

01 | 2022

# HAND IN HAND

Mein Hilfswerk Magazin



HILFSWERK

---

## NUTRITION DAY

Topthema Ernährungssicherheit

Seite 18

---

## RASCHE HILFE GEFRAGT

Dank an die Florianijünger

Seite 19

---

## ICH HABE MICH NICHT GETRAUT

Inkontinenz – ein Tabu mit Folgen

Seite 22



# Inkontinenz

NICHT IHR THEMA? VIELLEICHT DOCH.

Seite 4

TENA®

Das Leben macht es der Haut Ihrer Lieben schwer.

Sie zu pflegen kann aber einfach sein.

Jetzt gratis  
Infopaket\*  
anfordern!



Wenn Sie sich um einen älteren, geliebten Menschen kümmern, bemerken Sie wahrscheinlich, dass die Haut mit dem Alter empfindlicher wird und langsamer heilt. Wir bei TENA wissen, dass Haut bei Inkontinenz noch anfälliger ist – und wie wichtig es ist, dem vorzubeugen.

Das **TENA ProSkin Sortiment** hält die Haut trocken, reinigt und schützt – und macht es Ihnen so leichter, sich um die empfindliche Haut Ihrer Lieben zu kümmern.

Interessiert? Jetzt gratis TENA ProSkin Infopaket anfordern:  
[www.tena.at/proskin](http://www.tena.at/proskin) oder unter **08 10 - 30 01 11\*\***

\* Ihr Infopaket enthält die Broschüren Tipps für die Pflege Zuhause, Erstattungsfähigkeit von TENA Inkontinenzprodukten sowie eine kostenlose Probe der TENA Barrier Cream.

\*\* 0,02 €/Minute, Mobilfunkpreise können abweichen. Anrufe sind nur aus Österreich möglich.

TENA. BESSERE PFLEGE IST BESSER FÜR ALLE.

[www.tena.at](http://www.tena.at)





## Editorial

# LIEBE LESERINNEN, LIEBE LESER!

**VERÄNDERUNGEN.** Seit Beginn dieses Jahres bin ich gemeinsam mit Frau Mag.<sup>a</sup> Andrea Zarits für die Geschäftsführung im Hilfswerk Burgenland verantwortlich. Davor war ich in unterschiedlichen Führungspositionen bei Siemens, bei der EVN und bei der Flughafen-Wien-Gruppe tätig. Es ist eine große Veränderung für mich, von einer gewinnorientierten Aktiengesellschaft zu einer gemeinnützigen Hilfsorganisation zu wechseln. Doch nie zuvor war ich mir in einer Entscheidung so sicher: Ich empfinde es als eine großartige Herausforderung, für betagte, pflege- und hilfsbedürftige Mitmenschen tätig sein zu können.

Ich freue mich auf eine gute und erfolgreiche Zusammenarbeit mit allen Kolleginnen und Kollegen. Ich bin überzeugt, dass das Hilfswerk Burgenland nach einem schwierigen Jahr 2021 weiterhin erfolgreich tätig sein wird. Auch unter den neuen Rahmenbedingungen, die große Veränderungen für das Hilfswerk Burgenland bringen: Die Tagsatzvereinbarungen mit unseren Seniorenpensionen werden im zweiten Halbjahr 2022 komplett neu aufgestellt, und auch bei der mobilen Hauskrankenpflege wird es im Burgenland große Neuerungen geben. Obwohl wir in der Hauskrankenpflege ein gut funktionierendes System haben, sind wir offen für Veränderungen und Weiterentwicklungen. Wichtig ist uns aber, dass die Betreiberorganisationen von der Politik in die Finalisierung und Umsetzung des neuen Konzepts eingebunden werden und ihre langjährige Erfahrung und Expertise einbringen können. Unter diesen Voraussetzungen sehen wir die anstehenden Veränderungen als Chance für das Hilfswerk Burgenland. Denn wer nichts verändern will, wird auch das verlieren, was er bewahren möchte.

*Stefan Widder*

Mag. Stefan Widder, MBA  
Geschäftsführer

# 4

## IM FOKUS

Gesund leben, Kontinenz stärken

# 12

## ÄLTERWERDEN & GESUNDHEIT

Aus den Seniorenpensionen

# 19

## LEBEN & GESELLSCHAFT

Dank an die Florianijünger

# 30

## MEIN HILFSWERK

Große Hilfe, ganz nah

**IMPRESSUM Medieninhaber und Herausgeber:** Hilfswerk Burgenland Betriebs GmbH, Robert-Graf-Platz 1, 7000 Eisenstadt **Redaktionsadresse:** Zeitschrift Hand in Hand, Hilfswerk Burgenland Betriebs GmbH, Robert-Graf-Platz 1, 7000 Eisenstadt, Tel. 02682/651 50, Fax 02682/651 50-10, E-Mail: office@burgenland.hilfswerk.at **Redaktion Burgenland:** Helmut Ribarits **Redaktion Österreich:** Petra Baumberger, Hermann F. Hagleitner, Horst Krainz, Gerald Mussnig, Helmut Ribarits, Angelika Spraider, Thomas Stockhammer, Viktoria Tischler, Yolanda Wirth **Bildnachweis, Fotos:** Seite 1, 4, 5, 6, 7/Hilfswerk Österreich/Johannes Puch, 27/Hilfswerk Niederösterreich, 29/Hilfswerk International, 22, 23, 25/Hilfswerk Österreich; Hilfswerk Burgenland Betriebs GmbH **Gesamtauflage:** 80.000 Stück **Vertrieb:** 90 % persönlich adressierte Sendungen **Offenlegung:** <https://www.hilfswerk.at/oesterreich/impressum/> **Anzeigenverkauf (Gesamtauflage):** Hilfswerk-Bundesgeschäftsstelle, Tel. 01/40 57 500 **Anzeigenverkauf (Burgenland):** Hilfswerk Burgenland Betriebs GmbH, Tel. 02682/651 50 **Layout/Produktion:** Egger & Lerch Corporate Publishing, 1030 Wien **Druck:** Wograndl, 7210 Mattersburg **Widerruf:** Ich bin mit der regelmäßigen Zusendung der Zeitschrift für Gesundheit, Familie und Soziales „Hand in Hand“ einverstanden. Diese Einwilligung kann ich jederzeit per E-Mail an datenschutz@hilfswerk.at oder mittels Brief an das Hilfswerk Österreich, Grünbergstraße 15/2/5, 1120 Wien, widerrufen.

Mit regelmäßigem  
Beckenbodentraining  
beugen Sie  
Inkontinenz vor.

# Inkontinenz betrifft Sie nicht?

**Da liegen Sie womöglich falsch.** Inkontinenz kann in jedem Alter auftreten, sowohl bei Männern als auch bei Frauen. In Österreich gehört sie zu den häufigsten gesundheitlichen Problemen.

**H**eben Sie in Ihrem Alltag schwere Lasten? Leiden Sie an chronischer Bronchitis, COPD, Diabetes mellitus oder chronischer Verstopfung? Sind Sie übergewichtig? Haben Sie geboren? Fühlen Sie sich häufig gestresst? Sind Sie eine Frau? Haben Sie eine Prostata- oder Gebärmutteroperation hinter sich? Sind sie im Wechsel?

Wenn Sie eine dieser Fragen mit „Ja“ beantworten, haben sie ein erhöhtes Risiko, eine Inkontinenz zu entwickeln. Das hätten Sie nicht gedacht? Dann geht es Ihnen gleich wie sehr vielen anderen Menschen: Inkontinenz gehört zu den häufigsten gesundheitlichen Problemen. Sie tritt in jedem Alter auf, bei Männern ebenso wie bei Frauen. Es gibt aber auch eine gute Nachricht: „In vielen Fällen kann Inkontinenz verhindert oder vermindert werden, und wir alle können viel

selber dafür tun“, weiß Sabine Maunz, Fachliche Leitung Pflege und Betreuung beim Hilfswerk Österreich.

## **GESUND LEBEN, KONTINENZ STÄRKEN**

In Österreich leidet schätzungsweise jede zehnte Person an einer Inkontinenz. Was viele nicht wissen: Sie kann auch bei jungen Menschen auftreten. Die Gründe dafür sind vielfältig, und meistens hat eine Inkontinenz verschiedene Ursachen. Manche davon können wir nicht ändern. Dazu gehören Alter, Geschlecht oder Veranlagung. Andere hingegen schon: Mit allgemeinen gesunden Gewohnheiten, einem sorgsamem Umgang mit Körper und Geist sowie gezielten, vorbeugenden Übungen können wir das Risiko, später an Inkontinenz zu erkranken, verringern. Oder in den Worten von Sabine Maunz: „Unsere individuelle Lebensweise hat langfristig einen großen Einfluss auf unsere





### UNSER TIPP

Sie möchten mehr darüber erfahren, wie Sie Ihre Kontinenz vorbeugend stärken? Im Mai erscheint unser neuer kostenloser Ratgeber „**Inkontinenz betrifft mich nicht. Oder doch?**“ zu diesem Thema. Bestellen Sie ihn schon heute! Unter **0800 800 820** (gebührenfrei aus ganz Österreich) oder per E-Mail an **office@hilfswerk.at**





**Othmar Karas**  
Präsident Hilfswerk Österreich

„Inkontinenz ist die häufigste chronische Erkrankung weltweit. In Österreich ist jede 10. Person davon betroffen. Diese Menschen dürfen wir nicht im Stich lassen. Um sie adäquat zu betreuen, brauchen wir ein bedarfsgerechtes, niederschwelliges und regional verfügbares Präventions-, Beratungs- und Versorgungsangebot. Zudem eine Kompetenzoffensive, um die Anzahl Fachkräfte, die es zum Aufbau und zur Sicherstellung dieses Angebots braucht, auszubilden.“



Auch eine ausgewogene Ernährung hilft, Ihre Kontinenz zu stärken.

» Kontinenz und ist gleichzeitig unser wichtigstes Werkzeug, wenn es darum geht, diese zu stärken.“

Mit allem, was Sie tun, um einer Inkontinenz vorzubeugen, fördern Sie Ihre Gesundheit – und umgekehrt. Ganz wichtig sind dabei eine ausgewogene Ernährung, ausreichend zu trinken, regelmäßige Bewegung sowie Erholung und Entspannung. Sie bilden die Basis für eine gesunde Lebensweise und stärken gleichzeitig Ihre Kontinenz. Mit einem sorgfältigen Umgang mit Ihrem Körper und gezieltem Beckenbodentraining unterstützen Sie diese zusätzlich.

### **SORGFÄLTIGER UMGANG MIT DEM KÖRPER**

Wie wir im Alltag sitzen und stehen, wie wir Lasten heben und tragen, ja sogar, wie

wir husten und niesen, wirkt sich auf den Beckenboden und damit auch auf unsere Kontinenz aus. Wir tun deshalb gut daran, diesen scheinbar alltäglichen Dingen mehr Beachtung zu schenken. Das gilt ganz besonders, wenn Sie in Ihrem Alltag mit schweren Lasten zu tun haben. Versuchen Sie deshalb, so wenig wie möglich auf einmal zu tragen und gebrauchen Sie Hilfsmittel, wann immer es geht. Schieben Sie Lasten beispielsweise auf Rollwägen, statt sie zu tragen, oder nutzen Sie Rückenstützgurte. Trainieren Sie Bauch-, Rücken- und Beckenbodenmuskeln, wenn Sie regelmäßig schwer heben, und nehmen Sie zwischendurch Entlastungspositionen ein: Legen Sie sich zum Beispiel auf den Rücken und schieben Sie einen Polster unter Ihr Becken. Das nimmt Druck von Ihrem Beckenboden, und die Muskulatur kann sich entspannen.



Punkto (In)kontinenz besonders wichtig: Lasten korrekt heben.

finden Sie zum Beispiel auf der Webseite der Beckenbodengesellschaft Österreich:  
<https://www.beckenboden-gesellschaft.at>

### HILFSWERK: KOMPETENZ IN KONTINENZ

Das Hilfswerk schult seine Fachkräfte umfassend zur (In)kontinenz (lesen Sie dazu den Bericht auf S. 22). Denn: „Durch ihre Nähe zu den Menschen und ihre Fachkompetenz spielen Pflegefachpersonen eine wichtige Rolle, wenn es darum geht, einer Inkontinenz vorzubeugen“, erklärt Sabine Maunz. „Sie beraten sensibel und machen ihren Kundinnen und Kunden Mut, aktiv zu werden“, so die Expertin. Wenden Sie sich deshalb an die Hilfswerk-Mitarbeiterinnen und -Mitarbeiter, wenn Sie Ihre Kontinenz stärken wollen oder Unterstützung im Alltag mit Inkontinenz benötigen. Der Ansteckbutton „Kompetenz in Kontinenz“ signalisiert ihr Know-how zum Thema (mehr dazu S. 11). ■



## WISSEN

### RISIKOFAKTOREN FÜR INKONTINENZ

- **Lebensstil:** unausgewogene Ernährung, Übergewicht, Bewegungsmangel, Rauchen und Stress
- **Schwangerschaft und Geburt**
- **Häufiges Heben schwerer Lasten**
- **Erkrankungen** wie chronische Bronchitis, COPD, Diabetes mellitus, Schlaganfall, Parkinson, Demenz
- **Wiederkehrende Blaseninfektionen**
- **Chronische Verstopfung (Obstipation)**
- **Operationen** z. B. der Prostata oder der Gebärmutter
- **Geschlecht** (Frauen sind häufiger betroffen)
- **Alter**
- **Genetische Veranlagung**

### BECKENBODENTRAINING

Der Beckenboden ist eine ganze Muskelgruppe, die – wie es ihr Name sagt – am Boden unseres Beckens liegt. Er ist eng mit den Bauch- und Rückenmuskeln verbunden und hat wichtige Aufgaben: Er stützt die inneren Organe im Bauchraum und stabilisiert die Wirbelsäule. Er federt Druck und Stöße ab, etwa beim Husten, Niesen oder beim Heben von schweren Lasten. Und er sorgt dafür, dass wir Harn und Stuhl bewusst zurückhalten oder loslassen können. Der Beckenboden spielt also eine ganz wichtige Rolle, wenn es um Ihre Kontinenz geht.

Im Normalfall arbeitet der Beckenboden bei fast jeder Bewegung mit. Er tut das wie ein „Autopilot“ wie von selbst. Sie können Ihren Beckenboden aber mit speziellen Übungen auch gezielt trainieren. Anleitungen dazu

# Im Jahr **2022** Hören auf dem nächsten Level



**GRATIS Hörtest**  
**Persönliche**  
**Höranalyse**  
**KOSTENLOSES**  
**Probetragen**



**19x** in Österreich

Vereinbare jetzt einen Termin:

 **0800 640 046**

 **info@bloomhearing.at**

# bloom™

HÖRAKUSTIK

wir verstehen hören



**-20% RABATT-GUTSCHEIN\***

Rabattcode: **HWHandinHand1-22**

\* auf die Zuzahlung neuer Hörgeräte der Marken Signia oder Widex.  
Keine Barablöse möglich. Nicht mit anderen Aktionen kombinierbar.  
Nicht übertragbar. Gültig 1 Jahr lang nach Erscheinen dieser Magazinausgabe.

**-20%**



# Zahlen und Fakten zur (In)Kontinenz

## WAS IST INKONTINENZ?

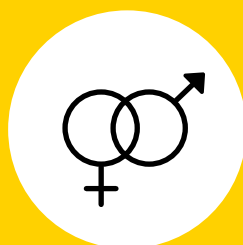
Inkontinenz ist die fehlende oder mangelnde Fähigkeit, Urin oder Stuhl zu halten und kontrolliert abzugeben.

## BETROFFENHEIT

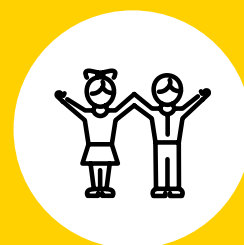
Laut Weltgesundheitsorganisation (WHO) ist Inkontinenz die häufigste chronische Erkrankung weltweit.



**RUND  
850.000  
PERSONEN**  
in Österreich leiden an Inkontinenz. Das sind rund **10 Prozent der Bevölkerung.**

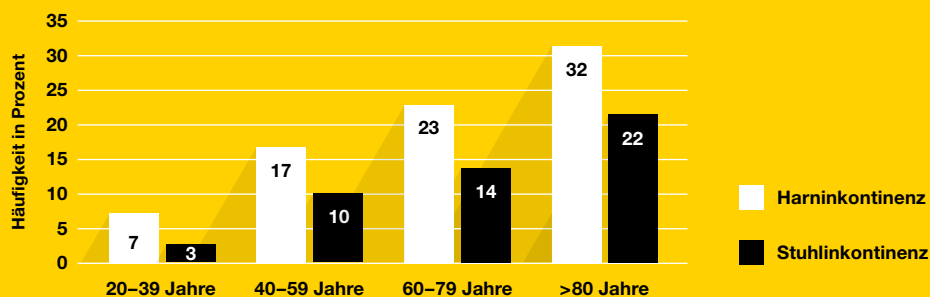


**JEDE 4. FRAU  
UND JEDER 10. MANN**  
sind schätzungsweise im Verlauf des Lebens von einer Inkontinenz betroffen.



**RUND 60.000 KINDER** erleben in Österreich regelmäßig unfreiwilligen Harnverlust in der Nacht (Enuresis nocturna). Meistens betrifft dieses Phänomen Kinder ab 5 Jahren – Buben häufiger als Mädchen. Auch 1 Prozent der Erwachsenen berichten von einer Enuresis nocturna.

**INKONTINENZ TRITT IN JEDEM ALTER AUF, IHRE HÄUFIGKEIT NIMMT MIT DEM ALTER JEDOCH ZU:**



Quelle: Nygaard JAMA 2011

## DIABETIKERVERSORGUNG & SICHERHEITSPRODUKTE im Pflegebereich

### Wellion® GALILEO Blutzuckermessgeräte

- Teststreifenauswurf-taste zur Senkung des Infektionsrisikos



### Wellion® SAFETY LANCETS Sicherheitslanzetten

- Schutz vor Nadelstichverletzungen (Infektionen)

### Wellion® PROTECT PRO Sicherheitspennadeln

- Sichere Insulininjektion – Schutz vor Nadelstichverletzungen



### Wellion® Safety-Station

- Optimale Aufbewahrung Ihrer Blutzucker-Messutensilien
- Sichere Entsorgung von gebrauchtem Zubehör



### Kostenlose Schulung Ihres Pflegepersonals

### Kostenlose Überprüfung der Messgeräte

- Kostenlose und dokumentierte Überprüfung der zur Verfügung gestellten Geräte im Rahmen des Qualitätsmanagements



wir bieten ein

## SICHERHEITS- GESAMTKONZEPT

welches die Sicherheits-Produkte zur Blutzuckermessung und Insulininjektion  
für Pflege- und Seniorenheime und Mobile Pflegedienste beinhaltet!

**SERVICE UND DIABETIKER PRODUKTE - ALLES AUS EINER HAND**

*Wellion Kundenservice - Wir sind gerne für Sie da!*

02626 / 64 190 • office@medtrust.at



# Hilfswerk Ratgeber

Gut informiert mit unseren beiden Ratgebern zur (In)Kontinenz.

**JETZT KOSTENLOS BESTELLEN!**

Unter 0800 800 820 oder [office@hilfswerk.at](mailto:office@hilfswerk.at)

**INKONTINENZ BETRIFFT MICH NICHT. ODER DOCH? RATGEBER ZUR VORBEUGUNG VON INKONTINENZ** für alle, die ihre Gesundheit stärken und ihre Kontinenz erhalten wollen. Mit wertvollen Informationen zum Thema und praktischen Tipps, was Sie in Ihrem Alltag tun können, um eine Inkontinenz zu verhindern.

**SCHWACHE BLASE, TRÄGER DARM? RATGEBER FÜR DEN ALLTAG MIT INKONTINENZ** für alle, die bereits an einer Inkontinenz leiden und trotzdem nicht auf Lebensqualität verzichten wollen. Mit hilfreichen Informationen zur Behandlung und Therapie von Inkontinenz sowie zu Bezug und Anwendung von Hilfsmitteln.

## WEB PORTALE

Auf [www.hilfswerk.at/inkontinenz-vorbeugen](http://www.hilfswerk.at/inkontinenz-vorbeugen) steht Ihnen der neue Ratgeber „Inkontinenz betrifft mich nicht. Oder doch?“ ab Mai auch online zur Verfügung. Angereichert mit ergänzenden Informationen, erklärenden Videos, Webseiten und Podcasts.

Der Hilfswerk Fachschwerpunkt (In)Kontinenz wird unterstützt von unseren starken Partnern Institut AllergoSan, Publicare, B. Braun und Tena.



## GUT LEBEN MIT INKONTINENZ

Achten Sie auf diesen Ansteck-Button: Pflegefachkräfte mit diesem Button sind speziell geschult zur (In)Kontinenz. Sie informieren und beraten Sie gerne!



# Aus den Seniorenpensionen

## SENIOREN- PENSION LIMBACH

Ereignisreich verliefen auch die vergangenen Monate in Limbach. Das Weihnachtsfest warf auch hier seine Schatten voraus, es wurde dekoriert und **1 PLÄTZCHEN** gebacken und beim frühen Wintereinbruch der eine oder andere **2 MINISCHNEEMANN** gebaut. Während sich die einen beim **3 SCHNAPSEN** die Zeit vertrieben, versuchen die anderen, **4 MISTELZWEIGE** in Form zu bringen. **5** Frau Horky beweist, dass sie nicht nur mit dem Nudelholz, sondern auch mit dem Schneckenpaar **SUSI UND STROLCHI** gut umgehen kann. Beim Säubern des Terrariums kam es zu einer tollen Entdeckung – es gab Schneckennachwuchs. **6** Die beliebte **HUNDETHERAPIESTUNDE** stand ebenso wieder auf dem Programm wie die obligate **7 WEIHNACHTSFEIER**. **8** Dabei wurde auch **DGKP ANKE STRINI** für ihr 15-jähriges Wirken im Hilfswerk Burgenland geehrt. **9** Ihren Ehrentag feierte auch **ERNA PANNER**. Zum 90er gab's eine köstliche Torte und den obligaten Wunsch beim Kerzenausblasen.





## SENIOREN- PENSION GÜTTENBACH

**1** Der frühe **WINTEREINBRUCH** im Landessüden inspirierte Hauswart Herbert Glatz zu einem „Hilfswerk-Schneemann“ und hatte dabei amüsierte Zuseher/innen im Wintergarten. **2** Auch der **NIKOLO** schaute in Person von Heimhilfe Wilma vorbei und übergab kleine Präsente. **3** Für die **ADVENTANDACHT** zeichnete Heimhilfe Sabine verantwortlich. Mit Liedern und kleinen Lesungen stimmte man sich auf Weihnachten ein.



**1** Zur **WEINLESEZEIT** gab es Schmankerl in der Seniorenpension Eisenstadt. Gernot Heschl und Andrea Kargl-Wartha kredenzt den Tagesheimbesucher/innen frischen Sturm und köstliche Maroni. Auch in der Seniorenpension Eisenstadt, wo sich in der Vorweihnachtszeit oft Volksschul- und Kindergartenkinder tummeln, um die Bewohner/innen mit Liedern und Krippenspielen zu erfreuen, blieb es sehr ruhig. Die Umstände ließen es abermals nicht zu. Der äußerst beliebte Weihnachtsbasar musste genauso ausbleiben wie die stimmungsvolle Adventfeier mit Chorgesang. **2** In kleinem Kreis wurde dennoch mit Pfarrer Josef Kuzmits und der Hausleitung der **HEILIGE ABEND** gefeiert – natürlich mit Bescherung.

## SENIOREN- PENSION EISENSTADT

## SENIOREN- PENSION DRASSMARKT

In der Vorweihnachtszeit, wo die Bewohner/innen mit ihren Angehörigen in „normalen Zeiten“ bei Andachten oder Adventfeiern intensiveren Kontakt pflegen, musste man heuer einmal mehr auf diese Treffen verzichten. Umso mehr waren die Hilfswerkerinnen bemüht, die Stimmung hoch und Bewohner/innen bei Laune zu halten. Dies geschah mit **1 ADVENTFEIERN**, dem traditionellen **2 KEKSEBACKEN**, beim Besuch von **3 NIKOLO** „Trixi“ und dem **4** gemeinsamen **CHRISTBAUM-SCHMÜCKEN**. Herzlichen Dank an die Familie von Romy Maschler, die der Seniorenpension wieder 3 Christbäume zur Verfügung gestellt hat.



**1 BASTELN UND WERKEN** auf hohem Niveau ist in der Seniorenpension Purbach in der Vorweihnachtszeit angesagt. Unter fachkundiger Anleitung unserer Heimhilfen gelingen die tollsten Sachen. Schade, dass man sie auch diesmal nicht beim Weihnachtsbasar zu Gesicht bekommen konnte. Schneemänner gab's aber nicht nur im kuscheligen Kleinformat, sondern auch im frostigen Original. **2** Einige „hitzige“ Damen konnten der weißen Pracht nicht widerstehen und machten, sehr zum Gaudium der restlichen Belegschaft, dem **SCHNEEMANN** ihre Aufwartung. **3** Seit geraumer Zeit zieren stimmungsvolle, großformatige **LANDSCHAFTSFOTOS** die Wände der Seniorenpension. Frau Ehn hat es sich unter dem Foto von einer Bootsfahrt am Neusiedler See gemütlich gemacht.

## SENIOREN- PENSION PURBACH





## SENIOREN- PENSION LOCKENHAUS



1



6



3



2



4



5



5

Hochbetrieb in der Adventzeit auch in der Seniorenpension Lockenhaus.

**1** Zuerst wurde im Garten noch das **PFLANZENGESTELL** erweitert, bevor es hieß „alles Backstube“!

**2** Der **SALZTEIG** wurde in weihnachtliche Formen gebracht,

**3** **ADVENTKRÄNZE** geflochten und schließlich gab sich auch **4** **DER NIKOLAUS** ein Stelldichein.

**5** Für die Bewohner/innen gab's zu Heiligabend eine stimmungsvolle **ANDACHT UND GESCHENKE**.

**6** **DIE HEILIGEN DREI KÖNIGE** – eigentlich waren es Königinnen – mussten diesmal wieder ihre Frohbotschaft leider zwischen Tür und Angel verkünden.

# Weihnachten 2021 – ein unliebsames Déjà-vu



Betriebsratsobfrau Andrea Kargl-Wartha und GF Andrea Zarits als „Weihnachts-engerl“ beim MHKP-Wulkatal Stützpunkt mit Chefin Jennifer Sabara



Andrea x 2 in der Senioren pension Draßmarkt: Siegrid Kogelbauer übernahm als Heimleitung die Geschenke für Belegschaft und Bewohner/innen.



Maskierte Weihnachtsengerln auch in der Senioren pension Lockenhaus. Marlene Waitz-Horvath bedankte sich im Namen der Kolleg/innen und Bewohner/innen für die Geschenke.

**Und wieder kein „Weihnachten wie damals“.** Der Advent ist seit dem Bestehen der stationären Einrichtungen für die Bewohner/innen eine Zeit großer Emotionen. Das gemeinsame Werken, Backen, Präsentieren und die stimmungsvollen Feiern mit vielen Gästen, auch Kindern und Familienmitgliedern ein Höhepunkt im Jahreskreis. Und einmal mehr entpuppte sich die Pandemie als Spielverderber.

**E**s ist bereits zur geschätzten Tradition geworden, die Bewohner/innen der stationären Einrichtungen im Hilfswerk Burgenland an den gesellschaftlichen und religiösen Höhepunkten im Jahreskreis teilnehmen zu lassen oder adäquate Situationen zu schaffen, um Fasching, Gottesdienste, Ostern, Andachten, Erntedank, Advent und natürlich Weihnachten in Geselligkeit, umgeben von Gästen und Angehörigen, zu feiern.

Nach dem Ausnahmezustand im Jahr 2020 dachten alle, Weihnachten 2021 könnte doch wieder in halbwegs normalen Bahnen laufen – aber nichts da! In den Senioren pensionen wurden zwar wieder Dekorationen gebastelt, Adventkränze geflochten oder Weihnachtsbäckerei gebacken. Aber wieder mit dem bitteren Beigeschmack, dass man seine Werke und Köstlichkeiten keinem begeisterten

Publikum oder seinen Angehörigen in Rahmen der beliebten Advent- und Weihnachtsfeiern bzw. Weihnachtsbasaren präsentieren konnte. Unter den strengen Schutzvorkehrungen versuchte man sich, soweit es ging, wenigstens seelsorgerisch auf das bevorstehende Weihnachtsfest einzustimmen, veranstaltete besinnliche Adventandachten und feierte einmal mehr im engsten Kreis.

Seitens der Geschäftsführung des Hilfswerk Burgenland waren die Einladungen zu den diversen Weihnachtsfeiern für die Mitarbeiter/innen so gut wie gedruckt, sind diese Begegnungen sonst stets eine gern genutzte Gelegenheit, um persönlich ins Gespräch zu kommen und bei trefflicher kulinarischer Umrahmung die einen oder anderen verdienten Mitarbeiter zu ehren oder ihnen Dank und Anerkennung auszusprechen. Wieder alles gecancelt, die Urkunden blieben abermals in der Mappe.





Sarah Petronits und Peter Blümel – seit 10 Jahren dabei – geehrt von GF Andrea Zarits



Carmen Duma, seit 15 Jahren in der MHPK und Leitung der MHPK Nord



Susanne Schrei, Sabine Sattler, Rita Strobl und Maria Valeria Soós, Seniorenpension Limbach

Einmal mehr machte sich Geschäftsführerin Mag.<sup>a</sup> Andrea Zarits gemeinsam mit Betriebsratsobfrau Andrea Kargl-Wartha auf den Weg, um in den Seniorenpensionen und den Bezirksstützpunkten als „Weihnachts-engerln“ zu agieren, und überbrachten Geschenke für Mitarbeiter/innen und Heimbewohner/innen persönlich. Da und dort ging sich quasi zwischen Tür und Angel noch eine Ehrung aus.

### DANKE FÜR EUER ENGAGEMENT

So seien alle Mitarbeiter/innen auch auf diesem Wege nochmals für ihren couragierten Einsatz und ihre aufopfernde Tätigkeit in der Corona-Krise herzlichst bedankt. Ihr habt weit mehr als eure Pflicht getan!

Ein besonderer Dank gilt all jenen Mitarbeiter/innen, die dem Hilfswerk Burgenland schon 10, 15 und 20 Jahre und darüber hinaus die Treue halten oder ihren wohlverdienten Ruhestand angetreten haben. ■



## DANKE

**10 JAHRE** // Danke für 10 Jahre Mitarbeit im Hilfswerk Burgenland: Peter Blümel, Saskia Erdmann, Sarah Petronits, Lucian Ion Richter, Rita Schwarz, Maria Valeria Soós. Sie erhielten eine Urkunde und die **Ehrennadel in Bronze**.

**15 JAHRE** // Die **Silberne Ehrennadel** gibt es im Hilfswerk Burgenland für 15-jährige Zugehörigkeit. Für ihre Verbundenheit zum Unternehmen wurden Marianne Weber, Carmen Duma, Sonja Gürtl, Tanja Kober, Regina Lebinger, Brigitte Peischl, Sabine Sattler, Barbara Schoditsch, Susanne Schrei, Anke Strini, Rita Strobl und Michael Zachs bedacht.

**20 JAHRE** // Seit 20 Jahren ist Sabine Pehm im Team des Hilfswerk Burgenland tätig. Dafür erhielt sie die **Ehrennadel in Gold**.

**IHREN WOHLVERDIENTEN RUHESTAND** traten im vergangenen Jahr Maria Gyołcs, Maria Linseder, Gabriele Rennhofer, Gabriele Fass und Irene Nikles an.

Allen Geehrten nochmals ein herzliches Dankeschön für ihre Treue zum Unternehmen – den Pensionistinnen alles Gute und vor allem Gesundheit für ihren neuen Lebensabschnitt.



4. NOVEMBER: NUTRITION DAY 2021

# Ernährungssicherheit – eine Kernaufgabe im Hilfswerk Burgenland

**Jährlich findet der Nutrition Day am 4. November statt.**

Auch in der Seniorenpension Eisenstadt der Hilfswerk Betriebs GmbH ist Ernährung ein Stakeholder in der Pflege.

**E**ine Mahlzeit zu sich nehmen ist nicht nur einfach eine Tätigkeit, um den Hunger zu stillen, es ist vielmehr ein historisch gewachsener Begriff und ein mit den Jahren individuell entwickeltes Ritual geworden. Oftmals wird ohnedies sowohl im akutstationären wie auch im Langzeit-Pflegesetting von der Förderung und Sicherung der Nahrung gesprochen. Grund hierfür ist ein vermehrt auftretendes Problem, die Mangelernährung. Eine prominent vertretene Grunderkrankung ist die Demenz, welche mit einer häufig daraus resultierenden Schluckstörung einhergeht, wodurch als Konsequenz eine Malnutrition (Mangelernährung) hervorgehen kann. Diese stellt eine Problematik wie auch einen gravierend negativen Einfluss hinsichtlich Wundheilung, Morbidität, Mortalität, aber vor allem auch in der Lebensqualität dar. Wurde diese bereits anhand von etablierten Screening- und Assessmenttools evaluiert, so ist der nahe Sozialversorger gefordert, dementsprechend eine personenzentrierte Nahrungsmittelzubereitung wie auch eine adäquate Umgebungs- und Mahlzeitengestaltung zu gewährleisten.

„Hinsichtlich der oben ausgeführten Problematik machen sich jährlich die Pflegekräfte der sechs Seniorenpensionen in Kooperation mit der Pflegedirektion wie auch externen Expertinnen von Nestlé Health Science und Experten der Hilfswerk Burgenland GmbH die Weiterentwicklung und Sicherung der Ernährungsstandards zur Kernaufgabe“, so Gernot Heschl, Riskmanager Pflege, BSc.

In der Seniorenpension Eisenstadt fand heuer erstmals unter Anleitung

der Ernährungsexpertin Mag.<sup>a</sup> Sabine Udel, Gernot Heschl, BSc, wie auch Küchenleiterin Nicole Wagner ein Nachmittags-Workshop zur Konsistenzmodifikation statt. Ziel dieses Nachmittags war es, wohlschmeckende und vor allem hochkalorische wie auch konsistenzmodifizierte Häppchen für zwischendurch zu kreieren. Diverse Shakes, nahrhafte Speisen, aber vor allem der Mini-Marmorgugelhupf und der Eiweißcocktail Banane fanden großen Anklang bei den Bewohner/innen. ■

links: Gernot Heschl, BSc, mit Küchenleiterin Nicole Wagner und Mag.<sup>a</sup> Sabine Udel  
rechts: Nicole Wagner und Mag.<sup>a</sup> Sabine Udel beim Zubereiten des Eiweißcocktails.





Brandschutzbeauftragter Marco Weber machte es seinen Kameraden als „Verletzter“ nicht leicht.



Hauptbrandinspektor Patrick Freißmuth mit Manuela Eder-Dolmanits und Brandschutzbeauftragten Marco Weber bei der Geschenkübergabe.

# FF Limbach probte den Ernstfall

**Brandschutzübung in der Hilfswerk Burgenland Seniorenpension Limbach.** Überraschender und sehr realistischer Einsatz der Florianijünger.

Nach der jährlich vorgeschriebenen Brandschutzunterweisung durch den Brandschutzbeauftragten Marco Weber, Haustechniker in der Seniorenpension Limbach und Zugskommandant der Freiwilligen Ortsfeuerwehr, löste dieser zur Überraschung aller Mitarbeiter/innen am 15. Oktober 2021 gegen 18.00 Uhr „scharfen Alarm“ bei der Landeseinsatzzentrale aus. Dort wusste man natürlich von der sehr realistisch gestalteten Übung Bescheid, die Mitarbeiter/innen allerdings nicht, die mussten nun reagieren, wie sie es gelernt hatten. Nachdem alle Sicherheitseinrichtungen im Hause „ansprangen“, vergingen nur wenige Minuten, bis die Florianijünger der FF Limbach mit drei

Fahrzeugen und Einsatzleiter Patrick Freißmuth am Ort des Geschehens eintrafen. 15 Mann mit zum Teil schwerem Atemschutz hatten einen Zimmerbrand (Behandlungsraum) zu bekämpfen, setzten Rauchvorhänge ein, evakuierten Personen. Da Marco Weber auch mit dem Nebelgerät im Einsatz war, spielte sich ein sehr realistisches Szenario ab, alle Beteiligten reagierten aber besonnen, jeder Handgriff saß, und waren von der Übung – so wie so manch neugieriger Heimbewohner – doch sehr beeindruckt. Nach einer halben Stunde war der „Spuk“ vorbei – Heimleitung, Brandschutzbeauftragter und der Einsatzleiter zeigten sich mit dem reibungslosen Ablauf und der hervorragenden Zusammenarbeit sehr zufrieden.

## DANK AN DIE FLORIANIJÜNGER

Auf die Silberhelme kann man sich halt verlassen. Egal, wie banal oder brenzlich der Einsatz auch ist, wenn man sie braucht, sind sie da – die Damen und Herren der Freiwilligen Feuerwehr, die in den Einrichtungen des Hilfswerks Burgenland rasch und effektiv Hilfe geleistet haben. Und wer rasch hilft, hilft doppelt – heißt es doch so schön. Um die Weihnachtszeit sagten die Verantwortlichen des Hilfswerks Burgenland danke schön für die Unterstützung, Mitarbeiter/innen überreichten den Florianis in Limbach, Eisenstadt und Purbach Geschenkkörbe mit kulinarischen Köstlichkeiten. ■



# Dies und das im Hilfswerk



## MINISTERIELLE MASKENSPENDE

Nach der bundesweiten Übergabe an das Hilfswerk Österreich und Volkshilfe Österreich durch Verteidigungsministerin Klaudia Tanner erfolgte Ende November die Verteilung im Burgenland. Diese übernahm Militärkommandant Brigadier Gernot Gasser in der Martinkaserne, wo sie vom Präsidenten des Hilfswerk Burgenland, Bürgermeister Mag. Thomas Steiner, und der Volkshilfe-Präsidentin Verena Dunst in Empfang genommen wurden.

Die übergebenen 40.000 FFP2-Masken kommen aus Covid-19-Lagern der Republik Österreich, die von Logistikexperten österreichweit betrieben werden. Sie stellen sicher, dass zur Eindämmung der Pandemie immer ein Notvorrat an Schutzausrüstungen und andere medizinische Materialien zur Verfügung stehen. Thomas Steiner schätzte die großzügige Spende des Verteidigungsministeriums außerordentlich. „Unsere Mitarbeiter/innen haben im Umgang mit vulnerablen Menschen einen großen Bedarf an Schutzausrüstung, daher bin ich für jede Unterstützung in diesem Bereich sehr dankbar“, so der Präsident des Hilfswerk Burgenland.

## HILFSWERK FUHRPARK MODERNISIERT MIT KIA

Nach wie vor ist man im Hilfswerk Burgenland bemüht, seinen Mitarbeiter/innen ein gleichsam angenehmes wie sicheres Arbeitsumfeld zu bieten. Das gilt im Besonderen bei den fahrbaren Untersätzen für unsere Einsatztruppe in der Mobilen Hauskrankenpflege. Die Nachfrage nach Pflege in den eigenen vier Wänden ist ungebrochen, und so rüstet das Hilfswerk Burgenland seine KIA-Flotte aus dem Autohaus Nemeth erneut auf. In den letzten drei Monaten wurden insgesamt 18 KIA Picantos getauscht bzw. ergänzt. Das HWB kümmert sich selbstverständlich auch um das Rundum-Wohlfühlservice (Reifen, Reifentausch, Inspektion, Tankkarte ...), damit sich die Damen voll auf ihre Arbeit konzentrieren können.



## DER PFLEGEKALENDER BURGENLAND 2022

Pflege ist ... a Mitanaund. Unter diesem Motto standen die Bemühungen zur Gestaltung eines Burgenländischen Pflegekalenders auf Initiative des BFI mit Unterstützung der Arbeiterkammer und dem ÖGB sowie den großen Pflegeorganisationen im Land. Der 51-jährige Pflegeassistent und Hobbyfotograf Thomas Werchota fand seine Motive unter anderem auch im Garten der Hilfswerk Senioren pensionen Lockenhaus (Oktoberblatt) und Draßmarkt (Septemberblatt). Der Gesamterlös kommt dem Kinderhospiz Sterntalerhof zugute.



## NEUER GESCHÄFTSFÜHRER

Seit Beginn des Jahres ist der Burgenländer Mag. Stefan Widder gemeinsam mit Mag.<sup>a</sup> Andrea Zarits für die Geschäftsführung im Hilfswerk Burgenland verantwortlich. Widder, der zuvor in diversen Führungspositionen bei Siemens, EVN und der Flughafen-Wien-Gruppe tätig war, löste somit Mag. Karl Schiessl ab, der seinen wohlverdienten Ruhestand antritt.



V.l.n.r.: Verkehrsstaatssekretär Dr. Magnus Brunner, Tourismusministerin Elisabeth Köstinger, Dr. Günther Ofner (u. a. auch Aufsichtsratsvorsitzender der Hilfswerk Burgenland BetriebsGmbH) und David Ungar-Klein (Initiator Future Business Austria).

## GÜNTHER OFNER ERHÄLT „RED ARROW 2021“

Für seine Verdienste um den Infrastrukturausbau in zukunftsentscheidenden Bereichen erhält Flughafen-Wien-Vorstand Dr. Günther Ofner den „Red Arrow 2021“ der Infrastrukturinitiative Future Business Austria.

**X CLUB**

**WILLKOMMEN IM CLUB.**

**HOL DIR DEIN JUGENDKONTO MIT GRATIS JBL WAVE 100TWS HEADPHONES.**

raiffeisenclub.at/bgld

Ab 14 Jahren, in allen teilnehmenden burgenländischen Raiffeisenbanken, solange der Vorrat reicht.

**Niro unter Strom.**  
 Mach dich bereit für den Kia e-Niro.

**KIA**  
 Movement that inspires

Im Leasing<sup>1)</sup> ab  
**€ 35.190,-**

**Nemeth Autohandel GmbH.**  
 Haidäckerpark 1 | 7000 Eisenstadt  
 Tel.: 02682 62768  
 verkauf@nemeth-eisenstadt.at |

CO<sub>2</sub>-Em.: 0 g/km<sup>2),3)</sup> 15,9 - 15,3 kWh/100km<sup>3)</sup>, Reichw.: bis zu 455km<sup>3)</sup>  
 Druckfehler, Irrtümer und Änderungen vorbehalten. 1) Listenpreis Kia e-Niro Titan € 37.990,00 abzgl. Preisvorteil (inkl. Kia Partner Beteiligung) bestehend aus € 5.400,00 Elektro PKW Förderung (inkl. mögl. € 3.000,00 E-Mobilitätsbonus des BMLFW & bmwif) und € 400,00 Versicherungsbonus bei Abschluss eines Kia Versicherung Vorteilssets. Der Kia Versicherungsbonus ist nur gültig bei Kauf eines Neu- oder Vorführwagens und bei Abschluss eines Vorteilssets bestehend aus Haftpflicht, Vollkasko mit Insassenunfall- und/oder Verkehrs-Rechtsschutzversicherung. Die Bindefrist bzw. Mindestlaufzeit des Vertrages beträgt 36 Monate inkl. Kündigungsverzicht. Gültig bei Kaufvertrags- bzw. Antragsdatum bis 31.03.2022. Die Abwicklung der Finanzierung erfolgt über die Santander Consumer Bank GmbH, Stand 01/2022. Angebot gültig bis auf Widerruf. Erfüllung banküblicher Bonitätskriterien vorausgesetzt. 2) Nutzung von Strom aus 100% regenerativen Quellen vorausgesetzt. 3) Gemessen laut WLTP-Testzyklus. Reichweite und Energieverbrauch abhängig von Faktoren wie z. B. Fahrstil, Streckenprofil, Temperatur, Heizung/Klimatisierung, Vortemperatur. <sup>1)</sup> 7 Jahre/150.000km Werksgarantie.

**7 JAHRE GARANTIE**



# Größe L passt nicht allen

**Ein Tag unter Hilfswerk-Inkontinenz-Expertinnen.** Wissenspark Urstein Süd bei Salzburg. Draußen prächtiger Sonnenschein, es ist frühlinghaft warm. Drinnen 15 Fachkräfte der mobilen und stationären Pflege des Hilfswerks Salzburg. Der Grund ihres Zusammenkommens: Sie bilden sich fort zu Inkontinenzbeauftragten.

## TABUISIERUNG MIT FOLGEN

Es geht lebendig zu und her im Fortbildungsmodul „Inkontinenzbeauftragte/r – was nun?“. Die Teilnehmerinnen sind wach und interessiert, es sitzt spürbar viel Wissen und Erfahrung im Raum. Und das Thema bewegt, denn die Anzahl Inkontinenzbetroffener unter den Kundinnen und Kunden ist groß. „Die Öffentlichkeit ist sich gar nicht bewusst, wie viele Menschen von einer Inkontinenz betroffen sind“, sind sich zwei junge Pflegefachkräfte sicher. Was vermutlich zu einem großen Teil daran liegt, dass das Thema nach wie vor stark tabuisiert wird. Leittragende dieses Tabus sind die Betroffenen: Viele von ihnen haben Hemmungen, über ihre Inkontinenz zu sprechen, versuchen selber zurechtzukommen und nutzen deshalb nicht das geeignete Inkontinenzprodukt.

Das hat teilweise schlimme Folgen: Zum Beispiel bei Herrn Wanner\*,

der sich – seit einer Operation stark inkontinent – weigert, das Haus zu verlassen: Seine Inkontinenz-Einlage halte nicht, was sie verspreche. Kein Wunder, denn Herr Wanner hat sich nie beraten lassen. Er habe sich nicht getraut. Seit er ein passendes Produkt hat, ist er wieder mit Freude unterwegs und genießt die wiedergewonnene Freiheit in vollen Zügen.

## DAS FALSCHES PRODUKT IST EINE QUAL

Co-Leiter der Fortbildung, David Thurner, DGKP und Fachberater für Inkontinenzprodukte bei TENA, wiederholt im Verlauf des Tages immer wieder, wie wichtig es ist, dass Inkontinenzprodukte gut sitzen: „Ein falsches Produkt fühlt sich für die Betroffenen furchtbar an.“ Ist es beispielsweise zu groß, kann das Inkontinenzprodukt den Urin nicht wie gewünscht auffangen – er gelangt an die Haut. Das kann deren natürliche Barrierefunktion so weit

schädigen, dass Infektionen entstehen. Schätzungsweise bei 75 Prozent der Betroffenen könnte laut Thurner mit einer Anpassung des Inkontinenzprodukts eine Verbesserung erzielt und eine bessere Lebensqualität erreicht werden. „Werden Sie deshalb nicht müde, Ihre Kundinnen, Kunden und deren Angehörige zu ermuntern, ein anderes Produkt auszuprobieren, wenn Sie sehen, dass das bisherige nicht passt“, fordert er die Teilnehmerinnen auf. „Größe L passt eben nicht allen.“ Die Anwesenden nicken zustimmend, auch wenn sie wissen, dass das im Umgang mit den betroffenen Kundinnen und Kunden Geduld, Fingerspitzengefühl und eine sorgfältige Kommunikation erfordert. Denn oft sitzen Gewohnheiten tief, und das Produkt zu wechseln ist für Betroffene und Angehörige vielfach mit Unsicherheit verbunden. Dem Thema „Kommunikation“ und dem Erfahrungsaustausch unter den



David Thurner, Co-Leiter der Fortbildung, vermittelt wichtige Kompetenzen zum Thema (In)Kontinenz.



Wichtiger Bestandteil der Fortbildung:  
Erfahrungsaustausch unter Kolleginnen



## WISSEN

Kolleginnen wird an diesem Tag in Urstein Süd deshalb viel Gewicht beigemessen.

### KOMPETENZ IN KONTINENZ

„Inkontinenzbeauftragte/r – was nun?“ ist das dritte und letzte Modul einer dreiteiligen Fortbildung für Pflegefachkräfte zu Inkontinenzbeauftragten. Somit verfügen die Inkontinenzbeauftragten des Hilfswerks über umfangreiches Wissen zu den verschiedenen Formen von Inkontinenz und zur Auswahl der situativ passenden Produkte. Sie kennen die Funktionen der Haut und wissen, wie sie die besonders empfindliche Altershaut korrekt pflegen. Und sie haben ein gutes Gespür dafür, wie sie das Thema sensibel ansprechen und betroffene Kundinnen und Kunden sowie Angehörige kompetent beraten. ■

\* Der Name wurde von der Redaktion aus Datenschutzgründen geändert.

### AUFGABEN UND QUALIFIKATIONEN DER INKONTINENZBEAUFTRAGTEN

#### Inkontinenzbeauftragte

- haben umfangreiche Kenntnisse zu den Risikofaktoren und Anzeichen einer Inkontinenz sowie den verschiedenen Inkontinenzformen,
- schätzen die jeweilige Problemlage differenziert ein, beraten Betroffene kompetent und unterstützen diese, ihre Kontinenz zu fördern oder wieder zu gewinnen,
- haben umfassendes Wissen zu aufsaugenden Inkontinenzprodukten sowie zu Einsatz und Indikation ableitender Systeme,
- sichern eine hohe Versorgungsqualität Betroffener, indem sie ihr fachpraktisches Wissen anderen Pflegekräften, Praktikant/innen und Schüler/innen weitergeben,
- tragen zur Enttabuisierung des Themas bei.



# Bewegt Ihren Darm mit der Kraft biologischer Papayas



Institut  
**AllergoSan**

Institut AllergoSan Pharmazeutische Produkte Forschungs- und Vertriebs GmbH  
Lebensmittel für besondere medizinische Zwecke (bilanzierte Diät).  
Zum Diätmanagement bei Verstopfung oder Blähungen und eingeschränkter Möglichkeit der Nährstoffaufnahme.

[www.caricol.com](http://www.caricol.com)



**B. BRAUN**  
SHARING EXPERTISE



## HARNKATHETERPFLEGE MIT URO-TAINER® SUBY G

Die Blasenpüllösung mit Zitronensäure gewährleistet den optimalen Abfluss des Harns und verhindert Krustenbildung im Katheter.  
Rasch und steril anwendbar – einfach 5 Minuten einwirken lassen!

Uro-Tainer® Suby G ist mit fachärztlicher Verordnung erstattungsfähig!

Kontaktieren Sie uns unter **0800 312 478** für ein Beratungsgespräch durch diplomiertes Fachpersonal.

# Zu Hause alt werden

**Aber sicher!** Sie brauchen Hilfe im Alltag, möchten aber weiterhin zu Hause leben? Der Hilfswerk Pflegekompass verrät Ihnen, wie und wo sie die passende Unterstützung finden. Er informiert, wie Sie Ihre Selbstständigkeit bestmöglich erhalten, Ihr Zuhause an veränderte Bedürfnisse anpassen und es sicher gestalten. Auch der Umgang mit seelischen Herausforderungen sowie Fragen zu Geld und Recht sind Thema.

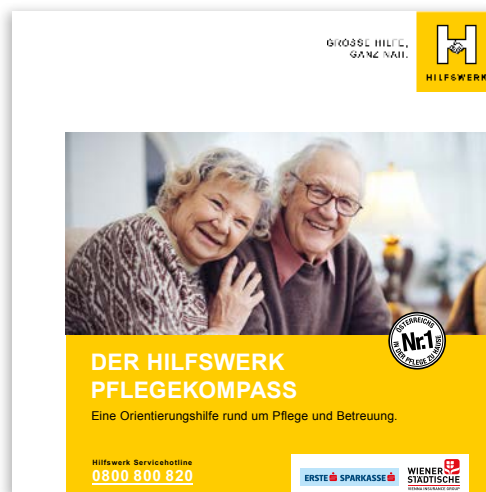
## WEITERE HILFSWERK-RATGEBER

Das Hilfswerk führt weitere nützliche Ratgeber rund um die Themen Älterwerden und Gesundheit – zum Beispiel:

- Ich bin dann mal alt. Wie sich das Gehirn im Alter verändert.
- Mehr als vergesslich. Alltag mit Demenz: Ein Ratgeber für Angehörige.
- Chronischer Schmerz. Ein praktischer Ratgeber für den Umgang mit Schmerzserkrankungen.

## TIPP

Unter [www.hilfswerk.at/ratgeber-und-broschueren](http://www.hilfswerk.at/ratgeber-und-broschueren) können Sie online in all unseren Ratgebern blättern und sie auch gleich bestellen!



**JETZT KOSTENLOS BESTELLEN!**

Unter 0800 800 820  
oder [office@hilfswerk.at](mailto:office@hilfswerk.at)

Die Hilfswerk-Aktivitäten und -Servicematerialien werden unterstützt von unseren starken Partnern Erste Bank und Sparkasse, Wiener Städtische, bloom Hörakustik, Lotterien sowie dem Bundesministerium für Soziales, Gesundheit, Pflege und Konsumentenschutz.



## Überzeugend einfaches Blutdruckmessen

**bosomedicus uno** ist ein besonders einfaches und verlässliches vollautomatisches Oberarmblutdruckmessgerät der neuesten Generation. Es lässt sich mit nur einem Knopfdruck bedienen. Die intelligente Aufpumpteknik ermöglicht ein sanftes Aufpumpen ohne Nachpumpen. **bosomedicus uno** speichert zum Vergleich automatisch den letzten Messwert und erkennt Herzrhythmusstörungen während der Messung für die sichere Blutdruckkontrolle. Seit Jahrzehnten vertrauen weltweit Millionen von zufriedenen Anwendern auf präzise Blutdruckmessgeräte von **boso**.

Weitere Informationen unter [www.boso.at](http://www.boso.at)  
Erhältlich in Apotheke und Sanitätsfachhandel  
**Unverb. Preisempf. 66,90 Euro**





Die Presse - Österreicher des Jahres - Kategorie Humanitäres Engagement • Lotterien Tag im Kunsthistorischen Museum mit Extradührungen in Gebärdensprache • Lotterien Tag im Naturhistorischen Museum mit sprachsensiblen Führungen für Kinder aus einem benachteiligten Umfeld • Licht ins Dunkel • Tiergarten Schönbrunn • Österreichische Bergrettung • Hospiz Österreich • Lotterien Tag im Belvedere mit einer Führung für Sehbehinderte und Demenzerkrankte • Lotterien Tag im Joanneum Graz mit dem inklusivem Projekt „Museum für alle“ • Lotterien Tag in der Josefstadt • Lotterien Tag im Kunsthaus Wien mit Führungen in Gebärdensprache • Lotterien Tag beim Wiener Kabarettfestival mit Vergabe von VIP Tickets an die Caritas Frauenhäuser • Wien Work - integrative Betriebe • Ein Funken Wärme - Heizkostenunterstützung für Menschen in schwieriger Situation • Exoskelett Bewegungshilfe für gehbehinderte Menschen • Lotterien Tag im MuseumsQuartier • Weltrotkreuztag • IMBA - Forschung Spielsucht • Lotterien Tag im Technischen Museum mit Führungen in Gebärdensprache • Lotterien Tag im Wiener Lustspielhaus mit Ticketvergabe ans Neunerhaus • Neunerhaus - Wohnhaus für Obdachlose • Special Olympics Österreich • e.motion Lichtblickhof - Unterstützung von Familien bei traumatischen Erlebnissen • Nationalpark Hohe Tauern - Projekt barrierefreie Nationalpark-Themenwege im Kaiser Klödnitztal • Debra - Patientenorganisation für an Epidermolysis bullosa Erkrankte („Schmetterlingskinder“) • Red Noses Clowndoctors • Auftakt - betreut Menschen mit Behinderungen beim Wohnen und in der Freizeit • Homeless Worldcup der Caritas Steiermark - die soziale Straßenfußball-Weltmeisterschaft • Literaturpreis Ohrenschaus - fördert das Schreiben von lernbehinderten AutorInnen mit Schreibtalent • Simultania Kunstpreis des Hilfswerks Steiermark • Coca Cola Inclusion Run zugunsten Special Olympics • Club NO - Turnier zur Unterstützung von Menschen in schwierigen Lebenssituationen • Marianne Hengl / Verein RollOn Austria für Menschen mit Behinderung • Caritas Haus Immanuel meets Märchensommer Niederösterreich • Verein Rainbows - Betreuung von Kinder und Jugendlichen in schwierigen Lebenssituationen • Verein Rainbows Niederösterreich - Benefizveranstaltung • Verein Pilgrim - betreut Menschen mit Behinderung in deren Freizeit • ArbeiterSamariterBund Alkoven - Krankentransport, Rettungsdienst, Hilfeleistungen • Benefizkonzert zugunsten der Kinderburg Rappottenstein • Salzburger Gehörlosenvereine • Vienna Charity Run/Austria Charity Run zugunsten Sterntalerhof • Ghost Run zugunsten PH Austria • Initiative Lungenhochdruck • Sozialmärkte SOMA • Caritas • Lebenshilfe Inklusionspreis • Förderpreis • Lotterien Tag in Parndorf • TAfLE-Ball Inklusionsveranstaltung • Charity „Laufen hilft“ zugunsten St. Anna Kinderspital und Neunerhaus • LOK Verein Leben ohne Krankenhaus • Wiener Zoolauf zugunsten PH Austria • Initiative Lungenhochdruck • Lotterien Tag im Museum Kärnten • NO Berg- und Naturwacht • Österreichische Kinderhilfe • Österreichische Seniorenhilfe • Österreichische Sporthilfe • Sporthilfe/Sportler mit Herz • Sporthilfe/Millionenshow • Österreichisches Olympisches Comité • Österreichisches Paralympisches Committee • Österreichisches Paralympisches Committee - Talent Days 2022 • Caritas Haus Immanuel • Diakonie Österreich/Gartenhof de la Tour • Theater Delphin - Verein zur Förderung von integrativer Kunst, Kreativität und Kommunikation • Forschungsverein Lungenhochdruck • Soziale Projekte Steiermark • Caritas Socialis Hospiz Rennweg • Österreichischer Seniorenbund • Österreichisches Hilfswerk • Österreichische Volkshilfe • Pensionistenverband Österreich • s Häfeler der Diakonie Wien • SOMA Märkte Österreich • Caritas - Le + O Lager und Sammlung • Die Presse - Österreicher des Jahres - Kategorie Humanitäres Engagement • Lotterien Tag im Kunsthistorischen Museum mit Extradührungen in Gebärdensprache • Lotterien Tag im Naturhistorischen Museum mit sprachsensiblen Führungen für Kinder aus einem benachteiligten Umfeld • Licht ins Dunkel • Tiergarten Schönbrunn • Österreichische Bergrettung • Hospiz Österreich • Lotterien Tag im Belvedere mit einer Führung für Sehbehinderte und Demenzerkrankte • Lotterien Tag im Joanneum Graz mit dem inklusivem Projekt „Museum für alle“ • Lotterien Tag in der Josefstadt • Lotterien Tag im Kunsthaus Wien mit Führungen in Gebärdensprache • Lotterien Tag beim Wiener Kabarettfestival mit Vergabe von VIP Tickets an die Caritas Frauenhäuser • Wien Work - integrative Betriebe • Ein Funken Wärme - Heizkostenunterstützung für Menschen in schwieriger Situation • Exoskelett Bewegungshilfe für gehbehinderte Menschen • Lotterien Tag im MuseumsQuartier • Weltrotkreuztag • IMBA - Forschung Spielsucht • Lotterien Tag im Technischen Museum mit Führungen in Gebärdensprache • Lotterien Tag im Wiener Lustspielhaus mit Ticketvergabe ans Neunerhaus • Neunerhaus - Wohnhaus für Obdachlose • Special Olympics Österreich • e.motion Lichtblickhof - Unterstützung von Familien bei traumatischen Erlebnissen • Nationalpark Hohe Tauern - Projekt barrierefreie Nationalpark-Themenwege im Kaiser Klödnitztal • Debra - Patientenorganisation für an Epidermolysis bullosa Erkrankte („Schmetterlingskinder“) • Red Noses Clowndoctors • Auftakt - betreut Menschen mit Behinderungen beim Wohnen und in der Freizeit • Homeless Worldcup der Caritas Steiermark - die soziale Straßenfußball-Weltmeisterschaft • Literaturpreis Ohrenschaus - fördert das Schreiben von lernbehinderten AutorInnen mit Schreibtalent • Simultania Kunstpreis des Hilfswerks Steiermark • Coca Cola Inclusion Run zugunsten Special Olympics • Club NO - Turnier zur Unterstützung von Menschen in schwierigen Lebenssituationen • Marianne Hengl / Verein RollOn Austria für Menschen mit Behinderung • Caritas Haus Immanuel meets Märchensommer Niederösterreich • Verein Rainbows - Betreuung von Kinder und Jugendlichen in schwierigen Lebenssituationen • Verein Rainbows Niederösterreich - Benefizveranstaltung • Verein Pilgrim - betreut Menschen mit Behinderung in deren Freizeit • ArbeiterSamariterBund Alkoven - Krankentransport, Rettungsdienst, Hilfeleistungen • Benefizkonzert zugunsten der Kinderburg Rappottenstein • Salzburger Gehörlosenvereine • Vienna Charity Run/Austria Charity Run zugunsten Sterntalerhof • Ghost Run zugunsten PH Austria • Initiative Lungenhochdruck • Sozialmärkte SOMA • Caritas • Lebenshilfe Inklusionspreis • Förderpreis • Lotterien Tag in Parndorf • TAfLE-Ball Inklusionsveranstaltung • Charity „Laufen hilft“ zugunsten St. Anna Kinderspital und Neunerhaus • LOK Verein Leben ohne Krankenhaus • Wiener Zoolauf zugunsten PH Austria • Initiative Lungenhochdruck • Lotterien Tag im Museum Kärnten • NO Berg- und Naturwacht • Österreichische Kinderhilfe • Österreichische Seniorenhilfe • Österreichische Sporthilfe • Sporthilfe/Sportler mit Herz • Sporthilfe/Millionenshow • Österreichisches Olympisches Comité • Österreichisches Paralympisches Committee • Österreichisches Paralympisches Committee - Talent Days 2022 • Caritas Haus Immanuel

**DEM GLÜCK  
EINE CHANCE  
GEBEN**



„Glücksspiel mit Verantwortung“ ist Leitgedanke für alle unsere wirtschaftlichen Aktivitäten. Die gesellschaftliche Verantwortung der Österreichischen Lotterien geht daher weit über den Spielerschutz hinaus. Das Engagement im humanitären und sozialen Bereich ist im Unternehmen von Beginn an fest verankert. So unterstützen wir in Österreich auch zahlreiche Institutionen im sozialen und gemeinnützigen Bereich. Von Caritas bis Volkshilfe, von Frauenhäusern bis Rotes Kreuz. Keine andere Unternehmensgruppe in Österreich verfügt über ein derartig vielfältiges und breites Unterstützungsprogramm. Damit alle etwas vom Glück haben.

gentnerundenzi

**HILFSWERK HOTLINE  
FÜR PFLEGENDE ANGEHÖRIGE**



Im Alltag auf Hilfe angewiesen zu sein – Das belastet auch Angehörige. Die Hilfswerk Hotline für pflegende Angehörige ist für Sie da: bei seelischer und emotionaler Not oder bei Fragen zu Pflege und Betreuung.

**Rufen Sie uns an! Am besten gleich heute: 0800 640 660**  
(Mo–Do von 9–16 Uhr, Fr von 8–12 Uhr; gebührenfrei aus ganz Österreich). Die Hotline wird aus Mitteln des Bundesministeriums für Soziales, Gesundheit, Pflege und Konsumentenschutz gefördert:  
<http://coronahilfe.pflegendeangehoerige.hilfswerk.at>



**LET'S GET  
TOGETHER**

Jetzt **10% Sonderrabatt** für Hand-in-Hand-Leser bei Direktkauf im Onlineshop unter [www.emporia.at/tablet](http://www.emporia.at/tablet)

Gutscheincode: Hilfswerk

Jetzt **30 Euro sparen:**  
emporiaTABLET nur **269,99 €**

**emporia**



# Besser leben mit dem Notruftelefon

**Sicher zuhause und sicher unterwegs.** Karl Demel ist aktiver Senior und stolzer Notruftelefon-Nutzer der ersten Stunde. Er erklärt die Vorteile, und warum er sich schon sehr früh für das Gerät des Hilfswerks entschieden hat.

**K**arl Demel ist 91 Jahre alt und einer der ersten Nutzer des Hilfswerk Notruftelefons. „Das ist eine super Sache. Wenn ein Notfall eintritt, drücke ich auf den Knopf und bekomme sofort Hilfe“, erzählt der betagte Herr. In seinen vier Wänden benützt er den Handsender, sobald er das Haus verlässt, trägt er sein mobiles Notruftelefon um den Hals. „Es ist sehr beruhigend, wenn ich unterwegs bin und weiß, dass rasch jemand da ist, wenn etwas passiert“, sagt Demel. Stolz führt er einen Probealarm durch, um zu zeigen, wie schnell Hilfe über das Notruftelefon organisiert ist. Er selbst hatte bislang glücklicherweise noch keinen akuten Notfall, lediglich die monatlichen Probealarme führt er durch. Dadurch wird die Funktionalität des Geräts überprüft.

Warum er sich für ein Hilfswerk Notruftelefon entschieden hat, ist schnell erklärt. „Ich habe schon drei Bypässe und einige Stents, da muss ich schon vorsichtig sein. Seit ich das Gerät besitze, hat sich mein Leben zum Besseren gewendet“, erläutert Demel. Das mobile Notruftelefon gibt ihm wieder die Sicherheit und die Freiheit, seinen Aktivitäten nachzugehen. Insbesondere dann, wenn er sein

größtes Hobby pflegt, das Autofahren. Mit seinem Opel ist der 91-Jährige auf den Straßen von Pottendorf unterwegs – stets sehr aufmerksam und vorausschauend. Auch zahlreiche andere Aktivitäten wie Gartenarbeit oder tägliche Einkaufsfahrten sind keine Hürden mehr für ihn. Und auch seine 94-jährige Lebensgefährtin Elisabeth ist froh, dass ihr Karl nun sicher unterwegs ist. ■

Notruftelefon-Nutzer Karl Demel mit Hilfswerk-Mitarbeiterin Helena Winter in der gemütlichen Küche.







# Rätsel für Jung und Alt

An das Hilfswerk Österreich,  
Grünbergstraße 15/2/5, 1120 Wien

**Ja, ich möchte ein Exemplar „Meine Sprechstunde“ gewinnen.**

Die Bücher werden freundlicherweise von Styria Buchverlage zur Verfügung gestellt. Der Rechtsweg ist ausgeschlossen.

Vorname: .....

Name: .....

Straße/Hausnr: .....

PLZ/Ort: .....

Senden Sie diesen Kupon mit der eingetragenen Lösung ein und gewinnen Sie! Auflösung im nächsten Heft.

Unsere Rätselseite von Mag. Martin Oberbauer, Psychologe und Gedächtnistrainer. Finden Sie die Lösung und gewinnen Sie eines von 3 Büchern „Meine Sprechstunde“ von Christian Matthai.

## 1 RAUF UND RUNTER

Carla beginnt den zehn Kilometer langen Aufstieg zum Schiestlhaus auf dem Hochschwab um 8:15 Uhr und kommt um 12:15 Uhr dort an. Da stellt sie fest, dass sie bei ihrer Rast, die 20 Minuten dauerte, sechs Kilometer nach dem Start die Thermoskanne vergessen hat. Nach Besteigung des Hochschwabgipfels und Übernachtung im Schiestlhaus steigt Carla am folgenden Tag um 7:30 Uhr mit gleicher Geschwindigkeit wie beim Aufstieg auf der gleichen Route ab. Angenommen, ihre Geschwindigkeit bleibt während der gesamten Wanderung (wie auch schon beim Aufstieg) konstant: **Um wie viel Uhr erreicht sie ihre Thermoskanne?**

## 2 LAND DER BERGE

Welche beiden Teile passen zusammen? Verbinden Sie sie mit Strichen:

- |            |              |
|------------|--------------|
| a. Groß-   | A. -stein    |
| b. Schnee- | B. -könig    |
| c. Dach-   | C. -eck      |
| d. Zug-    | D. -glockner |
| e. Hoch-   | E. -berg     |
| f. Stuhl-  | F. -spitze   |

## 3 BERGWERK

Was ist das?

- a. in den Berg getriebener Grubenbau oder längliches Gebäck aus Germteig
- b. unterirdisches Erzlager oder im Bleistift
- c. Bergwerk oder Rechnung im Gasthaus
- d. unterirdischer Weg oder einzelnes Gericht in einer Speisenfolge

### AUFLÖSUNG AUS DEM LETZTEN HEFT

1. **Winterreise** 13:30 minus 15 minus 10 minus 30 ergibt eine Aufbruchszeit von 12:35 Uhr.
2. **Das Jahr geht zu Ende** Schlittschuhlauf, Weihnachtskrippe, Christbaumkugeln, Neujahrsvorsätze
3. **Glücksklee** Die Summe der Zahlen in jedem Kleeblatt beträgt 13, daher fehlt im letzten Kleeblatt die Zahl 3.

## BUCHTIPP: MEINE SPRECHSTUNDE

**Tabuthema Wechseljahre? Das Thema wird gerne ausgeschwiegen und ist mit Unwissenheit belegt. Und das, obwohl allein in Österreich über 1 Mio. Frauen zwischen 45 und 60 Jahre alt und damit in den Wechseljahren sind.**

In seinem neuem Buch „Meine Sprechstunde. Für Frauen, die mitten im Leben

stehen“ widmet sich der Gynäkologe und Hormonexperte Dr. Christian Matthai deshalb ganz der Frauengesundheit ab 40.

Christian Matthai:  
**Meine Sprechstunde für Frauen, die mitten im Leben stehen.**  
ISBN 978-3-7088-0807-9  
Kneipp Verlag Wien, 2021



„Es ist mir ein Herzensanliegen, diesen Kindern zu helfen. Sie sind besonders bedürftig und brauchen Menschen, die für sie da sind und dringend erforderliche Therapien finanzieren. Ohne diese könnten sich viele der Kinder nicht einmal bewegen.“

Jeannine Schiller



# Hilfe für Kinder mit Behinderung in Moldawien

**Alltag Isolation.** Für Kinder mit Behinderung gibt es in Moldawien kaum Betreuungsplätze. Sie haben wenig soziale Kontakte oder angemessene Betreuung. In den Kinderzentren vom Hilfswerk International finden sie einen Weg aus ihrer Isolation.

## ALINA

Vor sieben Jahren kommt Alina in Moldawien gehörlos zur Welt. Ihre Eltern können ihr die Gebärdensprache nicht beibringen, sodass sie nie lernt, sich gut zu verständigen. Fehlender Kontakt zu Gleichaltrigen und mangelndes Zugehörigkeitsgefühl gehören zum Alltag vieler Kinder wie Alina.

## DAS „ARMENHAUS EUROPAS“

Rund 15.000 Kinder mit Behinderung leben in Moldawien. Ausreichend Zugang zu Therapien und Bildung erhalten sie nicht, Kindergarten- und Schulplätze für Kinder mit besonderen Bedürfnissen gibt es kaum.

Ohne sozialen Kontakt mit anderen Kindern fühlen sie sich isoliert. Oft haben sie keinen Raum, in dem sie gefördert werden und sich altersgemäß entwickeln können. Doch es gibt Hoffnung.

## EINE CHANCE FÜR ALINA

Alinas Eltern erfahren vom Hilfswerk-Kinderzentrum für Kinder mit Behinderung in Hincesti. Dort wird sie von ausgebildeten Therapeut/innen und Pädagog/innen betreut und gefördert. Im Tageszentrum „Blue Bird“ vom Hilfswerk International kommt Alina jeden Tag mit anderen Kindern zusammen. Sie lernt dort Gebärdensprache und verständigt

sich schon bald mit ihren Händen. Der regelmäßige soziale Kontakt wirkt sich positiv auf ihre Entwicklung aus. Das stille Mädchen wird von Woche zu Woche fröhlicher und schafft das, was vielen Kindern mit Behinderung schwerfällt: ihrer Isolation zu entkommen!

## BOTSCHAFTERIN FÜR KINDER IN NOT

Jeannine Schiller engagiert sich seit 2004 unermüdlich für Kinder mit Behinderungen in Moldawien. Seither hat sie drei Kinderheime – darunter auch das Blue Bird Zentrum in Hincesti – eröffnet und hunderten Kindern Zukunft geschenkt. ■



IHRE SPENDE  
VERÄNDERT DIE WELT.

SPENDENKONTO

IBAN: AT71 6000 0000 9000 1002  
Kennwort „Kinder in Moldawien“

Vielen Dank!



# GROSSE HILFE, GANZ NAH.

Robert-Graf-Platz 1,  
7000 Eisenstadt  
Tel. 02682/651 50, Fax DW 10  
office@burgenland.hilfswerk.at



**Präsident**  
Mag. Thomas Steiner  
Tel. Terminvereinbarung  
unter 02682/651 50



**Geschäftsführer**  
Mag. Stefan Widder, MBA  
Tel. Terminvereinbarung  
unter 02682/651 50



**Geschäftsführerin**  
Mag.ª Andrea Zarits  
Tel. Terminvereinbarung  
unter 02682/651 50



**Pflegedirektorin**  
Marina Meisterhofer  
Tel. Terminvereinbarung  
unter 02682/651 50



**Pflegedirektorin-Stv.**  
Susanne Hanifl  
Tel. Terminvereinbarung  
unter 02682/651 50

## SENIORENPENSIONEN

### Senioren Pension Purbach



Schulgasse 19  
7083 Purbach  
Tel. 02683/560 43  
Sylvia Allacher  
Hausleitung

### Senioren Pension Eisenstadt



Ing.-Alois-Schwarz-Platz 3  
7000 Eisenstadt  
Tel. 0676/88 26 60  
Franz Duchac  
Hausleitung

### Senioren Pension Draßmarkt



Augasse 9  
7372 Draßmarkt  
Tel. 02617/21 330  
Siegrid Koglbauer  
Hausleitung

### Senioren Pension Lockenhaus



Schulgasse 1  
7442 Lockenhaus  
Tel. 02616/219 74  
Marlene Waitz-Horvath  
Hausleitung

### Senioren Pension Güttenbach



Am Park 1  
7536 Güttenbach  
Tel. 03327/228 34  
Doris Herczeg  
Hausleitung

### Senioren Pension Limbach



Hilfswerkstraße 1  
7543 Limbach  
Tel. 03328/324 77  
Manuela Eder-Dolmanits  
Hausleitung

## MOBILE HAUSKRANKENPFLEGE

### MHKP Nord



Hauptplatz 31–33  
7100 Neusiedl/See  
Tel. 0676/882 66 72 00  
Carmen Duma  
Teamleitung

### MHKP Wulkatal



Wiener Straße 7  
7210 Mattersburg  
Tel. 0676/882 66 73 00  
Jennifer Sabara  
Teamleitung

### MHKP Oberpullendorf



Augasse 9  
7350 Oberpullendorf  
Tel. 0676/882 66 74 00  
Petra Schwarz  
Teamleitung

### MHKP Oberwart



Bahnhofstraße 9  
7400 Oberwart  
Tel. 0676/882 66 75 00  
Saskia Erdmann  
Teamleitung

### MHKP Güssing/Jennersdorf



Grazer Straße 17  
7540 Güssing  
Tel. 0676/882 66 76 00  
Jasmin Globosits  
Teamleitung



# DER NEUE **S-CROSS** SCHON AB € 24.990,-<sup>1)</sup>

## Überall daheim.

**Der Suzuki S-CROSS fühlt sich bei allen Bedingungen und in jeder Jahreszeit wie zu Hause.** Und ist dank selbstaufladendem Hybrid-System besonders sparsam. Auf Wunsch auch mit ALLGRIP SELECT Allradantrieb. Mehr auf [www.suzuki.at](http://www.suzuki.at)

Verbrauch „kombiniert“: 5,3-6,1 l/100 km  
CO<sub>2</sub>-Emission: 119-139 g/km<sup>2)</sup>



1) Unverbindlich empfohlener Richtpreis inkl. 20% MwSt. und NoVA sowie inkl. der Maximalbeträge für §6a NoVAG – Ökologisierungsgesetz. 2) WLTP-geprüft. Irrtümer, Druckfehler und Änderungen vorbehalten. Symbolfotos. Mehr Informationen auf [www.suzuki.at](http://www.suzuki.at) oder bei Ihrem Suzuki Händler.

<b>F</b> Suzuki Finanzierung	<b>5</b> Bis zu 5 Jahre Garantie	<b>V</b> Suzuki Versicherung	<b>FIX</b> Suzuki Fixpreis	<b>A</b> Made for Austria	
------------------------------------	--	------------------------------------	----------------------------------	---------------------------------	--



# S-VERSICHERUNG

## s Pflegevorsorge

Es macht froh, für die möglichen Kosten professioneller Pflege vorgesorgt zu haben.

### Das wollen Sie auch?

Dann informieren Sie sich jetzt in Ihrer Erste-Filiale oder Sparkasse.

Versicherer ist:  
WIENER STÄDTISCHE Versicherung AG Vienna Insurance Group, Schottenring 30, 1010 Wien.