

Federkiel & Tintenfass

Die Zeitung der Silberhoamat Schwaz

Frühling und Sommer

Themenschwerpunkt:
**Meisterschaft und
Menschlichkeit**

Ilse Ehrenstrasser
Seite 20

Monika Prem, Isolde Krapf,
Martina Wöll,
Seite 24

Irmgard Mayr, Prof. Lore Bichl
Seite 30

Traumberuf Pflege
Guten Morgen, Herr Christian
Seite 16

Trick 17
Wir teilen unsere geheimsten
Kniffe und Tricks mit euch
Seite 23

• **Silberhoamat** •
Freude am Alter

Unsere Verbandsversammlung

Der Altenheimverband Schwaz und Umgebung ist Träger unserer Silberhoamat mit Knappenanger, Weidachhof, Marienheim und dem Betreuten Wohnen. In der Verbandsversammlung wird das Budget beschlossen. Damit werden die notwendigen Mittel bereitgestellt, damit wir in unseren Häusern alle Leistungen erbringen können, die es für ein erfülltes Leben und bestmögliche Begleitung unserer Bewohnerinnen und Bewohner braucht und die unseren Teams gutes Arbeiten und eine dafür erforderliche Entwicklung ermöglichen.

Gerade in den letzten Jahren haben wir uns bemüht, die Herausforderungen im Bereich der Umbauten und der Neubauten zu bewältigen und dabei alle Schritte gesetzt, die für ein positives Ergebnis notwendig waren. So haben wir auch Exkursionen durchgeführt, uns neue und interessante Einrichtungen in Österreich angeschaut und daraus viele wichtige Erkenntnisse gewonnen, die wir in unsere Bauprojekte einfließen lassen konnten. Seit über 20

Jahren unterstützen wir auch die Unternehmenskultur der Wahrnehmenden Pflege und Betreuung, die für das Leben und Arbeiten in der Silberhoamat eine tragende Säule ist.

Unsere Verbandsgemeinden Buch, Gallzein, Pill, Schwaz, Stans, Terfens, Weer und Weerberg werden vertreten durch

Verbandsobmann Bgm. Dr. Hans Lintner, Schwaz
Obmann-Stv. Bgm. Hubert Hußl, Terfens
Bgmⁱⁿ Marion Wex, Buch
Bgm. Josef Brunner, Gallzein
Bgm. DI Hannes Fender, Pill
Bgm. Michael Huber, Stans
Bgm. Mag. Markus Zijerveld, Weer
Bgm. Gerhard Angerer, Weerberg

Weitere Mitglieder der Verbandsversammlung sind Vize-Bgmⁱⁿ Victoria Weber MSc, GRⁱⁿ Helga Egger, GR Walter Egger, StRⁱⁿ Mag. Viktoria Gruber MA



Bgm. Dr. Hans Lintner



Bgm. Hubert Hußl



Bgm. Michael Huber



Bgmⁱⁿ Marion Wex



Bgm. Josef Brunner



Bgm. Gerhard Angerer



Bgm. Mag. Markus Zijerveld



Bgm. DI Hannes Fender

Liebe Leserinnen und Leser



Bgm. Hans Lintner



HL Andreas Mair

Die Gärten und Außenbereiche unserer drei Häuser präsentieren sich dank fleißiger Helfer und ihrer „grünen Daumen“ prächtig und einladend. Auch wenn die Idylle da (im Knappenanger oder Marienheim) und dort (im Weidachhof) durch Bau- und Umbauarbeiten manchmal gestört wird, so können wir doch diese kleinen Oasen genießen.

Im Herbst gehen die Bauarbeiten in der Silberhoamat Knappenanger endlich zu Ende. Die Wohnbereiche im ersten und zweiten Stock Mitte, das Café und der Mehrzwecksaal werden dann in neuem, gemütlich-einladenden Glanz erstrahlen. Damit wird nach mehr als zweieinhalb Jahren wieder Ruhe einkehren. Wir danken der ganzen Hausgemeinschaft am Knappenanger herzlichst für das Verständnis für die Lärm- und Schmutzbelastungen und die hohe Bereitschaft, diese langwierigen Strapazen mitzutragen.

In der Silberhoamat Weidachhof herrscht seit Anfang April rege Bautätigkeit. Wir spüren, dass unsere Bewohner, Angehörige und Mitarbeiter viel Interesse zeigen und sich alle auf das neue Haus ab Anfang

2023 sehr freuen. Wir werden den Planungs- und Bauprozess gemeinsam mit unserer Hausgemeinschaft im Weidachhof gut und verantwortungsbewusst begleiten.

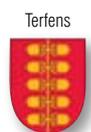
Auch im Marienheim bringt die benachbarte Baustelle einer Wohnanlage Baulärm und Schmutz in den Alltag der Hausgemeinschaft.

Trotzdem ist das Miteinander wie in der gesamten Silberhoamat nach coronabedingt schwierigen Monaten im Haus ein sehr gutes, es ist viel Menschlichkeit und Engagement spürbar, der Mensch steht im Mittelpunkt aller Bemühungen.

Eben diese Menschlichkeit und das Miteinander sind es, die unsere Silberhoamat-Familie auszeichnen. Sie helfen uns, schwierige, krisenbehaftete Zeiten zu überbrücken. In diesem Zusammenhang möchten wir auch den politisch Verantwortlichen unseres Gemeindeverbandes ebenso wie den Leitungsteams unserer drei Häuser besonders danken. Sie und die Mitarbeiter sind die „guten Seelen“ unserer Silberhoamat, für unsere Bewohner schlägt unser Herz.

Bgm. Hans Lintner
Verbandsobmann

Andreas Mair
Heimleiter



„Wenn du am Morgen aufstehst, dann sage Dank für das Morgenlicht, für dein Leben und die Kraft, die du besitzt. Sage Dank für deine Nahrung und die Freude, am Leben zu sein. Wenn du keinen Grund siehst, Dank zu sagen, liegt der Fehler bei dir.“

Tecumseh, Indianerhäuptling der Shawnee und politischer Führer in Nordamerika

Wir sehen viele Gründe, DANKE ZU SAGEN

Zuerst einmal an die **Gemeinde Terfens** mit ihrem **Bürgermeister Hubert Hußl**. Seit vielen, vielen Jahren spendieren sie uns immer am Unsinnigen Donnerstag eine **Riesenladung Faschingskrapfen**. Und zwar für alle Häuser, für alle Mitarbeiter und alle Bewohner. Die Krapfen waren auch in diesem Jahr köstlich. Wir bedanken uns sehr herzlich.

Zum Zweiten bedanken wir uns bei der **Stadtgemeinde Schwaz** für die **Primeln zum Valentinstag**, die ebenfalls alle Mitarbeiter und Heimbewohner bekommen. Ein herzliches Dankeschön.



Zum Dritten sagen wir danke dem **Lions-Club Schwaz** für die **Ostertopferpakete**, die von unseren Heimbewohnern immer sehr geschätzt werden. Kein Wunder, sie sind groß und prall gefüllt mit schönen, wertvollen, nützlichen Dingen. Wir sagen vielen herzlichen Dank.



Weiters bedankt sich die Silberhoamat **Knappenanger** bei der **Firma Kerschdorfer** für die **schönen Rosenstöckerl zum Muttertag**. Sie bringen jedes Mal Freude, wenn man sie anschaut und sie werden mit viel Liebe von unseren Heimbewohnerinnen und/oder vom betreuenden Personal gepflegt. Danke sehr.



Bedanken möchte sich auch die Silberhoamat **Marienheim** bei den **Schwazer Jungbauern**, die mit einem **liebevoll verpackten Ostergebäck** ein Lächeln in die Gesichter und Herzen unserer Heimbewohner gezaubert haben. Vergelt's Gott.



Ein herzliches Vergelt's Gott kommt schließlich aus der Silberhoamat **Weidachhof** für den **Bucherwirt in Buch**, der **seine berühmte Maibutter dieses Jahr in den Weidachhof geschickt hat**. Die Tradition des Ausfluges zum Maibutteressen wurde ja durch Corona unterbrochen. Und so sind bereits letztes Jahr nicht die Heimbewohner zur Maibutter, sondern ist die Maibutter zu den Heimbewohnern gekommen. Letztes Jahr in den Knappenanger, dieses Jahr in den Weidachhof. Lieber Andreas Kaufmann, wir sagen dir und deinem Team von Herzen danke.





Zu Ostern kam Lämmchen Elli vom Pillberg in die Silberhoamat **Knappenanger** auf Besuch. Das war natürlich eine besondere Freude für unsere Heimbewohnerinnen und Heimbewohner, die sich gerade vor dem Haus aufhielten. Wir danken Küchenchef Hans für diese nette Osterüberraschung.

Wir gratulieren herzlich ZUR GEBURT



Knappenanger. Unsere Mitarbeiterin Jasmin Orgler wurde zum dritten Mal Mama. „Hurra, unser kleiner Bruder Matthias ist da“, freuen sich die „großen Schwestern“ Katharina und Theresa. Er kam am 23.4.2021 mit den Idealmaßen 50 cm und 3.360 g zur Welt. Wir gratulieren herzlich Mama Jasmin und Papa Patrick zu ihrem dritten kleinen Sonnenschein und wünschen der jungen Familie viel Liebe und Freude, sowie Gottes reichen Segen.



Ein Kind, was ist das? Glück, für das es keine Worte gibt, Liebe, die Gestalt angenommen hat, eine Hand, die zurückführt in eine Welt, die man längst vergessen hat. (Unbekannt)

PENSIONIERUNG Angelika Wolf



Knappenanger. Wir verabschieden Angelika Wolf in den wohlverdienten Ruhestand, der für sie, genauso wie für uns, völlig überraschend und schnell gekommen ist. Sie genießt das Pensionsleben bereits intensiv und beschreibt die berühmten Symptome mit: „Keine Zeit! Ich weiß gar nicht, wie ich vorher das Arbeiten zeitlich untergebracht habe.“ Das ist gut! Wir machen uns keine Sorgen um unsere Geli, aber wir müssen lernen, ohne sie klarzukommen. Geli ist kaum ersetzbar, sie war eine hervorragende Mitarbeiterin, die immer freundlich war und ein offenes Ohr für alle hatte. Mit Liebe hat sie zusätzlich für unsere Station gebastelt und alles originell und schön dekoriert. „Wir vermissen dich, lass es dir gutgehen und komm uns oft besuchen, nicht nur, wenn du gerade Zeit hast.“ Dein EG Team



FESTE FEIERN wie sie fallen



Frühling im Knappenanger

Muttertagsfeier, Fotos 1, 2, 3

Palmbuschenbinden, Foto 4

Spielenachmittag, Foto 5

Italienischer Abend, Fotos 6, 7

Frühling genießen, Foto 8



Jetzt, wo der Wind wieder lauer weht und die Tage Wärme schenken, liegt auch Zuversicht in der Luft. Im Frühling findet man das blühende Leben, wenn leuchtende Blüten farbenfroh mit dem blitzblauen Himmel um die Wette strahlen.

Neues vom MARIENHEIM



Zuversicht ist in diesen Zeiten ein bedeutendes Wort. Sind wir doch alle genervt und erschöpft von den Einschränkungen und Problemen, die die Corona-Pandemie im vergangenen Jahr weltweit von uns Menschen abverlangt hat.

Im Marienheim war es ab Februar wieder möglich, dass sich BewohnerInnen wenigstens im kleinen Kreis in den Wohnbereichen treffen konnten. Anstelle von Gottesdiensten wurden in der Fastenzeit wöchentlich Andachten gefeiert, wo auch der so wichtige Gedankenaustausch stattfinden konnte.

Ebenso traf man sich in den Wohnbereichen zu Gruppentreffen, wo verschiedene Themen bearbeitet wurden. Zu Frühlingsthemen wie „Gartenarbeit“, „die Bedeutung der Farben“ oder „Wissenswertes zu verschiedenen Vogelarten“, wurde lebhaft diskutiert und anhand von Gegenständen, Begriffen und Melodien die Sinne aktiviert.



Fr. Rosa Erler gab in diesen Gruppenstunden stets ein passendes, von ihr verfasstes Gedicht zum Besten.

aus „Frühling 2003“ von Rosa Erler

*„....Himmelschlüssl liachtgelb am Roan,
hobn gmoant, sie warn nu alloan.
Oba Na! Veilchen ducken sich am Zaun,
tean verwundert ins Greane schaugn.....“*



Das kreative Arbeiten erfreut sich bei den Bewohnern großer Beliebtheit. Da wurden **Ostersträuße geschmückt, Frühlingsblumen in Töpfe gepflanzt oder gemeinsam Palmzweige gebunden**. Bei den verschiedenen Aktivitäten zeigt sich die Beteiligung der BewohnerInnen in vielen Gestalten.



Nicht nur das aktive Mit-Tun und Mit-Erleben sind bei der Teilhabe am Alltag wesentlich. Das gemeinsame Entscheiden und der Austausch von Wissen erscheinen mir genauso wichtig. Welche Zweige werden verwendet, wann werden sie geweiht, welche Erinnerungen kommen einem beim Palmsonntag in den Sinn. Auch wenn man nicht mitbinden kann, so kann man vielleicht durch das Einbringen von Erfahrungen bei einer Diskussion einen wertvollen Beitrag leisten. Das wertschätzende, feinfühliges, ergänzende Miteinander bringt allen Lebensfreude und frohes Mitfeiern an den traditionellen Festen.



Diakon Josip feierte mit uns, dank schönem Wetter im Garten, einen **Wortgottesdienst mit Palmweihe**. Viele Frauen und Männer aus den Wohnbereichen waren gekommen, um daran teilzunehmen.



Im April war es erfreulicherweise wieder möglich, dass sich die BewohnerInnen von beiden Wohnbereichen treffen konnten und so wurde am Ostermontag im Dachboden nach langem wieder ein **feierlicher Ostergottesdienst** mit Pfarrer Martin Müller gefeiert. Auch wenn die Musik diesmal als klassischer Chorgesang aus dem Lautsprecher kam, so wurden doch viele Erinnerungen an feierliche Hochämter wieder wach.



Inzwischen haben wir im Marienheim bereits den Mai in einer **Gruppenstunde** gefeiert. Hat der Wonnemonat doch eine ganz besondere Bedeutung für viele Menschen. Sämtliche Festlichkeiten, Feiertage und auch der Muttertag fallen hier hinein, welchen wir an einem Nachmittag besonders mit Aufmerksamkeit bedacht haben. Zur Jause gab es einen **Eisbecher** und zur **Unterhaltung** wurden Mailieder gesungen, Gedichte vorgelesen und mit Bildern von berühmten Müttern auf der Leinwand **Geschichten erzählt**.



Der **Behälter für ein Muttertags-Geschenk** wurde im Vorfeld von den Bewohnerinnen geformt. Mit Krepppapier und Wasser entstanden bunte Schüsselchen, die zur bezaubernden Verpackung für ein Herz aus Holz wurden. Auch beim Serviettenfalten wurde fleißig mitgeholfen. So konnten sich alle mit ihrem Beitrag zu diesem Anlass beteiligen und eine große Vorfreude auf das Muttertagsfest wurde spürbar.





**John Henry Newman sagte einmal,
„Überlege dir für jeden Tag eine Freude,
du hast sie dir verdient.“**

In diesem Sinne gehen wir hinein in eine warme, bunte und hoffnungsvolle Zeit mit farbenfrohen Schätzen der Natur.

Hedi Mair
Tagesgestaltung Marienheim

Einladung Kunstprojekt Marienheim

Vernissage und Ausstellung im Marienheim Schwaz



Kunstwerke der BewohnerInnen, entstanden aus dem künstlerisch angeleiteten Malprojekt mit Künstlerin Daniela Gwercher, gesponsert von Adler Farbenfachmarkt Tirolack

zum Thema „Jahreszeiten“

Vernissage, am Freitag, 20. August 2021, 18 Uhr

Teilnahme mit Anmeldung!

**Ausstellungs-Öffnungszeiten: Samstag, 21. August 2021 bis einschließlich
Freitag, 27. August 2021, jeweils von 14 bis 17 Uhr im Marienheim**

Die KünstlerInnen freuen sich auf Ihren Besuch! Die Veranstaltung ist nicht durchführbar, falls es zu gegebenem Zeitpunkt zu veränderten gesetzlichen Bestimmungen hinsichtlich der Pandemie-Verordnungen kommt.

Frühling im WEIDACHHOF



Weidachhof

Frühlingsblumen setzen, Fotos 1, 2

Muttertagsfeier, Fotos 3, 4, 5

Türkischer Abend, Fotos 6, 7, 8

WIR PFLEGEN unsere Leidenschaft

Neue Werbeinitiative für künftige Mitarbeiter der Silberhoamat

Die Silberhoamat wächst weiter. Wir bekommen neue Bereiche dazu und suchen Menschen, die hier mit „Freude am Alter“ arbeiten wollen.

Ab November 2021 werden 10 bis 12 neue MitarbeiterInnen in der Pflege für zwei im Umbau befindliche Wohnbereiche am **KNAPPENANGER** gesucht. Ab Jänner 2023 brauchen wir dann eine große Anzahl von Pflegenden für die neuen Wohnbereiche in der Silberhoamat **WEIDACHHOF**, wo Hausgemeinschaften für 93 BewohnerInnen entstehen.

Um schon jetzt potentielle MitarbeiterInnen aus der Pflege anzusprechen, haben wir eine Mitarbeitergewinnungskampagne gestartet, deren

Plakate bereits in den Pflegeschulen und Gemeinden aushängen. Kurzfilme und Beiträge werden über Social Media und Einschaltungen in verschiedenen Printmedien veröffentlicht.

Sieben Mitarbeiter aus den drei Häusern haben sich als Models zur Verfügung gestellt und zeigen sehr gut, wie vielseitig diejenigen sind, die bei uns arbeiten und die wir suchen. „Wichtig ist es, Menschen zu finden, die zu uns passen und die sich bei uns wohlfühlen“, stellt Heimleiter Andreas Mair fest und bittet alle, die sich angesprochen fühlen, sich auf der Homepage der Silberhoamat ganz unkompliziert für eine erste Kontaktaufnahme anzumelden.

<https://silberhoamat.at/wir-pflegen-unsere-leidenschaften/>



·Silberhoamat·
Freude am Alter

Wir pflegen unsere Leidenschaft.
Komm' in die Silberhoamat und werde Teil unserer Familie!

BEWIRB DICH JETZT! jobs.silberhoamat.at

RÄTSEL GELÖST

Die Lösung des Preisrätsels der 89. Ausgabe lautete:
„**Silberhoamat macht Spass**“.

 **Knappenanger.** Frau Katharina Hintner aus der Hausgemeinschaft 2 liebt es, sich mit Zapfenrechnen, Lückentexten und anderen anspruchsvollen Denkaufgaben zu beschäftigen. Sie ist geistig voll fit und immer zur Stelle, wenn es gilt, bei der Erledigung der täglichen Arbeit in der Hausgemeinschaft mitzuhelfen. Wir freuen uns mit ihr und wünschen viel Freude mit dem Gewinn, der ihr von Birgit Troppmair aus der Verwaltung überreicht wurde.



MAIANDACHT



Seit 32 Jahren findet sonntags im Mai um 19 Uhr beim Bildstöckl der Familie Sprenger am Ostende von Schwaz eine Maiandacht statt. Hedwig mit über 90 Jahren fungierte auch heuer als Vorbeterin. Manchmal umrahmen drei fesche Burschen mit den Flügelhörnern die Andacht. Nachbarn und Freunde aus Nah und Fern nehmen gerne an der kleinen Maiandacht teil.

Wir heißen unsere neuen BewohnerInnen HERZLICH WILLKOMMEN

Knappenanger: Schenk Margit, Schwaz; Dr. Mair Walter, Schwaz; Spiß Helene, Schwaz
Höger Margaretha, Terfens; Thurnbichler Rita, Schwaz; Thurnbichler Johann, Schwaz
Kohler Anna, Weerberg; Haidacher Hilda, Schwaz; Oberkofler Maria, Schwaz
Hochschwarzer Irma, Weer

Marienheim: Santer Helga Sarah, Weerberg; Erler Rosa, Kolsass; Hosp Erika, Schwaz
Wasserer Christine, Schwaz; Huber Friedrich, Schwaz

Weidachhof: Tscheppe Otto, Schwaz; Kohlgruber Albuin, Weerberg; Bosatelli Cäcilia, Schwaz

WIR BEGRÜSSEN unsere neuen MitarbeiterInnen

Knappenanger: Beganovic Sabina, PA 1 links; Gökce Emine, Küchenhilfe;
Paulmichl Andreas, PA EG; Reyes-Chávez Roswitha, Wäscherei

Marienheim: Benkoe Zsuzsanna, Hilfskraft; Walter Barbara, PA

Waidachhof: Stock Birgit, DGKS; Gruber-Huber Rosmarie, PA

Traumberuf PFLEGE

„Guten Morgen, Herr Christian“ - oder wie der langhaarige Tischlerlehrling zur Stationsleitung im EG wurde.



Knappenanger

Christian Haag kam am 4. Oktober 1965 als „Waage“ im westlichen und als „Holz-Schlange“ im chinesischen Horoskop zur Welt. Damit ist an sich alles gesagt! Oder braucht es doch noch ein paar Erläuterungen? Also gut: Schon



früh zeigte sich Christian's Liebe für den Werkstoff Holz und seine ausgleichende, aufheiternde Wirkung auf alle Menschen in seiner Umgebung. Dank seiner charmanten und diplomatischen Art verbreitet er auch heute noch, Wohlfühlstimmung und versteht es, die Wogen zu glätten und alle wieder an einem gemeinsamen Strang ziehen zu lassen.

Die „Schlange“ im chinesischen Horoskop bringt große Weisheit, heilende Kräfte, Humor und Tiefe. Sie wird gern um Rat gefragt, ist verantwortungsvoll und sensibel. Menschen mit dem Element „Holz“ treiben Projekte voran und bilden sich gerne weiter. Sie lieben es, zu kommunizieren, ihre natürliche Weisheit hilft ihnen, gute Beziehungen zu allen zu pflegen und Auswege aus den schwierigsten Situationen zu finden. Dieser charmante, fröhliche Mensch ist eine der Seelen unserer Silberhoamat.

Chef vom EG

Das ist zwar alles recht blumig ausgedrückt, stimmt aber genau. Christian arbeitet seit 1993 bei uns im Haus in der Pflege und leitet seit Jänner 2005 das EG (Erdgeschoss) am Knappenanger.

Es macht Spaß, seine Mitarbeiterinnen nach Christians Qualitäten als Führungsperson und Mensch zu befragen. Sie beginnen zu lächeln, während sie nachdenken, so als stünde er vor ihnen und beschreiben ihn in etwa so: Christian ist eine Seele von Mensch, er ist die Ruhe in Person, er würde nie jemand kritisieren, ist immer positiv und sieht in allem immer das Gute. Er ist harmonisch und lustig,

lässt seine Mitarbeiterinnen frei arbeiten und traut ihnen alles zu. Wenn aber jemand Hilfe braucht, ist er sofort zur Stelle. „Kun i da helfn?“, ist sein Leitspruch, den er mindestens einmal, meistens aber wesentlich öfter am Tag sagt. Er ist der Liebling der älteren Damen. Er fährt gerne mit seiner Familie in Urlaub, aber seine Mitarbeiterinnen sind immer froh, wenn er wieder da ist, weil er umsichtig darauf schaut, dass es allen gut geht und es eine Freude ist, mit ihm zusammen zu arbeiten.

Werdegang

Christian selbst fühlt sich in der Silberhoamat zu Hause und liebt seine Arbeit umso mehr, als der Weg zum Traumberuf ein langer und gewundener war. Begonnen hat er seine Laufbahn mit einer Tischlerlehre in Terfens. Wie wir schon gehört haben, faszinierte ihn das Material Holz von Klein auf. Seine jugendlich langen Haare störten aber die Idylle und er merkte auch bald, dass er mehr lernen wollte als nur den alltäglichen, praktischen Gebrauch des Holzes. Er brach die Lehre ab und ging an die HTL für Tischler, Bildhauer und Maler in der Trenkwaldstraße in Innsbruck. Die Zusammenarbeit mit den Malern und Bildhauern war ganz nach seinem Geschmack. Das kam seiner Sicht der Welt und seinem natürlichen Gefühl für Ästhetik voll entgegen.

Nach vier interessanten Schuljahren mit erfolgreichem Abschluss wurde er zum Bundesheer einberufen und kam nach Siezenheim bei Salzburg. Er absolvierte die sechs Monate Grundausbildung und wurde dann Reservist.

Danach fing er an zu arbeiten, und zwar bei dem Sozialverein Jugendland, der mehrere Werkstätten beim Hafen in Innsbruck betrieb. Dort konnten Jugendliche aus schlechten sozialen Verhältnissen in der Tischlerei arbeiten, um dann einen Job zu finden. Sie haben Aufträge von Tischlern angenommen und abgearbeitet. Das hat Christian sehr gut gefallen, es war ein toller Job, nur finanziell war es schwierig und der Verein hat sich aus diesem Grund leider auch aufgelöst. Anschließend war der

inzwischen Vater gewordene junge Mann bei der VOWA in einer Abteilung, die Wohn- und Campingmobile ausbaute, entsprechend der besonderen Wünsche der Kunden. Da blieb er drei Jahre bis auch diese Abteilung sich auflöste.



Grundwehrdienst, Reservist, Zivildienst

Nach den wenig guten Eindrücken, die schon die Grundwehrzeit in der Kaserne bei ihm hinterlassen hatte, erlebte Christian seine zweite Reservistenübung als echten Horror. Es war neblig und feucht, die Burschen um ihn herum hatten nur einen Gedanken, und zwar „Wo organisiere ich mir mein Bier?“, der Führungsstab zeichnete sich durch extra groben Umgang mit den Soldaten aus und Schwächere wurden regelrecht gemobbt. Als Christian erfuhr, dass er statt der verbleibenden zwei Monate Truppenübungen auch vier Monate Zivildienst machen könnte, setzte er alle Hebel in Bewegung, um in dieses Programm hinein zu kommen. Somit ist er einer der wenigen, die sowohl Wehrdienst als auch Zivildienst gemacht haben.

Sein Einsatzort war das Altenwohnheim in Schwaz. Er kam damals auf die Pflege I. An seinem ersten Tag war Betriebsausflug. Alle waren weg und Christian war mit Berta allein auf dem Stock. Seine Aufgabe war es, in 30 Zimmern Staub zu saugen. Daran kann er sich noch gut erinnern. Die vorwiegend mobilen und selbstständigen Heimbewohner auf dem Stock haben sich wahrscheinlich sehr über das neue Gesicht gefreut.

Auf der Pflegestation waren aber die schweren Fälle und das Schicksal der zu Pflegenden ist Christian nahe gegangen. Am zweiten Tag hat er nach dem Dienst geweint, so fertig war er wegen all dieser Bedürftigkeit. An diesem Tag ist ihm alles nur als großes Elend vorgekommen. Er hat auch deswegen geweint, weil er vorher keine Ahnung gehabt hatte, was ihn da erwartet. Die Wirklichkeit hat ihn erschüttert.

Die Zivildienner haben fast alles getan, von Station

putzen bis pflegen, Verbandswechsel, duschen etc. Damals gab es noch keine Stockmädchen, das Pflegepersonal hat neben der Betreuung der Heimbewohner auch alles selber putzen müssen. Je mehr Einblick er bekam, umso mehr gefiel es dem Zivildienner Christian. Seine Sicht hat sich ins Positive gewandelt. Schnell hatte er eine persönliche Beziehung zu den Heimbewohnern und Heimbewohnerinnen aufgebaut und dann auch relativ rasch den Entschluss gefasst, die Pflege zu seinem Beruf machen zu wollen. „Wenn ich bleiben kann, bleibe ich“, hat er zum damaligen Heimleiter Franz Holzer gesagt. „Ja, du kannst bleiben. Machst die Schule und bleibst“, hat dieser geantwortet.

„Machst die Schule und bleibst!“

Zuerst absolvierte der Lernwillige den SHD. In Blöcken neben der Arbeit, immer 3 bis 4 Tage am Wochenende. Alles was Christian da gelernt hat, hat ihn interessiert. Er wollte immer mehr von der Pflege erfahren und immer weiter lernen. Er wollte auch Verantwortung übernehmen.

1993/94 absolvierte er mit dem Pflegehelfer die nächste Ausbildung und von 2003 bis 2007 erwarb er sich berufsbegleitend das Diplom zum Gesundheits- und Krankenpfleger. Sogar mit Auszeichnung, wie ich bei einem Blick in Christians Personalakte feststellen konnte. Die Krankenpflegeschule empfand er als wesentlich schwerer als die Ausbildung zum Pflegehelfer, aber trotzdem spannend und toll. Seit mehr als 15 Jahren ist der engagierte Pfleger nun Wohnbereichsverantwortlicher im EG. In einem neuen Projekt übernimmt er Aufträge für die Tischlereiwerkstatt, die im Hausgemeinschaftstrakt eingerichtet wurde und produziert in Zusammenarbeit mit holzbegeisterten Heimbewohnern die gewünschten Gegenstände und Möbelstücke, wie hier zum Beispiel ein mobiles Tischchen für Geländer aller Art, das man ganz einfach überall befestigen kann.





Noch ein paar Fragen zum Abschluss:

Andrea: Christian, würdest du wieder in die Pflege gehen, wenn du alles noch mal von vorn machen könntest? Und wenn ja wieder in die Langzeitpflege?

Christian: Ja, ich würde wieder in die Pflege wollen, und zwar ganz bewusst in die Altenpflege. Das habe ich bei meinen Praktika im Krankenhaus gesehen, wo es hektisch zugeht und du als Pfleger wenig Zeit hast, eine Beziehung zu den Patienten aufzubauen, bzw. die Leute das ja auch gar nicht wollen. Im Altenwohnheim kann man jede und jeden individuell begleiten. Es passiert automatisch, dass man eine Beziehung aufbaut. Dem der stellst du's gar nicht aus!

A: Was gefällt dir besonders an der Altenpflege?

Ch.: Besonders gefällt mir die Beziehung zum einzelnen Menschen, die individuelle Begleitung. Das wahrnehmende Erfassen der Besonderheiten der Menschen. Und obwohl es nicht immer lustig und spaßig ist, gibt es ganz viele kleine und schöne Dinge, bei denen einem das Herz immer wieder aufgeht, sobald man gelernt hat, drauf zu schauen. Und es kann sogar schön sein, jemanden im Sterben zu begleiten. Jeder Tag ist immer ganz

individuell und das macht die Arbeit so spannend, das Persönliche, Eigene, genauso wie es in unserer Vision steht.

A: Was würdest du einem jungen Menschen, der sich für die Pflege interessiert, raten?

Ch: Man muss hineinschnuppern, man braucht eh ein Vorpraktikum, in dem man sich klarwerden kann, ob das schon der richtige Weg für einen selbst ist.

A: Ist die Pflege eine Berufung?

Ch: Jeder Beruf ist eine Berufung, das gilt genauso für den Tischler und den Künstler wie für alle anderen Berufe. Man muss gut in sich hineinhorchen und herausfinden, ob das das Richtige für einen ist.

A: Wie ist die Entwicklung in unserem Haus? Hat sich da etwas getan?

Ch: Es gibt immer Höhen und Tiefen in allem was passiert. Corona ist eine der Tiefen. Mit dem Start des Projektes Apfelblüte 1998 gab es aber einen gewaltigen Qualitätssprung bei uns im Haus. Das war sehr spannend und tiefgründig. Die Mentorenausbildung und alles drumherum. Da war eine volle Aufbruchstimmung mit der wahrnehmenden

Pflege als ganz neuer Richtung.

A: Wie ist es mit den Finanzen? Wie wird man in der Pflege bezahlt?

Ch: Finanziell ist es zu wenig für das, was geleistet wird.

A: Wie ist es mit der Energie, die man braucht?

Ch: Ja, man ist voll gefordert, aber es gibt einem auch Kraft. Die Zeit für die soziale Betreuung ist zu wenig!

A: Hast du noch ein persönliches Erlebnis, an das du dich gerne zurück erinnerst?

Ch: Ja, da war ein Herr von der Gralsbewegung, mit ihm war man per Sie. Ich war der „Herr Christian“. Wie ich das erste Mal gesagt habe, „Grüß Gott, Herr L.“ hat er mich aufgeklärt: „Nein, nicht Grüß Gott! Hallo oder Guten Morgen oder Guten Tag kann man sagen, oder haben Sie Gott schon einmal gesehen?“ Er hatte immer eine Krawatte an und er hat mir mit 100 Jahren das Krawattenbinden gelernt. Mit 103 Jahren ist er dann verstorben. Es war mir ein Bedürfnis, ihm noch eine Krawatte mit ins Grab zu geben als meine persönliche Verabschiedung von ihm.



A: Danke für das Interview und danke für alles, was du tust. Wie schön, dass du bei uns bist.

Ch: Bitte sehr, ich bin auch sehr froh, hier zu sein.

Sie haben Freude am Umgang mit Menschen und Lust sich SOZIAL ZU ENGAGIEREN?



Knappenanger. Unser Café ist der Treffpunkt für Heimbewohner und Besucher in unserem Haus und wird momentan umgebaut. Zur Wiedereröffnung suchen wir ehrenamtliche Mitarbeiter, die uns unterstützen. Wir bieten eine erfüllende Tätigkeit im Team unserer Ehrenamtlichen, die Abwechslung und Freude in unser Haus bringen.

Wenn Sie ab Juli an je einem Nachmittag in der Woche von 14-17 Uhr Zeit haben und diese mit unseren Heimbewohnern verbringen wollen, dann wenden Sie sich bitte an unsere Freiwilligenbegleiterin Annette Hackl. Unter der Telefonnummer 05242/6901-932 ist sie täglich außer Mittwoch zu erreichen.

Wir freuen uns, Sie in unserem Team begrüßen zu dürfen!

Ilse Ehrenstrasser – eine unglaubliche Frau

Sie hat mit 47 Jahren bei den Olympischen Winterspielen in Lake Placid zwei Mal Gold und einmal Silber im Langlauf in den Disziplinen Klassisch, Skaten und Staffellauf gewonnen. Sie war fünf Mal Weltmeisterin und vier Mal Vize-Weltmeisterin im Langlauf.

Sie hat erst mit 44 Jahren mit dem Langlaufen begonnen, hat nebenher die Kantine im Tyrolitwerk geleitet und zwei Kinder großgezogen. Sie ist wirklich unglaublich.



Knappenger. Betreutes Wohnen

In allem meisterhaft

Egal, was sie in die Hand nimmt oder worum sie sich kümmert, alles macht sie meisterhaft. Ohne je verbissen zu sein und völlig frei von Starallüren. Im Gegenteil. Sie ist offenherzig und strahlt Wärme aus. Man fühlt sich sofort wohl in ihrer Nähe. Ich glaube, Frau Ilse Ehrenstrasser schöpft ihre Kraft aus einer tiefen Quelle der Verbundenheit mit dem Leben und ihrem ureigendsten inneren Kern.

Sport als Heilmittel und Kraftquelle

Der Sport hilft ihr dabei. Sie kann jetzt mit 87 Jahren natürlich nicht mehr so sporteln wie früher, sie fängt jetzt erst wieder an, nachdem im letzten Jahr ein Schicksalsschlag nach dem anderen den Sport komplett in den Hintergrund treten ließ.

„Früher bin ich von daheim weg, von der Fuggergasse, in einer Dreiviertelstunde Koglmoos rauf gelaufen und wieder heim. Beim Pflanzgarten steht ein Baum, den habe ich immer umarmt, zuerst beim Raufgehen, dann beim Runtergehen. Da will ich jetzt wieder hin, zu diesem Baum und dann Stück für Stück immer weiter.“

„Das Laufen war für mich auch eine Erholung vom Beruf, es passiert ja viel, wenn man mit vielen Mitarbeiterinnen zu tun hat ... und nachher bin ich glöffn und des ist ois net so arg. Man strampelt da so viel weg. Und des geht mir jetzt ab.“

Sport - ein Leben lang

Den Sport haben die acht Kinder von der Mutter mitbekommen. „Alle Geschwister waren sportlich. Mami ist mit uns laufen gegangen, und sie hat mit uns gespielt. Die Mami hat gut laufen können.“ Ilse



hat immer Sport betrieben und war eine sehr gute Eisläuferin, die in Innsbruck beim Schau-Eislaufen mitgefahren ist. Auch Schifahren hat sie sehr gut gekonnt. Und sie ist auf alle Berge hinaufgelaufen. Während sie neben den Kindern voll gearbeitet hat, ist sie jeden Tag laufen gegangen. Alle Tage.

Langlauf

Zum Langlaufen ist sie gekommen, weil einer ihrer Söhne ihr Langlaufschier geschenkt hat. Sie hat sich dann für einen Lauf in Pill angemeldet und der Franz Plaschg, ein Bekannter der Familie, hat gesagt, wenn du den Lauf unter dieser Zeit machst, dann trainiere ich dich. Das hat sie geschafft und er hat sie mit viel Geschick und Knowhow olympia- und weltmeisterschaftsreif gemacht. Ihr Mann Helmut war auch dabei, der war für das Wachseln zuständig, das ja eine eigene Wissenschaft für sich ist. Ihr Trainer und sie sind zum Beispiel den



Lake Placid 1980.

Gilfert hinaufgelaufen und beim Hecher hinten mit den Langlaufschiern runtergefahren. In Lake Placid war eine Abfahrt dabei, die so halbschwererisch war, dass die meisten gebremst haben. Ilse hat sich aber nichts g'schi... und ist mit vollem Karacho runtergesaust.



2 x Olympisches Gold und 1 x Silber.

Franz und Helmut standen in der Kurve mit dem Flüssigkeitsnachschieb und haben sich abgedreht, weil sie gar nicht zuschauen konnten.

Jedes Jahr hat sie tausende Trainingskilometer auf den Langlaufschiern und den Schirollern gemacht und ist zusätzlich Marathons und Bergläufe mitgelaufen. Als Training. „Für mich war der Langlauf eine wahre Erholung, von Ehrgeiz wurde ich dabei sicherlich nicht getrieben, es war alles andere als eine Plage. Es hat mir einfach Spaß gemacht“, erzählt die rüstige Schwazerin, die jetzt im Betreuten Wohnen am Knappenanger wohnt.

Kindheit im Krieg

Ilse kam als jüngstes der acht Kinder zur Welt und erlebte als Zehnjährige mit voller Wucht die Brutalität des Krieges. „Uns hat der Bombenangriff erwischt“, erzählt sie und meint dabei mit uns die ganze Familie. Tödlich getroffen hat es ihre große Schwester Midi, sie war damals um die 16 Jahre alt und ging mit den beiden kleineren Schwes-

tern Trude und Ilse zum Schlössl hinauf, weil der Onkel angenommen hatte, dass da sicher keine Bomben fallen würden. Leider hatte er sich getäuscht und genau über den Mädchen, die sich auf dem Spazierweg nach Pill befanden, wurde eine Bombe abgeworfen. Die älteste Schwester Midi warf die kleineren auf den Boden und legte sich schützend über sie. Midi wurde bei der Explosion schwer verletzt. Nach dem Bombenangriff haben die 10jährige und die 12jährige ihre große Schwester in einem Leiterwagen in die Stadt hingerbracht. Unten haben ihnen dann Anwohner geholfen, Midi ins Krankenhaus zu bringen. Sie ist in die Klinik nach Innsbruck gebracht worden. Keiner der Familie hat sie je wiedergesehen, da inzwischen die Franzosen einmarschiert waren und man nicht mehr einfach so nach Innsbruck reisen konnte.

Es gab noch einen weiteren Angriff, bei dem der Vater gerade noch die Luke zum Bunker zuschlagen konnte. „Dann hat es gekracht und alles war



verwüstet. Alles war weg.“ Sie hatten kein Haus mehr und mussten alle bei Verwandten und Freunden unterkommen. Trude und Ilse durften bei den Nachbarn schlafen. „Weil da is ja zammenghebt wordn, ganz gewaltig. Des war a Zeit. Und trotzdem war sie net schiach. Voller Angst halt.“ Einmal hörte Ilse die Sirene als sie grad in der Stadt bei dem Lebensmittelgeschäft war, wo heute die Apotheke ist. Da ist sie mit der Rodel gelaufen wie eine Wilde. Sie ist vor Angst so schnell gelaufen, dass sie, kurz bevor sie daheim war, zusammengebrochen ist. „Mei, die Mutter, die hat was mitmacht. Und alle haben was lernen dürfen“, staunt Ilse auch heute noch, wie das damals alles gegangen ist. Die Familie hatte Probleme mit dem Nachbarn, der den Vater angezeigt hat, weil er verbotene Radiosender gehört hat und die



Mutter, weil sie den hungrigen Kriegsgefangenen, die nebenan am Bau arbeiten mussten, immer wieder etwas zugesteckt hat. „Mei, der Nachbar war ein unmöglicher Mensch.“

Helmut

Ihren Mann Helmut hat sie bei der Gewerkschaftsjugend kennen gelernt. Ihre Brüder und die ältere Schwester waren da dabei. Sie ist auch einmal mitgegangen und durfte ein Gedicht aufsagen. Sie war „grad amol a so a Gitsch“. Helmut war in der Werkstatt, da haben sie Spielsachen aus Holz gemacht. Autos, Lokomotiven und so. Das Spielzeug haben die Mädchen dann angemalt und das haben die Kinder gekriegt, die nix gehabt haben. Helmut und Ilse haben geheiratet und konnten sogar die Diamantene Hochzeit gemeinsam feiern, bevor er letztes Jahr nach 67 Ehejahren verstarb. Ich könnte ihr noch stundenlang zuhören, wenn sie so erzählt und bin beeindruckt von ihrer Kraft und der Art, wie sie mit dem Leben und seinen Anforderungen umgeht. „Die Disziplin hab i beim Sporteln g’lernt“, sagt sie so nebenbei. Ja, das kann ich mir gut vorstellen! Ich sollte echt mehr sporteln!!

Danke, Frau Ehrenstrasser, dass Sie Ihre Erinnerungen und Ihr Leben mit uns geteilt haben, wie schön, Sie bei uns zu haben. Ich komme sehr gerne wieder mal auf einen Kaffee, wenn ich darf.
Mit lieben Grüßen Andrea

Diätologin Isolde hat sich in der Silberhoamat Knappenanger umgehört auf der Suche nach dem

TRICK 17 unserer Profis

Wir teilen unsere geheimsten Kniffe und Tricks mit euch: Im Alltag sprechen wir von Trick 17, wenn wir einen besonders ungewöhnlichen Lösungsweg für ein Problem haben. Dieser Trick - junge Leute nennen dies auch einen „Lifehack“ - lässt sich auf sämtliche Lebenslagen anpassen. Woher stammt aber der Begriff „Trick 17“?

Der genaue Ursprung ist nicht belegt, es gibt verschiedene Vermutungen: Angeblich gab es in Österreich einst zwei Münzen, die sich ähnlich sahen, aber einen unterschiedlichen Wert hatten. Wurde man die eine mit geringerem Wert für den höheren Wert (17) los, hatte man sozusagen Trick 17 angewandt. Wahrscheinlicher ist der Ursprung in der Theorie mit dem englischen Kartenspiel Whist: Ein Stich im Spiel wurde „Trick“ genannt. Die höchstmögliche Stichzahl ist 17 - also Trick 17.

Eine weitere Möglichkeit: Vor dem Ersten Weltkrieg entwickelten die Franzosen den „Plan dix-sept“ (=17), um einen deutschen Angriff schnell abzuwehren. Aufgrund einer geänderten Route der deutschen Truppen während der Schlachten in Elsass-Lothringen musste der Plan 17 / Trick 17 dann als gescheitert angesehen werden.

Ein anderes historisches Beispiel: Carl Friedrich Gauß bewies, dass man mit Zirkel und Lineal ein regelmäßiges 17-Eck konstruieren kann. Die Anleitung dafür gab es Jahre später von Johannes Erchinger.

Jeder von uns kennt kleine Tipps, die den Alltag erleichtern. Unsere Mitarbeiter haben durch ihre Professionalität und Berufserfahrung so manche Tricks auf Lager und ich hab' einmal bei den Profis nachgefragt:

KÜCHE:

→ In der Küche ist es hilfreich, beim **Zwiebelschälen** Wasser im Mund zu behalten, um keine Tränen zu vergießen.

→ **Knoblauch** lässt sich viel leichter schälen, wenn man die Knoblauchzehe mit der Messerklinge flach drückt.

→ **Avocados** werden auf diese Weise am schnellsten in Würfel geschnitten:



→ Damit sich **Avocado-salat** nicht braun verfärbt, legt man den Kern in den Salat.

→ **Gekochte Eier** werden in Wasser eingelegt zum besseren Schälen.

→ **Schneiden von Chilis** ist gefährlich, wenn man danach mit den Fingern an die Augen kommt: Hier hilft es, die Finger vorher mit Speiseöl einzureiben, das Öl bindet das brennende Capsaicin aus der Chilischote. Danach einfach gut Hände waschen mit warmem Wasser und Seife.

→ **Garnitur aus Karotten oder Orangen:** Mit Hilfe eines Zestenschniders (Ziseliermessers) ist es ein Leichtes, mit wenig Aufwand schöne Garnituren aus Orangen oder gekochten Karotten zu zaubern. Dazu nimmt man eine gekochte Karotte und beschneidet sie der Längs-



ge nach mit dem Zestenreißer: Danach kann man die Karotte in schmale Scheiben schneiden – fertig sind die dekorativen Karottenblumen! Ebenso bei einer Orange.

→ **Biskuit** gelingt besser, wenn man das Mehl siebt: dadurch wird die Kuchenmasse luftiger und man verhindert Knöllchenbildung.

MEISTERSCHAFT und MENSCHLICHKEIT

Monika Prem



Marienheim. Im Betriebsratsbüro im Weidachhof hängen seit einigen Monaten vier Bilder, die von einer Künstlerin stammen, die mitten in unseren Reihen im Marienheim als Pflegeassistentin arbeitet: Monika Prem vom Weerberg.

Sie hat zwar Köchin gelernt, wollte aber immer schon in die Pflege. Zur Künstlerin ist sie ganz nebenher geworden. „Am Anfang meines Schaffens habe ich mich ausschließlich dem Malen mit Acrylfarbe gewidmet. Erst im Laufe der Zeit traute ich mich zu „experimentieren“, sodass es zu diversen Mischtechniken und Collagen kam. Seit 2013 besuche ich immer wieder Seminare bei namhaften Dozenten wie Peter Mairinger, Alfred Darda und Alfred Hansl. An folgenden Orten habe ich bisher Ausstellungen gemacht: Hotel Schiestl in Fügen, Theatercafé Innsbruck, Galerie Kass Innsbruck, Dorfcafé Terfens, Jahresausstellung Kunstakademie Bad Reichenhall und AK-Kunstmarkt“. Ihre Werke haben eine Kraft und Lebendigkeit, die inspirierend wirkt. Sie regen einen immer wieder zu neuen Gedanken an und tun der Seele gut. Die Bilder sind auch käuflich zu erwerben, falls sich jemand persönlich angesprochen fühlt. Monikas Bilder können gerne im Betriebsratsbüro besichtigt werden, auch dann, wenn man nicht in Kauflaune ist.

Danke Monika und weiter so. Es ist spannend zu sehen, wie vielseitig und unterschiedlich deine Werke sind. Bei Interesse an weiteren Werken könnt ihr euch auch direkt mit Monika in Verbindung setzen unter der Telefonnummer 0650/4191564. Sogar eine Website ist im Entstehen habe ich mir sagen lassen. ;-)



Spenden sammeln durch selbstgenähte Taschen

für Mary's Meals (Schulmahlzeiten für arme Kinder in der ganzen Welt), Isolde Krapf



Knappenanger.

Diätologin Isolde Krapf ist tief verwurzelt im Glauben und fühlt sich verantwortlich nicht nur für sich selbst und ihre Familie, sondern auch für andere Menschen und für den Zustand der Welt. Ihre angeborene Kreativität hat sie deshalb letztes Jahr genützt, um eine kleine betriebsinterne Sammelaktion zu starten.



Sie nähte 11 Taschen aus Kaffeeverpackungen und gab diese um 15 Euro Spende pro Tasche ab. Am Ende konnte sie knapp 200 Euro an Mary's Meals überweisen. Isolde macht gerne Späße, lacht gerne und kann auch über sich selbst lachen. Damit ist sie eindeutig die Enkelin und Tochter, die ganz nach ihrer Oma und ihrer Mama kommt. Die Oma hatte als Schneiderin eine Schneiderwerkstatt in Kitzbühel. Isolde liebte es, bei der Oma zu sein, die Oma war so lustig und sie hat auch noch, als sie schon lange in Pension war, aus alter Gewohnheit alles auf den Boden geschmissen. Vor allem die ganzen Stecknadeln. In der Schneiderei ist man dann am Abend mit einem großen Magneten durchgegangen und hat alle Nadeln ganz leicht wieder „aufgeklaut“.

Die Oma hat ihrer Enkelin auch das Sockenstopfen gelernt. Dabei hat Sie, weil sie nicht mehr so gut gesehen hat, beim Faden abschneiden ein neues Loch in den Socken geschnitten. Da musste sie selber so lachen und hat dann einfach gesagt: „Das ist gut, jetzt kannst du's gleich noch mal üben und schauen ob du's schon kannst.“

Die Idee, die Kaffeetaschen zu machen, ist aus dem Wunsch entstanden, Dinge „recyclen“ zu wollen. Eine Frau aus Buch hatte ihr bei einem Kindertauschmarkt erklärt, wie man da tun muss. Dieses Wissen könnte unsere fleißige Diätologin auch in einem Nähkurs an Interessierte weitergeben, so was würde sie gerne machen, sagt sie.

Auf die Organisation Mary's Meals (Marias Mahlzeiten) ist sie durch ihren Gebetskreis aufmerksam geworden. Eine schottische Familie hatte nach ihrer Wallfahrt nach Medjugorje ihr Leben



umgestellt und angefangen, sich für die Armen zu engagieren. Der Sohn der Familie gründete 2002 diese Organisation, um 200 Kindern in Malawi eine Mahlzeit am Tag zu ermöglichen, sodass sie überhaupt zur Schule gehen konnten. Wenn man Hunger hat, kann man nämlich nicht denken, weil Hunger Bauchweh, Kopfwegh und alle möglichen Zustände macht. Die Organisation ist immer weiter gewachsen. 2019 waren es über 1,5 Millionen Kinder, die von Mary's Meals ihr Essen in der Schule bekommen haben. Viele Menschen helfen mit, zum Beispiel die Mütter der Kinder, die die gelieferten Lebensmittel zu einem nahrhaften Brei verkochen. Das ist nicht nur ein Essen, das ist Nahrung, Bildung und Hoffnung.

Danke Isolde für die tolle Aktion und danke für die tolle Tasche.





Die Drei vom Weidachhof.



Daniel, Martinas Sohn
beim Ausliefern.

Aktion Schaumrollen

**Martina Wöll berichtet über die Aktion
Schaumrollen gegen Spende**



Weidachhof. Ende März 2021 gab es in Schwaz einen Brand, bei dem die Familie Franz ihr Zuhause verlor. Eine Familie, welche durch ihre soziale Art den Mitmenschen gegenüber bekannt ist. Ich war sehr betroffen darüber und hatte das Gefühl: Ich möchte helfen.

Schon seit längerem backen wir immer wieder Schaumrollen, welche für freiwillige Spenden zugunsten des Tierschutzes „abgegeben“ werden. Daher beschloss ich, dies auch für die Familie Franz zu tun. Es war kurz vor Ostern und wir hatten gerade Urlaub, trotzdem konnte ich diese Entscheidung nicht alleine treffen. Organisatorisch war einiges zu tun, denn es musste jemand die laufenden Telefonanrufe entgegennehmen, jemand musste backen und einrollen, zwei Personen braucht es zum Füllen und einer musste dann noch das Ganze in kleine Schachteln füllen, je nachdem wie viel wer bestellt hat und die Schachteln dann mit Namen versehen. Meine Familie war sofort dabei. Michaela, Katharina, Sabrina, Daniel, Dominik, Nicole und Monika (meine 65jährige Mutter) heißen die unglaublichen Helfer, welche mich Tag um Tag un-



Martina's Töchter
Katharina und
Sabrina.



Monika Wöll.

terstützten. Auch meine Arbeitskolleginnen Viola, Sandra und Sarah sowie meine Freundinnen Manuela und Daniela schenkten ihre Zeit und kamen zum Helfen. Die Schaumrollen wurden bei uns zu Hause abgeholt. Da wir aber im 3. Stock wohnen, brachten unsere Kinder die Kisten immer runter, sodass niemand die vielen Stiegen hinaufgehen musste.

Zehn Tage lang haben wir bei uns zu Hause gerollt, gebacken und gefüllt was das Zeug hielt. Meine Nichte Theresa und unsere Tochter Sabrina standen am Samstag dann noch am Bauernmarkt und übergaben die Schaumrollen gegen eine Spende. Doch besonders berührt waren wir von der unglaublichen Anteilnahme bei dieser Aktion - **SCHAUMROLLEN-GEGEN-SPENDEN**. Es wollten so viele Menschen helfen, spenden und auch unsere Schaumrollen genießen. Noch nie hatte man zum Naschen eine so gute Ausrede.

Da wir über 1.000 Eier benötigten, bekamen wir Eierspenden vom Pircherhof Schwaz und vom Eggerbauern aus Schwaz, weitere Eier brachte mir Renate Wechselberger aus Weerberg und auch vom Roanahof aus Umlberg kamen Eierspenden. Blätterteig, Zucker und Strom kamen die ersten Tage und tausende Schaumrollen lang von uns bis mich mein Chef Martin Frontull ins Büro rief. Dort warteten er und unser Heimleiter Andreas Mair bereits auf mich. Sie teilten mir mit, dass sie mich mit Zucker (über 100 kg) und Blätterteigspenden unterstützen wollen. Martin hat dann gleich für unser Heim, den Weidachhof, 80 Schaumrollen und Andreas für das Heim Knapenanger und für das Marienheim 280 Schaumrollen bestellt. Ich war tief gerührt und auch stolz, solche Chefs zu haben.

Unser Backofen lief von 4:30 früh bis 21:00 Uhr abends auf Hochtouren und das Ergebnis kann sich sehen lassen: Über 8.000 Schaumrollen und ein Erlös von 10.633 Euro, welchen wir auf 10.700 Euro aufgerundet haben. Stolz konnten wir diese Summe dem Ehepaar Franz überreichen. Für die Übergabe stellte uns Hildegard Danler, Direktorin der Johannes-Messner-Schule, das neu umgebaute Dachgeschoß der Volksschule zur Verfügung.

Da das Geld sicher schnell weg sein wird, hat unser Sohn Daniel von seinem Taschengeld einen

Apfelbaum gekauft, welcher die Familie immer an die Großzügigkeit, den Zusammenhalt und die Solidarität der Gemeinde erinnern wird.

Was in den 10 Tagen entstanden ist, kann ich bis jetzt für mich noch immer kaum in Worte fassen und ich bin tief bewegt, Teil dieses Zusammenhaltes zu sein. DANKE an jede und jeden Einzelne/n die/der uns hier unterstützt hat und Teil der Aktion **SCHAUMROLLEN GEGEN SPENDE** war.

Danke sehr, Martina für diese tolle Beschreibung und vor allem danke für deine Hilfsbereitschaft, deinen Einsatz und dein Organisationstalent.

Wie schön, dass du bei uns bist. Welch ein Geschenk. Damit auch wir alle etwas haben, das uns an diese tolle Aktion erinnert, haben wir Martina um das **Rezept des Eierlikörs** gebeten, der von ihr aufgrund der Tausenden von übriggebliebenen Dottern als „Nebenprodukt“ in großer Menge produziert worden ist. Bei größeren Schaumrollen-Bestellungen wurde den Spendern Eierlikör dazugeschenkt. Er ist köstlich, unten das Rezept.

Eierlikör

Rezept für circa zweieinhalb Liter
8 Dotter, ½ l H-Milch, ¼ l Kaffeesahne,
¼ l Schlagsahne, ¼ kg Staubzucker,
4 Vanillezucker, und circa 200 ml
Wodka. Alles zusammenmischen.

Fertig. Wohl bekomm's!



PS: Was uns als Erkenntnis am meisten beeindruckt hat, war Martina's Aussage, dass es nicht stimmt, dass wir in einer kalten Welt leben. Ganz im Gegenteil, wir leben in einer sehr herzlichen Welt, wo die Menschen aufeinander schauen und einander helfen.

Danke Martina, dass du das vorlebst und danke für die Erkenntnis.



Spendenübergabe in der Johannes-Messner-VS.

VORSCHAU auf die nächste Ausgabe



Über den **Vatertag und den Tag der Herzlichkeiten** in allen drei Häusern berichten wir in der nächsten Ausgabe von Federkiel und Tintenfass. Ebenso über die **Pensionierungsfeier von Martha Mösl** im Weidachhof, den **Ausflug zum Bucherwirt** und viele andere gesellige, nette und lustige Begebenheiten.



Neue SCHREIBTISCHE



Knappenanger. Ergonomische Schreibtische für die Verwaltung. Eine sehr begrüßenswerte Neuerung im Sinne des betrieblichen Gesundheitsmanagements, gibt es in den Büros der Verwaltung am Knappenanger. Erneuerungen wurden genützt, um höhenverstellbare Schreibtische für alle zur Verfügung zu stellen. Buchhalterin Margit, die zusätzlich Schriftführerin im Betriebsrat ist, genießt die Möglichkeit, gelegentlich im Stehen arbeiten zu können. Heimleiter Andreas Mair hat sich auf Anregung von Margit mit ihr auf die Suche in mehrere Möbelhäuser begeben, so dass eine gute Lösung gefunden werden konnte. Herzlichen Dank dafür.



Im Rahmen des BGM fand am 27.4.2021 ein Ganztagesseminar zum Thema „Aufleben statt Ausbrennen“ statt.



Alle fünf Teilnehmerinnen waren begeistert von der Versiertheit von Frau Ahlfeld. „Unglaublich, was sie alles weiß und aus welchem tiefen Reservoir an verschiedenen Techniken, Wissen und Erfahrung sie schöpft“, stellte eine Teilnehmerin fest

und fügte noch hinzu: „Ich möchte unbedingt dabei sein, wenn sie wieder zu uns kommt.“ Ich habe die fünf Mitarbeiterinnen um ihr persönliches Statement gebeten:

Elisabeth Anfang. Ich bin froh, dass ich mitgemacht habe, weil es mir sehr gut getan hat. Die interessanten Übungen kann man überall einsetzen. Danke für die Möglichkeit, so ein hochwertiges Seminar gratis besuchen zu können.

Simone Hackl. Am 27. April fand unter dem Motto „Aufleben statt Ausbrennen“ ein Training zur Stressbewältigung für uns Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter der Silberhoamat im Dachboden des Marienheims statt. Einen Tag lang beschäftigten wir Teilnehmenden uns mit den theoretischen Grundlagen der Stressentstehung, führten eine Stressanalyse durch, erarbeiteten Ziele, die uns den Umgang mit Belastungsfaktoren erleichtern sollen und erlernten verschiedene Entspannungsübungen. Durch die abwechslungsreiche Gestaltung des Trainings und die zahlreich eingebauten praktischen Übungen war dieser aufschlussreiche Tag wie im Handumdrehen vorbei. Für mich persönlich waren die Ent-

spannungsübungen der beste Teil des Trainings und ich hoffe, dass ich diese in Zukunft anwenden werde, um mehr Gelassenheit in meinen (Arbeits-)Alltag zu bringen.

Elfi Schachner. Es hat mir gut gefallen, es war sehr verständlich vorgetragen. Ich habe es als kurzweilig empfunden und habe viel Positives mitgenommen, von dem ich versuche, einiges umzusetzen. Die Übungen, die gemacht worden sind, gefielen uns allen und die Ausarbeitung einiger Übungen in kleinen Gruppen war sehr vielversprechend.

Hedi Mair. Ich war dabei beim Seminar „Aufleben statt ausbrennen“ und muss sagen, die Teilnahme



und die Zeit dafür haben sich gelohnt. Die Trainerin konnte uns sehr präzise Informationen und Hintergrundwissen über mentales Training vermitteln. Neben interessanten

theoretischen Informationen waren praktische Übungen für Körper, Seele und Geist Inhalt des Seminars. In der kleinen Gruppe war es gut möglich, sowohl persönliche Fragen zu bearbeiten, als auch den Austausch in der Gruppe zu nutzen. Die fachliche Kompetenz der Trainerin haben mich sehr überzeugt und diese Art von Training zur Stressbewältigung finde ich empfehlenswert.



Diana Pukkinen. Ein Tag, der durch die vermittelten Inhalte den Horizont erweitert und der Seele einfach nur gut tut!



Diese Heimzeitung
Federkiel & Tintenfass
wird vom Lions-Club Schwaz unterstützt

...und z'Schwoz, do wor a Lebm* - Schwazer Geschichten

Teil 2 – DIE WOHLTÄTERINNEN:

Frau Irmgard Mayr und Frau Prof. Lore Bichl

Eine Stadt lebt von den Menschen, die sie lieben und sich um sie sorgen. In Schwaz gibt es sehr viele, die sich für ihre Heimatstadt oder Wunschheimat einsetzen. Ich möchte heute zwei Wohltäterinnen und Ehrenbürgerinnen herausheben, die durch großzügige Schenkungen das kulturelle und soziale Leben der Stadt ganz wesentlich bereichert haben. Ich spreche von Frau Irmgard Mayr und von Frau Prof. Lore Bichl, die aktiv bis ins hohe Alter an den Veranstaltungen der Stadt teilgenommen haben. Bürgermeister Dr. Hans Lintner war mit beiden freundschaftlich verbunden und schätzte sie als religiös gefestigte, glaubensstarke Persönlichkeiten, denen die Traditionen von Schwaz und die Liebe zu ihrer Stadt sehr wichtig waren. Bedauerlicherweise sind beide im letzten Jahr verstorben. Die Stadt Schwaz und auch wir in der Silberhoamat werden den großen Frauen und Persönlichkeiten ein ehrendes Andenken bewahren.

Frau Irmgard Mayr (1.5.1930-15.8.2020)

Frau Mayr verbrachte ihre Kindheit in Hall in einer Mietwohnung, da ihr Vater psychiatrischer Krankenpfleger im Landesnervenkrankenhaus war. Sie besuchte die Volksschule Hall und schloss 1948 das Gymnasium in Innsbruck mit Matura ab. Die Erfahrungen, die sie im anschließenden Abiturien-tenkurs für Lehrerinnen machte, weckten Bedenken in ihr, ob sie überhaupt für den Lehrerberuf geeignet sei. Trotzdem wurde sie Lehrerin und hat es nie bereut. Sie erfuhr Erfüllung im Beruf und hat die Kinder in der Schule gern gemocht.

Als Lehrerin im Unterland

Zuerst unterrichtete sie in Kirchberg, dann in Brixen im Thale und schließlich sechs Jahre lang an der Hauptschule in Kitzbühel. Dort hat sie Schifahren gelernt, ein Hobby, dem sie fast ihr ganzes Leben lang treu geblieben ist.

Schwaz

1958 wurde sie als Hauptschullehrerin nach Schwaz berufen, wo sie bis zu ihrer Pensionierung im Jahr 1985 blieb. Seit 1958 lebte sie gemeinsam mit ihrem Bruder und ihren Eltern im Mathoi-Gut in der Innsbruckerstraße, das Irmgards Mutter von ihrem Onkel Leo Mühlegger geerbt hatte. Später hat sich Irmgard um ihre Eltern und ihren sechs Jahre älteren Bruder gekümmert, als sie im Alter Hilfe brauch-



ten. Frau Mayr war froh, dass sie ihre Eltern zu Hause betreuen konnte. Nachdem Vater und Mutter 1985 und 1987 und ihr Bruder 2004 verstorben waren, hat sie beschlossen, das große Mathoi-Gut und den Garten der Stadt zu schenken.

Die Schenkung 2009

Sie war mit dem Bürgermeister der Stadt, Hans Lintner befreundet und es war ihre Absicht und sein Ziel, dass das alte ehrwürdige Gebäude, das auf das 16. Jahrhundert zurückgeht, erhalten und einem kulturellen Zweck zugeführt wird. Bgm. Lintner sorgte für eine großzügige Investition, damit das Mathoihaus restauriert werden konnte.

Der Mathoi-Garten

Die Erhaltung des 5.000 m² großen Gartens war für Frau Mayr alleine zu mühsam. Ihr Vater hatte



früher vier Mal im Jahr den Garten gemäht, ihre Mutter war immer eine leidenschaftliche Gärtnerin gewesen. Der Garten war zwar aufgrund seiner Lage als Bauland gewidmet, sollte aber als Grünfläche für die Allgemeinheit erhalten bleiben. Ein Ort der Erholung für die Seele mitten in der Stadt sollte es werden. In diesem Garten befinden sich auch Obstbäume mit seltenen, alten Apfel- und Birnensorten, die von der Stadtgärtnerei besonders sorgfältig betreut werden. Weitere sehr majestätische Bäume prägen den Charme dieser Anlage. Ein eigener Bereich wurde als Blumenwiese für die Vielfalt ausgewiesen. Die reichlich blühenden Wildpflanzen sind ein Paradies für Bienen und andere Insekten.

Sport und Hobbies

Der Garten ist so groß, dass Frau Mayr darin langlaufen konnte und das auch gern und oft getan hat. Sie war immer sehr sportlich und ist bis zu ihrem 87. Lebensjahr im Sommer ins Schwimmbad gegangen, um dort ihre Runden zu schwimmen.

Geselligkeit

Jedes Jahr am 1. Mai, an ihrem Geburtstag, kam die Stadtmusik zu ihr und spielte ihr ein Ständchen, das sie selbst dirigiert hat. Sie liebte es zu dirigieren. Rund um den ersten Mai lud Bgm. Lintner jedes Jahr Frau Mayr und einige Freunde zu einem Abendessen oder zu einem Mittagessen ein. Diese netten, geselligen Runden hat sie sehr geschätzt und sich dabei pudelwohl gefühlt.

Ort der Kultur und der Erinnerung

Die Nutzung des Hauses und des Gartens wurde in Absprache mit Frau Mayr festgelegt.

Die drei Gebäude des ehemaligen Mathoigutes bieten mittlerweile Platz für das Stadtarchiv, die Stadtchronik, für Kultureinrichtungen und Veranstaltungen sowie ein Atelier, eine Bibliothek speziell zum Thema Schwaz, wechselnde Ausstellungen im Saal Irmgard, eine archäologische Sammlung von Fundstücken und die historischen Bilder von August Wagner im Wagnersaal.

Lebensabend

Frau Mayr zog in den Weidachhof St. Josef und nach dem Brand 2019 zu den Tertiarschwestern, von wo sie schließlich ins Marienheim übersiedelte. Auch dort beteiligte sie sich an vielen Aktivitäten und diskutierte bei Gesprächsrunden engagiert mit. Durch das gekonnte Vorlesen von Mundartgedichten erfreute sie die Menschen im Haus und brachte sie zum Schmunzeln. Sie war ein sehr beliebter Mensch, sehr gebildet, sehr belesen und herzlich. Immer hatte sie einen kleinen Scherz auf den Lippen und hat sich im Marienheim, wo sie zusätzlich liebevoll von ihrer Schwägerin Ursula betreut wurde, sehr wohl gefühlt. Wir freuen uns, sie bei uns gehabt zu haben und werden immer gerne an sie denken.





Gemütliches Treffen von Prof. Lore Bichl, ihrem Gatten Anton sowie Irmgard Mayr und Bgm. Lintner.

Gleich neben dem Mathoi-Garten befindet sich der Lore Bichl-Kindergarten.

Er erinnert an eine weitere Wohltäterin der Stadt:

Frau Prof. Lore Bichl,

geborene Unterberger (1.7.1922 - 13.12.2020)

Frau Prof. Bichl stammt aus der alten Familie Unterberger in Schwaz, der Vater war Kaiserjägerleutnant und wurde später Volksschullehrer und Schuldirektor. Herr Unterberger hat viel für die Stadt getan, er war in zahlreichen Vereinen, war der Stadtchronist und wurde als gläubiger Christ und aufrechter Patriot von den Nazis verfolgt. 1938 wurde er aus dem Schuldienst entlassen und musste fliehen. Damals kamen auch SA und HJ



Gruppen zu ihm nach Hause und haben versucht, ihn zu drangsalieren und zu attackieren. Er hat es mit Ruhe und Klarheit überstanden und sich nicht einnehmen lassen.

Ausbildung und Beruf

Seine Tochter Lore war zur Ausbildung in der Stella Matutina bei den Jesuiten in Feldkirch und hat dort maturiert. Dann wurde sie Lehrerin und hat studiert. Sie war lange Professorin in der HAK Schwaz und sehr beliebt bei den Schülern und Eltern, da sie so engagiert und warmherzig war. Auch nach ihrer Pensionierung war sie noch als Fitnesstrainerin tätig.



Anton Bichl

Beim Schifahren, das sie sehr geliebt hat, hat sie Anton Bichl aus München kennengelernt. Sie haben geheiratet und er ist hier hängengeblieben. Die Ehe war beständig und harmonisch, Anton Bichl war immer für seine Frau da und hat sie bis ins hohe Alter liebevoll unterstützt und umsorgt.

Geselligkeit

Sie wohnten am Pirchanger, wo sie einen Garten mit einer Gartenlaube hatten, in der man sich rund um den 1. Juli, den Geburtstag der Hausherrin, traf. Dann spielten Musikanten auf und der Bürgermeister und Freunde der Familie waren zu Gast. Die bei diesen Festen Anwesenden erinnern sich gerne an die schönen Abende, die man da in geselliger Runde gemeinsam verbrachte.

Die Schenkung

Frau Prof. Bichl hat zu ihrem 90er im Jahr 2011 ihrer Heimatstadt 30.000 m² Grund in einer Schenkung übereignet. Die Stadt hat einen Teil des Grundes verkauft und mit dem Erlös den Lore Bichl-Kindergarten gebaut. Es wurde ein Bild von Frau Bichl bei der Künstlerin Susanne Kircher-Liner in Auftrag gegeben. Das Bild stellt sie so mütterlich dar, wie sie war - man kann es von außen sehen, wenn man am Kindergarten vorbeigeht.



„Das sind meine Kinder“

Frau Professor Bichl hat den Kindergarten oft besucht, es waren „ihre Kinder“, das war ihr selbst und das war auch den Kindern bewusst. Als sie im Dezember 2020 mit 98 Jahren gestorben ist, haben die Kinder berührende Abschiedsbriefe und Zeichnungen gemacht. Die Stadt hat diese Briefe in einem kleinen Buch zusammengefasst, das man auch in der Suatensienbibliothek im Mathoihaus anschauen kann.

„Sie war ein seelenvoller, herzensguter Mensch mit sehr viel mütterlicher Energie, immer fröhlich, immer positiv und immer optimistisch. Sie hat eine innere Ruhe und eine tiefe Fröhlichkeit ausgestrahlt“, wie sie Bürgermeister Dr. Lintner, der mit ihr in herzlicher Freundschaft verbunden war, beschreibt.

Alle beiden Wohltäterinnen sind Teil der Geschichte der Stadt Schwaz, ich kann jedem von euch nur einen Besuch im Mathoigarten und im Archiv und der Suatensienbibliothek empfehlen, auf dem Weg dorthin kann man dann auch gleich am Kindergarten vorbeigehen und das Bild von Prof. Lore Bichl von außen bewundern.

* Der Titel (Seite 30) stammt aus dem Gedicht „Die Muttersprach isch bliebm“ von Lore Motschiunigg-Jäger, die in ihren letzten Jahren bei uns am Knappenanger gewohnt und in dieser Zeit noch das Buch „Schwozarisch in Schriftsprache“ herausgebracht hat.

Interessantes über UNSERE FÜSSE

Von unserer Physiotherapeutin Cathrin

Unser Fuß besteht aus 26 Knochen: 7 Fußwurzelknochen, 5 Mittelfußknochen, 14 Zehenknochen, welche über 33 Gelenke miteinander verbunden sind. 20 Muskeln und 114 Bänder stabilisieren ihn und halten ihn gleichzeitig in Bewegung.

Cathrin Sperlich

Unggefähr mit dem ersten Lebensjahr beginnen wir zu gehen und verlangen ab dieser Zeit ziemlich viel von unseren Füßen durch eine Reihe von erschwerenden Bedingungen, wie

- zu enges und/oder zu hohes Schuhwerk
- zu wenig Luft
- fast immer eingesperrt sein in Socken oder Strümpfen

Nutzen wir unseren Füßen zuliebe die warme Jahreszeit. Tun wir ihnen etwas Gutes. Ziehen wir Schuhe und Strümpfe aus und gehen Barfuß oder bringen wir unsere Füße mit einer Fußgymnastik wieder in Schwung.

Hier ein paar Anregungen dazu:

Ausgangsstellung: aufrechter Sitz, beide Füße stehen eine Handbreit auseinander, genau senkrecht unter den Knien. Im Wechsel Zehen und Fersen vom Boden lösen. Scheibenwischer-Bewegung mit beiden Füßen nach außen und nach innen. Zehen auffächern und wieder zusammen, Zehen einkrallen und wieder öffnen. Als Steigerung dabei mit den Füßen nach vorn rutschen (wie eine Raupe) und wieder zurück.

Auch Hilfsmittel können verwendet werden, z. B.: Murmeln, Stifte, Seile ... Versucht einmal, eine Murmel



mit den Zehen zu greifen und in ein Gefäß zu legen, oder ein Seil mit den Zehen beider Füße zu greifen und auseinander zu ziehen.

Viele positive Aspekte werden durch diese einfachen Übungen erreicht:

- die Fußgelenke werden mobilisiert und verkürzte Strukturen gedehnt
- unsere Muskelpumpe wird angeregt und der venöse Rückstrom gefördert
- die Fußmuskulatur wird gekräftigt und das Fußgewölbe aufgebaut

Kleiner Aufwand, großer Nutzen, es braucht nicht viel Platz oder Zeit. Mit einer kräftigen und intakten Muskulatur unserer Füße verbessert sich auch das Stand- und Gangbild.

Schenken wir unseren Füßen mehr Beachtung, sie haben es verdient.



Kein Handwerk ohne Lehrzeit.

Jean de La Bruyère (1645 - 1696)

Der Morgen vor der Arbeit IN DER WERKSTATT

Guten Morgen Toni! Gehst du heit wieda in die Werkstatt?

Toni: Jo, I wea nochn Frühstück glei min Arbeiten ufongen!
Hosch viel zum Tuan?

Toni: Mei, woasch eh ... irgendwo is imma wos! Momentan bin I dabei, mitn Brennkolben a poor Brettln zum Beorbeitn ... und an Haufn Nussn hun I a nu zum Knacken!

Ajo genau, de wean noa eingefroren und für die Weihnachtskeksln verwendet!

Toni: Es nexte is a Kastl, des moch I mit mein Sohn, des is noa für die Werkstatt, zum Werkzeug aufhängen!

Mei, wie du fleißig bist!

Toni: So iaz muass I owa ufonga, I hun viel zum Tuan! Nocha bis spata! Bis spata!



Herr Toni Graber sagt über die Werkstatt: Es tut einfach guat, a Aufgabe zu haben! I hob jeden Tag a Arbeit und am Abend bin I miad und schlaf guat!

Er lebt seit Herbst 2020 in der Silberhoamat in der HG 1. Er ist Bauer und gelernter Tischler aus Schwaz. Sein Hof steht am Kraken. Herr Graber ist ein liebevoller Vater und Schwiegervater, Opa und Uropa! Seine große Familie kommt ihn regelmäßig besuchen und beschäftigt sich sehr viel mit ihm, unter anderem arbeitet Herr Grabers Sohn auch öfters in der Werkstatt mit.

Wissenseck für WISSBEGIERIGE



**Martin Frontull, DGKP
Weidachhof**



Die Pflegerische Fallbesprechung, früher auch als Pflegevisite bezeichnet, ist ein Instrument im Rahmen des Qualitätsmanagements der Pflege. In einem geplanten Gespräch zwischen zwei Pflegefachkräften - einer Bezugspflegerperson und einer Führungskraft (Wohnbereichsleitung oder Pflegedienstleitung) - wird konkret auf einen einzelnen Bewohner eingegangen. Es werden aktuelle Schwierigkeiten bzw. Probleme beleuchtet sowie der pflegerische Ist-Zustand erhoben. Dies geschieht anhand eines im Pflegedokumentationsprogramm hinterlegten Formulars, das wie eine Checkliste aufgebaut ist. Ziel ist, die Qualität in der Versorgung eines betreuten Menschen zu optimieren.

Vorbereitung: Durchsicht der Formulare, Dokumentation und diverser anderer Daten im Pflegedokumentationsprogramm „Vivendi“. Es wird überprüft, ob eine ausreichende und nachvollziehbare Dokumentation stattfindet, die Vitalzeichen regelmäßig kontrolliert werden, die Pflegeplanung mit dem aktuellen Pflegebedarf übereinstimmt und alle notwendigen und relevanten Daten vollständig vorhanden sind. Zudem wird auf die korrekte Handhabung der Medikation und deren Notwendigkeit geachtet, um einer etwaigen Polypharmazie (wenn fünf oder mehr verschiedene Medikamente verschrieben worden sind) entgegen zu wirken. Das Ergebnis wird dann natürlich bei der nächsten Visite mit dem jeweiligen Hausarzt besprochen.

Durchführung: Zu einem im Vorhinein vereinbarten Termin findet ein Gespräch zwischen den oben genannten Pflegefachkräften und dem Bewohner statt. Gegebenenfalls je nach Allgemeinzustand des Bewohners und Beziehung (Angehörigenbeziehung) wird die erste Bezugsperson des Bewohners gebeten, der pflegerischen Fallbesprechung beizuwohnen. In einem gemeinsamen lockeren Gespräch werden diverse Fragen gestellt, um herauszufinden, ob sich der Bewohner wohl fühlt und

etwaige Wünsche zur Betreuung durch die Pflegeeinrichtung hat:

Sind Sie mit der Höflichkeit/Freundlichkeit der Mitarbeiter zufrieden? Werden Ihre Wünsche nach Möglichkeit berücksichtigt? Lassen sich die Mitarbeiter ausreichend Zeit für Ihre Pflege und Betreuung? Entspricht die Speisenversorgung in der Einrichtung Ihren individuellen Bedürfnissen? Diese und einige weitere Fragen werden im Rahmen des gemeinsamen Austausches bearbeitet.

Nachbereitung: Ausarbeitung der relevanten Punkte des Gespräches sowie Abhaken der Checkliste. Anschließend wird das zusammengefasste Ergebnis im Pflegebericht dokumentiert und an die jeweils zuständigen Bereiche weitergeleitet (Reinigung, Küche, Hauswirtschaft, Haustechnik, Verwaltung, Mitarbeiter der Pflege).

Wie bereits erwähnt, ist das Ziel der pflegerischen Fallbesprechung die Zufriedenheit des Bewohners zu optimieren und eventuelle Fehlerquellen sowie Probleme aufzudecken und zu beheben. Dies gelingt nur durch eine gute und wertschätzende Kommunikation und durch eine gute Zusammenarbeit der verschiedenen Berufsgruppen. Das Ziel heißt „gemeinsame Freude am Alter“ durch Wertschätzung, Respekt, Freude, Fröhlichkeit und Humor.



Neues von den UM- UND ZUBAUTEN

In der Silberhoamat **Knappenger** ist seit März der Umbau im Laufen. Wie berichtet werden Saal, Kapelle und Café erweitert, damit auch in Zukunft alle Besucher Platz finden. Zum anderen werden im Mittelbereich der oberen Stockwerke alle Zimmer mit eigener Nasszelle ausgestattet und mehrere kleine Verbesserungen auch in anderen Wohnbereichen vorgenommen. Die Fertigstellung des Umbaus ist mit Ende Oktober geplant.

Danke für das große Verständnis im Haus und wir freuen uns schon, wenn wir das Leben wieder genießen können und der „normale“ Alltag wieder Einzug halten kann!



... der Abbruch im Foyer.



Einblicke in 1 Mitte ...



Wer erkennt den Wohnbereich 2 Mitte?



In der Silberhoamat **Weidachhof** führen am 6. April die Bagger auf. Unsere Bewohner können die Bauarbeiten Gottseidank aus sicherer Entfernung beobachten.

Und zusätzlich haben wir im Haus immer aktuelle Bilder und auch Pläne hängen, damit sich wirklich jeder über die Baufortschritte informieren kann.



Die Bewohner und Mitarbeiter freuen sich auf die neue Silberhoamat Weidachhof, die spätestens Anfang 2023 fertig sein wird!

IMPRESSUM: Zeitung des Regional-Altenheimverbandes Schwaz und Umgebung, Herausgeber und Verleger: Silberhoamat, Knappenanger 26, 6130 Schwaz, Tel. 05242/6901, info@silberhoamat.at. Für den Inhalt verantwortlich: Das Redaktionsteam. Renate Mühlfeldner, PDL Martin Frontull, PDL Martina Faserl, PDL Julia Bartl, Matthias Rauch, DL Isolde Krapf, PD Cathrin Sperlich, WL Manuela Bichler, Anna Töchterle, DSOB/A Hedi Mair, Franz Fontana, Marina Angerer, Diana Pukkinnen, BRV Andrea Weber, HL Andreas Mair. Fotos: Silberhoamat, Manfred Brunner, Chronicus, Pixabay, Gestaltung: Kommunikation Barbara Wildauer, Druck: Konzept Druck & Design. Zur besseren Lesbarkeit wird im redaktionellen Teil vorrangig die männliche Schreibweise gewählt, es sind immer alle Geschlechter angesprochen, männlich, weiblich oder intersexuell. **Erscheinungsweise dreimal jährlich.** www.silberhoamat.at

Herzlichen Dank all unseren Spendern!

Victoria Weber, MSc
Inge Angerer
Inge Stadler
Elisabeth Sottner
Theresia Kostenzer-Part
Anna Böck
Hechenblaikner
Maria Leitner
Amanda Ampatz
Josef Schönsleben
Elise Sottner
Maria Winkler
Edeltraud Hundegger
DI (FH) Susann Kaltenhauser
Raika Werbekostenbeitrag
Ernst Rainer
Manfred und Anna Maria Steidl
Raiffeisenkasse Weerberg
Kornelia Rainer

Ing. Heinrich Keck
Christa Binder
Irmgard Heiß
Mag. Franz und Regine Kucsera
Walter Egger
Frieda Leutgeb
Gertrud Schildorfer
Helga Schiebinger
Veronika Köchler
Mag. Schwitzer, Marienapotheke
Winfried Knapp
Anneliese Ley
Fam. Rosa und Helmut Egger
Beate Wechsler
Reinhard Heckenblaickner
Reinhard Kreidl
Wolfgang Keck
Konrad Derfesser
Friedrich Kirchmair

Rosemarie Außerhofer
Roland Seier
Walter Federer
Andreas Ehart
Ingrid Schlierenzauer
Gertrud und Gottfried
Schmidhofer
Mag. Eva Beihammer
Frau Ehrenstrasser
Ing. Peter u. Edith Lindner
Ilse und Thomas Angerer
Pia Mauretter
Kurt Kostenzer
Mag. Knapp,
Stadtapotheke
Michael Wechsler
Gerd Deibner

Neues aus dem BETRIEBSRAT

Die Pflege ist in aller Munde. Es muss sich was verbessern, sonst treiben wir die Menschen, die in der Pflege arbeiten in die Erschöpfung und bekommen keine neuen mehr. Das ist allen klar.

Aus den politischen Forderungen des ÖGB und der AK haben wir uns ein paar Punkte herausgesucht, die wir uns von der Politik für den Pflegebereich ganz besonders wünschen:

- 1. Attraktive Ausbildungsbedingungen** mit Entlohnung wie bei der Polizeiausbildung, nicht nur ein Taschengeld oder gar Studiengebühren für die Bachelorausbildung.
- 2. Abschaffung oder Anpassung des Pflegeschlüssels** (Beziehungsarbeit, Trauer, Demenz, gemeinsame Aktivitäten und vieles mehr sollen ausreichend Zeit und Raum bekommen).
- 3. Mehr Personal**, so dass Lernende zusätzlich und nicht als tragende Säulen des Systems mitarbeiten und lernen können.
- 4. Senkung der Wochenarbeitszeit auf 35**

Stunden bei vollem Lohnausgleich.

40 Stunden, wie sie laut G-VBG geleistet werden müssen, sind bei dieser fordernden Arbeit einfach zu viel.

Bei Fragen und Anregungen meldet euch bitte unter Tel. 0676/83697243 oder unter E-Mail: betriebsrat@silberhoamat.at



Cathrin, Simone und Margit im Betriebsratsbüro.

Raiffeisen
Regionalbank Schwaz



WENN'S UM MEINE
HEIMAT GEHT,
IST NUR EINE
BANK MEINE BANK.



rrb.schwaz.at