NUMMER 2/SOMMER 2012
ERSCHEINUNGSORT WIEN, VERLAGSPOSTAMT
1150 WIEN – 02Z034001M – P. B. B.
www.samariterwien.at

Leben & Helfen

DAS MAGAZIN DES SAMARITERBUNDES WIEN

ARBEITER-SAMARITER-BUND ÖSTERREICHS WIEN

Neuer Stützpunkt

Die ehemalige Feuerwache Brigittenau wurde zu einem Zentrum für Sicherheit umgestaltet.

WG Mühlgrund

Warum immer nur Studenten-WG's? Wer im Alter nicht alleine sein will, ist am Mühlengrund richtig.

Unser Magen

Welche wichtigen Aufgaben hat unser Magen und wie halten wir ihn gesund?

SPASS UND INFO IM PRATER

AM TAG DES SAMARITERBUNDES VERWANDELT SICH DIE KAISERWIESE IM WIENER PRATER IN EIN ERLEBNISPRADIES RUND UMS HELFEN

Essen auf Rädern?
Ja, aber bitte à la carte!

Tel. (01) 89 145-173
www.menueservices.at

© GOURMET

Kulinarische Genüsse
schon ab 3,52 EUR

SAMARITERBUND

ARBEITER-SAMARITER-BUND ÖSTERREICHS

Editorial & Inhalt

Liebe Leserinnen und Leser!

Am 7. Juli wird es auf der Kaiserwiese im Prater wieder viel zum Sehen geben: Von realistisch nachgespielten Einsätzen über eine Vorführung der Rettungshundestaffel bis hin zu einem überdimensionalen Brettspiel zum Thema Wohnungslosigkeit – die Besucher erwartet beim 3. Tag des Samariterbundes wieder ein abwechslungsreiches Programm. Während die kleineren Gäste sich beim Bungee-Running oder in der Rettungsauto-Luftburg austoben, können die Erwachsenen bei unserem Pflegestand Blutdruck und Blutzucker messen und sich von unserer Feldküche mit Chili con Carne und Kaiserschmarrn verwöhnen lassen. Auf der Bühne werden heuer wieder besondere Musiker stehen: Die Samariterband & Friends sorgten schon letztes Jahr für tobenden Applaus. Ebenfalls dabei: „Helden von Morgen"-Star Jonathan Reiner. Bei den vielen verschiedenen Stationen und dem bunten Bühnenprogramm kann ich Ihnen eines jetzt schon garantieren: Langweilig wird Ihnen an diesem Tag ganz sicher nicht werden. Ich bin froh über die vielen ehrenamtlichen und hauptamtlichen Samariter, die unsere Organisation so großartig präsentieren, und freue mich schon mit diesen vielen engagierten Menschen am 7. Juli zusammenzutreffen.
Lassen Sie sich überraschen, was der Samariterbund alles zu bieten hat. Wir freuen uns auf Ihr Kommen!
Noch einen wunderschönen Sommer wünscht Ihnen

Ihr
Oliver Löhlein
Landesgeschäftsführer Samariterbund Wien

9

Flüchtlingsheim Winkeläckerweg
Kunsttherapie für traumatisierte Kinder

Für die Menschen

Kinder in der Samariterzentrale 4
Viel Interessantes gibt's bei Führungen

Rückblick & Vorschau 5
Backvergnügen für Kinder mit Szihnbrot

Mit den Menschen

Europas größtes Open-Air-Festival 10
Die jährliche großartige Leistung der Sanitäter

Ein Herz für die Menschen 11
Interview mit Peter, einem ehrenamtlichen Helfer

Generationenverbindend 12
Für ein gemeinsames Leben von Jung und Alt

Service

Auffrischung 15
Erste-Hilfe-Kurse beim ASBÖ

Impressum: Herausgeber und Medieninhaber: Arbeiter-Samariter-Bund, Landesverband Wien, 1150 Wien, Pillergasse 24, Tel.: 01/89 145-210, Fax: 01/89 145-99140, www.samariterwien.at. Produktion, Grafik, Redaktion, Layout: VWZ Zeitschriftenverlag Ges.m.b.H., MQM 3.2, Maria-Jacobi-Gasse 1, 1030 Wien. Geschäftsführung: Mag. Thomas Strachota. Corporate Publishing Unit: Mag. Ursula Hauer (Leitung), Mag. Sonja Vocke, Angeles Hiedler. ASBÖ-Team: Karola Foltyn-Binder, Michael Früh, Mag. Martina Vitek, Markus Widmer. Grafik: Andreas Schnierer. Fotoredaktion: Claudia Knöpfler (Leitung), Tini Leitgeb. Lektorat: Dr. Roswitha Horak, Roswitha Singer. Druck: Leykam Druck GmbH & Co KG. Coverfoto: Samariterbund.

Rückblick & Vorschau

Großübung im Geriatriezentrum

KATASTROPHENHILFE. 230 Statisten vom Militärkommando Wien und dem KAV sowie zahlreiche Einsatzkräfte von Feuerwehr, Polizei, Rettung, Sanitätsteam und Krisenmanagement probten die Zusammenarbeit bei einem Rettungs- und Evakuierungseinsatz nach einem Amoklauf mit anschließender Geiselnahme. Der Samariterbund beteiligte sich mit 21 Rettungs- bzw. Notfallsanitätern und acht Einsatzfahrzeugen. Sieben Mitarbeiter des Verpflegsdienstes sorgten vor Ort mit der Feldküche des Samariterbundes für eine Warmverpflegung für über 600 Personen.

Neuer Stützpunkt in der Brigittenau

STANDORTE. Die ehemalige Feuerwache am Brigittaplatz in der Brigittenau wird in ein Sicherheits-Kompetenzzentrum umgewandelt, in dem u. a. Erste-Hilfe-Schnupperkurse angeboten werden. „Hier wird es auch eine professionell geführte und reguläre Rettungsstation des Wiener Samariterbundes geben, wodurch uns permanent sowohl die fachliche Kompetenz wie auch die perfekte Infrastruktur zur Verfügung stehen“, erklärte Wolfgang Kastel, Geschäftsführer der Helfer Wiens, bei der offiziellen Eröffnung. Neben dem direkten Dienst an der Bevölkerung ist der permanente Erfahrungs- und Wissensaustausch zwischen den Einsatzorganisationen, hochkarätigen Expertinnen und Experten der Stadt Wien sowie externen Fachkräften ein entscheidender Aspekt der Sicherheits-Kompetenzzentren.

Kinder stürmen die Zentrale

FÜHRUNGEN. Regelmäßig lädt der Samariterbund Kinder in seine Wiener Zentrale in die Pillergasse 20, wo sie angefangen vom Rettungsauto bis hin zu einer Vorführung der Rettungshunde viel Neues über den Betrieb Wiens größter Rettungsorganisation kennenlernen. Nicht nur zusehen, sondern gleich mitmachen können die Kinder bei der Erste-Hilfe-Station, wo die stabile Seitenlage und Verbandanlegen geübt werden und gemeinsam das Notrufnummernlied gesungen wird. Bisher folgten schon über 1.500 Kinder der Einladung.

TIPP

KINDERFÜHRUNGEN IM SAMARITERBUND WIEN:

04. 7., 10–12.30 Uhr
19. 7., 10–12.30 Uhr
14. 8., 14–16.30 Uhr
27. 8., 10–12.30 Uhr
Samariterbund Wien
15., Pillergasse 24

Anmeldungen bitte bei der Schulung Wien unter: 89 145-181

Mit „Szihnbrot“ backen die Kinder der Sozialmärkte

BACKKUNSTSTÜCKE. Die Bäckerei „Szihnbrot“ schenkt dem Samariterbund nicht nur regelmäßig Ware für seine Sozialmärkte, sondern zeigt noch zusätzlich soziales Engagement, indem sie Kinder von Kunden der Sozialmärkte zu sich einlud. Rund 20 Kinder aus den Sozialmärkten des Samariterbundes besuchten die Bäckerei „Szihnbrot“ in der Breitenfurter Straße und erlebten einen aufregenden Nachmittag in der Backstube. Geschäftsführer Stefan Szihn und seine Frau Alexandra weihten die Kinder, die aus armutsgefährdeten Familien kommen, mit viel Liebe und Geduld in die Kunst des Backens ein. Vom Zusammenrühren und Kneten des Sauerteigs über Formen eines Briochehasen und Handsalzstangerls bis hin zum Belegen eines gesunden Vollkornbrötchens zeigten die kleinen Bäcker großen Eifer. ■

Zuerst wurden die einzelnen Zutaten genau gewogen, gemischt und zu einem Teig verknetet.

Anschließend durften sich die Kinder als Bäcker versuchen und Osterhasen formen.

Die fertigen Backkunstwerke kamen auf ein großes Blech und damit in den heißen Ofen.

Bis die Hasen fertig gebacken waren, konnten sich die Kleinen bei einer gesunden Jause stärken.

Samariterbund, Wiener Berufsrettung, Die Helfer Wiens, Valida

Mitarbeiter
von Valida sammeln für die Samariter-Box

SPENDENAKTION. Die Valida Vorsorge Management beteiligte sich an der Aktion „Teilen bringt Freude“ des Samariterbundes zugunsten sozial schwacher Familien. Vier Wochen lang stand im Valida-Mitarbeiterbereich eine Samariter-Box. Gesammelt wurden Spielzeug, Kinderbekleidung und Sportartikel für die Samariterbund-Sozialmärkte in Floridsdorf, Rudolfsheim-Fünfhaus sowie das Flüchtlingsheim Winkeläckerweg. Die Samariter-Box tourt durch Wien und Umgebung. Anzufordern unter 01/89 145-371 od. sozialmarkt@samariterwien.at. www.samariterwien.at/sozialmarkt ■

EVENT TICKER

TAG DES SAMARITERBUNDES
Sa., 7.7., 13–18 Uhr
2., Kaiserwiese – Prater,
Praterstern U1, U2, 5, 80A, O, S-Bahn

DONAUINSELFEST VOM 22. BIS 24. JUNI 2012

STATION BEIM WIENER FERIENSPIEL:

Lerne eine Rettungsorganisation kennen!
Di., 17.7. und Do., 23.8., 9–12 Uhr

Samariterbund Gruppe Floridsdorf/Donaustadt:
22., Wallenberggasse 4/Donauüberplattung,
U1 Kaisermühlen – VIC, 20B

STATIONEN BEI DEN GROSSEN KONZERTEN:

- Die Ärzte, 15. Juni bis 16. Juni, Wr. Stadthalle
- Bryan Adams: 5. Juli, Wr. Stadthalle
- Bruce Springsteen & E Street Band live: 12. Juli, Ernst Happel Stadion
- George Michael: 4. und 6. September, Wr. Stadthalle

Tag des Samariterbundes am 7. Juli im Prater

BEREITS ZUM DRITTEN MAL LÄDT DER SAMARITERBUND ZU EINEM GROSSEN FEST FÜR GROSS UND KLEIN AUF DIE KAISERWIESE IM WIENER PRATER.

Viele interessante, lehrreiche und lustige Aktivitäten warten auf Groß und Klein.

Am 7. Juli wird ab 13 Uhr die Kaiserwiese im Prater wieder zu einem Anziehungspunkt für hunderte Familien. Vor dem Riesenrad wird der Samariterbund seine vielen Bereiche präsentieren und rund um die Bühne in mehreren Zelten zeigen, was hinter Wiens größter Rettungsorganisation so alles steckt: vom Rettungs- und Krankentransport über die Katastrophen- und Entwicklungshilfe bis hin zu den Bereichen Pflege und Soziales. Bei vielen Stationen können sich die Besucher nicht nur ausführlich informieren, sondern auch gleich selbst aktiv beteiligen, wie etwa beim Erste-Hilfe-Parcours oder bei der Trommelgruppe. Für die Kinder gibt es besonders zahlreiche spannende Angebote: Neben einer Rätselrallye, die durchs gesamte Festareal führt, können sie in der Rettungsauto-Luftburg hüpfen, auf einen Kletterturm kraxeln, Trampolin springen, beim Bungee-Running an ihre Grenzen laufen, sich schminken lassen, mit dem Stelzengeher und Clown Fufo blödeln oder mit der Samariterjugend Erste-Hilfe-Griffe üben.

Helden von heute und morgen

Der beliebte „Radio Wien"-Moderator Alex Jokel wird ab 13 Uhr durch das Bühnenprogramm führen und die bereits im letzten Jahr bewährte Samariterband & Friends präsentieren. Besonderes Highlight für die weiblichen Teenager: Jonathan Reiner, der mit seinem selbst komponierten Song „Beautiful World" bei den „Helden von Morgen" viele Mädchenherzen höherschlagen ließ. Aufregend wird es auch, wenn vor der Bühne zwei Noteinsätze samt Rettungsautos und -hunden realistisch nachgespielt werden. Und auch fürs leibliche Wohl ist wieder gesorgt: Die Feldküche des Samariterbundes kocht für alle Besucher gratis Chili con Carne und Kaiserschmarrn auf. Wir freuen uns auf Ihren Besuch! ■

Samariterbund, Reiner

DAS PROGRAMM

Wann: 7. Juli 2012, 13–18 Uhr
Wo: 2., Kaiserwiese im Prater
Moderation: Alex Jokel
Bühnenprogramm:
* Notrufnummernlied mit der Samariterjugend * Einsatzübungen * Vorführungen Rettungs- und Besuchshunde * Rätselrallye * Samariterband * Konzert Jonathan Reiner
Stationen:
* Katastrophenhilfe * Wasserrettung * Entwicklungszusammenarbeit * Rettungs- und Krankentransport * Rettungshunde * Pflege * Heimnotruf * Essen auf Rädern * Samariterjugend * Schulung * Wohnungslosenhilfe * Flüchtlingsbetreuung * Sozialmarkt * Kinderbereich * Café Erste Hilfe * ASB-Shop * Feldküche

EINTRITT FREI!

Hundeführer mit guter Spürnase

ZUM MUTTERTAG GAB ES DANK HUNDESTAFFELKOMMANDANT PETER LUCKERBAUER EIN HAPPYEND: DIE SUCHAKTION NACH EINER VERMISSTEN 81-JÄHRIGEN KONNTE ERFOLGREICH BEENDET WERDEN.

Links: Peter und seine Cindy im „Einsatz" für den Notfall. Unten: mit Bundespräsident Heinz Fischer im Gespräch über seine Arbeit bei der Hundestaffel.

In der Nacht vor dem Muttertag fand in Wien eine große Suchaktion statt: Eine 81-jährige, demente Frau wurde in Wien-Liesing vermisst. Der Samariterbund samt Rettungshundestaffel rückte zur Suche aus. Peter Luckerbauer vom Samariterbund Favoriten suchte gemeinsam mit der Samariterin und diplomierten Krankenschwester Sonja Kikuta sowie der Tochter der Vermissten die Gegend um das Pensionistenheim in Atzgersdorf, wo die Frau wohnt, ab. Gegen Mitternacht entdeckte Peter Luckerbauer durch das beleuchtete Gangfenster eines anderen Wohnheimes eine ältere Dame, die in Straßenkleidung dort spazieren ging. Der Samariter und die Tochter baten die Nachtschwester des Pflegeheims, nachschauen zu dürfen, ob die gesichtete Person die Vermisste ist. Tatsächlich konnte ein paar Minuten später die gesuchte Frau mit einem Krankenwagen des Samariterbundes in ihr Pensionistenheim zurück gefahren werden. „Herzlichen Dank an die engagierten Helfer! Das ist das schönste Muttertagsgeschenk, das es in unserer Familie je gab", sagte Brigitte M., Tochter der vermissten Frau, überglücklich.

Ein Mann, ein Hund

Obwohl bei diesem Einsatz Rettungshündin Cindy aufgrund einer Verletzung gerade nicht einsatzfähig war, hatte Peter Luckerbauer bravourös die Spürnase seiner Hündin ersetzt. Der 41-Jährige, der sich seit 2004 ehrenamtlich beim Samariterbund engagiert, besuchte vor vielen Jahren bei einem Straßenfest den Stand der Rettungshundestaffel des Samariterbundes. Damals war seine Golden-Retriever-Hündin Cindy noch ein Welpe, mittlerweile ist sie ausgebildete Rettungshündin und Peter Luckerbauer Hundestaffelkommandant des Samariterbundes Favoriten. Freizeit hat Luckerbauer wenig, denn an den Wochenenden wird meist für den Notfall trainiert, zwischenzeitlich werden mit der Hundestaffel Schulen und Kindergärten besucht. Außerdem sieht man die beiden bei fast jeder größeren Veranstaltung in Wien, wenn sie mit großem Einsatz den Samariterbund präsentieren. Aber auch Peter Luckerbauers Eltern sind aktiv: Nachdem sie ihn öfters beim Samariterbund-Stand besuchten, wollten sie eines Tages auch Gutes tun. Seither helfen Peter sen. und Gisela Luckerbauer bei jeder Veranstaltung mit, sei es beim Christkindlmarkt, bei der Seniorenmesse oder beim 1.-Mai-Fest im Prater. „Ich mache das aus Überzeugung", erklärt Peter Luckerbauer sein Engagement. „Man leistet Sinnvolles für die Gesellschaft und wenn man helfen und Freude vermitteln kann, weiß man all die Strapazen zu schätzen. Außerdem macht die Arbeit mit meinem Hundestaffel-Team große Freude und ich bin sehr stolz auf meine Kollegen und ihre vierbeinigen Helden." ■

» PETER LUCKERBAUER
„Wenn man helfen kann, weiß man all die Strapazen zu schätzen." «

Glückliches Ende für die ältere Dame, die sich verirrt hatte: Mutter und Tochter sind dem freundlichen Samariter für den Einsatz dankbar.

Samariterbund

Sicher feiern auf der Insel

EUROPAS GRÖSSTES OPEN-AIR-FESTIVAL FINDET HEUER BEREITS ZUM 29. MAL STATT. WIE IMMER MIT DABEI: DIE SAMARITERINNEN UND SAMARITER.

Bei Europas größtem Musikfestival leistet der Arbeiter-Samariter-Bund unermüdlich medizinische Hilfe.

Zusammen leben, zusammen feiern“ lautet das Motto des diesjährigen Donauinselfests, das vom 22. bis 24. Juni stattfindet. Mit den „Simple Minds“, „Ja, Panik“, „Heinz aus Wien“ und „DJ Antoine“ stehen bereits die ersten Acts fest. An die drei Millionen Besucher werden heuer erwartet. Für die Sanitäterinnen und Sanitäter des Samariterbundes bedeutet das drei Tage lang Dauereinsatz mit 7.000 Dienststunden. Mit täglich rund 200 Sanitätern und Ärzten auf 12 Standorten und mit 26 Fahrzeugen betreut die Gruppe Floridsdorf-Donaustadt des ASBÖ in alter Tradition das Donauinselfest 2012.

Schnittverletzung bis Geburt

Dipl.-Ing. Erwin Scheidl, ist seit 27 Jahren als Samariter dabei und seit über zehn Jahren als Einsatzleiter vor Ort. Er hat dabei schon einiges erlebt, wie etwa als ein Blitz beim Falco-Konzert einschlug und trotzdem weitergespielt wurde oder als ein Heißluftballon abstürzte. Die Einsatztage am Funkgerät sind für ihn bereits Routine, eine Herausforderung stellen aber nach wie vor die Vorbereitung und Koordination des gesamten Stabs von der Materialverwaltung bis hin zum technischen Dienst dar. Der Dienstplan muss gefüllt werden und das mit ausschließlich ehrenamtlichen Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern. Von der einfachen Schnittverletzung bis hin zum Herzinfarkt oder der gebärenden Mutter reichen die Vorkommnisse. Den Besuchern rät er zu festem Schuhwerk und ausreichender Zufuhr von antialkoholischen Getränken. Überfüllte Bühnen und Menschenansammlungen sollten vermieden werden. Bei über 20 Bühnen wird es auch genug Ausweichmöglichkeiten geben.

Bewährtes Sicherheitskonzept

Bereits im Vorjahr hat sich das neue Sicherheitskonzept bewährt. In Zusammenarbeit mit Experten wurden zahlreiche Maßnahmen zur Verbesserung der Sicherheit gesetzt. Insgesamt 24 Kameras werden den Einsatzorganisationen einen Überblick über das Gelände bieten. Für rasche Orientierung werden 60 Besucher-Leitsystemtürme auf dem gesamten Areal sowie unter anderem fünf Meetingpoints sorgen. Auch wird es mehr Scheinwerferboxen zur besseren Ausleuchtung der Wege geben. Zudem soll erneut ein gestaffeltes Ende der Bühnen-Acts für ein entspanntes An- und Abreiseverhalten sorgen.

Zahlen, Daten, Fakten

Donauinselfest 2012
4,5 km Festgelände (zwischen Nordbrücke und Reichsbrücke); um die 20 verschiedene Themeninseln – für jeden Musikgeschmack; an die 2.000 KünstlerInnen mit über 600 Stunden Programm; zudem Sportveranstaltungen und umfangreiches Familienangebot; über 300 Gastronomie- und Verkaufsstände sorgen sich ums leibliche Wohl. Der Eintritt zum größten Open-Air-Festival Europas ist frei!

» DIPL.-ING. ERWIN SCHEIDL
„Warum ich mich jedes Jahr drei Tage freiwillig in die Einsatzzentrale setze? Weil es das Highlight des Jahres ist!“ «

Kunst als Therapie

MITHILFE VON EHRENAMTLICHEN KUNSTTHERAPEUTINNEN KÖNNEN FLÜCHTLINGSKINDER IHRE TRAUMATISCHEN ERLEBNISSE AUS DER VERLASSENEN HEIMAT AUFARBEITEN.

Donnerstag ist für die Kinder der Samariterbund-Flüchtlingseinrichtung „Haus Winkeläckerweg“ ein besonderer Tag: Wenn Susi, Alexandra und Andrea zu Besuch kommen, können sie für einige Stunden in eine Welt der Farben, Formen und Musik tauchen. Die drei Therapeutinnen widmen sich einmal pro Woche den Kindern. Beziehungsarbeit, Selbstbewusstseinsbildung und Talente stärken und fördern sind die Ziele. „Kinder haben noch einen sehr spielerischeren Zugang zu den künstlerischen Medien“, erklärt die ausgebildete Pädagogin Susanne. „Jedes Kind kommt freiwillig zu uns und wir fragen nicht nach, die Kinder erzählen während des Malens, Bastelns oder Töpferns von selbst ihre Geschichten.“ Viele haben in ihrer Heimat Krieg und Terror erlebt, ihre Trauer und Wut können sie über die Kunst oft besser ausdrücken als mit Worten. Die ergeben sich später. „Wir hatten zum Beispiel drei Geschwister, die am Anfang nichts gesprochen und sich nichts getraut haben. Jetzt reden sie schon viel mit und unterstützen auch die Kleineren. Was die Kinder am meisten brauchen, ist jemand, der einfach mal nur für sie da ist und ihnen zuhört“, berichtet Susanne. Die Kinder sind stolz auf ihre Werke und zeigen sie gerne her, aber die Therapeutinnen sind darum bemüht, keinerlei Art der Wertung abzugeben. Nicht immer leicht, bei den vielen unglaublich schönen Kunstwerken, die sich während einer Therapiestunde ergeben. Während der Therapiestunde herrscht eine Mischung aus Ruhe und Ausgelassenheit. Anfangs wurden Grenzen ausgetestet und manchmal musste erst Respekt erarbeitet werden. Gemeinsam mit den Kindern wurden Spielregeln entwickelt, denn es ist wichtig, dass sich jedes Kind in dieser speziellen Zeit absolut sicher und wohl fühlt. Großer Bewegungsdrang und Zorn dürfen am sogenannten „Wutball“ ausgelassen werden. „Das leere Blatt stellt oft eine große Überwindung dar und die Kinder möchten da oft unsere Hilfe. Wir ermuntern sie, das selbst zu versuchen, und wenn sie es dann allein geschafft haben, das Blatt zu füllen, sind sie sehr glücklich und stolz“, ergänzt Alexandra.

Samariterbund, Jobst

Theater und Workshops

Die Therapeutinnen üben darüber hinaus mit einigen der Kinder für ein Theaterstück und bieten auch mit großem Erfolg den Müttern der Kinder Kreativ-Workshops an. Einer der schönsten „Gewinne“ für Susi war, als eine der Frauen, die am Anfang sehr skeptisch war, zu ihr sagte: „Das Zeichnen war für mich die beste Therapie.“

Aktiv altern

DAS JAHR 2012 WURDE ZUM „EUROPÄISCHEN JAHR DES AKTIVEN ALTERNS UND DER SOLIDARITÄT ZWISCHEN DEN GENERATIONEN“ AUSGERUFEN. BOTSCHAFTERIN DR. ANGELIKA ROSENBERGER-SPITZY IM GESPRÄCH.

Die Botschafterin Dr. Angelika Rosenberger-Spitzy und Landtagspräsidentin Marianne Klicka im Gespräch

Viele Menschen fürchten sich vor dem Älterwerden. Dass das Leben aber auch nach dem sechzigsten Lebensjahr noch viel zu bieten hat, erklärt Dr. Rosenberger-Spitzy, die zur Koordinatorin der Stadt Wien zum EU-Jahr des aktiven Alterns und der Solidarität zwischen den Generationen ernannt wurde.

Frau Dr. Rosenberger-Spitzy, was verstehen Sie persönlich unter „aktivem Altern“?
Für mich persönlich bedeutet es, dass man agil bleibt und neugierig. Ältere Menschen können für die Gesellschaft ein großer Gewinn sein. Sie bringen viele wertvolle Erfahrungen mit. Aktives Altern bedeutet, bei guter Gesundheit und als vollwertiges Mitglied der Gesellschaft älter zu werden, ein erfülltes Berufsleben zu führen und im Alltag unabhängig sein. Das kommt der gesamten Gesellschaft zugute.

Welche Ziele verfolgt dieses Europäische Jahr?
In Wien möchten wir in erster Linie die Öffentlichkeit für dieses wichtige Thema sensibilisieren. Wir möchten die Altersdiskriminierung bekämpfen, ein Altern in Gesundheit und Würde fördern und auch die Solidarität zwischen den Generationen stärken. Dazu gibt es eine Reihe von Initiativen und Veranstaltungen. Ein wichtiger Punkt ist dabei das Thema Beschäftigung. Wir müssen älteren Arbeitnehmern bessere Chancen auf dem Arbeitsmarkt geben, ihnen mehr Teilhabe an der Gesellschaft ermöglichen und zu einer eigenständigen Lebensführung motivieren.

Was kann jeder Einzelne dafür tun?
Das beste Gegenmittel ist Prävention, das beginnt bei gesunder Ernährung und täglichem Bewegungstraining und geht bis hin zu ehrenamtlichen Tätigkeiten. Denn auch der soziale Kontakt hält jung. Aber im Prinzip ist hier unser aller Mitverantwortung gefragt. Die Förderung des aktiven Alterns erfordert einen mehrdimensionalen Ansatz. Neben dem Engagement jedes Einzelnen ist die Verantwortung von politischen Funktionsträgern sowie von Unternehmen und Sozialpartnern und allen relevanten Akteuren notwendig. Der Beitrag, den ältere Menschen zur Gesellschaft leisten, wird meist ebenso übersehen wie ihre ehrenamtlichen Tätigkeiten. Wir möchten erreichen, dass der gesellschaftliche Beitrag älterer Menschen stärker gewürdigt wird und Bedingungen geschaffen werden, die ihre Rolle fördern.

Welche Rolle spielt hier die jüngere Generation?
Aus gutem Grund ist das Europäische Jahr 2012 nicht nur dem aktiven Altern gewidmet, sondern auch der Solidarität zwischen den Generationen, also der gegenseitigen Unterstützung von Jüngeren und Älteren. In Zeiten, in denen die Jüngeren weniger und die Älteren mehr werden, ist das besonders wichtig. Soziale Sicherheit und sozialer Zusammenhalt sind die Grundlagen für das Gelingen des aktiven Alterns und der Solidarität zwischen den Generationen.
www.aktivaltern2012.at

Zur Person

Dr. Angelika Rosenberger-Spitzy
Nach Oberarzttätigkeit im Geriatriezentrum Donaustadt im SMZ Ost wurde die Internistin 1993 zur Ärztlichen Direktorin im Geriatriezentrum Am Wienerwald ernannt. Seit 2005 ist Dr. Rosenberger-Spitzy Chefärztin im Fonds Soziales Wien. Seit 2010 arbeitet sie außerdem als SeniorInnenbeauftragte der Stadt Wien, ist Leiterin des SeniorInnenbüros, Geschäftsführerin des Wiener Senioren- und Seniorinnenbeirates sowie Mitglied diverser Gremien wie AG Bundesseniorenplan oder dem Freiwilligenrat. 2011 Ernennung zur Koordinatorin der Stadt Wien zum EU-Jahr der Freiwilligentätigkeit.

Tag der offenen Tür in der Senioren-WG am Mühlgrund

AM 16. MAI WAREN ALLE INTERESSIERTEN HERZLICHST EINGELADEN, DAS WOHNHAUS UND DIE NEUE SENIORENWOHNGEMEINSCHAFT IN DER MÜHLGRUNDGASSE 3 IN STADLAU ZU BESICHTIGEN.

Der Anteil an älteren Menschen in der Bevölkerung nimmt erfreulicherweise zu. Wohnen im fortgeschrittenen Lebensalter gewinnt damit zunehmend an Bedeutung. Im Rahmen des vom wohnfonds_wien ausgelobten Bauträgerwettbewerbs „generationen: wohnen am mühlgrund“ sollten Wohnformen entwickelt werden, die Rücksicht auf die Wohnbedürfnisse von Senioren nehmen und das Zusammenleben zwischen den Generationen stärken. Der Bauträger BUWOG ging mit einem von ARTEC Architekten geplanten Wohnprojekt in Passivhaustechnologie als einer der drei Sieger hervor. Die 54 gefördert errichteten Wohneinheiten – 18 davon mit Superförderung – sowie eine vom Wiener Samariterbund betreute Senioren-Wohngemeinschaft für acht Personen wurden kürzlich bezogen. Wohnbaustadtrat Michael Ludwig, BUWOG-Geschäftsführer Gerhard Schuster sowie Oliver Löhlein, Landesgeschäftsführer Samariterbund Wien, übergaben im Rahmen eines Festes dieses innovative Wohnprojekt in der Donaustädter Mühlgrundgasse 3 offiziell seinen Bewohnern. Darüber hinaus konnten interessierte Besucher die Senioren-WG besichtigen.

Gemeinsam kochen verbindet und in Gesellschaft schmeckt es auch besser

Oliver Löhlein im Gespräch mit einem Bewohner der Senioren-WG.

Wohnküche und Terrasse

Die auf ca. 400 m² angelegte Wohngemeinschaft für acht Senioren befindet sich im ersten Stock. Auf die Bedürfnisse der Bewohner wird unter anderem mit umfassend barrierefreier Ausstattung Rücksicht genommen. Die sonnendurchfluteten Einzelzimmer mit Badezimmer sind zwischen 23 und 28 m² groß. Dazu kommt ein großer Aufenthaltsbereich mit Wohnküche und Terrasse. Die Betreuung der Wohngemeinschaft übernimmt ein Team aus Heimhilfen, Pflegehilfen und diplomiertem Krankenpflegepersonal des Wiener Samariterbundes. Die Wohngemeinschaft fördert der Fonds Soziales Wien aus Mitteln der Stadt Wien.

„Ich denke, die Senioren-WG ist das Modell der Zukunft. Hier haben die älteren Menschen sowohl Möglichkeit zur Kommunikation als auch zum Rückzug in ihre Privaträume. Sie können sich austauschen und gegenseitig unterstützen, gleichzeitig eigenständig leben und ihren Tagesablauf sowie das Ausmaß der Betreuung durch das Fachpersonal selbst bestimmen“, erklärte Oliver Löhlein, Landesgeschäftsführer des Samariterbundes Wien.

Hell und offen ist das Haus am Mühlengrund für seine Bewohner

Noch sind Wohnungen frei! Nähere Informationen: Samariterbund Wien, Gesundheits- und Soziale Dienste, Tel.: 01/89 145-283

Samariterbund

Kinder helfen Kindern

Durch die Speiseröhre kommt die Nahrung in unseren Magen. Dort wird sie von den sehr kräftigen Magenmuskeln durchgeknetet. So können die wertvollen Nährstoffe aus der Nahrung herausgelöst und mit den Magensäften vermischt werden. Der saure Magensaft tötet dabei viele Bakterien und schützt so vor Infektionen. Es entsteht ein flüssiger Speisebrei, der in den Zwölffingerdarm weiterfließt. Warum knurrt unser Magen, wenn wir Hunger haben? Wenn unser Magen leer ist, arbeiten die Magenmuskeln trotzdem weiter. Die Flüssigkeit und Luft werden durch die Bewegung der Magenwände durcheinandergewirbelt und erzeugen dabei das charakteristische „Knurren“.

Was ist eigentlich ...?

DER MAGEN

SUCHBILDRÄTSEL: FINDE DIE 5 FEHLER

Termine
Wichtige Kurse

„16 Stunden für das Leben" – Erste-Hilfe-Grundkurs, Betriebsersthelfer-Kurs Gemäß § 26 ASchG und § 40 AStV

In diesem Grundkurs werden Sie auf die wichtigsten Notfälle in jeder Situation vorbereitet: am Arbeitsplatz, im Haushalt und Verkehr, beim Sport und in der Freizeit. Als Ersthelfer wissen Sie, was zu tun ist, und setzen selbstbewusst die oft lebensrettenden Sofortmaßnahmen.
Dieser Grundkurs ist für Betriebsersthelfer und Autobuslenker sowie für den Bezug einer Giftlizenz gesetzlich vorgeschrieben. Das neue Kurskonzept setzt auf viele praxisnahe Übungen und reduziert die Theorie auf das Notwendigste. Für diesen Kurs ist eine Förderung durch die AUVA möglich.
Dauer: 16 Stunden, jeweils 8–17 Uhr
Kursgebühr: 65 Euro (inkl. 10 Prozent MwSt.)

23. & 24. 6. 2012
3. & 4. 7. 2012
28. & 29. 8. 2012
4. & 5. 9. 2012
18. & 19. 9. 2012

„Training für das Leben" – Erste-Hilfe-Auffrischungskurs Gemäß § 26 ASchG und § 40 AStV

Einmal gelernte Fertigkeiten werden schnell vergessen, wenn die entsprechende Übung fehlt. Ein regelmäßiger Auffrischungskurs lohnt sich also gerade bei der Ersten Hilfe, die man selten praktiziert, bei der aber im Ernstfall Handeln ohne Zögern gefragt ist. Für betriebliche Ersthelfer ist dieser Kurs alle vier Jahre gesetzlich vorgeschrieben. Voraussetzung ist, dass der Grundkurs maximal vier Jahre zurückliegt.
Dauer: 8 Stunden, jeweils 8–17 Uhr
Kursgebühr: 55 Euro (inkl. 10 Prozent MwSt.)

20. 6. 2012
12. 9. 2012

Rettungssanitäterkurs Frühjahr 2012

Kursort: Pillergasse 24, 1150 Wien

Beginn 30. 8. 2012
(siehe Beilage)

Anmeldung
E-Mail: erstehilfe@samariterwien.at
Telefon: 01/89 145-181
Fax: 01/89 145-99181

Kontakt

Arbeiter-Samariter-Bund Österreichs
Landesverband Wien
Pillergasse 24
1150 Wien
01/89 145-210

Krankentransport
01/89 144

Gesundheits- und Soziale Dienste
01/89 145-283

Essen auf Rädern
01/89 145-173

Heimnotruf
01/89 145-161

Thinkstock, Samariterbund

Ströck

BIO-ROGGEN-
SAUERTEIGBROT

Weizenfrei und ohne Backhefe!

BEWUSST für mich

BIO logisch!