

**smir**

SOZIAL-MEDIZINISCHE INITIATIVE RODAUN



21. Jahrgang | 3/2011

# aktuell

## 18. Rodauner **KIRTAG**

**Sonntag,**

**18. Sept. 2011**

**Rodauner Kirchenplatz**

### PROGRAMM

- 09:30 - 10:30 Rhythmische Messe mit dem TIMELESS-Chor
- 10:00 - 18:00 Kirtagsmarktstände, Buffets, mediterraner Imbiss und Sektbar
- 10:30 - 18:00 Kinderanimation, Luftburg, Ringelspiel, Schießbude, Klettern, Basteln, Kinderschminken, Ponyreiten etc.
- 11:00 - 17:00 Frühschoppen, Karaoke-singen, Musik- und Tanzvorführungen, montenegrinische Gruppe, Vokstanzgruppe Sollenau, St. Christiana, United Children of the World, Tanzschule Schmid, Französische Chansons und Wienerlieder
- 13:30 Kirchenführung
- 14:30 - 16:00 Kasperltheater / zwei Vorstellungen
- 16:30 - 16:45 SMIR-Präsentation
- 17:00 - 17:30 Ermittlung der Gewinner der Tombola
- 19:00 Ausklang
- Programmänderungen vorbehalten

Eine Benefizveranstaltung für SMIR, die PFARRE RODAUN und BERGKIRCHE RODAUN sowie die Initiative RODAUN AKTIV  
GRATIS Shuttledienst unter 889 27 71

**Auf die Plätze, fertig, los** *Seite 2*

**Zeitscheibe / Seminarraum zu vermieten** *Seite 3*

**Ein Fest des Ehrenamtes** *Seite 4*

**Open House / Gesundheitsgymnastik** *Seite 5*

**Ich pflege - pflege ich mich?** *Seite 6*

**SMIR- Kursangebot** *Seite 7*

**Mitglieder werben Mitglieder** *Seite 8*



## editorial



Annalisa  
Fünfleitner,  
PR & Marketing

### Liebe Leserin, lieber Leser! Sehr geehrte SMIR-Mitglieder!

Vor einem Jahr haben wir damit begonnen, in jeder Ausgabe der Mitgliederzeitung über unsere Leistungen und das ganzheitliche Arbeiten bei SMIR zu berichten. Mit Artikeln über die Gesundheits- und Krankenpflege, die ganzheitliche Arbeitsweise bei SMIR, die Vertrauensschwester und das Arbeiten im Besuchs- und Begleitdienst versuchen wir, Ihnen als Leser ein Bild von SMIR zu vermitteln.

SMIR-Kurse und Termine ab Herbst 2011 stehen in dieser Ausgabe im Vordergrund. Für Sie als SMIR-Mitglied gibt es auf Kurse im SMIR-Seminarraum bis zu 15% Ermäßigung. Außerdem möchten wir Sie ganz herzlich zu unserem Open House am 06. Oktober 2011 einladen.

Bei Anwerbung eines neuen Mitgliedes bekommen SMIR-Mitglieder ein Gratis Kirtagslos. Viele schöne Preise warten darauf, gewonnen zu werden. Wir freuen uns, Sie am Rodauner Kirtag wieder zu sehen.

Ihre Annalisa Fünfleitner



## SMIR-Besuchsdienst - Auf die Plätze, fertig, los?



\*Foto Monika Klinger

Geschäftsführerin  
Andrea Reisenberger

„Sie brauchen einen Einkauf? Wie bitte? In der nächsten Stunde?“

„Sie haben vergessen, dass Sie einen Termin beim Arzt haben? Wann? Heute um 11 Uhr?“

Solche Anrufe im SMIR-Büro sind keine Seltenheit und die Erwartungshaltung ist, dass SMIR das sicher schafft. Es ist schön zu sehen, dass unsere KlientInnen keine Scheu haben, im Büro anzurufen und auf uns vertrauen, dass wir auch kurzfristige Anfragen zu ihrer Zufriedenheit organisieren können. Schon oft habe ich im Scherz zu meiner Kollegin gesagt, dass man glauben könnte, wir hätten im Büro einige Startboxen mit HelferInnen stehen und wenn eine dringende Anfrage herein kommt, lasse ich diese ein-

fach frei.

Manchmal habe ich dann das Bedürfnis, unsere KlientInnen zu „erziehen“. Liebevoll, aber bestimmt darum zu bitten, Verständnis zu haben, dass wir das vielleicht in so kurzer Zeit nicht organisieren

können, und doch beim nächsten Mal BITTE früher anzurufen. Doch dann nehme ich meine Liste zur Hand und rufe eine HelferIn des Besuchs- und Einkaufsdienstes nach der anderen an. Wenn ich Glück habe, finde ich schnell jemanden, wenn nicht, telefoniere ich die ganze Liste durch, manchmal – sehr selten – ohne Erfolg. Dann schwärmen meine Kollegin Frau Fünfleitner oder ich aus und übernehmen einen dringenden Einsatz.

Normalerweise allerdings rettet uns eine unserer äußerst flexiblen und hilfsbereiten HelferInnen in der Notsituation und schon oft habe ich die Antwort gehört: „Kein Problem, ich fahr' sofort los!“ Ich weiß nicht, was ich ohne diese „Feuerwehr“, wie ich sie gerne nenne, machen würde.  
**VIELEN DANK!**

Genau das macht einen Teil der Besonderheit von SMIR aus: Wir im Büro bemühen uns sehr, auch so kurzfristige Anfragen positiv zu erledigen und die Tatsache, dass wir so tolle HelferInnen

haben, die kurzfristig einspringen, führt dann zu zufriedenen KlientInnen.

Das mit dem „Erziehen“ hat dann allerdings nicht geklappt, und beim nächsten Mal heißt es wieder:

„Sie brauchen einen Einkauf? Wie bitte? In der nächsten Stunde?“

Andrea Reisenberger



## „ZEITSCHEIBE“ die Zeitschrift zum Hören

**HZV**  
HörZeitschriftenVerein

Der HZV – HörZeitschriftenVerein bietet seinen Mitgliedern seit Jänner 2011 eine neue Zeitung zum Hören auf Audio-CD: die „ZEITSCHEIBE“.

„ZEITSCHEIBE“ erscheint monatlich 12 x im Jahr. Beiträge aus NEWS, NEWS Leben, dem SEITENBLICKE-Magazin, Welt der Frau und der Tageszeitung „HEUTE“ werden von Peter Blau und Beate Stocker besprochen und zu einer unterhaltsamen Plauderei verarbeitet. Man hört die skurrilen kleinen Meldungen, die man nicht wissen muss, aber gerne wissen möchte, Klatsch und

Tratsch, Mode, Haushaltstipps und Kochrezepte.

Der Mitgliedsbeitrag im HZV – HörZeitschriftenVerein beträgt pro Jahr Euro 60,00 für Blinde und für Sehende Euro 78,00. Dafür bekommt man monatlich eine neue Ausgabe von „ZEITSCHEIBE“ per Post zugeschickt. Blinde zahlen kein Porto für Tonträger, daher ergibt sich der Unterschied zwischen „blind“ und „sehend“.

Gratis eine Schnupper-CD anfordern unter [b.stocker@aon.at](mailto:b.stocker@aon.at) oder unter der Telefonnummer 01/8891217 oder per Post beim HZV – HörZeitschriftenVerein, Gebirgsgasse 68, 1230 Wien.

Wir unterhalten Sie gerne!  
Beate Stocker, HZV



## Seminarraum zu vermieten!

Annalisa Fünfleitner,  
PR & Marketing



Unseren 70m<sup>2</sup> großen Seminarraum mit separatem Eingang inklusive Küche und WC können Sie nach Vereinbarung für private Feste, Vorträge, Seminare, Kurse etc. mieten.

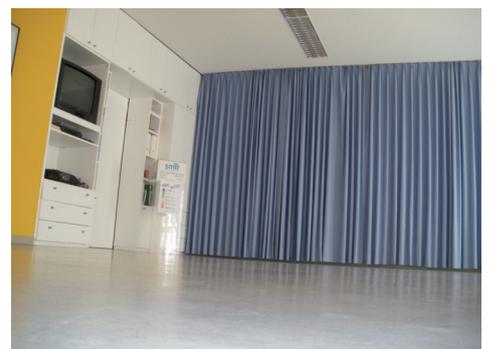
Die neu renovierte Küche ist komplett ausgestattet. Herd, Kühlschrank, Geschirrspüler und Geschirr können ohne zusätzliches Entgelt mitbenutzt werden. In einem separaten Abstellraum stehen Ihnen insgesamt 19 Tische und 28 Sessel zur Verfügung.

Gymnastik-Matten, Bälle und Sportbänder können für Gesundheitskurse verwendet werden.

**Kosten: EUR 35,- pro Einheit\*** \*eine Einheit = ein Vormittag 8-12 Uhr, ein Nachmittag 13-17 Uhr oder ein Abend 18-22 Uhr

Bei Interesse stehen wir Ihnen unter 889 27 71 gerne zur Verfügung.

Annalisa Fünfleitner





## Ein Fest des Ehrenamtes



Die Musik von Dennis Callagy & Norbert Mühlbauer animierte die Gäste zum gemeinsamen Singen

Das Europäische Jahr der Freiwilligentätigkeit war ein guter Anlass für SMIR, sich mit dem Thema Ehrenamt intensiv zu beschäftigen.

So war es für uns als Verein wichtig, genau jene Menschen vor den SMIR-Vorhang zu holen, die uns sonst im Hintergrund ehrenamtlich in den verschiedensten Bereichen wie Verwaltung, Vorstand, Besuchsdienst, Einkaufsdienst, bei Veranstaltungen und als KuchenbäckerInnen zur Verfügung stehen. Die Generalversammlung im April, die zweite Ausgabe der Zeitung SMIR *aktuell* und das Sommerfest am 22. Mai 2011 standen ganz im Zeichen des Ehrenamtes.

Für SMIR war es eine Chance, allen HelferInnen Danke zu sagen und einmal zu zeigen, welchen unschätzbaren Wert diese Menschen für den Verein haben. Ohne deren tatkräftige Unterstützung könnten Veranstaltungen wie das Sommerfest gar nicht stattfinden.

### **Wir blicken zurück auf ein gelungenes Fest**

Das 20-jährige Jubiläum im Jahr 2010 war der Anstoß, wieder ein Sommerfest zu veranstalten. Diese Initiative, ausgehend von unserem SMIR-Vorstand, ist eine Benefizveranstaltung für SMIR. Die Messe zum Thema Ehrenamt war gut besucht und die Chorgruppe WW-Voices begeisterte die Gäste. Danach luden wir alle Gäste ein, mit uns zu Ehren der Ehrenamtlichen ein Glas Sekt zu trinken. Hüpfburg, Kinderprogramm und die musikalischen Darbietungen von Dennis Callagy und Norbert Mühlbauer luden ein, den Sonntag mit uns zu verbringen und animierten die Gäste zum gemeinsamen Singen.

Ohne die vielen HelferInnen wäre dies aber nicht möglich gewesen. Schon im Vorfeld und während der Veranstaltung standen uns MitarbeiterInnen, Vorstand, Freunde und HelferInnen mit Rat und Tat zur Seite. Auch beim Auf- und Abbau konnten wir wieder auf tatkräftige Unterstützung zählen.



Ein herzliches Dankeschön an alle HelferInnen!

Annalisa Fünfleitner 

## Lob & Dank

*Schon viele Jahre existiert SMIR. Ebenso viele Jahre ein nicht „Ich“ sondern ein „WIR“.*

*An der Wiege stand unter anderem Herr Czedik-Eysenberg. Ein Riese an Menschlichkeit, beileibe kein Zwerg.*

*Sein Format war edel, voll Adel. Solche muss man suchen wie eine Stecknadel.*

*Aber auch die vielen anderen weiblichen und männlichen Mitarbeiter, sie alle stimmen mich mit ihren dahinflitzenden SMIR-Autos froh und heiter.*

*Bewunderswert, wie sie mit Herz und Verstand helfen und pflegen. Möge ihnen ihr opfervolles Tun bringen reichlich Segen.*

*So ziehe ich vor dem sogenannten SMIR-Team tief meinen Hut und rufe:*

*Ein dreifach Hoch und weiterhin viel Einsatzfreude, Liebe und Mut!*

*Helfer und gerichtlich beeedeter Sachwalter einer SMIR-Klientin *

## Nachruf

*Wir trauern um Fr. Dr. Suete-Willer, die im 99. Lebensjahr verstorben ist. Sie war SMIR-Mitglied der ersten Stunde und wurde mit dem Päpstlichen Orden PRO ECCLESIA ET PONTIFICE ausgezeichnet.*

**Auszug aus der Todesanzeige:**  
*„Ihre stets liebenswürdige Art und Aufmerksamkeit gegenüber jedem Menschen machen sie unvergesslich“ *

# EINLADUNG

## Hinter den Kulissen - OPEN HOUSE

Donnerstag, 6. Oktober 2011 ab 15.00 Uhr

Wir möchten Sie ganz herzlich zu unserem Open House einladen.

**WO:** in den Räumen von SMIR - Breitenfurter Str. 455

### Programm

**15.00 bis 16.00 Uhr**

-  Produktinformationen unserer Geschäftspartner
-  persönliche Gespräche mit unserer Pflegedienstleitung Fini Breuer und unserer Einsatzleitung Gabriele Kröner
-  persönliche Gespräche mit dem SMIR-Vorstand und der Geschäftsführung



**16.00 bis 17.00 Uhr**

-  SMIR-Präsentation & Information für Mitglieder

**ab 17.00 Uhr**

-  Erfrischung, kleines Buffet, Musikeinlage und gemütlicher Ausklang



## Gesundheitsgymnastik

Am Dienstag, 13. September 2011 beginnt wieder unser Training, immer Dienstag vormittag, 9 bis 10 Uhr.

Wir sind eine kleine Damen-Gruppe und freuen uns über neue Mitturner, auch Paare und Herren sind herzlich willkommen.

Ich bin speziell ausgebildet

als Fitlehrwart für Senioren, mache auch Rückenschule, Qi gong und Tänze mit meinen Gruppen, habe verschiedene Programme und Abläufe. Und auch der Spaß kommt nicht zu kurz.

So empfinden die Damen unsere gemeinsamen Stunden:

„Am Turnen bei SMIR schätze ich besonders, dass jede Stunde gut strukturiert abläuft und konsequent jeder Körperteil durchgearbeitet wird. Und das alles geschieht auf eine sehr schonende Weise, sodass wir am Ende

**Für SMIR-Mitglieder  
€ 80,-/ Semester  
statt € 88,-**

der Stunde nicht nur nicht erschöpft sind, sondern noch Lust auf ein abschließendes Tänzchen haben. Dass innerhalb der Gruppe eine heitere und freundschaftliche Atmosphäre herrscht und wir es oft recht lustig haben, trägt nicht unwesentlich zum Erfolg dieser Turnstunden bei. Bis bald bei SMIR!“

Susanne Stepanovsky & die TurnerInnen



# Ich pflege - pflege ich mich? -

## Gesprächsrunde für pflegende Angehörige

Gertraud Mooshammer



Wir wollen einander unterstützen und neue Kraft für eine bessere Lebensqualität schöpfen!

Nun werden die Tage wieder kürzer, die Nächte länger, und wir werden wieder mit der alljährlichen Herbststimmung und der Kraftlosigkeit zu kämpfen haben. Ganz besonders spüren diese Zeit Menschen, deren Kraft mit der Pflege von nahe stehenden Menschen oft bis zum Umfallen beansprucht wird. Und es taucht wieder die Frage auf: „Wie lange werde ich durchhalten?“

Viele Pflegende kennen diese bange Frage sehr gut aus eigener Erfahrung – aber wir wollen sie umwandeln in

### „Ich möchte für mich selbst Kraft tanken!“

Bereits 1 x hat eine Gruppe im Laufe von 5 Jahren Erfahrung mit dem Kraft-Tanken gemacht. Die TeilnehmerInnen haben einander gestärkt, konnten miteinander auch wieder lachen und haben einander auch teilweise tatkräftig unterstützt! Nun hat sich im Laufe der Jahre für alle diese Pflegenden ihre persönliche Situation verändert (Es waren während der letzten 5 Jahre insgesamt 26 TeilnehmerInnen!), und aus der anfänglichen Begleitung ist Freundschaft geworden - wir treffen einander weiterhin regelmäßig sehr gerne!

Es ist daher Zeit, mit einer neuen Gruppe zu starten, um Pflegende, die nach Unterstützung suchen, zu stärken:

Wir werden einander jeden 3. Mittwoch des Monats um 18 Uhr in den Seminarräumen von SMIR treffen, von unseren Erleb-

**Für SMIR-Mitglieder  
GRATIS**

nissen berichten, in unserer aktuellen Situation unter der (Beg-)Leitung von Gertraud Mooshammer (einer erfahrenen Trainerin und Coach im Partner-, Familien und Managementbereich, sowie einst selbst Betroffene) nach stärkenden Sichtweisen, Hilfen und im Idealfall nach Lösungen suchen. In der Gruppe werden wir einander „pflegen“, uns „fallen lassen“ und von unseren „Gruppen-Partnern“ Verständnis erfahren.

Haben Sie nun auch Lust bekommen, Ihre Situation mit anderen zu besprechen, auch wieder im Kreis von „verstehenden“ Partnern lachen zu können, und/oder gemeinsam etwas zu unternehmen?

Dann kommen Sie in unsere Gruppe! Tanken Sie neue Kraft!

Gertraud Mooshammer 

### NEUSTART:

## Gesprächsrunde für pflegende Angehörige Ich pflege – pflege ich mich?

#### Herbstbeginn:

Mittwoch, 19. Oktober 2011 / 18 – 21 Uhr

#### Wo treffen wir einander?

In den Räumen der Sozial-Medizinischen Initiative Rodaun (SMIR), 1230 Wien, Breitenfurter Straße 455

#### Wann treffen wir einander?

Jeden 3. Mittwoch im Monat / von 18 – 21 Uhr

#### Beitrag:

pro Abend: 7 € / Person - **SMIR-MITGLIEDER GRATIS**

#### Informationen:

(z.B.: Termin-Nachfrage)? SMIR: Tel: 889 27 71

#### Wer (beg)leitet dieses Kraft-Tanken?

Gertraud Mooshammer, Beraterin / Coach / Trainerin für Persönlichkeitsentwicklung und Betroffene!

# Kursangebot ab Herbst 2011 im SMIR-Kursraum:

Anmeldung und Information unter 889 2771.

## **Geistig fit - ein Hit! Heiteres Gedächtnistraining mit Spiel, Spaß und guter Laune**

**Kosten:** EUR 70,-

für SMIR-Mitglieder EUR 60,-

**Leitung:** Susanne Machart - Trainerin des österreichischen Bundesverbandes für Gedächtnistraining

**START:** von 27. Oktober bis 01. Dezember 2011 - Donnerstag, 15:00 - 16:30 Uhr

**Schnupperstunde:** 27. Oktober 2011

---

## **Ich pflege - pflege ich mich?**

**Gesprächsrunde für pflegende Angehörige:** jeden 3. Mittwoch im Monat

**Kosten:** EUR 7,-/Person und Gruppenabend

für SMIR-Mitglieder **GRATIS**

**Leitung:** Gertraud Mooshammer, Managementtrainerin, Partner- und Familien-Coach

**START:** Mittwoch, 19. Oktober 2011 18.00 - 21.00 Uhr

---

## **Gesundheitsgymnastik**

ab September 2011 jeden Dienstag und Donnerstag, 09:00 - 10:00 Uhr

**Kosten:** EUR 88,-

für SMIR-Mitglieder EUR 80,-

**Leitung:** Frau Susanne Stepanovsky, Frau Lisa Kasper

**START:** Dienstag, 13. September 2011. **START:** Donnerstag, 22. September 2011

---

## **Rhythmik! Musik in Bewegung**

Gruppe 1 - Kinder von 1,5-2,5 Jahren, Mittwoch von 09:30 - 10:15 Uhr - ab Februar 2012

Gruppe 2 - Kinder von 3-4 Jahren, Montag von 15:45 - 16:30 Uhr

Gruppe 3 - Kinder von 5-6 Jahren, Montag von 16:45 - 17:30 Uhr

max. 9 Kinder, deshalb Anmeldung erbeten,

**Kosten:** EUR 120,- für 12 Einheiten pro Semester

**Leitung:** Christina Pribsch-Löffelmann, Tel.: 01/ 315 66 23, E-Mail: chriprie@gmx.at, www.music moves.info

**START:** Montag, 3. Oktober 2011

**Schnupperstunde :** 26. September 2011 (Kosten EUR 10,-)

---

Anmeldung und Information unter 889 2771.





## Mitglieder werben Mitglieder!!!

Gibt es in Ihrem Verwandten-, Bekannten- oder Freundeskreis jemanden, der SMIR-Mitglied werden möchte?

Wenn ja, dann nutzen Sie die Aktion „Mitglieder werben Mitglieder“ und holen Sie sich mit diesem ausgefüllten Abschnitt am SMIR-Stand am 18. Rodauner Kirtag ein gratis Kirtagslos. Außerdem liegt für SMIR-Mitglieder, die ein Mitglied werben, ein SMIR-Sackerl oder ein SMIR-Kapperl bereit.



**Name des Mitgliedes:** \_\_\_\_\_

**wirbt (Name):** \_\_\_\_\_

**Adresse:** \_\_\_\_\_

**Tel./E-Mail:** \_\_\_\_\_



### Impressum

Medieninhaber, Herausgeber und für den Inhalt verantwortlich: SMIR, Sozial-Medizinische Initiative Rodaun, Breitenfurter Straße 455, 1230 Wien, Telefon 01-889 27 71, Fax 01-889 27 78, e-mail: kontakt@smir.at, Homepage: www.smir.at; Bankverbindungen: Bank Austria, Kto.Nr. 634 320 907, BLZ 12 000, RAIBA Riverside, Kto.Nr. 5 407 671, BLZ 32 000; hergestellt bei Offsetdruck Ing. Kurz GmbH, Industriepark 2, 8682 Mürzzuschlag, Grafik: Robert Kodicek, \*Fotos: Monika Klinger

## SUNMED SOMMERAKTION

Anti-Allergie  
Bettwarenset mit  
Lyocell + Migräne-  
Augenmaske

Jetzt  
statt € 108,50  
um € 85,00  
inkl. 20% UST

Infos an der Hotline 01/699 22 99 oder unter [www.sunmed.at](http://www.sunmed.at)

Partner unseres Vertrauens

## FRISIERSALON SCHRAMMEL

Breitenfurterstraße 457  
1230 Wien  
Tel: 01 889 61 92

Der Friseur mit dem persönlichen Flair ...

www.friseursalon-schrammel.at

Partner unseres Vertrauens