№. 47

sankt.josef

Haus St. Josef am Inn: Das Leben begleiten und mehren

Haus St.Josef am Inn

Solange sie sich
gegenseitig
Achtung und Sanftmut
bezeugen, wird ihr
Haus ein Paradies sein.

Hl. Vinzenz von Paul

Zeitschrift des Haus St. Josef am Inn

Inhalt

Das Leben begleiten
und mehren.

01 Einblicke

Vorwort 05
zeit.zeichen 06
Corona 07
Auszeichnung 12

02 Tagesgestaltung

Aktivitäten 18
Fasching 21
Ostereier 22
Eindrücke 23

03 Seelsorge

Geistliches Wort 26
Aktuelles 23
Abschied Pater Arok 32
In memoriam 33

04 Sonstiges

Ehrenamt 36
seiner.zeit 38
Geburtstage 40
Blitzlichter 47

Eigentümer und Verleger

Haus St. Josefam Inn GmbH
Senioren- und Pflegeheim
Innstraße 34 6020 Innsbruck
Telefon: 0512/22445 Fax: 0512/22445/4099
Mail: rezeption@haus-sanktjosef.at www.haus-sanktjosef.at

Redaktionsteam

Mag. Dr. Christian Juranek, Lic. theol. Sibylle Geister-Mähner, DGKP Sr. Agnes Pucher, DGKP Christoph Hain, Monika Schlögl, Lydia Apperl, Mag. Andreas Geisler MA
Änderungen, Druck- und Satzfehler sowie Irrtümer vorbehalten
Aus Gründen der leichteren Lesbarkeit wird die männliche Sprachform bei personenbezogenen Substantiven und Pronomen verwendet. Entsprechende Wörter sind im Sinne der Gleichberechtigung als geschlechtsneutral zu verstehen.

Druck

flyeralarm

Layout und Satz

Sebastian Juranek

Vorwort

Mag. Dr. Christian Juranek · Geschäftsführer

Liebe Freunde des Haus St. Josef am Inn!

Mit zwei Gesichtern präsentiert sich das erste Quartal 2020. Zum einen ist es gelungen, lang andauernde Probleme zu lösen, zum andern hat sich eine neue Herausforderung ungeahnten Ausmaßes aufgetan.

Corona

Das Virus hat einen völligen Umbau unseres Heimlebens nach sich gezogen. Vieles, was uns wichtig war, wurde zugunsten der Sicherheit umgekrempelt oder auf Zeit ganz aufgegeben. Der stv. Pflegedienstleiter eines Heimes mit Coronaerfahrung war bei uns. Er hat uns eindrücklich gewarnt: „Passt auf! Keine Vorsichtsmaßnahme, keine Anstrengung, kein Verzicht, kein Leid im Vorfeld ist so groß wie das, was Euch erwartet, wenn Corona Einzug hält. Corona hat innerhalb von 2 Wochen das Ende unseres Heimes bedeutet.“ Im Haus St. Josef am Inn sind bis jetzt ALLE (!) Corona frei! Unsere Mitarbeiter sind außerordentlich diszipliniert. Wir bitten auch die Angehörigen, geduldig zu bleiben und keinen Besuchsdruck aufzubauen. Unser gemeinsames Ziel muss es sein, diese Krise heil und gesund zu überstehen.
Neben Corona zeigt sich das erste Quartal aber auch mit einem sehr freundlichen Gesicht.

Tagsätze 2020

Zum ersten Mal seit 1975, seit dem die Barmherzigen Schwestern das Heim unserer Stiftung anvertraut haben, wurden uns dieselben Tagsätze genehmigt wie den städtischen Heimen. Ein freudiger Erfolg Jahrzehnte langer Anstrengungen, der uns hoffnungsvoll in die Zukunft blicken lässt.
Familienfreundlichstes Unternehmen Tirols
Unser Bemühen um einen harmonischen Arbeitsalltag drückt sich in der jüngsten Auszeichnung aus, die wir im Februar verliehen bekommen haben. Wir dürfen uns nun als das familienfreundlichste Wirtschaftsunternehmen im Non-Profit-Bereich in der Kategorie ab 101 Mitarbeitern bezeichnen. Eine große Auszeichnung für uns alle!

Danke!

Mein Dank gilt allen, die die Corona Notzeit geduldig und solidarisch mittragen, allen Verantwortungsträgern für die neuen wirtschaftlichen Voraussetzungen und allen, die dazu beigetragen haben, uns zum familienfreundlichsten Unternehmen Tirols zu entwickeln. DANKE!

Herzlich, Ihr

Christian Juranek

zeit.zeichen

Kolumne im sankt.josef

Liebe Leserinnen und Leser!
Die Gedanken dieser Kolumne stammen von Prof. Winfried Werner Linde, der seit 2017 in unserem Haus wohnt. Er ist Journalist, Kolumnist und Schriftsteller und hat sich dankenswerter Weise bereiterklärt unsere Zeitschrift sank.josef durch seine Beiträge und Gedanken unter der Kolumne zeit.zeichen zu bereichern. Wir wünschen viel Freude beim Lesen und Überdenken der tiefsinnigen und philosophischen Gedanken.

ANDERLEBEN

Stille – Schweigen – Isolation.
Über alles einmal nachdenken.
Ein Leben,
viele Fragen, viele Fehler,
viel Glück und viel Leid,
leuchtende Augen,
glänzende Tränen.
Was mag das alles sein?
Die Seele sorgt sich um den Körper.
Sie hat viele Erfahrungen.
Sie hat ein ANDERLEBEN.
Holz atmet,
Zweige neigen sich,
Stacheln verlieren die Peinigungskraft.
Ein Stein veredelt sich
zum Diamanten des Geistes.
Er sucht Heimat, wie die Hunderttausenden.
Der Wind trägt die Lieder der Liebe weiter.
Schaut auf Euch, damit Ihr die Kraft habt,
den Nächsten zu entdecken und zu helfen.
Liebe den Nächsten, wie dich selbst.
Es ist, was es ist – Gottes Nähe!
So seid einfach, wie Ihr seid!

Prof. Winfried Werner Linde

Gedanken der Pflegedienstleitung

DGKP Sr. Agnes Pucher · Pflegedienstleitung

Liebe Bewohner, Angehörige und Mitarbeiter!

Ich hoffe, dass beim Erscheinen dieser Ausgabe des sankt.josef die momentan alles beherrschende Corona Krise an allen schadlos vorüber gegangen ist. Wir leben in einer Zeit, in der alles machbar und lösbar ist und eine auf jährlichen Gewinn ausgerichtete Wirtschaft vorherrscht. Jetzt beeinflusst etwas unser Leben, das man weder sehen noch riechen kann. Es ist nicht fassbar und scheint auf den ersten Blick auch nicht gefährlich. Erst als von politischer Seite Maßnahmen angeordnet wurden, welche unser tägliches Leben zu beeinflussen begannen, wurde bewusst, dass da etwas ist, was uns bedroht. So selbstverständliche Dinge wie, jederzeit einkaufen gehen zu können, Urlaubs- und Flugreisen, Veranstaltungs- und Freizeitangebote wurden eingeschränkt. Das Ziel ist, die Weiterverbreitung des Virus zu verhindern, der vor allem für ältere Menschen gefährlich ist. Ansprüche und Erwartungen, die immer so selbstverständlich erfüllt wurden, sind plötzlich nicht mehr möglich. Wenn ich mit jenen Heimbewohnern rede, die den Krieg und die Nachkriegsjahre erlebt haben, wird mir bewusst, dass es vieles damals gar nicht gegeben hat, was uns heute so wichtig und lebensnotwendig erscheint. Uns beeinflusst jetzt vor allem unser Freizeitverhalten. Vor Jahrzehnten waren noch der Kampf ums Überleben und dann die Anstrengungen zum Wiederaufbau vorherrschend. Und die angeordnete Ausgangssperre kenne ich immer nur in Verbindung mit Kriegsberichten oder Unruhen. Insofern bin ich eigentlich dankbar, dass ich diese Situation in einer so stabilen Zeit erleben kann. Trotz Einschränkungen fehlt es an nichts Lebensnotwendigem, die wichtige Infrastruktur funktioniert, und es wird für alles Notwendige gesorgt. Vielleicht können wir aus der Krise etwas mitnehmen und einen Schritt zurückgehen. Unseren Konsum und auch so oft gelebten Egoismus sollten wir zugunsten positiver und ehrlicher Beziehungen zueinander eintauschen, in denen jeder bereit ist, Verantwortung für andere zu übernehmen. Und wenn auch nur ein kleiner Teil damit beginnt, kann es vielleicht so ansteckend sein wie ein Virus. In diesem Sinne wünsche ich mir eine hohe Ansteckungsrate.

Corona-Krise

„Könnten Sie mir bitte meine Mutter ans Telefon bringen? Ich möchte so gerne wieder einmal ihre Stimme hören," solche und ähnliche Anrufe sind momentan in unserem Heim an der Tagesordnung. Zur Zeit des Redaktionsschlusses unserer neuen Ausgabe des sankt.josef sind wir mitten in der Corona-Krise. Wir stehen einer noch nie da gewesenen Situation gegenüber, die alle Lebensbereiche und alle Bewohner des Landes betrifft. Ausgangsbeschränkungen, Reduzierung der Sozialkontakte auf ein Minimum, Schulen und Universitäten sind geschlossen, das öffentliche Leben kommt zum Erliegen, das alles erzeugt schon ein merkwürdiges Gefühl. Die Risikogruppe mit der höchsten Gefahr schwerwiegender Folgen sind insbesondere alte und kranke Menschen. Daher folgen wir natürlich zum Schutz unserer betagten und kranken Bewohner den Anordnungen und Empfehlungen der Behörde und haben folgende Maßnahmen beschlossen:

MASSNAHMENPAKET:

- Keine Besuche mehr von Angehörigen und Bezugspersonen (außer bei sterbenden Bewohnern)
- Keine Besuchsdienste von Ehrenamtlichen
- Keine Ausflüge mehr aus dem Haus
- Keine Veranstaltungen mehr mit Gästen, die ins Haus kommen
- Im Haus finden nur mehr kleine Veranstaltungen mit der Einhaltung des notwendigen Sicherheitsabstandes statt
- Das Inncafé ist nur mehr für Bewohner geöffnet
- Mitarbeiter sind angehalten, ihre sozialen Kontakte auf das familiäre Umfeld zu minimieren
- Mitarbeiter sind angehalten, so weit wie möglich, keine öffentlichen Verkehrsmittel zu benützen
- Im Haus wurden zudem die Hygienevorschriften

Vielen fällt das Besuchsverbot naturgemäß nicht leicht und nicht alle haben die rigorosen Schutzmaßnahmen zunächst verstehen wollen. Ziel ist es aber, zum einen die Infektionsprävention in unserer Pflegeeinrichtung sicherzustellen, zum anderen die pflegerische Versorgung aufrechtzuerhalten. In dieser extrem belastenden Situation leisten viele Mitarbeiter in unserem Haus über das normale Maß hinaus Großartiges. Ihnen gilt es, DANKE zu sagen. Weiters gilt den Angehörigen zu danken, die die Maßnahmen verstehen und mittragen. Gerade unter solchen Umständen wird der besondere Wert der pflegerischen Tätigkeit deutlich. Wir hoffen, dass in unserm Land die Zahl der Infizierten abnimmt und wir bald wieder zum vertrauten Alltag zurückkehren können.

Schau auf dich / Schau auf mich

Initiativen in der Zeit der Quarantäne

Auf einmal ist alles anders. Wohl niemand in unserem Haus hätte im Februar gedacht, dass unser Haus ca. einen Monat später von der Außenwelt isoliert ist. Aufgrund der Coronavirus-Situation sind keine Besuche, auch nicht von den engsten Angehörigen, mehr erlaubt. Ebenso sind durch die Quarantänesituation Spaziergänge und Ausflüge von Heimbewohnern nicht mehr möglich. Viele Bewohner machen sich Sorgen und fragen sich, wie es den Kindern und Enkelkindern wohl geht. Und auch die engsten Angehörigen fragen sich immer wieder, ob ihre Mutter oder ihr Vater wohlauf und gut versorgt sind und auch verstehen, warum sie auf einmal nicht mehr kommen. Haben die Pfleger genügend Ressourcen und ist mein geliebter Mensch in Gefahr, angesteckt zu werden? Sowohl Bewohner als auch Angehörige und Mitarbeiter stehen vor einer neuen Situation. Trotz der vielen schlechten Nachrichten, die mitunter auch Angst und Unsicherheit erzeugen, gibt es auch positive Seiten. Unter den Mitarbeitern entstehen viele neue kreative Ideen und Initiativen. Trotz der nicht einfachen Situation und der vielen Einschränkungen soll der Alltag für die Senioren und Mitarbeiter so schön und „normal“ wie möglich gestaltet werden. Einige dieser besonderen Aktionen seien hier kurz vorgestellt:

Zeitschenken / Kontakte knüpfen

Viele Fragen und Unsicherheiten tauchen bei den Bewohnern auf und so haben sie das Bedürfnis, jemanden zum Reden zu haben. Die pflegenden Mitarbeiter, die Tagesgestaltung und die Seelsorge achten so besonders darauf, dafür noch mehr Zeit zu haben und einfach da zu sein. Über Telefon wird mitunter immer wieder der Kontakt zu den Angehörigen hergestellt. Wer kein Handy hat, dem hilft das Personal aus.

Tagesgestaltung unterwegs

Die Tagesgestaltung hat ebenso ihr Programm der besonderen Situation angepasst. Unter dem Motto die „Tagesgestaltung unterwegs“ werden die Bewohner in ihren Wohngruppen besucht. Mit kleinen Aktionen und Angeboten wird Freude und Abwechslung geschenkt. Es wird gesprochen, gebastelt, gesungen, gespielt und gelesen.

Postkartenaktion

In dieser herausfordernden Zeit ist ein Gruß, bei dem man spürt, dass man miteinander verbunden ist, etwas ganz Wichtiges. Gerade in der hochtechnisierten Gesellschaft gewinnt das geschriebene Wort an Bedeutung. Unter dem Motto „Ich denke an dich“ – „Du denkst an mich“ wurde eine Postkartenaktion gestartet. Die Bewohner senden ihren Angehörigen eine Grußkarte. Die Angehörigen sind ihrerseits eingeladen, die beiliegende Antwortkarte zurückzusenden. Billets, Postkarten, Kuverts und Porto werden vom Haus zur Verfügung gestellt.

Die Haus St. Josef am Inn Video-Telefonzelle

Am Telefon nicht nur die vertraute Stimme zu hören, sondern auch das Gesicht vor sich zu haben, einem Menschen direkt in die Augen zu schauen, das ist schon etwas ganz Besonderes. Dank der Videotelefonie ist dies möglich. Wir haben eine eigene „Telefonzelle“ im St. Nikolausstüberl für diesen Zweck ins Leben gerufen. Auf dem großen Bildschirm sind sich die Bewohner und deren Angehörige gleich viel näher. Für viele Heimbewohner ist diese Technik absolutes Neuland. Für ca. 15. Minuten kann so ungestört nach Herzenslust geplaudert werden.

Wechselnde Ausstellungstafeln

Mit interessanten Bildern und Informationen kreiert die Tagesgestaltung in der Halle einen Ort, der zum Schauen, Staunen und zu Gesprächen einlädt. Wöchentlich werden diese Schautafeln neu gestaltet.

Dem Frühling entgegen

Unsere drei großen Terrassen laden die Bewohner zum Verweilen und Genießen ein. So können bei herrlichem Frühlingswetter frische Luft, Sonne und die erwachende Natur trotz Quarantäne genossen werden.

Einkaufen im Haus

Das Ladl auf Radl bietet in unserem Haus das Einkaufserlebnis vor der eigenen Zimmertür. Ausgestattet mit so manchen Notwendigkeiten des Alltags wird es von Frau Monika Schlögl chauffiert und bietet gerade in Zeiten der Corona-Krise somit das etwas andere und sichere Shoppingerlebnis im Haus. Zudem wurde ein Bringdienst von Zigaretten eingerichtet.

Gottesdienste/ Ostern

Bedingt durch die Corona Krise mussten auch in unserem Haus die gemeinschaftlichen Gottesdienste in der Hauskapelle eingestellt werden. Es wird aber von der Seelsorge für jede Wohngruppe einmal in der Woche eine kleine Andacht gestaltet. So versuchen wir, unter den gegebenen Umständen auch ein Stück weit Ostern werden zu lassen. Die Teilnehmer an den Andachten bekamen gesegnete Palmzweige mit auf das Zimmer. Ein Ostergruß in Form einer extra gestalteten Karte und eines Primelstöckchens für jeden Bewohner und jeden Mitarbeiter im Haus soll ein Zeichen dafür sein, dass Ostern ein Fest des neuen, aufblühenden Lebens ist.

Familienfreundlichster Betrieb Tirols 2019

Die Auszeichnung „Familienfreundlichster Betrieb“ wird alle zwei Jahre vom Land Tirol vergeben. 54 Unternehmen traten gestaffelt nach Betriebsgröße in fünf Kategorien an. Von einer Jury wurden Arbeitszeit und -ort, Karenz und Wiedereinstieg, Weiterbildung, familienfreundliche Maßnahmen sowie Informationspolitik und Unternehmenskultur bewertet. Es ist für uns eine besondere Freude, dass wir in der Kategorie „Non-profit Unternehmen“ mit dem Haus St. Josef am Inn den ersten Platz erreicht haben. Am 17. Februar 2020 konnten wir von Familien- und Wirtschaftslandesrätin, Patrizia Zoller-Frischauf, die Siegerurkunde in Empfang nehmen.

„Das Leben begleiten und mehren“, seit über 140 Jahren ist dies ein Grundauftrag unseres Hauses. Dieses Leitmotiv soll nicht nur für unsere Bewohner gelten, die uns anvertraut sind, sondern auch für unser Fachpersonal. Kinder, Haushalt und Beruf unter einen Hut zu bringen, das ist für arbeitende Menschen oft nicht einfach. So ist uns eine familienfreundliche und lebensphasen-orientierte Personalpolitik sehr wichtig. Der Frauenanteil an Mitarbeitern in einem Pflegeheim ist allgemein sehr hoch. In Zeiten akuten Mangels an pflegenden Fachkräften ist es für unseren Betrieb mit Langzeitpflege deshalb ein Anliegen, für Mitarbeiter Voraussetzungen zu schaffen, Beruf und Familie besser zu vereinbaren und den Einstieg nach der Karenzzeit zu erleichtern. Eine Dienstplangestaltung, die auf die familiäre Situation Rücksicht nimmt, sowie die Möglichkeit eines Kinderbetreuungsplatzes im nahegelegenen Kindergarten sind dabei nur zwei von mehreren Anreizen unserer familienfreundlichen Personalpolitik. Wenn unser Fachpersonal erfährt, dass ihre familiäre Situation wahrgenommen und darauf individuell reagiert wird, wirkt sich dies positiv auf die Motivation und die Zufriedenheit aus. Wir sehen das verliehene Qualitätssiegel nicht nur als ein Zertifizierungsverfahren, das den Status Quo der Familienfreundlichkeit und der Mitarbeiterorientierung im Unternehmen erhebt, sondern es gilt auch als Anstoß zu weiteren Akzenten und Maßnahmen innerhalb der Organisationsstruktur.

Familienfreundlichkeit im Spannungsbogen

Mit der Vereinbarkeit von Beruf und Familie sind nicht nur Mütter und Väter konfrontiert, sondern auch Beschäftigte, die Angehörige zu Hause pflegen. Mit zunehmender Lebenserwartung wird der Anteil der Pflegebedürftigen steigen. Gleichzeitig wird es weniger Nichterwerbstätige geben, die die Pflege übernehmen können. Die Kombination von beruflicher Arbeit und Pflege ist deshalb ebenfalls von zunehmender Bedeutung. So sehen wir unsere familienfreundliche Personalpolitik im Spannungsbogen zwischen Karenz, Kinderbetreuung und der Pflege der eigenen Angehörigen. Folgende Maßnahmen sind uns deshalb besonders wichtig:

- Wert der Familie sehen: Der Wert der Familie kann gar nicht hoch genug eingeschätzt werden. Ein familienfreundliches Betriebsklima, das den Wert der Familien sowie die Bedeutung von Familienaufgaben anerkennt, das Müttern, Vätern und Pflegenden erlaubt, ihre Bedürfnisse im Betrieb zu artikulieren, bildet die Grundlage unserer gesamten Maßnahmen.
- Arbeitszeitgestaltung: Flexibel kann auf die familiäre Situation im Anstellungsausmaß eingegangen werden.
- Dienstplangestaltung: Es wird stets versucht, auf die jeweilige familiäre Situation Rücksicht zu nehmen.
- Angebote der Fortbildung: Das Angebot der Fortbildung in unserer Academy während der Karenz und ein rascher Wiedereinstieg nach der Geburt des Kindes durch Elternteilzeit ermöglicht den Mitarbeiter/innen, sich ein hohes Maß an Fachkompetenz zu erhalten.
- Urlaubsplanung: Ferien- und schulfreie Zeiten der Kinder werden berücksichtigt.
- Kinderbetreuungsplatz: Wir haben eine Kooperation mit dem nahegelegenen Kindergarten und dem Kaiserhort. Hier steht unseren Mitarbeitern die privilegierte Aufnahme ihrer Kinder zur Verfügung.
- Väterkarenz: Möglichkeit der Väterkarenz; diese soll noch stärker im Bewusstsein verankert werden.

- Pflege von Angehörigen: Mitarbeiter/innen können, jeweils monatlich der Situation angepasst, mit dem Anstellungsausmaß variieren. Zudem wird auch hier in der Dienstplangestaltung Rücksicht genommen. Durch Knowhow, die Bereitstellung von Pflegematerialien, wie zum Beispiel Rollstühlen oder Rollatoren, und durch die Möglichkeit eines Kurz- oder Langzeitpflegeplatzes in der Betreuungseinrichtung erfahren pflegende Mitarbeiter eine weitere Unterstützung.
- Kontakt: Der Betriebsrat steht den karenzierten Mitarbeiterinnen durch Information und Gespräch zur Seite und erleichtert dadurch auch den Wiedereinstieg.
- Solidarität: In besonders schweren Situationen gibt es immer wieder Solidaritätsaktionen des gesamten Betriebes zur finanziellen Unterstützung Einzelner. Der unter den Mitarbeitern gesammelte Betrag wurde/wird durch den Betrieb verdoppelt und dem Mitarbeiter in einer wohlwollenden Haltung und in ansprechendem Rahmen überreicht.
- Weitere Maßnahmen: Private Nutzung von Firmeneigentum (z.B. Heimbus), vergünstigter Personaleinkauf, Zuwendungen für Heilmassagen und in besonderen Härtefällen durch den Betriebsrat;

So hoffen wir sehr, dass diese familienfreundlichen Maßnahmen die Vereinbarkeit von Familie und Beruf erleichtern. Weiters sind wir stets darum bemüht, uns fortlaufend zu diesem Thema Gedanken zu machen.

Zeitschrift des Haus St. Josef am Inn

SCHLUSS mit Stress! ZEIT für etwas mehr Entspannung im LEBEN!

„Stress ist eine der größten Gesundheitsgefahren des 21. Jahrhunderts!“ – sagt die Weltgesundheitsorganisation (WHO). Stress ist eine natürliche körperliche Reaktion auf psychische oder körperliche Belastungen. Im Gegensatz zu „normalen“ Stresssituationen hat hingegen Dauerstress negative Auswirkungen auf nahezu alle Organsysteme. Obwohl die körperlichen Vorgänge in Stresssituationen bei allen Menschen beinahe gleich ablaufen, wird Stress von jedem Menschen anders empfunden und interpretiert. Erst wenn Stress im Übermaß auftritt, und der Organismus keine ausreichenden Möglichkeiten zur Entspannung mehr hat, wird er zu einem Gesundheitsrisiko. Im Folgenden finden Sie ein paar wertvolle Tipps im Umgang mit Dauerstress:

- Die Natur kennt unterschiedliche Rhythmen (Tag-Nacht, Jahreszeiten, etc.). Geben auch Sie Ihrem Leben eine Struktur: Achten Sie auf eine gezielte Schlafhygiene und einen regelmäßigen Schlafrhythmus. Auf intensive Arbeitsphasen sollten Phasen der Erholung folgen - auch kleine Erfolge unterschiedlicher Art sollten Sie genießen. Bringen Sie Ihren Körper – Ihren Geist (Ihre Seele) – Ihr persönliches soziales Leben in Balance!
- Nehmen Sie sich Zeit für SICH und notieren Sie alltägliche Belastungen und Ängste in ein schönes farbenfrohes Buch und finden Sie Lösungsansätze dazu. Jedes Problem zeigt bei genauerer Betrachtung oft viele und unterschiedliche Lösungsansätze!
- Persönliche Ressourcen, wie Freunde und Familie, sinnerfüllende Lebensaufgaben, Religion und Glaube, Ruhe und gezielte Pausen wirken stressreduzierend.
- Achten Sie ebenso auf eine ausgewogene Ernährung (regionale und saisonale Produkte), geben Sie Ihrem Körper – mit Hilfe von sportlichen Aktivitäten (Spazieren, Wandern, Joggen, etc.) – die Möglichkeit, Stresshormone abzubauen!
- Bestehender Zeitdruck - realistisches Zeitmanagement: Konzentrieren Sie sich auf die wirklich wichtigen Alltagsaufgaben und lassen Sie Nebensächlichkeiten auch einmal - ohne ein schlechtes Gewissen zu verspüren - links liegen. Planen Sie zudem aber auch bewusst Phasen der Entspannung in Ihren Tageskalender ein.

Finden Sie Ihre „persönliche Oase der Entspannung“ und nehmen Sie sich bewusst Zeit dafür!

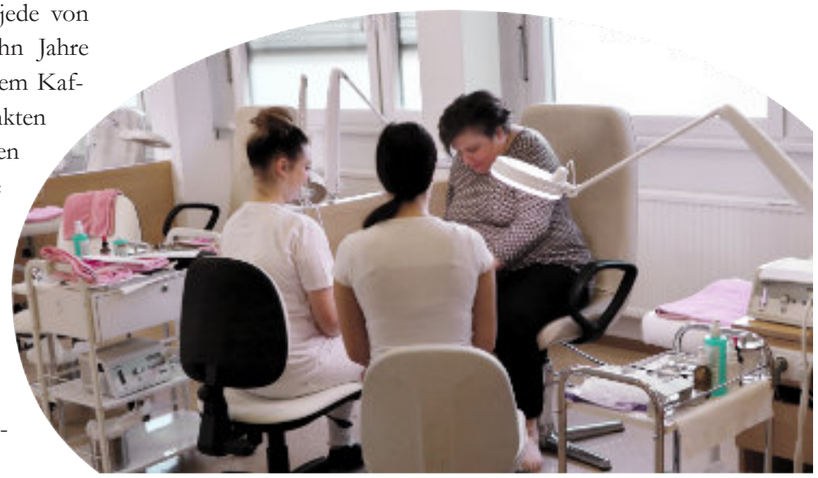
Alt machen
nicht die Jahre
und auch nicht die
grauen Haare.
Du bist erst alt, wenn
du den Mut verlierst
und dich für nichts
mehr interessierst.

unbekannter Autor

Aktivitäten der Tagesgestaltung

Schönheitspflege für unsere Bewohner

An einem sonnigen Freitag im Jänner besuchten wir die Tiroler Fachberufsschule für Schönheitsberufe (Ernährung, Schönheit, Chemie und Medien). Zu Beginn wurden wir von den jungen Schülerinnen herzlichst willkommen geheißen. Danach teilten wir uns in zwei Gruppen. Einige Bewohner durften die Fußpflege in Anspruch nehmen. Andere wiederum gingen in den sogenannten Wellnessbereich für Gesichtspflege. Wir wurden mit einer Gesichtsbehandlung verwöhnt, die die Reinigung der Haut, Harzen, Augenbrauenzupfen, Augenbrauen- und Wimpernfärben, Peeling, Maske und Gesichtsmassage beinhaltete. Nach diesen Behandlungen fühlte sich jede von uns um mindestens zehn Jahre jünger! Bei anschließendem Kaffee und Kuchen bedankten wir uns herzlich bei den jungen Damen für die fachmännische und freundliche Betreuung. Danke auch den Ehrenamtlichen, die uns begleiteten und ohne die so ein besonderer Nachmittag nicht möglich gewesen wäre.



Ausstellung „Gestaltungspreis für LAP-Stücke des Tischlerhandwerks“

Es gehört schon zur Tradition, dass Mittwoch unser Ausflugstag ist. Wir von der Tagesgestaltung versuchen, immer wieder neue Plätze zu entdecken, die für unsere Bewohner interessant sind. Dieses Mal besuchten wir die Hypo Bank Tirol, um die schönen Ausstellungsstücke der Tiroler Tischlergesellen zu bewundern. Schlicht und trotzdem mit einer ganz besonderen Note gestaltet, besichtigten wir die Kästchen und Vitrinen – Holz mit Glas kombiniert. Anschließend gab´s noch die immer gern angenommene Kaffeejause in der Eingangshalle der Hypo Bank.

Spaziergang auf den Bergisel

Eine Runde um das Andreas Hofer Denkmal, ein herrlicher Blick über Innsbruck und eine Einkehr in das Restaurant 1809 waren dieses Mal Ausflugsziel an einem Mittwochnachmittag. Im Lokal nahmen wir in einem für uns reservierten Stüberl Platz. Umgeben von einem wunderbaren Bergpanorama genossen wir bei Kaffee und Torten die schöne Aussicht. Eine Bewohnerin erklärte uns die Namen aller Bergspitzen, die sie schon einmal bestiegen hatte. Schöne Erinnerungen wurden dabei wach.

Besuch der Konditorei Ritzer

An einem sonnigen Nachmittag tauchten wir in eine traditionelle Kaffeehausatmosphäre ein. Unser Ziel war die Konditorei Ritzer in der Reichenau mit ihrer klassischen Einrichtung – runde Tische, kleine Stühle. Der kleine Raum war nur mit unseren Bewohnern gefüllt und es herrschte rege Unterhaltung bei Kirchtagskrapfen, Kuchen und Torten. So manche Bewohnerin erinnerte sich wieder, wie sie vor Jahren genau in diese Konditorei bei einem Hochzeitsbrauch, dem Brautstehlen, entführt wurde. Andere wiederum erzählten von schönen Sonntagnachmittagen mit ihrem Partner. Es war wieder einmal ein gelungener Ausflug.

Modellbahn Innsbruck

Ende Jänner wurden wir vom Modellbahnverein Innsbruck eingeladen, die liebevoll gestaltete Kleinbahnanlage zu besichtigen. Die anwesenden Vereinsmitglieder erzählten von ihren Tätigkeiten an der Anlage. Immer wieder wird die Landschaft umgebaut, werden Burgen errichtet und neue Schauplätze für Besucher gestaltet. Neben der Landschaftsgestaltung wird auch an der Elektronik getüftelt. Dabei ist viel Feingefühl erforderlich. Wir alle staunten über die wunderschöne Bahnanlage.

Auf den Spuren des Malers Josef Anton Koch

Josef Anton Koch war ein österreichischer Maler der Biedermeierzeit. Derzeit sind einige Ölgemälde von ihm im Tiroler Landesmuseum Ferdinandeum zu sehen. Im Zuge einer Führung unter dem Motto „Geschichten vor Bildern“ durch Historiker, Herrn Manfred Schwarz, hatten interessierte Bewohner die Möglichkeit, das Bild „Macbeth und die Hexen“ aus dem Jahr 1835 unter die Lupe zu nehmen. Gemeinsam mit Herrn Schwarz entdeckten unsere Bewohner viele Details, die das Bild mit dem Motiv aus Shakespeares Bühnenstück zeigt: heftige Wolkenformationen, das stürmische Meer und der Hexenzug. Es war eine sehr informative und interessante Stunde.

Osterfestival Tirol

An 40 Orten findet in der Fastenzeit 40 Tage lang täglich (außer sonntags) eine halbe Stunde, jeweils um 15 Uhr, Zeit des Innehaltens statt. Mit Musik und Text steht heuer das Thema „Frieden“ auf dem Programm. Der erste Ort dieser Veranstaltungsreihe war unser Haus St. Josef am Inn. Harald Oberlechner musizierte gemeinsam mit seinem Sohn Valentin (Zither und Blockflöte). Herr Gerhard Crepaz las zwischen den einzelnen Musikstücken besinnliche Texte vor. Alle Zuhörer lauschten gespannt. Die Musik begeisterte so, dass Herr Oberlechner mit seinem Sohn noch eine Zugabe spielte. Wunderbar! Es war ein sehr schöner Nachmittag mit kulturellem Inhalt.

Dem Frühling entgegen

Um den Frühling zu begegnen, fuhren wir zum Hödnerhof nach Mils, wo wir durch die großen Hallen, gefüllt mit herrlichen Frühlingsblumen und Kräutern spazierten. Sogar die eine oder andere Biene hatte sich in die Halle verirrt und holte Nektar von den Primeln. Bevor wir die gelben, roten, rosa, lila und weiß blühenden Blumen verließen, kehrten wir in der Kaffeeecke auf eine Tasse Kaffee und ein Stück Kuchen ein. So klang auch dieser Ausflugsnachmittag in gewohnter Weise gesellig aus.

Junge Leute treffen auf unsere Bewohner

Im Zuge eines Projekts der Berufsschule für Handel und Büro besuchten uns Berufsschüler, um unsere Bewohner zu erfreuen. Die jungen Leute waren eine erfrischende Abwechslung im Alltag unserer Bewohner. Spielen, Spaziergehen und Reden – all das trug zu einem netten Miteinander zwischen Jung und Alt bei. Danke allen Schülern für die Zeit, die sie unseren Bewohnern schenkten. Dieses Mal waren es Berufsschüler, ein anderes Mal sind es Firmlinge, Schüler der Neuen Mittelschule oder Gymnasiasten, die bereit sind, für einige Zeit für unsere Bewohner da zu sein. Der Dank gilt auch den Senioren vom Haus St. Josef am Inn, die sich jedes Mal auf „neue“ Bekanntschaften einlassen.

Unsinniger Donnerstag

Auch bei uns im Haus St. Josef am Inn zog der Fasching ein! Dieses Mal wurde die Hauskapelle am Unsinnigen Donnerstag zu einem „Ballsaal“ umgestaltet. Für verkleidungsfreudige Bewohner standen Hütchen, Perücken und Faschingsbekleidung zur Verfügung. Lampions und Luftballons schmückten den Raum. Luzia und Luis begrüßten uns musikalisch mit Ziehharmonika und Gitarre. Zwischendurch sang der ebenfalls verkleidete Chor der Innsbrucker Liedertafel Lieder, die zum Mitsingen einluden. Der Höhepunkt des Nachmittags war der Besuch der Seniorentanzgruppe der Tanzschule Polai. Nachdem sie einige Tänze vorgetanzt hatten, wurden auch unsere Bewohner aufgefordert, das Tanzbein zu schwingen. Einige waren mit Begeisterung dabei. Natürlich durfte bei unserem Faschingskränzchen Krapfen nicht fehlen. Es war wieder einmal ein sehr netter geselliger Nachmittag, an dem viele freiwillige helfende Hände zum guten Gelingen beitrugen.

Marmorieren von Ostereiern

Auch Bastelarbeiten in der Osterzeit sind ein Teil des Tagesgestaltungsprogramms. Heuer hatten alle interessierten Bewohner die Möglichkeit, Ostereier zu marmorieren. Ziel dieser Kunstwerke war es, dass wirklich jeder Bewohnern die Eier eigenständig gestaltete. In einem mit Wasser gefüllten Behälter wurden die gewählten Farben hineingetropft. Dann konnte jeder Teilnehmer sein Ei an einem Stab in die bunte Flüssigkeit tauchen und dabei drehen. So entstanden wunderbar marmorierte Eier. Nach dem Trocknen wurden die Eier mit einem Band verziert, um sie dann im Zimmer in einen Blumenstock zu stecken. Die Begeisterung war groß, weil diese kleinen Kunstwerke wirklich von jedem Bewohner selbst gestaltet wurden.

Eindrücke der Tagesgestaltung

Jesus spricht:
Ich bin die
Auferstehung und das
Leben;
wer an mich glaubt,
wird leben, auch
wenn er stirbt.

Joh 11,25

Im Kreuz ist Heil, im Kreuz ist Leben, im Kreuz ist Hoffnung

Ein geistliches Wort zur Osterzeit

Mag. Andreas Geisler · Seelsorger

Mindestens einmal im Jahr wiederholt sich die Diskussion, ob Kreuze aus den Schulklassen und öffentlichen Gebäuden verbannt sein sollen. Ist das Kreuz nur mehr ein kulturgeschichtliches Symbol Europas? Ein paar Gedanken zur Bedeutung des Kreuzes seien hier angeführt.

Gott verbindet

Das Kreuz deutet die wesentlichen Richtungen im Leben eines Menschen symbolisch an. Zum einen gibt es die Richtung nach oben, die für die Verbindung zwischen Menschen und Gott steht. Zum anderen ist da die waagerechte Ausrichtung, die für die Verbundenheit der Menschen untereinander und die Aufgaben eines jeden in der Welt und in seinem Umfeld steht. Erst wenn beide Richtungen zusammenkommen, ist das Kreuz komplett.

Gott fühlt

Eine weitere Botschaft des Kreuzes liegt darin, dass wir einen mitfühlenden Gott haben. Die Größe Gottes liegt für mich nicht allein in der Machtfülle, sondern auch in der beeindruckenden Art und Weise, wie er Anteil am Leben seiner Geschöpfe nimmt. Jesus hat nicht nur für uns gelitten - wie wir am Karfreitag hören - er leidet auch weiterhin mit uns. Er kennt unsere Ängste, er weiß um unsere leisen Gefühle, er kennt unsere Sehnsucht nach einem Gott, der uns wirklich nahe ist.

Gott tröstet

Wir Christen verehren das Kreuz und den Gekreuzigten. Wir sehen nicht weg, wo das Leid in unsere Welt bricht. Wir schaffen die Leidenden nicht fort, wir stellen DEN Leidenden in unsere Mitte. Wir Christen haben das Kreuz zu unserem Erkennungszeichen gemacht, weil wir wissen, dass das Leid zu unserem Leben gehört, dass uns in den Leidenden Christus begegnet. In der Auferstehung Jesu hat schließlich das Leid nicht das letzte Wort. Gerade darin liegt die Kraft des christlichen Leidens: Es ist getröstetes Leiden. Deshalb empfinden gerade auch in Krankenhäusern Menschen im Blick auf das Kreuz Trost und Kraft.

Gott liebt

Im Johannesevangelium findet sich folgende Aussage Jesu: „Wenn ich von der Erde erhöht bin, werde ich alle an mich ziehen.“ Wer am Kreuz abliest, wie er von Gott geliebt wird, weiß um seinen Wert, weiß, dass er selbst auch attraktiv ist. Das Anziehende des Glaubens ist Jesus Christus selbst. In ihm ist Gottes Liebe Mensch geworden. Gottes Liebe zeigt sich auch da, wo Menschen versagen. Gottes Liebe ist attraktiv und macht attraktiv.

Gott weist den Weg

Das Kreuz ist seit Jesus Christus kein Kreuz mehr, das unsere Pläne und Hoffnungen durchkreuzt, das Leben vernichtet und verhindert. Das Kreuz hat jetzt eine andere Bedeutung: Es ist zur Brücke geworden, die uns mit Jesus verbindet! Das Kreuz war die letzte Konsequenz des Lebens Jesu. Er hat es aus Liebe zu Gott angenommen. Durch sein Kreuz hat er Heil, Leben und Hoffnung geschenkt. Im Blick auf das Kreuz Jesu und im Tragen des eigenen Kreuzes machen dadurch viele diese erlösende Erfahrung. So ist für uns das Kreuz ein zielführender Wegweiser.

Mögen wir in dieses Tagen ganz neu entdecken, welche Kraft das Kreuz in sich birgt: Das Kreuz des Heils, des Lebens und der Hoffnung!

„UNVERGESSEN“

Neues Gottesdienstangebot speziell für Bewohner mit Demenz

Viele Menschen in Senioren – und Pflegeheimen leben mit einer Demenzerkrankung. Für viele ist der Glaube eine tragende und selbstverständliche Größe in ihrem Leben. Glaubensrituale haben den Alltag mitgestaltet, Gottesdienste haben den Sonntag als besonderen Tag hervorgehoben. Mit Hilfe des eigenen Glaubens ließen sich Krisen im Leben bewältigen und eine freudige Zukunft eröffnen. Viele der heutigen Gottesdienste sind meist stark wortorientiert und machen es damit Menschen mit fortschreitender Demenz oft schwer, Gott zu feiern und zu erleben. Das neue Gottesdienstangebot unter dem Motto „UNVERGESSEN“ möchte mithelfen, für Menschen mit Demenz eine bestärkende, ermutigende, tröstliche, lebendige und aufbauende Verkündigung zu gestalten. Besonders Rituale, Zeichen und Symbole geben dem „Heiligen“ Raum und den Menschen Sicherheit. Gottesdienst für Menschen mit Demenz kennzeichnet eine einfache Sprache, ausdrucksstarke Zeichen und ein Erlebnis mit allen Sinnen. So kann eine vielleicht verlorengegangene spirituelle Erinnerung wiederentdeckt werden. An jedem letzten Mittwoch im Monat um 09:45 Uhr findet in unserem Haus ein solcher Gottesdienst statt.

Ökumenischer Weltgebetstag

Frauen aus Simbabwe laden ein

Heuer hatte der Weltgebetstag eine afrikanische Prägung. Am Donnerstag, den 5. März, feierten wir mit vielen Gästen einen abendlichen ökumenischen Gottesdienst zu diesem Anlass. Besonders eindrücklich waren die Gesänge des afrikanischen Chors, der sich gerne singend für alte Menschen engagiert.

Eine Gruppe von Frauen aus der Pfarre St. Nikolaus hatte sich über dieses Land im Süden des afrikanischen Kontinents kundig gemacht: Simbabwe zählt heute zu den ärmsten Volkswirtschaften der Welt mit einer Arbeitslosenrate von rund 90 %. Der Weltgebetstag fördert über die Spenden aus aller Welt Projekte in Simbabwe, die Frauen zu Führungskompetenz verhelfen und den in Armut am stärksten benachteiligten behinderten Kindern adäquate Schulung ermöglichen. Seit 1927 gibt es die ökumenische Initiative „Weltgebetstag“, die inzwischen schon viele Projekte weltweit unterstützt. Jedes Jahr kommt die Liturgie aus einem anderen Land.

„Steh auf, nimm deine Matte und geh!“ hatten die Simbabwerinnen als Motto für den diesjährigen Weltgebetstag ausgewählt. Der Evangelist Johannes beschreibt, wie ein Gelähmter seit langer Zeit auf seiner Matte knapp außer Reichweite eines heilsamen Wasserbeckens am Bethesda-Teich liegt. Jesus hilft dem frustrierten Mann, die eigenen Fähigkeiten zu mobilisieren. Mögen Menschen diesseits und jenseits des Äquators mit Gottes Hilfe aufstehen und ihre Kräfte zum Wohl der Ärmsten einsetzen!

Im Anschluss an unser Gebet für Simbabwe teilten wir mit den Gästen eine Agape aus Suppen, Broten und Kuchen nach afrikanischen Rezepten. Vielen Dank an Herrn Dr. Juranek fürs Mitfeiern, an unsere Küche, an die Musikerinnen und die St. Nikolauser Frauen im Vorbereitungsteam! Vielen Dank auch für die großherzigen Spenden!

Simeon und Hanna

Ökumenischer Gottesdienst zur Woche der Einheit der Christen

Am 23. Jänner 2020 besuchte uns Pfarrerin Hannah Hofmeister, die evangelische Gläubige in den Innsbrucker Altersheimen betreut. Im Rahmen der Woche der Einheit der Christen wollen wir ab jetzt unseren jährlichen ökumenischen Gottesdienst am Anfang des Jahres feiern. Pater Baptist, Pastoralpraktikant unseres Seelsorgeraums, vertrat die katholische Seite als Priester. In ihrer Predigt machte uns Pfarrerin Hannah bewusst, wie segensreich das Miteinander der Generationen auch im Glauben wahrgenommen werden kann. Wir sind einander Licht, egal ob neugeboren oder hochbetagt, egal ob mit Babyhaut oder mit Falten, egal ob evangelisch oder katholisch. Sie lud uns ein, dieses Geschenk anzunehmen und darauf zu vertrauen, dass wir leuchten. Für ihr regelmäßiges Zeugnis einer Frau als Priesterin sind wir sehr dankbar.

Heiliger Josef, bitte für uns!

Völlig unerwartet stand der Festtag unseres Hauspatrons ganz im Zeichen der Corona-Krise. Einige Bewohner versammelten sich dennoch unter Einhaltung des Sicherheitsabstandes zu einer kleinen Wort-Gottes-Feier in unserer Hauskapelle. Als Maria schwanger wurde, stand auch der Heilige Josef vor einer völlig unerwarteten Situation und wusste erst nicht, was er tun sollte. Er hatte Angst davor, was auf ihn zukommen würde. Im Vertrauen auf das Wort des Engels gewann er Mut und Zuversicht. Wir beteten in unserem Gottesdienst für die schon Erkrankten, für alle, die im Dienst der Kranken und Pflegebedürftigen enorm gefordert sind, weiters um Stärkung und Ausdauer für alle politisch Verantwortlichen, für alle, die die Versorgung und Sicherheit des Landes aufrecht erhalten und für alle, die ihre Arbeit verloren haben oder einen großen materiellen Schaden erleiden. In der Predigt betonte Seelsorger Andreas Geisler, dass Josef Hüter und Behüter war, ein stiller Mann der Tat, der mit Einsatz, demütig und treu seine Aufgabe im Vertrauen auf Gott erfüllte. Auch wir sollen unseren Glauben an Christus hüten. Wir müssen aber auch die Menschen behüten, besonders die Armen, Kranken, Schwachen und Ausgegrenzten. In unserem Haus wird versucht, diese Berufung täglich zu leben, sowohl im liebevollen Umgang der Pflegepersonen mit den Heimbewohnern, als auch, wenn viele Bewohner trotz ihres Alters sich in gegenseitiger Wertschätzung begegnen. Heiliger Josef, Schutzpatron unseres Hauses und unseres Landes, bitte für uns in dieser schweren Zeit.

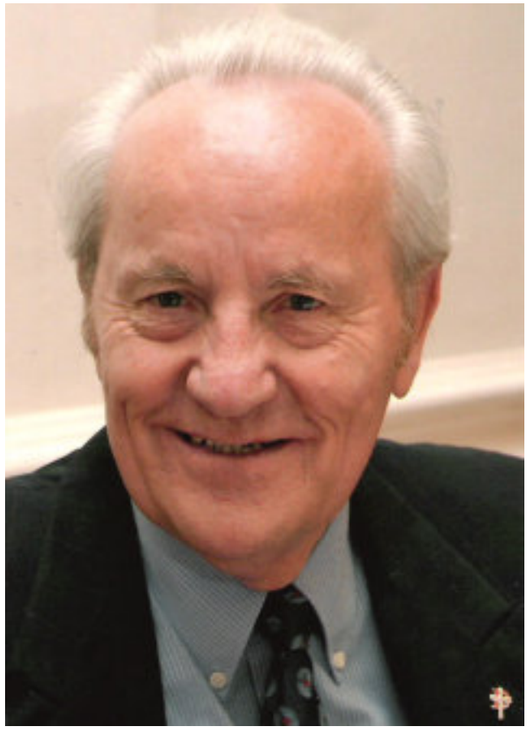
Abschied von Pater Arok

Nach erfolgreicher Promotion kehrte Pater Arok heim nach Indien. Am Feiertag von Mariä Lichtmess, am 2. Feber 2020, zelebrierte er seine letzte Heilige Messe bei uns, in der er sehr persönlich von seinem Ausbildungsweg berichtete. Er fühlt sich von Gott geleitet und ist dankbar, dass er als einziger unter seinen Geschwistern studieren konnte. Für ihn waren die Gottesdienste bei uns im Haus St. Josef eine Erinnerung an seine eigenen Eltern. Mit der Bitte um Gebet füreinander nimmt er Abschied. Wir danken ihm sehr für seinen Einsatz bei uns im Haus St. Josef am Inn und wünschen ihm Gottes Segen für seine neue Tätigkeit als promovierter Jesuit in Indien. Hier der letzte Teil seiner Abschiedspredigt im Heim:

„Wenn ich euch alle anschaue, dann sehe ich auch, dass ihr unterschiedliche Gesundheits- und Altersprobleme habt. Aber es gibt viele Menschen, die sich gut um euch kümmern. Ich bitte euch, hoffnungsvoll und Gott dankbar zu bleiben. Ich bitte euch im Gebet treu zu bleiben. für eure Familien, für diejenigen, die nah oder fern sind. Bitte betet auch für die Priester. Eure Gebete geben uns Kraft. Ich möchte euch eines versichern: Gott liebt euch alle, trotz verschiedener Probleme und Einschränkungen. Gott ist euch sehr nahe, wenn ihr euch einsam oder hilflos fühlt. Gott lässt uns nicht allein. Wir sind Gottes Kinder. Selbst wenn ihr etwas vergesst, vergesst nicht, die Gegenwart Gottes in euch und um euch herum zu spüren. Wir alle müssen letztendlich unser Leben Gott übergeben, der uns dieses Leben geschenkt hat. Ich wünsche euch allen sinnvolle und freudige Tage, Wochen, Monate und Jahre, die vor euch liegen."

In memoriam
Reg.-Rat Roman Auer

Am 15. Februar 2020 ist Herr Reg.-Rat. Diakon Roman Auer verstorben. Über 30 Jahre war er als Verwalter des Haus St. Josef am Inn zusätzlich zu seinem Zivilberuf bei der Post tätig. Herr Auer hat die Geschicke des Hauses wesentlich mitgeprägt. Das Wohl der Bewohner/innen und der Mitarbeiter/innen lag ihm dabei sehr am Herzen. Was ihn besonders auszeichnete, war seine Nähe zu den einzelnen Bewohnern und Mitarbeitern. „Hat Gott nicht die Armen in der Welt auserwählt?" Diese Worte aus dem zweiten Jakobusbrief waren genau bei jenem Gottesdienst am 20. Februar 2020 in der Leseordnung vorgesehen, an dem wir in besonderer Weise in unserem Haus Diakon Roman Auers gedachten. Die Armen und Schwachen nicht übersehen, das war zeitlebens seine Berufung. Besonders deutlich hat sich dies in seinem Einsatz für unser Haus und für die Straßenkinder und Roma in Rumänien gezeigt. Gott vergelte ihm alles Wohlwollen, seinen Einsatz und sein Mühen. Wir werden ihm ein ehrendes Andenken bewahren.



Ohne engagierte Menschen, die den Blick für den anderen haben und ihre Tatkraft einbringen, ohne diese Menschen würde unser Land kulturell veröden.

Dr. h.c. Joachim Gauck

Ehrenamtlicher Mitarbeiter im Gespräch

Freiwillige Mitarbeiter spielen bei der Pflege der Seele und der Gemeinschaft bei unseren Bewohnern eine wesentliche Rolle. Es ist schön zu sehen, dass jeder von diesen ehrenamtlichen Frauen, Männern und auch Jugendlichen unterschiedliche Fähigkeiten mitbringen und ihre verschiedenen Talente anbieten. So ist seit einiger Zeit eine Italienisch-Konversationsstunde entstanden. In dieser Ausgabe des sankt.josef führten wir ein Gespräch mit dem Leiter dieser Gruppe, Herrn Peppino Brienza.

Herr Peppino Brienza · Ehrenamtlicher Mitarbeiter

Lieber Peppino, was machst du in unserem Haus St. Josef am Inn?

Einmal im Monat treffe ich mich mit einer Gruppe von Bewohnern, um mit ihnen italienisch zu reden. Dabei geht es in erster Linie um die Freude des gemeinsamen Sprechens. Ich habe aber auch immer einige kleine Italienischübungen dabei.

Was ist das Besondere an dieser Gruppe?

Es sind Menschen, die unterschiedliche Wurzeln und Bezugspunkte zu Südtirol haben. In der Zeit nach dem Ersten Weltkrieg mussten alle, ob sie wollten oder nicht, Italienisch lernen und sprechen. Die Sprache hat somit für sie immer etwas mit der Kindheit, mit dem eigenen Ursprung zu tun. Sie ist eine Brücke zur Vergangenheit.

Was gibt dir persönlich dieser Einsatz?

Es sind für mich die einzelnen Lebensgeschichten, die bereichern. Und zudem ist es auch die Freude, die ich im Gegenüber sehen kann, wenn sie merken, wie viel sie von der Sprache noch können.

Warum setzt du dich ehrenamtlich für andere ein?

Ich habe in meinem Leben immer wieder die Erfahrung gemacht, dass ich auf Menschen getroffen bin, die mir helfen, die mich stützen und begleiten. Da auch ich ein Teil der Gesellschaft bin, sehe ich das Miteinander in einem stetigen Geben und Nehmen. Damit das in einem ausgewogenen Gleichgewicht bleibt, ist es mir wichtig, mich für andere einzusetzen.

Wie bist du eigentlich auf unser Haus gestoßen und auf die Idee gekommen, eine Italienischgruppe zu begleiten?

Die Freiwilligen-Koordinatorin, Frau Monika Schlögl, hat beim Verein Dante Alighieri angefragt, ob jemand vielleicht Lust hätte, im Haus Italienisch-Konversation anzubieten. Ich habe dieses Mail schließlich auch bekommen und mich recht spontan gemeldet. Eigentlich suchte sie eine Lehrerin, aber ich fragte, ob es denn wohl auch mit einem Mann ginge. Und so habe ich den Weg hierher gefunden.

Lieber Peppino, vielen Dank für das Gespräch. Desidero augurarvi un piacevole soggiorno e un lavoro proficuo presso il nostro Haus St. Josef am Inn.

Im Spannungsfeld zwischen „Abgrenzung und Anteilnahme“

Freiwilligentreff

Beim ersten Freiwilligentreff im neuen Jahr gab es für unsere ehrenamtlichen MitarbeiterInnen eine interne Weiterbildung zum Thema „Abgrenzung und Anteilnahme“. Frau Mag. Anita Mair, DGKP, zertifizierte Gerontologin und Lehrerin für Gesundheits- und Krankenpflege am Ausbildungszentrum West für Gesundheitsberufe in Innsbruck, gab hilfreiche Tipps und Beispiele aus der Praxis, um den Herausforderungen des Alltags im Miteinander gerecht zu werden. Eine erforderliche Abgrenzung bzw. ein gesundes Nähe- und Distanzverhältnis, bedeutet für die ehrenamtlichen Mitarbeiter unter anderem auch Schutz und Entlastung! Anschließend wurden alle Freiwilligen zu einem gemütlichen Beisammensein in netter Runde bei Kaffee und Kuchen eingeladen. Beim Verabschieden erhielt jeder Ehrenamtliche ein kleines Blümchen als Valentinsgruß.

seiner.zeit

Erinnerungen unserer Bewohner

Frau Liselotte Lamprecht · Bewohnerin

Liebe Leserinnen und liebe Leser! Schöne Erinnerungen sind wie kostbare Edelsteine. In dieser Rubrik möchten wir Bewohner unseres Hauses selbst zu Wort kommen lassen. Wir dürfen eintauchen in ihren Erinnerungen und einen Edelstein aus ihrer Schatztruhe bewundern. In dieser Ausgabe erzählen Frau Liselotte Lamprecht und Herr Walter Herrnegger von ihren Erinnerungen an die Firmung.

Herr Walter Herrnegger · Bewohner

Frau Liselotte Lamprecht

Meine Firmung erhielt ich mitten in den Kriegsjahren zu Pfingsten 1942 in der Domkirche. Damals wurden alle Jugendlichen der ganzen Stadt innerhalb eines Gottesdienstes in der damaligen Pfarrkirche, dem heutigen Dom, vom Bischof gefirmt. Ich kann mich noch gut daran erinnern, dass es eine sehr große Gruppe war. In der Zeit des Nationalsozialismus war die Firmung zwar geduldet, aber eigentlich nicht gerne gesehen. Viele Jugendliche haben sich deshalb auch gar nicht mehr firmen lassen. Alle Jugendlichen mussten damals zur Hitlerjugend oder zum Bund deutscher Mädchen. Das war Pflicht. Eigentlich hätte meine Patin aus Wien zur Firmung kommen sollen. Dies war aber durch die Umstände des Krieges leider nicht möglich. So sprang kurzerhand meine Mutter als Firmpatin ein. Ich war mit ihr bei der Firmung dann allein, da mein Vater bereits eingerückt war. Als Firmgeschenk bekam ich eine Uhr. Die habe ich heute noch. Gegessen haben wir zuhause. Ich kann mich auch noch an einen kleinen Firmausflug nach Matzen bei Brixlegg erinnern. Wir sind zusammen mit einer größeren Gruppe von Firmlingen dort hingefahren.

Herr Walter Herrnegger

Ich wurde im Alter von 10 Jahren in der damaligen Pfarrkirche St. Jakob von Bischof Paulus Rusch gefirmt. Ich habe schon als Kind den Bischof als eine sehr imposante Persönlichkeit in Erinnerung. Der Gottesdienst war ja auf Latein und als ich vor dem Bischof stand, sagte dieser auch meinen Namen auf Latein: Walterius. Mein Firmpate war übrigens mein Onkel Dominikus Herrnegger. Er war Augustiner Chorherr aus dem Stift Neustift in Südtirol. Man sagte ja früher, dass man bei der Firmung eine „Fotzen“ bekommt. Der Bischof berührte nach der Salbung meine Wange aber nur leicht mit seiner Hand, während mein Firmpate mir die Hand auf die Schulter legte. Nach dem Gottesdienst ging der Weg mit dem Firmpaten zum Juwelier Hampl, um eine Firmuhr zu kaufen. Ich bekam eine schöne Taschenuhr, die ich heute noch habe. Eigentlich hätte ich gerne eine Armbanduhr gehabt, aber der Verkäufer meinte, dass dafür meine Armgelenke und Arme zu schmal seien. So wurde es eine Junghans Taschenuhr mit einer schönen Kette dran. Nachher ging ich mit meinem Paten essen. Er hat mich dazu natürlich eingeladen. Meine Eltern waren da nicht dabei. Übrigens trug ich bei der Firmung einen Knickerbocker-Anzug, der damals vielfach üblich war. Später hat mich mein Firmpate einige Male eingeladen, ihn im Kloster zu besuchen.

Zwei 100. Geburtstage

Frau Marianne Rainer

Am 15. Jänner feierte Frau Marianne Rainer ihren runden Geburtstag. Zu diesem Anlass reiste natürlich auch ihr Sohn eigens aus Aspen (USA) an und organisierte mit vielen St. Nikolausern eine Feier im Inncafé. Vizebürgermeister Franz X. Gruber überbrachte die Glückwünsche der Stadt Innsbruck. Über den bunten Blumenstrauß freute sich die gebürtige „Koatlacklerin“ sehr. Vor fünf Jahren übersiedelte sie von der Fallbachgasse, die immer ihr Wohnort war, ins Haus St. Josef. Für die eingefleischte St. Nikolauserin kam auch kein anderer Alterswohnsitz in Frage. Ihr gesamtes Berufsleben verbrachte Frau Rainer in der Wagner´schen, wo sie das Handwerk der Buchbinderin erlernte. Noch während ihres Berufslebens bereiste Frau Rainer mit ihrer Familie viele ferne Länder, unter anderem Australien und Hawaii. Regelmäßig trat sie die lange Reise nach Aspen an, wo sich ihr Sohn Ewald, vulgo Seppi, als Skilehrer niedergelassen hatte. Seit rund 70 Jahren ist Maria Rainer Mitglied beim Trachtenverband D´Sprugger. Viele Jahre tanzte sie bei Tiroler Abenden und verzückte die Zuhörer mit ihrer kräftigen Stimme beim Jodeln. Laut ihrer Aussage möchte sie noch gerne ihren 105. Geburtstag in St. Nikolaus feiern.

Frau Waltraud Florian

Am 18. März konnte Frau Waltraud Florian ihren 100. Geburtstag begehen. Ihre Familie stammt ursprünglich aus der ehemaligen Tschechoslowakei. Bedingt durch die Wirren des Anschlusses und des Krieges musste sie ihre Kinder- und Jugendzeit in Chemnitz verbringen, da ihr Vater, der bei der Reichsbank arbeitete, dorthin versetzt wurde. Frau Florian arbeitete nach dem Krieg in der Bezirkshauptmannschaft in Innsbruck. Sie hat 2 Kinder und 7 Enkelkinder und 7 Urenkel. Seit 2017 ist Frau Florian in unserem Haus. Nach einer anfangs für sie nicht leichten Zeit der Eingewöhnung fühlt sie sich nun sehr wohl. Sie ist dankbar für die Pflege und den Kontakt zu den anderen Bewohnern. Als Wunsch für die Zukunft ist es ihr ein Anliegen, mit allen gut auszukommen und noch eine gute Zeit hier bei uns zu erleben. Leider stand ihr Ehrentag ganz unter dem Zeichen der Corona Krise. So konnten weder ihre Kinder und Enkelkinder sie besuchen noch die Stadt Innsbruck ihre Glückwünsche überbringen. Eine Feier wird aber so bald wie möglich nachgeholt.

Alles Gute zum Geburtstag!

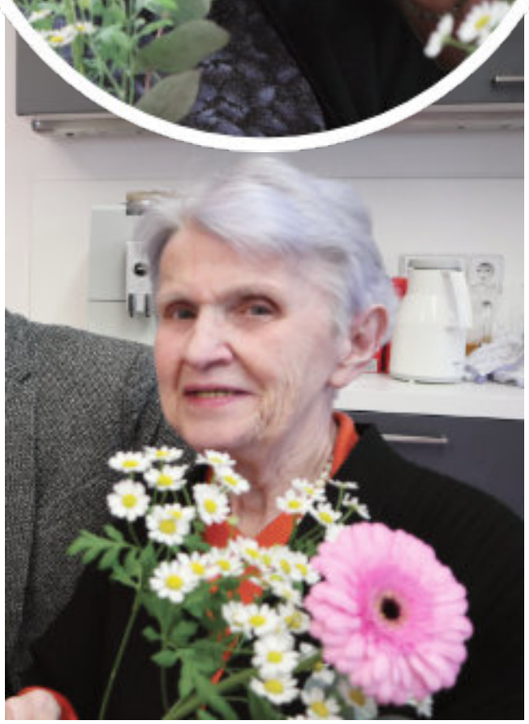
Jänner

Frau Herta Pichler
Frau Marianne Rainer
Frau Aloisia Unterwurzacher
Frau Sofia Droutzas
Frau Antonia Rogenhofer
Frau Margarethe Schweiger
Frau Maria Schranz

Zeitschrift des Haus St. Josef am Inn

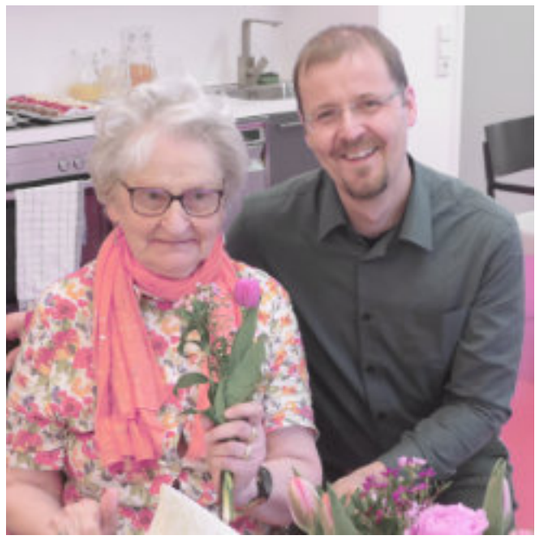
Februar

Frau Heide-Linde Albrecht
Frau Cäcilia Kern
Frau Herma Mihatsch
Herr Ernst Dietrich
Frau Melitta Baldauf
Frau Anna Birnleitner
Frau Edeltraud Eller
Frau Judith Althaler
Frau Maria Fritzer
Frau Ernestine Gandler
Frau Renate Asslaber
Frau Berta Wallum
Frau Elisabeth Ruetz



März

Frau Sophia Stefaner
Frau Maria Lorenzi
Herr Hugo Ruetz
Frau Waltraud Florian
Herr Werner Wallner
Frau Magdalena Wagenhofer
Herr Heinz Krüger
Herr Oskar Rumesch



herzlich.willkommen

im Haus Sankt Josef am Inn

Haus St.Josef am Inn

Jänner

Herr Siegfried Prem
Frau Herma Mihatsch
Frau Charlotte Meixner

Februar

Frau Maria Fink

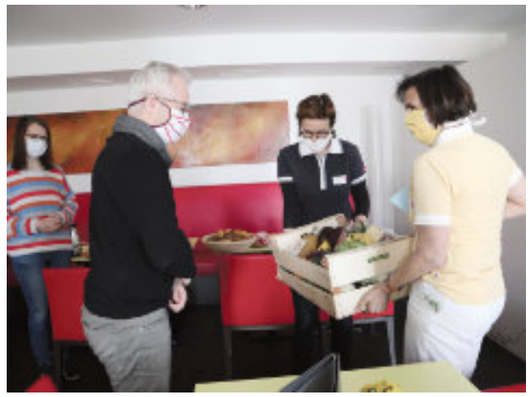
März

Frau Gisela Mitterhofer

Herr, lass sie ruhen in Frieden...

Jänner	Frau Maria Ischia Frau Elisabeth Astor Frau Elisabeth Schwaighofer
März	Herr Johann Comploi Herr Dr. Otto Knitel

Blitzlichter



Haus St. Josef am Inn GmbH
Senioren- und Pflegeheim
Innstraße 34 6020 Innsbruck
Telefon: 0512/22445 Fax: 0512/22445/4099
E-Mail: rezeption@haus-sanktjosef.at

www.haus-sanktjosef.at