



Neustift i. St.



Fulpmes



Mieders



Schönb erg i. St.



Telfes i. St.

STUBAI SOZIAL

ZEITUNG DES SOZIAL- & GESUNDHEITSSPRENGELS, WOHN- & PFLEGEHEIM VORDERES STUBAITAL UND VINZENZHEIM NEUSTIFT

Herbst 2019



**Raiffeisenbanken
im Stubai**



IMPRESSUM**HERAUSGEBER****Vinzenzheim Neustift**, Scheibe 2, 6167 Neustift,

www.neustift.tirol.gv.at/vinzenzheim

Sozial- und Gesundheitssprengel Stubaital

Dorfstr.39, 6142 Mieders, www.gesundheitssprengel-stubai.at

Wohn- und Pflegeheim Vorderes Stubaital

Herrengasse 23, 6166 Fulpmes, www.pflegeheim-stubaital.at

REDAKTION UND SCHRIFTLEITUNG**Maria Denifl, Martin Lehner und Ivo Habertitz****KONZEPTION, LAYOUT UND DRUCK****Tirol Akademie und Druckerei A. Weger**

Julius-Durst-Straße 72A | 39042 Brixen | www.weger.net

TITELBILD**Bild von Gosia K. auf Pixabay***Unverlangt einlangende Manuskripte werden nur nach Rücksprache mit der Redaktion berücksichtigt. Anonym einlangende Beiträge können nicht veröffentlicht werden.*

Vorwort

Für ein selbstbestimmtes Leben

Einen alten Baum verpflanzt man nicht: Menschen möchten dort, wo sie sich zu Hause fühlen, auch im Alter wohnen, auch, wenn sie



krank oder pflegebedürftig sind. Zuhause fühlen wir uns dort, wo uns die Umgebung vertraut ist, wo wir Freunde und Nachbarn kennen, an Orten, mit denen wir Erinnerungen verbinden.

Für ältere Menschen gewinnt die unmittelbare Umgebung ihrer Wohnung oder ihres Hauses mit zunehmendem Alter an Bedeutung. Sind Einkaufsmöglichkeiten in der Nähe, gibt es Ärzte, eine Bank oder einen Friseur, die gut erreichbar sind? Wo kann ich Leute treffen, Gottesdienste besuchen oder Kontakte pflegen? Welche kulturellen Angebote gibt es? Wie kann ich mit dem, was ich bin und kann, Teil der Gemeinschaft sein? Wo kann ich mich informieren oder beraten lassen, wenn ich Hilfe brauche? Diese Fragen werden umso wichtiger, je weniger Familienmitglieder es gibt, die sich um ihre älteren Angehörigen kümmern können. Lebensqualität im Alter entscheidet darüber, ob es unser Wohnumfeld erlaubt, bis ins hohe Alter

selbständig in der vertrauten Umgebung bleiben zu können.

Langsam aber sicher setzt sich die Erkenntnis durch, dass es fahrlässig

ist, allein auf jüngere Angehörige oder staatliche Institutionen zu bauen. Der Weg von der bisherigen Versorgungsgesellschaft, in der die Familie oder das Heim für die Pflege älterer Menschen verantwortlich war, hin zu neuen Formen von Verantwortungsgemeinschaften ist vorgezeichnet.

Das hat politische und private Konsequenzen. Politisch kommt es darauf an, auf der Ebene des Bundes, der Länder, Regionen und Gemeinden jetzt die richtigen Weichen zu stellen. Zum Beispiel durch Schaffung von Strukturen und Rahmenbedingungen, die zu sozialem Engagement ermutigen oder durch Förderprogramme, die erleichtern, neue Formen des Miteinanders und der Kooperation zu erproben, wie „Betreutes Wohnen“. Privat gehört zur Eigenvorsorge, dass wir unser Haus, unsere Wohnung, die Umgebung, in der wir leben rechtzeitig auf den Prüfstand stellen und gegebenenfalls in der verbleiben-

Inhalt

- Vorwort Bgm. Hermann Steixner 2
- Vorwort Planungsverband 2
- Vorwort Partner 3
- Rückenschonende Betreuung 4
- Schlechter hören im Alter – was hilft?..... 6
- Pflegegeld 9
- Singen mit Nebenwirkungen..... 10
- Tagespflege 11
- Vinzenzheim Neustift... 14
- Sozial- und Gesundheitssprengel Stubaital . 18
- Wohn- und Pflegeheim Vorderes Stubaital 22
- Unterstützer..... 26
- Termine..... 27

den Zeit so gestalten, dass wir damit im Alter zufriedenstellend leben können.

Wir in Europa leben in einer alternden Welt. Sehen wir darin nicht ein Problem, sondern eine Chance. Jeder Einzelne von uns, die Gesellschaft, die Kommunen haben alles zu tun, damit wir möglichst gesund an Lebensqualität ein hohes Alter erreichen. Dass – neben Vorsorgeuntersuchungen, richtiger Ernährung und Vermeidung sonstiger Risikofaktoren – Sport, Bewegung, soziale und geistige Aktivi-

tät dazu beitragen, ist heute durch viele Untersuchungen belegt. Prävention ist notwendig und erspart Krankheits- und Pflegekosten. Doch unsere alternde Gesellschaft braucht auch eine „umweltbezogene Prävention“, die zu Aktivitäten motiviert. Hier sind die Kommunen, Sozialsprengel, Vereine, Seniorenclubs, Wohn- und Pflegeheime und Selbsthilfegruppen gefordert. Es gilt zu informieren, zu motivieren, mögliche Hindernisse und Barrieren, die diesen Aktivitäten im Weg stehen, auf-

zuspüren und zu beseitigen und dann zu einem „aktiven Altern“ anzuleiten und geradezu „zu verführen“.

Herzlichen Dank an unsere beiden Wohn- und Pflegeheime, den Sozialsprengel Stubai und alle beteiligten Personen, welche diese Zeitung an alle Stubai Haushalte mit wertvollen und dienlichen Informationen auf den Weg gebracht haben.

*Bgm. Hermann Steixner
Obmann Planungsverband
Stubai*

Vorwort

Liebe Leserinnen und Leser von Stubai Sozial

Der Regionalentwicklungsprozess der Gemeinden im Stubaital mit einer engeren Vernetzung des gesamten Stubaitals wurde vor einiger Zeit erfolgreich gestartet. Im Pflegebereich ist dieser Vernetzungsgedanke der verschiedensten Pflege- und Sozialeinrichtungen schon seit einiger Zeit sehr stark verankert. Für das Pflegeheim Vorderes Stubaital, das Vinzenzheim Neustift und dem Sozial- und Gesundheitssprengel Stubaital ist die enge Zusammenarbeit im gesamten Tal schon lange gelebte Realität. Unser gemeinsames Ziel ist es, die Pflege und Betreuung unserer Klienten durch die Bün-

delung unserer Kompetenz und bestmögliche Abstimmung sowie Koordination unseres Leistungsangebotes optimal anbieten zu können. In Zeiten knapper Ressourcen und steigender Kosten ist es ein Gebot der Stunde, die vorhandenen Mittel effizient im Sinne unserer Klientinnen einzusetzen. Hier gilt es das Angebot im Pflegebereich in der Region abzustimmen und gemeinsam vorzugehen.

Nicht zuletzt ist neben dem vielfältigen Angebot an den verschiedensten Pflegeleistungen die Information, die Aufklärung der Bevölkerung, die Prävention ein entscheidender Faktor, um

im Falle einer Pflegebedürftigkeit die optimale Versorgung zu erhalten. Die richtige Hilfe zur richtigen Zeit am richtigen Platz in der besten Qualität zum Wohle unserer Klienten ist unser gemeinsames oberstes Ziel.

Die Zeitschrift „Stubai Sozial“ möchte möglichst umfassend über sämtliche Pflege Themen informieren. Unser Ziel ist klientenorientiert und transparent über Themen in Sachen Pflege umfassend zu informieren und unsere Angebote zu präsentieren. Wir informieren aber auch über Aktivitäten in unseren Organisationen, Termine, Feste und Feiern sowie Vorträge, Schu-

lungen und ganz allgemein über den Alltag in unseren Einrichtungen. Wir möchten offen sein und das Thema Altern in Würde als wichtiges Thema in unserer Gesellschaft präsentieren. Das Altern und der alte Mensch ist ein wertvoller Teil des sozialen Gefüges.

Wir möchten uns aber auch auf diesem Weg für die vielen Unterstützer bedanken. Einerseits bei allen politi-

schen Verantwortlichen auf Planungsverbands- sowie Gemeindeebene sowie bei allen Sponsoren, Partnern die das Projekt mit auf den Weg gebracht haben.

Wir hoffen, dass die Zeitschrift „Stubai Sozial“ auf reges Interesse in der Bevölkerung stößt und wir somit einen Beitrag dafür leisten können, dass die ältere Generation, pflegebedürftige Menschen sowie deren An-

gehörige die Unterstützung erhalten, die sie benötigen, um ein möglichst selbständiges und selbstbestimmtes Leben führen zu können.

*Ivo Habertitz,
Heimleitung WuPH
Vorderes Stubaital*

*Maria Denifl,
GF Sozial- und Gesundheits-
sprengel Stubaital*

*Martin Lehner, Heimleitung
Vinzenzheim Neustift*

Häusliche Pflege

Rückenschonende Betreuung

Im Stubaital werden sehr viele Personen von ihren Angehörigen in ihrem eigenen Zuhause betreut. Gerade zu Beginn der Pflegesituation sind sie hohen körperlichen Belastungen ausgesetzt. Ihnen fehlt häufig noch die Erfahrung, das Wissen und die Unterstützung, um mit ihren Kräften haushalten zu können. Das kann insbesondere für den Rücken schmerzhaft Konsequenzen haben. Hier einige Tipps für eine rückenschonende

Betreuung in der häuslichen Pflege.

Hilfsmittel nutzen:

- **Rutschbrett**, dies überbrückt den Abstand zwischen Bett und Rollstuhl und funktioniert wie eine Art Rutsche. Gut geeignet für Personen, die noch aktiv mitmachen können.
- **Antirutschmatte**, wird unter die Füße ins Bett gelegt, dadurch hat der Pflegende einen guten Halt und kann das Hinaufrutschen im Bett gut unterstützen. Vor das



Fotomachweis: Vorderer/Sozialspiegel Stubai

Bett gelegt sorgt die Matte für Sicherheit auf glatten Böden.

Rückengerechte Arbeitshöhe einstellen:

- **Pflegebett**: Die Körperpflege einer bettlägerigen Person ist deutlich einfacher zu

Steuerberatungskanzlei

Eckhoff-Mair Brigitte

Am Bichl 2
6166 Fulpmes

e-mail: info@eckhoff.at
www.eckhoff.at

tel. 05225/62030
fax Dw 18

bewerkstelligen, wenn das Bett auf eine Arbeitshöhe gefahren werden kann, die für den Pflegenden oder die Pflegende bequem ist. Das unterschiedliche Einstellen der Bettteile hat auch Vorteile für den zu Pflegenden, denn es erlaubt eine abwechslungsreiche Lagerung und bietet körperlich eingeschränkten Personen mehr Selbstständigkeit, da sie leichter aufstehen oder sich hinlegen können. Zusätzliche Aufstehhilfen an den Seiten oder ein Betttrapez wirken unterstützend.



Fotograf: Volderauer / Sozialspiegel Stubai

Bewegungsfreiraum

- Entfernen Sie Gegenstände, die nicht benötigt werden, wie Stühle, Kästchen, Schreibtisch, ... aus dem Pflegezimmer. Dadurch vergrößern Sie ihren Bewegungsradius und schaffen für die Pflegehandlung einen Freiraum.

Auf das richtige Schuhwerk achten:

- Geschlossene Schuhe, die beim Tragen nicht hin und her rutschen, geben mehr

Standsicherheit und entlasten die Rückenmuskulatur. Dies gilt übrigens auch für die pflegebedürftige Person.

Beim Aufstehen helfen:

- Stellen Sie sich vor die sitzende Person, ihre Füße sollen dabei unmittelbar vor dessen Füße stehen. Gehen Sie jetzt mit gestrecktem Rücken leicht in die Hocke, damit die Person ihren Nacken umfassen kann und ergreifen Sie beide Gesäßhälften der Person. Drücken Sie gleichzeitig mit der Person die Knie durch und richten Sie sich mit der Person zum Stehen auf. Dann durch das Drehen

um 45 Grad können Sie die Person auf einen Rollstuhl setzen.

Sehr wichtig ist, dass pflegende Angehörige die vorhandenen Fähigkeiten der Pflegebedürftigen nutzen und darauf achten, die Selbstständigkeit der Pflegebedürftigen so lange wie möglich zu erhalten. Dies fördert nicht nur das Selbstwertgefühl und die Restmobilität, sondern entlastet auch den Rücken der pflegenden Angehörigen.

*Claudia Schlögl
Pflegedienstleitung
Sozial- und Gesundheits-
sprengel Stubaital*

Quellen: www.dguv.de (Text und Bilder), www.svb.at (Text und Bilder)



Mag.pharm Christian Kernstock KG
Waldrasterstraße 12
6166 Fulpmes

Tel: 05225 / 62070
office@stubaital-apotheke.at
www.stubaital-apotheke.at

Altersschwerhörigkeit

Schlechter hören im Alter – was hilft?

Die Altersschwerhörigkeit, auch Presbyakusis genannt, ist eine Hörminderung, die bei Menschen ab einem Alter von ungefähr 50 Jahren auftritt und meist beide Ohren betrifft. Es ist ein natürlicher Prozess, bei dem es scheinbar ohne erkennbare Ursache zu einer Schwerhörigkeit kommt.



Foto: adobe stock © Africa Studio

Im Alter, wo es in der Regel zum Nachlassen aller Sinnesorgane kommt, ist ein nachlassendes Gehör neben der verminderten Sehkraft natürlich eine starke Einschränkung der Lebensqualität. In unseren Ohren befinden sich feine Sinneszellen, sogenannte Haarzellen, die dafür verantwortlich sind, Schallwellen als Nervensignale weiterzuleiten. Diese Haarzellen brechen irgendwann ab und können Schall somit nicht mehr ins Gehirn weiterleiten. Haarzellen re-

generieren sich leider nicht – je nachdem wie viele dieser Sinneszellen abbrechen, verschlechtert sich auch die Hörfähigkeit. Das menschliche Gehör ist im 24-Stunden-Einsatz, wir können es nicht einfach abschalten und es schläft so gut wie nie. Die Sinneszellen werden daher im Laufe eines Lebens stark beansprucht. Die häufigste Form der Hörminderung ist alters- oder lärmbedingt, also eine Art Abnutzungserscheinung. Aber auch einmalige Ereignisse (Traumata)

können das Gehör irreparabel schädigen, z.B. ein Unfall, eine Erkrankung oder ein Schuss aus nächster Nähe. Ebenso können anhaltender Arbeitslärm und laute Musik unseren Hörsinn dauerhaft schädigen. Manche Menschen kommen bereits mit einer Hörbeeinträchtigung zur Welt. Egal welche Ursache die Hörminderung hat, eines haben alle betroffenen Menschen gemeinsam: die Lebensqualität leidet sehr stark darunter. Und meistens leiden Familienmitglieder,

Ihre Ohren in besten Händen.



Vereinbaren Sie jetzt Ihren **kostenlosen**
Beratungstermin unter ☎ 00800 8001 8001

Neuroth-Fachinstitute:

Innsbruck · Maria-Theresien-Straße 40
Innsbruck · Museumstraße 22
Hall in Tirol · Agramsgasse 2
Schwaz · Innsbrucker Straße 4

Vertragspartner aller Krankenkassen

WWW.NEUROTH.COM

HÖRGERÄTE // HÖRBERATUNG // GEHÖRSCHUTZ // SEIT 1907

 **NEUROTH**

Freunde und Bekannte mit. Wird die Schwerhörigkeit nicht behandelt, sind die Folgen meist besonders schwerwiegend. Die psychischen Probleme strecken sich von Schamgefühl bis hin zu Depressionen und einem geminderten Selbstwertgefühl.

Die körperlichen Folgen einer unbehandelten Schwerhörigkeit können Kopfschmerzen, Muskelschmerzen, Stress und erhöhten Blutdruck umfassen. Darüber hinaus können bei einer unbehandelten Schwerhörigkeit auch soziale Probleme, wie Isolation und Kommunikationsschwierigkeiten auftreten. Dabei kann es recht einfach sein, wieder besser zu hören! Altersschwerhörigkeit wird auch Presbyakusis genannt. Bei den meisten Menschen, die unter Presbyakusis leiden, sind zunächst die Hochfrequenztöne nicht mehr wahrnehmbar. Ein erstes Anzeichen für altersbedingte Schwerhörigkeit / Presbyakusis kann sein, dass Sie nur noch schwer verstehen, was man Ihnen sagt, und die Hochfrequenztöne, die

beim Sprechen entstehen, nicht hören. Die Sprechöne mit den höchsten Frequenzen sind Konsonanten wie s, t, k, p und f. Buchstaben und Wortteile verschwimmen. So klingt zum Beispiel das Wort „schön“ wie „Fön“. Betroffenen fällt es zunächst nicht auf, wenn sie den Fernsehapparat oder das Radio lauter einstellen oder ab und zu „Wie bitte?“ fragen.

Dabei sind gerade diese Kleinigkeiten die ersten und häufigsten Anzeichen für ein schlechter werdendes Gehör. In vielen Situationen sind Betroffene überfordert, fühlen sich im Straßenverkehr nicht mehr sicher und reagieren schnell gereizt, verärgert oder gar aggressiv. Andere Anzeichen von altersbedingter Schwerhörigkeit sind zum Beispiel, dass Männerstimmen besser verstanden werden, als Frauenstimmen. Das Verständnis in lauter Umgebung hingegen ist generell schwierig. Stimmen klingen oft verzerrt und vernuschelt. Außerdem können Klingelgeräusche in den Ohren, Kopfschmerzen, Schwindel und Sehstörungen auftreten.

Dass eine Hörminderung Auswirkungen auf das Umfeld hat, versteht sich von selbst. Angehörige verstehen in der Regel erst sehr spät, warum der Opa immer so grantig ist. Dass er einfach nur schlecht hört, was um ihn herum gesprochen wird, und sich in seiner verminderten Wahrnehmung alleine fühlt, kommt der Familie und Freunden zunächst nicht in den Sinn. Der erste Schritt zu einem leichteren Miteinander: Mitgefühl und Verständnis.

Wichtige Tipps im Umgang mit Menschen mit Hörbeeinträchtigung

- Schreien bringt nichts: Sprechen Sie deutlich und in langsamem, gleichmäßigem Tempo sowie in kurzen Sätzen.
- Sie machen es Hörgeräteträgern leichter, Sie zu verstehen, wenn Sie sie beim Sprechen ansehen, möglichst im Licht stehen und Sie Ihren Mund nicht verdecken. Die Bewegungen von Mund und Lippen helfen Menschen mit Hörproblemen, die gesprochenen Worte im Kontext zu erkennen.
- Wenn Ihr Gesprächspartner etwas nicht versteht, wiederholen Sie den vollständigen Satz und nicht nur das letzte Wort und vor allem: Bleiben Sie geduldig!

Wenn der Alltag hörbar schwerfällt

„Was hast du gesagt?“ Wer schlecht hört, dem fällt es auch schwer, Gesprochenes zu verstehen. Und das kann auch soziale Folgen haben. Umso wichtiger ist es, auf seine Ohren zu hören und rechtzeitig vorzusorgen.

- Nähern Sie sich einem Menschen mit Hörproblemen nicht von hinten. Er könnte Sie nicht hören und sich erschrecken.
- Helfen Sie Schwerhörigen in Gesprächsrunden mit mehreren Gesprächspartnern oder starken Hintergrundgeräuschen. Informieren Sie ihn über das Thema und ziehen Sie ihn durch direkte Ansprache ins Gespräch.
- Wenn Sie das Gespräch schwierig finden, denken Sie bitte daran, dass Menschen mit Hörproblemen es viel schwerer haben als Sie.

Was tun bei Anzeichen von Schwerhörigkeit:

- Unbedingt zuerst zum Hausarzt, dieser veranlasst die nötigen weiteren Schritte, Untersuchungen, Zuweisung zum Facharzt (HNO, usw.)
- Erst wenn alle Untersuchungen abgeklärt sind, wird Ihnen der Haus- oder Facharzt die weiteren Maßnahmen vorschlagen, etwa die Anpassung eines Hörgerätes und anderer Hilfsmittel
- Ein Hörgerätefachinstitut berät auch über sonstige Hilfsmittel für den Alltag
- Hörgeräte sind heutzutage



Foto: adobe stock © WavebreakMediaMicro

High-Tech-Geräte

- Die Krankenkassen bezahlen in der Regel die Kosten für ein Standardgerät

Noch ein Tipp für die Anpassung eines Hörgerätes:

- **Hörgeräte gehören täglich getragen!**
- **Hörgeräte gehören täglich sorgfältig gereinigt und gepflegt!**

Die meisten Menschen sind anfangs überrascht, manchmal richtiggehend irritiert, wie gut sie mit Hörgeräten plötzlich wieder hören können. Manche sind aber vielleicht sogar etwas irritiert – und zwar dann, wenn sie schon so lange schlecht gehört haben, dass das Hören ungewohnt geworden ist oder fast verlernt wurde. Da-

her ist es wichtig, dass den Betroffenen eine erfahrene Hörakustikerin oder ein erfahrener Hörakustiker in der Anpassungsphase behutsam und sachkundig zur Seite steht.

Gehör und Hörgeräte werden, wenn nötig in mehreren Schritten und über einen längeren Zeitraum hinweg aneinander gewöhnt. Das ist auch deshalb wichtig, weil die Hörgeräte möglichst konsequent in vielen verschiedenen Lebenssituationen getragen werden sollen. Dieser Einstellungsprozess dauert in der Regel bis zu einem halben Jahr.

*Martin Lehner
Heimleitung Vinzenzheim*

Hörcheck – wie man eine Hörminderung erkennen kann:

- Drehen Sie oft den Fernseher oder das Radio lauter?
- Meinen Sie, dass andere Menschen undeutlich sprechen?
- Ist es mühsam, einem Gespräch in einer Gruppe zu folgen?
- Äußern sich Ihre Mitmenschen öfters über Ihr Gehör?

BITTE VORMERKEN

Do., 14. November 2019
Neuroth
Hörgeräteservice

Zeit ab 9.00 Uhr

Bitte um Voranmeldung im Vinzenzheim bis 31.10.2019 unter Tel.: 05226 / 2259DW10

Pflege zu Hause

Pflegegeld

Rund 460.000 Menschen in Österreich brauchen ständig Pflege. Das Pflegegeld soll die Mehrkosten, die durch die Pflegebedürftigkeit entstehen, zumindest teilweise abdecken. Es trägt dazu bei, dass Personen, die Pflege benötigen, sich diese möglichst nach ihren Bedürfnissen selbst organisieren können und ermöglicht eine gewisse Unabhängigkeit, sowie einen (längeren) Verbleib in der gewohnten Umgebung zu Hause.

NEU: Kostenlose Pflegeberatung zu Hause

Im Rahmen der Antragstel-

lung des Pflegegeldes kann auch eine kostenlose Pflegeberatung und Information über regionale Unterstützungsangebote durch diplomiertes Pflegepersonal, sowie eine psychologische Beratung auf freiwilliger Basis in Anspruch genommen werden.

Höhe des Pflegegeldes

Mit 1. Jänner 2016 wurde das Pflegegeld in allen Stufen um 2 % erhöht. Das Ausmaß des Pflegegeldes richtet sich nach dem Pflegebedarf. Es sind sieben Stufen vorgesehen. Erforderlich ist ein Pflegebedarf von mehr als 65 Stunden pro Monat. Die An-

zahl der Stunden des monatlichen Pflegebedarfs wird im Rahmen einer Begutachtung durch einen Arzt oder einer Pflegefachkraft festgelegt

Krankenhaus- oder Kuraufenthalt

Während eines Krankenhaus- oder Kuraufenthaltes ruht das Pflegegeld ab dem zweiten Tag, wenn die überwiegenden Kosten des Aufenthaltes dein Sozialversicherungsträger, der Bund oder eine Krankenfürsorgeanstalt trägt.

Für Informationen und Beratungen stehen wir Ihnen gerne zur Verfügung.

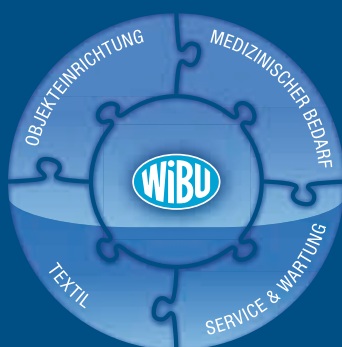
Pflegebedarf in Stunden pro Monat	Pflegestufe	Betrag in € monatl. (netto)
Mehr als 65 Stunden	1	157,30
Mehr als 95 Stunden	2	290,00
Mehr als 120 Stunden	3	451,80
Mehr als 160 Stunden	4	677,60
Mehr als 160 Stunden (wenn ein außergewöhnlicher Pflegeaufwand erforderlich ist)	5	920,30
Mehr als 180 Stunden, wenn ✓ zeitlich unkoordinierbare Betreuungsmaßnahmen erforderlich sind und diese regelmäßig während des Tages und der Nacht zu erbringen sind oder ✓ die dauernde Anwesenheit einer Pflegeperson während des Tages und der Nacht erforderlich ist, weil die Wahrscheinlichkeit einer Eigen- und Fremdgefährdung gegeben ist.	6	1285,20
Mehr als 180 Stunden, wenn ✓ keine zielgerichteten Bewegungen der vier Extremitäten mit funktioneller Umsetzung möglich sind oder ✓ ein gleich zu achtender Zustand vorliegt.	7	1688,90
Vom Pflegegeld werden keine Lohnsteuer und kein Krankenversicherungsbeitrag abgezogen		

Gesundheitsförderung

Singen mit Nebenwirkungen



Komplettausstattungen
für soziale Einrichtungen



WIBU Österreich GmbH · Telefon 0732 / 33 01 88 · www.wibu.at

Das Gesundheits- und Krankenpflegegesetz beauftragt professionell Pflegende, Maßnahmen zur Gesundheitsförderung zu ergreifen. Die Klienten sollen nicht nur in ihren Krankheiten und Defiziten gesehen und betreut werden; vielmehr dürfen Ressourcen und gesunde Anteile jedes Einzelnen erkannt, genutzt und verbessert werden.

Im Vinzenzheim bemüht man sich, diesem pflegerischen Ansatz unter anderem durch mehrmals wöchentlich stattfindende Bewegungsprogramme, ein in angenehmer Atmosphäre

gemeinsam eingenommenes gesundes Essen, Aufenthalte im Freien und ein vielfältiges Beschäftigungsangebot gerecht zu werden.

Einen Bereich dieser Beschäftigungsmöglichkeiten stellt bei uns die wöchentlich stattfindende Singrunde im Cafe dar. Dass Singen dabei mehr als nur ein netter Zeitvertreib ist, konnten Wissenschaftler der Universitäten Göteborg in Schweden und Frankfurt am Main nachweisen.

So werden bereits nach wenigen Minuten des Singens die Herzfrequenz stabilisiert und durch die vertiefte Einatmung die Lungen gedehnt

sowie über das Zwerchfell die inneren Organe stimuliert. Im gesamten Körper verbessere sich die Durchblutung und Sauerstoffversorgung, was zu einer Entspannung der Muskulatur führen und sogar Schmerzzustände reduzieren könne.

In Speichelproben von singenden Probanden konnte eine erhöhte Anzahl von Botenstoffen des Immunsystems gemessen werden, welche im menschlichen Körper antientzündlich wirken.

Bereits vor diesen Studien war in der Medizin bekannt,

dass während des Singens im Gehirn Hormone ausgeschüttet werden, die Stress abbauen und die Stimmung (im wahrsten Sinne des Wortes!) verbessern.

Ohne dies alles wissen zu müssen treffen wir uns im Vinzenzheim jeden Mittwoch um 14.30 Uhr und singen einfach. Meist werden bekannte Tiroler Volkslieder gesungen, mit denen man auch tief gelegene positive Gefühle und Erinnerungen von schwer an Demenz erkrankten Mitmenschen erreichen kann.

Aber auch jahreszeitlich passend Marien- oder Weihnachtslieder, deutsche Volkslieder und auf Wunsch Kinderlieder gehören zu unserem Repertoire. Wer ein Instrument spielen kann, darf sich gerne einbringen.

Nach ca. einer dreiviertel Stunde fühlen wir uns jedenfalls (noch) besser als vor dem Singen und nehmen gemeinsam eine kleine Jause ein – denn Singen macht auch hungrig und durstig!

*Doris Reichert
DGKP*

Vinzenzheim Neustift

Tagespflege

Unser Tageszentrum richtet sich an betreuungs- und pflegebedürftige Senioren/innen aus dem gesamten Stubaital, die zu Hause wohnen und ihre vertraute Umgebung nicht dauerhaft verlassen wollen oder deren Angehörige zeitweise entlastet werden möchten. So ist tagsüber eine liebevolle und professionelle Betreuung durch unsere Pflegefachkräfte gewährleistet.

Wir bieten für unsere Tagesgäste ein eigenes, abwechslungsreiches Tages- und Wochenprogramm an. Ein Team qualifizierter Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter

betreut sie und bietet ihnen pflegerische Hilfe an.

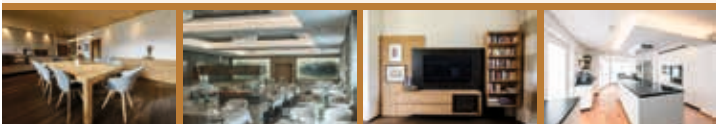
- Kostenloser Transport der Klienten am Morgen in die Tagespflege und am Abend wieder nach Hause jede Woche von Montag bis Freitag

- Abholung um ca. 08.00 Uhr, Rückfahrt nach Hause um ca. 16.00 Uhr. Dieses Angebot richtet sich an alle Gemeindebürger im Stubaital (Neustift, Mieders, Fulpmes, Telfes, Schönberg).



**Tischlerei
STEIXNER**

Wir formen Holz.



**FENSTER
MÖBEL
TÜREN**



QUALITÄT
HANDWERK
TIROL

T +43 5225 - 62573
A-6141 Schönberg
www.tischlerei-steixner.at



KOSTENBEISPIEL

HALBTAGS € 16,50 (8.00 Uhr bis 12.00 Uhr)

GANZTAGS € 29,70 (8.00 Uhr bis 16.00 Uhr)

(Preise bei voller Förderung)

Die Förderung beträgt bis zu 70% bei Einkommen bis zu € 1.200,00 und reduziert sich bei höheren Einkommen jeweils um einige Prozentpunkte. Voraussetzung für Förderung ist der nachweisliche Bezug von Pflegegeld. Genauere Information über Tagespflege erhalten Sie bei der HL Vinzenzheim.

- Die Transporte werden von Medicar durchgeführt, alle Autos sind behindertengerecht, ein Transport mit Rollstuhl ist möglich; Beförderung mittels Tragstuhl kann zum Selbstkostenpreis (abzüglich € 7,00 Landesförderung pro Fahrt) vom Vinzenzheim organisiert werden (Preis auf Anfrage)
- Individuelle Lösungen (tageweise, ganze Woche, einzelne Tage pro Monat) oder schnelle Hilfe im Notfall möglich
- Keine Behördenwege – sämtliche Förderungen werden vom Vinzenzheim direkt beantragt und durchgeführt, Abrechnung monatlich über das Vinzenzheim



Anmeldung und nähere Informationen:

Heimleitung

Martin Lehner: Tel. 05226 / 2259 DW 10

oder direkt in der Tagespflege

Vinzenzheim: Tel. 05226 / 2259 DW 14

Die Tagespflege im Vinzenzheim betreut Klienten aus dem ganzen Stubaital und ist von Montag bis Freitag jeweils von 8.00 – 16.00 Uhr geöffnet.

*Erfahrung und Kompetenz
seit 1966*



Wipptal - Stubai



HEIDEGGER
BESTATTUNG

TRINS 71
NEUSTIFT, Feldgasse 2
Mitglied der TRAUERHILFE

24h ☎ 05275 / 5211

www.bestattung-heidegger.at

**Ihr verlässlicher Fahrdienst
im Stubai und Wipptal für**

- Strahlentherapie
- Chemotherapie
- Dialyse



Direktverrechnung mit allen Kassen

www.medi-car.at • office@medi-car.at • Tel. 05225/ 65007

CSL computer
service

www.stubaiedv.at

Smart IT Solutions

**Warum Zeitschriften kaufen,
wenn Sie sie nur lesen wollen?**

Sparen Sie beim Zeitschriften-Leasing!



**LESEZIRKEL
ALPENLAND**

Alpenland Lesedienst TLZ GmbH
6330 Kufstein, Schubertstraße 23
Tel. 0 53 72 / 6 24 62 • Fax DW -3
www.alpenland-lesedienst.at

**400 m² KÜCHENSTUDIO INNSBRUCK
MÖBELWERKSTÄTTE FULPMES**

www.kuechenatelier.at





Vorstellung

Vinzenzheim Neustift

Scheibe 2, 6167 Neustift
 Telefon: 05226 / 2259
www.neustift.tirol.gv.at/vinzenzheim
 Mail: vinzenzheim@neustift.tirol.gv.at

28 Heimplätze
5 Betreute Wohnungen
8 Tagespflegeplätze
Derzeitiger Mitarbeiterstand: 37 (Großteil in Teilzeit)



Heimverwaltung

(2 Mitarbeiter)
 Heimleitung Martin Lehner
 Telefon: 05226 / 225910
 Mail: vinzenzheim@neustift.tirol.gv.at
 Sekretariat: Karin Gleirscher
 Telefon: 05226 / 225913
 Mail: sekretariat@vinzenzheim-neustift.at

Pflegebereich

19 Mitarbeiter
 Pflegedienstleitung Mike Wagner
 Telefon: 05226 / 225918
 Mail: pflegeleitung@vinzenzheim-neustift.at

Küche

6 Mitarbeiter
 Küchenleitung: Ingrid Obernosterer
 Telefon: 05226 / 225915
 Mail: kueche@vinzenzheim-neustift.at

Tagespflege

4 Mitarbeiter
 Telefon: 05226 / 225914
 Mail: tagespflege@vinzenzheim-neustift.at

Funktionsbereich

(Reinigung, Hausmeister):
 5 Mitarbeiter





Foto Vinzenzheim

Vom Armenhaus zum Sozialzentrum

Die Geschichte des Vinzenzheims geht bis ins Jahr 1904 zurück. Schon damals erkannten die Verantwortlichen der Gemeinde und die Seelsorger die Notwendigkeit und Wichtigkeit der Versorgung armer, kranker und oftmals alleinstehender Menschen in Neustift. Eine großzügige Spende eines in jungen Jahren nach Deutschland ausgewanderten Neustifter Kaufmanns,

Herr Urban Jenewein ermöglichte dieses Vorhaben und schuf so die Grundlage für eine in dieser Zeit moderne Versorgung pflegebedürftiger Menschen in Neustift. In der Scheibe wurde mit diesen Mitteln ein Armenhaus errichtet und am 6. Dezember 1904 seiner Bestimmung übergeben werden. Für die Pflege und Betreuung sorgten bis zum Jahr 1975 drei Klosterfrauen aus dem Mutterhaus der barmherzigen Schwestern des hl. Vinzenz

von Paul in Zams. Sie gaben dem Haus auch den bis heute bestehenden Namen Vinzenzheim. Damals betrieben die Schwestern auch eine kleine eigene Landwirtschaft zur Versorgung der Insassen. Ab 1975 wurde das Armenhaus von der Gemeinde verwaltet und Frau Martina Volderauer betreute mit ihren Mitarbeitern das Haus. Eine großzügige Renovierung in den 1980ern ermöglichte eine gute Pflege in familiärer Atmosphäre für pflegebedürftige Neustifter Bürger. Bis zu Beginn der Jahrtausendwende war so für die Bedürfnisse der pflegebedürftigen Menschen in Neustift ausgezeichnet gesorgt. In den folgenden Jahren entschloss sich die Gemeinde zu einer umfangreichen Neuaufstellung der Pflege in Neustift mit einem Neubau am Platz des alten Vinzenzheims. In der zweijährigen Bauphase übersiedelte das Altersheim in



Foto Armin Kuprian



Foto Armin Kuprian



Foto Wohnbaugesellschaft Frieden

den Marienhof nach Kaml um im Dezember 2009 das großzügig neu errichtete Gebäude des jetzigen Vinzenzheims wieder am angestammten Platz zu beziehen. Im Zuge des Neubaus wurde das Pflegeangebot in Neustift an modernste Standards angepasst, am 15. Jänner 2010 gab es die feierliche Eröffnung des Vinzenzheims. Für die Pflege stehen nun 28 moderne Pflegeplätze sowie 5 Betreute Wohnungen und seit 2013 eine Tagespflege mit 8 Plätzen zur Verfügung. Im neuen modernen, offenen Haus fühlen sich Bewohner wie Mitarbeiter sehr wohl. Das Vinzenzheim hat

sich seither zu einem Sozialzentrum für die Neustifter Bürger entwickelt, wo neben Pflege und Betreuung auch die Beratung und Unterstützung pflegender Angehöriger sowie Angebote für alle Neustifter Senioren großgeschrieben wird.

Zukunft – Ausblick

Um den steigenden Bedarf an Pflege und Betreuung auch in Zukunft decken zu können gibt es konkrete Pläne zur Erweiterung des Angebotes.

So soll im geplanten Wohnpark Scheibe neben leistbarem Wohnen für Neustift auch 14 Betreute Woh-

nungen und eine neue Tagespflege mit 10 Plätzen entstehen. Offizieller Baustart war am 2. September mit der Spatenstichfeier.

Die dadurch freiwerdenden räumlichen Kapazitäten im Vinzenzheim werden dazu genutzt, um weitere 12 Plätze für Dauerpflege zu realisieren.

Zukünftiges Pflegeangebot in Neustift:

- 39 Dauerpflegeplätze
- 1 Kurzzeitpflegeplatz
- 14 Betreute Wohnungen
- 10 Tagespflegeplätze

Martin Lehner
Heimleitung Vinzenzheim



Foto Vinzenzheim

Bunt Gemischt

Verabschiedung Pfarrer Josef Scheiring

Wir sagen DANKE unserem langjährigen Seelsorger Josef Scheiring, der die letzten 12 Jahre neben seiner Tätigkeit im Seelsorgeraum Stubaital auch für uns im Vinzenzheim tätig war!

Wir werden seine einfühlsame, wohlwollende und humorvolle Arbeit im Vinzenzheim und seinen Beistand auch in schweren Stunden der Trauer und des Ab-



schiednehmens vermissen. Die Bewohner und sämtliche Bediensteten des Vinzenzheims wünschen für zukünftige Aufgaben alles Gute! Ende August durften wir uns im Rahmen der letzten Hl. Messe von Pfarrer Josef verabschieden und ihm nebst guten Wünschen für seine Zukunft auch einige Köstlichkeiten aus dem Vinzenzheim und der Gemeinde mit auf den Weg geben!

Sommerfrische im Vinzenzheim

Die Sommermonate werden im Vinzenzheim auch immer dazu genutzt um so manchen Ausflug zu unternehmen!

Unser Hausberg der Elfer stand dabei ebenso auf dem Programm wie das wunderbar zum Entspannen und Spazieren gelegene

Schwemmland bei „Klaus Äuele“.

Wir bedanken uns ganz besonders bei den Schülern der HTL Fulpmes für die alljährliche Begleitung bei den Ausflügen im Rahmen der Schulschlussprojektstage sowie bei allen Mitarbeitern des Vinzenzheims und bei allen ehrenamtlichen Helfern,

weitere bei den Elferbahnen für die Freikarten und den sicheren Transport und die Hilfe und Unterstützung bei den Liftfahrten, Taxi Schwab und Medicar Mieders für den sicheren Transport sowie dem Panoramarestaurant Elfer und dem Marendstüberl Klaus Äuele für die ausgezeichnete Verpflegung.



Fotos Vinzenzheim



Vorstellung

Sozial- & Gesundheitssprengel Stubaital

Dorfstraße 39, 6142 Mieders
 Büroöffnungszeiten: Mo - Fr 8.00–12.00 Uhr
 Tel: 05225 / 63836
 Fax: 05225 / 63836 DW 5
 E-Mail: gsp-stubaital@tirol.com
www.gesundheitssprengel-stubai.com



Der Sozial- und Gesundheitssprengel Stubaital versteht sich als zentrale Anlaufstelle für Menschen, die Hilfe, Betreuung und Pflege brauchen. Unser Hauptschwerpunkt ist die bestmögliche Versorgung von pflege- und betreuungsbedürftigen Menschen und deren Angehörigen im Stubaital. Unsere Leistungen sollen eine Entlastung und eine Hilfestellung sein, die alltäglichen Herausforderungen zu meistern und werden laufend den Anforderungen und Bedürfnissen angepasst. Im Frühjahr 2018 sind wir in unsere neuen Büroräume umgezogen. Sie finden uns im Sozialpark Mieders, Dorfstraße 39, 6142 Mieders



Unsere Angebote:

- Hauskrankenpflege (medizinische Pflege, Erstversorgung nach Krankenhausaufenthalt, Diabetikerbetreuung, Behandlungs- und Grundpflege, Verbandswechsel, Bandagieren, ...)
- Integrierte Palliativberatung
- Pflegeberatung
- Pflegegeldanträge
- Heimhilfe und soziale Betreuung (Gespräch, Spaziergang, Spiele, Einkauf und Botengänge ...)
- Haushaltshilfe (Putzen, Waschen, Bügeln, Heizen, ...)
- Familienhilfe
- Essen auf Rädern
- Verleih und Vermittlung von Heilbehelfen und Pflegehilfsmitteln (Rollator, Rollstuhl, Toilettenstuhl ...)
- Beratungs- und Vermittlungsangebote (Erährungs- und Diätberatung, Beratungen des Ehe- und Familienzentrums, Logopädie, Psychosozialer Dienst, Mutter-Eltern-Beratung, Verkehrspsychologische Beratungen, ...)
- „Tanz ab der Lebensmitte“ mit Maria Niggas

Für die Kranzablösespenden, welche wir immer wieder nach Todesfällen erhalten, möchten wir ebenfalls ein herzliches Vergelt's Gott sagen. Dies ermöglicht uns unbürokratisch und schnell bei Notfällen helfen zu können.



Diabetesschulung in Mieders

In drei Abenden diabetesfit werden

Der Sozial- und Gesundheitssprengel Stubaital veranstaltet vom

14. bis 16. Oktober 2019

einen dreiteiligen kostenlosen Abendkurs
für Typ-2-Diabetiker und Menschen mit grenzwertig erhöhtem Blutzucker.
Zeit: jeweils von 17.00 bis 20.00 Uhr.



Alle Teilnehmer erhalten ebenfalls kostenlos das neuer aktualisierte „Tiroler Diabetes-Schulungsbuch“.

Immer mehr Menschen nehmen dieses kompakte, kostenlose Informationsangebot in Anspruch, denn: je mehr Wissen über den Umgang mit Diabetes, desto mehr Sicherheit hat man im Alltag. Das Schulungsteam des avomed (Arzt, Diabetes-Krankenschwester und Diätologin) führt durch den

Kurs durch und steht für Fragen und Diskussion zur Verfügung.

Wer Medikamente gegen Diabetes („Zuckertabletten“) nehmen muss und den Besuch dieser Diabetes-Schulung mit der Teilnahmebestätigung nachweist, bekommt von der Krankenkasse alle drei Monate 100 Blutzucker-Teststreifen kostenlos zugeschickt.

Nicht nur zum Zeitpunkt der Diagnose ist eine Schulung

ein wichtiger erster Behandlungsschritt. Viele Diabetiker besuchen regelmäßig Schulungen, weil es laufend neue Erkenntnisse gibt. Von Diabetes spezialisten wird eine solche Auffrischung alle drei Jahre empfohlen.

Anmeldungen nimmt der Sozial- und Gesundheitssprengel unter Tel. 05225 / 63836 entgegen. Angehörige sind ebenfalls herzlich willkommen!

VERSTÄRKUNG GESUCHT!

Seit vielen Jahren gibt es im Stubaital Essen auf Rädern. Nicht nur ältere und kranke Menschen werden von den Fahrern im Stubaital mit Essen versorgt, sondern auch Menschen, denen selbständiges Essen und Kochen zu beschwerlich geworden ist bzw. auch solche, die vorübergehend Mobilitätsprobleme haben. Das Mittagessen wird jeden Tag im Wohn- und Pflegeheim Fulpmes und im Vinzenzheim Neustift täglich frisch gekocht. Dabei werden nicht nur warme Mahlzeiten ausgeliefert, sondern auch der tägliche Kontakt gefördert, der oftmals wichtiger ist als die Mahlzeit selbst. Aktuell sucht das Rote Kreuz ehrenamtliche Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter für die Zustellung von Essen im Raum Fulpmes. „Ein nettes Team, das zusammenhält sucht Verstärkung“, so Michael Volderauer – Ortsstellenleiter in Fulpmes.

Nähere Informationen bei Interesse unter Tel. 057/144/2022

FACTBOX ESSEN AUF RÄDERN:

Essen auf Rädern täglich frisch

Kostenbeitrag € 8,50

Essensanmeldung im Sprengel unter 05225 / 63836

oder für Neustift im Vinzenzheim Tel. 05226 / 225910



Foto: Rotes Kreuz/Weigartner



Der Sozial- und Gesundheitssprengel Stubaital bietet neben der Hauptaufgabe, der mobilen Betreuung und Pflege, zusätzliche Angebote in Kooperation mit folgenden Vereinen, Betreuern und Beratern in den Räumlichkeiten des Sprengels an.

Mutter-Eltern-Beratung Land Tirol

Hebamme Karin Pompernigg, MSc

Fulpmes EKIZ, Bahnstraße 11, jeden 1. Mittwoch im Monat

Babytreff von 14.45–15.45 Uhr

Beratung von 15.45–17.15 Uhr

Telfes Gemeinde im Sitzungssaal, Telfes 61, jeden 3. Dienstag im Monat von 8.45–10.45 Uhr

Mieders Sozialsprengel Stubaital, Dorfstr. 39, jeden 3. Dienstag im Monat von 11.00–12.00



Psychosozialer Dienst, Prävention, Case-Management *pro mente tirol*

Unsere Fachkräfte beraten und begleiten Menschen mit unterschiedlichen psychischen Erkrankungen. Am Anfang steht immer die Klärung der derzeitigen Lebenssituation sowie des Bedarfs an Betreuung und Unterstützung. Im Zentrum unseres Bemühens stehen die Stärkung der eigenen Fähigkeiten und die Auseinandersetzung mit den Tatsachen der psychischen Erkrankung. Ziel ist es, mit der notwendigen Unterstützung die eigenen Anliegen wieder selbstständig bewältigen zu können. Unsere sozialpsychiatrisch ausgebildeten MitarbeiterInnen stellen den Kontakt her, schaffen Vertrauen, kommen bei Bedarf auch nach Hause; entlasten, beraten und begleiten, sowohl kurzfristig in Krisensituationen als auch langfristig während eines längeren therapeutischen Rehabilitationsprozesses. Selbstverständlich leisten wir Unterstützung und Beratung bei Behördenangelegenheiten und in allen Fragen der Existenzsicherung. Terminvereinbarung erbeten bei Dipl. SA Bettina Fink-Hofer, Tel: 0664 / 2631 649

Zentrum für Ehe- und Familienfragen

Zentrum für Partner- und Familienberatung, Lebensberatung, Erziehungs-, Kinder- und Jugendberatung, Rechtsinformation. Terminvereinbarung unter Tel. 0512 / 580871 erforderlich, Journaldienst im Sprengel Stubai jeden Dienstag von 16.00-18.00.



Diätberatung

Alexandra Pöll

Terminvereinbarung
unter Tel. 0664 / 73491343
notwendig.

Psychotherapie

Ursula Mayer

Psychotherapeutin,
Existenzanalyse und
klinische Hypnose.
Terminvereinbarung
unter Tel. 0664 / 20 66 158

Kinder- & Jugendhilfe

**Sprechstunden für die
Kinder- und Jugendhilfe
im Sozialsprengel Stubai**

Terminvereinbarung
unter Tel. 0512 / 5086231
notwendig.

Ergotherapie

Hofer-Neuner Cornelia

Terminvereinbarung
unter Tel. 0664 / 73478350.

Thaler Verena

Nur für Kinder
Terminvereinbarung
unter Tel. 0650/ 3603177

Logopädie

Dipl. Logopädin Martina Neumayr

Logopädie für Kindergartenkinder
Terminvereinbarung unter Tel. 0676 / 885087790

Scheiber Susanne MSc, Logopädie für alle Altersgruppen
Terminvereinbarung unter Tel. 0680 / 1453 249



TAG DER OFFENEN TÜR

**Am Freitag den 8. November 2019 von 14.00 – 17.00 Uhr
laden wir zu einem Tag der offenen Tür des
Sozial- und Gesundheitssprengels Stubaital**

Unsere MitarbeiterInnen führen Sie durch unsere neuen Räumlichkeiten und Sie haben die Möglichkeit, unsere „Gesundheitsstraße“ zu besuchen. Die BeraterInnen (Zentrum für Ehe- und Familienfragen, Diätologin, ...) sind für Informationen und Fragen vor Ort.

**Wir würden uns sehr freuen,
wenn wir Sie begrüßen dürfen.**

Wir suchen ab sofort oder nach Vereinbarung eine(n)

DIPL. GESUNDHEITS- UND KRANKENPFLEGERIN **in Teilzeit ab 30% Anstellungsverhältnis.** **Ideal auch für WiedereinsteigerInnen**

Sie bringen mit:

Abgeschlossene fachspezifische Ausbildung, hohe soziale Kompetenz und Einfühlungsvermögen und Freude am Umgang mit Menschen, Teamfähigkeit, Belastbarkeit, Bereitschaft zur Fortbildung, Führerschein B

Wir bieten:

- eine vielseitige, sinnvolle Tätigkeit in einem wertorientierten Umfeld,
- einen abwechslungsreichen Arbeitsplatz mit familienfreundlichen Arbeitszeiten – keine Nachtdienste
- regelmäßige Weiterbildungs- und Entwicklungsmöglichkeiten
- Neue Büroräumlichkeiten in Mieders, mit Teeküche und Aufenthaltsmöglichkeit

Entlohnung nach Kollektivvertrag (SWÖ 2019) bei 100% Anstellung (38 Std./Woche) ohne Anrechnung der Vordienstezeiten: DGKS/DGKP € 2.621,22 (Brutto)



**Interessiert? Dann bewerben Sie sich bitte im
SOZIAL- & GESUNDHEITSSPRENGEL STUBAITAL**

6142 Mieders, Dorfstraße 39

GF Maria Denifl Tel. 05225 / 63836 E-Mail: office@gsp-stubai.at

www.gesundheitssprengel-stubai.com

Büroöffnungszeiten: Mo – Fr von 8.00 Uhr – 12.00 Uhr



Vorstellung

Wohn- und Pflegeheim Vorderes Stubaital

Herrengasse 23, 6166 Fulpmes
www.pflegeheim-stubaital.at
 Mail: heimleitung@wuph-fulpmes.at

59 Heimplätze
derzeitiger Mitarbeiterstand: 59
 (Großteil in Teilzeit)



Sanierungsarbeiten im Wohn- und Pflegeheim

Ab Herbst 2019 starten in unserem Wohn- und Pflegeheim umfangreiche Sanierungsarbeiten. Die Heizungs- und die dafür notwendige Regelungsanlage wurden jetzt im Herbst auf den aktuellen Stand der Technik gebracht. Der Pflegebereich im 1. Stock unseres Hauses erhält ein neues Pflegebad. Die großen Arbeiten starten mit Februar 2020. Teilweise muss die Fassade erneuert und isoliert werden. Ebenso steht ein Austausch eines Teiles der Fensteranbauten an. Das Flachdach im Bereich der Heimkapelle muss auf Grund eines Wassereintrittes saniert und erneuert werden. Damit der hohe Stromverbrauch, hauptsächlich verursacht durch Küche und Wäscherei, maßgeblich reduziert und klimaneutral erzeugt werden kann, ist die Installation einer Photovoltaikanlage geplant. Nahezu 100% des durch die Sonne erzeugten Stromes wird dann unmittelbar im Heim verbraucht und reduziert somit maßgeblich die Stromkosten des Heimes.

Ein großes Danke, an die vier Verbandsgemeinden Schönberg, Mieders, Telfes und Fulpmes, welche hierfür die nicht unerheblichen finanziellen Mittel für diese Sanierung zur Verfügung stellen.

Mitarbeiter Walking- & Wandergruppe

Im Mai dieses Jahres kam aus den Reihen der Mitarbeiter die Idee, eine Walkinggruppe zu etablieren. Seit Anfang Juni starten wir nun immer am Mittwochabend für ca. 2 Stunden mit einer Runde rund um unser Wohnheim. Meistens bewältigen wir 8-12 km im schnellen Schritt. Manchmal sind wir nur 2-3, meistens jedoch 5-9 Mitarbeiter, welche in lockerer Atmosphäre etwas für ihr körperliches Wohlbefinden tun wollen. Die heurige Krönung unserer gemeinsamen Aktivitäten war die „Erklimmung“ des 2718m hohen Gipfels der Serles. 9 Mitarbeiter haben sich nach 2,5 Stunden Aufstieg, von Maria Waldrast aus, ein stolzes „Berg Heil“ zurufen können. Nach fast ebenso langem Abstieg ist der Tag dann im Alpengasthof Maria Waldrast gemütlich ausgeklungen.



Wohn- und Pflegeheim Vorderes Stubaital

Hospizkultur & Palliativversorgung mit Vorsorgedialog

Seit 2016 haben wir in unserem Haus die Hospizkultur und Palliativcare eingeführt. Dazu wurden Mitarbeiter speziell ausgebildet, ein Projekt gestartet und die dafür notwendigen Standards erstellt. 2017 haben wir dafür vom Dachverband Lebenswelt Heim für den Ehrenpreis „Teleios“ nominiert.

Hospiz- und Palliativversorgung, was ist das?

Sterben ist ein natürlicher Prozess des Lebens. Die meisten Menschen benötigen in der letzten Phase ihres Lebens keine spezialisierte Hospiz- bzw. Palliativversorgung. Diese richtet sich an unheilbar kranke Menschen in komplexen medizinischen, pflegerischen bzw. psychosozialen Situationen. Sie hat zum Ziel, die Lebensqualität bis zuletzt möglichst gut zu erhalten. Dabei werden körperliche, psychische, soziale und spirituelle Aspekte berücksichtigt. Auch Angehörige werden in die Behandlung und Betreuung miteinbezogen und bei Bedarf über den Tod der Bewohnerin/des Bewohners hinaus begleitet. Die Betreuung der Bewohner erfolgt in der Hospiz- und Palliativversorgung durch ein multidisziplinäres Team.



Was ist Palliative Care?

Die Definition der WHO 2002 besagt: „Die Palliativversorgung (Palliative Care) ist ein Ansatz zur Verbesserung der Lebensqualität von Bewohner /Bewohnerinnen und deren Familien, welche mit Problemen konfrontiert sind, die mit einer lebensbedrohlichen Erkrankung und dem Sterbeprozess einhergehen.“

Dies geschieht durch:

- Vorbeugen und Lindern von Leiden
- frühzeitiges Erkennen
- bestmögliche Einschätzung und Behandlung von Schmerzen, sowie anderen

belastenden Beschwerden körperlicher, psychosozialer und spiritueller Art.

In der Palliativmedizin werden häufig folgende Beschwerden bzw. Erkrankungen behandelt:

- Schmerzen
- Angst und Angststörungen
- Verwirrtheit und Delir
- Niedergeschlagenheit und Depressionen
- Schlaflosigkeit
- Husten, Atemnot
- Mundtrockenheit
- Übelkeit und Erbrechen
- Verstopfung und Durchfall
- Appetitlosigkeit



Unsere ausgebildeten Mitarbeiter, die für jeden im Haus zuständig sind, erarbeiten einen Hospiz- und Palliativversorgungsplan mit dem Bewohner, dem jeweiligen Hausarzt, PsychiaterIn, SeelsorgerIn, Ergo- und Physiotherapeuten, sowie dem zuständigen Pfltegeteam.

Es ist uns aber genauso wichtig, die Angehörigen (so die Bewohner zustimmen) mit einzubeziehen, um auch ihnen Angst und Ungewissheit zu nehmen. Um alles so zu gestalten, wie es unsere Bewohner wünschen, ist ein Vorsorgedialog unerlässlich.

Was ist ein Vorsorgedialog?

Der Vorsorgedialog als Gesprächsprozess zum guten Leben und würdevollen Sterben im Heim: das ist ein Gesprächsprozess zwischen Bewohnern, behandelnden Ärzten, den Pflgern und wenn gewünscht, auch den Angehörigen. Das Ziel dabei ist es, einen Raum zu schaffen, in dem Bewohner über ihre Wünsche und Bedürfnisse zu einem guten Leben im Heim und für ein würdevolles Sterben sprechen können.

Der Vorsorgedialog als niederschwelliges Instrument zur Selbstbestimmung: Sterben und Tod sind sehr sensible Themen. Viele Bewohner beschäftigen sich im Heim ganz selbstverständ-



lich damit, andere möchten das nicht tun. Der Vorsorgedialog ist deshalb nur ein Angebot seitens unseres Hauses für alle Bewohner die diesen annehmen aber auch ablehnen können. Wenn aber Bewohner dieses Gespräch annehmen, nehmen sie ihr Recht auf Selbstbestimmung wahr und können auf Basis der medizinischen Indikationen festlegen, welche Maßnahmen bei Verschlechterung des Gesundheitszustandes gesetzt werden sollen und welche nicht. Das Betreuungsteam hat so eine wichtige Grundlage, um Behandlungsentscheidungen im Sinne der Bewohner zu treffen, wenn dieser sich dazu nicht mehr äußern kann.

Durch den Vorsorgedialog können auch Angehörige frühzeitig in das Gespräch miteinbezogen und auf mögliche Situationen bei Verschlechterung des Gesundheitszustandes des Bewohners vorbereitet werden.

Das hat den großen Vorteil, dass Angehörige schwierige Situationen am Lebensende besser – im Sinne des Bewohners – mittragen können.

Die Hospizkultur mit Palliativvorsorge sowie dem Vorsorgedialog ist in Heimen unabdingbar, um den letzten vielleicht beschwerlichen Weg für unsere Bewohner bestmöglich und weitestgehend angstfrei zu gestalten. Aber nicht nur im Heim, sondern auch im häuslichen Umfeld in Zusammenarbeit mit mobiler Hospiz, Hausärzten und Sozialsprengel ist dies ein wichtiges Instrument, um am Ende eines Lebens Krisensituationen und Ängste für die zu Pflgenden und deren pflegende Angehörige so gering wie möglich zu halten und ihnen Sicherheit zu geben, richtig im Sinne des zu Pflgenden, zu handeln.

*DGKP Robert Penz
Pflgedienstleitung
Wohn- und Pflgeheim
Vorderes Stubaital*

(Quellen: www.lebenswelt-heim.at, www.gesundheit.gv.at)

Wohn- und Pflegeheim Vorderes Stubaital

Die ERGO-Therapie

Die Ergotherapie geht davon aus, dass „aktiv tätig sein“ ein menschliches Grundbedürfnis ist und heilende Wirkung hat.

Auch Menschen, die durch Alterungsprozess und Krankheit in ihrer Handlungsfähigkeit stark eingeschränkt sind, können mit Hilfe der Ergotherapie noch aktiv sein. Dazu bietet die Ergotherapie für die Bewohner des Wohn- und Pflegeheimes Vorderes Stubaital verschiedene Gruppenangebote und Einzeltherapie an. Beim Gedächtnistraining beispielsweise werden durch verschiedene Denkübungen die geistigen Fähigkeiten und die sozialen Kontakte untereinander gefördert. Das Sitzturnen

bietet gehfähigen Bewohnern und Bewohnern, die im Rollstuhl sitzen, die Möglichkeit, die Beweglichkeit ihrer Gelenke zu fördern bzw. zu erhalten und die Muskulatur zu stärken. Einmal in der Woche findet ein Gangsicherheitstraining statt. Ziel des Trainings ist es, durch Gleichgewichtsübungen und Stärkung der Rumpf- und Beinmuskulatur, die Gefahr eines Sturzes zu reduzieren. In der Einzeltherapie fördern unsere Ergotherapeutinnen gezielt die individuellen geistigen und körperlichen Fähigkeiten und Fertigkeiten des einzelnen Bewohners, zum Beispiel durch Hilfsmittelversorgung, Durchführung alltagsorientierter Handlungsabläufe (Anziehen,



Morgentoilette, Backen/Kochen etc.), Veranstaltungen wie Singnachmittage, Ausflüge und der Verkaufsstand. Jahreszeitlich bedingte Feste, gemeinsam organisiert, gestaltet und begleitet von MitarbeiterInnen des Hauses und ehrenamtlichen HelferInnen, sind auch Aufgabenbereiche der Ergotherapie, mit dem Ziel, Gemeinsamkeit zu erleben. Das Ziel der Ergotherapie ist die größtmögliche Selbstständigkeit und Lebensqualität der Menschen im Alltag zu erhalten.



**Wohn- & Pflegeheim
Vorderes Stubaital**

Wir suchen **ab sofort** für unser Wohn- und Pflegeheim

**Dipl. GESUNDHEITS- UND KRANKENPFLEGERIN
PFLEGEFACHASSISTENTIN
PFLEGEASSISTENTIN
HEIMHELFERIN
in Voll- oder Teilzeit**

Wir würden uns freuen, DICH kennen zu lernen, wenn du ...

- ... deinen Teil dazu beitragen möchtest, dass sich unsere Bewohner wohlfühlen.
- ... eine verantwortungsvolle Tätigkeit übernehmen willst.
- ... ein Teamplayer und kein Einzelkämpfer bist.
- ... ein Menschenfreund bist und immer wieder ein Lächeln auf deinen Lippen trägt.

Trifft das auf DICH zu? Dann bist du in unserem Team willkommen!

Die Entlohnung entspricht dem GVBG-KV unter Anrechnung aller relevanten Vordienstzeiten.

Aussagekräftige Bewerbungen an:

Wohn- und Pflegeheim Vorderes Stubaital – Ivo Habertitz MSc MBA
6166 Fulpmes – Herrengasse 23 – heimleitung@wuph-fulpmes.at – www.pflegeheim-stubaital.at

ANNENGARTEN
GEMÜSE-BEEREN
KRÄUTER-KARTOFFELN
AUS NATURNAHEM

0664/23 20 449 **ANBAU** 0664/22 14 999
Maria Stuefer Außerkreith-Mutters Gottfried Wurzer

 **Blumen
MAYR**
NEUSTIFT
05226/3477

STEIXNER
RADSPORT FULPMES

 **THERAPIEZENTRUM
STUBAI**

 **ALEXANDER'S**
STUBAIER NATURPRODUKTE
Alexander Hörtnagl
Größenweg 10a | 6166 Fulpmes
Tel. 0664/14 70 203
ah@stubaiernaturprodukte.at

OBHOLZER.AT
Werbetchnik & Malermeisterbetrieb
**BESCHRIFTUNGEN
DIGITALDRUCK
SCHILDER
MALEREI**
info@obholzer.at • 05226 / 22 27

Hier könnte in der
nächsten Ausgabe
Ihr Logo sein!

Claudia Weidlich
Dipl. Lebens- und Sozialberater
Mobil: +43 664 73 75 17 17 Neustift / Kampl
Website: claudia-weidlich.at
Psychologische Beratung
Familienaufstellung
Supervision
Coaching

Spenglerei
Dachdecker
Paul Denifl
6166 Fulpmes

Leben mit Holz!
FRISCHMANN
Tischlerei Ernst Frischmann
Niederes Feld 5, 6165 Telfes im Stubai
Tel. 0650 640 36 01
tischlerei.frischmann@aon.at

Installationen Richard Spatzier
6142 Mieders
Gewerbepark 9
Solaranlagen
Altbausanierung
Sanitär und Heizung
Mobil: 0676 / 30 25 097
www.rsp-installationen.at richard.spatzier@aon.at

RESTAURANT
HUISLER STUBE

 **HOFER**
6167 NEUSTIFT, am Dorfplatz

Auto - Span
Meister - Reparaturwerkstatt
Industriezone A 7d
A - 6166 Fulpmes
Tel. 05225 62356
info@auto-span.at
www.auto-span.at

 **TYROLIA**

**Wir danken
dem Planungsverbandverband Stubaital,
allen Inserenten, Unterstützern und Sponsoren!**



**14. bis 16. Oktober 2019
für Typ-2-Diabetiker
und Menschen mit
grenzwertig erhöhtem
Blutzucker**

Kostenloser Abendkurs

Zeit jeweils von 17.00–20.00 Uhr



**Do., 31. Oktober 2019
Hl. Messe**

mit Totengedenken

Zeit 14.30 Uhr

Ort Heimkapelle des Vinzenzheims



**Fr., 8. November 2019
Tag der offenen Tür**

*des Sozial- und Gesundheitssprengel
Stubaital mit „Gesundheitsstraße“*

Zeit von 14.00–17.00 Uhr



**Mo., 11. November 2019
Törggelen**

mit den Bewohnern

Zeit 15.00–17.00 Uhr



**Do., 14. November 2019
Neuroth
Hörgeräteservice**

*Hörgeräte Überprüfung, Reinigung
und Einstellung, Hörtest und Neu-
anpassung*

Zeit ab 9.00 Uhr

Bitte um Voranmeldung im Vinzenz-
heim bis 31.10.2019 unter Tel.:
05226/2259DW10



**Fr., 29. November 2019
Weihnachtsbazar**

*Selbstgebastetes und selbstgemachte
Köstlichkeiten*

Zeit 11.00–16.00 Uhr



**Do., 5. Dezember 2019
Hl. Messe**

mit Nikolausfeier

Zeit 14.30 Uhr

Ort Heimkapelle des Vinzenzheims



**MITTWOCHS
Rosenkranz**

Zeit 16.30–17.00 Uhr

Ort Heimkapelle

**DONNERSTAGS
Wortgottesdienst oder
Messe**

Zeit 16.15–17.00 Uhr

Ort Heimkapelle



**MONTAGS
Frauenhandarbeitsrunde**

Zeit ab 14.30 Uhr

Ort Heimcafe

**DIENSTAGS
Rosenkranz**

Zeit 15.00 Uhr

Ort Heimkapelle

**DONNERSTAGS
Wortgottesdienst
oder Hl. Messe**

(anschl. Kaffee & Kuchen im Cafe)

Zeit 14.30 Uhr

Ort Heimkapelle



**Mo., 23. Dezember 2019
Weihnachtsfeier**

mit den Bewohnern

Zeit 14.30–17.30 Uhr

**Raiffeisenbanken
im Stubai**



**Wenn's um meine Heimat geht,
ist nur eine Bank meine Bank.**

