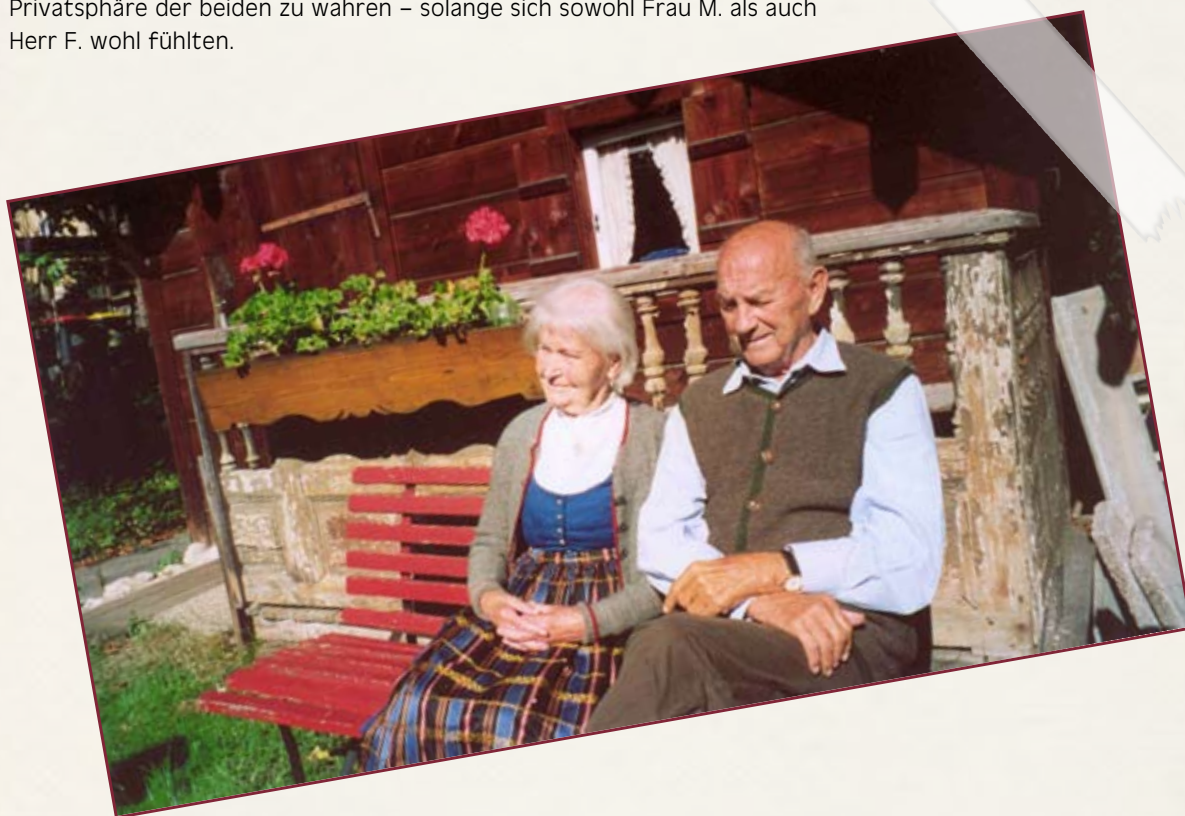
In den Häusern der St. Anna-Hilfe sind Einzelzimmer die Regel. Daneben gibt es aber auch Doppelzimmer, die vor allem für pflegebedürftige Ehepaare reserviert sind. Fast möchte man meinen, dass die Zahl der vorgesehenen Doppelzimmer eventuell zu knapp und der Bedarf höher sein könnte. So dachte auch ein Hausleiter, da seine beiden Doppelzimmer vor fünf Jahren noch durch zwei Ehepaare voll belegt waren. Nachdem ein Ehepartner verstorben ist, lebte der verbliebene Teil noch bis zum eigenen Tod in diesem letzten gemeinsamen Wohnort. Seit alle vier Partner verstorben sind, gab es allerdings keinen Bedarf mehr.

Es gibt zwar immer wieder Anfragen von Paaren, die gemeinsam in das Pflegeheim einziehen wollen, jedoch keinesfalls in eins der Doppelzimmer. Der Wunsch nach dem jeweils eigenen, vom Partner getrennten Zimmer und dem eigenen Bett steht für viele im Vordergrund. Erklärungen ergeben sich oft aus der Biografie des Paares. Viele hatten zu Hause schon getrennte Schlafzimmer, entweder aus Überzeugung oder aus beruflichen Gründen, wenn ein Partner zum Beispiel sehr früh aufstehen musste, oder weil ein Partner unruhig oder laut schläft.

Aktuell lebt im betreffenden Pflegeheim ein Ehepaar: Der Mann hat sein Zimmer im Untergeschoß, die Frau wohnt einen Stock über ihm. Die beiden treffen sich oft tagsüber, kommen sich gegenseitig besuchen, trinken gemeinsam Kaffee oder sind zusammen im Garten. Dennoch ziehen sie sich immer wieder gerne in die eigenen Zimmer zurück. □

Eine Liebesgeschichte

Frau M. und Herr F. waren beide verwitwet und kamen aufgrund ihrer fortschreitenden Demenz ins Pflegeheim. Dort lernten sie sich kennen. Auf vorsichtige Annäherungsversuche, etwa dass sie sich beim Mittagessen zusammen an einen Tisch setzten oder auf der Gartenbank die Nähe des anderen genossen, folgten Händchenhalten, Streicheln und später intime Besuche des Herrn im Zimmer der Dame. Die Mitarbeiter beobachteten, dass es beiden gut ging dabei und sie bei gesellschaftlichen Treffen höchst motiviert waren. In einer Teambesprechung wurde vereinbart, die Privatsphäre der beiden zu wahren – solange sich sowohl Frau M. als auch Herr F. wohl fühlten.



Auch die Kinder des Liebespaars befürworteten die Verbindung. Um die Erbschaftsverhältnisse zu sichern, schlossen sie aber eine mögliche Hochzeit aus.

Herr F. meinte einmal: „Ich war über 50 Jahre mit meiner Frau glücklich verheiratet und habe sie geliebt, aber ich weiß, sie versteht mich im Himmel und ist mir nicht böse.“ Die liebevolle Beziehung der beiden im Pflegeheim dauerte schon zwei Jahre, da verschlechterte sich Frau M.s gesundheitlicher Zustand. Herr F. saß die ganze Nacht an ihrem Sterbebett und hielt ihre Hand, bis sie starb. Danach sagte er: „Danke! Mit M. habe ich mich wieder am Leben gefühlt und meiner lieben, seligen Frau sehr nahe!“ Kurze Zeit darauf ist auch Herr F. verstorben. □

Sexualität im Heim Ohne Tabus zu mehr Lebensqualität



Ob und wie ein älterer Mensch im Heim eine Beziehung leben kann, ob seine Intimsphäre gewahrt wird oder seine sexuellen Wünsche erfüllt werden, hängt wesentlich von der Offenheit der Pflegenden ab. Jede Pflegekraft sollte sich auskennen mit den körperlichen oder psychologischen Aspekten von Sexualität im Alter, sollte tolerant und einfühlsam sein. Ebenso wichtig ist jedoch, dass sie die Bedürfnisse der Bewohner im Team kommuniziert und in Fort- oder Weiterbildungen reflektiert.

Text: Doris Kollar/Foto: Inge Streif

Immer noch wird älteren Menschen in Pflegeheimen das Ausleben ihrer Sexualität abgesprochen oder untersagt. Oft müssen Händchenhalten und andere „harmlose“ Zärtlichkeiten genügen – wer mehr will, gilt unter Umständen auch heute noch als verhaltensgestört. Für einen toleranteren Umgang mit den sexuellen Bedürfnissen der Bewohner fehlt es den Pflegekräften nicht selten an Wissen und Schulung. Manchmal sind sie auch gehemmt durch eigene Moralvorstellungen, eigene sexuelle Probleme oder Ekel.

Erst seit kurzem wird in der Öffentlichkeit über das Liebesleben im Alter diskutiert – seit Andreas Dresen im Jahr 2008 mit seinem Film „Wolke 9“ das Tabu zum Thema machte oder Elfriede Vavrek mit ihrem 2010 erschienenen Buch „Nacktbadestrand“ viele Leser zu Diskussionen anregte.

„Die natürlichste Sache der Welt“

Zu Recht. Denn entgegen der überwiegend von Jüngeren gehegten Vorstellung, dass die Sexualität mit dem Alter stark nachlasse, kann man in wissenschaftlichen Arbeiten lesen, dass von den 51- bis 60-jährigen Paaren noch rund 90 Prozent ihre Sexualität leben. Bei den Paaren, die über 80 Jahre alt sind, geben immerhin noch mehr als 30 Prozent der Männer und 25 Prozent der Frauen an, sexuell aktiv zu sein – während die Singles dieser Altersgruppe nur zu rund sieben Prozent am Sexuellen teilnehmen. Viele dieser Alleinstehenden wohnen im Heim, wo sie nach wie vor jedes Recht haben, ihre sexuellen Bedürfnisse auszuleben. Denn zu einer hohen Lebensqualität gehört auch Sexualität –

so viel und so lange sie beide Partner genießen. Nicht einmal Demenz führt zwangsläufig zum Erliegen sexueller Bedürfnisse. „Sie zu leben, ist die natürlichste Sache der Welt“, schreibt Michael Ganß in der Zeitschrift „demenz.Leben“, Ausgabe 04-2010. Vor allem bei fortgeschrittener Demenz ist die Berührung eine wichtige, oft die einzige noch übrig gebliebene Form der Kommunikation. Viele Menschen werden in der Demenz zärtlicher und genießen es, sich anzuschmiegen, verlieren zum Teil aber auch alle Hemmungen. Jeder Mensch ist anders; bei jedem sind diese Empfindungen unterschiedlich ausgeprägt. Die Pflegenden sollten deshalb beachten, dass durch ein Zuviel ein angenehmer Reiz schnell in einen unangenehmen umschlagen kann.

Über alles reden dürfen und können

Aufgabe des Trägers und der Hausleitung ist es, ein Klima der Offenheit zu schaffen. Dazu gehört nicht nur, dass die Wünsche der Bewohner gehört werden, sondern dass auch Mitarbeiterinnen, die sich durch verbale oder handgreifliche Anzänglichkeiten belästigt fühlen, einen Ansprechpartner haben, der hilft, eine konstruktive Lösung zu finden.

Neben dem Austausch im Team bewirken Schulungen und Weiterbildungen im Bereich der geriatrischen und gerontopsychiatrischen Pflege ein neues Verständnis für die Alterssexualität. Pflegenden lernen Gefühle wie Wut, Scham oder Lust bei älteren Menschen richtig zu interpretieren, trainieren kritische oder übergriffige Situationen professionell zu lösen, erfahren etwas über Formen gelebter Sexualität im Heim oder die würdige Gestaltung von Begegnungen und Beziehungen. □

Literaturtipps:

- Erich Grond: Sexualität im Alter – (K)ein Tabu in der Pflege. Brigitte Kunz Verlag, Hagen 2001, ISBN 3-89495-159-1.
- Hermann Berberich, Elmar Brähler: Sexualität und Partnerschaft in der zweiten Lebenshälfte. Psychosozial Verlag, Gießen 2001, ISBN 3-89806-067-5.

Mitarbeiterbefragung stiftungsweit und in der St. Anna-Hilfe

Arbeitsbedingungen haben sich verbessert

Die Ergebnisse der im Oktober letzten Jahres durchgeführten Mitarbeiterbefragung zu den Themen Vorgesetzte, Kollegen, Betriebsrat, Gesundheit und Arbeitsbedingungen liegen vor. Erfreulich ist, dass sich die St. Anna-Hilfe im Vergleich zur letzten Befragung im Jahr 2007 in einigen Bereichen sogar verbessert hat. Denn schon damals fiel die Befragung sehr positiv aus. Viele Kollegen empfinden zum Beispiel die physischen wie psychischen Arbeitsbedingungen noch angenehmer als vor drei Jahren.

Text: Elke Benicke

„Die Angestellten haben ihren Vorgesetzten und ihren Arbeitsbedingungen in der St. Anna-Hilfe ein gutes Zeugnis ausgestellt“, freut sich Verwaltungsleiter Winfried Grath. „Die Ergebnisse sind nicht nur gut, sie zeigen auch, dass die St. Anna-Hilfe die im Jahr 2007 aufgezeigten Verbesserungsmöglichkeiten ernst genommen hat. Wichtig ist, dass wir uns nun nicht auf unseren Lorbeeren ausruhen, sondern so weitermachen.“

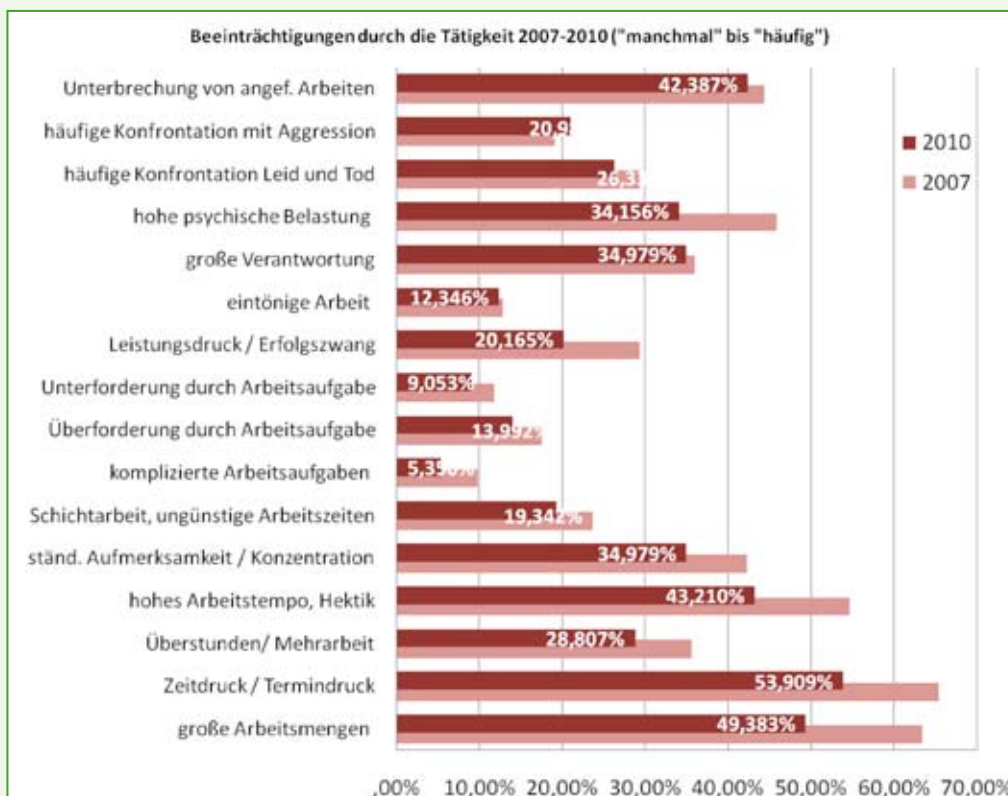
Die Kollegen honorieren die seither stattgefundenen raumfördernden Um- und Neubauten und fühlen sich deutlich weniger durch Leistungs-, Zeit- oder Termindruck und große Arbeitsmengen beeinträchtigt (siehe Grafik).

Positive Tendenz mit Wermutstropfen

Weiter verbessert haben sich auch die „arbeitsorganisatorischen Bedingungen“. Über 70 Prozent der Mitarbeiter sind laut Umfrage motiviert bei der Arbeit und zufrieden mit der „Koordination und Planung“ – jeweils neun Prozent mehr als 2007. Im Vergleich zu 2007 fühlen sich rund 17 Prozent weniger Mitarbeiter durch Personalmangel überlastet (2007: 59 Prozent; 2010: 42 Prozent). Gleichzeitig ist die „Beeinträchtigung durch ständigen Wechsel der Mitarbeiter“ um fünf Prozent gestiegen (2007: 30 Prozent; 2010: 35 Prozent). „Der anhaltende Fachkräftemangel zwingt uns, zumindest zum Teil auf Leasingkräfte zurückzugreifen, die dann nur kurzfristig im Team sind“, erklärt Winfried Grath diese beiden Ergebnisse.

Repräsentative Rücklaufquote

Wie vor drei Jahren erfolgte die anonyme Umfrage im Verbund der gesamten Stiftung Liebenau, die die deutsche Allgemeine Ortskrankenkasse (AOK) mit der Durchführung beauftragte. Die Rücklaufquote der Fragebögen aus der St. Anna-Hilfe ist um zwei Prozent höher als vor drei Jahren und beträgt 46 Prozent. Damit liegt sie im Durchschnitt anderer Mitarbeiterbefragungen und ist repräsentativ. □



Im Vergleich zu den Aussagen im Jahr 2007 fühlen sich jeweils zehn bis 15 Prozent weniger Mitarbeiter durch „hohe psychische Belastung“, „Leistungsdruck und Erfolgszwang“, „Zeit- und Termindruck“ oder „große Arbeitsmengen“ beeinträchtigt.

Quelle: Ergebnispräsentation der Mitarbeiterbefragung

Betriebsjubilare Vorarlberg

25 Jahre

Gene Isidro

20 Jahre

Horst Baumann, May Armenio,
Marie-Nila Cuzon, Sonja Lucny,
Hasnija Muranovic

15 Jahre

Tatjana Minova, Petra Mostböck,
Sonja Mangeng

10 Jahre

Aleksandra Adamovic, Sabine
Fischer, Anton Haller, Andrea
Poschadel, Bernadette Hartmann,
Sigrid Lamprecht, Isolde Leitner,
Ursula Gmeiner, Sandra Klutsaris,
Jutta Unger, Evelin Walch,
Elisabeth Graß, Dietmar Durig,
Flor Gauster, Winfried Grath

Betriebsjubilare Oberösterreich

30 Jahre

Anna Bergthaler

25 Jahre

Anna Schamberger, Martina
Strasser

20 Jahre

Gerlinde Wohldrich

15 Jahre

Maria Gudelj

10 Jahre

Maria Amering, Andja Gavric,
Anita Hufnagl, Ivica Marjanovic,
Svjetlana Marjanovic, Christa
Pührimair, Helga Schwaighofer



Gute Stimmung auf dem Mitarbeiterfest in Kircham, Oberösterreich: Mitarbeiterin Renate Stastny lässt sich vom Präsidenten des Bogensportclubs, Alois Thanner, in die Kunst des Bogenschießens einweisen.

Jubilarfeiern der St. Anna-Hilfe in Vorarlberg und Oberösterreich

Dank für langjähriges Engagement

Alle zwei Jahre ehrt die St. Anna-Hilfe ihre langjährigen Mitarbeiter mit einer eigenen Jubilarfeier. Dieses Jahr war es wieder so weit: In Vorarlberg wurden Mitte März 24 Jubilare, in Oberösterreich Mitte Mai weitere zwölf gefeiert. Sie alle sind seit mindestens zehn Jahren bei der St. Anna-Hilfe oder davor bei einer Gemeinde oder einem Orden beschäftigt; zehn Mitarbeiter feiern heuer sogar ihr 20-, 25- und 30-jähriges Betriebsjubiläum.

Text: Doris Kollar, Dennis Roth/Foto: Doris Kollar

Rund 40 Festgäste haben sich Mitte März zur Vorarlberger Jubilarfeier im Hotel Hoher Freschen in Rankweil eingefunden. Geschäftsführer Klaus Müller begrüßte die Jubilare, Hausleiter und Betriebsräte mit den Worten: „Langjährige Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter sichern die Qualität in unseren Häusern und zeugen von einem guten Betriebsklima.“

Geehrt wurden 15 Mitarbeiter mit zehnjährigem und drei mit 15-jährigem Jubiläum. Den fünf Kollegen, die schon seit 20 Jahren in einem Vorarlberger Haus beschäftigt sind, überreichte der Geschäftsführer eine Urkunde der Stiftung Liebenau

mit herzlichen Glückwünschen des Vorstands. Für ihr 25-jähriges Betriebsjubiläum wurde Gene Isidro von Bernhard Heinzle, Vertreter der Arbeiterkammer, persönlich ausgezeichnet. Nach der Ehrung gab es ein Vier-Gänge-Menü in geselliger Atmosphäre.

In Oberösterreich war die Jubilarfeier Teil einer sportlichen Veranstaltung: Rund 60 Mitarbeiter hatten sich im Bogensportclub Kircham bei Gmunden eingefunden. Nach einer kurzen Schulung im Bogenschießen begaben sich die Gäste ins Gelände und „erlegten“ ein oder mehrere – Kunsttiere. Nach der Stärkung am Büfett gratulierte Klaus Müller nicht nur den Jagdsiegern, sondern dankte auch den Jubilaren für ihr langjähriges Engagement. Maria Gudelj feierte ihr 15-jähriges und sieben weitere Mitarbeiter ihr zehnjähriges Jubiläum. Eine Urkunde erhielt Anna Bergthaler für 30 Jahre, Anna Schamberger und Martina Strasser für je 25 Jahre sowie Gerlinde Wohldrich für 20 Jahre Betriebszugehörigkeit. Gegen Abend sorgte die Mundartdichterin Angelika Fürthauer für eine humorvolle Stimmung und animierte zum Mitsingen bei den „Gstanzln“ aus dem Salzkammergut. ☐

Ein Beruf mit Zukunft

Qualifizierte Fachkräfte in der Altenpflege fehlen in ganz Österreich. Dabei gibt es zahlreiche diplomierte Sozialbetreuer mit Schwerpunkt Altenarbeit, die einen Teil der offenen Stellen füllen könnten – sie müssten nur in den Mindestpersonalvorgaben der Länder entsprechend berücksichtigt werden. Die St. Anna-Hilfe beschäftigt bereits vier DSB, weil sie deren eigenverantwortliche Betreuungsarbeit ebenso schätzt wie ihre Kenntnisse in Validation, Kinästhetik oder Biografiearbeit.

Text: Klaus Müller/Foto: Dieter Muther

In den betreffenden Häusern der St. Anna-Hilfe, Bad Goisern, Bartholomäberg und Gaißau, stellen die frisch gebackenen DSB eine wertvolle Ergänzung zum bewährten Mitarbeiterstamm dar. Meist haben sie als Altenfachbetreuer, Pflege- oder Heimhelfer schon länger vor Ort gearbeitet. Nach Abschluss ihres Diplomelehrgangs übernehmen sie zusätzliche Aufgaben in der Betreuung der älteren Menschen, setzen eigene Ideen fachgerecht um und tragen so zu einer weiteren Qualitätssteigerung in den Einrichtungen bei. Das Führungsteam der St. Anna-Hilfe ist von den Kompetenzen der DSB überzeugt und unterstützt ihre Fachsozialbetreuer oder Pflegehelfer, wenn diese sich für den Lehrgang entscheiden, stellt aber auch gerne bereits ausgebildete DSB an.

Die Beschäftigung der diplomierten Fachkräfte ist jedoch für beide Seiten – Angestellte und Arbeitgeber – nicht unproblematisch: Denn obwohl die Ausbildung bundesweit einheitlich geregelt ist, wird sie in den Mindestpersonalvorgaben der Länder nicht berücksichtigt. Auch findet sich in den Kollektivverträgen keine angemessene Einordnung dieses Berufs. Damit stellen die Länder die dreijährige Ausbildung zum DSB hinsichtlich ihrer Personalmengenvorgaben auf eine Ebene mit der einjährigen Ausbildung zum Pflegehelfer in Vorarlberg oder der zweijährigen Ausbildung zum Fachsozialbetreuer in Oberösterreich. Die diplomierten Fachkräfte arbeiten unter ihrem Wert, was wiederum dazu führt, dass die Ausbildung selbst – trotz motivierter Schüler und hervorragenden Schulen – an Attraktivität einbüßt.

Würde die Ausbildung zum DSB in den Personalschlüsseln und den Kollektivverträgen der Länder hingegen angemessen anerkannt, hätte der noch neue Beruf eine reelle Chance sich zu etablieren. Die DSB könnten zu einer besseren Qualität in den Einrichtungen und zu einer Entschärfung des Fachkräftemangels in der Altenhilfe beitragen. □

Eine Diplomsozialbetreuerin berichtet



Mir hat die Ausbildung zur DSB gezeigt, dass noch viel in mir steckt und dass ich viel Neues lernen kann – auch wenn ich schon 20 Jahre in der Pflege tätig bin! Jetzt bin ich eigentlich genau da, wo ich immer sein

wollte. Konkret heißt das zum Beispiel, dass ich jeden Freitagvormittag Gruppenstunden für unsere Bewohner abhalte. Dabei habe ich mich auf die Biografiearbeit konzentriert, weil Bedarf besteht. Diese Stunden werden von den älteren Menschen im Haus sehr gerne angenommen.

Alle zwei Wochen biete ich eine zusätzliche Betreuungseinheit an, dann kochen, backen oder basteln wir etwas zusammen. Meist dokumentiere ich die gemeinsamen Aktivitäten durch Fotos, welche ich dann für alle zugänglich aushänge. Die Bewohner erkennen sich wieder, erinnern sich und sind stolz auf das, was sie noch können. Auch bei den Angehörigen kommen die Bilder gut an. Für unsere gemeinsamen Singstunden habe ich nach den Wünschen der Bewohner Liedtexte zum Jahresablauf gesammelt und zusammengestellt. Außerdem organisiere ich Ausflüge in der näheren Umgebung, auf denen ich von Ehrenamtlichen in der Betreuung unterstützt werde. Kurz: Ich habe die Freiheit und die nötigen Mittel, das zu tun, was ich als DSB für richtig halte.

Seit Abschluss meiner Ausbildung darf ich mich auch zwei Mal pro Monat bei der Pflegeplanung einbringen. Während die DGKS (Diplomierte Gesundheits- und Krankenschwester) dabei eher pflegerische Belange vertritt, argumentiere ich in Sachen Betreuung – diese Kombination ergänzt sich sehr gut. Insgesamt fand ich die Ausbildung bereichernd und freue mich, dass ich jetzt neue, verantwortungsvolle Aufgaben übernehmen darf!

Angelika Rudigier,
DSB im Seniorenheim Bartholomäberg

Gemeinsame Aktivitäten für die Gesundheit „tuat guat“ tuat üs guat

Für die Mitarbeiter in der Altenhilfe ist es besonders wichtig, mit körperlichen und seelischen Belastungen umgehen zu können. Seit November 2010 bietet die St. Anna-Hilfe neben ihren Fort- und Weiterbildungen zum Umgang mit pflegebedürftigen und an Demenz erkrankten Menschen auch einen mental-körperlichen Ausgleich auf Basis verschiedener Fitness-Programme an.

Text: Dennis Roth

„tuat guat“ ist eine präventive Gesundheitsmaßnahme, die für einen Ausgleich zum Pflegealltag sorgt. Das Programm, das derzeit in den Häusern im Vorarlberger Unterland angeboten wird, umfasst Walking- und Laufkurse, Rückenschule, Gymnastik, Kraft- und Ausdauertraining, Entspannungstechniken, klassische Massagetechniken und Ernährungstipps. Ziel von „tuat guat“ ist es, die Lebensqualität jedes Einzelnen durch Stei-

gerung der körperlichen Leistungsfähigkeit und damit auch des Selbstbewusstseins zu verbessern. Das betriebliche Angebot soll motivieren und ein gesellschaftlich-kollegiales Miteinander fördern. Organisiert werden die Kurse von Manuela Tsukalas, Pflegekraft im Seniorenheim Tschermakgarten und ausgebildete Diplom-Wellnesstrainerin mit langjähriger Erfahrung.

Alle teilnehmenden Einrichtungen der St. Anna-Hilfe erhalten einen monatlichen Programmplan. Die Gruppen werden in Anfänger und Fortgeschrittene eingeteilt – teilnehmen darf jeder, der Lust hat. Abgerundet wird das Angebot durch eine individuelle Beratung zum alltäglichen Umgang mit physischen Bewegungs- und Belastungsmustern und der Ernährung. Auch persönliche Trainingspläne werden erstellt. Beliebt sind aber vor allem die gemeinsamen Aktivitäten im Kreis der Arbeitskollegen – ganz nach dem Motto: „tuat guat“ tuat üs guat. □

Markus Platzer ist neuer Leiter der CaSa



Markus Platzer ist neuer Geschäftsführer der CaSa – Leben im Alter.

Markus Platzer hat Christian Klein abgelöst und Anfang Mai die Leitung der CaSa – Leben im Alter, eine Schwestergesellschaft der St. Anna-Hilfe, übernommen. Zweiter Geschäftsführer bleibt auch künftig Klaus Müller von der St. Anna-Hilfe.

„Mich hat vor allem das Hausgemeinschaftsmodell gelockt, das in allen vier Häusern der CaSa gelebt wird“, erklärt Markus Platzer. „Die Alltagsnähe durch das familiäre Wohnen, Kochen und Essen gefällt mir sehr gut. Ich denke, dass sich die älteren Menschen auf diese

Art recht wohl und zuhause fühlen im Heim. Daher möchte ich das Modell weiter perfektionieren!“ Bevor der 33-jährige studierte Volkswirt zur CaSa – Leben im Alter gekommen ist, hat er drei Jahre lang ein klassisches Pflegeheim der Caritas geleitet. Der frühere Geschäftsführer, Christian Klein, bleibt der CaSa – Leben im Alter erhalten: Denn als Bereichsleiter Pflege bei der Caritas der Erzdiözese Wien verantwortet er künftig nicht nur alle stationären und mobilen Altenhilfsangebote der Caritas, sondern auch die Geschäftsführung der

CaSa Sozialeinrichtungen*, Muttergesellschaft der CaSa – Leben im Alter. □

*Die Casa Sozialeinrichtungen gGmbH gehört zu gleichen Teilen der Caritas und der Stiftung Liebenau. Sie ist für den Bau, die Finanzierung und Vermietung der für den Betrieb der CaSa – Leben im Alter notwendigen Gebäude und Ausstattung zuständig.

Text: Elke Benicke/Foto: Markus Platzer

Kurze Geschichte der CaSa – Leben im Alter

Die CaSa – Leben im Alter wurde im Jahr 2003 gemeinsam von der Caritas der Erzdiözese Wien und der St. Anna-Hilfe Österreich zur Führung stationärer Einrichtungen für ältere Menschen neu gegründet.

2004: Übernahme der Einrichtungen Waldkloster in Wien Favoriten und Marienheim in Baden

2009: Eröffnung des neu errichteten Seniorenhauses Guntramsdorf

April 2011: Eröffnung des ebenfalls neu erbauten Seniorenhauses Kagran in Wien 22

Vernissage im Sozialzentrum Mariahilf “Kunst und Alter“

BREGENZ – Auf Initiative von Pflegedienstleiterin Sajda Zivkovic hat die Bregenzer Malerin Helene Wibmer von Mitte März bis Ende April eine Ausstellung zum Thema „Kunst und Alter“ im Sozialzentrum Mariahilf gestaltet. Zur Vernissage haben sich rund 50 Gäste eingefunden; Stadträtin Elisabeth Mathis erläuterte die Bilder.

Text: Markus Schrott/Foto: Petra Reiter

„Mit der Ausstellung hat Frau Zivkovic zum zehnjährigen Hausjubiläum einen kräftigen Impuls im Sozialzentrum und im Stadtteil Mariahilf gesetzt!“, sagte Klaus Müller, Geschäftsführer der St. Anna-Hilfe, bei seiner Eröffnungsrede. Die farbenfrohen Bilder von Helene Wibmer, die stilisierte Menschen, Abstraktes, Stilleben oder naive Malerei zeigen, waren im Foyer des Pflegeheims (Haus I) im Sozialzentrum Mariahilf zu sehen. Anschaulich eröffnete Stadträtin Elisabeth Mathis in ihrer Ansprache Zugänge zu den Bildern der aus Tirol stammenden Künstlerin. Querflötistinnen unter der Leitung von Norbert Dehmke aus der Musikschule Bregenz untermalten die Vernissage musikalisch, während sich



Die Künstlerin Helene Wibmer über ihre Werke.

die Gäste bei Fingerfood und Getränken angeregt über „Kunst und Alter“ unterhielten.

Seit Ausstellungsbeginn bietet die Künstlerin außerdem jeden Montagnachmittag Kunststunden unter dem Namen „Farbklecks“ für die älteren Menschen des Pflegeheims an. „Alle Menschen und besonders die älteren haben ein künstlerisches Potential, das ich fördern möchte“, erläutert die gelernte Kunsterzieherin ihre Motivation. □

Handarbeiten für einen guten Zweck

BREGENZ – Ein Gespräch über Bastel-, Näh- und Strickfähigkeiten von Bewohnerinnen des Seniorenheims Tschermakgarten in Bregenz war der Beginn einer ergiebigen Spendenaktion. Und das kam so: Durch das Gespräch motiviert, begannen einige rüstige Bewohnerinnen wieder zu stricken, zu nähen und zu basteln. In kürzester Zeit entstanden schöne Decken, Socken, Polsterbezüge, Tischdecken, Taschen und leckere Kekse. Zeitgleich erfuhren die Bewohnerinnen vom Schicksal des kleinen Lukas: Der Sohn des Hausmeisters benötigte dringend eine Knochenmarkspende. Die fleißigen Handarbeiterinnen entschieden nun, durch den Verkauf ihrer Erzeugnisse Geld zu sammeln und es dem Schrunser Verein „Geben für Leben“ zu übergeben, der sich auf das Sammeln von Knochenmarkspenden in der Region spezialisiert hat und Geld vor allem auch für die Typisierungen der einzelnen Spenden benötigt. Um die liebevoll gearbeiteten Stücke an Bewohner und Besucher

zu verkaufen, organisierte Tschermakgarten-Mitarbeiterin Annelies Rümmele einen Basar. Dabei kamen stolze 1500 Euro zusammen! □

Text: Daniela Gilgen/Foto: Annelies Rümmele



Bewohnerin Helene Deutschendorf an ihrer Nähmaschine.



Die Gemeinwesenar-
beiterin nimmt sich
gerne Zeit für einen
gemütlichen Plausch
mit den Bewohnern.

Gemeinwesenarbeit in den „Lebensräumen für Jung und Alt“

Schaltzentrale der Gemeinschaft

BREGENZ – In den „Lebensräumen für Jung und Alt Mariahilf“ leben junge und ältere Menschen, Alleinstehende, Paare und Familien ganz bewusst in aktiver Nachbarschaft zusammen. Eine wichtige Rolle in der Wohnanlage spielt die Gemeinwesenar-
beiterin Beate Weinzierl-Bahl. Sie berät, vermittelt, koordiniert und moderiert die sich gegenseitig unterstützende Gemeinschaft – kurz: ist Ansprechpartnerin in allen Anliegen.

Text: Daniela Gilgen/Fotos: Felix Kästle

Die „Lebensräume für Jung und Alt“ liegen im Bregenzer Stadtteil Vorkloster, direkt neben der Kirche Mariahilf. Es ist ein moderner Bau, aufgelockert durch farbige Fassadenelemente und einen sonnigen Innenhof mit Garten und Sitzgelegenheiten – eine Wohnanlage wie so viele. Die Besonderheit eröffnet sich erst auf den zweiten Blick bei Gesprächen mit den Bewohnern und der Gemeinwesenar-
beiterin Beate Weinzierl-Bahl.

Fachkompetenz mit Herz

Ihr Büro befindet sich im Erdgeschoß der Wohnanlage. Die vielen Fotos an der Pinnwand, die Papierstapel und Akten, die sich auf dem Schreibtisch türmen, deuten darauf hin, dass hier eine wichtige

Schaltzentrale ist – auch die administrative Arbeit gehöre zu ihrem Job, erklärt die Frau schmunzelnd. Das Gespräch kommt sofort in Gang, auch die Bewohner plaudern offen und gerne mit der sympathischen Gemeinwesenar-
beiterin. Beate Weinzierl-Bahl nimmt sich viel Zeit für Gespräche, denn so erfährt sie, wo in der Wohnanlage der Schuh drückt und wie die Stimmung gerade ist.

Jung und Alt unter einem Dach

Rund 60 Frauen, Männer, Jugendliche und Kinder leben in der Wohnanlage in 38 Wohnungen. Zwei Drittel sind ältere Personen, ein Drittel junge alleinstehende Menschen oder Paare mit Kindern. Dieser Generationenmix hat sich bewährt und wird auch ganz bewusst angestrebt, denn er spiegelt den normalen Bevölkerungsquerschnitt wieder. Zieht ein älterer Mensch aus, dann wird die freie Wohnung wiederum an eine ältere Person vermietet. „Ich führe mit jedem Interessenten ein ausführliches Gespräch, um mehr über ihn zu erfahren. Wie hat die Person bisher gelebt? Welche Bedürfnisse und Stärken hat sie?“, berichtet die studierte Sozialpädagogin. Die Warteliste für eine freie Wohnung ist lang und Beate Weinzierl-Bahl hat die Qual der Wahl, wen sie in Abstimmung mit dem Bewohnerbeirat der Stadt Bregenz als Nachmieter

vorschlägt. Die Entscheidung trifft sie aufgrund sozialer Faktoren, aber auch nach dem Bauchgefühl. „Wenn die Gemeinschaft gut und stark ist, dann kann ich es auch wagen, einen Mieter mit schwierigen Lebensumständen aufzunehmen. Dann habe ich ein gutes Gefühl, dass die anderen Bewohner ihn unterstützen und mittragen“, sagt sie.

Hilfe zur Selbsthilfe

Selbsthilfe und aktive Nachbarschaftshilfe statt Versorgungseinrichtung lautet denn auch die Devise in der Wohnanlage. Beate Weinzierl-Bahl sieht sich als Moderatorin, Koordinatorin und Anlaufstelle. Bei Problemen sucht sie gemeinsam mit den Bewohnern nach Lösungsmöglichkeiten, gibt Tipps, berät bei der Umsetzung von Ideen und vermittelt professionelle Hilfe bei Bedarf. „Ich unterstütze die Bewohner gerne - machen müssen sie es aber selbst!“, fasst die Gemeinwesenarbeitsin zusammen. Sie selbst wird vom Bewohnerbeirat unterstützt, der auch die Interessen der Bewohner vertritt.

Ziel ist, dass die älteren Menschen so lange wie möglich eigenverantwortlich und alleine leben können – wer aktiv ist, bleibt länger fit. „Wenn jemand krank ist, dann kocht ein Nachbar mit. „Essen auf Rädern“ ist grundsätzlich eine tolle Sache, aber verleitet dazu, dass nicht mehr selbst gekocht wird. Dann entsteht ein Teufelskreis. Man muss nicht mehr so häufig einkaufen gehen, kommt weniger aus den eigenen Wänden raus, man muss sich nicht mehr so ordentlich kleiden, soziale Kontakte reißen ab. Das sind die ersten Schritte in die Pflegebedürftigkeit“, erklärt Beate Weinzierl-Bahl.

Miteinander geht es leichter

Die älteren Menschen sollen außerdem das Gefühl haben, dass man sie braucht. Konkret kann das so aussehen, dass die jüngeren Mitbewohner hin und

wieder für die älteren einkaufen gehen, kochen oder kleinere Reparaturdienste übernehmen, die älteren aber auch mal schnell das Loch in der Kinderhose flicken und andere wertvolle „Großeltern-Dienste“ leisten. Gemeinsame Aktivitäten und Feste halten die Wohngemeinschaft zusammen und stärken das Wir-Gefühl. Wichtig ist der Gemeinwesenarbeitsin und den Bewohnern, dass über die Wohnanlage hinaus auch mit den Menschen im Stadtteil Vorkloster Kontakte gepflegt werden, zum Beispiel beim Schachspielen im nahen Park. Was im Kleinen in den Lebensräumen gelebt wird, soll Vorbild für ein größeres Miteinander sein. Beate Weinzierl-Bahl bringt es auf den Punkt: „Wir möchten so leben, wie es früher auf dem Dorf üblich war!“ □

Lebensräume für Jung und Alt

Die „Lebensräume für Jung und Alt“ wurden von der St. Anna-Hilfe, der Stadt Bregenz und der gemeinnützigen Wohnbauvereinigung Vogewosi erbaut.

- Eröffnet im Dezember 2003
- 38 Wohnungen mit zwei, drei und vier Zimmern
- Derzeit 57 Bewohner:
acht Kinder, 18 Männer und 31 Frauen
- Durchschnittsalter: knapp 50 Jahre
- Jüngster Bewohner: ein Monat
- Älteste Bewohnerin: 92 Jahre
- Barrierefreie Zugänge
- Rollstuhlgerechte Bäder
- Balkone und begrünter Innenhof
- Kostenlose Gemeinwesenarbeit für Bewohner

Jung und Alt haben ihren Platz in der Gemeinschaft.

In der Wohnanlage finden sich immer Gleichgesinnte.





Gruppenübungen sensibilisieren die Teilnehmer für die Bedürfnisse und Sichtweise des anderen.

Wertschätzende Statements auf kleine Zettel geschrieben – dieses Abschlussritual soll das Wir-Gefühl der Gruppe festigen.

WUK – Wahrnehmende Unternehmenskultur

Um das Wir-Gefühl zu stärken

BREGENZ – Ende Februar startete das Seniorenheim Tschermakgarten in Bregenz mit dem Projekt WUK „Wahrnehmende Unternehmenskultur“. In verschiedenen Schulungen, die sich über insgesamt drei Jahre erstrecken, wird das gesamte Personal intensiv auf ihre emotionale, soziale und fachliche Kompetenzen hin gefördert und gestärkt. Initiiert von der Hausleiterin Vesna Basagic hat es zum Ziel, das tägliche Miteinander zwischen Mitarbeitern, Bewohnern und Angehörigen zu verbessern.

Text: Daniela Gilgen/Fotos: Jeanette Pamminger

„Wahrnehmende Unternehmenskultur“ bedeutet eine wertschätzende Grundhaltung zwischen den Menschen und zielt vor allem auf eine achtsame Kommunikation und respektvolle Beziehung untereinander. Eingebunden sind alle 80 Mitarbeiter des Seniorenheimes, von den Mitarbeitern der Hauswirtschaft über den Hausmeister bis zu den Pflegefachkräften. In kleinen Gruppen, die sich bunt gemischt aus den verschiedenen Tätigkeitsbereichen zusammensetzen, werden die Mitarbeiter in mehrtägigen Seminaren für einen wertschätzenden Umgang sensibilisiert. Bereits nach kurzer Zeit erhielt Vesna Basagic erste positive Rückmeldungen. „So ist ihnen beispielsweise aufgefallen, dass die Gespräche zwischen den Pflegefachkräften und den Mitarbeitern der Hauswirtschaft oft auf knappe Anweisungen reduziert sind. Es war

nicht böse gemeint, aber jetzt achten sie bewusster auf die Worte und den Tonfall“, schildert Vesna Basagic.

Verbesserungen für alle

Die Schulung des gesamten Personals soll erreichen, dass alle dieselbe Sprache sprechen und im Wir-Gefühl ihren Beitrag zum Wohle der Bewohner und deren Angehörigen, aber auch aller Mitarbeiter leisten. Das Projekt soll sich auf ein gutes Arbeitsklima niederschlagen und auch für eine qualitätsvolle und individuelle Betreuung der Bewohner sorgen. „Wir wollen unseren Bewohnern soviel Individualität wie möglich geben. Das heißt beispielsweise, wenn jemand erst um 14 Uhr Mittagessen möchte, dann wollen wir ihm das ermöglichen. Wir wärmen das Essen dann einfach auf. Nicht die Bewohner passen sich unserem Arbeitsablauf an sondern wir uns ihm!“, sagt die Heimleiterin.

Ständiger Prozess

Initiiert und entwickelt hat das Projekt die diplomierte Gesundheits- und Krankenschwester und langjährige ganzheitliche Individuations-Trainerin Jeannette Pamminger. Sie begleitet das Team, die Fachhochschule Dornbirn evaluiert das Projekt wissenschaftlich. Wenn Anfang 2013 alle Schulungen und Themenmodule abgeschlossen sind, erhält das Seniorenheim Tschermakgarten das Zertifikat „Wahrnehmende Unternehmenskultur“ verliehen. □

Ein harter Weg aus der Suchtabhängigkeit

Ich war eine Alkoholikerin!

15 000 Vorarlberger gelten als alkoholkrank, 30 000 Personen als problematische Alkoholkonsumenten – das sind die nüchternen Zahlen, die das Suchtkrankenhaus Maria Ebene in Frastanz jüngst bekanntgegeben hat. Soziale und gesundheitliche Probleme mit Schädigung der Organe, der Nerven und des Gehirns sind die unausweichlichen Konsequenzen übermäßigen Alkoholkonsums. In der Folge enden Alkoholranke oft als Pflegefälle in Alten- und Pflegeheimen. So auch Silvia R., die einen beachtlichen Weg zurückfand. In einem eindrücklichen Erfahrungsbericht blickt sie auf diese Zeit zurück.

Text: Daniela Gilgen/Foto: Felix Kästle

Mit Alkohol versuchte Silvia R. eine belastende Scheidung und die Trauer über den Tod ihrer einzigen Schwester und der Mutter kurz hintereinander hinterzuspülen. Es begann mit einem Gläschen Rotwein am Abend, schnell wurde es mehr. Ihre Kinder brachten sie dann in die Suchtabteilung des Krankenhauses Rankweil.

*Ich stieg in das Auto ein, in Rankweil angekommen, konnte ich nicht mehr laufen. Ich kann mich nicht mehr erinnern. Laut meinen Kindern saß ich circa drei Monate im Rollstuhl. In Rankweil mussten sie mich aus der Suchtabteilung abholen, weil ich zu schwach war. Danach kam ich in die Psychiatrie. Ich hatte nur noch rund 40 Kilogramm. Im Juli 2009 kam ich nach Gaißau ins Pflege- und Altenheim, da die Ärzte sagten, ich werde zu 80 Prozent bleibende Schäden behalten.**

Gute zwei Monate hatte die 55-jährige in einem Dämmerzustand verbracht, bis sie allmählich wieder zu sich fand.

Ich war ein Pflegefall!!! Ich musste Windeln tragen, da ich den Harn und den Stuhlgang nicht mehr kontrollieren konnte. Ich war ein Wrack!! Ende

Juli/Anfang August bemerkte ich erst, dass ich im Rollstuhl war! Ich bekam einen Schock. Ich war hysterisch!! Ich habe geweint, wollte immer wieder versuchen aufzustehen, aber ich fiel immer wieder hin. Mein Wille war so stark, dass ich eine Woche später wieder laufen konnte. Ich merkte jedoch, dass mein Gehirn abgestumpft war. Ich fing an zu lesen, aber ich konnte am Anfang das Gelesene nicht im Kopf aufnehmen. Ich war sehr böse zum Pflegepersonal. Bin immer wieder abgehauen. Ich hatte keine Orientierung.

Allmählich besserte sich Silvia R.s Zustand. Sie ging viel spazieren und las viel, um ganz bewusst ihr Gedächtnis zu trainieren. Dann kam ein Tief.

Ich wollte wieder nach Hause. Ich war sehr deprimiert. Aber ich bekam Hilfe vom Pflegepersonal. Ich hatte viele Gespräche mit allen. Danach kam bei mir ein Umdenken, ich half in der Küche Essen ausgeben oder den Tisch decken. Ich fühlte mich wieder gebraucht.

Was niemand zu hoffen wagte, erreichte sie mit ihrem starken Willen und der Unterstützung des Pflegepersonals – ein Jahr nach ihrem Zusammenbruch konnte Silvia R. wieder nach Hause gehen.

„Ich war alkoholkrank. Ich möchte nie wieder in so eine Situation kommen!“ Ich weiß, es spielt sich alles im Kopf ab. Es ist mir bewusst, ein Schluck und es fängt wieder von Neuem an. Ich habe gelernt, damit umzugehen. Ich kann bei jeder Feier mitmachen, auch ohne Alkohol! Ich bin auf der Hut, aber ohne Angst. Wenn? Ich weiß wohin, das ist wichtig! Ich habe alles meinen Kindern und dem Pflegepersonal in Gaißau und natürlich meinem „Kampf“ zu verdanken! □

* Auszüge aus den handschriftlichen Unterlagen von Silvia R., die sie der Hausleitung zur Verfügung stellte.



Menschen mit Handicap machen Praktikum in St. Josef Unbeschwert und offen bei der Arbeit

SCHRUNS – Im Februar hat sich Angelique Schiller zwei Tage lang im Rahmen eines freiwilligen Schnupperpraktikums im Pflegeheim St. Josef umgesehen, im März kam Rosmarie Brugger für eine Woche. Beide haben sich spontan gut zurechtgefunden; Mitarbeiter und Bewohner freuten sich über die neuen Gesichter.

Text: Elke Benicke/Fotos: Veronika Schröder, Sarah Küng

Praktika für Menschen mit Handicap sind Projekte des Instituts für Sozialdienste Vorarlberg (IFS) und der Caritas Vorarlberg. „Die Zusammenarbeit mit Menschen, die ein Handicap haben, ist immer wieder eine positive Erfahrung für unser Team und die Bewohner“, sagt Hausleiterin Jutta Unger. „Die 15-jährige Angelique hat sich trotz ihrer Lernbehinderung im Wohnbereich der Bewohner spontan sehr gut zurechtgefunden. Sie ist unbeschwert und offen auf die älteren Menschen zugegangen und hat sie mit viel Feingefühl beim Essen oder Trinken unterstützt. Alle Arbeiten waren ihr gleich wichtig und machten ihr sichtlich Spaß. Sie hat serviert, bedient, sauber gemacht, beim Ankleiden geholfen und „Mensch ärgere dich nicht“ mit unseren Bewohnern gespielt.“

Auch Rosmarie Brugger hat eine Lernbehinderung und ist zudem gehörlos. Während ihres Praktikums im Haus St. Josef machte sie sich ein Bild von den Aufgaben im Reinigungsbereich, wo sie eine Mitarbeiterin mit vermindertem Hörvermögen bei ihrer täglichen Arbeit unterstützte. Aufgrund ihres gemeinsamen Handicaps fühlten sich die beiden Frauen spontan verbunden. „Die ihr aufgetragenen



Rosmarie Brugger (rechts) und Vanessa Niemeier haben zusammen gearbeitet und sich aufgrund ihres gemeinsamen Handicaps spontan bestens verstanden – in Gebärdensprache.

Tätigkeiten bewerkstelligte Rosi mit einem gesunden Hausverstand und unermüdlichem Einsatz“, freut sich Jutta Unger. □



Mit viel Feingefühl unterstützt Praktikantin Angelique Schiller eine Bewohnerin beim Trinken.

Andrea Jochum ist Pflegedienstleiterin



VANDANS – Anfang April und mit Beginn des Mutterschaftsurlaubs von Virginia Sudec, der bisherigen Leiterin des Wohnbereichs 1, hat Andrea Jochum die Pflegedienstleitung im Seniorenheim Schmidt übernommen. Nachdem sie zuvor allein für den Wohnbereich 2 verantwortlich war, obliegen ihr nun beide Wohnbereiche.

Andrea Jochum kennt das Seniorenheim Schmidt gut. Sie arbeitete dort schon von 1995 bis 1998. Danach wechselte die diplomierte Krankenschwester ins Haus St. Josef nach Schruns – bis sie im Januar 2010 als Wohnbereichsleiterin nach Vandans zurückkehrte. □

Text/Foto: Florian Seher



VANDANS – Sie schwimmt, fährt Ski, spielt Golf und Handball, macht Leichtathletik – und erstaunt Kollegen wie Bewohner im Seniorenheim Schmidt immer wieder: Halbtagskraft Johanna Pramstaller nimmt nicht nur an den „Special Olympics“ (Olympiade für Menschen mit mentaler Behinderung) in Österreich, Spanien, Idaho oder China teil, sondern belegt meist auch einen der ersten Plätze. Wichtig ist ihr jedoch weniger der persönliche Sieg, als „dass das Team zusammenhält – im Sport wie im Beruf.“

Text: Elke Benicke/Foto: privat

„Ich lege Wäsche zusammen, bügeln, putze, helfe in den Wohnküchen, rede mit den Bewohnern und bringe sie zum Lachen. Ab und zu Blödsinn zu machen, gehört natürlich auch dazu!“, berichtet Johanna Pramstaller schmunzelnd von ihren Aufgaben im Seniorenheim Schmidt. „Johanna kommt gerne, ist immer freundlich und fleißig“, lobt Hausleiter Florian Seher. Von Geburt an hat sie eine leichte, geistige Beeinträchtigung. Daher wird ihre Teilzeitstelle vom Institut für Sozialdienste (IFS) im Rahmen von „Spagat“, einem Projekt zur beruflichen Integration junger Menschen mit Behinderung, gestützt und begleitet. Dass sie neben dem Leistungssport noch arbeiten geht, beeindruckt vor allem auch andere Sportler der „Special Olympics“. „Einige der Jugendlichen nehmen mich als Vorbild; manche fassen Mut und schauen sich auch nach einer Arbeit um“, sagt die 24-Jährige.

Bewohner und Kollegen fiebern mit

Für Johanna Pramstaller hängen Beruf und Sport eng zusammen. Sie freut sich, wenn die Kollegen und Bewohner mit ihr fiebern oder sie bewundern, und fühlt sich motiviert, wenn auch ein vierter oder fünfter Platz noch anerkennend diskutiert wird. „Die Bewohner interessieren sich für mich und meinen Sport. Sie fragen: Wo warst du? Was hast du gemacht?“, lacht sie. „Und wenn ich dann von Wettkämpfen erzähle, sagen sie: Gib Gas!“ Besonders beeindruckt hat sie eine Einladung ihrer

Porträt Johanna Pramstaller

Leistungssportlerin im Seniorenheim

Kollegen kurz nach den Skirennen in Idaho: „Das war im Winter 2009. Ich habe zwei Mal Bronze und einmal Silber geholt. Als ich gerade vier Tage zuhause war, haben mich meine Arbeitskollegen in eine Pizzeria ausgeführt. Sie haben mich zuhause abgeholt, ohne dass ich wusste, wohin es geht. Das war eine Überraschung, das vergesse ich nie.“, schließt sie ihre Erzählung.

Mit dem Hausleiter ins Skirennen

Ein alljährlicher Höhepunkt für Johanna Pramstaller ist das gemeinsame Skirennen mit Hausleiter Florian Seher. Im vergangenen Jahr erreichten sie bei der „Unified Ski Alpin Meisterschaft“ der „Special Olympics Österreich“ in Schwarzenberg gemeinsam den fünften Platz; das diesjährige Rennen wurde aufgrund schlechter Schneelage abgesagt. „Ich fahre gerne mit dem Florian“, sagt sie und ist froh, dass sie sich so gut verstehen. Außerdem weiß Johanna Pramstaller: „Das ganze Team hilft mir. Wenn’s mir nicht gut geht, stehen alle zu mir und bauen mich auf.“ Auch habe sie durch den Sport gelernt, mit Enttäuschungen fertig zu werden. „Nach dem Training ist der Kopf frei.“ Für die Zukunft wünscht sie sich, „dass es so weitergeht.“ □

Johanna Pramstallers Rekorde bei den „Special Olympics“ 2006 – 2010

2010 Nationale Sommerspiele – Isle of Man:

100-Meter-Lauf: Gold
Weitsprung: Gold
4 x 100-Meter-Staffel: Bronze

2010 Ski Alpin Cup – Österreich:

Slalom: Staatsmeisterin
Riesentorlauf: Vizestaatsmeisterin

2009 Internationale Winterspiele (in Idaho):

Slalom: Silber
Riesentorlauf: Bronze – Superski: Bronze

2008 Nationale Sommerspiele – Spanien:

Weitsprung: Gold
100-Meter-Lauf: Bronze

2006 Europäische Jugendspiele (in Rom):

100-Meter-Lauf: Gold
Weitsprung: Silber

Neu: Kino im Sozialzentrum St. Vinerius

Bewegte Bilder gegen graue Tage

NÜZIDERS – Eine klassische Verwechslungskomödie, altbekannte Melodien und Erdnusslocken: Ende Januar war großer Kinotag in der Aula des Sozialzentrums St. Vinerius. Die Zuschauer – rund 35 Bewohner, einige Angehörige und Mitarbeiter – genossen die Atmosphäre und hatten viel zu lachen.

Text: Elke Benicke/Foto: Florian Seher

„Im Jänner sind die Tage noch kurz; es wird früh dunkel. So kamen wir auf die Idee, Kino für unsere Bewohnerinnen und Bewohner zu machen“, sagt Hausleiter Florian Seher. Nach kurzer Diskussion entschied sich das Pflorgeteam für den österreichischen Klassiker „Hallo Dienstmann“ mit Hans Moser, Paul Hörbiger und Christel Haas aus dem Jahr 1952. Dann wurde im ganzen Haus plakatiert und der Kinotag angekündigt. Schon die Vorfreude der Bewohner war so groß, dass sich anfängliche Zweifel, ob Kino für die älteren Menschen im Sozialzentrum St. Vinerius überhaupt interessant sei, schnell zerstreuten.

Der Film wurde am Nachmittag in der abgedunkelten Aula gezeigt, wobei die einfache Handhabung von DVD und Beamer einen professionellen



Mitarbeiter Karl Zotter versorgt die Kinobesucher mit Salzigen und Süßem.

Filmvorführer erübrigte. Vor der Vorstellung verteilte ein Mitarbeiter Erdnusslocken, Salzstangen und Süßes aus seinem selbstgefertigten Bauchladen, so dass sich die Besucher wirklich wie im Kino fühlten. „Ein gelungener Nachmittag“, freut sich Florian Seher. Und eine Bewohnerin erzählt: „Das war ein schöner Tag. Ich war mit Schwester Barbara im Kino.“ Keine Frage also: Im Sozialzentrum St. Vinerius steht der Kinotag für den kommenden Winter jetzt schon fest auf dem Programm! □

Weiterbildung „Demenz“

STADL PAURA – GMUNDEN – BAD ISCHL/BAD GOISERN – Gemeinsam mit dem Sozialhilfeverband Wels-Land und dem Verein für Alzheimerhilfe – MAS – in Bad Ischl veranstaltet die St. Anna-Hilfe für ihre Mitarbeiter seit März und noch bis November eine Weiterbildung zum Thema Demenz. Die Teilnehmer werden in den Grundlagen der Krankheit, ihren Verhaltensauffälligkeiten, der Kommunikation mit den Betroffenen und ihren Angehörigen sowie dem stadienspezifischen, retrogenetischen* Training geschult. Alle Lehrenden kommen aus der MAS-Hilfe und haben langjährige Erfahrung in der Ausbildung, aber auch in der praktischen Begleitung von dementiell erkrankten Menschen und deren Angehörigen. Den besten Absolventen der Weiterbildung wird im nächsten Jahr die Aufschulung zum MAS-Trainer ermöglicht. □

*Retrogenese = Umkehr der kindlichen Entwicklungsstufen nach Prof. Barry Reisberg.

Text: Elke Benicke

Infos zu Terminen und Anmeldung:

Andrea Anderlik
Hausleiterin in St. Josef, Gmunden
Tel.: 07612 64195343
E-Mail: andrea.anderlik@st.anna-hilfe.at

Stefanie Freisler
Hausleiterin im Sozialzentrum Kloster Nazareth,
Stadl Paura
Tel.: 07245 28975343
E-Mail: stefanie.freisler@st.anna-hilfe.at

Es war einmal



Gespannt lauschen die Bewohnerinnen der Vortragenden Renate Hipfinger und lassen sich jedes Mal aufs Neue von alten Märchen verzaubern.

GMUNDEN – Regelmäßig ein Mal pro Woche tauchen rund zehn interessierte Bewohnerinnen des Hauses St. Josef in die Welt der Märchen ein und lassen sich verzaubern. Seit Anfang des Jahres bietet die ehrenamtliche Mitarbeiterin Renate Hipfinger ihre Märchenstunden an; bisher hat sie vor allem aus den Werken der Gebrüder Grimm vorgelesen. Die Seniorinnen lauschen gespannt den Geschichten von „Hänsel und Gretel“, „Aschenputtel“ oder „Frau Holle“ und sind berührt. Sie erinnern sich nicht nur daran, wie sie selbst die Märchen als Kind gehört haben und unter welchen Umständen, sondern auch, wie sie ihren eigenen Kindern und Enkelkindern vorgelesen haben.

Hinzu kommt die Vorfreude auf die nächste Vorlesestunde. Alle finden sich pünktlich ein und warten gespannt darauf, dass Renate Hipfinger ein neues Märchen mit dem altbekannten Satz „Es war einmal ...“ beginnt. □

Text/Foto: Andrea Anderlik

Lucky bringt Freude ins Haus

GMUNDEN – Im Haus St. Josef zaubert der Golden-Retriever-Rüde mit Namen „Lucky“ ein Lächeln in die Gesichter der Bewohner. Lucky gehört der Hausleiterin Andrea Anderlik, ist eineinhalb Jahre alt und seit gut einem Jahr tagtäglich im Haus unterwegs. Mit dem Schwanz wedelnd, trottet er mal hierhin, mal dorthin, genießt die Streicheleinheiten von Bewohnern und Mitarbeitern oder schnappt ganz vorsichtig nach den kleinen Hundesnacks, die in den ausgestreckten Händen liegen. Im Garten des Hauses St. Josef beobachten die Senioren lächelnd, wie Lucky seine Runden um den Teich dreht und sich anschließend an sie schmiegt. Dann kralen sie andächtig sein weißes Fell. Viele Bewohner haben früher selbst Hunde gehalten; durch Lucky erinnern sie sich und erzählen von ihrem früheren vierbeinigen Begleiter. Eine Bewohnerin war sogar selbst als Hundetrainerin tätig und gibt gerne Ratschläge, wie man mit einem Hund umgeht und auf was man achten soll. Inzwischen gehört Lucky fest zum Haus St. Josef. Ist er mal nicht da, wird er von Bewohnern wie Mitarbeitern sofort vermisst. □

Text/Foto: Andrea Anderlik



Karriere in der St. Anna-Hilfe Von der Hilfsarbeiterin zur Fachkraft

STADL PAURA – Was Hänschen nicht lernt, lernt Hans nimmer mehr – so lautet ein altes Sprichwort, mit dem Eltern ihre Kinder gerne zum Lernen motivieren wollen. Dass das nicht immer zutreffen muss, beweist Martina Strassl, Mitarbeiterin im Sozialzentrum Kloster Nazareth.

Text: Daniela Gilgen/Foto: privat

Als die St. Anna-Hilfe im April 2005 ihr neues Haus in Stadl Paura eröffnet, wurde Martina Strassl als ungelernete Arbeitskraft eingestellt. Sie hatte bis dahin als Hilfsarbeiterin am Fließband und in der Fabrik gearbeitet – ohne Hauptschulabschluss konnte sie keine großen beruflichen Ansprüche stellen. Die zweifache Mutter wurde im Bereich Alltagsmanagement eingesetzt und zur Heimhelferin ausgebildet. Bald schon fiel sie mit ihrer freundlichen und hilfsbereiten Art gegenüber Bewohnern, Angehörigen und Mitarbeitern auf. Die hauswirtschaftlichen Tätigkeiten und die Betreuung der alten Menschen lagen ihr sehr gut.

Weiterbildung mittels EU-Förderung

Eine finanzielle Förderung durch den Europäischen Sozialfonds ermöglichte es Martina Strassl, die



Martina Strassl umsorgt die Bewohner rundum.

zweijährige Ausbildung zur Fachsozialbetreuerin zu absolvieren. Mit viel eigenem Engagement eignete sie sich das nötige pflegerische Fachwissen und die praktischen Kenntnisse an – so schaffte sie es mit 39 Jahren auch ohne Schulabschluss zur Pflegefachkraft. „Ab 1. Mai wird Martina Strassl als Fachsozialbetreuerin beginnen, einen Teil ihrer Arbeitszeit will sie auf eigenen Wunsch auch weiterhin im Bereich Alltagsmanagement tätig bleiben“, freut sich Hausleiterin Stefanie Freisler. Martina Strassl macht anderen Menschen Mut, dass es nie zu spät ist, im Leben noch etwas zu verändern und sich weiter zu entwickeln. □

Vergnügliche Kinonachmittage

STADL PAURA – GMUNDEN – BAD ISCHL/BAD GOISERN – In den oberösterreichischen Häusern der St. Anna-Hilfe sorgt eine Heimkinoanlage für unterhaltsame Nachmittage. Durch eine finanzielle Unterstützung des Bezirkshauptmanns Josef Gruber konnte ein mobiles Kinaset mit DVD-Player, Beamer und Boxen angeschafft werden. In regelmäßigen Abständen finden Kinonachmittage statt, gezeigt werden Filmklassiker von damals. Die Bewohner wurden befragt, welche Spielfilme ihnen gut gefallen – entstanden ist eine dreiseitige „Filmhitliste“.

Der erste Kinonachmittag Ende Januar im Sozialzentrum Kloster Nazareth kam bei den Senioren sehr gut an: Von den 80

Bewohnern besuchten 44 die Premiere; gezeigt wurde die Filmkomödie „Im weißen Rößl“ aus dem Jahr 1960. Während die älteren Menschen bei Veranstaltungen nach einer halben Stunde oft unruhig oder müde werden, schauten sie den Film bis zum Ende und haben dabei herzlich gelacht. Die folgenden Tage war der Kinonachmittag zudem ein beliebtes Gesprächsthema. Danach ging das Heimkino unter der Aufsicht von Regionalleiterin Doris Kollar auf Wanderschaft, so dass auch die Bewohner der St. Anna-Häuser in Gmunden und Bad Goisern vergnügliche Kinonachmittage erleben konnten. □

Text: Stefanie Freisler



Geschäftsführung



Klaus Müller

Zentrale Verwaltung • Bregenz
Tel.: 05574 42177-0
Fax: 05574 42177-9
E-Mail: info@st.anna-hilfe.at

Vorarlberg

Bregenz



Haus Mariahilf

Alten-/Pflegeheim 60 Plätze
Kurzzeitpflege 2 Plätze
Tagesbetreuung 2 Plätze
Kontakt: Mag. Markus Schrott
Sajda Zivkovic DGKS
Tel.: 05574 79646-0
Fax: 05574 79646-9
E-Mail: mariahilf@st.anna-hilfe.at



Haus Tschermakgarten

Alten-/Pflegeheim 95 Plätze
Kurzzeitpflege 2 Plätze
Kontakt: Vesna Basagic DGKS
Tel.: 05574 4936-0
Fax: 05574 4936-7
E-Mail: tschermakgarten@st.anna-hilfe.at



Lebensräume für Jung und Alt „Mariahilf“

38 Wohnungen
Gemeinwesenarbeit:
Mag. Beate Weinzierl-Bahl
Tel.: 0676 848144-27
E-Mail: lebensraeume-mariahilf@st.anna-hilfe.at

Gaißau



St. Josefshaus

Alten-/Pflegeheim 44 Plätze
Kontakt: Ursula Greußing DGKS
Tel.: 05578 71116
Fax: 05578 71116-68
E-Mail: gaissau@st.anna-hilfe.at

Schruns



Haus St. Josef

Alten-/Pflegeheim 46 Plätze
Heimgebundene Wohnungen: 10
Kontakt: Jutta Unger DGKS
Tel.: 05556 72243-5300
Fax: 05556 72243-7588
E-Mail: schruns@st.anna-hilfe.at

Bartholomäberg



Seniorenheim Bartholomäberg

Alten-/Pflegeheim 25 Plätze
Kontakt: Dieter Muther DGKP
Tel.: 05556 73113
Fax: 05556 73113-4
E-Mail: bartholomaeberg@st.anna-hilfe.at

Nüziders



Sozialzentrum St. Vinerius

Alten-/Pflegeheim 38 Plätze
Heimgebundene Wohnungen: 8
Kontakt: Florian Seher DGKP
Tel.: 05552 67335
Fax: 05552 67335-410
E-Mail: nueziders@st.anna-hilfe.at

Vandans



Seniorenheim Schmidt

Alten-/Pflegeheim 33 Plätze
Kontakt: Florian Seher DGKP
Andrea Jochum DGKS
Tel.: 05556 73933-0
Fax: 05556 73933-4
E-mail: vandans@st.anna-hilfe.at

Oberösterreich



Regionalleitung

Doris Kollar MAS
Haus St. Josef • Gmunden
Tel.: 0676 848144330
Fax: 07612 64195-333
E-Mail: doris.kollar@st.anna-hilfe.at

Bad Ischl/Bad Goisern



Haus San Marco

Alten-/Pflegeheim 30 Plätze
Kontakt: Doris Kollar, MAS
Andrea Sams DGKS
Tel.: 06135 50948
Fax: 06135 50948-13
E-Mail: bad-ischl@st.anna-hilfe.at

Gmunden



Haus St. Josef

Alten-/Pflegeheim 94 Plätze
Kontakt: Mag. (FH) Andrea Anderlik
Monika Gruber DGKS
Tel.: 07612 64195-343
Fax: 07612 64195-333
E-Mail: gmunden@st.anna-hilfe.at

Stadl Paura



Kloster Nazareth

Alten-/Pflegeheim 80 Plätze
Kontakt: Mag. (FH) Stefanie Freisler
Arno Buchsbaum DGKP
Tel.: 07245 28975-343
Fax: 07245 28975-344
E-Mail: stadlpaura@st.anna-hilfe.at



Wir fragen ...

... Sie antworten!

Stefanie Kappel, 64 Jahre, Hausfrau und ehrenamtliche Mitarbeiterin im Haus St. Josef in Gmunden, zwei Kinder und zwei Schwiegerkinder.

Welchen Kontakt haben Sie zur St. Anna-Hilfe und warum?

Durch den geistig beeinträchtigten Bruder meines Mannes, der in Stadl Paura im Kloster Nazareth gewohnt hat, sind wir auf die Idee gekommen selbst in das neue Haus St. Josef, in eine der heimgelundenen Wohnungen, zu ziehen.

Wie geht es Ihnen im Moment?

Im Großen und Ganzen bin ich zufrieden. Ich musste mich einigen größeren Operationen unterziehen und bekam zuletzt noch zwei neue Hüften eingesetzt. Jetzt wird es sicher noch besser.

Ihr Traum vom Glück?

Dass alle in der Familie gesund und zufrieden sind.

Welches Buch würden Sie mit auf die einsame Insel nehmen?

Mit einem Buch komme ich nicht aus, ich würde einen ganzen Wandschrank benötigen! Aber wenn es wirklich sein müsste, dann würde ich ein Tagebuch mitnehmen.

Welche Musik hören Sie am liebsten?

Klassische Musik.

Das Älterwerden ist schön, weil ...

... man gelassener wird. Man geht – aufgrund der Lebenserfahrung – anders mit Problemen um.

Am Älterwerden stören mich ...

... die kleinen Wehwehchen, die so daher kommen. Man kann nicht mehr so „flott“ sein, alles wird etwas langsamer.

Worauf möchten Sie im Leben keinesfalls verzichten?

Auf eine große Familie und Freunde.

Was hat Ihnen im Leben geholfen?

Mein Optimismus, dass es immer wieder weitergeht.

Ich beschäftige mich am liebsten ...

... mit vielem. Ich habe sehr viele Interessen. Ich unternehme beispielsweise gerne etwas mit der Familie oder setze mich mit der Geschichte meiner Stadt und dem Land auseinander.

Wie und wo möchten Sie leben, wenn Sie alt werden?

So, wie und wo ich jetzt lebe.

Haben Sie eine Patientenverfügung oder Vorsorgevollmacht?

Ja, das hat sich so ergeben.

Wie möchten Sie sterben?

Das liegt nicht in meiner Hand. Ich hoffe aber, so wie wohl alle, ohne Schmerz und Leid einfach einschlafen zu dürfen.

Ehrenamtliche Helfer sind gut, weil ...

... sie in der Gesellschaft gebraucht werden, sie etwas Sinnvolles leisten und nicht nur den andern, sondern auch sich selbst etwas Gutes tun.

Welche Leistung hat Sie besonders beeindruckt?

..., dass es immer wieder Menschen gibt, die füreinander da sind. Die nicht nur sich, sondern auch anderen etwas Gutes tun.

Mit wem würden Sie gern einmal im Kaffeehaus sitzen?

Wenn Sie mich so fragen: mit Julius Cäsar – ich würde ihn dann über die Kleopatra ausfragen. Natürlich gehe ich auch gern mit einer guten Freundin einen Nachmittag ins Kaffeehaus und genieße es, mit ihr zu plaudern.

Ihr Eindruck von der Zeitschrift „anna live“?

Gefällt mir sehr gut. Sie ist informativ und für alle Menschen, die sich für das Alter und Älterwerden interessieren, attraktiv.