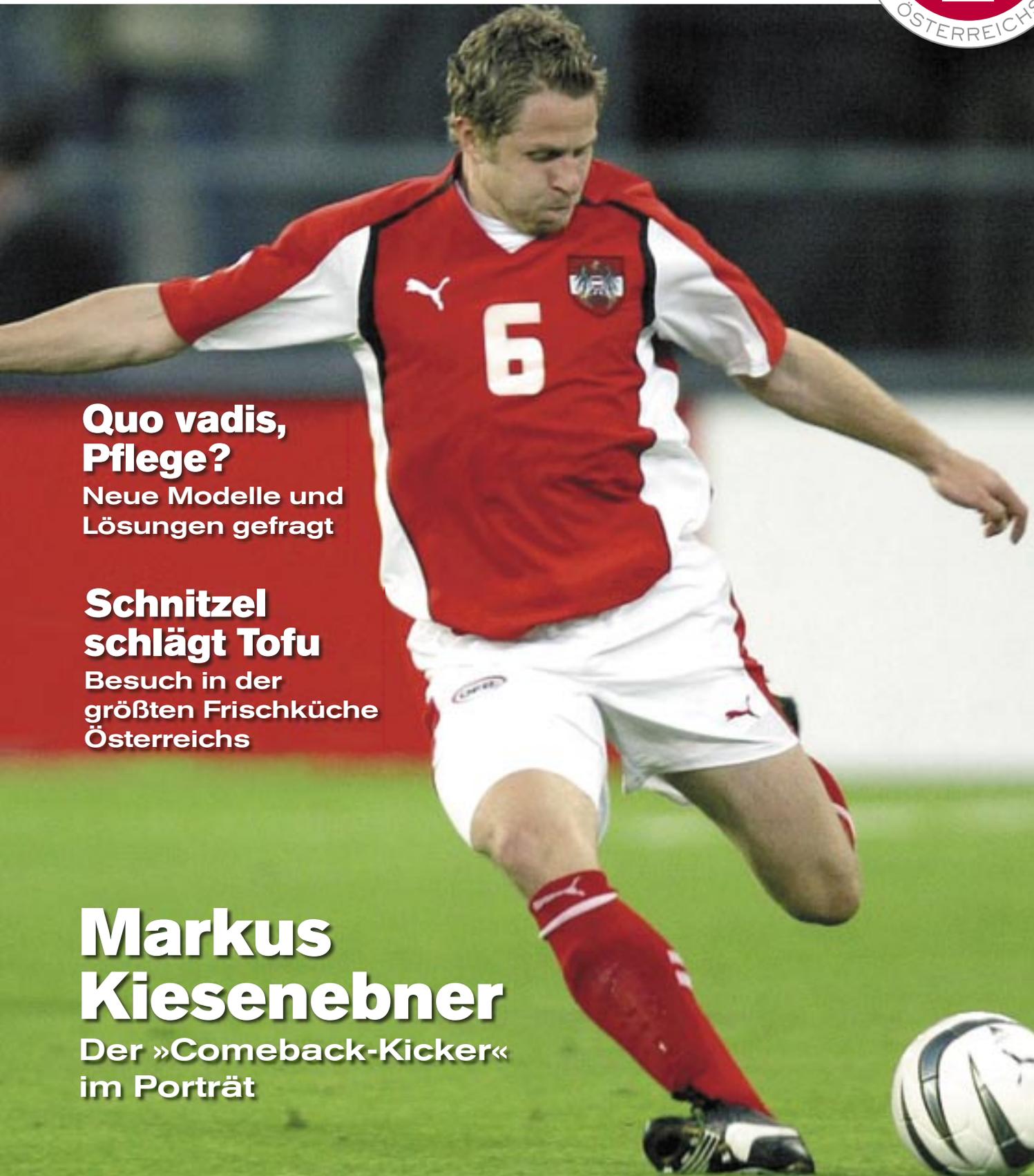


# Leben & Helfen

DAS MAGAZIN DES ARBEITER-SAMARITER-BUND ÖSTERREICHS

NUMMER 1/FRÜHJAHR 2008  
ERSCHEINUNGSORT WIEN, VERLAGSPOSTAMT  
1150 WIEN - 02Z034001M - P. B. B.  
[www.samariterbund.net](http://www.samariterbund.net)



## Quo vadis, Pflege?

Neue Modelle und  
Lösungen gefragt

## Schnitzel schlägt Tofu

Besuch in der  
größten Frischküche  
Österreichs

## Markus Kiesenebner

Der »Comeback-Kicker«  
im Porträt

# inhalt



s\_04

Stockphoto, Verkehrsbüro Kulinarik, Hofer

## Markus Kiesenebner: Blickpunkt EM

■ Sein Wettlauf um die Teilnahme am Großereignis



s\_10

## Frauenrisiken

■ Die SPÖ-Gesundheits-sprecherin im Interview



s\_08

## Mahlzeit!

■ Besuch in der größten Großküche des Landes

## Im Brennpunkt: Thema Pflege s\_06

■ Neue Lösungen und Modelle sind gefragt

## Positive Sozialbilanz s\_13

■ Bundeskanzler Alfred Gusenbauer im Interview

## „Vielseitige“ Samariterin s\_14

■ Gundula Czappek ist Autorin aus Leidenschaft

## Grenzenlose Hilfe s\_19

■ Einmal Kosovo und zurück

## Kein Einsatz wie jeder andere s\_21

■ Geburt im Rettungswagen

## On the road again ... s\_22

■ Der Samariterbund auf Tour durch Österreich

## Wenn die Nase juckt ... s\_25

■ Mittel gegen Heuschnupfen

## Vitalmenüs s\_27

■ Das Rezept zum Herausnehmen

## Terminvorschau s\_29

■ Spannende Veranstaltungstipps

## Gewinnspiel-Aktion s\_30

■ Tolle Preise warten auf Sie!

s\_15



## Fußball-Europameisterschaft 2008: Der Samariterbund ist am Ball ...

■ Beim größten Ereignis in der österreichischen Sportgeschichte sind auch die SamariterInnen im vollen Einsatz. Unterstützung kommt dabei aus den umgebenden Nachbarländern (S. 15). Und auch auf Österreichs Straßen steht im Juni 2008 alles im Zeichen des runden Leders (S. 18).

### Impressum

**Herausgeber und Medieninhaber:** Arbeiter-Samariter-Bund Österreichs (ASBÖ), Bundesverband, 1150 Wien, Hollergasse 2–6, Tel.: 01/89 145-0, Fax: 01/89 145-99140, www.samariterbund.net. **Produktion, Grafik, Redaktion, Layout:** echomedia verlag ges.m.b.h., 1070 Wien, Schottenfeldgasse 24, Tel.: 01/524 70 86-0, Fax: 01/524 70 86-903, ISDN: 01/522 27 80. **Geschäftsführung:** Ilse Helmreich. **Verlagsleitung Kundenmagazine:** Michaela Görlich. **Art-Direktion:** Karim Hashem. **Redaktion:** Ing. Marco Seltenreich. **Team ASBÖ:** Michael Früh, Mag. Jennifer Gerstl, Helmut Melzer, Hessa Samavatian, Mag. Martina Vitek. **Fotoredaktion:** Tini Leitgeb. **Lektorat:** Dr. Roswitha Horak, Dr. Patrizia Maurer. **Anzeigen:** Angelika Schmalhart. **Coverfoto:** GEPA.



ASBÖ

## Steigender Pflegebedarf: Es gibt viel zu tun ...

Liebe Leserinnen und Leser!

■ ■ ■ **Pflegesystem sichern.** Das Thema Pflege betrifft uns alle. Gerade in den letzten Wochen und Monaten war die politische Diskussion darüber allgegenwärtig. Schon aufgrund der demografischen Entwicklung – der Überalterung unserer Gesellschaft – bedarf es dringend langfristiger Lösungen. Bis 2030, so die Prognosen von Experten, wird sich der Pflege- und Betreuungsaufwand vervielfacht haben. Verständlicherweise ist die Öffentlichkeit angesichts dieser Zahlen verunsichert.

Wie so oft scheiden sich die Geister bei der Finanzierung der Pflegeleistungen. Aber auch an grundlegenden Richtlinien, wie Qualitätssicherung, mangelt es. Es herrscht ein „Pflege-Notstand“, der zwar gerne und eifrig in Politik wie Medien besprochen, aber keiner wirklichen Behandlung zugeführt wird.

Als Hilfsorganisation und Anbieter von Gesundheits- und Sozialen Diensten befasst sich der Samariterbund eingehend mit diesem brennenden Thema. Um dem explodierenden Bedarf gerecht werden zu können, baut der ASBÖ auch seine breite Palette an professionellen sozialen Dienstleistungen kontinuierlich aus – und diskutiert eifrig mit: Bereits 2006 hat der Samariterbund einen 10-Punkte-Maßnahmenkatalog präsentiert, der den Mängeln im österreichischen Pflegesystem entgegenwirken soll. Einige dieser Schritte wurden von politischer Seite

bereits aufgegriffen und sollen Anwendung finden – ein erster Schritt in die richtige Richtung, auch wenn damit längst nicht alle Forderungen umgesetzt sind und eine Lösung erreicht wurde.

Ein zweites bestimmendes Thema dieser Ausgabe von „Leben & Helfen“ ist natürlich die bevorstehende Fußball-Europameisterschaft. Die Rettungsorganisationen bereiten sich seit Monaten auf dieses – für Österreich wohl einzigartige – Großereignis vor, um für den Ansturm von Fußball-Fans aus ganz Europa und die damit verbundenen Herausforderungen gerüstet zu sein. Auch hier ist der Samariterbund für Ihre Sicherheit da.

Zur Einstimmung auf dieses Großereignis haben wir einige nützliche Sicherheits-Tipps und Veranstaltungsinformationen vorbereitet.

Ihr  
**Reinhard Hundsmüller**

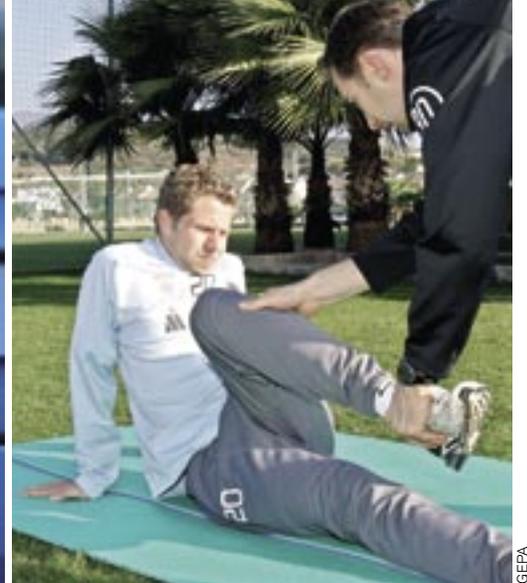
Bundessekretär und Geschäftsführer des ASBÖ



# Der Comeback- Kicker

Markus Kiesenebner, ÖFB-Teamspieler und österreichischer Meister mit der Austria, hat die EM trotz Verletzungspech noch nicht abgeschlossen.





GEPA

**Zahlreiche schwere Verletzungen zwangen den Fußballprofi – links mit Ehefrau Michaela und Sohn Matteo – zum Zuschauen sowie zu langwierigen Therapien und mühsamen Wiederaufbautrainings.**

**W**ährend seine Kollegen vom norwegischen Bundesligaklub Lilleström SK unter der Regie des strengen Trainers Tom Nordlie schwitzen, bereitet sich Markus Kiesenebner lieber in Wien auf sein Comeback vor. Der zwölffache ÖFB-Teamspieler, der mit Austria Wien im Jahr 2006 österreichischer Meister wurde und in den Jahren 2005 bis 2007 auch drei Cupsiege einheimste, ist verletzt – schon wieder und das so knapp vor dem Großereignis Fußballeuropameisterschaft, wo er natürlich gerne dabei wäre.

**Der Verletzungsteufel hat schon öfters zugeschlagen**

Vorerst durchläuft der 29-Jährige jedoch wieder einmal ein Aufbautraining unter ärztlicher und physiotherapeutischer Beobachtung. Ende letzten Jahres wurde ihm ein Knorpelteil im Knie entnommen. Dieser hatte immer wieder Probleme bereitet. Warum er sich nicht bei seinen Mannschaftsärzten im hohen Norden, sondern in der Heimat behandeln lässt? „Mein Vertrauen in die norwegischen Ärzte ist begrenzt. Darum bin ich jetzt hier“, berichtet der Wahl-Norweger, dem in seiner Karriere schön öfter schlimmere Verletzungen widerfahren waren.

So landete „Kiesi“, wie er von seinen Freunden und Fans genannt wird, bereits im Jahr 2002 wegen einer Verletzung an der Patella-Sehne auf dem Operationstisch. Wegen einer ähnlichen Diagnose steht einem prominenten Kollegen von Markus Kiesenebner derzeit übrigens das Karriereende bevor: Dem brasilianischen Superstar Ronaldo riss am 13.2.2008 die Patella-Sehne und es ist ungewiss, ob der dreifache Weltfußballer des Jahres jemals wieder spielen können wird.

Erst im März 2007 musste Kiesenebner wieder unter’s Messer. Nach einer Innenband-Zerrung und einem Meniskus-Riss führte der erfahrene Klubarzt seines damaligen Vereins, der Wiener Austria, Dr. Alexander Kmen, einen Eingriff im Knie durch. Im Sommer folgte dann ein

Bänderriss im Knöchel und kurz darauf machte das noch immer schmerzende Knie Probleme.

**Großes Vertrauen in die heimische Ärzteschaft**

Die bevorstehende Europameisterschaft ist für den 12-fachen Teamspieler Ansporn, schnell wieder gesund zu sein. „Vorausgesetzt, ich bin zum Saisonstart Ende März in Norwegen fit, ist die EURO für mich natürlich ein Thema“, macht sich Kiesenebner berechnete Hoffnungen. „Ich denke, das kann ich schaffen.“

Bei der Genesung und seiner Therapie vertraut er jedenfalls voll und ganz der heimischen Kompetenz und seinem langjährigen Arzt Dr. Kmen. Dieser zeigt sich hochzufrieden. Und läuft die Therapie weiter so gut wie jetzt, steht einem Comeback nichts mehr im Weg. Vielleicht sieht man ja "Kiesi" dann auch im EM-Kader. ■

**Karrierestationen**

		<b>Spiele (Tore)</b>
<b>LASK Linz</b>	1999–2001	<b>36 (2)</b>
<b>FK Austria Wien</b>	2001–2002	<b>13 (1)</b>
<b>ASKÖ Pasching</b>	2002–2004	<b>40 (5)</b>
<b>FK Austria Wien</b>	2004–2007	<b>66 (9)</b>
<b>Lilleström SK</b>	seit 2007	
<b>ÖFB-Nationalteam</b>		<b>12 (1)</b>



# Reizthema Pflege: Konzepte gesucht

iStockphoto

Das Thema Pflege erhitzt seit Monaten die Gemüter. Die erfreuliche Tatsache, dass Menschen immer älter werden, verlangt nach neuen Pflegemodellen und langfristigen Lösungen.

**D**ie Vereinten Nationen prognostizieren es: 2050 wird es erstmals mehr ältere Menschen als Jugendliche geben. Der Anteil an Über-60-Jährigen soll sich bis dahin nahezu verdoppeln. Die steigende Lebenserwartung und die damit verbundene Überalterung der Gesellschaft stellen die Politik weltweit vor große Herausforderungen.

## **4,5 Prozent der Österreicher sind pflegebedürftig**

Auch in Österreich ist die Zahl der Über-80-Jährigen von 1970 (158.000) bis 2005 (354.000) stark gestiegen. Damit hat sich das Risiko der Pflegebedürftigkeit, so das Sozialministerium in einer aktuellen Publikation, zu einer „wachsenden, sozialpolitischen Herausforderung“ entwickelt. Bereits jetzt benötigen laut Statistik Austria über 4,5 Prozent der Österreicher eine Pflegebetreuung. Tendenz steigend.

Hauptproblem: die Finanzierung. Die Kosten für die Pflegebetreuung sind keineswegs unerheblich. Schon 2005 betrug der Aufwand für die Pflegevorsorge insgesamt 3,2 Milliarden Euro, das sind 1,3 Prozent des Bruttoinlandsproduktes (BIP), alleine 1,9 Milliarden Euro davon wurden als Pflegegeld ausbezahlt. Verschärfend kommt die prekäre Finanzlage der Krankenkassen hinzu.

## **Nachhaltige Lösungen lassen auf sich warten**

„Bundesminister Erwin Buchinger stellt sich der Herausforderung. Mit einem zusätzlichen Fördermodell zur 24-Stunden-Pflege ist der erste Schritt getan, der große Wurf lässt aber noch auf sich warten“, beharrt auch Samariterbund-Präsident Franz Schnabl auf langfristigen Lösungen. Ein 10-Punkte-Programm des ASBÖ bringt zukunftsweisende Ansätze zur Diskussion.

Schnabl zu den dringendsten ASBÖ-Anliegen: „Das Pflegegeld muss schnellstens weiter erhöht werden. Kostenlose Weiterbildungs- und Schulungsangebote sowie bundeseinheitliche Qualitätsstandards sind für eine moderne Pflegebetreuung unabdingbar.“

## **Keine neuen Belastungen des Faktors „Arbeit“**

Ein weiterer Eckpfeiler des Forderungskatalogs: Der Staat soll eine Pflegerisikogruppenversicherung einrichten, Abgaben zweckwidmen und die Erträge in diese Versicherung einzahlen, die zur Deckung der Spitzenkosten dient. Private Versicherungen sollen nur zur Abdeckung des Selbstbehaltes herangezogen werden.

Weitere Informationen zum 10-Punkte-Programm des ASBÖ finden Sie im Internet unter [www.samariterbund.net](http://www.samariterbund.net). ■



## Erfahrung und Leidenschaft sind in der Pflege gefragt

Seit Jänner 2008 ist Christine Ecker, ehemalige Präsidentin des Österreichischen Gesundheits- und Krankenpflegeverbandes (ÖGKV), für den Samariterbund tätig. Als Leiterin der Stabsstelle „Gesundheits- und Soziale Dienste“ wird sie maßgeblichen Anteil daran haben, die Pflegeeinrichtungen des Samariterbundes für zukünftige Herausforderungen fit zu machen.

**Leben & Helfen:** *Der Pflegebereich kommt nicht mehr aus den Schlagzeilen heraus. Warum scheint es gerade auf diesem Gebiet so schwer, ruhig und bedacht die Weichen für die Zukunft zu stellen?*

**Ecker:** Dem sprunghaften Anstieg älterer Bevölkerungsschichten steht in Österreich eine Vielzahl an Hürden gegenüber. Die meisten davon haben mit Geld zu tun. Leider werden viele Probleme im Pflegebereich auf Kosten reduziert. Da die Pflege eine relativ große Berufsgruppe umfasst, haben selbst kleine Änderungen große Auswirkungen – und daher auch ein großes Einsparungspotenzial. Das macht es oft schwierig, die Wichtigkeit von Qualität und Erfahrung zu vermitteln.

*Sie spielen damit auf die aktuelle Debatte um ungelernete Fachkräfte in der Pflege an. Halten Sie das langfristig gesehen für einen gangbaren Weg?*

Ich persönlich sehe diese Überlegungen eher kritisch. Gerade in der Hauskrankenpflege und bei diversen Betreuungskonzepten ist es einfach unerlässlich, dass die agierenden Personen wissen, was sie tun, wann sie es tun und welche Konsequenzen ihr Handeln hat. Langfristig gesehen, kommt billiges Personal dem österreichischen Gesundheitssystem teu(er)er als der Einsatz von ausgebildeten Pflegefachkräften.

*Ist dieses Bekenntnis nicht auch eine Kostenfrage?*

Natürlich, wobei der Samariterbund einen entscheidenden Vorteil hat: Wir sind aufgrund unserer Struktur in der Lage, Schulungen und Fortbildungen für Pflegekräfte selbst anzubieten und durchzuführen.

Diesen Vorteil kann man übrigens schon jetzt in den Einrichtungen erleben: Wir setzen das richtige Personal mit dem richtigen Knowhow an der richtigen Stelle ein und können so im Normalfall die Frage, was ein Patient braucht, über die Frage, was es kostet, stellen. Erfahrung und ein solides Wissen machen sich bezahlt.

*Was kann man als Non-Profit-Organisation im Pflegebereich bewegen?*

Mit den richtigen Leuten mit der richtigen Qualifikation sehr viel. In den kommenden Jahren werde ich alles daransetzen, die bestehenden Angebote des Samariterbundes auszubauen, weiterzuentwickeln und zu begleiten. In einer bundesweit agierenden Organisation wie dem ASBÖ ist das natürlich eine besonders große Herausforderung.

Meine Vision ist es, unsere Einrichtungen zu „Centers of Excellence“ zu machen, in der nicht nur Patienten von professioneller Pflege profitieren, sondern in denen Pflegefachkräfte auch ein Arbeitsumfeld vorfinden, aus dem sie durch persönliche Entwicklungs- und Gestaltungsmöglichkeiten Motivation für ihre wichtige Tätigkeit schöpfen.

**L & H:** *Vielen Dank für das Gespräch!* ■

### Vita Christine Ecker

Christine Ecker leitete ab 2002 als Präsidentin die Agenden des Österreichischen Gesundheits- und Krankenpflegeverbandes. Ihre berufliche Laufbahn begann 1983 als diplomierte Krankenschwester. Von 1995 bis 2002 gehörte sie der Stabsstelle der Anstaltsleitung des Krankenhauses der Barmherzigen Brüder in Eisenstadt an. An der Wirtschaftsuniversität

Wien schloss sie die Ausbildung zur Akademischen Krankenhausmanagerin ab und legte in der Folge den Master of Business Administration in Health Care (MBA) und den Master of Advanced Studies of Hospital Management (MAS) ab. Seit Jänner 2008 leitet sie die Gesundheits- und Sozialen Dienste im Arbeiter-Samariter-Bund Österreichs.



Am laufenden Band: In Inzersdorf werden täglich mehr als 100.000 (!) Portionen zubereitet!

# Schnitzel schlägt Tofu

## Besuch in der größten Frischküche Österreichs

In der Frischküche von „Verkehrsbüro Kulinarik“ in Wien-Inzersdorf werden täglich (!) mehr als 100.000 Portionen Fertigspeisen gekocht. Auch die Vitalmenüs des Samariterbundes werden hier mit größter Sorgfalt zubereitet.

**S**elbst wenn ein geflügeltes Sprichwort anderes behauptet – wer mehr als 100.000 Mahlzeiten pro Tag zubereitet, muss sich auf „viele Köche“ und deren Qualitäten verlassen können. Aber schließlich produziert man in Inzersdorf auch keinen Brei.

Wenn in der häuserblockgroßen Frischküche von „Verkehrsbüro Kulinarik“ die 1.000-Liter-Friteuse angeheizt und dampfende Rotkraut in 1.200-Liter-Edelstahlwannen gefüllt wird, werfen zehn Köche pro Schicht ein Auge auf den reibungslosen Ablauf.

### Beeindruckende Logistik

„Hier gleicht kein Tag dem anderen“, meint Abteilungsleiter Goran Lalic. Bei 17 Menülinien, 16 verschiedenen Wochenpaketen und fünf speziell auf Kinder abgestimmten Menüreihen wird täglich eine andere Speisenvielfalt zubereitet. Die Rezepte, Zutaten und Bestandteile für derartige Essensmengen sind dabei fast eine eigene Wissenschaft.

Alles, was später in vielen tausenden Portionen die Küche verlässt, muss zuvor im Kleinen gekocht, getestet, mit dem Auftraggeber abgestimmt und bei Bedarf verbessert werden. Tausende Rezepte wurden mittlerweile in der eigenen

Produktentwicklung von „Verkehrsbüro Kulinarik“ perfektioniert. „Es gibt viele Einflussfaktoren für den Erfolg“, meint Lalic. „Unter anderem ist wichtig, an welche Zielgruppe sich das Produkt wendet.“ So ist es für Senioren wichtig, mild zu würzen und Fleisch weich – aber nicht zu weich – zu kochen. Zu den Kunden der „Kulinarik“ zählen neben dem Samariterbund auch namhafte Einrichtungen, wie die Kindergärten der Stadt Wien, die Wiener Kinderfreunde, Rewe oder Hofer.

### Ein Hoch dem Hubhaken!

Die Gerätschaft, mit deren Hilfe die Fertiggerichte zubereitet werden, ist einzigartig.



„Die meisten Geräte sind Spezialanfertigungen“, verrät Goran Lalic. „In dieser Größenordnung kann man nichts von der Stange kaufen.“ Auch moderne Technik kommt bei der Qualitätskontrolle zum Einsatz. Zum Beispiel Salzgehaltmesser, mit denen in Sekundenschnelle kochende Flüssigkeiten überprüft werden können. Aber nicht immer sind dabei die modernsten Lösungen die besten: „Bei der Serviettenknödel-Produktion setzen wir zum Beispiel lieber wieder einen älteren Hubhaken zum Teigkneten ein, weil dieser die Bewegung der Hand besser nachahmt als moderne Industrieknetter.“ Und oft lehrt die Erfahrung auch, dass die gute alte Handarbeit einfach unersetzlich ist: „Wir pressen noch immer per Hand den Spinat aus, um zu verhindern, dass die Spinat-Schafskäse-Knödel zu viel Wasser aufnehmen“, erzählt Lalic.

### Hausmannskost trotz allen Ernährungstrends

Aber was sind eigentlich die „Renner“ unter den auf 18.000 Quadratmetern produzierten Speisen? „Das Wiener Schnitzel ist allen Trends zu leichter Kost zum Trotz das erfolgreichste Produkt“, meint Goran Lalic. Bis zu 5.000 Schnitzel werden in Inzersdorf pro Woche paniert und zubereitet. „Wir bieten österreichisches Qualitätsfleisch an und folgen damit dem Trend unter den Konsumenten, bevorzugt Lebensmittel aus der Heimat zu genießen“, betont Betriebsleiter Matthias Broecker.

Doch nicht alle Trends finden sich in den Zahlen der Großküche wieder: Das ernährungsbewusste Gemüse zum Beispiel landet verkaufstechnisch auf den hinteren Plätzen. Und natürlich gibt es auch Nischenprodukte, die in kleineren Mengen zubereitet werden: Tofu genießt zum Beispiel eine relativ kleine Fangemeinde. Auch Mehlspeisen werden frisch gebacken: In der hauseigenen Patisserie schieben Mitarbeiter täglich 3.000 bis 5.000 Süßwaren in den Ofen. Dazu müssen pro Tag im Schnitt ca. 100 kg Mehl, 1.500 Eier, 50 kg Zucker, 30 kg Margarine, 30 Liter Schlagobers, 30 kg Marmelade und 50–70 kg Früchte verarbeitet werden.

Eine derartige Menge an Speisen ist letztlich auch logistisch eine Herausforderung. Paletten, die den peniblen Qualitätscheck durch das hauseigene Labor bestanden haben, wandern entweder ins Hochlager oder warten auf der Laderampe auf Abholung. Bereits ab 10 Uhr vormittags steht frisch produzierte Ware zum Weitertransport bereit.

„Wir starten um 4 Uhr früh mit der ersten Schicht“, meint Goran Lalic, „da sind wir mit sechs Stunden Durchlaufzeit schon am Limit der Möglichkeiten.“ Derzeit wird in der Großküche bis 19 Uhr produziert. Für neun Stunden pro Tag bleibt also auch der „größte Herd“ des Landes kalt. ■

## Alternative zu Fertiggerichten

**Vitalmenüs.** Seit mehr als zwölf Jahren beliefert der Samariterbund Wien ernährungsbewusste Menschen jeden Alters in ganz Wien mit den schmackhaften „Vitalmenüs“. Zum Kundenstamm zählen Senioren, alleinerziehende Eltern, Studenten sowie Arbeiter und Angestellte. Mit diesem Service bietet der Samariterbund all jenen, die keine Zeit oder Lust zum Kochen haben, eine leistbare, gesunde und wohlschmeckende Alternative zu Fast Food und Fertiggerichten aus dem Tiefkühlfach.



Verkehrsbüro Kulinantik / Samariterbund

# Mehrfach- belastung macht krank



Stress im Beruf, Stress in der Familie. SPÖ-Gesundheitssprecherin Dr. Sabine Oberhauser über das spezielle Spannungsfeld von Frauen.

**Leben & Helfen:** Frau Dr. Oberhauser, die Gesundheitserhebung der Statistik Austria für die Jahre 2006 und 2007 zeigt, dass Frauen durch Mehrfachbelastung im alltäglichen Leben gesundheitliche Nachteile haben. Worin äußert sich das?

**Oberhauser:** In der Gesellschaft wird die Arbeit von Frauen generell anders bewertet als die von Männern. Durch ihre Rollenvielfalt sind Frauen anderen Belastungen, Anforderungen, aber auch Risiken ausgesetzt. Frauen arbeiten häufiger in einseitig körperlich anstrengenden Berufen oder in Berufen mit starken psychosozialen Belastungen. Typische Erkrankungen, die Frauenberufe mit sich bringen, sind Migräne, Schlafstörungen und das Burnout-Syndrom, aber auch Erkrankungen des Bewegungs- und

Stützapparates. Leider sind Frauen zudem häufiger im Beruf Opfer von Mobbing und sexueller Belästigung als Männer.

*Sie sind selbst in vielen Bereichen engagiert und eingebunden. Als Politikerin, Ärztin, Mutter und Funktionärin sind Sie geradezu ein Prototyp für die aus der Gesundheitserhebung entstandene Diskussion. Welche persönlichen Erfahrungen haben Sie diesbezüglich gemacht?*

Es ist schon eine Herausforderung, das alles unter einen Hut zu bringen. In meinem Beruf als Ärztin waren es vor allem Nachtdienste, aber auch psychisch belastende Patientenschicksale, die meinen Arbeitsalltag geprägt haben. Meine Ausbildung habe ich begonnen, als meine jüngere Tochter zehn Monate und meine ältere Tochter drei Jahre alt war. Es war

nicht einfach, all die Anforderungen, die der Beruf, aber auch mein Anspruch an mich selbst als Mutter und Familienmensch mit sich gebracht haben, zu vereinen. Dass diese Situation nicht zu Ungunsten meiner Familie ausgegangen ist, verdanke ich zuallererst meiner Mutter und meinem Mann, die mich in dieser Zeit sehr unterstützt haben. Nicht zuletzt war es aber auch die Möglichkeit, auf ein gut ausgestattetes öffentliches Kinderbetreuungsnetz zurückgreifen zu können, das es mir erlaubt hat, ohne schlechtes Gewissen meiner Arbeit als Kinderärztin nachgehen zu können.

*Wie wichtig ist eine geschlechtersensible Betrachtung des allgemeinen Gesundheits- oder Krankheitsstandes in Österreich?*

Sehr wichtig. Unter dem Begriff „Gender Medicine“ wird national und international seit einigen Jahren der Schwerpunkt auf geschlechtersensible Medizin in all ihren Ausprägungen gelegt. Besondere Bedeutung erhielt die „Gender Medicine“ im Zusammenhang mit Untersuchungen bezüglich Herzerkrankungen bei Frauen. Dabei wurde erkannt, dass bei Frauen oft auch aufgrund anderer Symptomatiken späte oder falsche Diagnosen gestellt werden. Es bestehen deutliche Unterschiede bei den gesetzten Herzkathetern sowie beim Zeitraum bis zur Einweisung in die Intensivstation. Bei Männern wiederum wurden bisher im Vergleich zum Brustkrebs bei Frauen psychologische Gesichtspunkte vernachlässigt, etwa in der postopera-

tiven Betreuung bei Prostatakrebs. Auch das unterschiedliche Gesundheitsbewusstsein, Unterschiede in der Wirksamkeit von Medikamenten – die meisten werden in der Regel an jungen Männern erprobt – oder im Suchtverhalten sind Schwerpunkte der „Gender Medicine“.

*Welchen Maßnahmen würden Sie selbst für eine Verbesserung der gesundheitlichen Situation von Frauen im Zusammenhang mit dem Berufsleben die höchste Priorität einräumen?*

Dem Ausbau von Kinderbetreuungseinrichtungen bis hin zu flexibleren Arbeitszeiten am Arbeitsmarkt. Aber auch dem Ausbau von öffentlichen Frauengesundheitszentren und nicht zuletzt der Förderung von „Gender Medicine“ in allen Bereichen der Forschung und Therapie. ■



Stockphoto, Jantzen



ASBÖ

## Vorsicht: Eine Frau zu sein schadet Ihrer Gesundheit

**Die Doppelbelastung zwischen Beruf und Arbeit im Haushalt und für die Familie sorgt dafür, dass Frauen in Österreich stärkeren Gesundheitsrisiken ausgesetzt sind als Männer.**

**S**age und schreibe 41,5 Prozent der Frauen in Österreich geben an, im vergangenen Jahr unter Schmerzen gelitten zu haben. Das sind 6 Prozent mehr als bei den Männern. Unter Schlafstörungen leiden Frauen sogar etwa 1,5 Mal häufiger. Frauen leisten neben beruflicher Arbeit auch das Gros der Arbeit im Haushalt und für die Familie. Dem folgen typische Krankheitsbilder. Bluthochdruck und Wirbelsäulenbeschwerden zählen neben Allergien und Krebs zu den häufigsten Erkrankungen. Aber auch unter chronischen

Krankheiten und Schmerzen leiden Frauen häufiger. Selbst das berühmte Burnout-Syndrom ist seit langem keine typische Manager-Krankheit mehr. Schlechtere Arbeitsbedingungen, geringere Verdienste, zu wenig Kinderbetreuungsangebote – die nach wie vor bestehende berufliche Benachteiligung liefert das Fundament für eine bedenkliche Wechselwirkung zwischen Arbeitssituation und Gesundheitszustand. Die schlechte Entwicklung der Frauenpolitik in den Jahren schwarzbauer und schwarz-oranger Regierungen

hat ihr Übriges dazu beigetragen: Frauenpolitische Devolution statt Evolution. Das schlechte Abschneiden Österreichs beim Bericht der EU zur Gleichberechtigung von Frauen und Männern verwundert wenig.

SPÖ-Frauenministerin Doris Bures will nun den Dialog mit den Arbeitgebern suchen, um die beruflichen Bedingungen für Frauen zu verbessern. Damit würde auch der unselige Zusammenhang zwischen beruflicher Tätigkeit und Gesundheit stärker in den Fokus der Aufmerksamkeit rücken.

**Mag. Susanne Metzger**



ASBÖ-Präsident Schnabl (l.) mit ASBÖ-GF Hundsmüller (r.) und Casinos-Austria-Vorstandsdirektor Hoscher (r. außen) bei der Übergabe des Spendenschecks an die kleine Clarissa und ihre Mutter.

## Casinos Austria und Samariterbund brachten Clarissa Glück

Das Leben der 10-jährigen Clarissa und ihrer Familie verläuft seit kurzem erheblich sorgenfreier – durch eine Spende von 5.000 Euro.

**S**eit ihrer Geburt leidet Clarissa B. am sogenannten Dismorphie-syndrom: Ein sehr seltener Gen-defekt sorgt für Minderwuchs und für Fehlbildungen an Organen. Diese Diagnose stellte das Leben der gesamten Familie auf den Kopf. Diverse physische und psychische Entwicklungsstörungen machen vor allem physiotherapeutische Maßnahmen notwendig. Darüber hinaus trägt Clarissa ein Hörgerät und benötigt spezielle Schuhe und Einlagen.

### Belastende Selbstbehalte

Trotz der Rückerstattung von Teilkosten durch die Krankenkasse machen die Selbstbehalte für die notwendigen Therapien und Anschaffungen der Familie das Leben schwer. Vor diesem Hintergrund suchte Clarissas Mutter bei der Samariterbund-Wohlfahrtsstiftung „Fürs

Leben“ um Unterstützung an. Diese unterstützt kranke Kinder (und Jugendliche bis 16 Jahre) hilfsbedürftiger Eltern mit einem Kostenbeitrag bis zu 500 Euro im Jahr. Mit einer Spende konnten unter anderem die Kosten für dringend notwendige Therapiestunden abgedeckt werden. Dass im Fall von Clarissa der glücklichen Familie gleich 5.000 Euro überreicht werden konnten, ist dem karitativen Engagement der Casinos Austria zu verdanken.

Das Unternehmen hatte diese Summe im Rahmen des Kanzlerfestes gesammelt und beim Samariterbund angefragt, ob ein Fall bekannt sei, der besonders akut auf finanzielle Unterstützung angewiesen ist. Mit dem Geld können nun nicht nur Therapien finanziert werden – auch Clarissas Kinderzimmer wurde mit speziellen Möbeln eingerichtet, die der 10-Jährigen den Alltag erleichtern.

### Soziales Netz wird lockerer

„Je mehr sich der Staat aus seiner sozialen Verantwortung zurückzieht, umso mehr Menschen stehen in problematischen Lebenssituationen alleine da“, meint ASBÖ-Präsident Schnabl. „Vor allem sozial schwächere Menschen in Österreich sind von dieser Entwicklung leidvoll betroffen.“ Das Gleiche trifft laut Bundessekretär Reinhard Hundsmüller auch auf die Qualität sozialer Leistungen zu: „Je lockerer das staatliche Sozialnetz wird, umso mehr Menschen sind auf die Hilfe sozial aktiver Nichtregierungsorganisationen angewiesen.“ Dass in diesem Fall mithilfe der Casinos Austria die Unterstützung vervielfacht werden konnte, ist besonders erfreulich.

Nähere Informationen über die Arbeit der Stiftung „Fürs Leben“ sind auch unter [www.fuersleben.at](http://www.fuersleben.at) nachzulesen. ■



Zinner

„Mein aufrichtiger Dank an die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter der Hilfsorganisationen, ohne sie würde die Gesellschaft nicht funktionieren“, sagt Bundeskanzler Gusenbauer.

**Leben & Helfen:** Herr Bundeskanzler, beim Modell zur 24-Stunden-Betreuung gab es ja einige Friktionen. Sind Sie mit dem Ergebnis zufrieden.

**Alfred Gusenbauer:** Ja. Und zwar deswegen, weil die Menschen, die in ihren eigenen vier Wänden betreut werden, dieses neue Angebot bereitwillig annehmen. Allein in den ersten fünf Wochen dieses Jahres gab es schon 2.000 Anmeldungen.

# Positive Sozialbilanz

Bundeskanzler Alfred Gusenbauer spricht im Interview mit „Leben & Helfen“ über die 24-Stunden-Pflege, seine sozialpolitische Bilanz und die unverzichtbare Rolle von Hilfsorganisationen für den Sozialstaat.

Und bedenken Sie, wir haben in kürzester Zeit eine ganz neue Sozialleistung eingeführt und sind damit ein Problem, das jahrelang ignoriert wurde, aktiv angegangen.

*Sie sind angetreten, Österreich wieder sozialer zu machen. Wie sieht da Ihre erste Bilanz aus?*

Wir haben Schluss gemacht mit den Pensionskürzungen, die Mindestpension massiv erhöht, 1.000 Euro Mindestlohn wird verwirklicht, freie Dienstnehmer erhalten den vollen Sozialversicherungsschutz, die Rezeptgebühren werden nach sozialen Kriterien reduziert, die Mindestsicherung ist auf einem guten Weg – ich glaube, das kann sich sehen lassen. Und jetzt unternehmen wir etwas gegen die enorme Teuerungswelle, unter der besonders jene Menschen

leiden, die mit einem niedrigen Einkommen auskommen müssen.

*Wie beurteilen Sie im Sozial- und Gesundheitswesen die Zusammenarbeit von staatlichen Institutionen und Hilfsorganisationen?*

Auch ein entwickelter Sozialstaat ist auf das Engagement von Hilfsorganisationen mit ihren haupt- und ehrenamtlichen Mitarbeitern angewiesen. Ohne sie würde die Gesellschaft nicht funktionieren. Erst vor kurzem hat Sozialminister Erwin Buchinger erheben lassen, wie viel freiwillige Arbeit in Österreich geleistet wird – pro Woche sind das 18 Millionen Stunden. Allein im Sozial- und Gesundheitsbereich gibt es 230.000 freiwillige Helferinnen und Helfer. Dafür meinen aufrichtigen Dank! ■



© Johannes Zinner



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

**Politik mit einer sozialen Handschrift.**

Gute Arbeit zahlt sich aus:

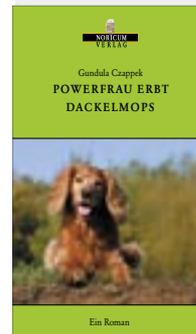
Für die Jugend, für die ArbeitnehmerInnen und für die ältere Generation. Die SPÖ und Alfred Gusenbauer arbeiten weiter für ein gerechtes, sicheres und soziales Österreich.

**IHR DIREKTER DRAHT ZUR SPÖ:**  
Tel.: 0810 810 211 (Mo. – Fr. 9 – 17 Uhr)



## Eine »vielseitige« Samariterin: Buchautorin Gundula Czappek

### Bücher von Gundula Czappek:



■ Powerfrau erbt Dackelmops, 122 Seiten, Verlag: Noricum, ISBN-10: 3980958078, € 14,80



■ Alarm in Hamsterfelden, 99 Seiten, Verlag: edition nove, ISBN-10: 3852512476, € 14,90

Wenn Krankenhäuser, Ärzte und Patienten in der Leitstelle des Tiroler Samariterbundes anrufen, kümmert sich zumeist eine waschechte Romanautorin um deren Anliegen.

**N**eben ihrer Tätigkeit als Rettungssanitäterin ist die Frau des frischgebackenen Tirol-Geschäftsführers Gerhard Czappek auch passionierte Romanautorin. Ihr zweites Buch „Alarm in Hamsterfelden“ erschien kurz vor Weihnachten.

Leitstelle, Verrechnung, Kriseninterventionsteam – es gibt kaum einen Bereich in der Arbeit der Tiroler Samariter, an dem Gundi Czappek nicht beteiligt ist. Sogar in den Nachtstunden hält sich die Tirolerin manchmal als Backup für die Diensthabenden Einsatzfahrer bereit. „Der Kontakt mit Patienten macht mir extrem viel Spaß“, meint die Tirolerin. „Über die Zeit baut man persönliche Beziehungen zu jenen Menschen auf, mit denen und für die wir tätig sind.“

Den Ausgleich für die vielseitige Arbeit holt sich die Mutter von zwei „fast erwachsenen“ Kindern zu früher Stunde: Beim Joggen mit dem Familienhund wird Gundi Czappek auch bevorzugt von der Muse geküsst. Kein Wunder, dass ihr erster Ro-

man „Powerfrau erbt Dackelmops“ genau mit diesem Jogging-Szenario beginnt. Auf 122 Seiten folgt ein wundersames Abenteuer in der Innstadt Kufstein rund um einen verrückten, hundeentführenden Doktor.

Auch im zweiten Roman „Alarm in Hamsterfelden“ tummelt sich eine Vielzahl tierischer Helden, wie russische Maulwurfspione oder Müllmäuse. Da sie mit den Vorschlägen des Verlages nicht einverstanden war, designte Gundi Czappek auch gleich den Umschlag selbst.

### Autorin aus Leidenschaft – neue Projekte in Planung

Bevor diese beiden Bücher das Licht der Welt erblickten (und mittlerweile auch via Amazon gekauft werden können), teilte Gundula Czappek das Schicksal von so gut wie allen Autoren: „Die Suche nach einem Verlag ist brutal.“ Nach zwei Veröffentlichungen ist die Samariterin aus Leidenschaft aber auf bestem Weg, sich einen Namen zu machen. An

neuen Ideen mangelt es jedenfalls nicht: „Ich habe ein weiteres Kinderbuch und einen Krimi im Hinterkopf. Vielleicht wird es aber auch etwas ganz anderes.“ Bis dahin wird die Tirolerin ihre Leidenschaft weiterhin für den Samariterbund in die Waagschale werfen.

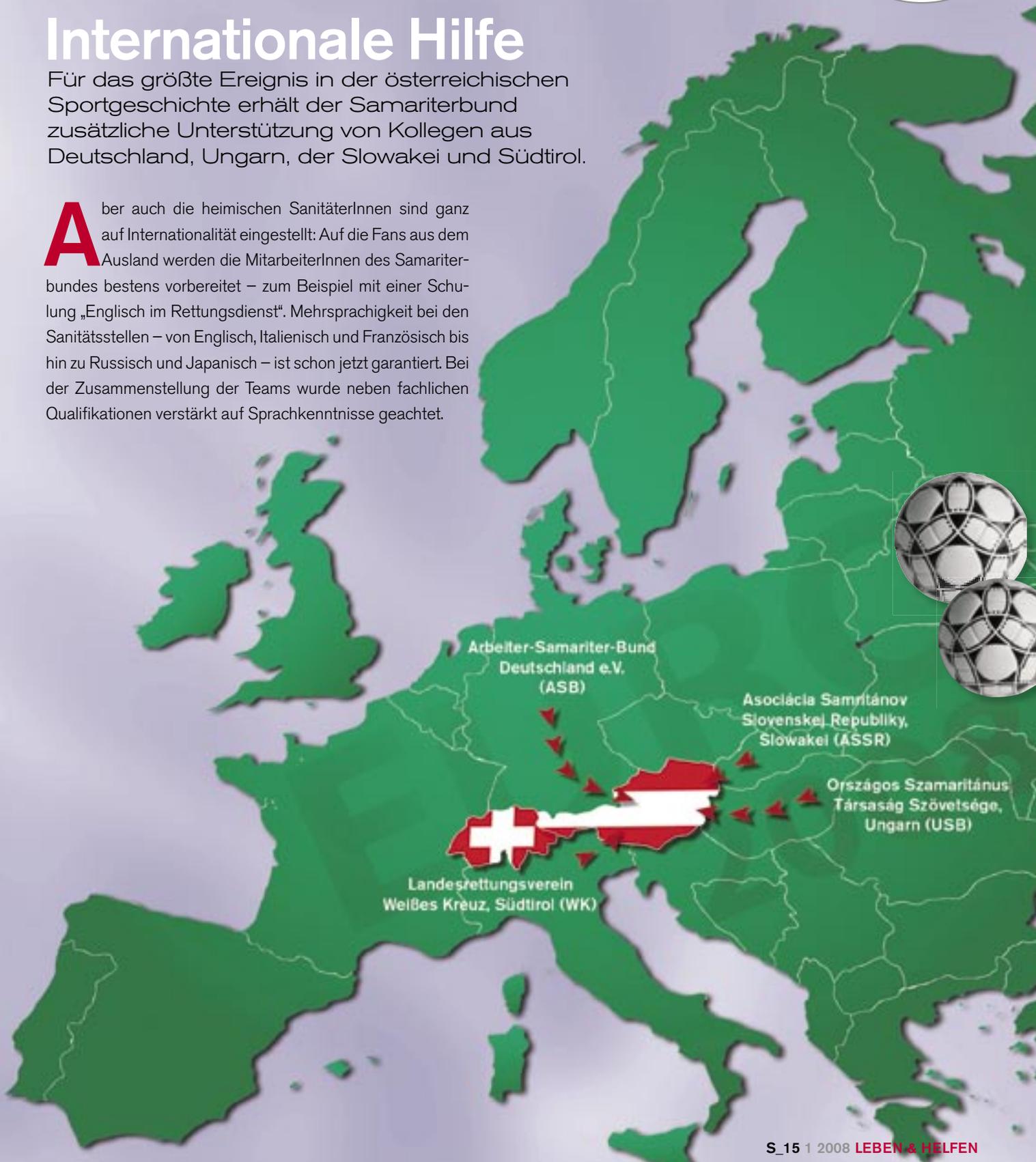
Beide Bücher (siehe Infokasten) von Gundula Czappek sind auf [www.amazon.de](http://www.amazon.de) erhältlich. Auf Wunsch kann man direkt bei der Autorin ([gundiczappek@hotmail.at](mailto:gundiczappek@hotmail.at)) aber auch signierte Exemplare bestellen. ■



## Internationale Hilfe

Für das größte Ereignis in der österreichischen Sportgeschichte erhält der Samariterbund zusätzliche Unterstützung von Kollegen aus Deutschland, Ungarn, der Slowakei und Südtirol.

**A**ber auch die heimischen SanitäterInnen sind ganz auf Internationalität eingestellt: Auf die Fans aus dem Ausland werden die MitarbeiterInnen des Samariterbundes bestens vorbereitet – zum Beispiel mit einer Schulung „Englisch im Rettungsdienst“. Mehrsprachigkeit bei den Sanitätsstellen – von Englisch, Italienisch und Französisch bis hin zu Russisch und Japanisch – ist schon jetzt garantiert. Bei der Zusammenstellung der Teams wurde neben fachlichen Qualifikationen verstärkt auf Sprachkenntnisse geachtet.



Grafik: Michael Fröh

GRUPPE A			
 SCHWEIZ	 PORTUGAL		
 TSCHECHIEN	 TÜRKEI		
SAMSTAG, 7. JUNI, 18:00 BASEL SPIEL 1			
SCHWEIZ	:	TSCHECHIEN	
SAMSTAG, 7. JUNI, 20:45 GENÈVE SPIEL 2			
PORTUGAL	:	TÜRKEI	
MITTWOCH, 11. JUNI, 18:00 GENÈVE			
TSCHECHIEN	:	PORTUGAL	
MITTWOCH, 11. JUNI, 20:45 BASEL SPIEL 10			
SCHWEIZ	:	TÜRKEI	
SONNTAG, 15. JUNI, 20:45 BASEL SPIEL 17			
SCHWEIZ	:	PORTUGAL	
SONNTAG, 15. JUNI, 20:45 GENÈVE			
TÜRKEI	:	TSCHECHIEN	

GRUPPE B			
 ÖSTERREICH	 DEUTSCHLAND		
 KROATIEN	 POLEN		
SONNTAG, 8. JUNI 18:00 WIEN SPIEL 3			
ÖSTERREICH	:	KROATIEN	
SONNTAG, 8. JUNI 20:45 KLAGENFURT SPIEL 4			
DEUTSCHLAND	:	POLEN	
DONNERSTAG, 12. JUNI, 18:00 KLAGENFURT SPIEL 11			
KROATIEN	:	DEUTSCHLAND	
DONNERSTAG, 12. JUNI, 20:45 WIEN SPIEL 12			
ÖSTERREICH	:	POLEN	
MONTAG, 16. JUNI, 20:45 KLAGENFURT SPIEL 19			
POLEN	:	KROATIEN	
MONTAG, 16. JUNI, 20:45 WIEN SPIEL 20			
ÖSTERREICH	:	DEUTSCHLAND	

VIERTELFINALE			
DONNERSTAG, 19. JUNI, 20:45 BASEL SPIEL 25			
1. GRUPPE A	:	2. GRUPPE B	
FREITAG, 20. JUNI, 20:45 WIEN SPIEL 26			
1. GRUPPE B	:	2. GRUPPE A	
SAMSTAG, 21. JUNI, 20:45 BASEL SPIEL 27			
1. GRUPPE C	:	2. GRUPPE D	
SONNTAG, 22. JUNI, 20:45 WIEN SPIEL 28			
1. GRUPPE D	:	2. GRUPPE C	

GRUPPE C			
 NIEDERLANDE	 RUMÄNIEN		
 ITALIEN	 FRANKREICH		
MONTAG, 9. JUNI, 18:00 ZÜRICH SPIEL 5			
RUMÄNIEN	:	FRANKREICH	
MONTAG, 9. JUNI, 20:45 BERN SPIEL 6			
NIEDERLANDE	:	ITALIEN	
FREITAG, 13. JUNI, 18:00 ZÜRICH SPIEL 13			
ITALIEN	:	RUMÄNIEN	
FREITAG, 13. JUNI, 20:45 BERN SPIEL 14			
NIEDERLANDE	:	FRANKREICH	
DIENSTAG, 17. JUNI, 20:45 BERN SPIEL 21			
NIEDERLANDE	:	RUMÄNIEN	
DIENSTAG, 17. JUNI, 20:45 ZÜRICH SPIEL 22			
FRANKREICH	:	ITALIEN	

GRUPPE D			
 GRIECHENLAND	 SPANIEN		
 SCHWEDEN	 RUSSLAND		
DIENSTAG, 10. JUNI, 18:00 INNSBRUCK SPIEL 7			
SPANIEN	:	RUSSLAND	
DIENSTAG, 10. JUNI, 20:45 SALZBURG SPIEL 8			
GRIECHENLAND	:	SCHWEDEN	
SAMSTAG, 14. JUNI, 18:00 INNSBRUCK SPIEL 15			
SCHWEDEN	:	SPANIEN	
SAMSTAG, 14. JUNI, 20:45 SALZBURG SPIEL 16			
GRIECHENLAND	:	RUSSLAND	
MITTWOCH, 18. JUNI, 20:45 SALZBURG SPIEL 23			
GRIECHENLAND	:	SPANIEN	
MITTWOCH, 18. JUNI, 20:45 INNSBRUCK SPIEL 24			
RUSSLAND	:	SCHWEDEN	

# Hilfe von Fan zu Fan ...

Die Europameisterschaft kann kommen: Wenn sich im Juni Europas Fußball-Elite in Österreich ein Stelldichein gibt, sind auch haupt- und ehrenamtliche HelferInnen des Samariterbundes am Ball.

**S**echs Notarzteinsatzfahrzeuge, 14 Rettungswagen, 20 Krankentransport- und 20 Mannschaftstransportwagen werden in Wien Tag für Tag für die professionelle Erstversorgung im Fall der Fälle im Einsatz sein. Auch in den Wiener Public Viewing-Bereichen (Fanmeile Rathausplatz, Kaiserwiese...) stehen Samariterinnen und Samariter vor Ort in Bereitschaft.



HALBFINALE			
MITTWOCH, 25. JUNI, 20:45		BASEL	SPIEL 29
	□	:	□
SIEGER SPIEL 25			SIEGER SPIEL 26
DONNERSTAG, 26. JUNI, 20:45		WIEN	SPIEL 30
	□	:	□
SIEGER SPIEL 27			SIEGER SPIEL 28

FINALE			
SONNTAG, 29. JUNI, 20:45		WIEN	SPIEL 31
	□	:	□
SIEGER SPIEL 30			SIEGER SPIEL 31



Auch für die heimischen Autobahnen wird die Europameisterschaft eine Herausforderung. Der ARBÖ steckt mitten in den Vorbereitungen.

## Ein ganzer Kontinent auf Achse

Europa blickt im Juni auch auf Österreichs Straßen: Der ARBÖ ist auf den motorisierten Fanansturm vorbereitet.

**T**rotz vieler Bemühungen, den öffentlichen Verkehr als Alternative zum Auto möglichst schmackhaft zu machen, werden Österreichs Straßen rund um die EM mit einem verstärkten Verkehrsaufkommen aus dem Ausland zu rechnen haben. Es liegt auf der Hand, dass viele Fans aus Polen, Kroatien und Deutschland mit dem eigenen Auto anreisen werden. Der stärkste Verkehrstag ist dabei am 29. Juni 2008 – dem Finaltag – zu erwarten.

### Wien wird bunt

Wien ist der Spielort mit den meisten Begegnungen: Sieben Spiele – darunter auch das prestigeträchtige Finale – werden in der Bundeshauptstadt ausgetragen. Auch die größte Fanzone des Landes wird Besucher anlocken. In den Ministerien sind derzeit Arbeitsgruppen damit beschäftigt, eine einheitliche Wegleitung auszutüfteln. Die Idee: Mit Hilfe einer Farbcodierung

möchte man Fans zu ihrem Sektor geleiten. „Das kann bereits auf der Autobahn beginnen“, meint ARBÖ-EM-Beauftragter Stefan Sauer. Vielleicht gibt es also schon bald bei Autobahnausfahrten zusätzliche farbenfrohe Schilder mit dem EM 2008-Logo zu sehen. Auch die Sektoren in den Stadien werden dann in den entsprechenden Farben gekennzeichnet sein.

### Öffis statt Auto

An den Spieltagen sind Nicht-Matchbesucher jedenfalls gut beraten, in den Abendstunden den Bereich rund um das Ernst-Happel-Stadion zu meiden. „Kartenbesitzer sollten mit dem Taxi oder mit den Öffis anreisen“, raten die Verkehrs-Experten des ARBÖ. Auch zu der Fanmeile am Ring sollte man auf Öffis zurückgreifen. Das 100.000 Quadratmeter große Areal erstreckt sich vom Heldenplatz über die Ringstraße bis zum Rathausplatz und ist für den gesamten Verkehr gesperrt. Das

größte Problem im Wiener Straßenverkehr wird daher die geplante Sperre der Ringstraße sein. Vom 1. Juni bis 4. Juli ist eine Zufahrt nur für Anrainer gestattet. Entlang der Ausweichrouten sind daher besonders im Abendverkehr massive Staus und Zeitverluste zu erwarten. Achtung Radfahrer! Auch mit dem Drahtesel müssen Ausweichrouten in Kauf genommen werden!

### Autobahnen als Nadelöhre

In den Bundesländern ist besonders in Salzburg und Kärnten mit einem starken Durchzugsverkehr der Fans zu rechnen. Zu einem besonderen Nadelöhr wird der Karawankentunnel auf der A11. Auch zeitweise LKW-Fahrverbote können verhängt werden, um die Situation zu entlasten. Dies betrifft vor allem die Inntalautobahn (A12) und Brennerautobahn (A13) in Innsbruck, die Südataubahn (A2) bei Klagenfurt sowie die Westautobahn (A1) in Salzburg. ■



# Mit einem Christbaum durch Europa ...

Ein über „Radio Steiermark“ gesendeter Hilferuf war für zwei Grazer Samariter der Beginn eines Abenteuers, das sie 1.000 Kilometer bis in den Kosovo und retour führte.

**F**ür viele war die Geschichte nach den Ereignissen rund um den „Fall Arigona“ und die Abschiebung der Familie Zogaj ein bemerkenswertes Déjà-vu: Die angeordnete Abschiebung der achtköpfigen Familie Milici aus dem steirischen Ort Peggau in den Kosovo hatte einen empörten Aufschrei der Bevölkerung zur Folge. Dennoch sorgte erst der couragierte Einsatz einer Lehrerin dafür, dass es zumindest ein kleines Happy End gab. In einer viel beachteten „Rückholaktion“ brachten zwei Samariter der ASBÖ-Gruppe Graz zwei Mädchen zurück nach Österreich.

## Einmal Kosovo und retour

Als Landesrettungskommandant Gerhard Sommer und Hauptbereitschaftsleiter Martin Zach mit der Durchführung eines Hilfstransports betraut wurden, ahnten sie noch nicht, was sie in den kommen-

den Tagen erleben würden. Durch teilweise unwegsames Gelände und begleitet von chaotischen Wetterkapriolen steuerten sie in Begleitung von Lehrerin Vera Walchensteiner den mit Hilfsgütern beladenen Transporter nach Marmull. Die dort vorherrschenden Zustände und die allgegenwärtige bittere Armut und Perspektivlosigkeit trafen die Steirer wie ein Hammerschlag. Die desolaten Zustände in der örtlichen Schule werden die Grazer Samariter lange nicht aus den Köpfen bekommen.

## Grenzenlose Dankbarkeit

Doch es gab auch andere Eindrücke. Zum Beispiel die leuchtenden Kinderaugen, als die mitgebrachten Hilfsgüter (Holz zum Heizen, Schulartikel ...) verteilt wurden. Auch die Dankbarkeit der Familie Milici über die Tatsache, dass zumindest die beiden Mädchen nach Österreich zurück-

kehren durften, um ihre Schulausbildung abzuschließen, bleibt den Helfern unvergessen. Die Steirer hatten extra einen Christbaum den langen Weg in den Kosovo mitgenommen, um den Milicis das Weihnachtsfest zu verschönern.

## Zurück, aber zerrissen

Die positiven Gefühle bei der abgeschobenen Familie wichen jedoch bald dem Abschiedsschmerz, als am 15. Dezember der Heimweg angetreten werden musste. Während die beiden Mädchen zurück nach Österreich reisten, blieb der Rest der Familie im Kosovo. Die Milicis müssen mit der Tatsache leben lernen, eine zerrissene Familie und Teil einer Geschichte zu sein, in der das Engagement der Grazer Samariter ein kleiner, aber wichtiger Mosaikstein war. Die ASBÖ-Gruppe Graz möchte weiterhin Kontakt zu der Familie halten und im Rahmen der Möglichkeit helfen. ■



ASBÖ

# Lebensretter junior: Vorzeigeprojekt im Burgenland

Beachtliche Erfolge feiert derzeit ein Projekt des Samariterbundes im Burgenland.



Auch in der Volksschule Zurndorf begeisterten die Mitarbeiter der Gruppe Andau die Kinder mit altersgerecht vermitteltem Wissen.

In spielerischer Form lernen Kinder Erste Hilfe-Grundlagen kennen und verstehen. Unter dem Titel „Schule-Samariter-Umwelt“ läuft das innovative Programm derzeit in zahlreichen Kindergärten und Schulen des Bundeslandes.

Die Initiatorinnen und Projektleiterinnen Claudia Malleschitz und Anna Spiegel freuen sich, dass dieses Angebot so gut angenommen wird: „Im Vordergrund steht das richtige Verhalten in Notfallsituationen, aber auch die Grundlagen der Ersten Hilfe und die wichtigsten Informationen über das Absetzen von Notrufen. Die Kinder erhalten so auf spielerische Art und Weise das Know-how, um als Ersthelfer im Fall der Fälle rasch und punktgenau Hilfe holen bzw. leisten zu können.“ ■

## Samariterbund-Zivildienstler als Held



**Beherrscht.** Es war eine Busfahrt, die lebenslang in Erinnerung bleiben wird: Der Samariterbund-Zivildienstler Daniel Macher wurde gemeinsam mit einer Lehrerin Anfang Februar zum Helden. Er stoppte einen führerlosen Wiener Linienbus, der auf einer stark befahrenen Straße ins Rollen gekommen war. Nach 170 Metern endete die Geisterfahrt in einem Vorgarten – glücklicherweise ohne Verletzte. Für dieses entschlossene Handeln wurde der 19-Jährige, der seit November 2007 seinen Zivildienst im Landesverband Wien ableistet, bei diversen Stellen ausgezeichnet. Neben den Wiener Linien stellte auch die Initiative „Aktion Füreinander“ Daniel Macher ins Rampenlicht. Prominente wie Innenminister Platter und Altbürgermeister Zilk gratulierten. ■

Auch Innenminister Platter zeigte sich im Rahmen einer Ehrung von der Courage des Samariter-Zivildienstlers begeistert (l.). – Einer der prominenten Gratulanten: Altbürgermeister Helmut Zilk (r.).



# Wagengeburt: Kein Einsatz wie jeder andere

Trotz schönem Anlass eine Ausnahmesituation: Wenn Kinder im Rettungswagen zur Welt kommen, ist das für alle Beteiligten noch immer etwas Besonderes.

**D**ie jüngste Wagengeburt in einem Samariter-Rettungstransportwagen wurde von einer Besatzung der ASBÖ-Gruppe Graz erfolgreich bewältigt. Manfred Pörtl (auch als Leiter der steirischen Wasserrettung aktiv) und Sabine Stieger waren auf dem Weg ins Landeskrankenhaus Voitsberg Geburtshelfer für den kleinen Stefan (52 Zentimeter, 3,1 kg). Für die professionelle Entbindung gab es auch Lob vom diensthabenden Oberarzt der Gynäkologischen-Geburtshilflichen Abteilung.

Nicht selten haben es Samariter aber mit weitaus turbulenteren Umständen zu tun – so wie im Dezember eine Wagenmannschaft im 22. Wiener Gemeindebezirk. Eine Frau mit Wehen stand mitten auf



Die Grazer Geburtshelfer aus den Reihen der ASBÖ-Gruppe Graz, Manfred Pörtl und Sabine Stieger, mit Stefan und dessen glücklicher Mutter Doris.

der Straße. Bereits nach 100 (!) zurückgelegten Metern im Rettungstransportwagen begann die Geburt. So erblickte mitten in der Nacht auf einer verlassenen Wiener Hauptverkehrsstraße ein gesundes Mädchen das Licht der Welt.

Nur in den seltensten Fällen haben die GeburtshelferInnen des Samariterbundes nach dem Transport von Mutter und Kind für mehr als ein schnelles Erinnerungsfoto Zeit. Denn die nächsten Einsätze warten zumeist schon. ■

## Viel Ehr' in Ebreichsdorf

**Ernennungen.** Aufgrund organisationsinterner Änderungen wurden in der Rettungsstelle Ebreichsdorf insgesamt 70 Sanitäterinnen und Sanitäter mit neuen Dienstgraden bedacht. Obmann Anton Mondl würdigte im Zusammenhang mit den Ernennungen die „unbezahlbaren“ Leistungen der ehrenamtlichen Helferinnen und Helfer.

Gewürdigt wurden auch die Leistungen der Samariterjugend. Die Ebreichsdorfer schafften unter der Leitung von Natascha Knotzer und Markus Lukas ein Novum: Erstmals gelang es einer ASBÖ-Jugendgruppe, dreimal in Folge den Sieg im Bundesbewerb zu erringen. ■

## 40 Jahre Winter in Frankenfels



**Ehrung.** Das „Jubiläumsabzeichen in Gold“ für 40 Jahre Mitgliedschaft wird nicht alle Tage vergeben. Darum war die Freude bei der Jubilarin Elisabeth Winter umso größer. Obmann Manfred Proschek, Stellvertreter Manfred Höbl, Technischer Leiter Josef Kugler und Kontroll-Obmann Gerhard Groiss gratulierten und bedankten sich für den jahrzehntelangen Einsatz von Elisabeth Winter für den ASBÖ Frankenfels. ■

## ASB St. Georgen mannschaftlich verstärkt

**Prüfungen.** Nach 100 Stunden theoretischer Ausbildung und 160 Stunden praktischer Ausbildung im Rettungs- und Krankentransportdienst absolvierten Wilhelm Mrazek und Gerhard Schuller Ende 2007 die Prüfung zum Rettungssanitäter. Benjamin Rettl und Philipp Sochurek legten erfolgreich die Prüfung zum Notfallsanitäter ab.

Es war der Schluss- und Höhepunkt einer umfassenden Ausbildung: 160 Stunden Theorie, 280 Stunden Ausbildung im Notarztwagen in Lilienfeld sowie 40 Stunden Ausbildung im Krankenhaus St. Pölten. ■

# On the road again

Die Samariterbund-Roadshow macht wie im Vorjahr wieder in ganz Österreich Station ...

**M**it der Roadshow unterstützt der Bundesverband die einzelnen Samariterbund-Gruppen, Landesverbände und GesmbHs bei ihren lokalen Veranstaltungen. Zusammen mit den SamariterInnen vor Ort wird die Öffentlichkeit ausführlich über die Leistungen des ASBÖ informiert.

BesucherInnen kommen in den Genuss, spannende Vorführungen zu erleben, ihren Blutdruck messen zu lassen oder sich einen Rettungswagen von innen anzusehen. Immer mit dabei: die Rettungshundestaffel, Module des Ka-

tastrophenhilfsdienstes sowie die Trinkwasseraufbereitungsanlage.

## Unterwegs für die gute Sache

„Es macht Spaß und Sinn gemeinsam durchs Land zu fahren und den Österreicherinnen und Österreichern den Samariterbund näherzubringen“, erzählt eine ehrenamtliche Mitarbeiterin. „Viele sind erstaunt über unser vielseitiges Leistungsangebot und lassen sich gern von uns informieren. Ich freue mich schon wieder auf die Roadshow-Termine 2008.“





## Roadshow 2008

20. April	Bad Fischau	Gesundheitstag
27. April	Traismauer	50-Jahre-Jubiläum
17. Mai	Hallein	Pflegeheim ASBÖ Salzburg
18. Mai	Wien-NÖ-Wien	biker against drugs
24. Mai	Winzendorf	Sicherheitstag FF Winzendorf
25. Mai	St. Georgen	Tag der offenen Türe, Wagenweihe
31. Mai	Eichgraben	60 Jahre ASBÖ
31. Mai	St. Pölten	AKNÖ Tag der ArbeitnehmerInnen
1. Juni	St. Pölten	AKNÖ Tag der ArbeitnehmerInnen
8. Juni	St. Veit/Gölsen	30 Jahre ASBÖ
22. Juni	Alt Lengbach	25 Jahre ASBÖ
13. Juli	Purkersdorf	40 Jahre ASBÖ Purkersdorf
20. Juli	Frankenfels	ASBÖ-Informationstag
28.-31.8.	Feldkirch	ASBÖ-Informationstag
20. Sept.	Villach	ASBÖ-Informationstag
21. Sept.	Stubenberg	3 Jahre Pflegekompetenzzentrum



# LV Burgenland: Neuer Vorstand



Für das Jahr 2008 sind vor allem im Bereich der Pflege weitreichende Erweiterungen des Angebots geplant.

**A**uf den Anfang Februar neu gewählten Landesobmann KR Josef Paul Haberler und seine Stellvertreter BR a.D. Johann Grillenberger und Bürgermeister Ing. Paul Piniel wartet einiges an Arbeit: In der mobilen Pflege wird demnächst Hauskrankenpflege, Heimnotruf und Essen auf Rädern angeboten, im Bereich der stationären Pflege wird es ab Sommer eine neue, modernst ausgestattete Einrichtung mit 29 Betten für Patienten mit Pflegestufe 1–7 in Weppersdorf geben.



**Auch Gesundheits-Landesrat Dr. Peter Rezar wünschte dem neuen Vorstand viel Erfolg.**

## Schwerpunkt Schulungen

Ein weiterer großer Aufgabenbereich betrifft auch in Zukunft die Ausbildung. Ein Schwerpunkt umfasst die Betreuung von Schulen und Kindergärten im Rahmen des Projekts „Schule-Samariter-Umwelt“.

Dabei wird Kindern und Jugendlichen das richtige Handeln in Notfallsituationen, Grundlagen der Ersten Hilfe und nützliche Informationen rund um Notruf und Notrufnummern vermittelt. Die Schulungsabteilung des Landesverbandes hielt seit 2006 mehr als 70 Erste Hilfe-Kurse und -Schulungen ab und bildete dadurch hunderte Burgenländerinnen und Burgenländer zu couragierten Ersthelfern aus.

Kernbereich bleibt aber natürlich das Rettungswesen: 2007 führten die 130 Samariter des Landesverbandes Burgenland mehr als 7.000 Ausfahrten durch und legten in 67.120 Dienststunden rund 412.000 Einsatzkilometer zurück. Das entspricht einer zehnfachen Umrundung der Erde! Für diese und andere soziale Leistungen im Interesse der burgenländischen Bevölkerung dankte Gesundheitslandesrat Dr. Peter Rezar den haupt- und ehrenamtlichen Mitarbeitern des Samariterbundes im Rahmen der Landeshauptversammlung im Februar. Weitere personelle Änderungen: Bürgermeister Herbert Worschitz wurde zum Landesschiffführer, Abg. z. Ltg. Bürgermeister Christian Illedits zum Landeskassier und LRR Ralph Ehart zum Landessekretär des Landesverbandes Burgenland bestellt. ■

# Alles neu beim Samariterbund Tirol

**Gerhard Czappek folgt Ralph Ehart.** Seit Jänner 2008 lenkt der bisherige Prokurist Gerhard Czappek als Geschäftsführer die Geschicke des Samariterbundes Tirol. An die Stelle des Prokuristen rückte Rettungsdienstleiter Robert Lauf nach. Der bisherige Geschäftsführer, Ralph Ehart, konzentriert sich innerhalb des Samariterbundes Österreichs auf die Bautätigkeit in den neu zu erschließenden Bundesländern.

Seit dem Jahr 2003 führen die Tiroler Samariter von den Standorten Wildschönau, Kirchbichl, Wörgl und Innsbruck aus Krankentransporte, Behindertenfahrten und Fahrten im Rahmen des Rettungsdienstes durch. 2007 wurden 13.200 Transporten durchgeführt bzw. 600.000 Kilometer zurückgelegt. ■



**Ralph Ehart, Geschäftsführer Gerhard Czappek, Prokurist Robert Lauf und Bundessekretär Reinhard Hundsmüller (v.l.n.r.)**



# Wenn die Nase juckt...

## Mittel gegen Heuschnupfen



**Wirksam: Nasenspülungen mit einer Kochsalzlösung. Es gibt auch fertige Lösungen in der Apotheke.**

Stockphoto (2)

Heftige Niesattacken, tränende Augen, Hustenanfälle – das muss nicht sein. Wenn die Pollen fliegen, und was man gegen die allergischen Reaktionen tun kann.

**D**er Frühling beginnt für mehr als 900.000 Österreicher nicht ungetrübt: Niesanfalle, Juckreiz der Schleimhäute, Bindehautentzündungen, tränende Augen oder sogar Asthmaanfälle kündigen den ersten Heuschnupfen der Saison an. Doch bevor man vorschnell zu Medikamenten greift, gibt es auch eine Reihe von vorbeugenden Maßnahmen gegen die Allergie.

ursachen im Sommer meist Gräser- und Getreidepollen die Beschwerden.

### **Bei starken Allergien – ab zum Arzt!**

Ist die Allergie stark ausgeprägt, so hilft nur der Gang zum Arzt, der entsprechende Medikamente verschreibt. Am wirkungsvollsten sind vorbeugende Maßnahmen während der Pollensaison: kein

Sport und kein mittäglicher Aufenthalt im Freien; das Tragen von Sonnenbrille und Hut und das Vermeiden von Alkohol. Wirksam sind auch Nasenspülungen mit einer Kochsalzlösung: zwei bis drei Esslöffel Salz in einem Liter lauwarmen Wasser auflösen und damit die Nase spülen. Es gibt auch fertige Lösungen in der Apotheke.

Weitere aktuelle Informationen:

[www.pollenwarndienst.at](http://www.pollenwarndienst.at); [www.fsw.at](http://www.fsw.at) ■

### **Feindliche Pollen im Anflug**

Heuschnupfen ist schlicht eine Überreaktion gegenüber bestimmten Substanzen. Beim allerersten Kontakt mit Pollen (Allergen) lernt das Immunsystem den fremden Eiweißstoff kennen, dabei wird der Allergiker sensibilisiert. Bei jedem weiteren Kontakt werden dann körpereigene Substanzen (z.B. Histamin) freigesetzt, die die Symptome hervorrufen. Sind das im Frühling hauptsächlich Pollen von Bäumen wie z.B. Birke, Erle, Hasel und Esche, so ver-

## **Antihistaminika im Test**

**Dem Schnupfen entkommen.** Das Testmagazin „Konsument“ hat sich in der neuesten Ausgabe der rezeptfrei erhältlichen Antihistaminika (Nasensprays, Augentropfen und Tabletten) angenommen. Zur vorbeugenden Behandlung geeignet sind Allergospray Nasenspray, Allergo Comod Augentropfen und Nasenspray sowie Cromoglin Nasenspray.

Testmagazin Konsument/Heft 3 in allen Trafiken bzw. auf [www.konsument.at](http://www.konsument.at)

# Tipps für Gesundheit, Wohlbefinden und Schönheit

## Schuppen – nicht nur ein Problem der Männer!

**Schuppen ade.** Fast 50% aller Deutschen und Österreicher haben mindestens ein Mal im Leben Schuppen oder leiden unter juckender Kopfhaut. Davon betroffen sind nicht nur Männer, sondern im gleichen Ausmaß auch Frauen.

Zink wirkt positiv auf Haut, Haare und Nägel; Zinksalben werden in der Medizin zur Linderung von Hautirritationen eingesetzt. Der Anti-Schuppen-Experte head & shoulders hat



sich die neuesten wissenschaftlichen Erkenntnisse zunutze gemacht und seine Shampoos durch eine innovative Zinkformulierung noch optimiert.

So werden Schuppen schneller bekämpft und juckende Kopfhaut gehört der Vergangenheit an.



PR-Fotos

## Crocs – der Schuh, der nicht drückt!

**Idealer Schuh.** Der trendige Kultschuh wurde für Menschen mit Fußproblemen zum Crocs Rx weiterentwickelt. Dieser passt sich der Fußform des Trägers an, ist sehr leicht (180 g), rutschfest, hautverträglich und in 3 Varianten erhältlich:

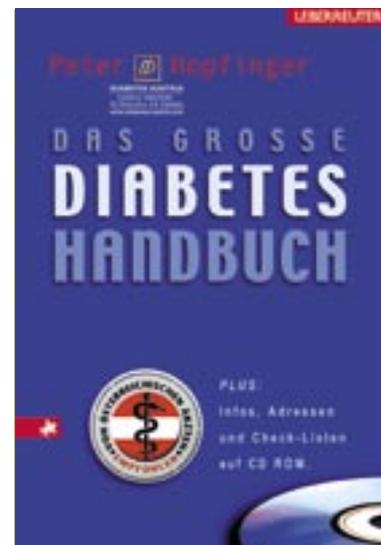
Das Modell „Relief“ ist ideal für Menschen mit Überbeinen, hohem Rist und anderen Fuß-Fehlbildungen. Das Modell „Cloud“ eignet sich bestens für Patienten mit Diabetes und Arthritis. Der „Silver Cloud“ wird aus Croslite Ag+ hergestellt, das Geruch, Bakterien- und Pilzwachstum vermeidet. Durch die verstärkte antibakterielle Wirkung erweist sich dieser Bequemschuh als optimal für Menschen mit schlechter Durchblutung, Diabetes und arthritischen Füßen.



Die Crocs Rx sind im Orthopädie- und Sanitätshandel erhältlich.

## Diabetes? Kein Grund zum Verzweifeln!

**Antworten und Hilfestellung.** Die Diagnose Diabetes versetzt Betroffene in Angst und Panik, weiß der Journalist Peter P. Hopfinger. Im Lauf der Jahre erlebte er selbst, mit welchen Problemen und Schwierigkeiten DiabetikerInnen konfrontiert werden. Deshalb hat er einen umfangreichen Ratgeber herausgegeben – „Das große Diabetes-Handbuch“



mit Service-CD. Im Buch findet man nicht nur „100 konkrete Antworten auf gute Fragen“, auch die Themen Essen, Sex, Bewegung, Arbeit und Therapien dürfen nicht fehlen. Das Kapitel „Auf Reisen“ macht klar, was es alles zu bedenken und vorzubereiten gibt. Im letzten Teil des Buches werden die besten Diabetologen des Landes vorgestellt.

Die dazugehörige CD listet mehr als 2.200 wichtige Adressen aus ganz Österreich auf – von Ambulanzen über Selbsthilfegruppen bis hin zu den Fußpflegern. Außerdem komplettieren BE-Tabellen und ein Reisedolmetscher dieses einmalige Service-Werk.

*Peter P. Hopfinger*

„Das große Diabetes-Handbuch“ mit CD-Rom, Verlag Carl Ueberreuter, 24,95 Euro



**Köstlich:**  
saftige  
Schweins-  
medaillons  
mit Erdäp-  
fel-Karotten-  
Strudel

# Vitalmenüs

Frühling auf dem Teller: Genießen Sie Erbsenschotencremesuppe, saftige Schweinsmedaillons mit Erdäpfel-Karottenstrudel und sautierten Gurken sowie einen Topfenstreuselkuchen.

## Erbsenschotencremesuppe

### Zutaten für 4 Personen:

150 g Erbsen frisch oder TK, 100 g Erbsenschoten in Streifen geschnitten, 0,05 l Schlagobers, 1 Wurzelwerk, 20 g Mehl oder Maisstärke, Salz, Pfeffer, Muskat, Liebstöckel, Petersilie gehackt.

### Zubereitung:

Wurzelwerk putzen, waschen, klein schneiden, in ca.  $\frac{3}{4}$  l Wasser weich kochen. 100 g Erbsen 5 Minuten mitkochen, passieren. Schlagobers mit Mehl und wenig Wasser verrühren, Suppe binden, würzen, restliche Erbsen und Erbsenschoten zugeben, 5 Minuten kochen lassen und mit gehackter Petersilie bestreut servieren.



## Schweinsmedaillons

### Zutaten für 4 Personen:

Ca. 600 g gut abgehangener Schweinslungenbraten, Sonnenblumenöl, jeweils eine Prise Salz, Pfeffer, Paprika und Rosmarin, etwas Butter und Mehl.

### Zubereitung:

Das Fleisch leicht klopfen, mit Sonnenblu-

menöl, Salz, Pfeffer, etwas Paprika und Rosmarin abmischen, etwas Fett in der Pfanne heiß werden lassen und das Fleisch auf beiden Seiten zart rosa anbraten; herausnehmen, ein nussgroßes Stück Butter in die Pfanne geben, mit Mehl stauben, mit wenig Wasser aufgießen und verkochen lassen, abschmecken und den Saft zu den Medaillons geben.

## Gurkengemüse

### Zubereitung:

500 g Gurke in Würfel schneiden, in heißer Butter schwenken, mit Salz, Pfeffer würzen, abschmecken und mit gehackter Dille bestreuen.



## ► Erdäpfel-Karotten-Strudel

### Zutaten Strudelteig:

100 g glattes Mehl, 0,05 l warmes Wasser, 1 KL Öl, etwas Essig oder Zitronensaft, Salz.

### Zubereitung:

Aus den Zutaten einen halbweichen Teig bereiten, solange abschlagen bis er seidig glatt ist und Blasen schlägt, ein Laibchen formen, auf ein bemehltes Tuch legen, mit Öl bestreichen, mit einem warmen Gefäß abdecken und 20 Minuten rasten lassen. Das Laibchen mit Mehl bestäuben und so weit wie möglich ausrollen, dann über den Handrücken so dünn wie möglich ausziehen, dicke Stücke vom Rand abzupfen, mit Butter oder Öl bestreichen,  $\frac{2}{3}$  der Fläche mit Fülle belegen und mit Hilfe des Tuchs einrollen und auf ein Blech legen, mit Butter oder Öl bestreichen und bei ca. 180 Grad backen. Während des Backens öfters mit Butter oder Öl bestreichen. Sie können natürlich auch einen fertigen Strudelteig verwenden.

### Zutaten Fülle:

200 g Erdäpfel, 50 g Jungzwiebelringe, 100 g Karotten (in Stifte geschnitten),



1 Ei, 0,05 l Obers, jeweils eine Prise Salz, Muskat und frische Kräuter.

### Zubereitung:

Erdäpfel waschen, schälen, kochen, passieren, mit restlichen Zutaten abmischen, abschmecken.

## Topfenstreuselkuchen

### Zutaten Kuchenboden:

70 g Mehl, 70 g Staubzucker, 70 g Butter, 70 g geriebene Nüsse, 1 Ei, Vanillezucker, Zimt, Nelke gemahlen, eine Prise Salz und Backpulver. Alles gut abmischen und eine Kuchenform damit auslegen.

### Zutaten Fülle:

70 g Topfen, 70 g Butter, 70 g geriebene Mandeln, 50 g Staubzucker, 20 g Kristall-

zucker, 1 Ei, Vanillezucker, Saft und Schale einer Zitrone, Salz.

### Zubereitung:

Butter, Staubzucker, Dotter schaumig rühren, Topfen, Saft und Schale einer Zitrone, Mandeln, Vanillezucker untermischen. Eiklar mit einer Prise Salz zu Schnee schlagen, Kristallzucker einschlagen, vorsichtig unter die Masse heben und auf den Teig in der Tortenform verteilen.

### Streusel:

30 g Staubzucker, 30 g Butter, 40 g Mehl, Vanillezucker zwischen den Fingern reiben, bis sich fingernagelgroße Klumpen bilden, auf die Topfenfülle verteilen und bei 160 Grad langsam backen. Auskühlen lassen und in gefällige Stücke schneiden.

## Nährstoffe pro 100 g

### Erbsenschotencremesuppe:

kcal: 30

kJ: 125

Eiweiß: 1,5 g

Kohlenhydrate: 4,5 g

Fett: 2 g

Broteinheiten (BE): 0,4

### Schweinsmedaillons:

kcal: 315

kJ: 1.350

Eiweiß: 47,6 g

Kohlenhydrate: 0,96 g

Fett: 36 g

BE: 0,08

### Gurkengemüse:

kcal: 24

kJ: 103

Eiweiß: 0,8 g

Kohlenhydrate: 2,3 g

Fett: 1,3 g

BE: 0,02

### Erdäpfel-Karotten-Strudel:

kcal: 122

kJ: 815

Eiweiß: 3,3 g

Kohlenhydrate: 22,4 g

Fett: 6 g

BE: 1,9

### Topfenstreuselkuchen:

kcal: 556

kJ: 2.388

Eiweiß: 9,8 g

Fett: 9,8 g

Kohlenhydrate: 46 g

BE: 3,8



In Graz kommen  
leidenschaftliche  
Pferdeliebhaber  
auf ihre Kosten.

# Termine



LSK, Peter Höbmann

## März

**9.–24. März**

Osterfestival Tirol

**11. März**

The Best of Musicals,  
Festspielhaus Bregenz

**17. März**

Mama Afrika, Zirkus,  
St. Pölten

## April

**1.–6. April**

Diagonale, Filmfestival,  
Graz

**15. April**

WWE Wrestlemania  
Revenge Tour, Arena Linz

**18. April**

Apassionata, Galanacht  
der Pferde,  
Stadthalle Graz

**19. April**

Stefanie Werger,  
Lenzing



Blödelbarde  
Otto Waalkes  
kommt nach  
Wels.

## Mai

**6. Mai** Otto Waalkes,  
Wels, Boschhalle

**9.–12. Mai** Salzburger  
Pfungstfestspiele

**9.–12. Mai** Mark  
Knopfler, Wiener  
Stadthalle

## Juni

**4. Juni** Bon Jovi,  
Magna Racino,  
Ebreichsdorf

**18. Juni** Die Ärzte  
Dornbirner Messe,  
Dornbirn

1	6	7					9	
		3			9			5
9			7	3				4
			1	6	7			
		4	3		2	5		
	2			7	4	1		
			5				2	
3	7	6						1
5							6	

								1
5	3	9						
			4	6	8	9		
			5	4				
3	7						4	
	9			1			6	3
	8			3			9	
					7			
		7			9		6	

7	9	4	1	3	6	2	2	5	8	2
5	1	9	5	8	2	4	8	9	3	7
8	2	8	1	5	6	7	3	2	4	9
6	3	9	8	7	4	1	3	6	2	5
6	7	1	4	3	9	2	5	8	7	4
4	2	7	4	2	6	9	1	5	6	7
8	3	3	9	1	5	6	7	4	2	8
9	5	8	7	2	3	3	6	1	4	9
4	1	4	8	7	2	3	6	1	4	9
2	4	3	6	1	9	8	7	5	3	6
3	2	9	3	6	1	9	8	7	5	3

1	5	7	8	2	9	3	6	4	1	2
9	4	3	6	5	7	2	8	1	4	3
2	8	6	1	3	4	5	9	7	2	8
4	9	5	7	1	2	6	3	8	4	9
3	7	1	9	8	6	4	2	5	3	7
6	2	8	5	4	3	1	7	9	6	2
7	1	2	4	6	8	9	5	3	7	1
5	3	9	2	7	1	8	4	6	5	3
8	6	4	3	9	5	7	1	2	8	6

Samariter-Sudokus  
für Rätselfreunde

1. PREIS

Hotel Wildalpen, Steiermark Tourismus



## Gewinnen Sie ein Wochenende für zwei!

**NATUR PUR.** Das steirische Hochschwabgebiet ist nicht nur eines der schönsten Gebiete Österreichs – es ist auch der Ursprung der 2. Wiener Hochquellwasserleitung. Im Herzen des Naturschutzgebiets liegt Wildalpen. Wandern rund um den Hochschwab, Rafting auf der Salza und vieles mehr laden zum Verweilen und Entspannen ein. Gewinnen Sie ein Wochenende für zwei Personen im romantischen Hotel Wildalpen und genießen Sie den Blick vom Balkon! Das familiär geführte Hotel wartet zudem mit zahlreichen liebevollen Extras auf. Informationen unter [www.hotelwildalpen.at](http://www.hotelwildalpen.at).

## 2. – 4. PREIS

### 3 BÜCHER

Die Fußball-Europameisterschaft ist ein globales Ereignis geworden. Wer ernsthaft den Wurzeln nachspürt, wie es Beppo Mauhart, Johann Skocek und Wolfgang Weisgram tun, gelangt zeitlich in die Zwischenkriegszeit und geografisch nach Wien. Die EURO 2008 ist tatsächlich eine Heimkehr zu den Anfängen (erscheint Ende März im echomedia verlag, ISBN: 978-3-901761-77-5).



## 5. – 10. PREIS

### BRETTSPIEL „OBDACHLOS“

Schlüpfen Sie in die Rolle eines Obdachlosen, lernen Sie die Einrichtungen und Hilfsstrukturen in Wien kennen und spielen Sie sich in ein geregeltes Leben zurück.



## Wir gratulieren

Der Arbeiter-Samariter-Bund Österreichs gratuliert Frau Manuela Endi zum Hauptpreis, einem Reisegutschein im Wert von 400 Euro. Frau Ilse Thaler und Frau Elfriede Kopeinig können sich über den 2. und 3. Preis der letzten Ziehung, jeweils ein A1-Handy, freuen!

**IHR GLÜCK IM UNGLÜCK**  
ARBEITER-SAMARITER-BUND  
ÖSTERREICH

[www.samariterbund.net](http://www.samariterbund.net)

- Rettungsdienst • Krankentransporte • Ambulanzdienst • Schulungen
- Wasserrettung • Heimnotruf • Essen auf Rädern • Hauskrankenpflege
- Pflegeeinrichtungen • Wohnungslosenhilfe • Flüchtlingsbetreuung
- Wohlfahrtsstiftung • Entwicklungszusammenarbeit • Katastrophenhilfsdienst

**Fahrzeuge nach Maß** **DLOUHY bewegt**

- Lösungen fürs Rettungswesen
- Mobilität für Alle
- Spezialfahrzeuge und Sonderanfertigungen
- Service und Reparatur

Dlouhy GmbH Fahrzeugbau  
Königstetter Straße 163 A  
A - 3430 Tulln  
Tel.: +43 2272 63100  
tulln@dlouchy.at

Kuffnergasse 3-5  
A - 1160 Wien  
Tel.: +43 1 489 58 61  
wien@dlouchy.at

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



## FRAGE BEANTWORTEN UND GEWINNEN!

Wie viele Spiele finden im Rahmen der Europameisterschaft 2008 in Österreich statt?

7

10

16



JA, ICH MÖCHTE DIE PLUS CARD ZUGESANDT BEKOMMEN.

NAME: .....

ADRESSE: .....

TELEFON: ..... E-MAIL: .....

DATUM: ..... UNTERSCHRIFT: .....

Einsendeschluss: 18. Mai 2008

Die Ziehung findet unter Ausschluss des Rechtsweges statt. Die Preise können nicht in bar abgelöst werden.

Ich erkläre mich mit den Teilnahmebedingungen einverstanden und stimme der Verwendung meiner obigen Daten durch ASBÖ-Organisationen zu Zwecken der Zusendung von Werbeunterlagen, Informationsblättern, Veranstaltungseinladungen und Publikationen sowie zu Zwecken einer allfälligen Kontaktaufnahme zur Teilnahme an Umfragen und sonstigen Vereinsaktivitäten zu.

# Ihr Kontakt zum Samariterbund

## ○ Arbeiter-Samariter-Bund Österreichs – Bundesverband

Hollergasse 2–6  
1150 Wien  
Tel.: 01/89 145 -142  
Service-Hotline: 0800 240 144  
info@samariterbund.net

## ○ Landesverband Wien

Pillergasse 24  
1150 Wien  
Tel.: 01/89 145-210  
office@samariterwien.at

## ○ Landesverband Niederösterreich

Obere Hauptstraße 44  
3150 Wilhelmsburg  
Tel.: 02746/55 44-0  
landesverband@samariterbund.org

## ○ Landesverband Burgenland

Wiener Straße 102  
7051 Großhöflein  
Tel.: 02682/661 00  
landesverband.bgld@samariterbund.net

## ○ Landesverband Oberösterreich

Reindlstraße 24  
4040 Linz  
Tel.: 0732/73 89 11-0  
office@asb.or.at

## ○ Landesverband Steiermark

Portugallweg 3  
8053 Graz  
Tel.: 0316/26 33 75-22  
asb.graz.scherling@aon.at

## ○ Rettungsstelle Villach

Nikolaigasse 36  
9500 Villach  
Tel.: 04242/25 25-0  
villach@samariterbund.net

## ○ Rettungsstelle Salzburg

Michael-Walz-Gasse 18a  
5020 Salzburg  
Tel.: 0662/81 25  
office@die-samariter.at

## ○ Samariterbund Tirol Rettung und Soziale Dienste gemeinnützige GmbH

Oberndorferstraße 37  
6322 Kirchbichl  
Tel.: 05332/777 77  
tirol@samariterbund.net

## ○ Landesverband Vorarlberg

Reichsstraße 153  
6800 Feldkirch-Levis  
Tel.: 05522/817 82  
office@samariterbund.com

## ○ Pflegekompetenzzentrum Stubenberg

Stubenberg am See  
Zeil 136  
8223 Stubenberg am See  
Tel.: 03176/807 65-8000  
rolf.reiterer@samariterbund.net

[www.samariterbund.net](http://www.samariterbund.net)

Service-Hotline  
0800 240 144



Bitte ausreichend  
frankieren!

**An den**  
**Arbeiter-Samariter-Bund Österreichs**  
**(ASBÖ), Bundesverband**  
**Hollergasse 2–6**  
**1150 Wien**