

smÿr
SOZIAL-MEDIZINISCHE INITIATIVE RODAUN



aktuell



„Hoffnung ist Vertrauen, das nach vorne schaut.“

Felix J.

Abschied

Seite 2

Vor den Vorhang

Seite 3

Hilfsmittel im Alltag

Seite 4 – 5

Nachruf und Dank

Seite 6

Spendenaufruf

Seite 7

Partner

Seite 8



editorial



Barbara Jeanplong,
PR & Marketing

Liebe Leserin, lieber Leser!
Liebe SMIR-Mitglieder!
Liebe Klientinnen und
liebe Klienten!

Wieder geht ein Jahr zu Ende, Weihnachten naht. Leider mussten wir uns von Andreas Merl verabschieden.. Alles Gute, lieber Andreas. Schwester Nina stellt sich vor und Schwester Elfi gibt Tipps für Hilfen im Alltag. Auch in meinem Namen ein herzliches Danke im Voraus an alle Spender!

Ich wünsche Ihnen und Ihrer Familie eine besinnliche Adventzeit, ein frohes Weihnachtsfest und einen guten Rutsch ins Jahr 2025!

Barbara Jeanplong

Abschied

Liebe Klientinnen und Klienten,

nach fast acht Jahren bei SMIR, viel Spaß an meiner Arbeit und vielen gefahrenen Kilometern, verabschiede ich mich nun von Ihnen. Ich möchte mich beruflich weiterentwickeln und einen neuen Lebensabschnitt beginnen. Ich habe sehr gerne bei SMIR gearbeitet und meine Kolleg*innen und unsere

Klient*innen wirklich ins Herz geschlossen. Mein besonderer Dank gilt Frau Reisenberger und Schwester Gabriele, die immer ein offenes Ohr für mich hatten.

Ich bedanke mich für Ihr Vertrauen und wünsche Ihnen alles Gute!

Andreas Merl, PA

Andreas Merl, PA



Pflegeassistent/in dringend gesucht

Kennen Sie jemanden, der wen kennt...? Wir brauchen Unterstützung im Team!

Wenn Sie eine abgeschlossene Ausbildung haben, Führerschein B (Dienstauto vorhanden) und Freude am selbständigen

Arbeiten, dann sind Sie bei uns richtig! Wir haben Zeit für professionelle Betreuung und legen Wert auf einen kollegialen und wertschätzenden Umgang miteinander.

Wir freuen uns auf eine neue Kollegin oder einen neuen Kollegen!

Das Liesinger Seniorenparlament - **gemeinsam für eine lebenswerte Zukunft**

Ob Austausch von Erfahrungen, Diskussion von Themen oder die Entwicklung von Projekten zur Förderung des Miteinanders – das Liesinger Seniorenparlament ist hier die richtige Plattform. Die Mitglieder treffen sich regelmäßig in den Liesinger Pensionistenklubs, machen Gestaltungsvorschläge und der Bezirk verwirklicht, da wo es möglich ist! Interesse hier mitzuarbeiten?

Infos dazu und zu vielen weiteren Themen im 23. Bezirk gibt es in der **Bezirksvorstellung Liesing** unter:
Tel.: +431 4000 23111 / email: post@bv23.wien.gv.at / liesing.wien.gv.at



Mitarbeiter*innen vor den Vorhang

Nina Fischbacher ist DGKP und seit 2 Jahren bei SMIR.



DGKP Nina Fischer

Liebe Nina, du bist seit 2 Jahren bei SMIR, wie kamst du zu uns und was gefällt dir insgesamt an deinem Beruf am besten?

Zu euch gekommen bin ich durch Zufall, ich hab eine Anzeige gelesen und da ich in der Nähe wohne, habe ich auch die SMIR-Autos schon oft gesehen. Ich habe mich beworben, Frau Reisenberger hat mich eingeladen und wir waren uns gleich sympathisch.

Eigentlich komme ich ja aus der Kinderkrankenpflege und habe mir zuerst die Alten- und Hauskrankenpflege überhaupt nicht zugetraut. Ich habe die Ausbildung zur diplomierten Kinderkrankenpflegerin gemacht und danach auf der Kinderonkologie im AKH gearbeitet, bei Kindern mit Hirntumor und Epilepsie.

Nachdem ich selber Kinder bekommen habe, ist mir dann doch alles zu nahe gegangen und ich habe begonnen, auf einer Geburtshilfestation zu arbeiten. Leider war es dort aber wahnsinnig stressig und die Personalpolitik eine Katastrophe. Daraufhin habe ich mich dann bei SMIR beworben.

Ich bin mit Schwester Maria zu einer Klientin mitgegangen und war überzeugt: Diese Arbeit macht mir Spaß

und ist das Richtige für mich! Was ich an der Arbeit mit den älteren Menschen sehr schätze, sind die Geschichten, die sie erzählen und die Lebenserfahrung, die sie haben. Was ich an SMIR so schätze, ist die Zeit, die man sich für die Klient*innen nehmen kann, man ist Teil ihres Alltags, man unterstützt den ganzen Menschen. Ich würde zum Beispiel nie sagen: "Tut mir leid, ich bin diplomiert, ich wasche sicher nicht ihr Geschirr ab!"

Man ist Gesprächspartner, Kommunikationshilfe mit Angehörigen und Ärzt*innen und lernt die Menschen richtig gut kennen.

Was ist das Schwierigste an deinem Beruf?

Je näher man die Menschen kennenlernt, umso schwerer kann man sich natürlich abgrenzen und nimmt deren Geschichten mit nach Hause. Manche Leute werden leider auch zu direkt, wollen zu viel aus meinem Privatleben wissen. Und natürlich macht es betroffen, wenn Klient*innen, die mir besonders ans Herz gewachsen sind, versterben. Aber da wir ja mit Menschen am Ende ihres Lebens arbeiten, gehört das einfach dazu.

Wie läuft dein Arbeitsalltag ab?

Ich steh auf, mach mich fertig, mach meine Kinder fertig. Gott sei Dank hab ich einen Arbeitsweg von nur ein paar Minuten! Zu Mittag hole ich meine Kinder ab und bekomme ein gutes Essen von meiner Mutter, der Nachmittag vergeht mit Hausübungen und Kinder-Freizeitaktivitäten.

Wie gestaltest du deine Freizeit?

Wir haben den Wald vor unserer Tür und lieben es lange Spaziergänge zu machen. Ich arbeite gerne im Garten und beschäftige mich mit meinen Katzen. Falls es die Zeit zulässt, gehe ich sehr gerne ins Kino.

Gibt es ein Motto, nach dem du lebst?

Ich war vor Jahren, nach der Geburt meiner ältesten Tochter, bei einer Cranio-Sakral-Therapeutin, die ich sehr zu schätzen gelernt habe - und sie hat immer zu mir gesagt: „Es ist gut so wie es ist, sonst wäre es anders!“

Und wenn ich mir wünschte, es wäre anders, dann denke ich daran und es nimmt mir ein bisschen den Druck.

Nina Fischbacher, DGKP





Hilfsmittel im Alltag?

Aktivitäten, die üblicherweise ohne viel darüber nachzudenken, im Alltag ausgeführt werden, können aus verschiedenen Gründen schwerer fallen oder auch nicht mehr ausgeführt werden. Dann gibt es eine Reihe von Möglichkeiten sich zu helfen. Einige davon stelle ich Ihnen hier vor.



Elfi Mühlbauer, PA

Dispenser:

Wenn vom Arzt oder der Ärztin verschiedene Tabletten verordnet sind und diese auch noch zu verschiedenen Tageszeiten eingenommen werden müssen, ist es oft nicht leicht den Überblick zu bewahren. Große Hilfe bieten da Dispenser, am besten solche in denen die benötigten Medikamente für eine Woche vorbereitet werden können.

Mörser und Tabletenteiler:

Helfen bei Schluckproblemen oder auch sehr großen Tabletten. Wichtig ist darauf zu achten, ob das Medikament auch gemörsert oder geteilt werden darf, bzw. ob Kapseln geöffnet werden dürfen. Informationen darüber erhält man in der Apotheke. Ebenso zu Nebenwirkungen und Wechselwirkungen und den richtigen Zeitpunkt der Einnahme und ob vor, zum oder nach dem Essen.

Tubenquetscher:

Der Tubenquetscher leistet gute Dienste um Tuben effektiv auszupressen, z.B. Zahnpasta,

Senf, Salben,.... Wichtig ist ein guter Griff, eine ausreichende Breite und eine gut greifbare Flügelmutter.

Greifzange:

Die Greifzange ist hilfreich wenn etwas vom Boden aufgehoben werden soll und das Bücken schwer oder gar nicht geht, oder auch um etwas weiter Entferntes heranzuholen.

Stabkehr garnitur:

Gute Dienste leistet auch eine Stabkehr garnitur. Selber aufzukehren ohne sich hinunter beugen zu müssen, macht unabhängiger.

Stockerl:

In jedem Haushalt sollte es ein oder zwei Stockerln in unterschiedlicher Höhe geben. Wichtig ist ein stabiler Stand. **Nicht, um darauf zu steigen**, sondern um im Falle eine Sturzes eine Aufstehhilfe zu haben. Allerdings nur wenn der Sturz keine Schmerzen verursacht oder aus anderen Gründen einer ärztli-

chen Abklärung bedarf.

Duschhocker und Badewannenbrett:

Wenn längeres Stehen zum Problem wird, helfen diese zwei Hilfsmittel. Beim Hocker ist auf gute Stabilität zu achten. Es gibt auch welche mit Armgriffen und wenn die Dusche groß genug ist, kann auch ein Duschrollstuhl zum Einsatz kommen. Das Badewannenbrett wird quer über die Badewanne gelegt, so kann im Sitzen eingestiegen, geduscht und wieder ausgestiegen werden.

Antirutschmatte:

In Dusche und Badewanne vermindert eine rutschfeste Unterlage die Sturzgefahr. Auch der Bereich beim Aussteigen sollte beachtet werden!

Haltegriffe:

Haltegriffe sollten überall dort, wo ein zusätzlicher Griff unterstützt, angebracht werden. Sei es am WC, im Badezimmer, Wohnbereich, Schlaf-

zimmer, Stiegenhaus, ...

Am besten ist es, die üblichen Tätigkeiten, die im Laufe des Tages gemacht werden, durchzugehen und zu überlegen, wo ein Griff Sicherheit bieten kann. Es gibt Griffe in diversen Längen, gerade und geschwungen und auch die Griffdicke sollte beachtet werden. Gute Hilfen können auch Boden-Decken-Stangen bieten.

Toilettensitzerhöhung:

Ist das Aufstehen von der Toilette schwierig, oder soll, wie z.B.

nach einer Hüftoperation, eine bestimmte Beugung im Hüftbereich nicht überschritten werden, hilft eine Erhöhung.

Notrufarmband:

Damit kann jederzeit ein Hilferuf abgesetzt werden. Eines der wichtigsten Hilfsmittel!

Hilfsmittel können natürlich zum Einsatz kommen, wenn es anders nicht mehr geht. Sie können aber durchaus schon früher organisiert werden, einfach weil es praktisch ist, oder weil es sinnvoll ist sich mit dem Umgang

vertraut zu machen.

Manche Hilfsmittel, wie Badewannenbrett oder Toilettensitzerhöhung lassen sich über die Krankenkasse beziehen. Andere können beim Bandagisten oder im Bauhaus besorgt werden. Informieren Sie sich vor der Anschaffung.

Jeder Mensch und jede Wohnsituation ist einzigartig. Wichtig ist, dass Sie und auch Ihre Pflegepersonen sich gut unterstützt fühlen.

Elfi Mühlbauer, PA 



Wir beraten Sie gerne!

Wir bitten um Ihre Weihnachtsspende

Liebe Mitglieder und Unterstützende von SMIR

Auch heuer bitte ich Sie wieder um eine Weihnachtsspende. SMIR ist nicht ausschließlich durch Spenden finanziert - Spenden machen leider nur etwa 3% unserer Einnahmen aus - aber Spenden sind doch sehr wichtig für uns! Wir bemühen uns, SMIR als Spendenempfänger attraktiv zu machen:

- SMIR ist eine gemeinnützige Organisation, die im 23. Bezirk Hilfe daheim anbietet, unbürokratisch und rasch.
- Spenden an SMIR sind von der Steuer absetzbar.

SMIR erhält seit vielen Jahren das Spendengütesiegel:

Es belegt, dass eine Spendenorganisation mit den ihr anvertrauten Geldern sorgfältig und verantwortungsvoll umgeht und stellt sicher, dass Spendengelder zweckbestimmt und wirtschaftlich eingesetzt werden. Alle Spendengütesiegel-Organisationen verpflichten sich freiwillig, die umfassenden Kriterien des OSGS (Österr. Spendengütesiegel) zu erfüllen und damit höchsten Qualitätsansprüchen gerecht zu werden.



Andrea Reisenberger, MBA

Sie haben ein strenges Prüfverfahren durchlaufen, erfüllen die hohen OSGS-Standards und lassen sich regelmäßig einmal jährlich von einer/m unabhängigen Steuerberater:in oder Wirtschaftsprüfer:in kontrollieren (<https://www.osgs.at/spendenguetesiegel/>)

Wir freuen uns, wenn Sie uns mit Ihrer Spende zeigen, dass SMIR wertvolle Arbeit im Bezirk leistet und weiter leisten soll und ich bedanke mich im Voraus für Ihr Vertrauen und Ihre Unterstützung.

Ich wünsche Ihnen ein schönes Weihnachtsfest, friedliche Feiertage und Freude und Gesundheit im Neuen Jahr.

Andrea Reisenberger 

www.preindl.com

uhren - juwelen - schmuck - antikes

preindl

ketzergasse 463
1230 wien-rodaun
t+f: 01 888 72 08
m: 0664 495 13 31
office@preindl.com

ankauf von bruch- alt- & zahngold
geprüfter diamantenspezialist
offizieller vertreter eterna & jean d'eve
spezialist für antike uhren & barometer
eheringe auch individuelle anfertigung

Wir wünschen ...

allen unseren Kunden und SMIR Mitgliedern eine besinnliche Adventszeit und ein frohes Weihnachtsfest!

In der Weihnachtszeit bieten wir allen **SMIR Mitgliedern einen 15%igen Sonderrabatt auf unseren lagernden Gold- und Silberschmuck, sowie auf alle Armbanduhren.**

Nachruf und Dank

Am 23. September 2024 ist Dr. Hans Karnovsky verstorben.



Andrea Reisenberger, MBA

Dr. Karnovsky hat den Vorstand ab Ende der 90er Jahre viele Jahre lang begleitet und war eine große Hilfe bei der Leitung des Vereins. Mit scharfem Blick hat er Gefahren erkannt und aufmerksam gemacht, wenn das SMIR-Schiff in unsichere Gewässer unterwegs war. Besonders ich empfand seine Unterstützung als sehr beruhigend, da ich in dieser Zeit bei SMIR die Geschäftsführung übernommen hatte. SMIR hat sich in dieser Zeit zu einer professionell geführten Pflege-Organisation entwickelt

- mit einem soliden Controlling, das rechtzeitig aufzeigt, ob der Verein finanziell auf Schwierigkeiten zusteuert. All diese Unterstützung hat Dr. Karnovsky SMIR ehrenamtlich zur Verfügung gestellt, dafür waren und sind wir ihm noch heute dankbar.

Auch nach seinem Tod darf SMIR von der Großzügigkeit seiner Familie profitieren: anstelle von Blumen und Kränzen bat die Familie um Spenden an SMIR. Auf diesem Weg möchte ich mich noch einmal dafür bedanken.

Kranzspenden

Ein paar Mal im Jahr erhalten wir bei Ableben von Klient*innen Kranzablösen. Besonders bei Menschen, die wir viele Jahre lang zu Hause begleitet haben, möchte die Familie auf Kränze beim Begräbnis verzichten und bittet stattdessen um Spenden an SMIR. Das hilft uns sehr und wir freuen uns über dieses Zeichen der Wertschätzung, vielen Dank!

Andrea Reisenberger



Installation und Reparatur



Meisterbetrieb



Wasser Gas Heizung

Peter Melisits

Tel: 01/889 83 55

23, Dirmhirngasse 110, Tel.-Nr.: **01 889 83 55**
<http://www.melisits.at> E-Mail melisits@melisits.at

Kleinreparaturen und Gebrechensdienst

Partner unseres Vertrauens

Apotheke Rodaun
 Mag. pharm. Beate Bahr KG

A-1230 Wien, Ketzergasse 368
 T +431 888 4170
 F +431 889 2727
 E office@aporoadaun.at
www.apotheke-rodaun.at

Wir sind Spezialisten für:

- o Beratung bei Gesundheitsfragen
- o Arzneimittelberatung
- o Nährstoffe und Nahrungsergänzungsmittel
- o TCM-Anfertigungen
- o Individuelle pflanzliche und homöopathische Anfertigungen
- o Phytotherapie
- o Spagyrik
- o Homöopathie
- o Schüssler Salze
- o Bachblüten



Sie haben eine Immobilie und wollen diese verwerten?

WIR BEWERTEN IHRE LIEGENSCHAFT GRATIS

www.steinhoff-immobilien.at

IHR MAKLER AUS 1230 WIEN

01 88 61 758



WIR BEWERTEN IHRE LIEGENSCHAFT GRATIS
Nutzen Sie unseren Gutschein für ein
kostenloses und unverbindliches Beratungsgespräch!

GUTSCHEIN

Ja, ich möchte eine **kostenlose und unverbindliche Bewertung** meiner Immobilie (**im Wert v. € 350,-**) von Steinhoff Immobilien (konz. und gepr. Immobilienmakler durchführen lassen).*

Art des Objektes Wohnung Haus Grundstück Geschäftslokal

Herr/Frau _____

Straße _____

PLZ/Ort _____

Telefon _____

*Aktion gültig für Objekte im Raum Wien und Umgebung. Keine Barablöse möglich.

Postgebühr
beim Empfänger
einheben

ANTWORTKARTE

Steinhoff Immobilien
Manowardagasse 14
1230 Wien, Österreich

Partner unseres Vertrauens

Impressum

Medieninhaber, Herausgeber und für den Inhalt verantwortlich SMIR, Sozial-Medizinische Initiative Rodaun, Breitenfurter Straße 455, 1230 Wien, Tel.: 01 889 27 71, Fax 01 889 27 78, E-Mail: kontakt@smir.at, Web: www.smir.at; Bankverbindung Bank Austria, IBAN AT70 1200 0006 3432 0907; hergestellt bei Offsetdruck Ing. Kurz GmbH, Industriepark 2, 8682 Mürzzuschlag Grafik: Robert Kodicek, *Fotos: Monika Klinger, Layout: A. Fünfleitner BEd, Redaktion: Barbara Jeanplong