

smir

SOZIAL-MEDIZINISCHE INITIATIVE RODAUN

26. Jahrgang | 2/2016



aktuell



- **Generalversammlung, SMIR Spot** Seite 2
- **Spenden 2017, Mitgliedschaft/Anschlussmitgliedschaft** Seite 3
- **Hilfsdienste, neuer Kooperationspartner** Seite 4 - 5
- **zeitlich begrenzte Pflege und Wundversorgung** Seite 6
- **Hilfsmittel, die den Alltag erleichtern** Seite 7
- **23. Rodauner Kirtag** Seite 8



editorial



Susanne Efthimiou
Redakteurin,
PR & Marketing

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

Es ist nun schon Ende Juni und die Natur ist in ihrer vollen Pracht. Damit Sie dies aus dem Fenster Ihrer eigenen Wohnung aus genießen können, haben wir für Sie viele Hilfsdienste und Alltagshilfsmittel zusammengestellt. Sie können für sich entscheiden, wer oder was Ihnen als Unterstützung hilfreich erscheint und sich bei den vorhandenen Telefonnummern informieren und auch bei uns im Büro jederzeit anrufen.

Eine sehr wichtige Mitteilung bzgl. Neuerungen der Spendenabsetzbarkeit vom Finanzamt finden Sie auf Seite 3.

Wir möchten Sie alle ganz herzlich zu unserem 23. Rodauner Kirtag am Sonntag, den 11. September 2016 einladen. Es ist immer wieder ein sehr schönes Familienfest mit netter Unterhaltung, Kulinarik und unserer sehr beliebten Tombola.

SMIR wünscht Ihnen allen einen wunderbaren Sommer!

Susanne Efthimiou 

Liebe Mitglieder!

Unsere Generalversammlung hat am Dienstag, den 7. April in der Pfarre Rodaun stattgefunden. Dieses Jahr wurden wieder der Vorstand und die Rechnungsprüfer/in neu gewählt:

SMIR Vorstandsmitglieder und SMIR Rechnungsprüfer/in

Obfrau:	Christiana Nowotny
Stellvertretende Obfrau:	Sibylle Callagy
Kassierin:	Erika Appelt
Stellvertretender Kassier:	Christian Losert
Schriftführerin:	Barbara Krumböck-Heraut
Stellvertretende Schriftführerin:	Margarete Jelinek
SMIR Rechnungsprüfer/in:	Dr. Harald Lang, Karin Kropik

SMIR Homepage YouTube

Video: SMIR von Herbert Link

<https://www.youtube.com/watch?v=BbYEVROCr9Q>

<http://www.smir.at/cms/aktuelles>

Installation und Reparatur



23, Willerg. 43, **Tel. 01/889 83 55**, Fax DW 10
<http://www.melisits.at> E-Mail melisits@melisits.at

Kleinreparaturen und Gebrechensdienst

Partner unseres Vertrauens



Achtung – Sehr wichtig! Spendeninformation für 2017

Sehr geehrte Spenderinnen und Spender!

SMIR hat seit 2009 das Spendegütesiegel, das Ihnen die Absetzbarkeit der Spenden an SMIR bei Ihrem Steuerausgleich möglich macht.

Mit 1. Jänner 2017 treten seitens des Finanzamtes neue Regeln in Kraft.

Ab diesem Zeitpunkt müssen auf der Spendenüberweisung folgende drei Daten angeführt sein:

- 1) Vorname
- 2) Nachname
- 3) Geburtsdatum

SMIR muss eine Liste von allen Spendern anfertigen und an das Finanzamt weiterleiten. Anhand dieser Daten wird dann ab einem bestimmten Zeitpunkt automatisch die Spende von der Steuer der jeweiligen Person abgesetzt. Wenn Sie das nicht möchten, können Sie leider die Spende nicht mehr absetzen! Dies gilt bei jeder Institution, die das Spendegütesiegel hat.

Wir hoffen, dass Sie den Verein SMIR auch in Zukunft mit Ihrer wertvollen Spenden unterstützen. Vielen Dank!

Susanne Efthimiou 

Mitgliedschaft – Anschlussmitgliedschaft

Haben Sie schon vorgesorgt? SMIR bietet für Familienmitglieder im selben Haushalt eine vergünstigte Anschluss-Mitgliedschaft mit gleicher Ermäßigung auf die Gesundheits- und Krankenpflege.

Die 1. Mitgliedschaft in einem Haushalt kostet **€ 6,00/Monat**.

Nach 12 Monaten erhalten SMIR Mitglieder 5 % und nach 24 Monaten 10% Ermäßigung auf die Gesundheits- und Krankenpflege und Heimhilfe.

Bei SMIR gibt es die Möglichkeit der Anschlussmitgliedschaft, die dann für das 2. Mitglied nur mehr **€ 3,00/Monat** kostet.

Die Ermäßigung wird trotzdem in der gleichen Höhe wie bei dem Vollzahler gewährt.

Liebe Mitglieder, bitte rufen Sie uns an, falls Sie nicht sicher sind, ob Sie für alle im Haushalt diese Vorsorge getroffen haben!

**Montag bis Freitag von
8 – 13 Uhr unter
01 889 2771** 



Hilfsdienste

Generell sollen Sie wissen, dass wir von Montag bis Freitag von 8 bis 16 Uhr für Ihre Fragen und Sorgen im Zusammenhang mit der Pflege zu Hause telefonisch erreichbar sind und auch gerne Auskunft geben: das ist unsere Aufgabe!

Trotzdem wollen wir Ihnen dieses Jahr Infos bzw. die Erfahrungen von SMIR, die wir in den letzten 25 Jahren gemacht haben, auch „in die Hand“ geben, da Sie eventuell außerhalb unserer Bürozeiten wichtige Nummern brauchen.

Was sind nun die ersten Fragen, die oft gestellt werden, wenn es absehbar ist, dass nicht mehr alles alleine zu schaffen ist und Entlastungen wichtig werden.

Essen auf Rädern

Samariter Bund

Tel.-Nr.: 01 89 145-173

À la carte-Paket

- tiefgekühlt
- Lieferung 1 x pro Woche
- 3,69 pro Hauptspeise

Wochenpaket

- gekühlt
- Lieferung 1 x pro Woche
- € 4,50 pro Hauptspeise

Tagespaket

- gekühlt
- Lieferung täglich
- ab € 8,99 pro Tagespaket *

<http://www.samariterbund.net/pflege-und-betreuung/essen-auf-raedern/uebersicht/>

*FSW Förderung möglich

Rotes Kreuz

Tel.-Nr.: 01 79 5 79

- tiefgekühlt
- Lieferung 1 x pro Woche
- Mindestbestellwert € 20,00
- Zustellung ab € 50,00 kostenlos
- Liefertag in 1230 Wien ist Mittwoch 10:00 – 13:30 Uhr

<http://www.aec.at>

Hilfswerk

Tel.-Nr.: 01 512 36 61-23/24

Wochenpaket

- gekühlt
- Lieferung 1 x Woche (13. und 23. Bezirk montags)

Varianten

- 5 Tage ohne Suppe € 22,50
- 5 Tage mit Suppe € 27,10
- 7 Tage ohne Suppe € 31,50
- 7 Tage mit Suppe € 37,90
- Zustellungskosten inklusive

Tagespaket Kosten

- Menü inkl. Zustellung
- € 8,98 für 7 Tage

<http://www.hilfswerk.at/wien/pflege-betreuung/menueservice-essen-auf-raedern>

Mobile Fußpflege

Sabine Landschau

Tel.-Nr.: 01 88 60 334

(Kooperationspartnerin von SMIR)

Fußpflege Elisabeth

Tel.-Nr.: 01 922 02 16

Mobil: 0664 13 93 006

Fußpflege Alexandra

Mobil: 0699 811 511 41

Fußpflege Käthe

Mobil: 0676 380 42 76

Mobile Friseure

Bettinas Mobiles Haarstudio

Mobil: 0664 312 4178

Erich Kollinger KG

Tel.-Nr.: 01 889 05 57

Mobiler Optiker

Viktor Podpera:

Tel.-Nr.: 01 720 62 62

Mobil: 0676 609 63 23



Mobile Zahn- technik

 **Christian Jirovsky**
Tel.-Nr.: 01 204 56 60
Mobil: 0676 430 29 07

Mobile Hörgeräte

 **Fa. Wittmann**
Service für Wien und
Klosterneuburg
Mobil: 0699 17 28 16 16



Wäscheservice Zustellung

Leistungen

Die Wäsche wird entweder wöchentlich, 14-tägig oder alle 4 Wochen abgeholt, gewaschen, gebügelt und wieder zugestellt.

Kleine Wäschereparaturen wie Knopf annähen, Naht zunähen etc. sind möglich.

Voraussetzungen

Um die Leistung „Wäscheservice-Zustellung“ in Anspruch nehmen zu können, benötigen Sie eine Förderbewilligung des FSW.

Bitte wenden Sie sich an das Beratungszentrum Pflege und Betreuung.

Tel.-Nr.: 01 24 5 24
Mo. – Fr. von 8:00 bis 15:00 Uhr

Mobile Physio- therapeuten

 **Frau Karin Weiss**
Tel.-Nr.: 01 923 88 94
Mobil: 0699 19 23 88 94

 **Frau Andrea Bauer**
Tel.-Nr.: 01 865 77 68

 **Herr Herbert Flieder**
Tel.-Nr.: 01 869 09 21
Mobil: 0699 11 68 75 48

 **Frau Martina Gubo**
Mobil: 0699 19 13 04 44

 **Frau Wolfhardt**
Mobil: 0650 635 78 85

Falls Sie einige dieser Hilfsdienste benötigen, wäre es eine Möglichkeit, erstmals einen Pflegegeldantrag anzudenken. Das Pflegegeld würde bei Bewilligung einen Teil dieser Kosten abdecken.

Susanne Efthimiou



Neuer Kooperationspartner

Kosmetikpalette, Ketzergasse 376-382, Tel.-Nr.: 01 889 18 03

Rabatt 5 %



„Zeitlich begrenzte Pflege und Wundversorgung“

Gesundheit, Mobilität und Selbstständigkeit in der Versorgung zu Hause sind kein Privileg der Jugend, genauso wenig wie Alter ein Synonym für Unselbstständigkeit, Gebrechlichkeit oder Hilfsbedürftigkeit bedeutet.



Susanna Arugu, DGKS

Der Unterschied liegt vielleicht darin, dass man sich im Alter der eigenen Defizite mehr bewusst wird und man sich eher Hilfe und Unterstützung sowohl von privater als auch professioneller Seite organisiert.

Trotzdem, es kann auch ein junger, gesunder Mensch, der mitten im Leben steht, durch ein plötzliches oder auch geplantes Ereignis (z.B. geplante Operation) oder eine chronische Erkrankung, in die scheinbare Verlegenheit geraten, Hilfe in Anspruch nehmen zu müssen, weil er die Aktivitäten des alltäglichen Lebens vorübergehend oder für längere Zeit nicht mehr selbstständig bewältigen kann.

Dies erscheint in der heutigen Zeit nicht so ungewöhnlich, sind doch gerade auch in der Großstadt oft die familiären Unterstützungssäulen nicht mehr so wie früher noch vorhanden: Berufstätigkeit von Partnern oder der eigenen Eltern, die Abwesenheit von nahen Angehörigen, viele Alleinerzieherinnen, zunehmende Isolation von Menschen in der Stadt ...

Stellen wir uns folgende Situation vor:

Eine alleinstehende Frau, berufstätig, bricht sich bei einem unglücklichen Sturz das Bein. Die komplizierte Knöchelfraktur muss operativ versorgt werden. Die Ope-

ration ist gut verlaufen, jedoch wird die Patientin schon nach wenigen Tagen auf Grund der allgemeinen Tendenz, die Patienten so früh wie möglich zu entlassen, mit Krücken nach Hause entlassen. Im Idealfall hat das sogenannte Entlassungsmanagement des Krankenhauses die individuelle Situation der Patientin abgeklärt. (wie ist die Versorgung zu Hause, hat sie Unterstützung, wird sie abgeholt oder muss ein Transport organisiert werden ...)

Oftmals wird aber vielleicht bei jüngeren Patienten auf diese Details nicht so sehr geachtet, da man eher davon ausgeht, dass alles Nötige selbst organisiert wird. Vielleicht wird es in diesem Fall nötig sein, dass die Patientin Hilfe bei der Versorgung ihres Haushaltes erhält: Bettenmachen, Einkaufen, Wäsche waschen, Kochen oder das Saubermachen wird, wenn man ein Bein noch nicht belasten darf und man auf eine Krücke angewiesen ist, zum Spießrutenlauf.

Außerdem stehen womöglich erneute Ambulanzbesuche an um z. B. Nähte entfernen zu lassen oder ein bestehender Verband muss gewechselt werden.

Wie gut, dass man sich Hilfe organisieren kann, denn die Hauskrankenpflege von SMIR mit einer umfassenden Betreuung zu Hause ist nicht abhängig vom Alter. Wenn man Un-

terstützung, Rat und Hilfe braucht stehen wir je nach Kapazitäten sehr rasch und auch für einen begrenzten Zeitraum zur Verfügung.

Es muss ja nicht immer eine diplomierte Krankenschwester oder Pflegehelferin kommen. Auch Einkaufsdienste und Reinigungskräfte stehen zur Verfügung und helfen, den Alltag in der Zeit, wo man selbst nicht kann, zu erleichtern.

Eventuell kann man sich durch Inanspruchnahme der medizinischen Hauskrankenpflege einige unangenehme Wege bzw. Wartezeiten im Krankenhaus ersparen. In guter Zusammenarbeit mit dem Hausarzt wurden schon so manche Nähte zu Hause entfernt und Verbandwechsel gehören ohnedies zum täglichen Brot der Diplomkrankenschwestern und Wundspezialisten. Bei Besorgung der nötigen Verbandsmaterialien unterstützen wir rasch und effizient, da wir mit Firmen zusammenarbeiten, die kostenlos ins Haus liefern. Auch bei der Abklärung und Organisation von Physiotherapeuten oder anderer nötiger Dienste sind wir behilflich, da wir gute Kontakte zu anderen Berufsgruppen haben.

Es zahlt sich also auch wenn man jünger ist manchmal aus, auf professionelle Unterstützung zurückzugreifen

Susanna Arugu, DGKS



Hilfsmittel, die den Alltag erleichtern

Auch wenn es im Alter zu Bewegungseinschränkungen kommt, möchte man doch soweit wie möglich unabhängig bleiben. Es gibt daher auch viele Hilfsmittel, die diese Unabhängigkeit ermöglichen und unterstützen.



Rudolfine Breuer, DGKS

Wenn die Kraft in den Fingern nachlässt oder die Gelenke verändert sind, fällt das Greifen schwer, können Besteck oder Schreibutensilien nicht wie gewohnt verwendet werden. **Hier gibt es:**

- Griffverstärker und -verdicker
- spezielle Stifthalter
- Buchstützen und Zeitschriftenhalter
- Spielkartenhalter
- Türgriffverlängerung
- Schlüsseldrehhilfen
- Trinkbecher mit unterschiedlichen Griffen
- spezielle Teller mit Randerhöhung
- rutschfeste Folien
- Deckel- und Schraubverschlussöffner
- Tubenausdrücker
- Fixierbrett für viele Küchenarbeiten (z. B. Brotschneiden)
- Kamm und Haarbürste mit gebogenen Griffen

Wenn das Bücken schwerfällt

- Greifzangen
- Kehrgarnituren mit langen Griffen
- Strumpfanzieher und -auszieher
- Schuhanzieher und lange Schuhlöffel

Wenn der Gang unsicher wird

- Antirutschmatte für Teppiche
- Gehstock (auch faltbar)
- Stockhalter, damit der Gehstock nicht immer umfällt
- Rollator (faltbar und mit Sitzbank)

- Rollmobil (mit Sitzfläche und Korb)
- Treppenlift
- spezielle Sitzkissen für Vielsitzer und schmerzende Stellen

Wenn das Aufstehen vom Toilettensitz anstrengend wird

- Toilettensitzerhöhung
- Haltegriffe und Haltestangen
- Toilettenstützgestell

Möchte man nachts nicht allein auf die Toilette gehen

- fahrbarer Toilettenstuhl
- Nachtopf
- Harnflasche

Für Hygiene und Sicherheit bei Blasenschwäche

- kleine Slipeinlagen und verschieden große Einlagen
- Einwegunterhosen (Pants, Pull Ons)
- Feuchttücher zur Reinigung des Intimbereiches

Für die Sicherheit beim Duschen und Baden

- Duschhocker
- Duschklappsitz,
- Duschstuhl mit Lehnen
- Badewannensitz,
- Badewannenbrett,
- rutschsichere Matten
- Badewanneneinstiegsgriffe
- Badewannenlifter
- Einmalwaschlappen

Übersicht bei der Medikamenteneinnahme

- Medikamentendispenser (Tages- und Wochendispenser)

Wenn auf Grund von Schwerhörigkeit die Klingel nicht gehört werden kann, gibt es optische Signalgeber

- Telefon mit Hörverstärker
- Hörgeräte

Wenn das Sehvermögen nachlässt

- Vergrößerungsgläser (mit Beleuchtung)
- Lesegeräte für Zeitung und Bücher
- Telefone mit großer Tastatur erleichtern das Wählen.
- sprechende Armbanduhr (Zeitansage)
- Brille mit gelben Gläsern für einen besseren Kontrast

Alle diese Hilfsmittel bekommen Sie bei Sanitätshäusern. SMIR arbeitet größtenteils mit folgenden Firmen aus dem 23. Bezirk zusammen

- S.O.B. Kekoc 01 889 11 91 (Kooperationspartner von SMIR – 3% Rabatt für SMIR Mitglieder)
- Sunmed: Tel.Nr.: 01 699 22 99
- Bständig: Tel.-Nr.: 05 997 89 00

Kataloge geben einen guten Einblick über die derzeitigen Hilfsmittel. Bezüglich Vorgehensweise, um die Hilfsmittel zu bekommen (z. B. Verordnungen vom Arzt, etc.) informieren Sie die zuständigen Firmen.

Rudolfine Breuer, DGKS 



Kommen Sie zum 23. Rodauner Kirtag

Zum traditionellen Familienfest laden die Veranstalter SMIR, Pfarre Rodaun, Bergkirche Rodaun und Rodaun aktiv ganz herzlich ein.

Wann: am Sonntag, 11. September 2016

Wo: auf dem stimmungsvollen Platz vor der Rodauner Bergkirche

Was erwartet Sie:

-  Rhythmische Messe
-  Kirtagsmarktstände
-  Kinderprogramm
-  Bühnenprogramm
-  vielfältige Speisen und
-  unsere alljährliche Tombola, bei der es immer viele attraktive Preise zu gewinnen gibt.

Wir freuen uns auf Sie!



Mag. pharm. Beate Eisinger-Bahr KG

A-1230 Wien, Ketzergasse 368
 T +431 888 4170
 F +431 889 2727
 E office@aporodaun.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

Partner unseres Vertrauens

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; 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: Annalisa Fünfleitner, Redaktion: Susanne Efthimiou