



FAMILIENBERATUNGSSTELLEN für schwer und chronisch Kranke und deren Angehörige

LINZ | ALKOVEN | BRAUNAU | FREISTADT | GMUNDEN | HALLEIN



Jahresbericht Verein Zellkern
2016/2017

Für die Menschen da sein



Ein altes Sprichwort sagt: „Wer sich guter Gesundheit erfreut, ist reich, ohne es zu wissen.“ Der hohe Wert der Gesundheit wird uns oft erst dann bewusst, wenn wir sie verlieren.

Wird eine schwere Erkrankung diagnostiziert, beschäftigen die Betroffenen viele Fragen und Ängste. Aber nicht nur der Patient, die ganze Familie ist von einer Diagnose in Form von psychischen, aber auch finanziellen Belastungen betroffen. Genau für diese Menschen sind die Familienberatungsstellen Zellkern da.

Gerade die Kinder brauchen Betreuung und besondere Unterstützung. Sie leiden oft am meisten unter der Erkrankung eines nahen Angehörigen und erhalten unter anderem durch Angebote wie die Kinderwoche die Möglichkeit, für eine gewisse Zeit dem Alltag zu entfliehen und den Urlaub unbeschwert zu genießen. Ich möchte hier auch ermutigen, das Angebot einer therapeutischen Begleitung von Kindern anzunehmen.

Bei Zellkern wird unbürokratisch, kostenlos und speziell auf die einzelnen Bedürfnisse zugeschnitten geholfen. Die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter haben ein offenes Ohr, erklären, unterstützen und helfen so zu einer Verbesserung der Lebenssituation beizutragen. Sie gehen dabei gefühlvoll und kompetent auf die speziellen Anforderungen des Erkrankten und der Angehörigen ein.

Dass der Bedarf an diesem speziellen Hilfsangebot steigt, zeigt die laufend steigende Zahl an Beratungen. Im vergangenen Jahr fanden 3.106 Beratungen statt – das entspricht einer Steigerung von 8,5 %. Der nun vorliegende Jahresbericht dokumentiert die Bedeutung des Vereins und zeigt die Vielfalt des Unterstützungsangebots auf. Die professionelle Betreuung durch ein kompetentes Team aus den Berufsgruppen Medizin, Psychologie, Psychotherapie, Pädagogik und Sozialarbeit garantiert Hilfestellungen auf höchstem Niveau. Ich danke den Mitgliedern und allen Ehrenamtlichen für das vorbildliche Engagement und die aufopfernde Arbeit. Ihnen gebührt höchster Respekt und Anerkennung.

Mag. Thomas Stelzer
Landeshauptmann

Gefördert von:



Familienfreundliches Österreich



© Christian Jungwirth.com

In Österreich gibt es rund 400 Familienberatungsstellen, die vom Bundesministerium für Familien und Jugend gefördert werden und eine wichtige Stütze für die über eine Million Familien in Österreich sind. Sie bieten Hilfesuchenden in Krisensituationen eine wertvolle Unterstützung und geben Halt. Neben der Hilfe zur Selbsthilfe bieten die Beratungsstellen nicht nur umfassende Informationen, sondern leisten darüber hinaus auch präventive Aufklärungsarbeit.

Es freut mich, dass wir die Beratungsstelle des Vereins Zellkern mit dem heurigen Jahr seit nunmehr 25 Jahren als Familienberatungsstelle unterstützen. Der Verein bietet mit seinem umfangreichen Beratungs- und Betreuungsangebot besonders für schwer und chronisch kranke Menschen unverzichtbare Unterstützung in krisenhaften Lebenssituationen an. Dem Verein Zellkern ist es mit seinen engagierten Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern gelungen, durch die professionelle Beratung zum Wohl der Patientinnen und Patienten beizutragen und insbesondere auch den Angehörigen den Umgang mit der Krankheit zu erleichtern. Das schafft Mut, Zuversicht und Hoffnung für die Betroffenen in den oft schwierigen Zeiten.

Mein Ziel ist es, Österreich zum familienfreundlichsten Land Europas zu machen. Um dieses Ziel zu erreichen, unterstützen wir Familien durch eine Vielzahl an Maßnahmen. Der konsequente Ausbau der Kinderbetreuungseinrichtungen, das neue Kindergeldkonto, die Familienbeihilfe und die leichtere Vereinbarkeit von Familie und Beruf sind nur einige davon. Die Förderung der Beratungsstellen mit ihren umfangreichen Angeboten ist ein ebenso wichtiger Baustein in der Unterstützung der Familien.

Ich möchte dem Verein Zellkern und den haupt- sowie ehrenamtlichen Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern für ihren Einsatz danken und wünsche auch weiterhin viel Erfolg.

Dr. Sophie Karmasin
Bundesministerin für Familien und Jugend

Wertvolle Lebenshilfe!



Wenn schwere Krankheiten das Leben bedrohen, kommt es besonders darauf an, bestmöglich behandelt und betreut zu werden. Zum Glück bietet die Lebensstadt Linz ein starkes Gesundheitsnetzwerk, zu dessen wichtigsten Stützen der Verein Zellkern zählt. Mit vielfältigen Beratungsangeboten steht er hunderten Patientinnen und Patienten sowie deren Angehörigen zur Seite. In Zusammenarbeit mit Ärztinnen und Ärzten, Therapeutinnen und Therapeuten und sozialen Institutionen trägt Zellkern wesentlich zur Verbesserung der Lebensqualität bei. Dabei kommt es sehr darauf an, neue Perspektiven aufzuzeigen und zur Mobilisierung eigener Kräfte zu motivieren.

Im Jahr 2016 überschritt die Zahl der Beratungsstunden erstmals die 3.000er-Marke. Alleine in Linz leisteten die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter des Vereins etwa 2.100 Stunden. Das Spektrum der Unterstützung reicht von der psychosozialen und psychotherapeutischen Begleitung bis zu juristischen und medizinischen Beratungen sowie einer Ferienwoche für Kinder.

Ich danke den Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter des Vereins Zellkern herzlich für ihre engagierte Arbeit. Dieser vorbildliche Einsatz für die Gesellschaft wird in Zukunft angesichts der demografischen Entwicklung noch stärker gefragt sein!

Klaus Luger
Bürgermeister der Landeshauptstadt Linz

Jahresrückblick 2016

Mag. Klaudia Hanke-Krenmayr
Geschäftsführerin Verein ZELLKERN



Im Jahr 2016 konnte unser Team in mehr als 3.100 Beratungen insgesamt 543 Personen Unterstützung anbieten. Eine deutliche Beratungssteigerung konnten wir vor allem in Linz erzielen, die uns nicht zuletzt dank der größeren Räumlichkeiten auf der Landstraße möglich war.

Bestmögliche Begleitung und Betreuung aller Menschen, die sich in schwierigen Lebenssituationen an uns wenden, ist unser größtes Anliegen. Dass die Zahl an Rat- und Hilfesuchenden von Jahr zu Jahr steigt, ist eine Herausforderung für unsere Einrichtung, da uns als kleiner Verein – leider nach wie vor - nur beschränkte Ressourcen zur Verfügung stehen.

Dank des großen Engagements unserer Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter können wir mittlerweile auf ein 26-jähriges Bestehen zurückblicken. Ehrenamtliche Unterstützung zieht sich dabei wie ein roter Faden durch unsere langjährige Vereinsgeschichte. Besonderer Dank daher auch all jenen, die ihre Mitarbeit unentgeltlich zur Verfügung stellen: Dieser großartige Beitrag hat es uns ermöglicht, unser Angebot für unsere Klientinnen und Klienten nicht nur aufrechtzuerhalten, sondern kontinuierlich auszubauen!

Neben unserem Beratungs- und Therapieangebot konnten wir auch einige unserer Projekte fortsetzen. Allen voran die Kinderwoche, die 2016 erstmals am Attersee stattfand und den teilnehmenden Kindern erholsame Tage ermöglichte. Das Land Salzburg unterstützte auch im vergangenen Jahr das Projekt „Gesundheitsberatung für Migrantinnen“ und in Linz bauten wir das Angebot für türkischsprachige Therapie weiter aus. Ohne weitere finanzielle Unterstützung werden wir der enormen Nachfrage aber kaum mehr nachkommen können.

Um auch unseren Vereinsmitgliedern und Kooperationspartnern den neuen Zellkern-Beratungsstandort in Linz vorstellen zu können, veranstalteten wir am 21. April 2016 einen Tag der offenen Tür. Im Anschluss daran luden wir abends noch zu einem Benefizkonzert zugunsten von Zellkern ein, das gleichsam auch eine verspätete Feier zum 25-jährigen Vereinsbestehen darstellte, die im Jahr 2015 aufgrund der zeit- und arbeitsintensiven Übersiedlung nicht stattfinden konnte.

Besonderer Dank gebührt nochmals den beiden Künstlerinnen des Abends: Frau Berna Bilgin, die mit ihrer hervorragenden Sopranstimme ein abwechslungsreiches Programm bot und Frau Ceren Satana, die Frau Bilgin am Klavier begleitete. Eine weitere künstlerische Unterstützung erhielten wir durch Frau Marianne Mittermayr, die uns einige ihrer Acrylbilder für die neuen Räumlichkeiten zur Verfügung stellte und dem Verein auch den Verkaufserlös zweier Gemälde spendete! Ich darf an dieser Stelle darauf hinweisen, dass wir einige Bilder nach wie vor als Leihgabe zur Verfügung haben und diese auch käuflich erworben werden können.

Ausblick 2017

Änderungen in der Sozialgesetzgebung betreffen auch unsere Arbeit bei Zellkern.

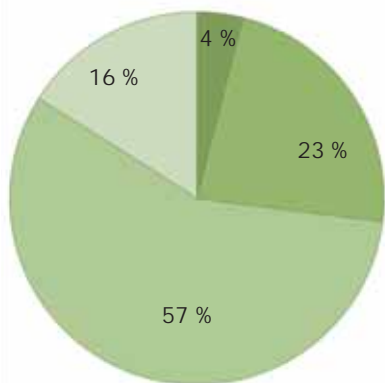
Viele unserer Klienten beziehen das im Jahr 2014 eingeführte Rehabilitationsgeld, das von Seiten der Versicherungsträger mit Zielvereinbarungen verbunden ist. Wir unterstützen unsere Klienten in der Erfüllung dieser Auflagen, indem wir kostenfreie Therapieplätze möglichst kurzfristig zur Verfügung stellen. In Anbetracht der ständig steigenden Fallzahl stellt diese Aufgabe eine nicht unbedeutende Herausforderung für unseren kleinen Verein dar.

Erfreulich ist in diesem Zusammenhang das im Februar 2017 beschlossene Wiedereingliederungsteilzeitgesetz, das mit 1. Juli 2017 in Kraft treten wird. Diese Änderung ermöglicht erstmals nach einem langen Krankenstand wieder Schritt für Schritt in den beruflichen Alltag zurückzukehren.

STATISTIK 2016

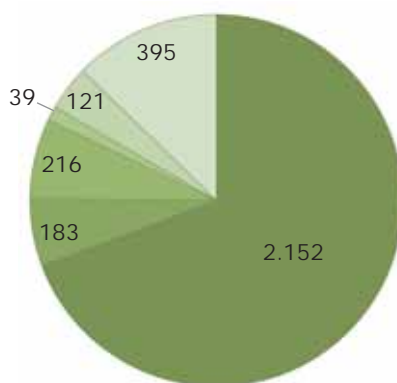
543 Klientinnen und Klienten, 3.106 Beratungen

Aufteilung nach Altersgruppen



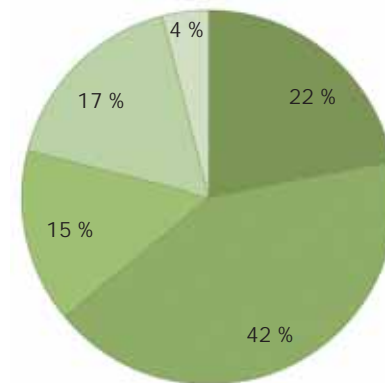
Kinder/Jugendliche	4 %
20 bis 39 Jahre	23 %
40 bis 59 Jahre	57 %
über 60 Jahre	16 %

Beratungen nach Standorten



Linz	2.152
Alkoven	183
Braunau	216
Freistadt	39
Gmunden	121
Hallein	395

Krankheitsbilder bzw. Angehörigen- und Kinderanteil an den Gesamtberatungen



Karzinom	22 %
Chronische Erkrankungen	42 %
Psychosomatische Erkrankungen	15 %
Angehörige	17 %
Kindertherapien	4 %

Aufteilung nach Geschlecht

weiblich	73 %
männlich	27 %

FINANZBERICHT 2016

Gliederung Mittelherkunft – Mittelverwendung Jahr 2016

Mittelherkunft		46.267,-
I. Spenden		
private Spenden zweckungebunden	46.267,-	
private Spenden zweckgebunden	0,-	
Sachspenden	0,-	
II. Mitgliedsbeiträge		2.530,-
III. Betriebliche Einnahmen		0,-
IV. Subventionen und Zuschüsse der öffentlichen Hand		125.930,-
V. Sonstige Einnahmen		48,-
Vermögensverwaltung	48,-	
VI. Auflösung von Rücklagen und Verwendung von zweckgewidmeten Spenden		0,-
Summe		174.775,-
Mittelverwendung		
I. Leistungen für die statutarisch festgelegten Zwecke		158.481,-
Aufwendungen gemäß Vereinsstatut	158.481,-	
II. Spendenwerbung		985,-
III. Verwaltungsaufwand		8.890,-
IV. Sonstiger Aufwand, sofern nicht unter Punkt I bis III festgehalten		0,-
VI. Zuführung zu Rücklagen und Zweckwidmungen		0,-
VII. Jahresüberschuss		6.419,-
Summe		174.775,-

Unser kostenfreies Beratungsangebot finden Sie an folgenden Standorten:

VEREINSSITZ:

4020 LINZ, Landstraße 35b

Mag. Klaudia Hanke, Geschäftsführerin
Anneliese Penn, ehrenamtliche admin. Mitarbeiterin
Tel. 0732 60 85 60
E-Mail: office@zellkern.at

BERATUNGSTEAMS:

4020 LINZ, Landstraße 35b

Terminvereinbarungen: 0732 60 85 60
Dr. Emil Ebner, Arzt
Dr. Rudolf Fessler, Psychotherapeut
Dr. Renate Garantini, Rechtsanwältin
Dr. Hanns Hauser, Arzt und Onkologe
Mag. Brigitte Humer, Psychotherapeutin
Mag. Andrea Keck, Psychotherapeutin
Helene Mayrwöger, MEd, Psychotherapeutin
DSA Petra Bohaumilitzky, MSc, Psychotherapeutin
Barbara Holl, DGKS, Psychotherapeutin
Mag. Michaela Jurda-Nosko, MSc, Psychotherapeutin
Sebiha Muslu, Lebens- und Sozialberaterin, MSc, Psychotherapeutin
Mag. Marlene Bayer, Psychotherapeutin i.A.u.S.
Mag. Renate Habermayer, Psychotherapeutin i.A.u.S.
Peter Huber, Psychotherapeut i.A.u.S.
Mag. Otto Oberlechner, Psychotherapeut i.A.u.S.
Dr. Ute Pichler, Psychotherapeutin i.A.u.S.
Friederike Schütz, DGKS, Psychotherapeutin i.A.u.S.
Anneliese Steiner, Psychotherapeutin i.A.u.S.
Michael Trauner, Psychotherapeut i.A.u.S.

4072 ALKOVEN, Arkadenweg 4

Mag.(FH) Christine Daxner-Genger, Psychotherapeutin
Termine: 0650 8109121

5280 BRAUNAU, Jahnstraße 1 (OÖ GKK)

Mag. Sabine Nimmervoll, Klinische Psychologin,
Psychotherapeutin
Termine: 0664 4253989, office@zellkern.at

4240 FREISTADT, Hauptplatz 16

Helene Mayrwöger, MEd, Psychotherapeutin
Termine: 0650 3755546,
office@psychotherapie-mayerwoeger.at

4810 GMUNDEN, Annastraße 2b

DSA Judith Söllradl, MSc, Psychotherapeutin
Termine: 0699 11944622
Mag. Annelies Waß, Psychologin
Termine: 0664 5239900

5400 HALLEIN, Pingitzerkai 8

DSA Karin Gois, Sozialarbeiterin
Joanna Paulus, Ehe- und Familienberaterin
Mag. Annelies Waß, Psychologin
Termine: 0650 2433143, zellkern-hallein@gmx.at

VEREINSVORSTAND:

Obmann: Dr. Erwin Walter
Obmann-Stv.: Mag. Andrea Keck
Kassierin: Marianne Tammegger, MBA
Schriftführer: Dr. Hanns Hauser
Schriftführer-Stv.: Dr. Christine Schatz

i.A.u.S. = in Ausbildung und Supervision

HERZLICHEN DANK ALLEN SPENDERN!

- ✘ Allen, die unsere Arbeit im letzten Jahr durch eine Spende oder eine Kranzspende unterstützt haben,
- ✘ allen treuen und allen neuen Zellkern-Mitgliedern, die durch ihren Mitgliedsbeitrag unsere Arbeit fördern,
- ✘ allen Unternehmen und Organisationen, die in dieser Ausgabe inseriert bzw. einen Druckkostenbeitrag geleistet haben,

danken wir von ganzem Herzen!

Nur dank Ihrer Unterstützung ist uns die Aufrechterhaltung unseres Angebotes möglich! Zellkern ist Träger des Spendengütesiegels, d. h. unsere Finanzgebarung wird jährlich von einem erfahrenen Wirtschaftsprüfer umfassend geprüft.

Neue Vereinsmitglieder sind uns herzlichst willkommen: Bitte melden Sie sich einfach per E-Mail (office@zellkern.at) oder telefonisch unter 0732 608560 an.

Den jährlichen Mitgliedsbeitrag von € 35,- und auch alle Spenden bitten wir Sie auf unser Vereinskonto zu überweisen: Verein ZELLKERN, Hypo OÖ, IBAN: AT96 5400 0000 0031 4088, BIC: OBLAAT2L
Alle Spenden an unseren Verein sind steuerlich absetzbar!

Seit 2017 gibt es dabei eine Änderung: Wenn Sie wünschen, dass Ihre Spende bei Ihrem Jahresausgleich berücksichtigt wird, müssen wir den Spendenbetrag, Ihren Namen und Ihr Geburtsdatum dem Finanzamt melden.



MEHR IDEEN FÜR DAHEIM:
WIR MÖGEN'S GEMÜTLICH.

Leiner
Der Leiner ist mein.



www.leiner.at

Unsere Zellkern-Außenstellen

Neben unserer Zentrale in Linz finden Sie uns auch in fünf Außenstellen:

ZELLKERN-AUSSENSTELLE ALKOVEN
Arkadenweg 4
Mag.(FH) Christine Daxner-Genger
Termine: 0650 8109121



Der Standort Alkoven wurde im November 2014 ins Leben gerufen und befindet sich in den Räumlichkeiten der Musikschule in Hartheim. Von Beginn an wurde das Angebot im Bezirk Eferding willkommen geheißen und wird besonders von der Gemeinde Alkoven gefördert.

Mein Name ist Mag.(FH) Christine Daxner-Genger. Ich bin Psychotherapeutin für systemische Therapie und Familientherapie und betreue die Außenstelle Alkoven von Beginn an. Mein Hauptanliegen ist es, mit den Betroffenen einen Lebensstil zu erarbeiten, der an die veränderte Situation einer chronischen Erkrankung angepasst ist – nach dem Konzept der Salutogenese nach Aaron Antonovsky.

Das Angebot wird derzeit von Betroffenen sowie von Angehörigen genutzt, die hier eine Anlaufstelle für ihre Sorgen und Anliegen gefunden haben.

„Den bisherigen Lebensplan umzuschreiben, weil sich die Diagnose einer schweren Krankheit in den Weg gestellt hat – das ist Lebenskunst.“

(Zitat einer Betroffenen)

ZELLKERN-AUSSENSTELLE BRAUNAU
Jahnstraße 1
Mag. Sabine Nimmervoll
Termine: 0664 4253989



Die ZELLKERN-Außenstelle befindet sich in Räumlichkeiten der Gebietskrankenkasse Braunau, ist von dieser jedoch völlig unabhängig.

Mein Name ist Sabine Nimmervoll. Ich betreue als klinische Psychologin und Psychotherapeutin die Außenstelle Braunau.

Ich unterstütze und begleite schwerkranke Menschen und deren Angehörige, damit sie ihre eigenen Ängste und Sorgen, aber auch Belastungen und Krisen in der Paar- und Familienbeziehung, die durch die Erkrankung aufzubrechen drohen, thematisieren und bearbeiten können.

Die Krankenhäuser und Ärzte der Region sowie das LKH Salzburg sind wichtige und hilfreiche Kooperationspartner, indem sie Betroffene über unser Angebot informieren.

Durch die gute Vernetzung der verschiedenen regionalen Sozialeinrichtungen ist es möglich, schnell und unbürokratisch das passende Hilfsangebot umsetzen zu können.

Ein besonderer Dank gilt der mobilen Hospiz und Trauerbegleitung des Roten Kreuzes, die ein wichtiger Partner unserer Beratungsstelle ist.



**Hörsysteme
Lehner**

- Gut beraten
- Gut betreut
- Gut hören

**Hörgeräte, Gehörschutz
und Vieles mehr!**

4040 Linz
Leonfeldnerstr. 1
0732 / 73 08 07

4081 Hartkirchen
Kirchenplatz 2
0681 / 813 619 18

www.hoersysteme-linz.at

ZELLKERN-AUSSENSTELLE FREISTADT

Hauptplatz 16

Helene Mayrwöger, MEd

Termine: 0650 37 55 54 6

Sonja Gattringer

Termine: 0664 22 23 50 5



Die Beratungen finden in den Räumen der psychotherapeutischen Praxis von Helene Mayrwöger statt. Zuweisungen erfolgen über die ortsansässige Tagesklinik, die Sozialservicestelle Freistadt und über Haus- und Fachärzte der Region. Immer mehr Klientinnen und Klienten kommen auch aufgrund von Mundpropaganda.

Unsere Mitarbeiterinnen betreuen in Form von Beratung und Psychotherapie. Die Problemstellungen der Klientinnen und Klienten sind vielfältig. Erwachsene aller Altersgruppen kommen in unsere Außenstelle Freistadt, sei es aufgrund einer eigenen schweren Erkrankung oder als Angehörige.

Helene Mayrwöger, Sozialpädagogin und personenzentrierte Psychotherapeutin, bietet als besonderen Schwerpunkt die psychotherapeutische Betreuung und Begleitung von Kindern und Jugendlichen an. Auf diesem immer wichtiger werdenden Gebiet verfügt sie nach langjähriger Praxis über umfangreiche Erfahrungen.

Sonja Gattringer, Sozialpädagogin und Psychotherapeutin i.A.u.S., arbeitet unter anderem auch mit gehörlosen Menschen und verfügt über gute Kenntnisse in der Gebärdensprache.

ZELLKERN-AUSSENSTELLE GMUNDEN

Annastraße 2b

DSA Judith Söllradl, MSc

Termine: 0699 11944622

Mag. Annelies Waß

Termine: 0664 5239900



Die Räumlichkeiten in der Annastraße 2b werden von der Stadtgemeinde Gmunden unentgeltlich zur Verfügung gestellt.

Judith Söllradl, Sozialarbeiterin und Psychotherapeutin (Existenzanalyse), ist seit 2006 als Beraterin für den Verein Zellkern tätig. Als Sozialarbeiterin unterstützt sie in Gmunden Betroffene und Angehörige in allen psychosozialen und sozialrechtlichen Angelegenheiten. Ihre Klientinnen und Klienten benötigen nicht nur Beratung in finanziellen und organisatorischen Angelegenheiten, sondern auch Begleitung in ihren ganz persönlichen Anliegen und psychischen Belastungen, die durch eine schwere oder chronische Erkrankung hervorgerufen wurden. Als Psychotherapeutin (Existenzanalyse) kann Judith Söllradl auch in diesen Bereichen professionell unterstützen und begleiten.

Annelies Waß, Psychologin, die schon seit vielen Jahren als Mitarbeiterin und Leiterin im Zellkern Hallein tätig ist, verstärkt seit Jänner 2017 nun auch unser Team in Gmunden.

Dem Team ist es ein Anliegen, chronisch Kranke und Angehörige empathisch und wertschätzend durch Veränderungs- und Bewältigungsprozesse hindurch zu begleiten und sie in schwierigen Lebensphasen zu unterstützen, sodass sie wieder Zugang zu ihren Kräften und Ressourcen finden.

BUCHSCHARTNER



Kanalservice GmbH

Kanal- und Rohrreinigung

VERSTOPFUNGS- UND ENTSORGUNGSNOTDIENST

Entsorgung von: • Ölabscheider • Fettabscheider • Bohremulsionen • Bio-Kläranlagen
• Senkgruben • Sandfänge • Betonschlämme • Sickerschächte • Klärschlemme



06232/3233

5310 Tiefgraben/Mondsee, Mühlendorfstraße 58
office@bskanalservice.at, www.bskanalservice.at

- Hochdruck-Kanalreinigung
- Kanal-TV-Inspektion
- Kanal Dichtheitsprüfung

ZELLKERN-AUSSENSTELLE HALLEIN

Pingitzzerkai 8

Termine: 0650 2433143

zellkern-hallein@gmx.at

Wir sind ein Team mit drei Mitarbeiterinnen:

DSA Karin Gois – Sozialarbeiterin

Dipl.EFL Joanna Paulus – Ehe- und Familienberaterin

Mag. Annelies Waß – Psychologin



Unsere unterschiedliche professionelle Ausrichtung erlaubt uns, viele verschiedenartige Beratungsanliegen gut abzudecken:

Karin Gois, mit ihrer langjährigen Erfahrung in der Elternberatung und ihrer guten Vernetzung mit diversen Institutionen, steht mit Rat und Tat in sozialarbeiterischen Fragen zur Verfügung. Ihr ist es zu verdanken, dass uns die Gemeinde Hallein kostenlos einen Beratungsraum zur Verfügung stellt.

Joanna Paulus leitet seit einigen Jahren eine Aufstellungsgruppe, in und mit der sie unter anderem auch Krankheitssymptome aufstellt. Gerade in der Beratung von chronisch Erkrankten ist die Symptomaufstellung oft sehr aufschlussreich.

Zusätzlich betreut sie ein Migrantinnenprojekt in Zusammenarbeit mit dem Interkulturellen Verein Hallein. In diesem vom Referat Jugend, Generationen, Integration des Landes Salzburg geförderten Projekt werden für Frauen mit Migrationshintergrund und chronischen Erkrankungen Beratungen (auch mit Dolmetscher) angeboten.

Annelies Waß legt als Gesundheitspsychologin ihren Schwerpunkt auf die Beratung im primär- bzw. sekundärpräventiven Bereich. Zusammen mit Joanna Paulus bietet sie auch Paarberatung für chronisch Erkrankte und deren Angehörige an.

Zellkern Hallein ist Mitglied im Gesundheitsnetzwerk Tennengau.

Durch eine gute Zusammenarbeit mit dem Entlassungsmanagement des Halleiner Krankenhauses können Betroffene bereits vor ihrer Entlassung mit Zellkern in Kontakt kommen.

SEIT 40 JAHREN IN LINZ!

Ihr Spezialist für Zweitfrisuren . . .

- ständig über 4.000 Modelle lagernd
- neueste Trends in Farben und Frisuren
- persönliche Farbberatung in diskreter Atmosphäre
- gratis Parken während Ihres Besuches



Perücken Sattler

Perücken | Toupets | Haarteile



Bismarckstraße 8a, 4020 Linz
0732 / 77 39 16
www.peruecken.co.at
peruecken@aon.at

Öffnungszeiten:
Mo.–Do. 8.30 bis 12 Uhr
und 13 bis 17 Uhr
Fr. 8.30 bis 12.30 Uhr

Terminvereinbarung erbeten • Wir freuen uns auf Ihren Besuch!

Trauer hält sich nicht an Regeln

Mag. Brigitte Humer
Psychotherapeutin

Beratungsstelle ZELLKERN Linz



Eine Klientin sagt: *„Mein Mann ist schon seit 14 Monaten tot und ich weine noch immer um ihn. Das ist doch nicht normal.“* Eine andere Klientin erzählt: *„Ich bin seit zwei Jahren geschieden und habe die Trennung noch immer nicht überwunden. Mit mir stimmt etwas nicht“*. Solche und ähnliche Aussagen äußern Klientinnen in Psychotherapien und Beratungen sehr häufig. Hier wird deutlich, dass es bei vielen Menschen das Gefühl gibt, dass der Trauerprozess schneller gehen müsse und die eigene Trauer nicht der Norm entspreche.

Durch meine Arbeit als Psychotherapeutin konnte ich folgende Erkenntnisse gewinnen:

Es gibt keine „Standard-Trauer“!

Trauer ist ein sehr komplexer und höchst individueller Prozess. In der Regel muss bei Verlust eines geliebten Menschen (sei es durch Tod oder Trennung) ein Bündel an Gefühlen bewältigt und verarbeitet werden. Die traurigen/schmerzlichen Gefühle über den Verlust werden oft begleitet von Ärger/Wut darüber, dass man das Leben nun allein (ohne die geliebte Person) meistern muss. Eine Klientin, die den Tod ihres Mannes betrauert, benennt das folgendermaßen: *„Er hat mich einfach im Stich gelassen, auch wenn er es nicht absichtlich gemacht hat“*.

Gleichzeitig treten oft starke Ohnmachtsgefühle auf, da der Tod oder die Trennung nicht verhindert werden konnte, obwohl die hinterbliebene Person ihre ganze Kraft und Energie eingesetzt hat. Gefühle von Überforderung und Angst sind ebenso häufige Begleiter: Ein Klient fragt: *„Wie soll ich denn das alleine schaffen mit den drei kleinen Kindern? – Ich muss ja arbeiten gehen und Geld verdienen, damit wir überleben können.“*

Auch die Umstände des Todes oder der Trennung wirken sich bedeutend auf den Trauerprozess aus.

War der Tod ein sehr plötzlicher, z. B. durch einen Autounfall verursacht, so befinden sich die hinterbliebenen Personen oft in einem Schockzustand, in manchen Fällen kann so ein unerwarteter Schicksalsschlag auch zu einer Traumatisierung führen.

Besonders häufig tritt eine Traumatisierung auch bei Tod durch Suizid ein. Angehörige werden dann sehr oft neben ihrem Schmerz auch noch von erheblichen Schuldgefühlen geplagt. Die Hinterbliebenen machen sich Vorwürfe und fühlen sich für den Tod verantwortlich. Eine Klientin sagt: *„Ich hätte es doch merken müssen, dass es ihm schlecht geht ... hätte ich ihn nur an diesem Tag nicht allein gelassen, das werde ich mir nie verzeihen!“*

Natürlich spielt auch die Qualität und die Dauer der Beziehung, die man vor dem Tod bzw. der Trennung zur verstorbenen bzw. getrennten Person hatte, eine große Rolle dabei, wie sich der Trauerprozess gestaltet. Besonders bei konflikthafter Beziehungen oder wenn die Hinterbliebenen das Gefühl haben, vom Verstorbenen schlecht behandelt worden zu sein, kann das zu Gefühlsverstrickungen führen, welche die Trauerarbeit erschweren und blockieren.

Zusammenfassend kann gesagt werden, dass die Dauer und Form der Trauerarbeit von zahlreichen Aspekten abhängig ist und daher der Begriff der „normalen“ Trauer häufig erschein

Kachler bezeichnet Trauer als *„die richtige und passende Antwort unserer Seele und unseres Körpers auf unseren schweren Verlust“*. (Kachler 2011, S. 29). So verschieden die Menschen und ihre Seelen sind, so verschieden sind auch die Trauerreaktionen und Trauerprozesse.

Wann ist Psychotherapie/Beratung notwendig und hilfreich?

Nicht jeder Trauerprozess erfordert eine psychotherapeutische Begleitung. Trauer ist keine Krankheit. Laut Canacakis ist Trauer *„eine spontane, natürliche, normale und selbstverständliche Antwort unseres Organismus, unserer ganzen Person auf alle Arten von Veränderung. Wenn sie entwickelt wird, erwächst daraus Lebendigkeit für Körper, Seele und Geist.“* (Canacakis 2006, S. 40). *„Trauer ist nichts Statisches, sondern ein Prozess. Sie ist eine Verwandlungskünstlerin.“* (Canacakis 2006, S. 42)

In manchen Fällen erleben Trauernde den Schmerz als erdrückend und die Last der Gefühle als nicht bewältigbar. Manche fühlen sich in ihrer Trauer und in ihren Emotionen blockiert, sodass ein gutes Abschiednehmen nicht möglich ist und die Wandlung nicht vollzogen werden kann. In all diesen Fällen kann Beratung und Psychotherapie eine wichtige Unterstützung sein, um den Schmerz zu teilen, die Gefühlsverstrickungen aufzulösen und letztendlich den Trauerprozess gut durchzustehen.

Was müssen Trauernde bewältigen?

Laut William J. Worden haben trauernde Menschen im Rahmen des Trauerprozesses folgende vier Aufgaben zu bewältigen (vgl. Worden 2011, S. 43ff):

- *Den Verlust als Realität akzeptieren*

Das bedeutet, dass die trauernde Person realisieren und anerkennen muss, dass die geliebte Person nicht wieder zurückkehren wird. Wird der Verlust geleugnet, d. h. wollen Betroffene den Verlust nicht wahrhaben, bleiben sie bereits bei der ersten Aufgabe des Trauerprozesses stecken.

- *Den Schmerz verarbeiten*

Jeder Verlust verursacht Schmerz. Dieser Schmerz muss zugelassen und verarbeitet werden, damit er sich nicht in einem Symptom oder einer problematischen Verhaltensweise manifestiert. Die Lösung dieser Aufgabe kann auch durch das soziale Umfeld der trauernden Person erschwert oder behindert werden.

Klientinnen und Klienten berichten immer wieder, dass sie im Rahmen ihrer Trauer mit kontraproduktiven Aussagen ihres sozialen Umfeldes konfrontiert werden. „*Dein Mann hätte sicher nicht gewollt, dass du dich nach seinem Tod so hängen lässt.*“ Oder: „*Du musst jetzt schon stark sein und dich zusammenreißen – denk an deine Kinder!*“ Solche und ähnliche Sätze sind vielleicht gut gemeint, aber für den Trauerprozess keinesfalls hilfreich.

- *Sich an eine Welt ohne die verstorbene Person anpassen*

Die Anpassungsleistung umfasst dabei folgende Bereiche: die externe, die interne und die spirituelle Anpassung.

Die **externe Anpassung** beschäftigt sich mit den Auswirkungen des Todes bzw. der Trennung auf die Bewältigung des Alltags. „*Trauernden Menschen ist anfangs selten klar, was genau sie verloren haben. Den Partner zu verlieren kann z. B. bedeuten, auch den Sexualpartner, den besten Freund, den Finanzberater, den Gärtner, den Babysitter, den guten Zuhörer, den Tröster usw. zu verlieren – je nachdem, welche Rollen die Partnerin oder der Partner im gemeinsamen Leben übernommen hatte.*“ (Parkes zit. Nach Worden 2011, S. 52). Das bedeutet, dass die Aufgaben und Rollen nun von den Hinterbliebenen übernommen werden müssen.

Bei der **internen Anpassung** geht es nicht nur darum, dass sich die Betroffenen als Witwe/Witwer begreifen, sondern auch darum, wie sich der Tod auf das Selbstbild auswirkt. Es geht um die Beantwortung der Frage: „*Wer bin ich ohne meinen Mann bzw. ohne meine Frau?*“ Besonders bei Frauen, die sich tendenziell über Beziehungen zu anderen und der Fürsorge für andere identifizieren, kann der Verlust einer wichtigen Bezugsperson zu einem „Selbstverlust“ führen.

Bei der **spirituellen Anpassung** geht es um die Auswirkungen auf die eigenen Überzeugungen, Wertvorstellungen und Annahmen über die Welt. Vor allem können plötzliche Todesfälle oder auch unerwartete Trennungen die eigene Welt gewaltig erschüttern

Jetzt Mobile-Banking nutzen!
Meine Bank ist da, wo ich bin.

Bank-geschäfte mobil erledigen!

EISA-App gratis downloaden!

Raiffeisen Meine Bank

und die eigenen Wertvorstellungen dramatisch in Frage stellen.

- *Eine dauerhafte Verbindung zu der verstorbenen Person inmitten des Aufbruchs in ein neues Leben finden*

Diese Aufgabe ist für manche Menschen besonders schwierig. Hier geht es darum, dass die Bindung zu dem Verstorbenen einen geeigneten Platz findet, ohne dass die Beziehung zu ihm aufgegeben wird. Trauernde sollen die Möglichkeit haben, trotz des Verlustes ihr Leben weiterzuleben und neue Bindungen einzugehen.

„Die Bereitschaft von Trauernden, neue Beziehungen einzugehen, entsteht nicht dadurch, dass die tote Person ‚aufgegeben‘ wird. Vielmehr geht es darum, für die verstorbene Person im eigenen Seelenleben einen passenden Ort zu finden – einen Ort, der wichtig ist, aber auch Raum für andere lässt.“ (Shuchter/Zisook zit. nach Worden 2011, S. 57). Eine Nichterfüllung dieser Aufgabe kann so beschrieben werden, dass Hinterbliebene an der Bindung mit der toten Person festhalten und nicht in der Lage sind, ihr Leben nach dem Verlust in anderer Form befriedigend wieder aufzubauen.

Die Bewältigung dieser Traueraufgaben erfordert vor allem Geduld und Zeit. Der Wunsch von Trauernden, dass dieser schmerzvolle Prozess schneller vonstattengehen möge, ist mehr als verständlich. Wer würde sich nicht wünschen, dass Leiden ein rasches Ende finden sollen. Die Erfüllung dieses Wunsches bzw. der Versuch, den Trauerprozess zu beschleunigen, ist leider zum Scheitern verurteilt. Jeder Mensch hat seinen eigenen Rhythmus und seine eigene Geschwindigkeit. Ein chinesisches Sprichwort sagt: *„Wenn man am Gras zieht, wächst es auch nicht schneller“*. Nicht die Beschleunigung sondern das Aushalten und bewusste Durchleben dieses Prozesses – mit oder ohne Psychotherapie – verspricht Wandlung und Neubeginn.

Literatur:

Canacakis, Jorgos (2006): Ich sehe deine Tränen, Freiburg

Kachler, Roland (2011): Was bei Trauer gut tut.

Hilfen für schwere Stunden, Freiburg

Worden, William J. (2011): Beratung und Therapie in Trauerfällen.

Ein Handbuch, 4. Auflage, Bern

Raumdüfte für die Sinne

Chemiefreie Haushaltsreinigung

Beauty & Wellness natürlich für mich

reinZeit

natürlich für mich

ReinZeit HandelsGmbH, Teichweg 2, A-4501 Neuhofen, Tel: +43 (0)7227 20877, www.reinzeit.com

Schwer erkrankt – wie sage ich es meinem Kind?

Mag.(FH) Christine Daxner-Genger
Systemische Familientherapeutin



Beratungsstelle ZELLKERN Linz und Alkoven

Wird eine Mutter oder ein Vater schwer krank, haben Kinder eine komplexe Belastungssituation zu bewältigen.

In meiner Arbeit als systemische Familientherapeutin in der Beratungsstelle Zellkern stelle ich oft fest, dass viele Eltern als erste Reaktion versuchen, das Kind vor dem Unaussprechlichen zu schützen. Die Verunsicherung auf Seiten der Eltern ist allzu verständlich, daher ist es ratsam, bereits zu Beginn professionelle Hilfe in Anspruch zu nehmen. Eltern können sich dabei nicht nur mit dem eigenen Schmerz auseinandersetzen, sondern erhalten auch Unterstützung im Umgang mit den Kindern.

Eine der dringendsten Fragen ist die des richtigen Zeitpunktes.

Ab wann ist es sinnvoll, die Kinder miteinzubeziehen?

Nach der Diagnosestellung brauchen Eltern erst einmal Zeit, sich mit den eigenen Ängsten und Sorgen auseinandersetzen zu können. Sobald die Bezugspersonen in der Lage sind, über die Erkrankung zu sprechen, sollten auch die Kinder informiert werden. Meistens haben Kinder ohnehin schon Veränderungen bemerkt. Kinder sollten von den eigenen Eltern informiert werden und nicht von Außenstehenden über die Erkrankung erfahren, da dies das Vertrauen zur eigenen Familie massiv erschüttern würde.

Wie sage ich es meinem Kind?

Zu Beginn ist es für alle Beteiligten meist einfacher, kurze Gespräche zu führen, dafür öfter.

Es empfiehlt sich einen ruhigen Zeitpunkt zu wählen, um dem Kind die Möglichkeit zu geben nachzudenken und Fragen zu stellen. Derartige Gespräche sollten keinesfalls vor dem Zubettgehen geführt werden. Ebenso wenig sollte im Anschluss ein „Ablenkungsprogramm“ eingeplant werden.

Für Kinder im Vorschul- bzw. Volksschulalter sollten einfache Formulierungen gewählt werden, beispielsweise: „Morgen muss Mama wieder ins Krankenhaus, der Tumor wird operiert. Mama muss einige Tage im Krankenhaus bleiben“.

Es ist ratsam Wörter wie Krebs, Tumor, Chemotherapie, Operation usw. auszusprechen, da Kinder sonst glauben, nicht ehrlich behandelt zu werden. Haben Kinder zu wenige Informationen oder machen sie die Erfahrung, dass sie besser nicht fragen sollten, kann eine schwere emotionale Überforderung entstehen. Fundamentale Grundlage sollte sein, trotz eigener Ängste und Sorgen mit seinem Kind im Gespräch zu bleiben.

Typische Reaktionen von Kindern und Jugendlichen

Abhängig vom Alter und der kognitiven Reife haben Kinder unterschiedliche Konzepte von Krankheit, ihrer Entstehung und vom Tod.

Vorschulkinder können schuldhaftige Kausalitätsvorstellungen entwickeln: „Ich war schlimm, deshalb ist Mama krank“. Diese Kinder sind unbedingt mit altersgerechter Erklärung zu unterstützen, dass niemand an der Erkrankung Schuld sei.

Schulkinder reagieren meist sehr empfindsam auf wahrgenommene körperliche Veränderungen (Gewichtsabnahme, Haarverlust, ...), in dieser Altersgruppe zeigen sich emotionale Belastungen häufig in somatischen Symptomen, wie z. B. Schlafstörungen, Bauchschmerzen, Kopfschmerzen oder Einlässen. Es ist auch möglich, dass Rückschritte in der Entwicklung gemacht werden und Betroffene wieder Daumenlutschen oder in Babysprache zurückfallen. Manche Kinder werden gereizt und launenhaft, manche entwickeln starke Trennungsängste. Das Jugendalter stellt eine besondere Herausforderung dar. In der Regel sind sich Jugendliche dessen bewusst, dass sie für einen erkrankten Elternteil oder auch für Geschwister Mitverantwortung tragen. Ablenkung wird dafür oft in Unterhaltung, Parties und Extremsportarten gesucht, um Grenzen auszuloten und eigene Autonomiewünsche zu befriedigen.

Wie geht man mit Ängsten und Fragen des Kindes um?

Die Grundvoraussetzungen zur Minimierung der Belastungsfaktoren sind eine ehrliche Kommunikation und die Ermutigung, Fragen zu stellen. Ein offener Umgang mit der bedrohlichen Wirklichkeit ist für Kinder weniger ängstigend, als mit diffusen Phantasien alleine gelassen zu werden.

Eltern sollten durchaus die eigene Trauer zeigen, die Kinder dürfen jedoch nicht zum Tröster werden. Die Nennung konkreter Personen, die für „die Mama“ zum Trösten da sind, kann hierbei große Erleichterung für Kinder schaffen.

Wichtig ist es, im Alltag für Sicherheit zu sorgen, indem gemeinsame Rituale geschaffen werden. Keinesfalls sollte versucht werden, Tatsachen zu verharmlosen. Auch psychosomatische Beschwerden müssen ernst genommen werden, ärztliche Konsultation kann hierbei hilfreich sein.

Fragen der Kinder sollen natürlich altersabhängig behandelt werden.

Bei kleineren Kindern kann es von großer Hilfe sein, einen „Helfer“ zu installieren. Zum Beispiel: Eine Handpuppe, die Fragen beantwortet und der man alles erzählen kann.

Auch Kinderbücher können zur Entlastung beitragen, mittlerweile gibt es umfassende Literatur zum Thema „Mit Kindern über Krankheit und Sterben sprechen“.

Mit größeren Kindern können schon konkrete Gespräche über eine lebensbedrohliche Erkrankung geführt werden. Manchmal kommen Kinder für eine gewisse Zeit alleine in die Therapie, um sich über ihre Ängste austauschen zu können.

Jugendliche sprechen oft mit Gleichaltrigen – Geschwistern oder Freunden – über ihre Gefühle und Sorgen. Viele verarbeiten ihre Empfindungen auch in Texten oder Musik. Bei jungen Erwachsenen ist es wichtig, auf Hilfsangebote hinzuweisen oder einfach nur DA ZU SEIN.

Wichtig ist es zu berücksichtigen, dass Kinder kranker Eltern Ansprechpartner von außen benötigen, damit sie sich mitteilen können, ohne die Eltern zu belasten. Von großem Vorteil ist auch, wenn bereits vertraute Bezugspersonen miteinbezogen werden können.

Kindergärten und Schulen sollen informiert werden, sofern diese dem Kind Sicherheit vermitteln. Möglicherweise werden auch dort von den Kindern Fragen geäußert, die von den Pädagoginnen und Pädagogen aufgegriffen werden können.

In dieser Zeit kann es sinnvoll sein, engen Kontakt zu den Einrichtungen zu halten.

Die Erfahrungen in Krankenhäusern und Beratungseinrichtungen wie Zellkern zeigen deutlich, wie wichtig neben der medizinischen Versorgung auch eine adäquate psychosoziale Begleitung für Betroffene ist.

Während das Angebot für Erwachsene in den letzten Jahren ausgebaut wurde, sind die Begleitungsmöglichkeiten für Kinder aufgrund des zunehmenden Kostendrucks im Sozial- und Gesundheitsbereich leider noch immer bei weitem nicht ausreichend.

Literatur:

Broeckmann, Sylvia (2015): *Plötzlich ist alles ganz anders – wenn Eltern an Krebs erkranken*. Taschenbuch, Klett-Cotta.

Österreichische Krebshilfe Wien (2011):

Mama/Papa hat Krebs. Broschüre.

Pucher, Susanne (2005): *Mama im Krankenhaus*.

Verlag Renate Bosmanszky.

Trabert, Gerhard (2012): *Als der Mond vor die Sonne trat*.

G.Trabert Verlag.

Früh übt sich,
wer eine
Neugierdsnase
werden will.

Wissens-Spaß für Ihre Kinder und Enkel.
Kinder sind von Natur aus neugierig.
Und je mehr man weiß, desto
spannender wird die Welt! Unterstützen
Sie daher den Wissensdurst Ihrer
Kinder und Enkel. Mit einem Abo der
KinderNachrichten um nur € 8,90 im
Monat bzw. € 7,90 für OÖNachrichten-
Abonnenten. Zu bestellen unter
0732/7805-560 oder per E-Mail an
kinder@nachrichten.at. Alle Infos auch
auf www.kinder-nachrichten.at

Die Welt der
KINDER
Nachrichten

Patientenverfügung und Vorsorgevollmacht

Dr. Renate Garantini
Rechtsanwältin



Beratungsstelle ZELLKERN Linz

Die Segnungen der modernen Medizin schaffen bei vielen Krankheiten, die in früheren Zeiten nicht behandelbar waren, die Möglichkeit einer erheblichen Lebensverlängerung. Dies macht vielen Menschen Angst, weil sie sich auch im Falle einer schweren Krankheit bis zuletzt ein Mindestmaß an Lebensqualität wünschen und nicht bloß eine unbedingte Verlängerung des Lebens nach den Möglichkeiten der Apparatedizin. Menschen wollen die Kontrolle über die Behandlungen im Krankheitsfall bis zuletzt behalten und wünschen sich, selbst über ihr Leben und Sterben entscheiden zu können.

Jeder Mensch kann im Lauf seines Lebens unabhängig vom Alter in eine Situation geraten, in der er nicht mehr in der Lage ist, sich zu äußern und selbst zu entscheiden – besonders über Fragen medizinischer Behandlungen. In solchen Fällen ist es für Ärzte und Angehörige schwierig, jene Maßnahmen zu treffen, die auch der betroffene Patient für sich selbst getroffen hätte. Dafür sollte in gesunden Tagen entsprechende Vorsorge getroffen werden. Dazu stehen insbesondere zwei geeignete Instrumente zur Verfügung – die Patientenverfügung und die Vorsorgevollmacht.

Die Patientenverfügung

Mit der gesetzlichen Möglichkeit eine Patientenverfügung zu errichten, wurde für Patienten ein Instrument geschaffen, auch in Lebenssituationen, in denen die Selbstbestimmung abhandengekommen ist, die Umsetzung ihrer Wünsche für diese Lebensphase sicherzustellen.

Eine Patientenverfügung ist eine Willenserklärung in Schriftform, womit ein zukünftiger Patient bestimmte medizinische Maßnahmen und Behandlungen im Voraus ablehnen kann.

Solange ein Patient selbst entscheidungsfähig ist, kann und muss er grundsätzlich in jede medizinische Behandlung, wie z. B. Operationen etc. einwilligen. Sollte eines Tages der Fall eintreten, dass ein Mensch nicht mehr selbst entscheidungsfähig ist, beispielsweise aufgrund einer schweren Krankheit, eines Unfalls, eines Komas oder ähnlicher Zu-

stände, wird die Patientenverfügung wirksam, durch welche bestimmte medizinische Maßnahmen und Behandlungen im Voraus abgelehnt werden können. Diese gesetzliche Möglichkeit besteht seit nunmehr über zehn Jahren.

Selbstverständlich soll eine solche in guten Zeiten getroffene Verfügung nur gelten, wenn sich der betroffene Patient im Ernstfall nicht mehr wirksam äußern kann. Die näheren Bestimmungen sind im Patientenverfügungs-Gesetz (PatVG) geregelt. Es wird darin zwischen einer verbindlichen und einer beachtlichen Patientenverfügung unterschieden.

Auf Wunsch eines Patienten kann eine Patientenverfügung – sowohl eine verbindliche als auch eine beachtliche – im Patientenverfügungsregister der österreichischen Rechtsanwälte oder des österreichischen Notariats registriert werden. Dadurch ist gewährleistet, dass eine Patientenverfügung jederzeit auffindbar ist und eingesehen werden kann. Die Einsichtsmöglichkeit in das Patientenverfügungsregister der österreichischen Rechtsanwälte und jenes des österreichischen Notariats besteht österreichweit für sämtliche Krankenanstalten in Zusammenarbeit mit dem Österreichischen Roten Kreuz.

Sinnvoll ist, einen Hinweis auf eine Patientenverfügung gut erreichbar aufzubewahren und mitzuführen. Bei einem Spitalsaufenthalt ist es natürlich ratsam, die behandelnden Ärzte ausdrücklich auf die Patientenverfügung hinzuweisen.

Die verbindliche Patientenverfügung

Eine verbindliche Patientenverfügung ist von den behandelnden Ärzten unter allen Umständen zu befolgen. Konkret bedeutet dies, wenn jemand mit seiner Patientenverfügung eine bestimmte Maßnahme wie z. B. künstliche Ernährung, künstliche Beatmung etc. abgelehnt hat, so ist diese Verfügung für die behandelnden Ärzte zwingend zu beachten, selbst wenn dadurch eine Verkürzung des Lebens eintritt. Deswegen ist die Errichtung einer sogenannten „verbindlichen Patientenverfügung“ an strenge Voraussetzungen und Formkriterien gebun-

den, welche im Patientenverfügungs-Gesetz genau geregelt sind.

So müssen beispielsweise die medizinischen Behandlungen, die abgelehnt werden, konkret beschrieben sein und der zukünftige Patient muss die Folgen seiner Patientenverfügung richtig einschätzen können. Daher muss einerseits der Errichtung einer „verbindlichen Patientenverfügung“ eine umfassende ärztliche Aufklärung mit den notwendigen medizinischen Informationen über das Wesen und die Konsequenzen einer Patientenverfügung vorangehen, andererseits muss diese schriftlich vor einem Rechtsanwalt, einem Notar oder einem rechtskundigen Mitarbeiter der Patientenvertretungen errichtet werden. Der Errichter muss zudem über die rechtlichen Folgen seiner Patientenverfügung sowie über die Möglichkeit des jederzeitigen Widerrufs ausdrücklich belehrt werden.

Eine verbindliche Patientenverfügung gilt jeweils nur für die Dauer von fünf Jahren und muss innerhalb dieser Frist bestätigt bzw. erneuert werden, ansonsten verliert sie nach Ablauf von fünf Jahren ihre Verbindlichkeit. Ist ein Patient aufgrund des Fehlens seiner Äußerungsfähigkeit oder Einsichtsfähigkeit nicht in der Lage, die verbindliche Patientenverfügung vor Ablauf der 5-Jahres-Frist zu erneuern, so bleibt diese in Wirksamkeit.

Werden diese strengen Formvorschriften bei der Errichtung der Patientenverfügung nicht eingehalten, liegt eine sogenannte „beachtliche Patientenverfügung“ vor. Dies bedeutet, dass sich die behandelnden Ärzte nach Möglichkeit unter Einhaltung bestimmter Kriterien an die Patientenverfügung zu halten haben, diese jedoch nicht in jeder Situation für die Ärzte bindend und zwingend umzusetzen ist. Die Wirksamkeit einer Patientenverfügung ist selbstverständlich auch davon abhängig, dass sie dem freien Willen des Patienten entspricht, keine strafrechtlichen Vorschriften verletzt und keine wesentliche Änderung des medizinischen Wissensstandes seit der Errichtung der Patientenverfügung eingetreten ist.

Der Patient kann eine Patientenverfügung grundsätzlich jederzeit ändern, wofür die gleichen Formvorschriften wie für die Errichtung gelten. Er kann die Patientenverfügung auch jederzeit formfrei widerrufen, womit sie ihre Wirksamkeit verliert.

Die beachtliche Patientenverfügung

Bei dieser Art der Patientenverfügung handelt es sich ebenso um eine schriftliche Willenserklärung, womit der zukünftige Patient Regeln und Vorgaben für die behandelnden Ärzte festlegt. Dabei geht es um die Anweisung an die behandelnden Ärzte, im Falle einer zum Tod führenden Erkrankung oder

Bewusstlosigkeit (Koma) auf lebensverlängernde Maßnahmen zu verzichten und gleichzeitig aber alle Möglichkeiten der Schmerzlinderung zu nutzen. Die beachtliche Patientenverfügung unterliegt jedoch nicht den bereits angeführten strengen Formvorschriften der verbindlichen Patientenverfügung.

Der behandelnde Arzt muss sich vor einer Behandlung konkret überlegen, welche Behandlung dem Willen des jeweiligen Patienten entspricht. Aus diesem Grund richtet sich die beachtliche Patientenverfügung eher an behandelnde Ärzte, zu denen ein gutes Vertrauensverhältnis besteht. Der Inhalt einer beachtlichen Patientenverfügung sollte deshalb unbedingt mit dem behandelnden Arzt genau besprochen werden, um möglichst genau beschreiben und erklären zu können, weshalb eine konkrete medizinische Maßnahme nicht durchgeführt werden soll.

Die Vorsorgevollmacht

Die Vorsorgevollmacht ist eine grundsätzlich formfreie, schriftliche Regelung, womit ein Patient eine Person seines Vertrauens beauftragen kann, stellvertretend für ihn zu handeln und zu entscheiden. Die gesetzliche Regelung findet sich im Sachwalterrechts-Änderungsgesetz 2006.

Die Vorsorgevollmacht kann umfassend sein oder sich auf einzelne Lebensbereiche beschränken. Sie gilt nur in dem Fall, wenn der Patient in bestimmten Angelegenheiten nicht mehr selbst handeln oder entscheiden kann. Selbstverständlich besteht die Möglichkeit, eine derartige Vorsorgevollmacht jederzeit inhaltlich zu verändern oder der beauftragten Person wieder zu entziehen.

Legen Patienten keine Bevollmächtigten fest, so wird vom Pflegeschäftsgericht eine Sachwalterin oder ein Sachwalter bestellt, sollten sie nicht mehr entscheidungsfähig sein.

Die Vorsorgevollmacht kann sich z. B. auf Verträge jeder Art, Bankangelegenheiten, den Einzug in ein Pflegeheim oder andere Lebensbereiche beziehen. Es können auch ganz persönliche Wünsche darin formuliert werden. Wenn der Beauftragte auch in medizinischen Angelegenheiten entscheiden können soll, muss ausdrücklich die Befugnis enthalten sein, in ärztliche Maßnahmen einzuwilligen oder solche zu untersagen. Es kann dem Beauftragten auch das Recht eingeräumt werden, z. B. über die Unterbringung in einem Heim zu entscheiden.

Zur Verfügung über ein Konto des Vollmachtgebers ist es sinnvoll, wenn in der Vorsorgevollmacht auch eine Spezialvollmacht für Banken enthalten ist. Darin muss genau festgelegt sein, für welches Konto und bei welcher Bank diese Bankvollmacht gilt. Einfacher ist es meist, dem Bevollmächtigten eine

Zeichnungsberechtigung auf dem Konto einzuräumen.

Sofern die Vorsorgevollmacht auch die Besorgung von Vermögensangelegenheiten, die über den ordentlichen Wirtschaftsbetrieb hinausreichen, oder die Entscheidung über die dauerhafte Änderung des Wohnorts umfasst, muss die Vorsorgevollmacht vor einem Notar, einem Rechtsanwalt oder vor Gericht errichtet werden. Gleiches gilt, wenn darin dem Beauftragten das Recht zur Entscheidung über medizinische Behandlungen gegeben wird, die gewöhnlich mit einer schweren oder nachhaltigen Beeinträchtigung der körperlichen Unversehrtheit verbunden sind.

In jedem Fall sollte eine Vorsorgevollmacht die persönlichen Daten inkl. Geburtsdatum des Bevollmächtigten/der Vertrauensperson enthalten und festlegen, für welche Aufgabenbereiche diese zuständig sein soll. Wichtig ist auch einen Zeitpunkt festzulegen, ab wann die Vorsorgevollmacht wirksam sein soll und wie lange sie gelten soll.

Bei der Auswahl der zu bevollmächtigenden Person sollte man darauf achten, dass man diese Person gut kennt und ihr vertraut. Es sollte jemand sein, der sich gut informiert, kooperativ und durchsetzungsfähig ist und es schafft, eine Entscheidung im Sinne der betroffenen Person und nicht für sich selbst zu treffen. Schließlich entscheidet der Bevollmächtigte je nach dem Auftrag in sehr wichtigen Angelegen-

heiten, wie Finanzen, Heimunterbringung oder bei medizinischen Fragen wie etwa einer Operation. Dazu ist es wichtig, dass der Bevollmächtigte erreichbar und vor Ort ist und regelmäßig Kontakt zur betroffenen Person, den Ärzten, dem Heim oder den Banken hat.

Nach Möglichkeit sollten insbesondere auch die persönlichen Wünsche und Vorstellungen des Patienten für seine Zukunft, wie z. B. betreffend medizinische Versorgung, Pflege, Heimunterbringung, persönliche Gegenstände, Freizeitgestaltung etc. dargelegt werden.

Auch Menschen mit einer psychischen oder geistigen Behinderung können grundsätzlich eine Vorsorgevollmacht ausstellen, solange sie geschäftsfähig sind.

Fazit

Der Gesetzgeber hat also eine Palette von Möglichkeiten geschaffen, um bereits in gesunden Tagen für schwierige Lebenssituationen, in denen man nicht mehr in der Lage ist, sich zu äußern und selbst zu entscheiden, Vorsorge zu treffen, damit man letztlich seinen Wünschen entsprechend behandelt wird. Dank Patientenverfügung resp. Vorsorgevollmacht kann man sich und seinen Angehörigen spätere schwerwiegende Entscheidungen ersparen. Jeder ist gut beraten, diese Möglichkeiten individuell zu ergreifen.

Abschied vom Heil

Peter Huber

Sozialpädagoge, Psychotherapeut i.A.u.S.

Beratungsstelle ZELLKERN Linz

Der Titel mag im ersten Hinsehen verstörend wirken. Denn wer wünscht sich nicht, ein möglichst gesundes und zufriedenes Leben zu führen? Was sollte es für einen Grund geben, nicht danach zu streben, das „Heil“ zu finden?

Die Idee eines Daseins ohne Leiden, Mangel und Krankheit scheint sich zwangsläufig aus unserer Erkenntnis heraus zu ergeben, dass wir im Leben eben genau dies zu erdulden haben: Oft genug



erfüllen sich unsere Wünsche und Bedürfnisse nicht, wir werden krank, wir sehen uns ausgeliefert und hilflos. Wir meinen, dieses und jenes unter Entbehrung und Schmerz hinnehmen zu müssen, um „gerade noch so“ überleben zu können. Wer eine Krise durchlebt hat, wird vermutlich zustimmen, wenn ich behaupte, dass sich diese Erfahrung in die Seele „einbrennt“. Zu unserem eigenen Schutz werden schmerzhaft Erinnerungen abgespeichert, um zu gewährleisten, dass wir achtsam bleiben

und Sorge für uns tragen. Quasi ein tief in uns verankertes Programm, evolutionär bedingt, um zu erkennen, wann wir uns in Gefahr befinden und wo wir uns bedroht fühlen sollten, Leid zu erwarten.

In Beratungen und Therapien höre ich entsprechend regelmäßig den Wunsch von Klientinnen und Klienten, etwas möge „aufhören und vorbei sein“, häufig verbunden mit der Erwartung, dass ein psychologisch oder therapeutisch geschulter Experte die Macht habe, all die Ängste, Trauer oder Hilflosigkeit zu entfernen wie der Chirurg einen Tumor. Durch eindeutige Erklärungen und eine möglichst rasche und potente Behandlung sollen „Defizite“ behoben werden, soll die Bitterkeit einer Lebenswirklichkeit getilgt werden, die viele Sehnsüchte unerreichbar werden lässt.

So sehr dies nachvollziehbar ist, so sehr drängt sich mir häufig die Frage auf: „Wer aber könnte dieser Mensch, der hier vor mir sitzt, sein, wenn ihm dieser Wunsch erfüllt würde? Wäre er oder sie dieselbe Person, mit all ihren/seinen Fähigkeiten, Erfahrungen, Ressourcen, wenn das verschwände, was zum Einsatz eben dieser Fähigkeiten auffordert?“ Oder, anders gesprochen: Dort, wo ich leide und ebenso dort, wo ich zufrieden bin, offenbart sich häufig auch meine Kraft.

Man könnte sagen, dass wir in einer Zeit leben, in der wir glauben, uns selbst stets einen Schritt hinten nach zu sein, da wir nicht ausreichend sportlich sind, uns nicht gesund genug ernähren, unsere Laster so schwer aufgeben und jederzeit eine Verantwortung übersehen könnten, die wir noch zu erfüllen haben. Und bei all der Energie, die wir dafür aufwenden, unseren Idealen zu entsprechen, wird allzu leicht die Frage übersehen, ob uns so ein Dasein voller Eile und „Mangelhaftigkeit“ überhaupt zufrieden machen kann.

Der französische Philosoph Albert Camus (1913 – 1960) hat sich in seinem Buch „der Mythos des Sysiphos“ mit dieser Frage auseinandergesetzt. Er betrachtet dabei die griechische Parabel von König Sysiphos, der zur Strafe, dass er den Tod mehrfach überlisten konnte, dazu verurteilt ist, bis in alle Ewigkeit in der Unterwelt einen Fels bergan zu rollen. Wann immer der Gepeinigte aber kurz davor steht, den Gipfel mit seinem Stein zu erreichen, entgleitet ihm dieser und die mühevollen Arbeit beginnt erneut. Eine sinnlose Leerlaufhandlung, die ewige Wiederholung des Gleichen, um ein anderes Ergebnis zu erzielen – der sprichwörtliche „Wahnsinn“, wie Albert Einstein es bezeichnet hat.

Und doch bietet Camus für diese tragisch anmutende Geschichte eine tröstlichere Deutung an: Für ihn wird Sysiphos zum Sinnbild des menschlichen Entwicklungsstrebens, das sich selbst genug wird, da es die einzige Gewissheit bleibt, die zwischen Geburt und Tod vorzufinden ist.

Möglicherweise wird nun jemand, der diese Zeilen liest, mich als zynisch bezeichnen wollen, könnten sie doch auch so verstanden werden, dass „eh alles passt und man halt aushalten muss“, was an Schicksalsschlägen das Leben einem zuträgt. Doch genau diese Schlussfolgerung will ich vermieden wissen, wenn ich auf das angesprochene Entwicklungsstreben hinweise: denn Sysiphos, der scheinbar Gefangene einer absurden Prüfung, trifft immer wieder die Entscheidung für die Auseinandersetzung und das Tätig-Sein; er ist keiner, der sich einfach ergibt und sich im Schatten des schweren Steins versteckt. Er hat seinen ganz persönlichen Kampf, den er aufnimmt ungeachtet des Ausgangs. Dort, wo er Heil erwartet hat, erkennt er nunmehr eine Aufgabe, die ihm zugeordnet wurde. Nicht der erlösende Gipfel wird zum Orientierungspunkt, sondern der Aufstieg dorthin, im Zuge dessen er Entbehrung und Anstrengung ebenso erfährt wie die Stärke und Opferbereitschaft, die er dafür aufzubringen imstande ist.

In dieser Betrachtungsweise bleibt Sysiphos letztlich Sieger über jene Götter, die ihn strafen wollten: Er verweigert den Wunsch nach dem endgültigen Heil, der ihn verzweifeln lassen soll, und widmet sich dem, was er vorfindet und bewirken kann. In anderen Worten: „Heil“ sind wir vielleicht bereits, indem wir unser Leben zu gestalten versuchen.

JOHANNES BRAHMS
2017 2018
UND GEMUNDEN

Gmunden
Kameralstadt

Johannes Brahms
und die Familie Miller-Aichholz in Gmunden

Neupräsentation des Miller-Aichholz'schen BRAHMS-Museums
ab 7. Mai im K-Hof Kammerhof Museen Gmunden

Als Ergänzung zur Brahms-Ausstellung finden zahlreiche
Veranstaltungen, wie Konzerte, Vorträge u.a. statt.

Infos unter: www.k-hof.at

Urlaub ohne Sorgen

ZELLKERN-Kinderferienwoche im August 2016

Die von Zellkern schon seit vielen Jahren organisierte jährliche Ferienwoche für Kinder aus Familien, in denen ein Familienmitglied von einer schweren oder chronischen Krankheit betroffen ist, fand im Sommer 2016 zum ersten Mal in Litzlberg am Attersee statt. 14 Kinder zwischen 9 und 14 Jahren nahmen daran teil. Unser vierköpfiges professionelles Betreuersteam wurde von einem erfahrenen Sozialpädagogen geleitet.

Der erste Tag war vor allem dem gegenseitigen Kennenlernen gewidmet. „Alte Hasen“, die schon in Vorjahren an der Kinderferienwoche teilgenommen hatten, freuten sich über ein Wiedersehen, die „Neuen“ verloren schnell die anfängliche Scheu. Noch am Vormittag gleich nach der Ankunft erkundete man gemeinsam die Umgebung des Jugendheims Litzlberg, das wunderschön zwischen Wald und See gelegen ist. Am Nachmittag ging es dann zum hauseigenen Badeplatz am See. Bei fröhlichen Kennenlernspielen, Räuber & Gendarm u. ä. machte sich die Gruppe miteinander vertraut.

Am zweiten Tag gab es am Vormittag verschiedene Freizeitangebote wie Bogenschießen und Volleyball, Malen oder Basteln. Der Nachmittag gehörte zur Gänze dem Vergnügen im Wasser mit Schlauchbootfahren und Baden.

Der dritte Tag bot am Vormittag wieder Gelegenheit für gemeinsame Spiele in der Gruppe. Am Nachmittag stand eine Wanderung zu Fuß nach Seewalchen auf dem Programm, wo die Gruppe ein Schiff für eine Attersee-Nord-Rundfahrt bestieg. Nach der Rückkehr blieb noch Zeit für ein kurzes Bad im See. Den vierten Tag, einen herrlichen Sonnentag, verbrachten alle mit weiteren Freizeitaktivitäten und nachmittäglichem Schwimmen. Nach dem Abendessen maßen die Kinder ihre Talente in einem Wettbewerb mit anschließender Siegerehrung. Den Abschluss bildete ein Lagerfeuer, bei dem sich Groß und Klein Würstel, Steckerlbrot und Marshmallows schmecken ließ.

Am Freitag, dem letzten Tag, mussten bis 9:30 Uhr die Zimmer geräumt werden. Die verbleibende Zeit wurde genutzt, um einem Volleyballturnier zuzusehen und im Freien zu spielen. Um 13 Uhr ging es zurück nach Hause, wo die Kinder eine Menge zum Erzählen hatten!

Unser besonderer Dank gilt „Licht ins Dunkel“ und allen anderen Spendern, die mit ihrer finanziellen Unterstützung die Kinderwoche ermöglichen.

LICHT INS DUNKEL

Das Betreuungsteam bei „Urlaub ohne Sorgen“ 2016:
Ludwig Heinetzberger – Sozialpädagoge, Teamleiter
Johann Garstenauer – Sozialpädagoge
Denise Juan – Sozialpädagogin in Ausbildung
Tamina Mayrwöger – Studentin FH Linz, Soziale Arbeit

Herzlichen Dank für euren Einsatz!





DANK an Herrn Prof. Dr. Johannes Wolfslehner

Herr Dr. Wolfslehner war vom März 2005 bis April 2009 Obmann des Vereins ZELLKERN. Durch sein Engagement und seine positive Ausstrahlung war er für die zu betreuenden Patientinnen und Patienten ein vertrauenerweckender Repräsentant der Familienberatungsstelle ZELLKERN. Die Vorstandsmitglieder, Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter erlebten ihn als aktiven Wegbereiter der positiven Entwicklung unseres Vereins, den er auch in (finanziell) schwierigen Zeiten tatkräftig unterstützt und innovativ gelenkt hat.

Herr OSTR Prof. Dr. Wolfslehner ist am 8. Jänner 2017 verstorben.

Unsere Gedanken und unser Mitgefühl sind bei seinen Angehörigen.

*Dr. Erwin Walter
für den Vorstand des Vereins ZELLKERN*

Aschillerplatz

Mag. pharm Elisabeth Halbweis

APOTHEKE AM SCHILLERPLATZ | Landstraße 70, 4020 Linz
Telefon +43 732 771650 | Fax +43 732 771650-1

info@schillerplatzapo.at | www.schillerplatzapo.at

KEINE SORGEN.

Gerald Waglhuber

Mobil: +43 664 4036069, email: g.waglhuber@ooev.at

VERSICHERN | VORSORGEN | LEASEN | BAUSPAREN

Ober  **österreichische**
www.keinesorgen.at

med & tex 

medizinprodukte & textilmanagement gmbh

ein unternehmen der kreuzschwestern, elisabethinen und franziskanerinnen

IMPRESSUM

Medieninhaber und Herausgeber: Verein ZELLKERN, Landstraße 35b, 4020 Linz, Telefon 0732 60 85 60, E-Mail: office@zellkern.at

Ziele und Zwecke der Organisation:

Der Verein, dessen Tätigkeit gemeinnützig und nicht auf Gewinn gerichtet ist, bezweckt:
Die umfassende interdisziplinäre, psychosoziale Betreuung von schwer und chronisch Kranken und deren Angehörigen
in Zusammenarbeit mit den behandelnden ÄrztInnen und Institutionen ähnlicher Zielsetzung;
Öffentlichkeitsarbeit zu den Themen schwere und chronische Krankheiten;
Medizinische und rechtliche Informationen im Zusammenhang mit einer Erkrankung.

Verantwortlich für Inhalt, Redaktion, Bereich Spendenwerbung, -verwendung und Datenschutz: Mag. Klaudia Hanke-Krenmayr

Layout, Produktion und Anzeigenverwaltung: Druckservice Muttenthaler GmbH,
Ybbser Straße 14, 3252 Petzenkirchen, Telefon 07416 504-0*, E-Mail: ds@muttenthaler.com

Namentlich gekennzeichnete Artikel geben die ausschließliche Meinung des Autors wieder, welche nicht mit der Meinung der Redaktion übereinstimmen muss.



Der Direktvertrieb – eine boomende Vertriebsform

Dr. Renate Garantini, Zellkern Linz, im Gespräch mit Karl Breuer, dem Obmann des Gremiums Direktvertrieb in der WKO Oberösterreich



Dr. Renate Garantini: Zunächst einmal danke für die wiederholte Unterstützung unseres Vereins mit Inseraten in unseren Jahresberichten. Warum ist es dem OÖ-Direktvertrieb eigentlich ein Anliegen, sich auch sozial zu engagieren?

Karl Breuer: Das Motto unserer Branche lautet: mobil. modern. menschlich. Wir gehen in dieser innovativen Vertriebsform direkt auf die Menschen zu. Da ist es nur logisch, wichtige soziale Projekte wie die Arbeit von Zellkern auch finanziell zu unterstützen.

Dr. Renate Garantini: Ihr Motto enthält auch die Begriffe mobil und modern. Können Sie dieses Konzept näher erklären? Welche Vorteile bietet der Direktvertrieb den Kunden? Lässt sich eventuell ein spezieller Nutzen für unseren Klientenkreis daraus ableiten?

Karl Breuer: Der Direktvertrieb ist die Vermittlung von Produkten direkt an den Konsumenten ohne Zwischenschaltung des klassischen Handels und liegt als moderne Einkaufsform stark im Trend. Der Direktberater – so nennt man den selbstständigen Vertriebspartner – bringt die Ware direkt zum Interessenten ins Haus. Er berät kompetent, lässt die Qualität fühlen, riechen und schmecken. Und erst wenn Sie als potentieller Kunde sich überzeugt haben, bestellen Sie in Ihren vier Wänden das, was Ihnen gefällt. Gerade für Kunden, die

vielleicht Schwierigkeiten haben, Einkäufe außer Haus zu erledigen, liegt darin ein besonderer Nutzen. Übrigens werden rund 86 % der Neukunden zu treuen Stammkunden.

Dr. Renate Garantini: Und was motiviert nun Menschen, Direktberater zu werden?

Karl Breuer: Der Direktvertrieb hat einfach viele Vorteile beim „Sich selbstständig“ machen! Als Direktberater brauchen Sie vor allem Eigeninitiative, Engagement und ein gutes Gespür für den Kunden, aber nur geringe Mittel für den Start. Und Sie haben die Möglichkeit, Familie und Beruf optimal zu vereinen. Diese Faktoren sprechen deutlich für die Tätigkeit als Direktberater. Daher nutzen immer mehr Menschen diese Chance; 2016 haben sich weitere 1.727 Personen zu einem Neustart als Direktberater entschlossen. Übrigens waren rund 80 % davon Frauen.

Dr. Renate Garantini: Für diejenigen, die jetzt neugierig geworden sind: Wo gibt es mehr Informationen?

Karl Breuer: Unter www.derdirektvertrieb.at findet man alle Infos und Ansprechpartner. Und ein abschließender Tipp: Es gibt einen eigenen geförderten WIFI-Direktvertriebs-Kurs, der Neustartern das nötige Rüstzeug vermittelt.

ICH BIN VORBILD.

KINDER SIND UNSER ABBILD. ES LIEGT AN UNS ELTERN.

Fam
oö Familienkarte

Was Eltern und Erwachsene ihren Kindern vorleben, prägt sie für ihr ganzes Leben. Im positiven wie im negativen Sinn. Das Familienland Oberösterreich unterstützt Sie mit vielen Ideen für gemeinsame Aktivitäten und ermäßigten Eintritten.

www.familienkarte.at  /ooe.familienkarte 

Empfänger/Empfängerin:

Falls verzogen, bei Adressänderung oder
Unzustellbarkeit bitte zurück an:
Verein ZELLKERN, Landstraße 35b, 4020 Linz

**„Wenn ich mich
aufmache für
meine Kunden
das Beste zu geben,
dann lohnt
es sich für beide!“**

