Information für die Mitarbeiter/innen
der Alten- und Pflegeheime in OÖ

ARGE
ARBEITSGEMEINSCHAFT
DER ALTEN- UND PFLEGEHEIME
OBERÖSTERREICH

Aktuell

Nr. 110 / Juni 2016 www.altenheime.org

Die neugewählten Vorstandsmitglieder
der ARGE Alten- und Pflegeheime OÖ
mit Obmann Bernhard Hatheier und GF Martin König

Seite 4: **Mitgliederversammlung** Seite 5: **Neuer Vorstand der ARGE**
Seite 12: **Aus dem Leben einer Sinnstifterin**
Seite 17: **Aus der ARGE OÖ** Seite 18: **Personalveränderungen**
Seite 19: **„Mannsbilder - Männer von morgen“**

WWW.ALIS.AT

ALIS

ALTENHEIM-
IMPLACEMENT-
STIFTUNG

Vorteil: fundiertes Praxiswissen durch zusätzliche Praktika

Vorteil:
Teamintegration bereits während der Ausbildung

Voraussetzung:
Freude an der Arbeit mit Menschen

AUS-BILDUNG MIT MENSCHEN

Wir arbeiten in einem Netzwerk mit AMS, Land Oberösterreich, Ausbildungsstätten für Sozial- und Gesundheitsberufe, Krankenhäusern, Einrichtungen für Menschen mit Beeinträchtigungen, mobilen Diensten, Heimträgern und oberösterreichischen Alten- und Pflegeheimen.

Unser Ziel ist die Koordination der Ausbildung von Fachkräften für den Sozial- und Gesundheitsbereich.

Wir beraten und begleiten Menschen, die sich für eine Ausbildung im Sozial- und Gesundheitsbereich interessieren und informieren über Ausbildungs- und Finanzierungsmöglichkeiten.

Die ALIS hat sich seit ihrer Gründung im Jahr 2001 zur größten Implacementstiftung für Sozial- und Gesundheitsberufe in Oberösterreich entwickelt.

SINN STIFTER
SOZIAL- UND GESUNDHEITSBERUFE
WWW.SINNSTIFTER.AT

IN KOOPERATION MIT DEM

AMS

Vorwort Obmann Bernhard Hatheier

Liebe Leserinnen!
Liebe Leser!

Am 9. Juni fand die Mitgliederversammlung der ARGE Alten- und Pflegeheime OÖ mit Neuwahl des Vorstandes in Ansfelden statt.
Dabei habe ich die Legitimation erhalten, weitere vier Jahre an der Spitze der ARGE Alten- und Pflegeheime OÖ stehen zu dürfen. Ich bedanke mich für die 100%ige Zustimmung zu mir als Obmann der ARGE Alten- und Pflegeheime OÖ und auch für die 100%ige Zustimmung, die alle Vorstandsmitglieder bekommen haben.

Ein großer Dank gilt allen, die sich bereit erklärt haben, im Vorstand der ARGE Alten- und Pflegeheime OÖ mitzuwirken und damit bereit sind, ein bisschen mehr zu tun, als nur ihre Pflicht.
An dieser Stelle möchte ich betonen, dass die Tätigkeit bei der ARGE Alten- und Pflegeheime OÖ ein Ehrenamt ist und umso mehr gebührt den neugewählten Vorstandsmitgliedern der Dank für die Bereitschaft einen Beitrag für die Gemeinschaft der Alten- und Pflegeheime Oberösterreichs zu leisten.

Mitgliederbefragung

Zu Beginn des heurigen Jahres haben wir von der ARGE Alten- und Pflegeheime OÖ eine Mitgliederbefragung durchgeführt. Uns war es wichtig, die Meinung und Stimmung unserer Mitglieder, aber auch der Trägervertreter zu erfahren. Wir haben viel Lob erhalten, aber auch einige klare Aufträge für die zukünftige Periode.

Die Wünsche und Ideen für das zukünftige Handeln und Wirken, somit die an uns gestellten Arbeitsaufgaben, werden wir im Rahmen der nächsten Vorstandssitzungen und Vorstandsklausur behandeln.

Einen kurzen Überblick über das Ergebnis der Mitgliederbefragung finden Sie im Blattinneren.

Ständige Weiterentwicklung in allen Bereichen der Altenarbeit

Natürlich werden wir in dieser Periode wieder unser Bestes für die Alten- und Pflegeheime in Oberösterreich geben. Es geht in unserem Wirken um die Qualität des Wohnens, des Lebens, der Pflege und der Betreuung für die Bewohnerinnen und Bewohner, die Qualität des Arbeitens und Wirkens für die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter und vor allem auch um das positive Image der Altenarbeit in unserer Gesellschaft.

Es muss und wird uns gelingen, durch die ständige Weiterentwicklung in allen Bereichen der Altenarbeit und ein gemeinsames Eintreten für unsere Ziele und Werte in Zukunft wieder mehr an Gehör von den entscheidenden Personen und Gremien zu erhalten.

Wir leben und arbeiten in einer Zeit, in der wir immer mehr Energie in die Erhaltung der vorhandenen Qualitäten legen müssen. Den auffälligen Bestrebungen von manchen agierenden Entscheidungsträgern, immer mehr Leistungen mit nicht steigenden Ressourcen abverlangen zu können, muss entschieden entgegengewirkt werden.

Verlässlicher, ehrlicher und kompetenter Systempartner

Um dies zu erreichen, wird die ARGE Alten- und Pflegeheime OÖ auch weiterhin ein verlässlicher, ehrlicher und kompetenter Systempartner für die Altenarbeit sein. Mir ist durchaus bewusst, dass es in der heutigen Zeit modern ist, dass man Themen lauthals herausposaunt, mit reißerischen Aktionen auf sich aufmerksam macht und dass Populismus an der Tagesordnung steht. In Österreich zeigt uns beispielsweise die hohe Politik, wohin dieser Populismus führt – zu einer

Spaltung der Gemeinschaft, zu Unzufriedenheit und zu einem Stillstand – und diesen können wir in diesem so sensiblen und schnell veränderlichen Bereich der Altenarbeit nicht brauchen.

Um die Herausforderungen der Gegenwart und der Zukunft meistern zu können, wird es notwendig sein, ein gemeinsames Bestreben und ein gemeinsames Bekenntnis zu den notwendigen Qualitäten in der Altenarbeit zu haben.

Dazu passend möchte ich abschließend ein Zitat von Mutter Teresa verwenden, das aus meiner Sicht sehr gut zu diesem Thema passt:
„Du kannst Dinge tun, die ich nicht tun kann. Ich kann Dinge tun, die du nicht tun kannst. Zusammen können wir große Dinge tun.“

Ich erlaube mir anzuschließen: Gemeinsam sind wir die ARGE Alten- und Pflegeheime OÖ – und gemeinsam können und werden wir auch weiterhin einen Beitrag für die Alten- und Pflegeheime in OÖ leisten.

Bernhard Hatheier
Obmann

Mitgliederversammlung mit Fachtagung

Bei der alljährlich stattfindenden Fachtagung für Heimleitungen und Leitungen des Betreuungs- und Pflegedienstes wurde das Ergebnis der Mitgliederbefragung, die Anfang 2016 durchgeführt wurde, von Dr. David Pfarrhofer präsentiert. Als Hauptreferent sprach Univ.-Doz. Prof. Mag. Dr. Franz Schmatz aus Krems zu dem Thema „Krankheit, Leid, Sterben und Tod als Herausforderung für eine ganzheitliche Pflege und Begleitung, die unnötiges Leiden erspart und der Würde des Menschen gerecht wird“. Mit Einfühlungsvermögen aber auch mit viel Humor berichtet der Psychotherapeut, der als Lebens- und Sozialberater tätig ist, über die Wichtigkeit eines sinnerfüllten Lebens und darüber wie man einen Sterbenden würdevoll begleiten kann.

Obmann Hatheier gibt einen Rechenschaftsbericht über die vergangenen 4 Jahre.

Als Ehrengäste konnten BH Mag.a Cornelia Altreiter-Windsteiger, LAbg. Peter Binder und BH Dr. Günter Jakobi begrüßt werden.

Obmann Hatheier dankt den ausgeschiedenen Vorstandsmitgliedern.

Dr. David Pfarrhofer präsentiert das Ergebnis der Befragung.

Univ.-Doz. Prof. Mag. Dr. Franz Schmatz begeisterte die Gäste mit seinem Referat.

In der Pause fand reger Erfahrungsaustausch statt.

Mitgliederbefragung der ARGE Alten- und Pflegeheime Oberösterreich

Im Rahmen einer Online-Umfrage wurde die Stimmungslage bei Mitgliedern der ARGE Alten- und Pflegeheime in Oberösterreich überprüft. Neben einer Auslotung der Zufriedenheit mit der ARGE im Detail wurde auch auf die Dienstleistungen eingegangen, ebenso wie auf die Leistungsbereiche SoNe und Alis.

Kurzzusammenfassung des Ergebnisses:

Die Stimmungslage in der ARGE ist gut, drei Viertel der Mitglieder sind mit der ARGE zufrieden; dennoch zeigt sich Spielraum für weitere Verbesserungen, gilt es also die Begeisterung für die ARGE zu heben. Als wichtigste Handlungsfelder für die kommenden Monate und Jahre wünschen sich die Mitglieder einen vermehrten Fokus auf die Interessensvertretung, darüber hinaus identifizieren die Mitglieder Spielraum für Verbesserungen bei der Vernetzung und denken an (noch) mehr Informationen. Besonders positiv hervorgehoben wird die Zusammenarbeit mit den MitarbeiterInnen der ARGE – hier spürt man Freundlichkeit, Kompetenz und Engagement.
Das gesamte Ergebnis der Umfrage finden Sie auf unserer Homepage: *www.altenheime.org.*

Der neue Vorstand der ARGE Alten- und Pflegeheime OÖ

ARGE
ARBEITSGEMEINSCHAFT DER ALTEN- UND PFLEGEHEIME OBERÖSTERREICH

Der neue Vorstand der ARGE Alten- und Pflegeheime Oberösterreich

Name:	Heim:	Funktion:
Bernhard Hatheier, MBA	HL BAH Esternberg |Innviertel	Obmann
Mag. Robert Hofwimmer	HL Seniorenheim | Vöcklabruck	1. Obmann-Stv.
Dr. Margarethe Siegel	HL AH Franziskusschwestern | Linz/Linz-Land	2. Obmann-Stv.
DI Hubert Naderer	HL Senorium Bad Kreuzen | Mühlviertel	Schriftführer
Maria Luise Spiesberger	HL AWH Altmünster | Salzkammergut	Kassierin
Michael Brantner	HL APT Steyr, Steyr | Kirchdorf	Beirat
Wolfgang Cossee	HL Marienheim Gallspach | Eferding/Griesk./Wels	Beirat
Erika Haslinglehner	LBPD BAPH Wolfern | Steyr/Kirchdorf	Beirat
Rene Heinrich	LBPD GAH Laakirchen | Salzkammergut	Beirat
Gisela Derntl	LBPD BSH Pregarten | Mühlviertel	Beirat
Eva Korntner	LBPD AH Maria Schmolln | Innviertel	Beirat
Monika Krump	LBPD BAH Attnang-Puchheim | Vöcklabruck	Beirat
Sabine Meßlehner	LBPD BAH Hart | Linz/Linz-Land	Beirat
Sabine Schwarzgruber	HL BAPH Zell/Pram | Innviertel	Beirat

SoNe
SoNe–SOZIALES NETZWERK GMBH

Die operativen Aufgaben der ARGE werden von der SoNe erledigt.
Ein Schwerpunkt der Aktivitäten ist die Gewinnung interessierter und geeigneter Personen für eine Ausbildung für Sozial- und Gesundheitsberufe und die Koordination der Ausbildungen. In Kooperation mit dem Arbeitsmarktservice haben im Rahmen der ALIS Altenheim- Implacementstiftung bisher fast 4.500 Personen eine Ausbildung für die Altenarbeit absolviert. Derzeit werden 590 TeilnehmerInnen betreut und wird mit 48 Ausbildungsstätten zusammen gearbeitet, in denen aktuell 115 Lehrgänge laufen.
In Zukunft wird auch weiterhin die Zusammenarbeit mit wichtigen Systempartnern wie dem Land OÖ, der Ärztekammer und dem AMS einen hohen Stellenwert einnehmen.

105. Geburtstag im Bezirksalten- und Pflegeheim Aigen-Schlägl

Frau Anna Frank feierte ihren 105. Geburtstag und ist somit eine der ältesten BürgerInnen unseres Landes, verkündete Heimleiter Peter Pröll bei den Geladenen. Frau Frank, die seit 4 Jahren im Heim lebt, legte bis vor kurzem noch großen Wert auf ein selbstbestimmtes Leben. Ihre Lebensfreude war für alle anwesenden Gäste spürbar. Wir wünschen Frau Anna Frank für die Zukunft viel Gesundheit, dass sie noch viele weitere Geburtstage feiern kann.

Drei „Hundertjährige" genießen das Leben im Bezirksaltenheim St. Florian

Gleich drei Damen mit 100 Jahren leben im Alten- und Pflegeheim St. Florian.

„Das gab es bisher noch nie", da sind sich alle Ehrengäste einig. Man muss sich vorstellen, was diese Augen alles gesehen haben. Während des 1. Weltkriegs geboren, in dem Jahr, in dem der Kaiser starb. Zeitzeugen von denen man noch einiges lernen kann.
Wir wünschen noch viele gesunde Momente!

Die Bewohner vom Seniorenheim Braunau touren einmal im Monat zur „Tischkantengaudi".

Fünf Gastronomen laden zu einem gemütlichen Nachmittag ein. Ein Braunauer Taxiunternehmen holt die Bewohner unentgeltlich ab und bringt sie wieder nach Hause. Ehrenamtliche Musiker sorgen für die gute Stimmung. Alte, schon vergessene Lieder, werden mit voller Inbrunst gesungen - genauso, wie es früher beim Stammtisch war.
„Wir fühlen uns im Heim wohl, es tut aber auch gut, wieder unter andere Menschen zu kommen" bedanken sich die Stammtischmitglieder.

Besuch von Firmlingen im BSH Bad Hall

Es ist seit Jahren zur Tradition geworden, dass Jugendliche im Rahmen der Firmvorbereitung in die „Lebenswelt Altenheim" eintauchen.
Am 1. Tag stand das Kennenlernen im Vordergrund: eine Hausführung und kleinste Handgriffe zur Unterstützung der Pflege warfen ein Licht auf den Heimalltag.
Am 2. Tag machte sich dann ein Konvoi von Firmlingen und Rollstuhlfahrenden auf zu einem Spaziergang in den Kurpark. Größter Wert wurde auf die Begegnung der Generationen im Rahmen von gemeinsamen Gesprächen oder Spielen gelegt.
Für die meisten Jugendlichen war dies der erste Kontakt mit Themen wie chronischen Krankheiten oder beeinträchtigtes Leben. So kann der Rahmen geschaffen werden, dass Begegnungen „von Mensch zu Mensch" möglich sind, und das hinterlässt bekanntlich Spuren.
Auch bei unseren BewohnerInnen, die jedes Jahr wieder fragen, ob denn eh sicher Firmlinge wieder kämen.

Kunst auf Rädern machte Halt im St. Josef |Wohnen mit Pflege in Sierning.

Das Bestreben von „KUNST AUF RÄDERN" ist die Herzen derjenigen zu erfreuen, welche nicht mehr die Kraft oder Möglichkeit haben, selbst eine Theateraufführung oder ein Konzert zu besuchen.

Gerade im Alter kann das Hören von Musik Spaß und Geselligkeit erzeugen, zur Bewegung und zum Mitsingen anregen, verborgene Emotionen sichtbar machen und somit Freude und Hilfe, in manchen Fällen sogar Therapie sein.
Die Ähnlichkeit im Titel mit der allseits bekannten Organisation „Essen auf Rädern" ist kein Zufall, sondern Programm: Kunst und Kultur sind ein Grundnahrungsmittel für jeden Menschen und ganz besonders für jene, die mit Krankheit und Schwäche zu kämpfen haben.

Bei Liedern wie „Oh mein Papa" oder „Ich bin die Christl von der Post" fühlten sich die zahlreichen Besucher in die Zeit ihrer Jugend zurückversetzt. Lieder wie „Mariandl" verleiteten zum Mitsingen und so wurde es ein unvergesslicher Nachmittag für alle.

Politiker besichtigen Haus für Senioren Mauerkirchen

Das Hausgemeinschaftskonzept des Diakoniewerks gilt als innovatives Modell im Bereich der Seniorenarbeit, welches pflegebedürftigen Menschen ein ihren eingeschränkten Möglichkeiten angepasstes Wohnmilieu bietet. LR Ing. Reinhold Entholzer besuchte gemeinsam mit Diakoniewerk OÖ GF Dr. Johann Stroblmair das Haus, das gekennzeichnet ist durch Überschaubarkeit, Geborgenheit und Gemeinschaft. Die Experten bekamen einen Eindruck von diesem Vorreiter-Projekt im Bereich der Seniorenarbeit, das auch für neue Einrichtungen im Innviertel Vorbild sein kann. Die überschaubaren Räume ermöglichen auf Grund ihrer Kleinräumlichkeit insbesondere verwirrten älteren Menschen eine wesentlich bessere Orientierung und sorgen so für mehr Sicherheit, Geborgenheit und Lebensqualität.

Ausgezeichnete Gesundheitsförderung in der Welser Seniorenbetreuung

Mit dem Gütesiegel des Österreichischen Netzwerkes für Betriebliche Gesundheitsförderung darf sich ab sofort bis 2018 die Seniorenbetreuung der Stadt Wels schmücken. Dabei sind insgesamt 15 Kriterien in den Bereichen Qualität, Erfolg und Nachhaltigkeit zu erfüllen.
15 Gesundheitsbeauftragte aller Professionen treffen sich regelmäßig zum Austausch und zur Projektinitiierung. Es wurden unter anderem zwei Fortbildungen in den Bereichen Kommunikation und Abgrenzung gesetzt. Für alle MitarbeiterInnen steht in jeder Einrichtung ein Postkasten für (anonyme) Anregungen und Sorgen zur Verfügung. Nicht nur die psychische Gesundheit, sondern auch die körperliche Fitness sind wichtig, und daher konnten wir für unsere MitarbeiterInnen Massage, Qigong und Klangschalenmeditationen anbieten. Im Gesundheitsmanagement legen die Verantwortlichen fest, dass mit detaillierten Angeboten (Quick Wins) rasch und erfolgreich MitarbeiterInnen erreicht werden können. Das Thema Gesundheit soll und wird sich als roter Faden durch alle Managementprozesse ziehen und einen Handlungspielraum vorgeben.

Blumenzwiebel Pflanzaktion im BAH St. Dionysen in Traun

Im vergangenen Herbst wurden im Garten von den BewohnerInnen Blumenzwiebel gesetzt. Von den Beteiligten haben die einen das Pflanzloch vorbereitet, andere die Zwiebel positioniert.
Jetzt in der warmen Jahreszeit füllt sich die nahegelegene Terrasse mit Menschen. Der Blick schweift über das bunte Blütenmeer. Spaziergeher bleiben stehen und genießen. Bei einem Blick in die Gesichter wird klar: Ja, wir haben Lebensfreude vermittelt und deshalb werden wir im nächsten Herbst weiter machen!

Erstes Maibaumfest im Alten- u. Pflegeheim Tabor in Steyr

Die Kränze wurden in liebevoller Art von einigen Bewohnerinnen gebunden. In traditioneller Manier wurde der 19 Meter hohe Baum von Mitarbeitern des Hauses gemeinsam mit dem Sozialreferenten der Stadt Steyr Dr. Schodermayr aufgestellt. Aus der Feier wurde ein kleines Stadtteilfest und zur Freude aller Beteiligten tanzten natürlich auch die Marketenderinnen rund um den Baum. „Gestohlen wurde der Baum wegen seiner Größe nicht“, freut sich der Heimleiter Michael Brantner. „Trotzdem hätten wir gerne noch ein zweites Fest für etwaige Maibaumdiebe ausgerichtet.“

Danke-Grillabend im Evangelischen Altenheim Bad Goisern

Für ehrenamtliche Mitarbeiter gibt es im Altenheim Bad Goisern jedes Jahr eine Dankes-Veranstaltung. Heuer entschied man sich für einen Grillabend. Bei gemütlicher Stuben-Musik und geselligem Austausch klang der Abend mit ca. 50 ehrenamtlichen Mitarbeitern erst gegen Mitternacht aus. Die freiwilligen Mitarbeiter bieten eine große und unbezahlbare Unterstützung für die Angestellten.
Daher kann dieser Abend wohl nur ein Zeichen sein, das als Dank für die geopferte Zeit und für das Engagement gesetzt wird.

„Essen – Highlight des Tages“

Unter diesem Namen wurde im Landespflege- und Betreuungszentrum Schloss Cumberland in Gmunden ein Projekt mit dem Schweizer Experten Markus Biedermann gestartet. Dabei wurde schnell klar, dass es beim Thema Essen nicht nur um die Nahrungsaufnahme geht. Essen hat immer etwas mit einer Lebensphilosophie und unserem Kulturkreis zu tun. Markus Biedermann nennt daher seine Philosophie auch „Care Gastronomie“. Sie beinhaltet auch das Umfeld der Speiseneinnahme wie eine entsprechende Tischgestaltung, die Ausgabe und das Servieren der Speisen, ansprechendes und einheitliches Geschirr aber auch eine zeitliche Dimension (wann und vor allem wie lange können Bewohner ihr Essen einnehmen).

„Gut ist, was den Bewohnern schmeckt“. Das heißt, es wird in einer Pilotphase (wieder) vermehrt traditionelle Hausmannskost, die auf die Biografie der Bewohner Rücksicht nimmt, angeboten, meint Projektleiterin DGKS Andrea Reiter. In einem 2-tägigen Seminar wurden Mitarbeiterinnen der verschiedensten Bereiche (Pflege, Therapie, Küche, Hauswirtschaft, Verwaltung) mit der neuen Philosophie vertraut gemacht. In einem Koch-Workshop zum Thema „Fingerfood“ und „Smoothfood“ wurden den Küchenmitarbeitern neue Möglichkeiten zur Versorgung von Bewohnern mit besonderen Essensbedürfnissen aufgezeigt.

Erfreulich ist, dass am Seminar auch Mitarbeiter des LPBZ Schloss Gschwendt sowie des Alten- und Pflegeheimes „St. Josef“ in Gmunden teilgenommen haben.

Kinder bringen Freude ins BAH Kremsmünster

Unter dem Motto „Von Mensch zu Mensch eine Brücke bauen“ besuchen Kinder des Kindergartens alle zwei bis drei Wochen die Bewohner des Heimes. Gemeinsam werden Kinderlieder und Gstanzl gesungen, mit Instrumenten musiziert, Märchen- und Bilderbücher vorgelesen und damit Berührungsängste abgebaut. Besonders wichtig dabei ist den Pädagoginnen, dass die Kinder im direkten Kontakt mit den Bewohnern stehen. So bekamen diese zum Beispiel eine Handmassage von den Kindern.

Beide Seiten, ob jung oder alt, haben große Freude an den Begegnungen. Durch diese regelmäßigen Besuche lernen sie miteinander, voneinander und übereinander.

Förderung des Wohlbefindens und der Bewegungsfähigkeit im Seniorenheim Unterweißenbach

Ein bedeutungsvolles Thema in der Pflege und Betreuung alter Menschen stellt die Lehre der Bewegungen dar. Nicht nur für die BewohnerInnen ist Bewegungsförderung von großem Nutzen, auch für die Betreuenden. Schmerzen im Nacken- und Schulterbereich, sowie Schmerzen im unteren Rücken sind häufige gesundheitliche Problematiken, mit welchen MitarbeiterInnen in Seniorenheimen konfrontiert sind. Ursachen dafür sind oftmals eine Überforderung der Muskulatur aufgrund eines nicht ausgewogenen Verhältnisses zwischen Belastung und Belastbarkeit, aber auch mechanische Beeinträchtigungen der Nerven welche durch Schädigungen der Strukturen der Wirbelsäule (z. B. Bandscheibenschäden) entstanden sind, können eine Ursache darstellen.

Um präventiv solchen Gesundheitsschäden vorzubeugen bzw. bereits bestehende Schäden und Schmerzen zu lindern und um das Wohlbefinden der BewohnerInnen sowie deren Bewegungsfähigkeit zu fördern, wird im Seniorenheim Unterweißenbach derzeit ein Konzept zur Bewegungsförderung eingeführt. Dieses Konzept mit den Namen VAP Pflegekonzet-VIV AR-TE® KINÄSTHETIK-PLUS BEWEGUNGSSCHULE wurde von Heidi Bauder Mißbach auf Basis der Kinästhetik nach Hatch und Maietta weiterentwickelt. Es unterscheidet sich zu anderen Bewegungsförderungskonzepten eben darin, dass die MitarbeiterInnen bzw. BewohnerInnen gleichermaßen im Fokus stehen und somit hier auch das Wohlbefinden beider gefördert wird.

Hintergrund des Konzeptes ist eine professionelle Bewegungsförderung im Rahmen der täglichen Pflege. Anhand des Lernmodells wird erlernt, wie sich MitarbeiterInnen selbst bewegen sollen und wie andere bewegt werden. Eine gesundheitsfördernde Wirkung kann somit sowohl bei BewohnerInnen als auch bei den Pflegekräften erzielt werden.

Durch die gezielte Bewegungsförderung und Unterstützung in der natürlichen Bewegung lassen sich bemerkenswerte positive Ergebnisse erzielen. Positionierungen oder Transfers (Beförderungen, z.B. vom Bett auf den Stuhl) können einfacher, schmerzfreier und wesentlich sicherer durchgeführt werden.

Zudem sind Prophylaxen und somit auch eine Prävention vor Folgeerkrankungen und Pflegeabhängigkeit automatisch inbegriffen.

Implementierung der betrieblichen Gesundheitsförderung im SENIORium Grein

„Gesundheit ist ein Geschenk, das man sich selber machen muss“, so lautet ein Sprichwort, dem ich nur zustimmen kann. Immer mehr Menschen erkennen, dass ihnen dieses Geschenk nicht einfach zufliegt, sondern dass sie selber etwas für ihre Gesundheit tun sollten und können. Deshalb wird nun im SENIORium Grein die betriebliche Gesundheitsförderung implementiert.

2015 starteten wir deshalb mit viel Euphorie und Begeisterung in unser Projekt Betriebliche Gesundheitsförderung unter dem Motto „Gemeinsam Schritte setzen – mitanånd gsund“, da uns die Gesundheit und das Wohlbefinden unserer MitarbeiterInnen im SENIORium Grein sehr wichtig sind.

Unser BGF-Projekt wird in Kooperation mit der OÖ GKK durchgeführt. Gestartet wurde mit der „Kick-off“ Veranstaltung. Im Rahmen dieses Projektes wurde eine MA-Befragung zur Erhebung der aktuellen Situation durchgeführt. In Gesundheitszirkeln, in denen alle Berufsgruppen vertreten waren, wurden anschließend Vorschläge für gesundheitsfördernde Maßnahmen erarbeitet. Mittlerweile wurde mit der Umsetzung erster Maßnahmen begonnen. Dieses Projekt ist ein Entwicklungsprozess in unserer Organisation, welcher sich über Jahre entwickeln wird und auch über das Projektende hinaus fortbestehen soll. Dies kann nicht von einer Person im Heim umgesetzt werden, sondern lebt von der aktiven Beteiligung möglichst vieler MitarbeiterInnen in unserem Haus.

Das Thema „Gesundheit“ ist für mich persönlich ein absolut wichtiges. Aufgrund der Tatsache, dass in den Pflegeberufen sehr viele Wiedereinsteigerinnen und MitarbeiterInnen mit bereits fortgeschrittenem Alter arbeiten und die körperlichen und psychischen Anforderungen immer mehr werden, ist die Belastung sicher eine sehr hohe.

Durch dieses Projekt wünsche ich mir, dass die Ressourcen der MitarbeiterInnen gestärkt bzw. das Wohlbefinden am Arbeitsplatz verbessert werden. Damit soll auch das Miteinander und das Betriebsklima positiv gefördert werden.

Ich bin davon überzeugt, dass dieses Projekt erfolgreich sein wird. Nicht zuletzt auch wegen des hervorragenden Teams samt Projektleiter Herrn Steinkellner Wolfgang, welches dahinter steht. Diesem möchte ich an dieser Stelle ein herzliches Dankeschön aussprechen!

Manuela Payreder, MSc / Heimleiterin

Das BAPH Sierning nimmt an der 2. Sierninger Gesundheitsmesse teil

Rund 40 Ausstellerinnen und Aussteller präsentierten ihre Themen rund um die Gesundheit. Das BAPH Sierning nahm auch diesmal an der Gesundheitsmesse teil und wählte das Thema „Mit beiden Beinen im Leben stehen – Sturzprävention im Alter“ aus.

Es gelang gut das Interesse der Besucherinnen und Besucher zu wecken, denn schnell stellte sich in Gesprächen heraus, dass kaum einer nicht mit dem Thema in irgendeiner Weise konfrontiert ist oder war. In einem Kurzfilm präsentierten wir, wie Bewohnerinnen und Bewohner ihre Mobilität stärken bzw. nach Stürzen wieder erlangen konnten. So manch ein Kommentar lautet: „Die liegen ja gar nicht alle“, oder „Super, wie flott die alten Menschen noch unterwegs sind“. Die Teilnahme und der verbundene Aufwand zahlte sich aus, denn es gelang uns eine positive Öffentlichkeitsarbeit für die Altenarbeit zu leisten. Wir präsentierten unsere Professionalität und die Freude an unserer Arbeit.

Laufgruppe Ried

Das Bezirksalten- und Pflegeheim RunningTEAM war auch heuer wieder beim Wings for Life World Run in Wien mit dabei.

Bei tollem Wetter, sensationeller Stimmung und ca. 14.000 LäuferInnen ging es an den Start dieser Charityveranstaltung. Ziel ist es, so lange wie möglich vor den sogenannten Catcher Cars zu bleiben. Alle Teilnehmer starten zur exakt gleichen Zeit - um 13.00 Uhr MESZ - an 34 verschiedenen Orten rund um den Globus.

Der Wings for Life World Run steht unter dem Motto „Wir laufen für alle, die es nicht mehr können“.

Die Startgelder fließen direkt in hochkarätige Forschungsprojekte zur Heilung von Querschnittslähmung.

„Zeit für dich“ im Altenwohnheim

Jeder Mittwochvormittag steht im Altenwohnheim Altmünster nun unter dem Titel „Zeit für dich“. Es handelt sich dabei um eine Erweiterung des Betreuungs- und Beschäftigungsangebots, welches vor allem Bewohner/innen mit demenziellen Erkrankungen als Zielgruppe vorsieht. Zwei Diplom- bzw. Fach-SozialbetreuerInnen kümmern sich in dieser Zeit ausschließlich um spezielle Bedürfnisse, welche im hektischen Pflegealltag nur schwer Platz finden.
Die TeilnehmerInnen werden am selben Tag in Absprache mit dem diensthabenden Pflegepersonal ausgewählt. Die individuelle Gestaltung des Vormittags erfolgt in Einzelbetreuung oder Kleingruppe und umfasst eine Vielfalt an Aktivitäten: je nach Wunsch und Interesse werden zum Beispiel Spaziergänge unternommen, die Ortskirche besucht oder ein Abstecher in die nahegelegene Bäckerei auf Kaffee und Kuchen gemacht.
Um in einer ruhigen Atmosphäre Gedächtnistraining und Wahrnehmungsschulungen durchführen zu können, wurde ein Zimmer des Altenwohnheimes eigens dafür adaptiert. Ziel dieses neuen Beschäftigungsangebots im Altenwohnheim Altmünster ist es, das Selbstwertgefühl der BewohnerInnen zu fördern und somit das Wohlbefinden im Heim zu steigern. Das Entdecken von Schlüsselreizen erleichtert den Zugang zu Menschen mit Demenz und verbessert somit die Vertrauensbasis von BewohnerInnen und BetreuerInnen.

Passionsmusik in Lambach

Der Lambacher Karl Franz Kohlberger an der Orgel und Dr. Alexander Schwertner mit der Violine haben in der Kapelle des BAPH die Zuhörer mit Passionsmusik begeistert. Zwischen den einzelnen Stücken gab es besinnliche Texte zu den Rosenkranzgeheimnissen um die Heimbewohner auf die Karwoche und das Osterfest einzustimmen.

Was macht Man(n) im Altenheim?

Josef Übleis ist vor 22 Jahren als rüstiger Pensionist mit seiner pflegebedürftigen Gattin ins Alten- und Pflegezentrum Vöcklamarkt gezogen. Maria Übleis ist inzwischen leider verstorben. Herr Übleis unterstützte in all den Jahren die Heimleitung und unseren Haustechniker bei Aufgaben und brachte sein großes handwerkliches Geschick ein. Als Autodidakt eignete er sich so viel Wissen an, dass seine Freizeit bestens verplant war. Wenn er nicht gerade nach seinen Bienenstöcken sah, reparierte er Uhrwerke oder kaputte Türschlösser.
Mit nunmehr 88 Jahren hat er sich ein beschaulicheres, jedoch nicht minder zeitaufwendiges Hobby zugelegt – das Bauen von Modellschiffen. 627 Stunden hat er an einem Segelschiff gebastelt. Das Schiff hat immerhin 100 Kanonen und 14 Segel. Viel Geduld und manuelles Geschick benötigt man für diese Aufgabe. Der Spaß und die Ideen gehen ihm Gott sei Dank nicht aus und so plant er bereits den Bau einer Windmühle.

Alois Staufer lebt seit Juli 2015 im Alten- und Pflegezentrum Vöcklamarkt. Vor einigen Jahren begann der pensionierte Wagner Trophäenschilder für den Jagdverein zu schnitzen. Seither hat er seine Schnitzkunst an vielen weiteren Hölzern unter Beweis gestellt, welche bereits im Freilichtmuseum Stehrerhof zur Schau gestellt wurden. Vor allem die Herstellung von Miniaturfuhrwerken liegt ihm besonders am Herzen.
Immerhin verdiente der Hobbyschnitzer schon seinen Lebensunterhalt mit der Fertigung verschiedener landwirtschaftlicher Geräte. Im Altenheim kann er diese Leidenschaft am eigenen Werktisch weiterverfolgen, zumindest im kleinen Stil. Die unterschiedlichen „Kunstwerke“ sind detailliert ausgearbeitet und springen dem Besucher beim Betreten des Zimmers sofort ins Auge. Bei vielen Heimbewohnern werden mit Sicherheit Erinnerungen an die „gute alte Zeit“ geweckt.

KURZZEITPFLEGEBÖRSE OÖ

Kurzzeitpflege in Alten- und Pflegeheimen
ist ein Angebot einer bis zu drei Monate befristeten Wohnunterbringung mit Betreuung und Pflege. Kurzzeitpflege soll die Betreuung und Pflege zu Hause längerfristig sichern und die pflegenden Angehörigen unterstützen. Eine Kurzzeitpflege kann beispielsweise notwendig werden, wenn eine Überbrückung zwischen einem Krankenhausaufenthalt und der Wiederaufnahme der eigenständigen Haushaltsführung erforderlich ist, oder wenn pflegende Angehörige auf Urlaub fahren möchten und keine anderen Pflegepersonen im Haushalt sind.
Informationen dazu gibt es unter: **www.kurzzeitpflegeboerse-ooe.at**

Olympiade in den Disziplinen des Morbus Alzheimer Training im SWH Mondsee

Der Sozial-Tag der Firma Sandoz gab den Anstoß zu überlegen was wir denn gemeinsam unternehmen könnten. Das Ergebnis war eine Olympiade in den Disziplinen des Morbus Alzheimer Trainings.
Die Parcours waren in allen Stockwerken aufgebaut, so konnten Bewohner aktiv mitmachen oder zuschauen. Die Spieleteams waren Mitarbeiter der Fa. Sandoz oder ehrenamtliche Helferinnen des Besuchsdienstes des Roten Kreuz.
Wir kamen alle gut in Bewegung und dazu passten die Spiele, die im Untergeschoss auf uns warteten.
Alle Sinne waren gefragt! Genaues Betrachten und Farben erkennen forderten die Augen. Bei Stabilisation eines Bauwerkes war die Feinmotorik gefordert. Eine Energiewelle riss auch Bewohner mit, die ursprünglich gar nicht vor hatten mitzumachen. Wie bei einem gelungenen Urlaub war die Mühe kaum spürbar, weil das Erleben so toll war. Das Gelingen eines solchen Tages lässt sich an den Gesichtern erkennen. Und wir erkannten, dass es an diesem schönen Tag nur Sieger gab!
Danke unseren Bewohnern, den Mitarbeitern der Fa. Sandoz, den ehrenamtlichen Helfern vom Seniorenwohnheim, unseren Morbus Alzheimer Trainerinnen Poggel Marianne und Planiner Monika.

Es ist wieder soweit!

Der Frühling bringt Arbeit mit sich. So auch im Pflegeheim Sonnenhof Lenaupark. Balkonblumen wurden mit Freude in die Kisterl bepflanzt. Auch Kräuter wie Schnittlauch, Petersilie, Zitronenmelisse und Pfefferminze wurden auf Wunsch unserer Bewohner wieder eingepflanzt.
Zwei starke Männer schaufelten ca. 300 kg Erde aus dem Autoanhänger unter Aufsicht der Damen in unsere aufgestellte Kartoffelpyramide. Dann konnten die Kartoffeln eingelegt werden.
Die Vorfreude auf die Kartoffeln, die wir dann mit Butter und Salz verspeisen werden ist jetzt schon groß.

„Gesunde Küche“ für das Alten- und Pflegeheim Peuerbach.

Diese Auszeichnung steht für ein abwechslungsreiches und ausgewogenes Speisenangebot, das besonders auf regionale, saisonale und traditionelle Kost setzt. Es umfasst aber auch zusätzlich den gezielten Einsatz hochwertiger Lebensmittel.
„Die edle Kunst des Kochens besteht darin, aus einfachen, natürlichen Nahrungsmitteln ein würziges, gut schmeckendes und gesundes Essen zu kreieren“ so die Küchenchefin Gabi Weidenholzer, die das Projekt geleitet hat. Ihr und Ihrem engagierten Küchenteam gilt daher Dank und Gratulation zu dieser ausgezeichneten Leistung!

Im Altenheim geht´s rund

Nicht nur der Titel des diesjährigen Theaterstücks vom Trachtenverein Neuhofen, welches wir mit unseren Bewohnern besuchten, lautete so. Nein, auch die Bewohner und die Verantwortlichen im Bezirksaltenheim Neuhofen ließen es im Juni richtig rund gehen. Neben einem Tanzfest mit der Volkstanzgruppe Grieskirchen gab es auch eine Mostkost.
Die Landjugend hat heuer als Jahresthema „zusammenhalten – Land gestalten - gemeinsam Vielfalt erleben“. Unter diesem Motto veranstalten alle Landjugendorganisation Thementage um die Menschen, die oft in der Gesellschaft „vergessen bzw. übersehen werden“, in den Mittelpunkt zu stellen.
In Neuhofen werden drei Thementage gestaltet. Der erste war die Mostkost am Samstag den 04. Juni 2016. Nachdem unsere Bewohner nicht mehr in der Lage sind eine Mostkost zu besuchen, kam die Mostkost einfach zu uns ins Haus. Es wurden Most und Süßmost, Brote - vom Fleischbrot bis zum Erdäpfelkasbrot und viele, viele leckere selbstgemachte Mehlspeisen angeboten und serviert. Eine Gruppe der Landjugend Pucking umrahmte den gemütlichen Nachmittag mit ihren musikalischen Gustostückerln.
Das Wetter war so toll, dass es in unserem schönen Garten stattfinden konnte. Ein gelungener Auftakt zur Trilogie der Aktionstage.

Aus dem Leben einer „Sinnstifterin“

Karina Makejeva – absolvierte erfolgreich die Ausbildung zur Fach-Sozialbetreuerin Altenarbeit

Frau Karina Makejeva wurde 1962 in Dagestan, einer russischen Republik im Nordkaukasus, geboren. Sie absolvierte ein Studium zur Kinderärztin, die Arbeit mit Menschen hat sie also schon früh begeistert. Nach ihrer Heirat bekam sie drei Kinder.

Frau Makejeva kam 2004 mit ihrer damals fünfjährigen Tochter nach Österreich. Die fast erwachsenen Söhne wollten in Russland bleiben. Nachdem sie in diversen Jobs von der Reinigungskraft bis zum Zimmermädchen gearbeitet und daneben fleißig Deutsch gelernt hatte, entschloss sie sich 2014 eine Ausbildung zur Fach-Sozialbetreuerin Altenarbeit zu beginnen. Nachdem ihr die Finanzierung des Lebensunterhaltes durch das AMS Vöcklabruck zugesagt wurde, bestand sie den Aufnahmetest am BFI Vöcklabruck und absolvierte ein Schnupperpraktikum in ihrem späteren Stammheim, dem Seniorenwohnheim Mondsee.

Die Grundvoraussetzungen für eine Stiftungsteilnahme waren somit erfüllt und sie konnte am 7.4.2014 im Rahmen der ALIS die Ausbildung beginnen. Frau Makejeva war eine vorbildliche, motivierte Schülerin und durch ihre ruhige, umsichtige Arbeitsweise erfreute sie sich auch im Stammheim größter Beliebtheit.

Wir gratulieren Frau Makejeva und Ihren MitschülerInnen ganz herzlich zur bestandenen Abschlussprüfung.

Frau Makejeva, was veranlasste Sie damals, einen Beruf in der Altenarbeit zu erlernen?

Ich suchte mir diese Arbeit aus, weil ich unbedingt mit Menschen arbeiten wollte. Außerdem sollte es etwas mit Medizin zu tun haben, da mir dies schon immer gefallen hat.

Wie erlebten Sie während der Ausbildung die Ihnen entgegengebrachte Unterstützung?

Die Mitarbeiter des Seniorenheims in Mondsee halfen mir damals während meines Praktikums. Dafür bin ich meiner Pflegedienstleiterin und der Praktikumsanleiterin sehr dankbar.

Was ist das Besondere an Ihrer Tätigkeit im Heim?

Ich bin ständig in Kontakt mit Menschen, das heißt es wird nie langweilig. Ich verliere nie die Lust an meiner Arbeit. Jedes Mal freue ich mich über die Geschichten der Bewohner von früher. Sie sind interessant und mitreißend. Man hört sie sich sehr gerne an!

Was wünschen Sie sich für Ihre Zukunft?

Ich würde mich freuen wenn ich in der Zukunft die Möglichkeit bekomme, eine Weiterbildung zu machen. Beispielsweise FSB Schwerpunkt Behindertenarbeit.

Kochbuch „Restlessen“ mit den HeimbewohnerInnen in St. Klara erstellt

Eine Kostprobe aus dem Buch:
Erdäpfelpuffer mit Schinken

Zutaten:
4 rohe Erdäpfel gerieben
Salz, Muskat, Knoblauch, 1 Ei,
1 Zwiebel klein geschnitten
Fett zum Backen
Schinken klein geschnitten und
Käse zum Überbacken

Zubereitung:
Zutaten vermengen und kleine Schnitzel im Fett backen.
Auf ein Blech geben, Schinken und Käse darüber und im Rohr überbacken.

Pensionierte Diplomkrankenschwester sammelt kulinarische Schätze.
In vielen ausführlichen Gesprächen recherchierte Sonja Auböck, wie die Bewohnerinnen aus dem Alten- und Pflegeheim St. Klara / Vöcklabruck, in der Nachkriegszeit ihre Lebensmittelreste verarbeiteten und daraus Köstlichkeiten zauberten. „Daraus entstand eine vielfältige Rezeptsammlung und die Idee, diese kulinarischen Schätze in einem Kochbuch zu veröffentlichen“, so Frau Auböck. „Für mich war es eine Freude zu sehen, mit welcher Begeisterung die BewohnerInnen mitgearbeitet haben. Herzlichen Dank für die gute Idee und die perfekte Umsetzung!“, freut sich die Heimleiterin des Alten- und Pflegeheimes St. Klara, Mag. (FH) Margit Hollerweger. Das gelungene Werk fand bei der Präsentation reißenden Absatz und ist derzeit vergriffen. Der Reinerlös wurde ausschließlich für Projekte für Bedürftige in der Region gespendet.

Schule und Praktikumsstellen tauschen sich aus

Praxisbezogene Ausbildung in den Schulen für Sozialbetreuungsberufe Gallneukirchen als ideale Vorbereitung auf späteres Berufsleben.

GALLNEUKIRCHEN. Zum Austausch trafen sich Anfang April im Haus Bethanien 15 Vertreter der Praktikumsstellen für angehende Fach-Sozialbetreuerinnen und -betreuer. Im Zuge der Ausbildung an der Schule für Sozialbetreuungsberufe Altenarbeit in Gallneukirchen leistet jede/r SchülerIn Praktika im Ausmaß von insgesamt 1.200 Stunden. Die Zusammenarbeit mit den Praktikumsstellen ist Direktorin Mag. Susanne Kunze wichtig: „Der persönliche Kontakt der Schule zu den Praktikumsstellen wird von beiden Seiten sehr geschätzt. Es ist uns wichtig, dass unsere Schülerinnen und Schüler ihren späteren Beruf praxisnahe erlernen. Sie profitieren von der guten Zusammenarbeit zwischen Schule und Praktikumsstellen.“

Ein reger Austausch mit den Partnern der Schule für Sozialbetreuungsberufe Gallneukirchen fand Anfang April im Haus Bethanien statt.

Diakoniewerk

Die Schulen des Diakoniewerks bieten Ausbildungen in den Bereichen Alten- und Behindertenarbeit. Da die Nachfrage nach Betreuungspersonal auch in Zukunft weiter steigen wird, ist das Know-how der Absolventinnen und Absolventen gefragt. Die praxisnahe Ausbildung vermittelt pflegerisches und medizinisches Wissen und stärkt die sozialen Kompetenzen der Schülerinnen und Schüler, um sie optimal auf den Betreuungsalltag vorzubereiten. Ein sinnvoller Beruf mit Zukunft sowie Freude in der Arbeit mit und für Menschen sind die entscheidenden Kriterien für viele der Bewerberinnen und Bewerber. Der nächste Ausbildungslehrgang startet im Herbst.
Informationen und Anmeldung unter www.zukunftsberufe.at

Die gute Laune kommt auf vier Pfoten

Hündin „Flora“ von Chuck Schneider bringt Freude und Bewegung in die Demenz-Wohngruppe des Caritas-Seniorenwohnhauses Karl Borromäus in Linz.

„Sie ist ein so lieber Kerl“, schwärmt Klara Lackner und sieht Flora liebevoll an. Die Hündin sitzt auf dem Schoß der 95-Jährigen und genießt die Streicheleinheit sichtlich. „Nur reden kann sie leider nicht. Aber das Streicheln ist so schön“, strahlt die Pensionistin. So wie Klara Lackner schwärmen auch die restlichen BewohnerInnen von der gefleckten Foxterrier-Hündin. Wo Flora in der Demenz-Wohngruppe auftaucht, zaubert sie den Menschen ein Lächeln ins Gesicht. Die Hündin gehört so wie der 66-jährige Hundebesitzer zweifellos zu den beliebtesten Gästen im Haus.

Angefangen haben die Besuche vor vier Jahren, als Chuck Schneider mit seinem Vierbeiner regelmäßig zur Schwiegermutter ins Caritas-Seniorenwohnhaus kam. Als die Schwiegermutter starb, besuchte er die Freundin der Schwiegermutter bis zu ihrem Tod. Doch Chuck Schneider hat die BewohnerInnen und auch die Caritas-MitarbeiterInnen ins Herz geschlossen. Deshalb kommt er weiterhin mit seiner geprüften Therapiehündin alle zwei Wochen in die Demenz-Wohngruppe in Linz und bringt mit Spaziergängen und kleinen Spielen Schwung in den Alltag der SeniorInnen. „Ich versuche den Menschen eine gute Zeit zu geben und sie auch in Bewegung zu bringen, das klappt mit Flora sehr gut. Und Flora ist begeistert von dem Programm. Es fallen dabei ja sehr viele Leckerlis für sie ab“, verrät Chuck Schneider.

Der Hundebesitzer möchte mit seinen Besuchen den Menschen das geben, was seine Schwiegermutter zwei Jahre lang in der Caritas-Einrichtung erfahren durfte: Eine herzliche und aufmerksame Betreuung. „Wenn ich einmal in der Situation der BewohnerInnen bin, wünsche ich mir auch, dass mich jemand besuchen kommt“, sieht er sein Engagement als Verantwortung seiner Mitmenschen gegenüber.

Constantinus Award 2016 für Schloss Hall

Das Seniorenwohnhaus Schloss Hall und Autonom Talent Consulting GmbH erreichten den 3.Platz beim Constantinus Award 2016 in der Kategorie Personal und Training in Linz.

Für diesen Award wurden 152 Projekte eingereicht. Beurteilt wurden die eingereichten Projekte durch eine Fachjury. Die Juroren waren Vertreter der Wirtschaft, der Johannes Kepler Universität und der Fachhochschulen.

Das Seniorenwohnhaus Schloss Hall und Autonom Talent Consulting GmbH reichten das Projekt Stressprävention für mehr Leichtigkeit und Freude in der Pflege ein. Die MitarbeiterInnen haben zu Beginn eine Herzvarianzmessung über 24 Stunden durchgeführt. Das Ergebnis der Messungen wurde in Einzelgesprächen, begleitet von einer Psychologin, den MitarbeiterInnen mitgeteilt und Maßnahmen erarbeitet um Stressfaktoren zu minimieren. Zusätzlich wurde eine App gestaltet, die die MitarbeiterInnen täglich an die Umsetzung der Maßnahmen erinnert. Nach einem halben Jahr ergab die erneute Messung ein erheblich besseres Ergebnis.

Das Feedback der MitarbeiterInnen ist sehr positiv, da sie tatsächlich weniger Stress im Arbeitsalltag haben und dadurch mehr Freude bei der Betreuung und Pflege der BewohnerInnen empfinden.

Seniorenheim Mehrnbach holt sich gestohlenen Maibaum zurück

In der Nacht vom 29. auf 30. April wurde der von den Bewohnern in Handarbeit geschmückter Maibaum gestohlen. Das konnten die Senioren so nicht auf sich sitzen lassen und machten sich, trotz vereinzelten Regenschauern am 3. Mai, mit Ihren Rollatoren auf den Weg um das gute Stück nach alter Tradition wieder zurückzuholen. Begleitet von den Mitarbeitern des Seniorenwohnheims und unter Aufsicht von zahlreichen Schaulustigen stemmten sie Ihren Maibaum auf die Rollatoren und brachten ihn über die B141 zurück nach Hause. Die restlichen Bewohner empfingen die Helden unter tosendem Applaus und der Maibaum wurde umgehend wieder an seinen alten Platz gestellt.

Das Maibaumfest am darauffolgenden Tag wurde natürlich umso ausgelassener gefeiert.

Feierliche Neueröffnung des Seniorenheimes der Franziskusschwestern

40 Jahre nach der die Einweihung des Heimes im Februar 1976 durch den damaligen Bischof Dr. Franz Zauner war wieder Zeit für einen bischöflichen „Gebäude-Segen" – diesmal durch den Linzer Diözesanbischof Manfred Scheuer. Feierlicher Anlass war die Neueröffnung des Traditionshauses nach einer Generalsanierung.

Landeshauptmann Josef Pühringer richtete seinen Dank vor allem an die Barmherzigen Brüder und die Franziskusschwestern: „Es ist ein tolles Haus und die Mitarbeiter leisten hier großartige Arbeit. Entscheidend ist nämlich, welches Klima in diesen Häusern herrscht." Heimleiterin Dr. Margarete Siegel bedankte sich bei ihren MitarbeiterInnen und BewohnerInnen und deren Angehörigen für die „große Geduld". Der Umbau bei laufendem Betrieb sei „eine echte Herausforderung" gewesen. Mit der Generalsanierung sei es gelungen, zu einem entscheidenden Imagewandel beizutragen: „Nämlich die alten Bilder von Pflegeheimen mit neuen Bildern zu überdecken."

Haus Noitzmühle der Stadt Wels feierlich eröffnet

Am 26. April wurde das neu errichtete Alten- und Pflegeheim Haus Noitzmühle der städtischen Welser Seniorenbetreuung offiziell eröffnet.

Als Mittelpunkt des Quartiers Noitzmühle bietet die in Passivhausbauweise von der Welser Heimstättengenossenschaft neu errichtete Senioreneinrichtung Betreuung und Pflege auf höchstem Niveau für 72 Bewohner (sechs Hausgemeinschaften für jeweils zwölf Bewohner). Das Gebäude wurde von der Arbeitsgemeinschaft HOFBAUER-LASSOTA (vom Entwurf bis zur Fertigstellung) geplant und zeichnet sich auf Grund der altersgerechten Architektur durch eine besonders angenehme Wohnatmosphäre aus. Neben dem Haus Noitzmühle beherbergt das Quartier Noitzmühle unter anderem auch 30 betreubare Wohnungen (davon zehn Wohnungen mit Service) sowie mehrere Büroräumlichkeiten (Ordinationen, Mutterberatung, Lernbegleitung usw.) und Geschäftslokale (Kaffeehaus, Friseur, Bank usw.).

Validation nach Naomi Feil – Schwerpunkt im GAPH Ried im Traunkreis

Für die ganzheitliche Pflege und Begleitung unserer BewohnerInnen, im Besonderen für desorientierte, sehr alte Menschen, wird seit Anfang 2016 im GAPH Ried im Traunkreis der Schwerpunkt Validation nach Naomi Feil vertieft und erweitert.
Dafür wurde ein eigens gestalteter Raum, die „Validationsstube", eingerichtet. Diese Stube bietet einen geschützten Rahmen für derzeit zwei Gruppenvalidationen pro Woche. Zusätzlich werden unseren BewohnerInnen individuelle Einzelvalidationsgespräche angeboten und durchgeführt.
Alle MitarbeiterInnen sind bereits in validierender Grundhaltung geschult. Validation ist fixer Bestandteil in der Pflegeplanung und Dokumentation.Die Bildung eines Validationsteams ist bereits im Gange, wobei MitarbeiterInnen aus allen Bereichen noch vertiefend als ValidationsassistentInnen ausgebildet werden.
Für die Durchführung der Einzel- und Gruppenvalidationen und zur Unterstützung unseres gesamten Teams, freuen wir uns sehr DGKS Daniela Brandstötter als neue Mitarbeiterin gewonnen zu haben. Sie bringt jahrelange praktische Erfahrung in der Anwendung von Validation mit und ist Praxisfachkraft für Validation, zertifizierte Validationsanwenderin, -gruppenleiterin und -lehrerin nach Naomi Feil.
Ein großes Anliegen ist uns auch die Miteinbeziehung der Angehörigen, wofür ein Angehörigenabend zum Thema Validation geplant ist.

BewohnerInnen stärken sich mit „SMOVEY“ im Seniorenzentrum Neue Heimat in Linz

Schon seit geraumer Zeit wird ein ganzheitlich orientiertes Aktivprogramm zur Unterstützung eines aktiven und selbstbestimmten Lebens bis ins hohe Alter im Seniorenzentrum Neue Heimat in Linz angewendet. Christine Aigner, Dipl. Gesundheitsmanagerin und Dipl. Humanenergetikerin sowie Smovey-Coach, trainiert die BewohnerInnen, um möglichst lange die eigene Selbstständigkeit zu erhalten. Immer wieder können Verbesserungen am gesamten Bewegungsapparat beobachtet werden.
Das Training mit den smoveys ist eine Kombination aus bewährten traditionellen und aktuellen Bewegungs-, Balance-, Gedächtnis- und Koordinationsübungen.
Regelmäßiges Training führt zur Steigerung des Körper-Bewusstseins sowie zur Stärkung und Förderung der Vitalität und Flexibilität und fördert sowohl die Ausdauer als auch die Entspannung der BewohnerInnen.

- Löst Verspannungen (Nacken, Schulter, Rücken) durch Kräftigung der Rumpfmuskulatur, mobilisiert und erhält die Beweglichkeit.
- Stärkt die Knochenstruktur (Osteoporose Prophylaxe).
- Aktiviert und fördert den Lymphfluss (Entgiftung, Entschlackung)
- Verbessert die Koordinationsfähigkeit (Sturzprophylaxe) und durch die Verbindung der rechten und linken Gehirnhälfte werden Konzentration und Merkfähigkeit gefördert.
- Lindert neurologische Erkrankungen (Parkinson, Alzheimer, Multiple Sklerose), auch Depression und Burnout sowie sehr gute Schmerzlinderung von Arthrose und Rheuma.
- Bewegung mit smoveys in der Gruppe macht viel Spaß und bringen Freude inklusive Wohlbefinden für alle TeilnehmerInnen.

Smovey-Empfehlungen kommen von ÄrztInnen, NeurologInnen, OrthopädInnen und PhysiotherapeutInnen.

Vor allem deshalb, weil es ein vielfältiges, ganzheitliches Bewegungs- und Trainingsprogramm für alle Altersstufen gibt - für drinnen, draußen, im Gehen, Stehen, Sitzen und Liegen.

SINN STIFTER
SOZIAL- UND GESUNDHEITSBERUFE
WWW.SINNSTIFTER.AT

Lebensraum Garten im Alten- und Pflegeheim Münichholz in Steyr

Wenn die Tage länger werden und die Natur erwacht, zieht es die Menschen ins Grüne. Der Aufenthalt in der Natur bietet nicht nur den Anblick schöner Landschaften und viele Möglichkeiten der Freizeitbeschäftigung, auch positive Auswirkungen auf die Gesundheit sind nachgewiesen. Selbst der gesundheitliche Nutzen vom reinen Anblick der Natur konnte in Studien nachgewiesen werden. So senkt der Aufenthalt im Grünen den Stresshormonspiegel, fördert Kreativität und geistige Leistungsfähigkeit. Kranke, die von ihrem Krankenbett aus einen Baum sehen, gesunden rascher. In vielen Ländern macht man sich diese positiven Effekte gezielt zunutze und man kann sich Therapien in Wäldern vom Arzt verschreiben lassen.
Den Bewohnern und Mitarbeitern der Alten- und Pflegeheime in Steyr stehen geräumige Gartenanlagen zur Verfügung.
Peter Zwiefelhofer, Senioren-Animateur, ist hauptverantwortlich für den Garten und erhält tatkräftige Unterstützung von gartenbegeisterten BewohnerInnen des Hauses. Jedes Jahr entstehen farbenprächtige Blumenrabatten, aber auch eine Vielzahl an Gemüse- und Obstsorten wird angebaut. Salat und Gemüse wird als Vorspeise oder zur Nachmittagsjause gemeinsam frisch aus dem Garten verzehrt.
Der Garten wird im Sommer für verschiedenste Veranstaltungen genutzt. Regelmäßig wird anstatt des Abendessens gemeinsam gegrillt. Auch die Physiotherapie nutzt im Sommer den Garten lieber als den Therapieraum und ersetzt das Gerätetraining durch Spaziergänge an der frischen Luft. Für Großveranstaltungen und Festakte, an denen das ganze Haus und Gäste teilnehmen, werden Sitzgelegenheiten und Schirme auf den Rasenflächen aufgebaut. Und wenn der Garten im Winter tief verschneit ist, lädt die Schneebar zum Verweilen ein.
So bereichern Außenanlagen den Alltag das ganze Jahr über – ganz nach individuellen Wünschen und Bedürfnissen der Menschen. Sie bieten produktive Beschäftigungsmöglichkeiten, verwandeln die Gewohnheit des „gepflegt werdens“ in „selbst pflegen“, sind Sonnenbank, Fitnesscenter und Treffpunkt für Generationen.

„BERUF |UNG Altenpflege“

Am 16. und 17. Juni 2016 stand der Olympiaort Seefeld in Tirol ganz im Zeichen der Altenpflege in Österreich. Unter dem Titel „BERUF |UNG Altenpflege“ wurde der 14. Österreichische Kongress für Führungskräfte in der Altenarbeit veranstaltet. Mehr als 50 Führungskräfte aus OÖ haben diese Gelegenheit genutzt, sich Impulse und neue Ideen für ihre Arbeit zu holen.
Am Vorabend des Kongresses lud die ARGE OÖ wieder zum tradtionellen „Oberösterreichabend“ ein, der diesemal auf der Reitherjochalm stattgefunden hat. In uriger Umgebung und bei einer zünftigen Jause verbrachten wir einen gemütlichen Hüttenabend.

Der nächste Kongress findet am 14. und 15. Juni 2018 in Schladming statt.

„FEST.ENGAGIERT - Ein Festtag für Freiwilliges Engagement“

Bereits zum sechsten Mal veranstaltete das Unabhängige LandesFreiwilligenzentrum bei strahlendem Sommerwetter „FEST.ENGAGIERT - Die Freiwilligenmesse Oberösterreich“ und durfte sich auch heuer wieder über Zuwachs freuen: Mehr als 60 Einrichtungen und Vereine zeigten die Vielfalt an Möglichkeiten, die Freiwillige vorfinden.

Vielen Menschen ist es ein Anliegen, sich in ihrer Freizeit für andere zu engagieren. Auch heuer wurden den ganzen Tag über Kontakte geknüpft, Informationen nachgefragt und weitergegeben sowie Erfahrungen vermittelt und Empfehlungen ausgesprochen.
Auch die ARGE Alten- und Pflegeheime OÖ war mit einem Stand vertreten und informierte BesucherInnen über die Möglichkeiten sich in einem der 130 Heime in Oberösterreich ehrenamtlich zu engagieren.

Irene Moser (ARGE OÖ) freute sich über den Besuch der neuen Soziallandesrätin Birgit Gerstorfer.

Wissensdatenbank Betreuung und Pflege im Alter

Die Betreuung, Pflege und Versorgung älterer Menschen ist ein zentrales gesellschaftliches Zukunftsthema. Stationäre Einrichtungen, teilstationäre Betreuungsangebote, ambulante Dienste, sowie Unterstützungsangebote für pflegende Angehörige bieten eine breite Palette an Dienstleistungen für ältere Menschen mit Betreuungs- und Pflegebedarf.
Um diese Dienste in hoher Qualität auch angesichts der demografischen Entwicklungen anbieten zu können ist vor allem eines erforderlich: Der Austausch von Wissen!

Die Wissensdatenbank „Betreuung und Pflege im Alter“ stellt allen Verantwortlichen im Bereich stationärer und ambulanter Pflege und Betreuung sowie allen Interessierten eine Plattform des Wissens zur Verfügung. Sie bietet Zugang zu einschlägigen Projektberichten und Abschlussarbeiten an Universitäten, Hochschulen und Ausbildungsinstitutionen.
Die Wissensdatenbank „Betreuung und Pflege im Alter“ wird im Auftrag des „Bundesverbands der Alten- und Pflegeheime Österreichs Lebenswelt Heim vom Arbeitsbereich Sozialmanagement der FH Oberösterreich“ wissenschaftlich betreut.

www.betreuungundpflegeimalter.net

Personalveränderungen in den Heimen

Bezirksseniorenwohnheim Bad Hall

Am 1. April 2016 übernahm Katharina Fiereder, BA, die Leitung des Heimes.

In den vergangenen zehn Jahren war sie im Kurhotel Vitana, Eurothermenresort Bad Hall beschäftigt und hatte in den letzten zweieinhalb Jahren die Position der Rezeptionsleitung über. Berufsbegleitend hat sie das Studium für Gesundheits- und Sozialmanagement absolviert.

„In der Vergangenheit konnte ich sehr viele berufliche aber auch persönliche Erfahrungen sammeln, die ich nun hier im Haus einbringen möchte. Ich freue mich schon auf die neue Aufgabe als Heimleitung sowie auf eine abwechslungsreiche und interessante Zusammenarbeit mit allen BewohnerInnen und MitarbeiterInnen im Haus. Der respektvolle Umgang mit Menschen und ein guter Zusammenhalt sind für mich sehr wichtig“, erklärt Katharina Fiereder.

Bezirksaltenheim Kleinzell

Mit 1. Juli 2016 übernimmt Brigitte Pfaller die Heimleitung des bisherigen Heimleiters Georg Hofer, der nach 30 Jahren in Pension geht. Unter seiner Leitung wurde das Heim saniert und erweitert.

Seine Nachfolgerin, Brigitte Pfaller, Mutter von zwei Söhnen, arbeitete zehn Jahre in der Tagesstruktur Stabil in Rohrbach, eine Einrichtung der pro mente OÖ. 2013 schloss sie das Sozial- und Verwaltungsmanagement Studium und 2014 die E.D.E zertifizierte Heimleiterausbildung an der FH Linz ab.
„Mein Ziel ist es, die an uns gestellten Aufgaben gemeinsam bestmöglich zu erledigen und dabei gleichzeitig ein größtmögliches Maß an Zufriedenheit bei den Bewohnern, den MitarbeiterInnen und dem Träger zu erzielen“, so Brigitte Pfaller.

Bezirksseniorenheim Leumühle & Bezirksalten- und Pflegeheim Hartkirchen

Mag. Hofer-Fausch Maria hat von 2009 bis 2016 als Heimleiterin das Bezirksseniorenheim Leumühle sowie ab 2015 das Bezirksalten- und Pflegeheim Hartkirchen im Heimverbund geführt. Zahlreiche Projekte wie beispielsweise der Neubau des BAPH Hartkirchen setzte sie mit großem Engagement und Freude um. Weiters hat Frau Mag. Hofer-Fausch viele Jahre im Vorstand der ARGE erfolgreich mitgewirkt. Wir danken Maria Hofer-Fausch für diese Arbeit und gratulieren sehr herzlich zur Geburt ihres 1. Kindes.

Maria Hofer-Fausch (mitte) mit ihren beiden Nachfolgerinnen Nina Spale (links) und Kathrin Ecker (rechts).

Bezirksseniorenheim Leumühle

Nina Spale, B.B., folgt als Heimleiterin im Bezirksseniorenheim Leumühle. Die Mutter von drei Kindern hat nach Abschluss des Fachhochschul-Studienganges „Prozessmanagement Gesundheit“ in Steyr mit dem Masterstudium „Services of General Interests“ mit dem Schwerpunkt Gesundheitsmanagement begonnen. Durch ihren bisherigen Werdegang, der im Tourismus begann, verfügt sie über die nötige Kommunikationskompetenz als auch die Fähigkeit, MitarbeiterInnen zu motivieren – nicht nur durch das vorhandene „Know-How“, sondern auch dem „Do-How“.
„Welches Glück ich bei der Auswahl meines neuen Arbeitsplatzes hatte, wird mir von Tag zu Tag bewusster. Das Bezirksseniorenheim Leumühle ist mit motivierten und engagierten MitarbeiterInnen gesegnet. Ich hatte bereits die Gelegenheit, einige BewohnerInnen kennenzulernen – viele von Ihnen tragen bewegende Lebensgeschichten mit sich. Sich dafür Zeit zu nehmen und eine Ansprechpartnerin für Sie zu sein, ist mir ein großes Anliegen“, meint Nina Spale.

Bezirksalten und Pflegeheim in Hartkirchen

Ecker Kathrin, MSc., wurde zur neuen Heimleiterin des Bezirksalten- und Pflegeheim in Hartkirchen bestellt.
An der Medizinischen Universität Graz hat sie das Studium der Gesundheits- und Pflegewissenschaft mit dem Schwerpunkt Pflegemanagement erfolgreich absolviert. Bereits während der Studienzeit konnte sie im Rahmen verschiedener Projekte in diversen Krankenanstalten sowie an der Universität München, Einblicke in internationale Forschungsprojekte gewinnen.
„So freue ich mich nun auf die neue verantwortungsvolle Aufgabe, die ich mit einer besonderen Sorgfalt entgegennehmen werde. Einen hohen Stellenwert haben für mich dabei ein wertschätzender und respektvoller Umgang sowie eine professionelle Zusammenarbeit im Team. Ich möchte den Bewohnern des Bezirksalten- und Pflegeheimes Hartkirchen ein selbstbestimmtes, aktives und vor allem lebenswertes Leben ermöglichen.
Die spürbar positive Atmosphäre des Hauses hat mich von Anfang an beeindruckt und es freut mich sehr, Teil des Teams zu sein“, meint Kathrin Ecker.

„Mannsbilder – Männer von morgen“

Beste Jobchancen für junge Männer in Gesundheits- und Sozialberufen!

Junge Männer für (noch) eher untypische Berufe begeistern, möchte man mit dem Projekt „Mannsbilder – Männer von morgen“ erreichen. Das Projekt bietet männlichen Jugendlichen ab zwölf Jahren die Möglichkeit, sich in Kinderbetreuungseinrichtungen, Altenheimen und anderen Sozial- und Gesundheitseinrichtungen hautnah ein Bild von Gesundheits- und Sozialberufen zu machen. Dabei können sie mit Männern aus diesen Bereichen direkt in Kontakt treten. Sie erhalten Informationen aus erster Hand, können Fragen stellen und in Berufsbilder reinschnuppern, die ihnen sonst möglicherweise verwehrt geblieben wären. Die Statistik beweist, dass es großes Potential gibt: Aktuell beträgt der Männeranteil im Pflegebereich österreichweit nur 15,4% (+2,3 Prozentpunkte zu 2013), da bedarf es einer kontinuierlichen Bewusstseinsbildung um den Anteil zu steigern.

Projekttag im Bezirksseniorenheim Vorchdorf

Bereits zum vierten Mal besuchten uns neun junge Herren anlässlich des Aktionstages. Nach der Begrüßung durch Heimleiterin Barbara Peter und Pflegedienstleiterin Karin Pilz , folgte eine kurze Erklärung über den SHV Gmunden sowie das BSH Vorchdorf. Weiters wurden die Berufsgruppen und Ausbildungsmöglichkeiten erklärt, eine kurze Präsentation der Veranstaltungen im Jahreskreis schloss den theoretischen Teil ab.
Den praktischen Teil übernahm FSBA in Aufschulung zum DGKP Jürgen Gillesberger, dessen Sohn auch unter den Teilnehmern war. Er führte durch das Haus und erklärte hierbei die Abläufe und Logistik. Im Pflegebereich wurden die Pflegebetten, Pflegebadewanne, Badewannenlifter, usw. vorgeführt.
Selbsterfahrungen konnten beim Fahren mit dem Rollator und Rollstuhl, sowie beim Versuch des Blutdruck- und Zuckermessens gesammelt werden.
Zum Abschluss wurden die jungen Männer noch zum Mittagessen eingeladen.
Ein gelungener Tag in der Vernetzung von Jung und Alt sowie im Überwinden von Hemmschwellen das ist das Fazit dieses Tages.

Männerbesuch im BAPH Sierning

25 „Mannsbilder“ aus den NMS Sierning und St. Florian besuchten unser Haus im Rahmen ihrer Berufsorientierung.
Die Burschen präsentierten in ihren schwarzen T-Shirts mit der Aufschrift „Mannsbilder - Männer von morgen“ wofür sie stehen. Sie haben größtenteils noch keine konkreten Berufsvorstellungen. Fragen zum Alter interessierten sie, viele haben sich durchaus schon Gedanken darüber gemacht. Die hohe Wahrscheinlichkeit der jetzt geborenen Kinder 100 Jahre alt zu werden ließ sie aufhorchen. Besonders angetan waren die „Mannsbilder“ von einem Zusammentreffen mit einer 92jährigen Bewohnerin, die sehr eindrucksvoll ihre Lebensgeschichte erzählte. Sie ermutigte die jungen Burschen mutig und zielgerichtet ihre Zukunft zu gestalten, denn sie hat ihre verlorene Mobilität mit konsequenten Training und der richtigen Einstellung wieder erlangt, nachdem sie ins Altenheim eingezogen ist.
Ein paar Burschen kündigten an, wieder zu kommen, zumindest zum „Schnuppern“. Für uns war das ein Erfolg dieses Aktionstages.

Am 10.11.16 findet auf Initiative des Sozialministeriums zum 9. Mal der bundesweite Boys‘ Day statt.

Auch an diesem Tag haben junge Burschen die Möglichkeit, soziale oder pflegerische Berufe kennenzulernen und können dabei erste praktische Erfahrungen machen.
Ziel des Boys‘ Day ist junge Burschen für Berufe zu interessieren, in denen Männer bislang unterrepräsentiert sind. Für die Berufsorientierung ist es wichtig, eine breite Auswahl an Möglichkeiten zu haben und der Boys‘ Day will dazu beitragen, das Berufswahlspektrum der Burschen zu erhöhen.
Die Angebote des Boys‘ Day werden von den einladenden Alten- und Seniorenheimen auf der Aktionslandkarte unter www.boysday.at angekündigt und dort gibt es für Schüler bzw. deren LehrerInnen eine direkte Möglichkeit sich aufzubuchen. Die Einrichtungen entscheiden, wieviele Burschen eingeladen werden, sowie über den Inhalt und die Dauer der Veranstaltung. Mithilfe Ihres Accounts sehen Sie, wieviele Burschen sich schon aufgebucht haben.
Genauere Informationen finden Sie unter: *www.boysday.at*

VORANKÜNDIGUNG DANKE-TAG 16

Verleihung „Sinnstifter-Award“

Freitag // 21. Oktober 2016 // 19.00 Uhr // Messe Wels

IMPRESSUM: AKTUELL, Informationen über das Geschehen im Bereich der Altenarbeit in OÖ.
Herausgegeben von der Arbeitsgemeinschaft der Alten- und Pflegeheime OÖ, 4540 Bad Hall, Eduard-Bach-Str. 5. Für den Inhalt verantwortlich: Bernhard Hatheier MBA,
e-mail: office@altenheime.org, Tel. 07258-29300-16, Fax 07258-29300-50.

Fotos: (wenn nicht anders angegeben): zur Verfügung gestellt von den OÖ Heimen.
Auflage: 2.200 Stück, Erscheinungsweise: vierteljährlich. – Druck: SIGMA, Enns

REDAKTIONSSCHLUSS für die Ausgabe 111 | AKTUELL ist Freitag, 9. September 2016.
Beiträge samt Fotomaterial per Mail an folgende Adresse senden:
office@altenheime.org