Nr.21 Die Zeitschrift des Haus St. Josef am Inn – Senioren- und Pflegeheim Juli 2013

Josefs-Blattl

Neue Ehrenamtlichen-Betreuerin

Vorarlberg-Urlaub

Hausmittelecke

Ausflüge

Inhalt

Gedanken der Frau Bürgermeisterin Mag.ª Oppitz Plörer

Seite 5

Der Sommer kehrt ein
Die Sonne im Freien genießen, Ausflüge

Seite 9

Ausflug ins Ländle
Auf Sommerfrische im schönen Vorarlberg.

Seite 10

Geburtstage
Es darf gefeiert werden.

Seite 20

Blitzlichter
Schöne Augenblicke

Seite 26

Inhaltsverzeichnis

Vorwort Dr. Juranek	03
Diamantene Hochzeit	04
Ein Haus zum Wohlfühlen	05
Backe, backe Kuchen	06
Es wird gekocht	07
Clowndoctors im Hause	08
Hofburg Innsbruck	09
Vorarlberg-Urlaub	10
Sonnenstrahlen genießen	12
Was war los?	13
Altstadtführung	14
Muttertag	15
Neue Ehrenamtlichen-Betreuerin	16
Ehrenamtlichen-Ausflug	17
Hausmittelecke	18
Absamer Wallfahrt/ Neue BewohnerInnen	19
Geburtstagsfeier April	20
Geburtstagsfeier Mai	22
Geburtstagsfeier Juni	24
Blitzlichter	26
Wir gedenken	27

Impressum

Medieninhaber und Herausgeber: Haus St. Josef am Inn GmbH; Innstraße 34, 6020 Innsbruck; Tel.: 0512/22445, Fax: 0512/22445-4599; Homepage: www.haus-sanktjosef.at; für den Inhalt verantwortlich: Dr. Christian Juranek. Redaktion: Monika Seiwald (seiwald@haus-sanktjosef.at) und Dorothea Paumgartten. Erscheinungsweise: Jan, April, Juli, Oktober. Die Zeitung ist nicht für den Versand bestimmt.
Erscheinungsort: Innsbruck; Auflage: 600 Stk.
Layout, Satzung und Gestaltung: Monika Seiwald
Druck: saxoprint

Bildquellen: Falls nicht anders gekennzeichnet, liegen die Bildrechte des verwendeten Bildmaterials beim Herausgeber.
Die nächste Ausgabe des Josefsblattl ist für Oktober 2013 geplant.
Hausmittelecke - Quelle: Entdecke die sanften Heilkräfte der Natur / von Brigitte Staffner

Vorwort

von Dr. Christian Juranek

Liebe Freunde des Haus St. Josef am Inn,

Die Jahreszeit der wohltuenden Leichtigkeit, in der man mit knapper Kleidung das Haus verlässt, mit anderen vor dem duftenden Grillkamin verweilt, im abgeschatteten Gastgarten sein Bierchen genießt oder verschiedene Urlaubspläne schmiedet, die Zeit, die uns allen so wohl tut, sie ist zumindest kalendarisch angekommen. Die sommerliche Sonne selbst wird sie hoffentlich durch die nächsten Monate verlässlich begleiten.
In der Rückschau steht das erste Halbjahr vor allem im Zeichen des Urgierens und Wartens auf die Genehmigung unserer Tagsätze durch die Tiroler Landesregierung. Mit Anfang Juni haben wir diese für das Jahr 2013 immer noch nicht erhalten. Das bedeutet, dass zahlreiche Betriebe mit dem BAGS – Kollektivvertrag ohne klare wirtschaftliche Grundlage ihre Aufgaben zu bewältigen haben. Auch unser Haus treibt mit seinen ungefähr 5,5 Mio. Euro Jahresumsatz wie ein großer Dampfer ohne Navigationssystem im Nebel und hofft, trotz fehlender Steuermechanismen nicht auf Grund zu laufen.
Die langjährige Erfahrung des Kapitäns ist in solchen Zeiten sehr hilfreich.
So nützten wir die Zeit, um verschiedene Verträge mit den Mitarbeitern und Bewohnern zu überarbeiten, sie in eine neue Form zu bringen, die Haus St. Josef am Inn – Academy weiter in Schwung zu halten, die Homepage zu warten, Ordnung zu machen, wo sie nötig ist, anstehende Projekte vorzubereiten, eben all jenes Notwendige zu tun, was nichts kostet. Wir haben uns auf verschiedenen Ebenen bemüht, aus dem wirtschaftlichen Stillstand, der uns von außen auferlegt ist, das Beste zu machen.
An dieser Stelle ersuchen wir die Landespolitik um eine möglichst baldige Entscheidung für das Jahr 2013 und um klare und rechtzeitige Grundlagen in wirtschaftlichen Belangen für die Zukunft.
Gleichzeitig sagen wir unseren Bewohnern und ihren Familien zu, dass wir uns anstrengen, die angesprochene Unklarheit und Unsicherheit mit unserem Engagement und unserer Kreativität abzufangen. Sie sollen davon nichts spüren – das ist unser Anliegen!
In diesem Sinne wünsche ich allen Bewohnern eine frohe und angenehme Sommerzeit, ihren Familien und unseren Mitarbeitern wünsche ich erholsame Ferien und im Herbst eine wohl behaltene Rückkehr aus den unterschiedlichen Richtungen der Welt.

Dr. Christian Juranek
(Geschäftsführer)

Diamantene Hochzeit

von dem Ehepaar Wötzer

„„… weil ich aus einer Generation bin, in der man Kaputtes stets repariert und nicht immer gleich weggeworfen hat…“

60 Jahre miteinander durch das Leben zu gehen bedeutet, den anderen zu seiner zweiten Hälfte werden zu lassen, ohne ihn in dem aufzulösen, was ihn ausmacht.

Rücksichtnahme, Einfühlsamkeit, Verzeihen, immer wieder neu aufeinander zugehen, Zurückhaltung, aber auch aktives Mittragen dürften wohl so manch hilfreiche Stützen gewesen sein, die auf dem gemeinsamen langen Weg durch die Zeit zum Einsatz gekommen sind.

In diesem Sinne wurde einmal ein älterer Herr von einem zeitgeistigen Jugendlichen anlässlich seines hohen Hochzeitsjubiläums gefragt, wie man es denn so lange mit demselben Menschen aushalten könne. „Weil ich aus einer Generation bin“, sagte er,„ in der man Kaputtes stets repariert und nicht immer gleich weggeworfen hat.“ Ein gehaltvoller Gedanke, der uns Junge nachdenklich stimmt: in Bezug auf unsere eigenen Ehen, auf unsere Familien, aber auch sonst auf unseren Umgang mit Beziehungen, Ressourcen und Dingen, die uns grundsätzlich wichtig sind.

Wir danken dem Ehepaar Dr. Wötzer, dass sie dieses große Fest in unserem Haus gefeiert haben und Pater Wolfgang Heiß für die erbauende Feier. Das Beispiel gelebter Treue und Liebe unseres Vorsitzenden und seiner Gattin nährt jene Werthaltungen, aus denen heraus die Gemeinschaft des Haus St. Josef am Inn seinen Alltag leben möchte.

„Viel Glück und viel Segen auf all Euren Wegen“, wünschen alle Bewohner, Mitarbeiter und Freunde des Haus St. Josef am Inn.

Es brennen fünfundsiebzig Kerzen
und Liebe brennt mit ihnen,
in zwei unendlich vollen Herzen,
die ihr schon lange dienen.
Es brennen fünfundsiebzig Kerzen,
die uns von Treue sprechen,
trotz Kummer und trotz Schmerzen,
niemals die Schwüre brechen.
Die Schwüre, die ihr einst gegeben
vor Gott und vor seinem Altar,
ein ganzes, langes Menschenleben
hieltet ihr diese immerdar.

Ein Haus zum Wohlfühlen

Gedanken von Frau Bürgermeisterin Mag.a Christine Oppitz-Plörer

Weltweit steigt die Lebenserwartung und damit auch der Bevölkerungsanteil der über 60-Jährigen. Laut einer Bevölkerungsprognose der Österreichischen Raumordnungskonferenz für unsere Landeshauptstadt wird es bereits 2050 41.331über 60-Jährige geben, dies sind 30,6% Prozent der städtischen Gesamtbevölkerung. Gerade aus diesem Grund wird die Betreuung von SeniorInnen in den kommenden Jahren mehr und mehr zur gesellschaftlichen Herausforderung. Das Haus St. Josef am Inn widmet sich dieser Herausforderung mit viel Nächstenliebe schon heute und ermöglicht ein Altern in Würde. Als private Einrichtung bereichert das Heim das Innsbrucker Pflegeangebot und sorgt dafür, dass eine angemessene Unterbringung all jener SeniorInnen, die sich den Hürden des Alltages nicht mehr alleine stellen wollen oder können, möglich wird.
Obwohl das Haus St. Josef mit seinen 155 Betten und 140 MitarbeiterInnen das größte private Senioren- und Pflegeheim Tirols ist, das im Rahmen einer gemeinnützigen Stiftung geführt wird, zeichnet es sich durch einen persönlichen Charakter sowie ein warmherziges Klima aus. Dieses Wohlfühlklima ist nicht zuletzt Produkt des umfassenden Pflegekonzeptes, bei dem neben Körper und Seele auch die Gemeinschaft und Lebensräume im Mittelpunkt stehen. Das von den Barmherzigen Schwestern gegründete Heim ist zudem ein Ort, an dem ehrenamtliche Mitarbeit sowie die Zusammenführung von Jung und Alt aktiv gelebt werden und Menschen mit besonderen körperlichen und geistigen Be-

dürfnissen eine berufliche Heimat finden. Bei all diesem Engagement ist wenig verwunderlich, dass das Haus bereits zwei Mal mit dem Innovationspreis der österreichischen Altenpflege ausgezeichnet wurde.
Frei nach dem Motto „Geht es den MitarbeiterInnen gut, geht es auch den SeniorInnen gut“ bemüht sich die Einrichtung erfolgreich um ein angenehmes Arbeitsklima. Es freut mich sehr, dass auch zwischen der Stadt und dem Seniorenwohnheim ein Kooperationsprojekt verwirklicht werden konnte, welches das Berufsleben der MitarbeiterInnen mit Kind(ern) erleichtert: Seit 2012 werden so Betreuungsplätze im Kindergarten St. Nikolaus und im Schülerhort Kaysergarten zur Verfügung gestellt.
Zweifellos stehen die Anliegen der ihnen anvertrauten Menschen für Geschäftsführer Dr. Christian Juranek und seine MitarbeiterInnen an erster Stelle. Dafür möchte ich mich herzlich bedanken und ich hoffe, dass die finanzielle Unterstützung der Stadt dazu beiträgt, den wachsenden Ansprüchen der SeniorInnen auch in Zukunft gerecht zu werden.

Mag.a Christine Oppitz-Plörer,
Bürgermeisterin der Tiroler Landeshauptstadt Innsbruck

Backe, backe Kuchen...

...besser gesagt Apfeltaschen

Frau Mair

Frau Bonvecchio

Es wird gebacken

Süßes mag ein jeder gern und selbstgemacht schmeckt´s nochmals besser.
An einem Donnerstag Nachmittag trafen sich einige Senioren im Nordhaus für ein gemütliches Beisammensein. Die Süßspeise zum Kaffee wurde dabei selbst gemacht.
Nach fleißigem Schneiden, Formen, Bestreichen, Auswalken,... entstanden innerhalb einer Stunde sehr gute Apfeltaschen. Dabei ließen wir der Phantasie freien Lauf, was die Gestaltung betraf. Manche Bewohner profitierten von früheren Berufen, welche jedoch nichts mit Zuckerbäckern zu tun hatten. Einer dieser Berufe war Maler. Beim Bestreichen der Apfeltaschen arbeitete Herr Fiegl (sichtbar im Bild unten) mit so viel Sorgfalt und Genauigkeit, dass diese hinterher denen einer Konditorei glichen.
Es war ein netter Nachmittag mit vielen olfaktorischen und gustatorischen Genüssen.

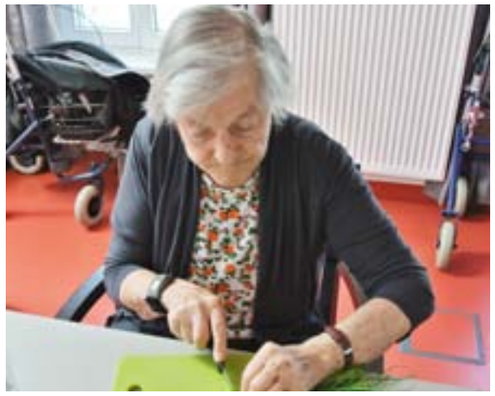
Herr Fiegl

Viele Köchinnen...

...verderben nicht den Brei

Frau Knopfhart

Frau Haselwanter



Frau Holzknecht

Fr. Haselwanter Fr. Freund Fr. Mair

Frau Egger

Frau Jahn

Lachen ist gesund

Die Clowndoctors waren wieder bei uns im Hause

Um die Lachmuskeln zu aktivieren, wurden die Clowndoctors in unser Haus eingeladen. Dieses Mal beglückten sie die BewohnerInnen der Wohngruppe „EDITH und MARGRIT“.
Mit ihrer humorvollen, mitreißenden und charmanten Art und Weise, bezaubern sie immer wieder unsere Senioren. Lieder aus alten Zeiten, welche zum Mitsingen verleiten, flotte Sprüche und viel Humor und Gelächter sind das Geheimrezept der Clowndoctors, welches so manche Augen heller glänzen lässt.
Wieder vielen Dank für diesen netten Auftritt.

Pater Platzgummer SJ

Herr Sprenger Frau Haselwanter

Frau Fritzer

Wenn es Frühling wird,.
dann schick ich dir Tulpen aus
Amsterdam,

wenn der Frühling kommt, dann pflück ich dir
Tulpen aus Amsterdam,

wenn ich wieder komm, dann bring ich dir Tulpen
aus Amsterdam,

tausend rote, tausend gelbe, alle wünschen dir
dasselbe.

Die Hofburg in Innsbruck

... auf den Spuren Maria Theresias

An einem schönen Frühlingstag war das Ausflugsziel die Hofburg in Innsbruck. Mit einer sehr interessanten Führung wurde den Zuhörern genauestens über Maria Theresia, der Fürstin aus dem Hause Habsburg und Erzherzogin von Österreich, berichtet. Aufgrund geschichtlichen Wissens mancher Bewohner konnten wir Begleitpersonen auch noch dazu lernen. Es war für alle Beteiligten ein sehr lehrreicher und amüsanter Ausflug zugleich.

Eine Reise ins schöne Ländle

„URLAUB IM ALTERSHEIM“

So lautete eine der Zeitungsüberschriften vor zwölf Jahren, als wir zum ersten Mal einen Urlaubsaustausch zwischen mehreren Vorarlberger Heimen und unserem Haus organisierten. In diesem guten Jahrzehnt ist es, denke ich, überwiegend gelungen, zahlreichen Senioren erlebnisreiche und unvergessliche Tage zu bereiten. Darüber hinaus kann die Urlaubsidee für die älteren Menschen in der Stadt vielleicht eine Hilfe sein, ihre Angst vor dem Leben in einem Senioren- und Pflegeheim abzubauen oder sogar als Chance zu begreifen. All diese Aspekte haben dazu geführt, dass wir für unsere Idee bereits im Jahr 2006 mit dem Innovationspreis der österreichischen Altenpflege ausgezeichnet wurden.
Auch heuer dürfen wir trotz schlechten Wetters wieder auf eine erlebnisreiche Zeit zurückblicken. Der Spaziergang entlang der Schiffe im Hafen von Hard am Bodensee, das Radiomuseum, in dem wir Musik aus der Jugend unserer Senioren über museale Geräte hörten, die anregenden Gespräche beim Besuch eines Buddhistischen Klosters oder die Fahrt mit der Bergbahn auf den Kristberg mit einer Führung in der dortigen Knappenkapelle waren besondere Höhepunkte. Auch die Bodenseeschifffahrt nach Lindau oder die Führung in einer kleinen Vorarlberger Schokoladefabrik ließen uns unvergessliche Urlaubsstunden erleben.
Es ist erstaunlich, in welch kurzer Zeit sich die menschlichen Bindungen zwischen unseren „Sommerfrischlern“ – ob Mitarbeitern oder Bewohnern - vertieften. Einer unserer Mitarbeiter hat den Mehrwert dieser Tage einmal sehr schön zum Ausdruck gebracht als er feststellte, dass wir im Sommerurlaub in kurzer Zeit so viel über das Leben unserer Bewohner erfahren, wie sonst über lange Zeit im Heimalltag nicht. In diesem Sinne war es auch berührend, als eine 89jährige Frau ihr erstes Eis im Leben bestellte oder einer der Urlauber sagte: „So schön wie bei Euch, hatte ich es mein ganzes Leben nie!“
Solche Erfahrungen und Aussagen beschenken uns als Mitarbeiter, stiften sie doch tiefe Freude und Sinn in unserer Arbeit. So danken wir Urlaubsbegleiter unseren Bewohnern für ihr Vertrauen und ihren Mut, sich auf unsere Urlaubsabenteuer einzulassen. Wir danken für ihre Offenheit, mit der sie ihre wertschätzende Haltung zum Ausdruck bringen und ihre Freude teilen.
Im Rückblick waren es einmal mehr wunderbare Tage, die uns alle ein Stück mehr zueinander führten und an die wir noch lange gerne denken.

Fr. Holzknecht mit Sr. Agnes am Hafen

Radiomuseum

Buddhistisches Kloster

Knappenkapelle

Fahrt mit der Bergbahn

Fr. Pittl während der Bodenseeschifffahrt

Vorarlberger Schokoladenfabrik

Sonnenstrahlen genießen

im Hofgarten und bei einem Getränk im Pavillion

Frau Waldeck

Herr Gaupmann

Frau Wollrab

Sobald überall die ersten Blüten sprießen, und man umhüllt wird von verschiedensten Frühlingsdüften, ist ein Besuch im Hofgarten jedes Mal ein Genuss für die Sinne. Diese Schönheit und Farbenpracht der Natur können so manches Gemüt erhellen. Auch eine Stärkung mit Kaffee und Kuchen im Café Pavillion darf bei einem schönen Frühlingstag nicht fehlen. Voll aufgetankt mit Sonnestrahlen machten sich die BewohnerInnen wieder auf den Weg nach Hause.

Frau Bonvecchio

Herr Toggler

Was war los...

STADTTURMBESTEIGUNG

Donnerstag, 2.5.2013 war es wieder so weit. Unsere fleißigen ehrenamtlichen Wäschereimitarbeiter Frau Barbara Juen und Herr Erich Hofer unternahmen mit der Ehrenamtlichenbetreuerin und Seelsorgerin Frau Dorothea Paumgartten und der Leiterin der Wäscherei Frau Monika Schlögl einen kleinen Altstadtausflug.

Dieser Ausflug ist ein Dankeschön für viele Stunden Mitarbeit in der Wäscherei, die Barbara und Erich mit Zusammenlegen von Handtüchern, Wäschesäcken, Lätzchen etc. bei uns im Haus St. Josef verbringen. Gemeinsam bestiegen wir den 51 m hohen Stadtturm, in dem wir die 148 Stufen tüchtig bewältigten.
Oben angekommen, genossen wir das herrliche Panorama mit den einzelnen Stadtteilen von Innsbruck. Sogar in so manchen nett gestalteten Innenhof hatten wir Einblick.
Nachdem wir in der Höhe mehrmals die Runde gegangen waren und dabei auch Wasserspeier, die das Regenwasser ausspucken, begutachtet hatten, marschierten wir wieder hinunter.
In der Nähe des Goldenen Dachls nahmen wir unter den Lauben in einem Eissalon Platz und beobachteten das Treiben im Zentrum von Innsbruck mit Blick auf den Stadtturm.
Mit einer Tüte Eis klang dieser Nachmittag gemütlich aus, noch bevor der Regenguss die Sonne vertrieb.

Monika Schlögl
Leiterin der Wäscherei

Glockenblumen zart und lieblich
wiegen sich am Feldessaum.

Voller Blüten, voller Düfte
steht der alte Lindenbaum.

Nach des Tages Müh und Plage,
nach den Stunden voller Hast

halt ich an der Waldkapelle
bei Maria kurze Rast.

Bitte sie um ihren Segen
für des nächsten Tages Not.

Allerletzte Sonnenstrahlen
spiegeln sich im Abendrot.

Gertrud Thurnbichler Mai 2013

Altstadtführung

mit den MitarbeiterInnen der Wäscherei

Am Donnerstag den 23.5.2013, brachen wir als gesamtes Wäschereiteam auf, um gemeinsam eine Altstadtführung durch Innsbruck zu starten. Nach dem Mittagessen trafen wir uns vor der Hofkirche mit Fremdenführerin Jarnika. Sie machte mit uns einen Spaziergang durch die Altstadt, bei dem sie uns sehr verständlich über das Mittelalter in Innsbruck erzählte und uns einige markante Sehenswürdigkeiten zeigte.
Wir marschierten durch das ehemalige Stadttor vorbei an der Hofburg mit dem schönen Innenhof, gingen durch die kleinste Gasse Innsbrucks und bekamen von Jarnika Erklärungen über den Dom, das Goldene Dachl sowie den Stadtturm. Auch der Flüsterbogen und das Haus des Riesen mit den großen Fenstern interessierten uns sehr. Nach einer sehr interessanten einstündigen Führung, mit für uns vielen neuen Erzählungen über die Lebensweise im Mittelalter, stärkten wir uns im Hofgartencafé bei Eis, Kaffee und Kuchen.

Unser kleiner Ausflug klang gesellig und gemütlich aus.

Wir alle freuen uns schon wieder auf unsere nächste Unternehmung in der zweiten Jahreshälfte.

Ein paar gemeinsame Stunden zusammen fördern die Gemeinschaft und das Arbeitsklima unserer Wäscherei.

Monika Schlögl
Wäschereileiterin

Muttertag

Was täten wir ohne unsere lieben Mütter

Liebe Mütter!
Ihr wart und seid stets die Mitte unserer Familien, der Mittelpunkt, um den sich alles schart.
Es ist Eure Stärke, scheinbar Unverständliches selbst zu verstehen und den anderen in der Familie verständlich zu machen. Den im Familienkreis momentan Geschwächten stärkt Ihr den Rücken, Ihr gleicht Spannungen aus und baut Brücken untereinander.
Ihr seid das Herz in unseren Familien, welches das Leben mehrt und Wärme und Geborgenheit ermöglicht. Selbstloses „Für-den-anderen-da-sein“ ist das Beispiel, das Ihr uns gebt.
In einem Sprichwort heißt es: „Weil der liebe Gott nicht überall sein konnte, schuf er die Mütter.“
Im Rahmen unserer Muttertagsfeier wurden wir uns all Eurer Bemühungen bewusst und wollten dafür „Danke“ sagen. Wir hoffen, es war eine würdige Feier, in der dieses Anliegen zum Ausdruck gekommen ist.

Du hast das Größte mir gegeben:
Mein Dasein, das verdank ich Dir.
Du, Mutter, schenktest mir das Leben,
denn Du hast „JA“ gesagt zu mir.

Du hast mir meine Angst genommen,
denn wenn ich rief, dann warst
Du da.
Du gabst Vertrauen mir ins Leben,
weil ich stets spürte, Du bist nah.

Was Du tatst, kann ich nie vergelten.
Zu klein ist meine Kraft dafür.
Drum kann ich nur das eine sagen:
Hab Dank und Gott vergelt es Dir.

Neue Ehrenamtlichen-Betreuerin

Frau Verena Plank stellt sich vor

Mit Juni 2013 habe ich meine Tätigkeit als neue Freiwilligenbegleiterin im Haus St. Josef am Inn begonnen. Seit meiner Jugend bin ich sozial engagiert und ehrenamtlich tätig – sei es in der Jugendgruppe und im Jugendmessteam, sei es als Begleiterin von Sternsingergruppen oder in der Musikkapelle.

Ich bin in Mühlbachl / Matrei am Brenner zu Hause, habe die HBLA-West in Innsbruck besucht und dann am Management Center Innsbruck das Studium „Soziale Arbeit" absolviert. Durch meine freiwilligen Einsätze im Kongo und in Tansania war es mir möglich, wertvolle persönliche und berufliche Erfahrungen zu sammeln. Diese möchte ich in meiner Arbeit mit Freiwilligen weitergeben. Ich will ihr Engagement fördern und wertschätzen, denn Freiwilligenarbeit wird in unserer Gesellschaft immer wichtiger, ist aber nicht als selbstverständlich anzusehen.
Neben meiner Arbeit im Haus St. Josef am Inn, bin ich auch im Freiwilligenzentrum Tirol tätig und dort Projektkoordinatorin für das Schulprojekt „Zeit schenken" sowie für die Vermittlung und Beratung von Freiwilligen und Einrichtungen zuständig. Ich freue mich sehr auf diese neue persönliche und berufliche Herausforderung.

Verena Plank, BA

EHRENAMT:
Termine für unsere Freiwilligen

Die monatlichen Freiwilligen-Runden starten wieder am 26.09.2013. um 15 Uhr
Verena Plank freut sich schon darauf.

Die gute Tat

Jeden Tag die gute Tat,
mit dem stillen Lächeln,
kleine Hilfen akkurat,
fremde Sorgen schwächeln.

Doch verlange nicht den Dank,
hilf stets mit dem Herzen,
so bleibt deine Seele blank,
und sie strahlt wie Kerzen.

Schau nur in dein Spiegelbild,
es wird dir Stolz bereiten,
die gute Tat, ein Brückenschild,
der Schlaf mag dich gut leiden.

Ehrenamtlichen Ausflug

ins Planetarium Schwaz

Die freiwilligen MitarbeiterInnen des Hauses wurden für die vielen geleisteten Stunden im Dienste unserer BewohnerInnen mit dem alljährlich stattfindenden Tagesausflug belohnt, der uns diesmal ins Planetarium nach Schwaz führte. Auf der Hinfahrt stellte Dorothea Paumgartten mich als neue Freiwilligenkoordinatorin den Anwesenden vor. So hatte ich Gelegenheit, 10 unserer Ehrenamtlichen näher kennen zu lernen. Das Planetarium ist ähnlich wie ein Kino, nur dass es anstatt der Leinwand eine Kuppel hat. Bei der Vorstellung „Ursprung des Lebens" erlebten wir eine Zeitreise durch die Entstehungsgeschichte des Lebens. Neben dem Urknall und dem Beginn von Raum und Zeit konnten wir auch die Entstehung von Sternen und Galaxien und die erstaunlichen Vorgänge, die unseren Planeten Erde geformt haben, sehen. Nach dieser spannenden Reise bekamen wir noch den Sternenhimmel über Tirol, so wie er um Mitternacht aussieht, zu sehen. Enthusiastisch suchten wir den „Großen" und den „Kleinen Wagen", die Milchstraße, den Polarstern und viele andere Sternenbilder.
Gefüllt mit viel Wissen ging es für uns anschließend ins „Schloss Mitterhart", wohin uns Dr. Juranek begleitete, und wir mit einem köstlichen Mittagessen auf der schattenspendenden Terrasse und einem wunderschönen Ausblick verwöhnt wurden. Nach der leckeren Nachspeise traten wir mit vielen beeindruckenden Erlebnissen die Heimreise nach Innsbruck an.

Verena Plank, BA, Freiwilligenkoordinatorin

Hausmittelecke: ZITRONE

CITRUS LIMON

Zitrone enthält viel Vitamin C, Zitonensäure, ätherisches Öl und Pektin. Durch den hohen Gehalt an Vitamin C stärkt sie das Immunsystem, hat zusammenziehende Wirkung und unterstützt das Abschwellen bei Entzündungen.

Der Duft von Zitrone vermittelt ein Gefühl von Frische, fördert die Konzentration und muntert auf.

Zitronen- Fußbad

Vorbereitung:
3 biologische Zitronen, Fußbadewanne, Wasser, Wasserkocher, Messer, 3 EL Meersalz

Anwendung:
Zitronen in Scheiben schneiden, in die Fußbadewanne geben. Meersalz dazu und mit kühlem Wasser aufgießen.

Wirkung:
ableitend, abwehrstärkend, entspannend, erfrischend.

Hilfreich bei geschwollenen Beinen, Einschlafschwierigkeiten, Stress, Kopfschmerzen, Schweißfüßen, Wechselbeschwerden und zur Stärkung der Abwehrkräfte

Halswickel mit Zitrone

Vorbereitung:
1 biologische Zitrone, dünnes Stofftuch und ein Schal

Anwendung:
Zitronen in 4 dünne Scheiben schneiden, auf ein Tuch legen und so falten, dass sich zwischen Haut und Zitrone nur eine Lage Tuch befindet. Kräftig an den Zitronenscheiben drücken, damit der Saft austritt. Halswickel an der Vorderseite des Halses anlegen. Wirbelsäule frei lassen, da die Rückenmarksflüssigkeit längs fließt, und viele Energiebahnen zum Gehirn verlaufen; es könnte sonst zu Schwindel kommen. Wickel mit Schal befestigen. Nach dem Abnehmen des Halswickels Haut mit Öl einreiben und mit einem warmen Schal umwickeln.

Wirkung:
ableitend, entspannend, entzündungshemmend, schmerzlindernd

Hilfreich bei Halsschmerzen, Heiserkeit, Kopfschmerzen und Stress

Beachten Sie!
Zitrone kann Hautreizungen hervorrufen.

Josefs-Blattl

Seelsorge

ABSAMER WALLFAHRT

Am 5. Juni 2013 pilgerten wir wie jedes Jahr zur Mutter Gottes nach Absam.
Pater Wolfgang Heiss feierte mit uns die hl. Messe und Bruder Alois SJ spielte die Orgel.
Beim Kirchenwirt kehrten wir zur Jause ein und die Geschwister Huetz unterhielten uns mit Harfe, Ziehharmonika und Hackbrett.
Herzlichen Dank an die ehrenamtlichen Mitarbeiter und an das Pflegepersonal für ihre Begleitung und Unterstützung.

BewohnerInnen

die neu zu uns gekommen sind

Wir begrüßen die neuen BewohnerInnen

Geschwistertrio

Theresia Mair	WG Anna
Erna Burkhart	WG Anna
Erika Comploj	WG Edith
Wolfgang Frankl	WG Christoph
Maria Freund	WG Claudia
Anna Fink	WG Tanja
Anita Jahn	WG Tanja
Hilde Prantl	WG Claudia
Ingeborg Tilgner	WG Margrit
Franz Löb	WG Margrit
Herta Pichler	WG Anna
Margaretha Sauerwein	WG Christoph
Theresia Holzknecht	WG Claudia
Ingeburg Lottner	WG Christoph

Frau Jahn und Frau Holzknecht

Geburtstagsfeier

im Monat April

wir dürfen auch Herrn Dr. Juranek zum 50er gratulieren

Frau Knopfhart

Frau Tschugg

Herr Mitterer

Frau Katstaller

Herzlichen Glückwunsch

den April Geborenen

Frau Huber

Herr Schermann

Frau Dunst

Frau Pittl

April	
Norbert Schermann	68 Jahre
Helga Roseneder	94 Jahre
Maria Dunst	92 Jahre
Roswitha Tschugg	70 Jahre
Friedrich Ostermünchner	61 Jahre
Maria Pittl	94 Jahre
Brigitta Hochenburger	70 Jahre
Anna Huber	93 Jahre
Josef Mitterer	71 Jahre
Dorothea Knopfhart	45 Jahre
Adolf Smole	75 Jahre
Süleyman Zaman	88 Jahre
Wolfgang Frankl	52 Jahre
Anna Falch	83 Jahre
Waltraud Falch	83 Jahre
Paulina Katstaller	90 Jahre

Geburtstagsfeier

im Monat Mai

Frau Pleyer

Frau Bader

Frau Gaim

Herr Dr. Wett

Frau Schaller

Frau Prantl

Herzlichen Glückwunsch

den Mai Geborenen

Herr Auer

Frau Schönherr

Frau Fiala

Mai	
Elfriede Fiala	83 Jahre
Annelies Schauer	70 Jahre
Alois Lackner	70 Jahre
Hilde Prantl	84 Jahre
Erich Auer	53 Jahre
Herta Linster	96 Jahre
Robert Auer	64 Jahre
Margaretha Böhm	89 Jahre
Gertrud Haas	92 Jahre
Johann Stummer	63 Jahre
Charlotte Bader	87 Jahre
Iris Hohenecker	80 Jahre
Anna Schaller	94 Jahre
Dr. Alfred Wett	82 Jahre
Maria Grasl	91 Jahre
Viktor Müller	71 Jahre
Waltraud Gaim	86 Jahre
Margaretha Schönherr	84 Jahre
Anna Pleyer	88 Jahre
Anna Hall	86 Jahre
Helmut Renner	56 Jahre

Geburtstagsfeier

im Monat Juni

Frau Freund

Frau Tilgner

Frau Zitta

Frau Karrer

Musikant Hr. Franz Webhofer

Frau Mair

Herzlichen Glückwunsch

den Juni Geborenen

Frau Ullmann

Frau Danner

Frau Jonach

Herr Gaupmann

Juni	
Maria Freund	91 Jahre
Ing. Karl Krisperl	79 Jahre
Hermann Klenner	71 Jahre
Rosa Danner	82 Jahre
Ingeborg Tilgner	84 Jahre
Maria Sowa	73 Jahre
Stephan Pfitscher	63 Jahre
Maria Karrer	91 Jahre
Magdalena Mair	63 Jahre
Josefine Künz	91 Jahre
Gertraud Zitta	87 Jahre
Brigitta Ullmann	83 Jahre
Manfred Gaupmann	72 Jahre
Johanna Lair	96 Jahre
Helga Jonach	77 Jahre

BLITZLICHTER

UNSERES HAUSES

Abschied von Sr. Edmundis

Frau Haselwanter und Frau Freund

Ausflug Stift Stams

Frau Knopfhart

Frühlingskonzert mit Viller Chor

Frau Unterwaditzer

Herr Wolaschko

Frau Punz

Wir gedenken

unserer Verstorbenen seit April 2013

Von guten Mächten wunderbar geborgen

erwarten wir getrost, was kommen mag.

Gott ist mit uns am Abend und am Morgen

und ganz gewiss an jedem neuen Tag.

APRIL	
Jutta Berchtold	+ 09.04.2013
Dipl. Ing. Heinrich Heiss	+ 13.04.2013

MAI	
Karl Weidinger	+ 07.05.2013
Josefine Haberfellner	+ 10.05.2013
Dr. Wolfgang Mayr	+12.05.2013
Heriberta Scherkl	+24.05.2013

JUNI	
Norbert Schermann	+ 08.06.2013
Walter Schultes	+ 20.06.2013

Mehr Fotos, Informationen und alle Ausgaben des Josefsblattl auf www.haus-sanktjosef.at

Haus St.Josef am Inn