

Es wird immer wieder Weihnacht!

Es wird immer wieder Weihnacht!
Auch wenn mancher es nicht mag,
gibt es doch so viel mehr Menschen,
die sich freu'n auf diesen Tag.

Ob im Norden oder Süden,
ob es warm ist oder schneit,
ob bei Sonne oder Regen,
es kommt doch die Weihnachtszeit.

Wie auch immer dein Befinden,
ob du Geld hast oder nicht,
manche feiern große Feste,
and're einfach nur ganz schlicht.

Viele wollen nur Geschenke,
Lichter, Kerzen überall.
Keine Zeit, dass man gedenke
der Geburt in jenem Stall.



Manches Mal genügt ein Lachen,
das ein zagend Herz berührt,
um ihm neuen Mut zu machen,
wenn es sich geliebt verspürt.

*Doris Pikal
aus Waun's stü wird; Heiteres und
Besinnliches rund um Weihnachten*

2006 SMIR weiter auf Erfolgskurs

Hinter uns liegt eines der erfolgreichsten Jahre von SMIR :

Wir können auf allen Gebieten unserer Tätigkeit positive Ergebnisse vorweisen. Am wichtigsten ist uns, dass wir unser Hauptanliegen „**Hilfe und Pflege mit Herz**“ in unserem Einsatzbereich weiter ausbauen konnten und durch hohe Klientenzufriedenheit und Anerkennung bestätigt werden.

Erfolge 2006:

Einführung des Sozialfonds
Leistungssteigerung (+17%)
Erhaltung höchster Betreuungsqualität
Aufstockung des Pflorgeteams
positiver Budgetabschluss
konstante Mitgliederanzahl

Weichenstellung für die Zukunft:

In den letzten Jahren hat SMIR einen Erfolgskurs gefahren. Es gilt, dies auch für die Zukunft zu gewährleisten.

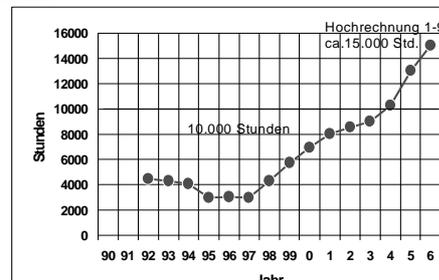
In diesem Zusammenhang ist ein Generationswechsel im operativen Management sinnvoll, der nach intensiven Vorbereitungen im nächsten Jahr vollzogen wird.

Mit der Generalversammlung 2007 werde ich mich aus dem operativen Management zurückziehen, aber weiterhin unterstützend zur Verfügung stehen.

Der ehrenamtliche Fachbeirat (Experten aus verschiedensten Fachrichtungen) unterstützt das Management von SMIR auch in Zukunft.

Mit diesen Maßnahmen wird die Basis für eine zukunftsichere Weiterentwicklung unserer erfolgreichen Hilfsorganisation geschaffen.

smir



Einsatzstunden 1990 – 2006



2 zusätzliche Kolleginnen im SMIR-Pflorgeteam

Ein zukunftsorientiertes, junges, SMIR-erfahrenes Team wird 2007 das operative SMIR Management übernehmen:

Seit 1998 bei SMIR, zuletzt als umsichtige und effektive SMIR- „Office Managerin“ tätig, wird Frau Andrea Reisenberger ab März 2007 die SMIR-Geschäftsführung übernehmen.



Andrea Reisenberger
Geschäftsführerin

Foto: Monika Klinger

Nach dreijähriger Baby-pause kehrt Frau Ursula Kaufmann wieder zu SMIR zurück und übernimmt die wichtige Funktion der SMIR-Kommunikation (Marketing, PR, Mitgliederbetreuung) in Teilzeitbeschäftigung.



Ursula Kaufmann
Kommunikation

Foto: Monika Klinger

Ing. Walther Fitz

Pflegefall - Notfall?

Ein immer größerer Anteil unserer Patienten erreicht ein hohes Lebensalter, und viele haben den Wunsch, ihren Lebensabend in der ihnen vertrauten Umgebung zu verbringen. Wir Hausärzte sind als oft erste Ansprechpartner gefordert, gemeinsam mit unseren Patienten ein „Netzwerk“ der Helfer aufzubauen. Was tun, wenn Freitag Nachmittag eine Patientin plötzlich intensiver betreut werden muss und mobile Dienste nicht mehr erreichbar sind, man sie versorgt wissen möchte am Wochenende, um die Spitalseinweisung zu ersparen?

Das Pflegeteam von SMIR ist für uns niedergelassene Ärzte eine „Notfalladresse“ in unvorhersehbaren Situationen. Die Einsätze erfolgen professionell und zuverlässig, wenn notwendig auch abends und am Wochenende. Die Kommunikation klappt hervorragend, besonders seitdem alle Schwestern mit Mobiltelefonen ausgestattet sind.

Was ich besonders zu schätzen gelernt habe,

Was' wiegt, das hat's

Auch wenn wir heuer den Winter noch gar nicht zu spüren bekommen haben, ist es wieder so weit: das Jahr neigt sich seinem Ende zu. Gerade jetzt halten viele von uns ein wenig inne und eine Rückschau auf das alte Jahr. Erfolge und Misserfolge werden gedanklich aufgelistet und in die Waagschale geworfen - war's ein gutes Jahr? War's ein schlechtes Jahr?

Ich für meinen Teil kann Ihnen sagen: es war ein gutes Jahr!

Unser Team ist gewachsen durch Sr. Susanna und Sr. Elke, meine Bindungen zu jenen, die ich begleiten konnte, sind gewachsen, und dadurch auch ich.

Ich durfte heuer mit unseren Klienten so oft fröhlich und guter Dinge sein. Wir haben über

ist der regelmäßige Gesprächskontakt und auch gemeinsame Visiten, um im interdisziplinären Austausch die Bedürfnisse unserer Patienten besser

erfassen zu können. Berührend auch das Eingehen auf oft besondere Wünsche der Klienten mit viel Phantasie und Kreativität, bisweilen weit hinausgehend über die klassische „Schwesterntätigkeit“ .

Eine optimale Betreuung pflegebedürftiger Patienten ist heute nur mehr in guter Teamarbeit möglich, und die Zusammenarbeit mit SMIR ist für mich ein zukunftsweisendes Modell, der wachsenden Anzahl hochbetagter pflegebedürftiger Menschen gerecht zu werden.



Dr. Brigitte Hudler

Dr. Brigitte Hudler
Ärztin für Allgemeinmedizin

Zeitungsartikel gemeinsam gelacht, schmunzelnd das dritte Jahr in Folge den „sicherlich letzten Geburtstagskuchen“

gegessen, auf die Ankunft des siebenten Urenkerls angestoßen, so manche Panne mit einem Witz ins Gute gekehrt. Zusammen haben wir festgestellt, dass Lächeln uns und unsere Umgebung schöner macht.

Auch zum Staunen gab es reichlich: die Finger, die nicht mehr gefühllos waren und es ermöglichten, den Knopf selber anzunähen. Die Füße, die trotz aller Behinderungen getragen und ans Ziel gebracht haben. Kein Marathonläufer kann stolzer sein! Dass so Viele



trotz Not und Einsamkeit lachen können und ihren Humor nicht verloren haben. Wie schön ist es, zu hören und zu fühlen, dass sie dem Leben trotz aller Einsamkeit, die das Alter mit sich bringt, nach wie vor offen begegnen. So viel haben wir heuer miteinander geredet, nicht vordergründig, über das Wetter, Krankheiten und das Alter. Nein, wir haben einander viel von uns selbst erzählt und den anderen teilhaben lassen an unseren Gefühlen und Gedanken. Ich habe viele Vorlieben und Abneigungen von Ihnen dadurch erfahren. Durch diese Gespräche haben wir gezeigt, was unsere Persönlichkeiten ausmacht. Ich durfte an vielen schönen Erinnerung teilhaben - auch an sehr persönlichen, traurigen. Wissen Sie, dass ich durch unsere Gespräche und über das Zuhören viel über mich selbst lernen konnte? Einiges Gehörte machte mich verständnisvoller für den Nächsten, vieles erfolgreicher in der Pflege anderer.

Dafür möchte ich mich herzlich bedanken. Auch dafür, dass ich in der Stunde der Not Sie im Arm halten durfte, und dass Sie meine Hand gestreichelt haben, wenn ich Sorgen hatte.



Foto: Monika Klinger

Sr. Elisabeth

Alles in allem - danke für ein gutes Jahr!

Eines muss ich doch noch gestehen: jedesmal, wenn ich von Ihnen weggehe, nehme ich etwas von Ihnen mit - ein Lächeln, eine wertvolle Erfahrung, etwas zum Nachdenken, eben ein Stück von Ihnen. Rückgabe leider ausgeschlossen!

Elisabeth Bayer

Klientengebühren 2007

Die seit 2003 unveränderten Klientengebühren für SMIR-Leistungen werden ab 1. Jänner 2007 moderat angehoben. Diese Erhöhungen liegen im Mittel unter dem Preissteigerungsindex für Pensionistenhaushalte. SMIR gehört weiterhin zu den preisgünstigsten Hilfsorganisationen Wiens.

Mit der ganzheitlichen SMIR-Betreuung erreichen wir höchste Betreuungsqualität und optimale Klientenzufriedenheit - und wollen dies auch in Zukunft gewährleisten.

Ing. Walther Fitz

Die ab Jänner gültigen Klientengebühren gestalten sich wie folgt:

	wochentags	wochenends und feiertags
Gesundheits- und Krankenpflege	• 19,- (vormals • 18,-)	• 29,- (vormals • 28,-)
Hilfe im Haushalt	• 15,- (vormals • 14,-)	• 23,- (vormals • 22,-)
Besuchsdienst	• 8,- (vormals • 7,50)	• 11,- (vormals • 10,-)
Reinigungsdienst	• 9,- (bleibt gleich)	
Wegpauschale	• 4,50 (vormals • 4,-)	
Einkaufsdienst	• 5,- (vormals • 4,-)	

Diese Gebühren beziehen sich jeweils auf eine Stunde.

Ermäßigungen für SMIR-Mitglieder auf die Stundensätze: 5% nach einem Jahr Mitgliedschaft, 10% nach 3 Jahren.

Für besonders begründete soziale Härtefälle können über Vorstandsbeschluss weitere Ermäßigungen aus dem SMIR-Sozialfonds gewährt werden.

Sozialfonds

SMIR ist sich der Verantwortung, die das Wort „sozial“ in ihrem Namen mit sich bringt, sehr bewusst.

Um dem Anspruch, ein sozialer Verein zu sein, auch mit allen Konsequenzen gerecht zu werden, haben wir seit Anfang des Jahres einen Fonds eingerichtet, der es uns ermöglicht, Klienten, vor allem Mitglieder, die unsere Leistungen aus Kostengründen nicht in Anspruch nehmen können, zu unterstützen.

Die Höhe der Unterstützung orientiert sich an dem Einkommen, dem Bedarf, und ob der Klient auch von der Familie betreut werden kann.

Gespeist wird der Fonds vor allem aus Spenden,

Kranzablösen und anderen Einnahmen, wie zum Beispiel dem Rodauer Kirtag. In diesem Jahr konnten wir insgesamt zehn Klienten die für den Verbleib daheim notwendige Betreuung ermöglichen, pro Monat machte dies etwa • 800,- aus.

Wir bedanken uns sehr herzlich bei all jenen, die durch ihre Spenden die Möglichkeit geschaffen haben, dass SMIR das Wort „sozial“ in ihrem Namen noch mehr leben kann als bisher.



Foto: Monika Klinger
Andrea Reisenberger

Andrea Reisenberger

Einladung zur Generalversammlung 2007



**am Mittwoch, den 7. März 2007,
19:00 Uhr**

Wir freuen uns, Ihnen auch heuer wieder einen erfolgreichen Jahresabschluss präsentieren zu können!

Die heurige Generalversammlung findet bei JUGEND am WERK, Hochstraße 14 statt.

Wie immer gibt es ein kleines Buffet (wieder von der Fachschule Sta. Christiana) und ein kulturelles Schmankerl.

Wir bitten Sie um baldige telefonische Anmeldung im Büro, damit wir Ihnen einen Platz reservieren können!

An diesem Abend erwarten Sie folgende Themen:

- ◆ Bericht Obmann/ Kassier/ Rechnungsprüfer
- ◆ Entlastung von Kassier und Vorstand
- ◆ Neuwahl Rechnungsprüfer
- ◆ Statutenänderung
- ◆ Beschlussfassung Voranschlag 2007
- ◆ Allfälliges

Auf Ihr Kommen freuen sich

*Ing. Walther Fitz
mit SMIR-Vorstand und Team*

LIMA

LIMA - Lebensqualität im Alter, ein Trainingsprogramm für Menschen ab 55, die auch in Zukunft geistig fit, beweglich und gesund sein möchten!

LIMA ist ein Trainingsprogramm, das

- Gedächtnistraining und Bewegungstraining miteinander kombiniert
- Körper, Geist und Seele anspricht
- wissenschaftlich fundiert (SIMA-Studie der Universität Erlangen), alltagsorientiert und praktisch erprobt ist
- Ihnen hilft, Ihre Selbstständigkeit zu erhalten
- für alle offen steht.

Die Trainingsstunden beinhalten folgende Bereiche

- Gedächtnistraining

fördert die kognitiven Leistungen durch Übungen für Konzentration, Aufmerksamkeit, Geschwindigkeit, geistige Beweglichkeit und vermittelt grundlegende Information über die Arbeitsweise unseres Gehirns sowie Tipps und Tricks zum besseren Behalten und Erinnern.

- Bewegungstraining

fördert die körperliche Aktivität und Bewegungssicherheit durch das Training von Bewegungskoordination und Ausdauer, durch Atemübungen, Entspannungsübungen, Tänze und Spiele, die Spaß machen.

- Training für alltagsbezogene Fähigkeiten

vermittelt Informationen und stellt Möglichkeiten dar, die das Leben im Alltag leichter machen sollen. Themen können sein: Veränderungen im Alter, Wohnen im Alter, Ernährung im Alter, soziale Kontakte, Informationen über regionale Angebote und Hilfsdienste.

- Sinn- und Lebensfragen

ausgesprochene und unausgesprochene



*„Es macht Freude und Spaß,
diese Übungen mitzumachen,
und es stärkt das
Selbstbewusstsein, wenn
man entdeckt, was man doch
noch alles kann!“*

Zweifel und Ängste, Hoffnungen und Sehnsüchte, sinnvolle Gestaltung des Alters, Partnerschaft, Einsamkeit, Krankheit und Leiden, Abschied nehmen.

Diese Kombination aus Gehirntraining, Bewegungstraining und Gesprächen über Fragen des Alltagslebens kann nachweislich den normalen Alterungsprozess hinauszögern (Studie der Universität Erlangen). Dabei wird kein Wissen oder Können abgefragt, sondern die Teilnehmer/innen üben gemeinsam ihre Konzentration, Reaktion, Schnelligkeit und Flexibilität - und die Fähigkeit, fünfmal auch einmal gerade sein zu lassen und ganz einfach zu lachen.

Die Trainingsgruppen finden meistens in 10-er Blöcken in wöchentlichen Abständen statt. Die Schnupperstunden sind kostenlos. Eine Trainingseinheit (1 ½ - 2 Stunden) kostet ca. • 5,50, dies hängt von der Anzahl der Teilnehmerinnen und Teilnehmer ab.

Genauer erfahren Sie in den LIMA-Trainingsgruppen von der zuständigen Trainerin oder dem Trainer, oder im Katholischen Bildungswerk Wien.

Kontakt: Renate Skarbal, Katholisches Bildungswerk Wien, Tel: 01/51 552/3604 oder E-Mail: r.skarbal@edw.or.at

Eine Übersicht über bereits bestehende LIMA-Gruppen finden Sie auch im Internet unter <http://www.bildungswerk.at/lima/>

Schnuppern Sie doch einfach in eine LIMA-Stunde hinein!

In Rodaun z.B. trifft sich eine Gruppe jeden Donnerstag um 9:30 Uhr im Pfarrzentrum Schreckgasse.

Nähere Information: Gertrud Skritek, Telefon 01/889 89 25.

Munter durch Herbst und Winter

Tipps und Anregungen, wie Sie gesund und gestärkt durch die kalte Jahreszeit kommen, von Mag.pharm. Mohsen Salem und seinem Team.

Belebt die Sinne und hebt das Gemüt, wenn die Nächte länger werden:

4 Tropfen Mandarinöl
3 Tropfen May Chang Öl und
3 Tropfen Korianderöl
in Traubenkernöl gemischt für eine anregende Einreibung.

Zur innerlichen Erwärmung und Durchlichtung empfehlen wir Weleda Schlehen- und Sanddornelixier.

Für eine einhüllende Massage eignet sich das Moor-Lavendelöl von Hauschka und bei Verspannungen das Aconit-Nervenöl von Wala.

Die Behandlung mit den Kräften der Natur

Wer rastet, ... der rostet!

Natürlich soll die Vorweihnachtszeit und der Weihnachtsabend auch musikalisch gestaltet werden - allerdings sind die Notenblätter völlig durcheinander geraten!

Finden Sie wieder die passenden Noten, damit die zehn Liedtexte stimmen? Welche Titel verbergen sich in unserem Gewirr?

Viel Spass beim Suchen - und stimmen Sie ruhig das eine oder andere Lied dabei an, bestimmt fällt Ihnen der Text dazu auch noch ein!

LASST ES ALLE DIE SCHO' DULCI
SCHNEE MUNTER JOSEF ES OH
NACHT J AHRE UNS WEIHNACHT NIE
LEISE EIN SEIN FROH IN STILLE WIRD
IST KLINGEN MEIN UND RIESELT



APOTHEKE
ZUR MARIAHILF

Mag. pharm. A. Mohsen Salem

Perchtoldsdorfer Straße 5

1230 Wien, Österreich

T. + 43 (01) 865 99 10

F. + 43 (01) 869 51 81

bestellung@apotheke-zur-mariahilf.at



führt zu einem erholsamen Schlaf und versorgt Körper und Geist mit neuer Energie.

In der Apotheke „Zur Mariahilf“ erhalten Sie zusätzlich zum allgemeinen Angebot fachliche Beratung zu Schüsslersalzen, Homöopathie und anthroposophischen Heilmitteln. Bachblüten und ätherische Öle der Firma Primavera ergänzen das Gesundheitsangebot. Unsere Apotheke ist freundlich gestaltet und mit Heilsteinen dekoriert. Diese sind vom Kollegen Mag. pharm. Michael Basch selbst gesammelt und geschliffen.

Das Apothekenteam der Apotheke „Zur Mariahilf“ freut sich auf Ihren Besuch!



SÜSSER FRÖHLICHE DUMPA
NACHT DER ROS' LIEBER
JUBILO GLOCKEN GLEI ENT-
SPRUNGEN DU FRÖHLICHE JOSEF
HEILIGE WIEDER

Was wäre die Weihnachtszeit ohne die süßen Verführungen? Aber welche Köstlichkeiten servieren wir Ihnen denn da?

SEZMRETITN
LKNAIRPVELFIEL
GNIÖNASBE
MULGNREKU
KLEHUBECN

Viel Freude beim Knobeln - und lassen Sie es sich schmecken!

Kurz und bündig

Weihnachtsbitte

Auch heuer finden Sie Ihrer Zeitung einen Erlagschein beigelegt. Wie wir auf Seite 5 berichtet haben, unterstützen wir sozial Schwächere, um ihnen ebenfalls optimale Betreuung und Pflege zukommen lassen zu können. Wir bitten Sie daher herzlich, uns bei diesem Anliegen auch mit Ihrer Spende zu helfen!

Gelungen

Bei und für SMIR war was los im letzten Vierteljahr:

Das „Fest von vielen für alle“, **der Rodauner Kirtag**, bot nicht nur viele Höhepunkte bezüglich begeisternder Darbietungen. Es war wieder ein wunderbarer Treffpunkt für Jung und Alt, und als wohltätiger Nebeneffekt konnte unter anderem für SMIR ein namhafter Betrag für den Sozialfonds zur Verfügung gestellt werden.

Beim **Wiener Seniorentag** öffnete das SMIR-Büro seine Pforten weit und bot mit der Firma Kerkoc, der Apotheke Zur Mariahilf und vielen mehr Informationen rund ums beste Lebensalter an.



Seniorentanz bei SMIR

Beim **Czedik-Gedächtniskonzert** wurden traditioneller Weise wieder die Pforten des schönen Hofmannsthalschlössels im Gedenken an Dr. Peter Czedik-Eysenberg geöffnet. Die jungen Künstler begeisterten das Publikum, der Ertrag kommt dem SMIR-Sozialfonds zu Gute.

Gewonnen

Frau Margit Hack hat für die Veröffentlichung ihres Rezepts einen Einkaufsgutschein im Wert von • 10,- von den *Perchtoldsdorfer Naturstuben* gewonnen. Für die nächste Ausgabe suchen wir wieder nachkochenswerte Rezepte - schicken Sie uns Ihr Lieblingsrezept, vielleicht gewinnen Sie ja den nächsten Gutschein! Einsendeschluss: 31. Jänner 2007.

Geschenk

Das Weihnachtsgedicht auf der ersten Seite ist aus Doris Pikals ganz neu erschienenem Buch **Waun's stü wird; Heiteres und Besinnliches rund um Weihnachten**.



Doris Pikal

Wenn Sie sich oder jemand anderem mit diesem Buch eine Freude bereiten wollen, erhalten Sie es beim Verlag CCU, Lohnsteinstraße 11, 2380 Perchtoldsdorf. Bestellungen unter: www.verlag-ccu.com.

Ab 2007 wird das Buch auch im Einzel- und Großhandel erhältlich sein.

Vertragsverhandlungen

Die Vertragsverhandlungen mit dem Fonds Soziales Wien (Gemeinde Wien), die den bisher bestehenden Teilleistungsvertrag mit allen Hilfsorganisationen gekündigt hat, sollen am 21. Dezember d.J. stattfinden. Wir gehen davon aus, daß wir nächstes Jahr wieder (zumindest) gleiche Konditionen verhandeln können, da wir sonst die Klientengebührengestaltung neu überlegen müssten.

Wir wünschen all unseren Lesern ein frohes, freudiges Weihnachtsfest und für 2007 das Allerbeste!

Impressum:

Medieninhaber, Herausgeber und für den Inhalt verantwortlich: Sozial-Medizinische Initiative Rodaun, Breitenfurter Straße 455, 1230 Wien; Telefon: 01/889 27 71, Fax: 01/ 889 27 78, e-mail: smir@utanet.at, smir@aon.at, Homepage: www.smir.at; Bankverbindungen: Bank Austria, Kto.Nr. 634 320 907, BLZ 20 151, RAIBA Rodaun, Kto.Nr. 5 407 671, BLZ 32 000; hergestellt bei der Firma FBDS, Breitenfurter Straße 355, 1230 Wien