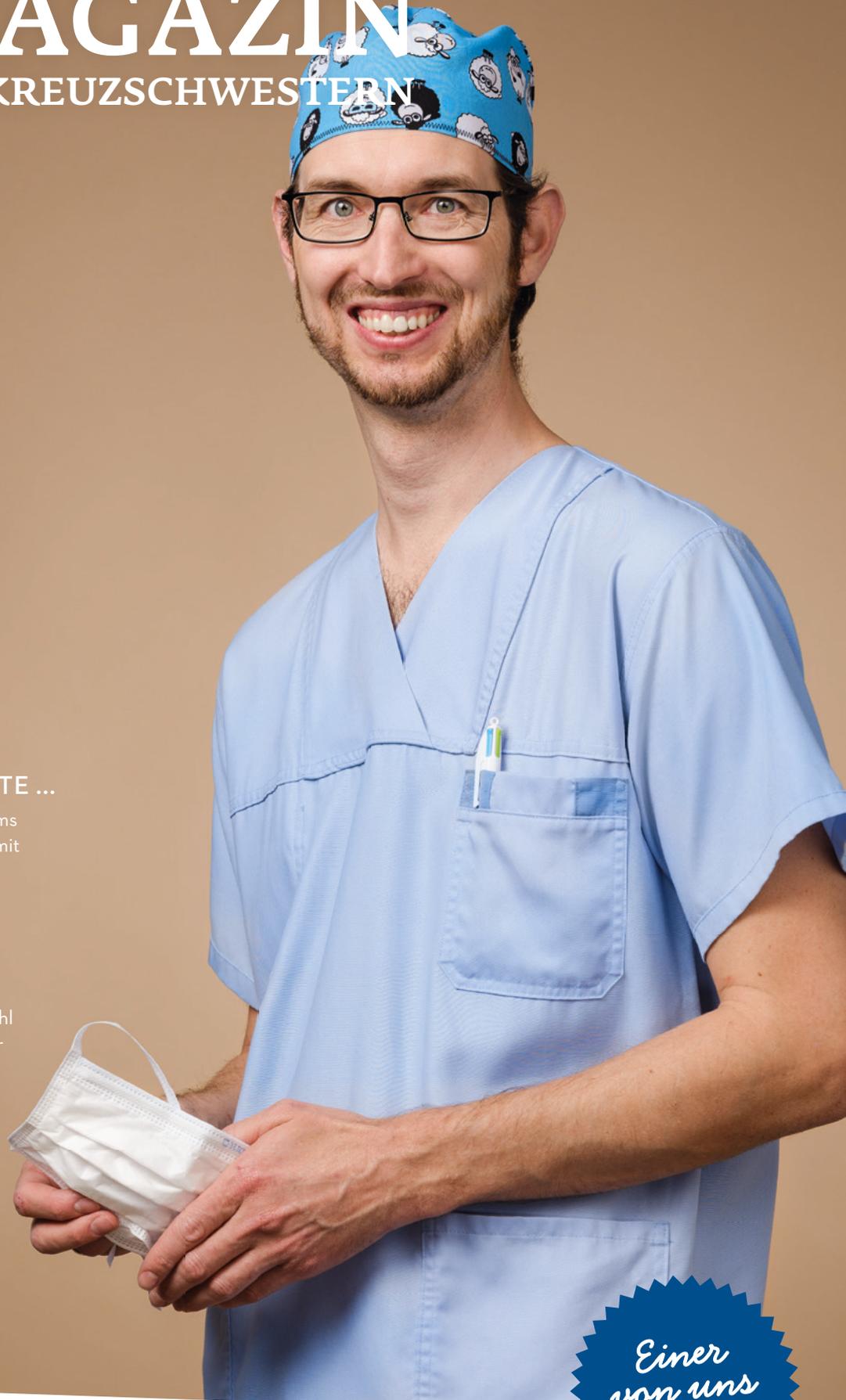


# DAS MAGAZIN

## DER KREUZSCHWESTERN



### RADELN IST DAS LEIWANDSTE ...

Immer mehr MitarbeiterInnen des Klinikums Wels-Grieskirchen satteln um. Sie fahren mit dem Rad zur Arbeit. **Seite 10**

### BENNI RETTET DIE ORANG-UTANS

Der 28-jährige Benni Over sitzt im Rollstuhl und hat nur eines im Sinn: die Rettung der Menschenaffen. **Seite 12**

### SR. MARIA REGINA, WAS HOLEN SIE NACH?

Ein herrlich offenes Gespräch über Schuleschwänzen und verschiedenste „Gärten“. **Seite 19**

**KREUZSCHWESTERN-MITARBEITER FLORIAN HALLER HALB  
IM GRÖSSTEN FLÜCHTLINGSLAGER DER WELT.**

*Einer  
von uns*

SEITE 3



**GESCHÄFTSFÜHRERIN  
MAG.<sup>a</sup> EVA HEIGL (50)**

mag Menschen, die für ihre Werte und Haltungen einstehen

**Werdegang:** Die ausgebildete Betriebswirtin arbeitet seit 2000 in verschiedenen Führungsfunktionen für den Orden der Kreuzschwestern. Davor war sie im Finanzwesen tätig. Seit der Provinzzusammenführung 2007 ist sie im Vorstand der Kreuzschwestern Europa Mitte. Sie engagiert sich ehrenamtlich in ihrer Heimatdiözese Graz-Seckau, ist verheiratet und lebt mit ihrem Mann in Graz.

EDITORIAL

## Möchten Sie gerne ein Gutmensch sein?

**W**as ist das überhaupt, ein Gutmensch? Ist das jemand, der Gutes tut? Wie kann es dann sein, dass Gutmensch zum Schimpfwort geworden ist? Sind wir gar eine Gesellschaft, in der es als schlecht angesehen wird, anderen zu helfen? Manche werden als Gutmenschen bezeichnet, die sich für Hilfsbedürftige einsetzen, sich im Umweltschutz oder etwa gegen Rassismus engagieren. Menschen, die oft grenzenlos optimistisch und gutherzig sind. Warum provoziert ihr Verhalten andere so? Ist es, weil ihr Tun anderen den Spiegel vorhält und sie sehen, was sie selbst nicht machen?

Meistens wird jemand als Gutmensch definiert, der die Moralkeule schwingt, andere belehrt und nur die eigene Vorstellung von richtig gelten lässt. Er erhebt sich damit über alle anderen, fordert Toleranz, meint aber Zustimmung, und wer diese verweigert, gilt dann als intolerant – keine sehr sympathische Beschreibung.

Meiner Meinung nach sind Gutmenschen Leute, die versuchen, Werte, die ihnen wichtig sind, zu leben; die anderen mit Achtsamkeit, Dankbarkeit und Respekt begegnen und die den Mut aufbringen, sich für unbequeme Dinge einzusetzen, die sich gegen die allgemeine Meinung stellen und den Gegenwind aushalten.

Unsere MitarbeiterInnen in den Betrieben sind, gemeinsam mit unseren Ordensschwestern, die Basis, damit jeden Tag Gutes getan werden kann. Sie sind Gutmenschen – mit allen Stärken und Schwächen – im Sinne unserer Ordensgründer. Für mich ist es ein erfüllendes und dankbares Gefühl, dazu gehören zu dürfen.

Ich wünsche Ihnen allen weiterhin viel Freude dabei, Gutes zu tun und viele schöne Erfahrungen dabei, Gutes zu erleben.

Ihre

Mag.<sup>a</sup> Eva Heigl, Geschäftsführerin

Das **Leben** in einem Satz

”

*Ich habe gelernt, dass man nie zu klein dafür ist,  
einen Unterschied zu machen.*

GRETA THUNBERG  
SCHWEDISCHE KLIMAAKTIVISTIN



Der Tiroler Arzt Florian Haller verlässt für den Job auch gerne einmal die Komfortzone.

*Einer von uns*

## Mit wenig möglichst viel erreichen

**Florian Haller (39)** arbeitete im größten Flüchtlingslager der Welt. In Bangladesch bewies der Anästhesist Erfindergeist.

Vom Klinikum Wels-Grieskirchen nach Cox Bazar, Bangladesch. Das ist nicht nur geografisch gesehen eine halbe Weltreise, sondern auch eine Zeitreise in die Vergangenheit, in der die Medizin noch ohne moderne Technik und Diagnoseverfahren auskommen musste. Anästhesist Florian Haller erlebte beides. Im Vorjahr absolvierte er eine Basisausbildung für Auslandseinsätze beim Roten Kreuz, bei der es um Katastrophen und Großeinsätze ging. „Was einen als Notarzt halt ein wenig interessiert“, kommentiert er augenzwinkernd. Vorigen November bestieg er ein Flugzeug und landete Stunden später in Dhaka, Bangladesch, einer der gefährlichsten Städte der Welt. Von dort aus ging es für den Mediziner in das größte Flüchtlingslager der Welt, in dem auf einer Fläche so groß wie Wien, 1,6 Millionen Menschen, hauptsächlich Rohingya, die aus Myanmar geflüchtet sind, leben. Im Feldspital des finnischen Roten Kreuzes mit 60 Betten und zwei

OP-Sälen hatte der gebürtige Tiroler wenig Zeit, sich einzugewöhnen. „Unfälle wechseln sich mit Not-Kaiserschnitten ab, es folgt ein Einsatz auf den nächsten und in der Nacht hat man Bereitschaftsdienst“, gibt der Mediziner Einblick in den Alltag, der für ihn eine steile Lernkurve bedeutete. „Auch Säuglinge mussten versorgt und behandelt werden.“ Und nicht alle könne man retten, so der traurige Nachsatz. Denn ohne notwendige finanzielle Mittel ist in Cox Bazar nur Grund- und Notfallversorgung möglich. „Von zuhause ist man technische Hilfsmittel gewohnt. Davon muss man sich rasch verabschieden, erfinderisch werden und selbst Geräte basteln.“ Obwohl man es „nicht jeden Tag lustig hat“, würde Haller jederzeit wieder fahren. Letztes Mal hat er auch das Einverständnis seiner Frau eingeholt: „Sie ist selbst Ärztin und hat zugestimmt“, so Haller. Unter der Bedingung, dass er Heiligabend unter dem Christbaum sitzt.

## In dieser Ausgabe

Seite 8

### NEU GESTARTET

Wie aus dem Kindergarten in Gemeinden ein „Pastoraler Ort“ wurde.

Seite 11

### WAS UNS BESCHÄFTIGT

MitarbeiterInnen aus Kreuzschwestern-Schulen plädieren für Praxis-Projekte.

Seite 16

### SKIZZEN AUS DEM LEBEN

Das Haus „Wohnen mit Pflege“ St. Raphael lebt die Werte der Kreuzschwestern auch bei MitarbeiterInnen.

Seite 18

### SISTERS ACT

Die junge Kreuzschwester Sony Augustine kämpft in Indien für das Empowerment von Frauen und Kindern.

Seite 20

### LEBENSCHULE

Mit theaterpädagogischen Projekten stärkt die Volksschule Gmunden Ort Kinder gegen Übergriffe.

Seite 23

### LAUTER LIEBLINGE

Telefon-Seelsorger Anton Geiger stellt sich und seine Lebensquellen vor.

---

#### IMPRESSUM

„Das Magazin der Kreuzschwestern Europa Mitte“. MedieninhaberIn: Kreuzschwestern Europa Mitte GmbH, Stockhofstraße 2, 4020 Linz, Austria, [www.kreuzschwestern.eu](http://www.kreuzschwestern.eu), HerausgeberIn: Provinzoberin Sr. Gabriele Schachinger, Gabelsbergerstraße 19, 4600 Wels. Beratung, redaktionelles Konzept, Redaktion und Produktion: „Welt der Frauen“ - Corporate Print, [www.welt-der-frauen.at](http://www.welt-der-frauen.at). Projektleitung: Inez Ardel. Autorinnen in dieser Ausgabe: Inez Ardel, Susanne Niemeier. Artredaktion, Layout, Grafik: Markus Pointecker, Hedwig Imlinger. Fotoredaktion: Alexandra Grill. Titelbild: Robert Maybach. Druck: PrintOn, Johann Seiberl, 3382 Loosdorf. Auflage: 10.100 Stück

# Wie bleibt der Geist der Kreuzschwestern erhalten?

Die Niederösterreicherin Sr. Francesca Fritz war 21 Jahre in der Provinzleitung tätig. Heute ist sie als Provinzrätin viel unterwegs. Sie blickt auf einen reichen Erfahrungsschatz zurück und gibt ihre Management-Skills auch gerne an junge Schwestern weiter.

**E**s ist schön, dass ich Sie erreiche! Sie sind sehr viel unterwegs - von einem Termin zum nächsten.

Ja, das stimmt. Jetzt bin ich gerade mit dem Auto stehen geblieben, damit wir uns unterhalten können. Ich war in Budapest, danach in Graz, abends noch in Wels und tags darauf in Wien.

**Sie waren 21 Jahre in der Provinzleitung tätig. Vor der Zusammenlegung waren Sie Provinzoberin in Wien/ Niederösterreich. Was war Ihnen in dieser Zeit besonders wichtig?**

Ich habe gewusst, dass ein neuer Weg vor uns liegt und war schon in den Prozess der Provinzzusammenführung miteingebunden. Mir war es ein Anliegen, optimale Bedingungen für die Schwestern zu schaffen. Und auch was die Betriebe anbelangt, war es mir wichtig, Weichen für weitere erfolgreiche Jahre zu stellen.

**Das klingt so, als ob Sie auch ein großes wirtschaftliches Verständnis brauchen und wissen müssen, wie ein Unternehmen geführt wird?**

Schon, wir haben als Unterstützung eine Wirtschaftstreuhandgesellschaft und die Expertise unserer Vorstände und Geschäftsführungen zu Hilfe geholt, um in wirtschaftlichen und steuerlichen Fragen Beratung zu erhalten.

**Hat sich die Aufgabe der Kreuzschwestern im 21. Jahrhundert verändert?**

Vor 100 Jahren hat es das Sozialsystem, so wie es heute besteht, noch nicht gegeben. Deshalb sind unsere Aufgaben neben den klassischen Themen andere geworden. Die Provinzleitung ist vor allem im normativen Bereich der Betriebe tätig und muss auch entsprechende Entscheidungen treffen. Ganz nach dem Motto von Pater Theodosius „Was Bedürfnis der Zeit, ist Gottes Wille“ passen wir unsere Aufgaben neuen Bedürfnissen, etwa Begleitung von Menschen, Exerzitien, persönliche Weiterbildung und pastorale Aufgaben, an.

**Ist es schwieriger geworden, den Auftrag zu erfüllen?**

Durchaus, weil die Kreuzschwestern in unserer Provinz älter und weniger geworden sind. Es stehen nicht mehr dieselben Ressourcen zur Verfügung.

**Was können Sie an junge Schwestern weitergeben?**

In meiner langjährigen Tätigkeit habe ich sehr viele persönliche und organisatorische Entwicklungsschritte durchlebt und viel Erfahrung gesammelt. Davon kann ich weitergeben. Wichtig sind auch das Begleiten und Schaffen einer spirituellen und strukturellen Basis mit den Schwestern selbst.

**Welche aktuellen Themen der Kreuzschwestern bewegen Sie persönlich?**

In der Provinzleitung zuerst die Weiterführung der Betriebe. Da kaum noch Schwestern in den Betrieben tätig sind, braucht es Lösungen, damit diese gut weitergeführt werden können. Wichtig ist mir dabei, dass die Spiritualität und das Charisma der Kreuzschwestern weiterleben. Es geht darum, Strukturen auszuarbeiten, damit dieser Weg gut gelingen kann. Das ist eine sehr große Herausforderung für uns alle. ◀

## Nachgefragt:

**Sr. Francesca Fritz (61 Jahre)**

kommt aus dem Weinviertel. Mit 24 Jahren feierte sie ihre Erstprofess. Sie ist heute als Provinzrätin im Provinzhaus in Wels tätig und verantwortet die Regionen Wien, Niederösterreich und Ungarn. „Das Werden im Leben fasziniert mich, wir bleiben nie, wie wir sind. Wir sind berufen, zu wachsen und uns zu verändern“, sagt die umtriebige Schwester. Sie ist dankbar für Kraftquellen, die uns geschenkt werden. Diese findet sie etwa in der Stille, im Gebet, in Gesprächen, in der Natur und Musik.



**„Wichtig ist mir,  
dass die Spiritualität  
und das Charisma  
der Kreuzschwestern  
weiterleben.“**

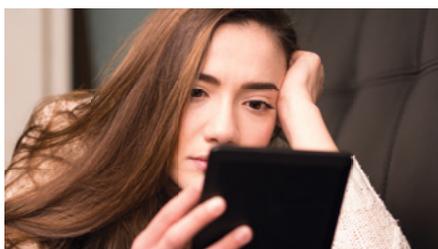
Sr. Francesca Fritz

## Kurz + gut



### Hospiz-Lehrgang

Am 12. September 2019 startet der Hospiz-Lehrgang der Akademie für Gesundheit und Bildung der Kreuzschwestern. Die Weiterbildung richtet sich an Menschen, die für unheilbar Kranke da sein wollen. Anmeldung: +43 (0)7242 415-93730



### Um die Wette lesen

Beim „Readathon“ der Neuen Mittelschule Rudigier Steyr mussten SchülerInnen Leseaufgaben erfüllen. Diejenigen, die sich ins Ziel gelesen hatten, durften sich über einen E-Reader, gesponsert von der Buchhandlung Ennsthaler, freuen.



### Gemeinsam zu Tisch

Ein offener Mittagstisch lädt BewohnerInnen und Kindergartenkinder des Antoniushaus Feldkirch sowie deren Angehörige, MitarbeiterInnen und externe Gäste ein, gemeinsam Mittag zu essen. Diesen besonderen Service gibt es bereits seit sechs Jahren.

DREI FRAGEN AN ANDREA WILDBERGER

## Von Wertschätzung und Liebe geprägt

Die Geschäftsführerin mehrerer Kreuzschwestern-Betriebe bewahrt den Blick fürs Positive.

### 1. Sie sind in geschäftsführenden Positionen mehrerer Betriebe der Kreuzschwestern tätig. Was hat Sie hierher geführt?

Der Pflegebereich gehört zu den dynamischsten aber auch forderndsten der heutigen Zeit – das hat mich gemeinsam mit den Werten der Kreuzschwestern neugierig auf diese Aufgabe gemacht.

### 2. Wie erleben Sie das Zusammenarbeiten mit den Schwestern?

Der Umgang ist von einer immensen Wertschätzung und Liebe zum Menschen geprägt. Zu Beginn meiner Tätigkeit hatte ich keine wirkliche Idee, wie intensiv sich die Schwestern in die tägliche Arbeit der Betriebe einbringen. Mittlerweile durfte ich viele kennen und lieben lernen. Sie schaffen durch ihre Präsenz eine ganz besondere Stimmung, die ich nicht mehr missen möchte. Dadurch ist für mich – und ich glaube auch für viele MitarbeiterInnen – sehr schnell eine besondere Verbundenheit entstanden.

ZAHLEN, DATEN, FAKTEN

### Niederlassungen der Kreuzschwestern

	Gemeinschaften / Niederlassungen	Anzahl der Schwestern
<b>Oberösterreich / Salzburg</b>	30	172
<b>Steiermark / Kärnten</b>	10	92
<b>Tirol / Vorarlberg</b>	9	87
<b>Ungarn</b>	6	9
<b>Wien / Niederösterreich</b>	4	28
<b>Bayern</b>	6	72
<b>Slowenien</b>	1	12



Mag.ª Dr.ª Andrea Wildberger arbeitet seit 2018 als Geschäftsführerin von „Wohnen mit Pflege OÖ/NÖ“. Aktuell hat sie ein großes zusätzliches Aufgabepaket übernommen. Dieser Verantwortung stellt sie sich sehr gerne, betont aber, dass das nicht möglich wäre, „hätte ich nicht so gute Leute in den Betrieben, die das operative Geschäft perfekt abwickeln.“

### 3. Wo liegen die Schwerpunkte Ihres Berufsalltags in nächster Zeit?

Bei den Menschen für die wir Sorge tragen – die BewohnerInnen und MitarbeiterInnen. Zudem schätze ich die großartigen Leistungen aller MitarbeiterInnen und möchte den Mehrwert von Tätigkeiten speziell im Pflegebereich aufzeigen. Unsere Pflegekräfte sind mit Herz und Seele bei der Arbeit und brauchen auch in Zukunft ein gutes Arbeitsumfeld! Gemeinsam mit Dietbert Timmerer nehme ich nunmehr auch die Verantwortung für das Krankenhaus Sierning und die Ulrika Küche wahr. Diese Zusatz-Aufgaben sind zeitlich und organisatorisch herausfordernd – ich versuche aber weiterhin möglichst oft vor Ort bei den Menschen zu sein und mit deren Unterstützung die Betriebe weiterzuentwickeln.



## Geehrt + gefeiert



### Goldenes Gütesiegel

Erneut erhielt das Antoniushaus Feldkirch das Vorarlberger Gesundheitsgütesiegel „salvus“ in Gold für Bemühungen um gesunde Arbeitsplätze. Ein Beweis dafür, dass trotz technischer Fortschritte immer noch der Mensch das Maß aller Dinge ist.



### Super Speedgirls

Beim Business Run Wels machten die Kreuzschwestern Europa Mitte allein bei der TeilnehmerInnenzahl den 2. Platz! Die Firmenwertung der Damen gewannen die „Kreuzschwestern Europa Mitte/Speedgirls“ (Brigitte Nagl, Birgit Zillner, Maria Enzlmüller) in 1:06:45 Stunden. Wir gratulieren herzlich!



### Ihre Meinung zählt!

Rege Beteiligung gab es bei einer Online-Umfrage zum Kreuzschwestern Magazin. Die Redaktion freut sich über das positive Feedback und wird die Anregungen dazu verwenden, das Magazin weiterzuentwickeln.

Fotos: Adobe Stock (3), Bandl Koeck, Udo Mittelberger, beigeteilt

## ICH UND *mein Werk*



### Die Kunst der Vielseitigkeit

Bereits als Kind war die Innsbruckerin Edda Hausberger eine begeisterte Zeichnerin. Inspiriert hat sie ihr Vater, der im Stil Rembrandts malte. Nach vielen privaten Aufträgen für Freunde und für das eigene Zuhause stellte Hausberger 2002 erstmals ihre Werke aus. „Zu Beginn malte ich sehr gegenständlich“, erinnert sich die Künstlerin. „Dann kam ich auf die luftige leichte Aquarellmalerei, die wohl schwierigste Technik, weil man nichts ausbessern kann.“ Seither hat sie viele Stile und Techniken ausprobiert, von Kreide über Tusche bis Acryl – wovon auch ihre letzte Ausstellung im Privatklinikum Hochrum zeugte. Große Landschaftsbilder, Blumen aber auch Porträts und Abstraktes waren unter den 52 ausgestellten Werken zu sehen und zeigen die Vielseitigkeit Hausbergers.



**Edda Hausberger (71) lebt in Innsbruck und kommt aus einer kunstaffinen Familie. Die Autodidaktin war Mitglied in mehreren Malgruppen und blickt auf 20 Einzelausstellungen zurück.**



NEU GESTARTET

## Gemeinsam christliche Werte leben

Der Kreuzschwestern Kindergarten Heilig Kreuz in Gemünden engagiert sich beim Caritas-Projekt „Pastoraler Ort“. Das fördert die Gemeinschaft auf besondere Weise.

Als das Projekt „Pastoraler Ort“ von der Caritas Würzburg ins Leben gerufen wurde, bewarb sich der Kindergarten Heilig Kreuz in Gemünden umgehend dafür. „Die Caritas sieht dies als Chance, den Kindergarten als Bindeglied zwischen Familie und Kirche zu nutzen“, so Kindergarten-Leiterin Tanja Henneberger. Denn Kindertageseinrichtungen (KiTa) gestalten als familienunterstützende Bildungseinrichtungen und als Orte des gelebten Glaubens das gesellschaftliche und kirchliche Leben mit. Das sei sowieso das Selbstverständnis eines katholischen Kindergartens wie Heilig Kreuz. „Durch die Teilnahme an dem Projekt konnten wir jedoch noch strukturierter an diesen Sendungsauftrag herangehen, dass wir ein Ort kirchlichen Lebens sind“, sagt sie.

#### Ziele wurden formuliert

In einem Gremium aus PädagogInnen, Verwaltungsbediensteten, MitarbeiterInnen der Diözese, dem Kirchengemeindeamt, dem Pfarrer, VertreterInnen des Elternbeirates und auch Provinzrätin Sr. Petra Car, wurden Ziele für den Klosterkindergarten als

„Pastoralen Ort“ formuliert. Zentral war dabei das Bekenntnis, für Familien Seelsorge in Problemsituationen zu übernehmen und den christlichen Jahreskreis zu leben, aber auch die Vernetzung innerhalb des Hauses inklusive dem Bewusstsein über die pastorale Arbeit im Team zu stärken. Letztlich wurde auch das Bedürfnis erkannt, die Zusammenarbeit mit der Gemeinde zu intensivieren. „All das ist bereits auf weiter Strecke gelungen“, freut sich Henneberger. Durch das Projekt wurde nicht nur klarer, wie christliche Werte vermittelt werden sollen, sondern auch der Kontakt nach außen – etwa mit dem Pfarrer, der nun nicht mehr nur zu Gottesdiensten einlädt, sondern auch in den Kindergarten kommt – intensiviert. ◀



Kindergarten-Leiterin Tanja Henneberger zeigt sich vom Projekt „Pastoraler Ort“ begeistert.

JOBS BEI DEN KREUSCHWESTERN

## Ein Tag im Leben von Gerti Zitzmann

Der Eissalon im Haus „Wohnen mit Pflege“ St. Josef Sierning ist nicht nur für das ausgezeichnete Eis bekannt. Mitarbeiterin Gerti Zitzmann hat für die BewohnerInnen und Gäste von auswärts immer ein Lächeln und freundliche Ansprache parat. Wir haben sie einen Tag lang begleitet.

10.30 Uhr

**Sobald Gerti Zitzmann** vormittags die Kaffeemaschine anwirft, kommen schon die ersten BewohnerInnen von St. Josef runter ins Café.



12.30 Uhr

**Zur Mittagszeit** heißt es zusammenhelfen! Gerti Zitzmann serviert – unterstützt von Frau Herta – das Mittagessen an SeniorInnen von auswärts. Das Menü wird aus der Betriebsküche des Krankenhauses Sierning geliefert. Auch die Torten, die hier im Café aus der Vitrine lachen, kommen aus der krankenhauseigenen Konditorei.



15.00 Uhr

**Auf der wunderschönen Terrasse** serviert Gerti Zitzmann ihren zahlreichen Gästen Eisbecher und Co. Am Nachmittag herrscht hier täglich Hochbetrieb.

13.30 Uhr

**Für viele SchülerInnen** der Neuen Mittelschule ist der Besuch bei Gerti Zitzmann das erste, was sie nach einem Schultag machen. Bevor sie den Heimweg antreten, müssen sie noch diese Frage beantworten: Erdbeer, Schokolade oder Vanille?



19.30 Uhr

**Wenn das Eiscafé** schließt, ist Gerti Zitzmanns Arbeitstag längst nicht vorbei. Sie überprüft, welche Eissorten sie nachbestellen muss. „An einem heißen Sommertag ist vor dem kalten Kühlschrank das beste Platzerl“, verrät sie.



# Radeln ist das Leiwandste ...

... was man sich nur vorstellen kann. So könnte man den Hit „Skifoan“ von Wolfgang Ambros umtexten. Für MitarbeiterInnen des Klinikum Wels-Grieskirchen ist die gesunde Freizeit-Beschäftigung sogar zum Vorzeigeprojekt geworden.

Jedes Jahr macht das Klinikum Wels-Grieskirchen bei der Initiative der Radlobby Österreich „Radelt zur Arbeit“ (RZA) mit, ist stets höchst erfolgreich und unter den engagiertesten Betrieben. Das ganze Jahr über werden im Betrieb Kilometer gesammelt und am Schluss gibt es etwas zu gewinnen. Aber das allein ist nicht der Grund, warum rund 200 MitarbeiterInnen des großen Welser Gesundheitsversorgers gut 160.000 Kilometer im Jahr abspulen. Gemeinsam Radfahren, der Umwelt und sich selbst etwas Gutes tun – das motiviert ungemein, sich auf den „Drahtesel“ zu setzen. „Wir radeln seit fünf Jahren. Mittlerweile haben wir 50 Teams“, berichtet Franz Scherzer, akademischer Risiko- und Gesundheitsmanager und einer der Initiatoren von RZA am Klinikum, stolz. Er selbst radelt seit 15 Jahren zur Arbeit und weiß die positiven Nebeneffekte – Training, Kopfauslüften, keine Parkplatzsuche – auch an seine KollegInnen zu vermitteln.

## Betrieb schafft Anreize

Um noch mehr MitarbeiterInnen für das Fahrrad als Fortbewegungsmittel zur Arbeit zu begeistern, bietet das Klinikum viele Benefits an. So wurden Radfahr-Trikots gekauft, es gibt Duschmöglichkeiten für die RadlerInnen sowie abschließbare Fahrradabstellbereiche. Außerdem

wird zu Saisonbeginn eine Start-Veranstaltung organisiert, die nicht nur über das Projekt informiert, sondern auch ein gratis Fahrrad-Service, vom Kettenschmieren bis zum Reifen aufpumpen, bietet. 2017 hat das Klinikum als erster Betrieb des Landes die Zertifizierung für fahrradfreundliche Betriebe absolviert. Neben dem Gesundheits- und Umweltaspekt wird bei RZA auch ein Schwer-

punkt auf Sicherheit gelegt. Vergangenes Jahr bekamen die teilnehmenden RadlerInnen Sicherheitswesten. Heuer werden Helme mit dem Klinikum-Logo verteilt. Als nächstes Ziel will Scherzer in Kooperation mit dem Magistrat Wels die Initiative „Fahrrad Region Wels-Umland“ unterstützen. „Eine radfreundliche Infrastruktur ist mir ein persönliches Anliegen.“ ◀



**„Eine radfreundliche Infrastruktur ist mir ein persönliches Anliegen.“**

Franz Scherzer, Initiator von „Radelt zur Arbeit“ am Klinikum Wels-Grieskirchen

## Österreich radelt zur Arbeit

Die Motivationskampagne der Radlobby geht heuer in die 9. Runde. Radeln zur Arbeit hat viele Vorteile: Es ist gesund für Körper, Geist und schont die Umwelt. Neben dem spielerischen Wettbewerb – wer schafft mehr Kilometer? – gibt es auch Preise zu gewinnen. Mehr als 15.000 Menschen sind österreichweit registriert und 2019 bereits 3.126.931,30 Kilometer gefahren.

(Eine Statistik über die einzelnen Bundesländer gibt es online: [www.radeltzurarbeit.at](http://www.radeltzurarbeit.at))

## Lernen für die Schule oder für das Leben?



Helmut Madlener, Geschäftsführer,  
Institut St. Josef, Feldkirch/Vorarlberg



Elisabeth Benedik, Pädagogin,  
Volksschule der Kreuzschwestern Linz



Robert Wolz, Schulleitung,  
Theodosius-Florentini-Schule Gemünden

### Raumgestaltung von A bis Z

Als die letzten Schwestern, die bei uns im Haus gewohnt haben, auszogen, wurden uns diese Räume zur Verfügung gestellt. Da wir genügend Schulräumlichkeiten haben, hat es sich angeboten, diesen Platz für die unterrichtsfreie Zeit zu nutzen. Die Schülerinnen überlegten, was sie brauchen und wie sie das gerne gestalten würden. Dabei sind wir auf den Verein „Amazoné“ gestoßen, der mit der Fachhochschule Vorarlberg und dem Büro für nachhaltige Entwicklung in Wien ein Projekt zur „Schulraumgestaltung der Zukunft“ ins Leben gerufen hat. Sie haben diesen Prozess moderiert, SpezialistInnen gebracht und adaptierte Programme für die Schülerinnen zusammengestellt. Die Jüngeren haben sich auf Pausenplätze und Rückzugsräume konzentriert; die Älteren haben eine Bestandsaufnahme gemacht, sich mit Dimensionen, Licht, Raumgefühl und Farben beschäftigt. Es gab mehrere Workshops und auch ein Budget. Der Vorstand hat diese Investitionen genehmigt und vom Land bekamen wir eine Förderung. Das war Lernen fürs Leben! Die Schülerinnen haben mitbekommen, was (Innen-)ArchitektInnen machen, was Kostenplanung ist und wie man ein Projekt professionell abwickelt.

### Aus kindlicher Lebenswelt

Wir haben an einem Projekt des Ministeriums „Denken lernen, Probleme lösen“ teilgenommen. Da gab es unterschiedliche Roboter, die programmiert werden konnten, was schon in Richtung mathematisches, informatisches Denken geht. Zentral schien aber die Frage: Wie kann man Probleme lösen? Es war aus LehrerInnen-Sicht sehr spannend zu sehen, wie die Kinder an diesem Projekt arbeiten und an diese Problemlösungsstrategien herangehen. Sie mussten eigenständig auf Ideen kommen und diese in ihren Gruppen diskutieren. Hier kam auch das Prinzip „Trial and Error“ – also Versuch und Irrtum – zum Tragen. Herauszufinden, wo der Fehler sein könnte, wenn etwas nicht funktioniert hat. Das machen wir auch im „normalen“ Unterricht immer wieder: Hypothesen bilden und diese überprüfen. Mir ist bei diesen Projekten wichtig, dass sie aus der Lebenswelt der Kinder kommen. Die Problemstellung ist nicht weniger anspruchsvoll, aber die Motivation, eine Lösung zu finden, gleich viel größer. Über alltagsbezogene Problemstellungen lernen die Kinder den Lösungsweg besser kennen als anhand abstrakter Beispiele. Wenn es ein Thema ist, das sie berührt, dann wissen sie meist sofort, wie es geht. Das ist sehr faszinierend.

### Kompetenzen sammeln

Das Projekt-Seminar zur Studien- und Berufsorientierung ist Teil der gymnasialen Oberstufe in Bayern. Es soll die SchülerInnen bei ihrer Studien- und Berufswahl unterstützen und sie auf die Anforderungen von Hochschule und Berufswelt vorbereiten. Die SchülerInnen arbeiten dabei eineinhalb Jahre lang gemeinsam mit außerschulischen PartnerInnen an der Umsetzung und sollen in folgenden Bereichen Erfahrungen sammeln: Methoden-, Sozial-, Selbst- und Fachkompetenz. Zuletzt war dies ein Projekt, das auf der Smartphone-App Math-City-Map basiert. Die App führt via GPS zu verschiedenen Stationen, an denen Mathematikaufgaben an realen Objekten gelöst werden müssen, gibt Tipps und bietet die sofortige Überprüfung der Lösung an. So wird Mathematik praktisch draußen erlebbar. Für diese App haben die Florentini-SchülerInnen verschiedene Trails entwickelt, die für unterschiedliche Altersstufen ausgelegt sind. Die letzte Entwicklung war der Familientrail für Gemünden, der auf einer Route entlang historischer Sehenswürdigkeiten durch die Stadt führt. Er ist schon für Kinder ab der 4. bis 5. Klasse lösbar und gibt zusätzlich zu den Mathematikaufgaben noch Informationen zu den historischen Gebäuden.

# Benni rettet die Orang-Utans

Benni Over (28) leidet an einer unheilbaren Krankheit und sitzt im Rollstuhl. Dennoch hat er nichts anderes im Kopf, als die Orang-Utans zu retten. Seit 2014 setzt er sich für die bedrohte Tierart ein und ist dafür sogar nach Indonesien gereist.

**A**lles begann an einem schönen Sommertag im Jahr 2014. Benni Over besuchte mit seiner Mutter den Berliner Zoo. Als ihm das Orang-Utan-Kind Bulan tief in die Augen blickte, blieb er wie hypnotisiert vor dem Gehege stehen. An diesem Tag, sollte Benni später einmal sagen, wurde seine Seele berührt. Daraufhin begann der junge Mann aus Rheinland-Pfalz zu recherchieren, weil er alles über die rothaarigen Menschenaffen erfahren wollte. Was das Internet „ausspuckte“ traf ihn jedoch hart. „Er ist dort auf die schlimme Wahrheit gestoßen, dass die Orang-Utans vom Aussterben bedroht sind“, erzählt Bennis Vater Klaus Over. Stündlich wird Regenwald von der Größe von 200 Fußballfeldern zerstört und der Lebensraum der Tiere vernichtet.

## Benni legt los

Seit dieser Erkenntnis setzt sich Benni mit ganzer Kraft für die vom Aussterben bedrohte Tierart und den Erhalt ihres Lebensraumes ein. Was ihn von anderen Tierschutz-AktivistInnen unterscheidet ist, dass er seit seinem zehnten Lebensjahr im Rollstuhl sitzt. Er leidet an der unheilbaren Erbkrankheit Muskeldystrophie Duchenne, an schleichendem Muskelschwund. Das hält ihn aber nicht davon ab, sich für „seine“ Orang-Utans zu engagieren. Anstatt in stumme Trauer zu verfallen, kam ihm die Idee, ein Buch über die Tiere und ihre Notsituation zu verfassen und andere aufzuklären. Als er die Patenschaft über das Orang-Utan Junge Henry in Borneo geschenkt bekam, war der Titel des Buches klar: „Henry rettet den Regenwald“. Zusätzlich wurde ein Trickfilm produziert, der mit englischen und französischen Untertiteln via YouTube international bekannt wurde und plötzlich flatterte die Einladung einer Tierschutzorganisation herein, die Benni nach Indonesien einlud! „Wir haben erstmal geschluckt, als Benni sagte, er will dorthin“, gibt Vater Klaus offen zu. Schließlich landeten Benni, Vater Klaus, Mutter Connie und Bruder Florian im April

2016 im indonesischen Regenwald. „Eigentlich kommt kein normaler Mensch in diese Rettungscamps rein“, erzählt Klaus Over. „Aber man hat wohl erkannt, wie viel Benni bewegt“, vermutet er.

## Bei den Orang-Utans

Zwei Wochen lang dauerte das Abenteuer. Benni lernte Henry und andere Orang-Utans kennen. „Er wurde wie ein Staatsoberhaupt von den TierschützerInnen empfangen“, schildert Vater Over gerührt. Als Highlight wurde der 28-Jährige zum Botschafter der roten Waldmenschen ernannt. Im Laufe der Reise stellte sich der Aha-Effekt ein, dass die Rettung der Primaten nicht von Themen wie Klimawandel, Umweltschutz oder auch Menschenrechten zu trennen ist. Das sei der Familie bewusst geworden, als sie die gerodeten Waldflächen sahen, durch kilometerlange Palmölplantagen und über vergiftete Flüsse führen. Regelmäßig tourt Benni seither durch Schulen, hält Vorträge in Bibliotheken und Universitäten. „Das ist wie ein Auftrag, der ihn am Leben hält“, so Klaus Over.





### Ein Lebenswerk mit Verantwortung

Im Dezember 2016 war Bennis Leben akut bedroht. Nach einer Infektion hatte er einen Herzstillstand und lag im Koma. Die Ärzteschaft räumte damals jegliche Hoffnung aus, doch Bennis Eltern gaben nicht auf. Nach einem Luftröhrenschnitt wird Benni überwiegend von einer Maschine beatmet und kann nur mit einer Sprechkanüle reden. „Das Projekt ist auch jetzt seine Lebensaufgabe, es treibt ihn an.“ Und wir wollen gerne gemeinsam mit ihm daran glauben, dass es noch lange nicht „over“ ist. ◀



Benni Over  
**Henry rettet den Regenwald**  
 ISBN: 978-3-86196-673-9  
 Taschenbuch, DIN A 4, 32 Seiten,  
 farbig illustriert, 11,20 Euro

Das Buch kann über den Verlag oder den Buchhandel bezogen werden.



Benni Over ist am glücklichsten, wenn er bei „seinen“ Orang-Utanen sein kann. Mit seinem Buch tourt er durch Schulen.



Auf das Achtsamkeitstraining ist Dr.<sup>in</sup> Ulrike Auinger vom Institut für Physikalische Medizin und Allgemeine Rehabilitation über die Beschäftigung mit chronischen SchmerzpatientInnen gekommen. Auinger bietet das klassische Achtsamkeitstraining an, das so genannte „MBSR“-Training (mindfulness based stress reduction) nach Jon Kabat Zinn. Es gibt aber auch spezielle Kurse für Kinder und Menschen mit Depressionen.

SPIRITUELLES FITNESSCENTER

# Den Moment bemerken

**In der Hektik des Alltags fällt es uns zunehmend schwerer, in Kontakt mit uns selbst zu kommen und die eigenen Bedürfnisse zu erkennen. Achtsamkeit kann dabei helfen, bewusst zu handeln anstatt unbewusst zu reagieren und automatisierte, auf Dauer krankmachende Reaktionsprozesse zu durchbrechen. Im Klinikum Wels-Grieskirchen haben MitarbeiterInnen die Möglichkeit, an diesem Stressbewältigungsprogramm teilzunehmen.**

## 1 Was versteht man unter Achtsamkeit?

Achtsamkeit bedeutet, bewusst im gegenwärtigen Moment zu sein, bemerken, was gerade ist, ohne zu beurteilen oder zu bewerten. Zu erleben, was ich erlebe, während ich es erlebe. Im Moment zu sein und das auch zu spüren. Achtsamkeit ist eine innere Haltung. Sie ist eine Fähigkeit, die wir alle in uns haben und die wir bewusst üben können. Meistens sind wir im „Autopiloten“ unterwegs und machen die Dinge automatisch. Wir telefonieren und fahren gleichzeitig mit dem Auto oder wir gehen und telefonieren gleichzeitig. Dann fühlen wir uns zerstreut und erschöpft. Achtsamkeit ist auch die Fähigkeit, den Fokus bewusst auf eine Sache zu legen, konzentriert dabei zu sein, mit allen Sinnen wahrzunehmen.

## 2 Wie lässt sich das trainieren?

Achtsamkeit lässt sich mit einem Muskel vergleichen, den man trainieren kann. So können wir auch üben, achtsam zu sein. Dazu gibt es zwei Möglichkeiten. Zum einen die formalen Übungen wie die Sitzmeditation, den Body Scan – das ist eine Körpermeditation im Liegen und dient der achtsamen Wahrnehmung des Körpers. Und zum anderen die informellen Übungen im Alltag, wie achtsam essen, Zähne putzen, duschen – das bedeutet, in jede Tätigkeit des Alltags eine bewusste Aufmerksamkeit zu bringen.

## 3 Wie wird Stress dadurch konkret reduziert?

Die TeilnehmerInnen, die im Rahmen der Betrieblichen Gesundheitsförderung am Klinikum den Kurs besuchen, lernen zu erkennen, was ihnen Stress macht, und zu spüren, wie und wo sie im Körper typische Stresssymptome wahrnehmen. Sie üben, die automatisch ablaufenden Stressreaktionen wie Flucht und Kampf zu bemerken und erkennen den Zusammenhang der Aktivierung des Sympathicus in Stresssituationen und die Auswirkungen auf die verschiedenen Organsysteme im Körper. In chronischen Stresssituationen kann dies auf Dauer zu schwerwiegenden Erkrankungen und Erschöpfungszuständen führen. Durch die Achtsamkeit lernen wir innezuhalten, durchzuatmen und den Gegenspieler des Sympathicus, den Parasympathicus zu aktivieren, der für Beruhigung zuständig ist. [Sympathicus und Parasympathicus sind wesentliche Teile des vegetativen Nervensystems und steuern die Organe; Anm. Red.] In diesem Innehalten, Atmen und sich bewusst werden, was gerade geschieht, können wir lernen, angemessen zu handeln. So können wir in schwierigen und unangenehmen Situationen ruhiger und gelassen bleiben. Gleichzeitig üben wir, unsere Aufmerksamkeit gezielt auf Freude, Mitgefühl und Fürsorge zu lenken. Damit können wir besser für uns selbst sorgen und werden in stürmischen Zeiten unseres Lebens resilienter.

IM AUGENBLICK

# Feiner Goldstaub überall



Einst stellte Gott eine Kiste auf die Erde. Ein großes Geschenk. Seitdem ist das Heilige in allen Dingen.

**Text:** Susanne Niemeyer, **Illustration:** Stefanie Harjes

Ich stelle mir das so vor: Als Gott fertig war mit der Welt, als alle Blumen, Goldkarpfen, Täler und Windmühlen an ihrem Platz waren, zog er sich ein bisschen zurück, damit der Mensch Raum zum Leben hatte. Gott wollte schließlich nicht aufdringlich sein. Er hatte alles schön gemacht zu seiner Zeit und die Uhr auf „ewig“ gestellt.

Dann kam der Mensch. Er ging hinaus in die Welt, genoss Butterblumen und Pingpongspiel, lobte das Blau des Himmels und die Erfindung der Liebe und gab sich allerlei Vergnügungen hin. Er baute Häuser, zündete Kaminfeuer an, komponierte Opern und strickte Pullover. Es gab so viele wunderbare Dinge zu tun, mehr, als man in einem einzigen Leben je schaffen konnte. Gott freute sich darüber, zeigte es doch, dass er mit der Erschaffung der Welt genau richtiggelegen hatte. Irgendwann begann er sich allerdings zu fragen, ob er sie eventuell doch zu gut gemacht hatte. Der Mensch erinnerte sich nicht an ihn. Er war zu beschäftigt. Gott lag es fern, dem Menschen bösen Willen zu unterstellen. In gewisser Weise trug er ja selbst die Verantwortung dafür. Er hätte die Welt schließlich auch langweilig machen können. „Da müssen wir nachbessern“,

## Die Autorin

Susanne Niemeyer lebt in Hamburg. Sie schreibt Essays und Reportagen, Kurzformen und Lyrik – über Gott und die Welt. Auf ihrer Webseite [www.freudenwort.de](http://www.freudenwort.de) gibt es einen „Engelimbiss“: jede Woche ein Wort aus der Bibel, für unterwegs, zum Mitnehmen und Wohlschmecken.

murmelte Gott und stellte eine große Kiste auf die Erde.

„Was ist das?“, fragte der Mensch.  
„Weiß nicht“, antwortete ein anderer. Sie umrundeten die Kiste und fanden einen Aufkleber. „Da steht ‚heilig‘ drauf.“ Neugierig schauten sie hinein. In der Kiste war etwas, was aussah wie Goldstaub. „Voll schön! Davon nehme ich was mit!“ Die beiden stopften sich die Taschen voll, und alle anderen taten es ihnen nach. Dann liefen sie nach Hause, erfreut über ihren wertvollen Fund. Aber ach! Als sie den Staub zu Hause hervorholen wollten, reichte ein Hauch,

und er verteilte sich in alle Himmelsrichtungen. Das Heilige verschwand. Niemand konnte es festhalten. Der Mensch war enttäuscht.

Er murkte. Eine so schöne Sache, kaum hatte man sie, schon war sie wieder entflochten? Das nahm der Mensch übel. Frustrationstoleranz war noch nie seine Stärke.

Doch schon bald entdeckte der Erste ein Glänzen. Dann der Zweite. Man brauchte nur aufmerksam zu schauen, dann war es da: Es lag in der Stunde des Schlafs. In einem Lied. Es fand sich in dem Moment des Wiedersehens. Es lag auf einem alten Bild. Auf dem Gesicht eines Krankenpflegers. Man konnte es entdecken in einem einzelnen Wort. In einer Erinnerung. Im Schweigen einer Landschaft. Beim Teilen von Brot. Manchmal war es da, wenn alles passte. Und manchmal, wenn man am wenigsten damit rechnete. Es erhellte die Sonne. Und es brachte ein Glimmen in die Dunkelheit. Jeder konnte es an einem anderen Ort finden, in einem anderen Moment, sogar in einer anderen Sache. Aber immer war es, als würde sich für eine Millisekunde der Himmel öffnen. Es hob den Menschen über den Alltag hinaus. Überall konnte es aufblitzen und überall konnte es daran erinnern: Hier ist Gott. ◀

*So geht's:*

„Zieh deine Schuhe aus. Der Boden, auf dem du stehst, ist heilig“, sagte Gott zu Moses. Finde den Glanz.



SKIZZEN AUS DEM LEBEN

# Geht's allen gut, ist es gut

Das Haus „Wohnen mit Pflege“ St. Raphael Bad Schallerbach (Oberösterreich) ist nicht nur Lebensmittelpunkt von 81 BewohnerInnen, sondern auch Arbeitsplatz von 65 MitarbeiterInnen. Und auch sie brauchen manchmal Unterstützung.

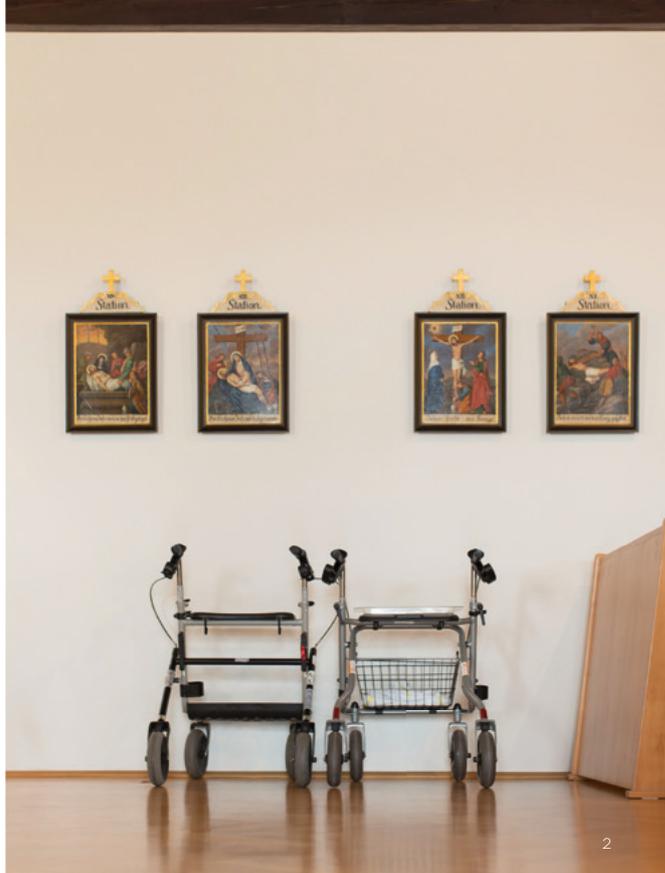
In unserer Gesellschaft erfüllen Alten- und Pflegeheime eine enorm wichtige Funktion. Sie sind Orte des Heilens und der Fürsorge. In den kommenden Jahren werden sie – so viel ist laut Statistik klar – gefragter sein, als je zuvor. Denn bis 2030 soll die Anzahl der 85-jährigen in Österreich um 45 Prozent wachsen. Das wird auch den Bedarf an Heimplätzen steigern. Mit dem Bau neuer Heime wird es aber nicht getan sein, so viel steht fest. Alten- und Pflegeheime sind mehr als ihre Mauern. Ihr Herz ist das Pflegepersonal, das sich Tag und Nacht um die BewohnerInnen kümmert, Bedürfnisse erkennt und ihnen nachkommt, so gut das eben geht.

St. Raphael wurde 2015 als jüngstes Alten- und Pflegeheim der Kreuzschwes-



Karin Stöger, Hausleitung St. Raphael, spricht sich für Solidarität im Umgang mit Angestellten in schwierigen Lebensumständen aus.

tern eröffnet. Gestartet wurde mit einem Wohnbereich. Da die Nachfrage im Bezirk Grieskirchen so groß war, kamen zwei weitere hinzu. Bereits im Juli 2016 war das Heim mit 81 Personen vollbelegt. „Für uns stehen die BewohnerInnen im Mittelpunkt. Von meiner Warte aus sind sie die eigentlichen DienstgeberInnen“, schildert Haus-Leiterin Karin Stöger ihr berufliches Selbstverständnis. Sie weitet dies aber gleich auf die 65 MitarbeiterInnen aus. Denn die Begegnung auf Augenhöhe und ein wertschätzender und respektvoller Umgang miteinander, seien das Maß aller Dinge. „Sonst könnten wir die Themen nicht so offen diskutieren, die wir diskutieren müssen!“, gibt Stöger zu bedenken. Und davon gibt es einige: die Herausforde-



2

1. Win-win-Situation: Eine Bewohnerin hilft einer Mitarbeiterin Deutsch zu lernen.
2. Besondere Parkplätze für die Rollatoren.
3. „Eine kleine Landpartie“ mit den BewohnerInnen von St. Raphael.
4. Respekt und Wertschätzung sind der Schlüssel zum gemeinsamen Wohl.



rungen der Pflege mit zunehmendem Alter, Multimorbidität, Demenz, hohe Pflegestufen. „Das sind Themen, die bereits jetzt bei uns angekommen sind.“

### Gelebte Werte der Kreuzschwestern

Oft sind nicht nur die BewohnerInnen einer Pflegeeinrichtung „bedürftig“. Manchmal gibt es auch Angestellte, die Unterstützung brauchen. „Es gibt einige MitarbeiterInnen bei uns, die anderswo schwer Arbeit finden würden. Sei es aufgrund sprachlicher Defizite oder wegen einer Erkrankung. Für mich gilt: Es soll jeder die Chance bekommen, Fuß zu fassen“, so Stöger. Viele würden diese Chance nutzen und werden langsam in das System eingeführt. In St. Raphael werden die Werte der Kreuzschwestern



4

auf allen Ebenen gelebt. „Wir denken da insgesamt sehr breit, auch im Sinne der Kreuzschwestern. Wenn beispielsweise jemand erkrankt und für längere Zeit ausfällt, dann ist das kein Kündigungs-

grund. Es soll der- oder diejenige wieder gesund werden, einen freien Kopf und das Gefühl haben, er/sie braucht sich zumindest um den Arbeitsplatz nicht sorgen.“ ◀



Frauen und Kinder der Kaste der Maha Dalit gehen für ihre Rechte auf die Straße. Die Kreuzschwestern vor Ort ermutigen sie dazu.

Schwester Sony ist aufgewühlt. Sie kommt gerade aus einem Krankenhaus zurück. „Ich habe eine Frau dorthin gebracht, die von ihrem Ehemann angezündet worden ist“, berichtet sie. Damit sei das Martyrium der Frau jedoch nicht beendet gewesen, denn Menschen aus dem Dorf wollten sie anschließend auch noch in den Ganges werfen. Was Schwester Sony erzählt, ist keine Ausnahme. Extreme Situationen wie diese stehen in Patna, der 1,8 Millionen Hauptstadt des Bundesstaates Bihar im Nordosten Indiens, auf der Tagesordnung. Die so genannten Maha Dalit, die Nachfahren der indischen UreinwohnerInnen, sind „Slum Dogs“. Unberührbare. Sie rangieren im Kastensystem an ganz unterster Stelle. „Dies beeinträchtigt ihre Freiheit und führt dazu, dass sie in der Gesellschaft unfair behandelt werden“, so Schwester Sony, die seit dem 15. Lebensjahr näheren Kontakt zu den Kreuzschwestern hatte und dann auch Kreuzschwester wurde.

### Ein Teufelskreis entsteht

Armut, Analphabetismus, schlechte oder keine Ausbildung erzeuge einen Kreislauf, aus dem diese Menschen nicht aussteigen könnten. „Die Mitglieder der Community haben kein Selbstbewusstsein, fühlen sich ungeliebt und wertlos.“ Gepaart mit dem weitverbrei-



Schwester Sony Augustine setzt sich für das Empowerment von Frauen und Kindern ein.

SISTERS ACT

# Sie kämpft für die Rechtlosen

Im indischen Patna setzt sich Sr. Sony Augustine für rechtlose Frauen und Kinder aus der unberührbaren Kaste der Maha Dalit ein.

teten Aberglauben scheint dies die Hoffnungslosigkeit zu verstärken. Dagegen versuchen die Kreuzschwestern in Patna aktiv vorzugehen. Insbesondere widmen sie sich den Maha Dalit Frauen und Kindern. „Wir haben Selbsthilfegruppen und kreieren Möglichkeiten für Ermächtigung“, so die 36-Jährige. Das Jeevdhara Social Service Center und das Asha Kiran Rural Development Center bemühen sich auch um die sozio-ökonomische Entwicklung der Schützlinge. „Durch diese Projekte haben wir bereits viele Frauen erreicht und können deren Leben schrittweise ändern. Denn die Gesellschaft, in der sie leben, ist nach wie vor repressiv und gewaltsam.“ Die Bildung spielt dabei einmal mehr eine Schlüsselrolle: „Durch das Wissen können die Menschen überhaupt erst ihrer Rechte gewahr werden“, so Schwester Sony, die unermüdlich für die Rechtlosen eintritt. ◀

### Spenden-Konto-Informationen:

Stiftung Maria Theresia Scherer Ingenbohl  
Klosterstraße 10, CH-6440 Brunnen

Bankkonto in EUR: 825151-3944 / IBAN: CH76 0077 7008 2515 1394 4

WICHTIG: gewünschten Verwendungszweck angeben!

Verwaltungskosten: Es werden keine Verwaltungskosten abgezogen bzw. verrechnet. Die Stiftung ist selbstlos tätig und steuerbefreit.

# Schwester Maria Regina,

*was holen Sie nach?*

Schwester Maria Regina Scherrer stellt sich unseren Fragen. Sie erzählt über ihre Erfahrung als Pädagogin und warum sie sich nicht getraut hätte, zu demonstrieren.

## Als Abteilungsvorständin in der BAfEP bilden Sie junge Menschen aus, die sich in ihrem Berufsleben den Jüngsten widmen werden. Was ist das Schöne daran?

Dass wir den Jugendlichen, die ja selber auch noch auf dem Weg des Lernens, der Entwicklung, der Persönlichkeitsentfaltung sind, das Kostbarste unseres Seins, die Kinder anvertrauen und sie auf diesem Weg begleiten dürfen. Was gibt es Schöneres?

## Haben Sie als Kind einen Kindergarten besucht?

Nein und deshalb sage ich manchmal im Spaß, ich hole jetzt alles nach!

## Wie waren Sie selbst als Schülerin?

Ich war keine Musterschülerin, aber die Freude an der Arbeit mit Kindern war schon früh absehbar. Leider hatte ich in meiner Schulzeit nicht immer die besten Vorbilder. Ich habe aber versucht, es für mich positiv zu formulieren: Ich lerne bei dieser Pädagogin, was ich später in meinem Berufsleben sicher nicht machen will!

## Apropos Vorbild. Wären Sie wie Greta Thunberg für den Klimaschutz auf die Straße gegangen und hätten „geschwänzt“?

Das hätte ich vielleicht machen wollen, aber ich wäre dafür viel zu schüchtern gewesen! Weil ich eigentlich vom Grundtyp nicht so draufgängerisch bin. Ich übernehme gerne aus vollem Herzen Verantwortung, ja. Aber ich stehe nicht gerne in Poleposition! Das mag ich nicht.

## Kann man das Schuljahr mit dem Gartenjahr vergleichen?

Bei uns ist der Rhythmus ein bisschen anders. Im Herbst, wenn im Garten geerntet wird, fangen wir wieder zu säen an. Wir ernten dann im Sommer gegen Schulschluss. Dann sehen wir, wo sich ein Kind gut entwickelt hat,



## Zur Person:

### Schwester

**Maria Regina Scherrer** (51)

wurde im Innviertel geboren, wo sie auch zur Schule ging. 1986 schloss sie die Bildungsanstalt für Kindergärtnerinnen ab und trat in den Orden ein. Drei Jahre später feierte sie ihre Erstprofess und studierte bis 1995 am Konservatorium für Kirchenmusik Wien. Von 1995 bis 2008 arbeitete sie als Kindergartenpädagogin im Praxiskindergarten mit Unterrichtstätigkeit. Seit September 2008 ist sie Abteilungsvorständin der BAfEP, einschließlich Leitung des Praxiskindergartens und Hortes.

selbstständiger geworden ist und an Selbstbewusstsein gewonnen hat.

## Was machen Sie nach der „Erntezeit“?

Der August ist mein „Auftankmonat“ und meinem seelischen und körperlichen Wohlbefinden gewidmet. Telefon und E-Mail sind in dieser Zeit tabu. Und ich bin nur in Notfällen erreichbar! Bevor ich auf Exerzitien fahre – spirituelles Auftanken ist für mich als Ordensfrau sehr wichtig – muss ich mich etwas herunterfahren. Da brauche ich die Natur, die Ruhe, das Lesen und Spaß – also all das, was jeder Mensch benötigt.

## Kurz vor dem Gespräch hatten Sie gerade noch eine schwierige Situation zu bewältigen. Wie gelingt es, dennoch so positiv zu sein?

Ich glaube, es hat damit zu tun, dass ich mir nicht alle Probleme persönlich umhänge. Daran habe ich lange gearbeitet: Jene Dinge wichtig und ernst nehmen, die wichtig und ernst sind, und Dinge mit Humor zu packen, die auch mit Humor zu packen sind. Das ist nicht immer leicht. ◀

# Meine Grenzen zieh' ich selbst

Mit den Projekten „Mein Körper gehört mir“ und „Die große NEIN Tonne“ stärkt die Volksschule Gmunden Ort Kinder gegen sexuelle Übergriffe. Der theaterpädagogische Ansatz hilft bei der altersgerechten Vermittlung.

**E**s war im Jahr 2003, als der damals siebenjährige Sohn von Thomas Grömer von einem Auto aus angesprochen wurde. Und zwar auf die Art und Weise, vor der jede/r sein Kind bewahren will. „Damals hatte ich das Gefühl, dass wir uns in der Schule das Thema ‚sexuelle Übergriffe‘ genauer anschauen müssen“, erzählt Grömer, Direktor der Volksschule (VS) Gmunden Ort des Schulvereines der Kreuzschwestern, rückblickend. Recherchen leiteten den vierfachen Vater schließlich zu einem Angebot des Österreichischen Zentrums für Kriminalprävention (siehe Kasten) mit Sitz in Graz. „Wir bieten das Projekt seit 2004 an der Schule an, weil es österreichweit das beste Präventionsprogramm gegen sexuellen Missbrauch ist. Seither holen wir alle zwei Jahre dieses Projekt an die Schule, damit alle Kinder vor Abschluss der Volksschulzeit diese Stärkung bekommen und mit diesem Problembereich vertraut werden. Wir erachten es als unerlässlich, unsere Kinder mit dem Rüstzeug und der entsprechenden Sicherheit in diesem Themenbereich auszustatten.“

## Altersgerecht in Szene gesetzt

„Mein Körper gehört mir“ (3. und 4. Klasse) und „Die große NEIN Tonne“ (1. und 2. Klasse) heißen die theaterpädagogischen Projekte, die zur Prävention gegen sexuellen Missbrauch an



**„Kein Kind soll meine Einrichtung verlassen, ohne diese Stärkung zu erhalten und das Wissen, wie es mit solchen Übergriffen umgehen kann.“**

Dipl.-Päd. Thomas Grömer,  
Direktor der VS Gmunden Ort

Mädchen und Buben beitragen sollen. Sie liefern Tipps für SchülerInnen und Eltern, wie man sein Kind stärken kann. „Hierbei lernen die Kinder, dass nur sie selbst spüren können, was ihr Körper mag und was nicht“, fasst der Direktor zusammen. Das Theaterstück erkläre sensibel und altersgemäß die wesent-

lichen Aspekte des Problemereichs in lebensnahen szenischen Darbietungen. Dabei werden die Begrifflichkeiten sehr differenziert erklärt und die Bandbreite möglicher Übergriffe beim Namen genannt. „Den Kindern taugt es sehr, dass sie ernst genommen werden“, weiß Direktor Grömer aus Erfahrung.

## Mein Körper – meine Regeln

„Mein Zimmer, mein Auto, meine Mama!“ Bereits die Kleinsten wissen, was ihnen gehört. „Mein Mund, meine Beine, mein Po?“ Dass sie Besitzansprüche auf ihren eigenen Körper haben, werde Kindern nur selten beigebracht. Sie wachsen mit körperlicher Nähe auf, die eigentlich gut tut. Aber manche Erwachsene, vielfach im nahen sozialen Umfeld, missbrauchen dieses Vertrauen. Wenn sich ihre Ja- und Nein-Gefühle widersprechen, würden viele Kinder verstummen. Die Projekte sollen ermutigen, den Nein-Gefühlen uneingeschränkt zu vertrauen. – So formuliert es das österreichische Zentrum für Kriminalprävention.

Ein wichtiger Teilaspekt von „Mein Körper gehört mir“ ist, dass das Programm auch einen Elternabend anbietet, der das Projekt im Vorfeld vorstellt. Denn viele Eltern hätten oft im Kopf, dass ihre Kinder noch so klein seien. „Tatsache ist jedoch, dass Kinder schon sehr früh mit diesen Themen konfrontiert werden. An diesem zweistündigen



Abend sehen Eltern dann Dialoge und lernen die Inhalte des Stücks kennen.“ Insgesamt gibt es drei Vormittags-einheiten für die SchülerInnen der 3. und 4. Klassen. Die drei Programm-abschnitte finden im Abstand von jeweils einer Woche statt. Jede Klasse nimmt einzeln am Programm teil. Das Österreichische Zentrum für Kriminalprävention bietet zusätzlich Unterlagen zur Nachbereitung für die Klassen-lehrerInnen an. „Da die Erfahrungen der Kinder sehr unterschiedlich sind, legen wir viel Wert darauf, die Themen auch weiter im Unterricht zu besprechen“, erläutert Grömer. Und in die 4. Klassen kommt sogar eine Hebamme, um alles rund um das Thema Geburt zu erklären. „Das Projekt wird auch durch eine Kinderpsychologin und durch unsere Schulärztin begleitet. Denn die Szenen im Stück ‚Mein Körper gehört mir‘ gehen den Kindern oft sehr nah.“

#### **Für die Jüngeren**

Seit sechs Jahren gibt es auch ein Stück für Kinder der 1. und 2. Schulstufe: „Die große NEIN Tonne“. In diesem Stück

begeben sich die SchülerInnen auf eine Reise durch ihre Lebenswelt. Sie erleben spielerisch, dass es Situationen gibt, in denen es wichtig ist, „Nein!“ zu sagen, wenn man für sich selbst ein Nein-Gefühl empfindet. Etwa, wenn man die Großeltern zur Begrüßung und Verabschiedung nicht küssen will. Umgekehrt gibt es aber auch Dinge im Leben, die man tun soll, auch wenn man ein

Nein-Gefühl hat – Zähneputzen! – da man sich sonst selbst schadet. Dieses Bühnenstück begeistert die Kleinen und regt zum Handeln an. „Diese Projekte sind für Schulen ein Muss! Kein Kind soll meine Einrichtung verlassen, ohne diese Stärkung zu erhalten und das Wissen, wie es mit solchen Übergriffen umgehen kann“, formuliert Direktor Grömer sein Anliegen. ◀

### **Strategien gegen Gewalt: Stärkung vor Ort**

Das „Österreichische Zentrum für Kriminalprävention – Verein für Gewaltprävention und Gesundheitsförderung“ ist ein gemeinnütziger Verein, der politisch, weltanschaulich und konfessionell neutral und unabhängig ist und Kriminalprävention und Gesundheitsförderung aktiv vor Ort umsetzt und gestaltet. Seit 2001 vermittelt man in Volksschulen durch theaterpädagogische Programme wie „Die große NEIN Tonne“ und „Mein Körper gehört mir“ verständliche und alltagserprobte Informationen und Strategien zu Themen wie Missbrauch und Gewalt. Derzeit arbeiten über 50 TheaterpädagogInnen, PsychologInnen und ExpertInnen für den Verein. Österreichweit wurden mit den Angeboten rund 190.000 VolksschülerInnen und über 88.000 Eltern und LehrerInnen erreicht.

# Weiterwachsen

ANGEBOTE DER KREUZSCHWESTERN

## Tipp 1

### Neue Wege gehen

Die Akademie Wels veranstaltet einen interprofessionellen Basis-Lehrgang zu Palliative Care, der mit ÖAK-Diplom abschließt. In 240 Stunden und acht Modulen werden medizinische, pflegerische, psychologische und spirituelle Aspekte reflektiert. Ein Praktikum ergänzt die theoretische Weiterbildung.

**Zielgruppe:** Pflegepersonal, ÄrztInnen, Sozialberufe und TherapeutInnen

**Start:** 16. Jänner 2020

**Ort:** Klinikum Wels-Grieskirchen, Standort Wels

**Kosten:** EUR 2.460,00 inkl. MwSt.

**Leitung, Information und**

**Anmeldung:** Sabine Leithner, MSc  
sabine.leithner@akademiewels.at  
Tel.: +43 (0)7242 415-93730  
Vollpension in den Seminarhäusern



Tipp 1 Sabine Leithner



Tipp 2 Markus Dalbeck



Tipp 3 Claudia Hasibeder

## Tipp 2

### Cystische Fibrose

In fünf Modulen erweitern diplomierte Gesundheits- und KrankenpflegerInnen ihre fachliche Kompetenz bei der Pflege von PatientInnen mit der unheilbaren Erbkrankheit „Cystische Fibrose“ (Abschluss gem. GuKG § 64). Eine Kooperation der Akademie für Gesundheit und Bildung der Kreuzschwestern mit der Cystische Fibrose Hilfe OÖ und dem Kardinal Schwarzenberg Klinikum.

**Zielgruppe:** gehobener Dienst für Gesundheits- und Krankenpflege

**Leitung:** DGKP (KJ) Markus Dalbeck, Mag. Birgit Hintner

**Start:** 23. Jänner 2020

**Ort:** Klinikum Wels-Grieskirchen, Standort Wels

**Kosten:** EUR 1.510,00 zzgl. MwSt.

## Tipp 3

### Adventbesinnung

Weihnachten hat mit einem wunderbaren, unerwarteten und geheimnisvollen Geschenk (Gottes) für uns zu tun. Bedenken, genießen und feiern Sie Ihre Vorfreude und öffnen Sie die Sinne mit Liedern, Texten, Geschichten, Meditation, Symbolen und Ritualen.

**Zielgruppe:** MitarbeiterInnen der Diözese Linz, der Kreuzschwestern und Franziskanerinnen, Interessierte

**Begleiterinnen:** Dipl. PAss. Claudia Hasibeder und MMag. Gertraud Stockinger-Pichler

**Termin:** Von 2. Dezember 2019, 17 Uhr bis 3. Dezember 2019, 17 Uhr

**Ort:** Haus der Besinnung, Gaubing (OÖ)

**Kosten:** Verpflegungs- und Nächtigungskosten EUR 48,50 (vor Ort zu bezahlen), Kurskosten EUR 45,00

#### INFOS UND ANMELDUNG

Sofern nicht anders angegeben, kontaktieren Sie für Anmeldungen und Details das Team der Akademie Wels, **office@akademiewels.at**; **Tel.: +43 7242 350 836**. Weitere Lehrgänge oder Seminare finden Sie unter **www.akademiewels.at**.

## Tipp 4

### Ein Bett für den Strom

Ein Zitat von P. Theodosius Florentini lautet: „Man muss den Strom nicht stauen, sondern ihm ein Bett anweisen.“ Aus Erfahrung wusste er, welchen Schaden Flüsse bei Unwettern anrichten können. So verwirklichte er viele Initiativen, die verderblichen Strömen ein heilendes „Bett“ anwies. Er schätzte moderne Errungenschaften, erkannte aber auch, dass diese sich nicht vom Grundstrom des christlichen Glaubens lösen sollten, der in alle Bereiche hineinwirken, sie beleben und modifizieren sollte.

Das Buch von Sr. Zoe Maria Isenring, „Den Strom nicht stauen, sondern ihm ein Bett zuweisen“, ist über [www.zvab.com](http://www.zvab.com) erhältlich.



# Lauter Lieblinge

## Liebling 1

### **Familie**

Das Wichtigste in meinem Leben sind meine Frau und meine zwei mittlerweile erwachsenen Kinder. Meine Familie ist mein Daheim, mein Rückzugsort, mein Ruhepol; hier kann ich sein, wie ich bin und werde geliebt, so wie ich bin. Die Liebe meiner Frau, die Geburt unserer Kinder, ihr Heranwachsen und ihr jetziges Leben als junge Erwachsene – kurz: unser „Miteinander durchs Leben gehen“, das ist es, was meinem Leben einen tiefen Sinn gibt.

## Liebling 2

### **eLearning**

Ich habe das Glück, in der Akademie Wels in einem Bereich arbeiten zu dürfen, in dem ich mittlerweile 27 Jahre tätig bin. Lange bevor von Digitalisierung die Rede war, habe ich mich damit beschäftigt, wie Bildungsprozesse sinnvoll durch die IT unterstützt werden können. Dieses Thema mit immer neuen technischen Herausforderungen und in immer neuen Unternehmenskontexten begeistert mich nach wie vor. Wichtig ist mir dabei, dass abseits aller technischen Fortschritte und Möglichkeiten, immer der/die Lernende, mit seinen/ihren Wünschen, Grenzen, Möglichkeiten und Bedürfnissen im Vordergrund der Arbeit steht.



## Liebling 3

### **Telefonseelsorge**

Ich bin überzeugt, dass unsere Gesellschaft nur gut funktioniert, wenn Menschen ihre Fähigkeiten und ihre Zeit auch ohne Bezahlung für wichtige Themen einbringen. Die Arbeit in der Telefonseelsorge erweitert meinen Blick. Ich erlebe viel Einsamkeit, Leid, Not und Krankheit. Das alles am Telefon zu hören, zu besprechen, gemeinsam neue Blickwinkel zu sehen und Wege zu finden, oft aber auch nur mit auszuhalten, stiftet Sinn.

## Liebling 4

### **Musik**

Musik begleitet mich durch mein ganzes Leben. Aktiv, als Chorsänger und Gitarrenspieler, und passiv in Linz im Musiktheater, Brucknerhaus oder bei den Stiftskonzerten in St. Florian. Mein Lieblingskomponist ist Anton Bruckner, dessen Musik für mich alle Höhen und Tiefen des Menschseins umfasst.



## **Und Ihre Lieblinge?**

Was ist Ihnen wichtig, womit beschäftigen Sie sich, was bereichert Ihr Leben? Wir freuen uns, wenn auch Sie uns an Ihren Lieblingen teilhaben lassen! Das geht ganz einfach: Sie geben uns Bescheid – und die Redaktion meldet sich bei Ihnen.

Bei Interesse wenden Sie sich bitte an [marketing@kem-gmbh.at](mailto:marketing@kem-gmbh.at), Tel. +43 732 664871-2433

## X-TENTION

Wir haben für Sie die Lösung.

Wir sind IT-Komplettlösungsanbieter für das Gesundheits- und Sozialwesen. Die Komponentenvernetzung aus Software, Hardware und Prozessen macht uns unabhängig, flexibel und extrem schnell in der Umsetzung Ihres IT-Projektes.

Intelligente Lösungen für das Gesundheits- und Sozialwesen - x-tention.com



Baddesign & Energiesysteme

**BENEDER**  
*Leben mit Comfort*

Oberneukirchen • 07212/3000 • [www.beneder.co.at](http://www.beneder.co.at)

Die Messe für meine Gesundheit!

25. - 27.  
Oktober 19

Messe Wels

Gesundheitsstraße

Bewusste Ernährung

Bewegung & Fitness

Vital & Beauty

life

GUTSCHEIN

Ermäßigter Messeintritt €9,- (statt €11,-)

Gültig für 1 Person, einzulösen an den Tageskassen.  
Barablöse nicht möglich. Ermäßigtes Ticket auch  
online unter [life-messe.at](http://life-messe.at) erhältlich.



KREUZ-  
SCHWESTERN



**Kreuzschwestern**  
Europa Mitte

[www.kreuzschwestern.eu](http://www.kreuzschwestern.eu)