

smir aktuell

Sozial - Medizinische Initiative Rodaun

Damit öfter Weihnacht ist

Lautlos sinken Flocken nieder
Wald und Felder sind verschneit
Herzen bangen, hoffen wieder
Oh verheißungsvolle Zeit

An den Nächsten öfter denken
Öfter lächeln, freundlich sein
Mut und Hilfsbereitschaft schenken
Dann kehrt öfter Weihnacht ein.

Doris Pikal



Editorial

Liebe Leserin! Lieber Leser!



Annalisa Fünfleitner

In unserer Weihnachtsausgabe finden Sie wie jedes Jahr einen Spendenerlagschein. Auch heuer bitten wir Sie wieder, unseren Sozialfonds zu unterstützen.

Dieser Fonds wurde vor vier Jahren ins Leben gerufen, um vorwiegend Mitgliedern die Betreuung durch SMIR zu ermöglichen, wenn diese die Mittel dafür nicht alleine aufbringen können.

Gespeist wird dieser Fonds nicht nur durch Ihre Weihnachtsspenden, sondern durch alle Spenden, die SMIR im Laufe eines Jahres erhält, sowie durch die Einnahmen des Rodauner Kirtags, Kranzablösen und auch Frau Dr. Hölzel und ihre Patientinnen und Patienten beschenken uns jedes Jahr zu Weihnachten großzügig.

Neu! Spenden an SMIR können noch heuer von der Steuer abgesetzt werden.

In den letzten Monaten haben wir alle notwendigen Schritte dafür eingeleitet, um auf die Liste der begünstigten Spendempfänger aufgenommen zu werden. Nach Rücksprache mit dem Finanzamt stehen wir seit 20. November 2009 auf dieser Liste. In Zukunft werden unsere Werbemittel auch mit dem Spendengütesiegel versehen, was aber noch einer Zeit der Umstellung bedarf.

Die letzte Ausgabe dieses Jahres ist ganz unseren Mitgliedern gewidmet. Wir möchten Sie an Ihre Vorteile als SMIR-Mitglied erinnern und Ihnen Ihre ganz persönliche **SMIR Bonus Card** überreichen.

Außerdem möchte ich unseren Leserinnen und Lesern danke sagen für das Vertrauen, das Sie uns jedes Jahr entgegen bringen.

Das gesamte SMIR-Team wünscht Ihnen ein besinnliches Weihnachtsfest, erholsame Weihnachtsfeiertage und viel Glück und Gesundheit im neuen Jahr.

Annalisa Fünfleitner

Liebe SMIR-Mitglieder!



Andrea Reisenberger,
Geschäftsführung



Walther Fitz, Obmann

Vor 20 Jahren, als SMIR gegründet wurde, konnten wir im ersten Jahr etwa 450 Menschen dazu gewinnen, Mitglied zu werden und so ein Arbeiten des Vereins erst ermöglichen. Der Mitgliedsbeitrag damals war öS 50,- pro Monat. Im Jahr 2002, dem Jahr der Umstellung auf den Euro haben wir den Mitgliedsbeitrag auf EUR 4,- erhöht.

Heute haben wir als Vorstand und Geschäftsführung die schwierige Aufgabe, Ihnen eine Erhöhung der Mitgliedsbeiträge ab Juli 2010 vorzuschlagen. Eine Maßnahme, für die wir um Ihr Verständnis bitten.

Wir möchten bei der nächsten Generalversammlung am Mittwoch, den 14. April 2010 um Ihre Zustimmung bitten, nach fast 20-jährigem Bestehen des Vereins den Mitgliedsbeitrag auf EUR 6,- pro Monat – für Anschlussmitgliedschaften auf EUR 3,- pro Monat – zu erhöhen.

Dieser Schritt ist eine wichtige Maßnahme. Zusammen mit der Förderung des Fonds Soziales Wien, um die wir jedes Jahr neu

stelansuchen müssen, und die keinesfalls eine Selbstverständlichkeit ist, können wir sicher stellen, dass wir unsere Leistungen weiterhin so kostengünstig anbieten können, wie bisher. Denn eine Erhöhung der Klientengebühren möchten wir bis auf Weiteres ausschließen. Damit können wir auch in Zukunft garantieren, dass unsere Arbeit qualitativ immer auf dem höchsten und aktuellsten Stand ist.

Da wir den Mitgliedsbeitrag in den letzten sieben Jahren nicht erhöht haben, können wir Ihnen versprechen, dass eine neuerliche Erhöhung in den nächsten Jahren auszuschließen ist.

Sie, liebe Mitglieder, garantieren mit Ihrem Beitrag, dass SMIR in der Wiener Pflege-landschaft einen kleinen aber sehr feinen Platz einnimmt und können sich auf die Vorteile, die im kommenden Jahr noch vermehrt als bisher auf Sie zukommen, freuen.

Wir möchten uns für Ihre Treue und Unterstützung bedanken, denn ohne unsere Mitglieder wäre unsere Arbeit nicht möglich!

Wir hoffen daher, dass Sie uns weiterhin treu bleiben und dass unser Vorschlag bei der nächsten Generalversammlung Ihre Unterstützung findet, damit wir unseren Leitspruch „Profis mit Herz helfen und pflegen“ auf dem derzeitigen hohen Qualitätsniveau weiterhin erfüllen können.

Andrea Reisenberger und SMIR-Vorstand

SMIR-Mitglied sein – Warum?

Menschen werden aus den verschiedensten Gründen Mitglied bei SMIR:

Die einen sagen: „Das ist ein toller Verein, den möchte ich unterstützen!“ Erst vor ein paar Tagen hat eine junge Helferin im Besuchsdienst gemeint: „Jetzt, wo ich Helferin in Ihrem Verein bin, sehe ich erst, was für tolle Arbeit Ihr leistet und ich möchte Euch noch mehr unterstützen!“

Die anderen wollen vorsorgen: „Ich möchte, wenn ich einmal Hilfe brauche, wissen, wohin ich mich wenden kann.“

Menschen, die einen karitativen Verein

unterstützen wollen, der in dem Bezirk agiert, in dem sie leben, verhelfen uns dazu, privat zu arbeiten.

Und so ermöglichen Sie, liebe Mitglieder, eine Art der Pflege, die in Wien sonst nicht zu finden ist. Das Konzept der **Ganzheitlichen Pflege** setzen wir konsequent um: Eine Schwester übernimmt in einem Einsatz alle Handgriffe, vom Zubereiten des Frühstücks, Hilfe bei der Körperpflege bis zum Verbandswechsel. So ersparen sich

unsere Klientinnen und Klienten, dass zum Morgeneinsatz drei verschiedene Personen kommen müssen.

Das kostet uns mehr Geld, weil für alle Tätigkeiten ja nicht unbedingt eine diplomierte Schwester oder Pflegehelferin notwendig

wäre, aber Pflege und Betreuung soll ja nicht zur Belastung für unsere Klientinnen und Klienten werden, sondern zu deren Wohlbefinden beitragen und wir sind zuversichtlich, dass uns dies so gelingt.

Andrea Reisenberger

Vorteile einer Mitgliedschaft

Menschen, die vorsorgen möchten für eine Zeit, in der sie selber Hilfe brauchen, nutzen folgende Vorteile einer Mitgliedschaft:

- Mitglieder werden vorrangig in die Pflege übernommen, das ist zu Zeiten hoher Auslastung ein wichtiger Aspekt
- Mitglieder erhalten nach einem Jahr Mitgliedschaft 5% auf Pflegeleistungen und nach 3 Jahren Mitgliedschaft 10%. Diese Ermäßigungen machen auf jeden Fall mehr aus als der Mitgliedsbeitrag und sind somit ein großer Vorteil für Mitglieder (in Fällen intensiver Betreuung kann diese Ermäßigung mehr als EUR 100,- pro Monat ausmachen!)
- Mitglieder zahlen für den Einkaufsdienst, Verleih von Leihgeräten und für SMIR-Kurse weniger als Nicht-Mitglieder

- Mitglieder können unser Büro als Service- und Informationsstelle nutzen.
- Teilnahme und Mitwirkung bei der SMIR-Generalversammlung
- Viermal jährlich informieren wir unsere Mitglieder in unserer kostenlosen Zeitung „smir aktuell“ über Neuigkeiten und Angebote.

Ab nächstem Jahr kommen noch weitere Vorteile einer SMIR-Mitgliedschaft hinzu:

In dieser Ausgabe unserer Zeitung „smir aktuell“ übermitteln wir Ihnen Ihre ganz persönliche **SMIR Bonus Card** – einen Mitgliederausweis, mit dem Sie ab Jänner 2010 in verschiedenen Geschäften der Umgebung bei einem Einkauf Vergünstigungen erhalten. Wir haben Partner gefunden – und bemühen uns, noch weitere Kontakte zu knüpfen – die uns darin unterstützen, unseren Mitgliedern etwas Gutes zu tun. Eine Liste dieser Geschäfte finden Sie auf Seite 6.

Andrea Reisenberger

Liebe Klienten, Liebes SMIR-Team



Gabriele Kröner,
SMIR-Einsatzleitung

Ein Mal im Jahr darf man Danke sagen!

Als Einsatzleitung von SMIR bin ich nun bereits sechs Jahre für die Erstellung des wöchentlichen Einsatzplanes verantwortlich. Durch die hervorragende Zusammenarbeit der SMIR-Schwestern

und Flexibilität, auch mal kurzfristig einzuspringen, können fast alle Wünsche erfüllt werden. Unser kleines professionelles Team ermög-

licht uns auf Fragen individuell einzugehen und gemeinsam Lösungen zu erarbeiten. Ich möchte mich bei meinen Schwestern für ihre offene und ehrliche Kommunikation bedanken, denn so können wir voneinander lernen und uns weiterentwickeln.

Aufgrund der sehr individuellen und flexiblen Diensterteilung sind Zeitverschiebungen manchmal nicht zu vermeiden. Ich möchte mich im Namen des SMIR Teams bei allen Klientinnen und Klienten für ihr Verständnis und für ihr Entgegenkommen bedanken.

Das kleine aber feine Büroteam, das immer ein offenes Ohr hat, setzt Ideen hervorragend um. Ein besonderes Dankeschön gebührt unserer Geschäftsführung Frau Andrea Reisenberger, die immer für uns da ist, und uns in diesem Jahr - in Zusammenarbeit mit einem Klienten - ermöglicht hat, einen Patientenlifter anzu-

schaffen. Diese Investition ermöglicht uns, rückschonend zu arbeiten. Außerdem dürfen wir dank unserer lieben Annalisa F. immer wieder Texte von SMIR in regionalen Zeitungen lesen, zu welchen wir oft positive Rückmeldungen erhalten. Ein frohes Weihnachtsfest wünscht Ihnen die
SMIR Einsatzleitung Gabriele Kröner

Rodauner Kirtag - heuer wieder mit Kaiserwetter

Der Erlös dieser Benefizveranstaltung kommt auch heuer wieder lokalen sozialen Anliegen von SMIR, der Pfarrkirche und Bergkirche Rodaun sowie der Kulturinitiative RODAUN AKTIV zu gute.

Bereits zum 16. Mal trafen sich die Rodauner und deren Freunde bei idealen Wetterbedingungen auf dem stimmungsvollen Platz vor der Rodauner Bergkirche.

Heidi Gisser – Leitfigur des Rodauner Kirtags – verabschiedete sich als Moderatorin und präsentierte zugleich ein Geschenk an Rodaun: Mit dem Lied „*Wie a Pflanz'n ohne Wasser ...*“ ein aus dem Herzen kommendes „Liebeslied an's Grätzl“ traf sie zielsicher alle anwesenden Gäste und ganz besonders die Rodaunerinnen und Rodauner.

Ein jeder Abschied birgt in sich einen Neubeginn: Die Gäste des Kirtags durften heuer zum ersten Mal den jungen und ambitionierten Jungmoderator Christof Wiesner in Doppelconference mit Heidi Gisser erleben. Traditionsgemäß eröffnet wurde der Kirtag mit einer rhythmischen Festmesse, musikalisch gestaltet durch den TIMELESS Chor. Danach bot der Kirtag Unterhaltung für Groß und Klein. Attraktionen für jede Altersgruppe, Kirchenführungen in der Bergkirche sowie verschiedene musikalische Darbietungen ergänzten das abwechslungsreiche Programm. Marktstände verlockten mit einem bunten Angebot an Kunsthandwerk.

Die Schule Sta. Christiana versorgte die Besucher mit einem reichhaltigen Buffet, öffnete wie jedes Jahr ihre Pforten und

informierte interessierte Besucher über das Angebot der Schule.

SMIR – als offizieller Veranstalter – war unter anderem mit einem Informationsstand vertreten. Die engagierte Mitwirkung vieler Rodauner Betriebe ist ein weiterer wichtiger Baustein zum Gelingen und gleichzeitig eine gut genutzte Gelegenheit zur ungezwungenen Präsentation und Sympathiewerbung.



Eine Malaktion der Rodauner Jungschar begeisterte viele Kinder. Besonders beliebt war dieses Jahr der Stand mit montenegrinischen Spezialitäten sowie die Sektbar der Rodauner Betriebe und lokaler Sturm und Wein von der Buschenschank Distl.

Das Kuchenbuffet mit Kaffee-Ausschank war wie immer bestückt mit einer reichen Auswahl ausgezeichneter, privat gebackener, gespendeter Kuchen, die reißenden Absatz fanden. Bei der Verlosung – geleitet von Notar Dr. Strausz konnten sich viele Gewinner über die schönen Preise freuen.

Wie jedes Jahr sorgte im Hintergrund ein Team von engagierten, ehrenamtlichen MitarbeiterInnen für die Organisation, die schon im Frühjahr beginnt. Dieses Team ermöglicht ein Fest, das aus dem Rodauner Jahresablauf nicht mehr wegzudenken ist.

Walther Fitz & Annalisa Fünfleitner

Sie können nichts falsch machen!

Der einzige Fehler wäre, weg zu schauen und nichts zu tun - dies wurde uns anlässlich eines von SMIR Anfang Oktober 2009 veranstalteten Erste Hilfe Kurses sehr deutlich klar gemacht.

Die Statistik zeigt nämlich, dass leider nur jeder Vierte bereit ist, bei einem Unfall zu helfen. Medienberichten zufolge ist das durch mangelnde Zivilcourage oder durch die Sorge bedingt, etwas falsch zu machen.

Während des gut besuchten Erste Hilfe Kurses wurden uns diese Ängste durch den fundierten Vortrag einer Mitarbeiterin des Roten Kreuzes mit vielen praktischen Übungen genommen.

Wir lernten z.B. einem verunglückten Motorradfahrer den Helm abzunehmen. Die Sorge dabei ist, den Verunglückten noch mehr zu verletzen - natürlich, diese geringe Gefahr besteht, aber bei Untätigkeit ist die weitaus größere Gefahr, dass der Helmträger erstickt. Was glauben Sie, welche Entscheidung dem Motorradfahrer lieber wäre?

Außerdem zeigte man uns, wie man eine verunglückte Person aus einer Gefahrenzone möglichst schonend in Sicherheit bringt, bzw. wie man jemand aus einem Unfallauto birgt (Rautek-Griff). Weiters wurden wir informiert, in welchen Fällen die Ihnen sicherlich bekannte „stabile Seitenlage“ oder die Herzmassage anzuwenden ist.



Gustav & Christa Nowotny

Neuesten Erkenntnissen zufolge soll man die Herzmassage ununterbrochen bis zum Eintreffen der Rettung fortsetzen, auch wenn das Herz während der Herzmassage nicht wieder zu schlagen beginnt – das Gehirn des Patienten wird dadurch mit dem noch im Blut vorhandenen Sauerstoff versorgt. Man verringert damit etwaige Spätfolgen im zerebralen Bereich durch Unterversorgung mit Sauerstoff.

Weitere Inhalte des Kurses waren:

Wie erkennen wir Herzinfarkt, Schlaganfall und Epilepsie und wie lagern wir den Patienten im jeweiligen Krankheitsfall.

Es wurde auch die Versorgung stark blutender Wunden behandelt, wobei das Anlegen eines Druckverbandes geübt wurde.

Die Wirkungsweise und die Begleitumstände bei der Anwendung eines Defibrillators wurden uns ebenso nähergebracht.

Wie wichtig guter Zuspruch, liebevolle Behandlung und z. B. Zudecken und das Öffnen beengender Kleidung ist, klingt banal - nicht? Aber es war für uns wichtig, es wieder gehört zu haben.

Die Notrufe für Feuerwehr 122, Polizei 133, Rettung 144 wussten wir, aber dass der internationale Notruf 112 auch mit einem Handy mit Akku sogar ohne SIM-Karte funktioniert, war für uns neu. Der Erste Hilfe Kurs war sehr informativ und hat für uns das Ziel, anderen zu helfen und auch einander im Notfall beizustehen, erreicht.

Gustav und Christa Nowotny

ICE = In Case of Emergency

Das international ankerkannte Pseudo:

Rettungs- und Ambulanzfahrer haben bemerkt, dass beim Verkehrsunfall die meisten Verwundeten ein Mobiltelefon bei sich haben. Bei verletzten Personen, die nicht mehr ansprechbar sind, wissen die Einsatzkräfte aber nicht, wer aus den langen

Adresslisten zu kontaktieren ist. Deshalb sollte man unter dem Namen **ICE** die Rufnummer der Person eintragen, welche im Notfall durch Polizei, Feuerwehr oder erste Hilfe anzurufen ist. Sind mehrere Personen zu kontaktieren, braucht man ICE1, ICE2, ICE3.

SMIR Bonus Card



NEU! - Mitglieder Bonus CARD - gültig ab 01.01.2010 - Weil wir unseren Mitgliedern einen kontinuierlichen Nutzen aus der Mitgliedschaft bei SMIR schenken möchten!



Unser Ziel war es, mit Geschäftspartnern Kooperationen einzugehen, damit SMIR-Mitglieder mit dem Mitgliederausweis Vergünstigungen erhalten. Dabei war uns wichtig, kleine regionale Betriebe in Rodaun, Mauer, Kalksburg und Liesing anzusprechen. Die **Mitglieder Bonus CARD** gilt vorerst 1 Jahr und braucht nicht zurückgegeben werden. Nach diesem Probejahr wird ein neuer Ausweis verschickt.

Bei folgenden Geschäften können Mitglieder ab 01. Jänner 2010 zu angegebenen Konditionen einkaufen oder folgende Spezialangebote in Anspruch nehmen:

Wellness Point – Sabine Landschau - Willergasse 10 - 0676/67 44 777

Rabatt: 5% für eine Behandlung im Salon

Apotheke Rodaun - Ketzergasse 368 - 888 41 70 - **Rabatt:** 5%

Meisterbetrieb Peter Melisits - Willergasse 43 - 889 83 55 - **Rabatt:** 5%

Juwelier Preindl - Ketzergasse 463 - 0664/ 495 13 31 - **Rabatt:** 15%

„Salon Hair“ - Spitzbart Jutta - Ketzergasse 374 - 888 78 61 - **Rabatt:** 10%

Chemische Putzerei und Wäscherei - Monika Kadrnokda - Ketzergasse 366 - 888 75 64 - **Rabatt:** 10%

Gewusst Wie Reformhaus Cellar - Breitenfurterstraße 360 - 869 23 29 - **Rabatt:** 5%

APO23 Kalksburg, Kirchenplatz 5 - **Rabatt:**

- Blutdruck- Blutzucker- und Blutfettmessungen – jederzeit kostenlos (Anmeldung erforderlich)
- 1x im Jahr Kosmetikbehandlung standard und Hautanalyse kostenlos
- 1x im Jahr Antlitzanalyse nach Schüssler kostenlos
- Ernährungsberatung: erste Stunde kostenlos

SMIR-Mitglieder bekommen gegen Vorlage der SMIR Bonus Card bei der APO23 einen entsprechenden Leistungspass ausgehändigt!

Friseursalon Lilli - Höbart Paulina - Endresstraße 106 - 889 84 06 - **Rabatt:** nach Vereinbarung mit Frau Höbart

Haustierhelden - Kostenlose Hunde- und Katzenfutterzustellung - Petra Österreicher - Maurer Lange G. 64 - 0699/ 1777 53 77 - **Rabatt:** 5%

Leben bewegen 60+ - Mag. Brigitte Leichtfried - Lebens- und Sozialberatung, Gedächtnis- und Vitaltraining, Massage zu Hause - 0676/77 020 77 - 699 65 55 - **Rabatt:** 5%

Wir wünschen unseren Mitgliedern viel Freude beim Einkaufen! Bei Fragen steht das SMIR-Team gerne persönlich oder telefonisch unter 889 27 71 zur Verfügung.

2010

smir
Profis mit Herz helfen und pflegen

MITGLIEDER BONUS CARD

Vorname Max
Nachname Mustermann

Sozial-Medizinische Initiative Rodaun
1230 Wien, Breitenfurter Straße 455 · Telefon 01/889 27 71
Fax 01/889 27 78 · E-Mail: kontakt@smir.at · www.smir.at

2010

Winterlicher Obst Salat

2 Orangen
2 große Bananen,
100g Mandeln oder Haselnüsse
100g Trockenfrüchte
(Rosinen, Datteln, Zwetschken, ...)
1 EL Butter,
2 EL Honig
1 Msp. Zimt
einige Löffel Milch oder Obers
eventuell 150 ml Obers

Mandeln oder Haselnüsse grob hacken. Die Trockenfrüchte klein schneiden. Butter und Honig in einem Topf bei schwacher Hitze schmelzen, Nüsse, Trockenfrüchte und Zimt zugeben und kurz erhitzen. Mit der Milch oder



Obers etwas flüssiger machen. Die Bananen und die Orangen in Stücke schneiden und mischen. Auf einer Platte anrichten und mit der warmen Sauce übergießen. Das Obers steif schlagen und zum Obstsalat geben.

Wir freuen uns, Frau Anita Ladinig den Einkaufsgutschein über 10 Euro für dieses weihnachtliche Rezept übergeben zu können!

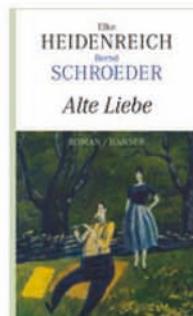
Schicken Sie uns Ihr Lieblingsrezept und gewinnen Sie damit einen Einkaufsgutschein im Wert von 10 Euro! Sie können es an kontakt@smir.at mailen oder faxen (01 - 889 27 78)!

Buchtipps!

Alte Liebe; Elke Heidenreich/ Bernd Schröder; Hanser Verlag; EUR 18,40; ISBN 3446233935

Alte Liebe rostet nicht. Das ist leichter gesagt als getan.

Wenn man die eigenen Fehler inzwischen auch kennt (und die des anderen natürlich



noch besser!), werden sie dadurch nicht unbedingt erträglicher. Doch warmherziger sind die Szenen einer Ehe noch nicht erzählt worden.



1230 Wien
Gesslgasse 8a
Tel.: 887 26 74
e-mail: buch@wetter.co.at

DIE BUCHHANDLUNG IN IHRER NÄHE

Wer rastet, der rostet!

Gedächtnistraining für Jung und Alt

Nussknacker – Adventzeit – Nusszeit. Können Sie unsere Kopfnuss knacken? Welche Antwort ist jeweils richtig?

- 1) Botanisch gesehen sind nur welche Nüsse echte Nüsse?
 - a) Haselnüsse b) Paranüsse c) Maronen d) Mandeln
- 2) Erdnüsse sind keine echten Nüsse, sondern ...?
 - a) Kapsel Früchte b) Samen c) Hülsenfrüchte

- 3) Welche Samen sind ein wichtiger Bestandteil des italienischen „Pesto alla genovese“?
 - a) Pinienkerne b) Kürbiskerne c) Sonnenblumenkerne
- 4) Die Kokosnuss gehört zu den Früchten, die nicht nachreifen. Welche gehören noch dazu?
 - a) Avocado b) Feige c) Kirsche d) Wassermelone

Viel Vergnügen!
Lösung unter *Kurz und bündig!*

K u r z u n d b ü n d i g

Vorankündigung - 20 Jahre SMIR

Wann: Sonntag 27. Juni 2010
 Wo: Pfarre Rodaun
 Wann: ab 10:00 Uhr
 Kontakt: 889 27 71

Eine ausführliche Information erwartet Sie in einer Sonderausgabe von „smir aktuell“ im April 2010.

Sturzprävention

Der Körper erhält nur die Funktionen aufrecht, die regelmäßig eingesetzt und benutzt werden. Ein zwölfteiliges Kursprogramm umfasst die vier wesentlichen Säulen, um Stürzen vorzubeugen: *Mobilität fördern, Stärke aufbauen, Sicherheit verbessern und Beweglichkeit erhalten.*

Wann: ab 5. Februar 2010
 FR von 9:30 - 10:30 Uhr
Wo: SMIR-Kursraum
Kosten: 12 Einheiten: EUR 108,-
SMIR-Mitglieder EUR 102,-
Kontakt: Mag. Brigitte Leichtfried,
 Seniorentainerin
Anmeldung: 01/699 65 55 oder
 0676/77 020 77

Aufgelöst

Hier die Lösung zu unserem Rätsel von der vorigen Seite: 1a & c, 2c, 3a, 4 c & d

Voreinladung

„Gemeinschaftliches Wohnen - zwischen Sehnsucht und Gelingen“



Ein Symposium über gemeinschaftliches Wohnen.

Wann: 16. und 17. April 2010
 Wo: Wien Hernals und Kalksburg
 Kosten: 1 Tag EUR 25,-
 2 Tage EUR 40,-

Kontakt: Angela Adrigan - 0699/11 09 21 92
www.brot-hernals.at, www.brot-kalksburg.at

WIR TANZEN - „KOMM, TANZ MIT!“

Wann: jeden MI von 16:00 bis 17:30 Uhr
NEU: ab 14. Jänner 2010 immer
 DO von 16:00 bis 17:30 Uhr
Wo: SMIR-Kursraum
Wer: Alexandra Neuner-Kasimir
Kosten: EUR 3,-/Einheit
SMIR-Mitglieder EUR 2,50/Einheit
Anmeldung: 889 27 71

Im Bild

Auf unserer Website www.smir.at finden Sie die aktuellen Kirtagsfotos und die Fotos vom diesjährigen Open House! Reinschauen lohnt sich!

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 Rodaun, Kto.Nr. 5 407 671, BLZ 32 000; hergestellt bei Studio Smile, Ing. Wolfgang Haber, Durchlaufstraße 5/5/15, 1200 Wien, Grafik: Andreas Hrabe,*Foto: Monika Klinger

Partner unseres Vertrauens

Hausbesuch - Fußpflege

keine Wegzeit, kein Aufschlag!

20,50€

Wellness point

Sabine Landschau - Kosmetik & Fusspflege
1230, Willergasse 10 - 0676/67 44 777