

DAS MAGAZIN

DER KREUZSCHWESTERN



CHANGE ALS CHANCE

Vom Tischler zum Sozialberuf – Dominko Milardic hat diese berufliche Veränderung nie bereut.

Seite 3

KEINE RANDFIGUR

Organisationsberaterin und Coachin Anne Elisabeth Höfler begleitete den internationalen Kongress der Kreuzschwestern als Moderatorin.

Seite 12

THANK YOU FOR THE MUSIC

Michaela Wolf geht es im Unterricht an der BAfEP Linz nicht nur um den richtigen Ton, sondern um das Aufeinander-Hören.

Seite 22

ANDREA DOSTL IST SACHBEARBEITERIN BEI OMS –
DOCH NICHT NUR DORT ZIEHT SIE DIE FÄDEN.

*Fine
von uns*

Seite 20



Provinzassistentin Sr. Clara Mair

Die gebürtige Vorarlbergerin (*1964) wuchs in Bregenz auf. 1986 trat sie in den Orden der Kreuzschwestern im Kloster Hall in Tirol ein. Im Jahr 1989 feierte sie ihre Erstprofess. Ihr beruflich abwechslungsreicher Weg führte die ausgebildete Religionspädagogin, Logotherapeutin und Seelsorgerin in die Schule, Begleitung, Formation, Pastoral und Krankenhausseelsorge. Seit 2019 ist sie Teil der Provinzleitung der Provinz Europa Mitte.

EDITORIAL

Liebe Leserinnen und Leser!

Die Glühbirne ist ein weitverbreitetes Symbol für Kreativität. Ihre Erfindung ist mit dem Namen Edison verknüpft. Kennen Sie Thomas Edisons Geschichte? Er wurde mit sieben Jahren der Schule verwiesen. Sein Lehrer bezeichnete ihn als „schwachsinnig“. Die Mutter verbarg den Brief des Lehrers in einer Schublade und erklärte ihrem Sohn, dass er nicht mehr zur Schule müsse, weil die Lehrer ihm nichts mehr beibringen könnten. Sie glaubte an seine ungewöhnliche und originelle Kreativität.

Nein, ich möchte Sie nicht zum Schulverweigern aufrufen, sondern die Geschichte von Edison als Beispiel für Kreativität anführen. Kreativität ist zunächst einmal unbequem. Kreative Menschen stören den geregelten und gewohnten Ablauf des Alltags. Aber wo wären wir heute ohne Glühbirne? Kreative Prozesse gehen über ein gängiges, vordefiniertes Schema hinaus. Es braucht Mut und Glaube, der eigenen Kreativität zu vertrauen. Kreativität ist wie eine Energie, eine Dynamik, der ich mich ergebe. Das kontrollierte kognitive Verstehen bleibt dabei erst einmal zurück. „Wer immer begreift, was er tut, bleibt unter seinem Niveau“ (Martin Walser).

Als Erwachsene sind wir gewohnt, unsere Handlungen rational begründen zu können. Geregelte Abläufe erleichtern den Alltag und kommen unserer Gewohnheit zugute, dass wir gern in Mustern denken, die sich bewährt haben. Allerdings erfordern die schnellen und tiefgreifenden Transformationsprozesse unserer Zeit von uns hohe Anpassungsfähigkeit und Mut, gewohnte Wege zu verlassen und kreative Lösungen für die ständig neuen Herausforderungen zu finden. Kreativität schafft, wenn sie das Handeln lenkt, stets Veränderungen. Ich glaube fest daran, dass jeder Mensch über Kreativität verfügt und ihr Einsatz wichtig ist für unsere Zeit.

Dieses Magazin gibt einen Einblick und eine Ahnung von all den kreativen Menschen, die in unseren Betrieben wirken. Ich bin dankbar für jede und jeden Einzelnen von ihnen und ihren Einsatz für ein gutes Miteinander!

Ihre 
Sr. Clara Mair

Das Leben in einem Satz

”

*„Kreativität ist, etwas zu sehen, das es noch nicht gibt.
Du musst herausfinden, wie du Ideen verwirklichen kannst,
um auf diese Weise ein Spielgefährte Gottes zu sein.“*

Michele Shea



*Finer
von uns*

Change als Chance

Vom Tischler zum Sozialberuf – Dominko Milardic (60) hat diese berufliche Veränderung nie bereut. Im Theresiengut nahe Linz gedeiht alles, was er sät: sowohl Gemüse als auch der zwischenmenschliche Bereich.

„Willkommen an meinem Arbeitsplatz!“, begrüßt uns Dominko Milardic freundlich und lässt den Blick über den 1.500 m² großen Garten schweifen. 2008 kam der 60-Jährige als Quereinsteiger im Sozialberuf ans Theresiengut am Pöstlingberg. Und ist geblieben. Seine Aufgabe ist es, den Garten gemeinsam mit neun psychisch beeinträchtigten Menschen zu betreuen. „Wir starten im Jänner mit dem Gartenjahr, ziehen zuerst Jungpflanzen im Glashaus und dem Folientunnel. Im Frühling setzen wir diese dann in die Beete.“ Angebaut wird alles, was gut gedeiht, und das ist viel. „Wir haben Stark-, Mittel- und Schwachzehrer und müssen dementsprechend den Boden aufbereiten.“ Gurken, Melanzani, Paprika, Porree, Salat, Tomaten, Knoblauch und Zwiebel, aber auch Physalis wachsen hier zu wahren Prachtstücken heran, die nach der Ernte im Hofladen verkauft werden. „Es ist schön, dass meine KlientInnen dadurch Kontakt zu den KundInnen

haben. Immer wieder entstehen schöne Gespräche“, erzählt der gebürtige Kroat, der im Jahr 1989 mit seiner Frau nach Österreich kam. Zwischenmenschliche Beziehungen und ein Garten, das passt für den sympathischen Sozialarbeiter ideal zusammen. „Hier wachsen nicht nur die Pflanzen, sondern auch die Beziehung zu den Menschen.“ Die Arbeit mit seinen KlientInnen habe ihm auch die Augen geöffnet, denn sie schätzen das Leben auf einer anderen Ebene, die ihm zuvor verborgen war. Bevor Dominko Milardic, den hier viele Dominik nennen, seine Berufung fand, arbeitete er 17 Jahre als Tischler. „Dass ich in eine ganz andere Branche gewechselt bin, war Schicksal.“ Eine Beraterin sah Potenzial in ihm, das er noch nicht erkannt hatte, und blieb hartnäckig. „Beim Gedanken daran bekomme ich heute noch Gänsehaut“, ist er dankbar für diese Begegnung, die ihn zu seinem Traumjob führte. ◀

In dieser Ausgabe

4

ÜBRIGENS, SCHWESTER SHEEJA

Die gebürtige Inderin ist Generalrätin der Kreuzschwestern in Ingenbohl.

10

VOLLTREFFER

Dr.ⁱⁿ Ulrike Auingering bietet Kurse zur Stressreduktion für Kreuzschwestern-MitarbeiterInnen an.

15

SPIRITUELLES FITNESSCENTER

Tanzexerziten und Tanztage im Kloster Hall.

18

SISTERS ACT

Von der Orgelvirtuosin Sr. Josipa Pavla Jakić.

24

MEIN LEBENSWEG

Von den Philippinen nach Tirol: Sonia Dionela ist angekommen.

30

REDEN WIR ÜBER WIRTSCHAFT

Mag.^a Julia Stierberger über Recruiting in den sozialen Medien.

IMPRESSUM

„Das Magazin der Kreuzschwestern Europa Mitte“. Medieninhaberin: Kongregation der Barmherzigen Schwestern vom heiligen Kreuz, Stockhofstraße 2, 4020 Linz, Austria, www.kreuzschwestern.eu, Herausgeberin: Provinzoberin Sr. Petra Car, Gabelsbergerstraße 19, 4600 Wels. Beratung, redaktionelles Konzept, Redaktion und Produktion: „Welt der Frau“ Corporate Print, www.welt-der-frauen.at. Projektleitung: Christoph Unterkofler. Autorin dieser Ausgabe: Inez Ardel. Artdirection, Layout, Grafik: Martin Jandrisevits. Fotoredaktion: Alexandra Grill. Titelfoto: Florian Voggeneder Druck: PrintOn, Johann Seiberl, 3382 Loosdorf. Auflage: 9.115 Stück

„Ich setze Prioritäten bei der Arbeit“

Schwester Sheeja Kolacherril (61) ist Generalrätin der Kreuzschwestern Ingenbohl. Die ausgebildete Lehrerin hat ein naturwissenschaftliches Studium absolviert, einen Master in Englisch und einen Bachelorabschluss in Pädagogik. Sie stammt aus Kerala (Südindien), wo sie in einer Atmosphäre der Spiritualität aufwuchs.

„Die Vision und das Charisma als Schwester vom Heiligen Kreuz sind überall gleich.“

Generalrätin
Sr. Sheeja Kolacherril

Sr. Sheeja, wenn man sich das Gruppenfoto der Generalleitung ansieht, fällt als erstes Ihre schöne Garderobe auf.

In Indien trugen die Schwestern bis 1991 die europäische Ordenstracht. Dann wurde offiziell beschlossen, den Sari zu tragen, weil es die traditionelle Kleidung der indischen Frauen ist. Dies ermöglichte einen leichteren Zugang zu den Menschen in unseren Missionsgebieten.

Als Generalrätin leben und arbeiten Sie in Ingenbohl. Was ist der Unterschied zu Ihrem Heimatland Indien?

Die Bedürfnisse der Zeit sind in Indien und Europa unterschiedlich. In Indien war ich an der Mission der Provinz beteiligt, insbesondere an der Ausbildung der jungen Generation. Es gab tägliche Begegnungen mit vielen Menschen. In der Provinzleitung habe ich mich nur um meine Provinz gekümmert. In Ingenbohl sind wir ein internationales Team. In der Generalleitung bin ich viel mehr in unsere

weltweite Kongregation eingebunden. Die Arbeit besteht aus Planung, Organisation, Beratung, Begleitung und Besuch der Schwestern in den Provinzen und weniger aus der Beteiligung an externen Aktivitäten. Mit der Zeit bin ich mir der Unterschiede in der Kultur bewusst geworden, aber die Vision und das Charisma als Schwester vom Heiligen Kreuz sind, glaube ich, überall gleich.

Worauf fokussieren Sie sich in Ihren täglichen Abläufen?

Ich bemühe mich aufrichtig, mir meiner Identität und der Identität unserer Kongregation bewusst zu bleiben. Da wir eine aktive Kongregation sind, möchte ich die verschiedenen Dienste anerkennen, die unsere Schwestern auf den verschiedenen Kontinenten leisten.

Ich priorisiere die Arbeit in den mir zugeteilten Provinzen und begleite sie in ihren Bedürfnissen. Visitationen sind für mich wichtig, um die Provinzen näher kennenzulernen. Ich begleite die Schwestern aus Indien, die für eine Pilgerreise ins Mutterhaus kommen. Es ist mir ein Anliegen, ihnen die Vielfalt unserer Kongregation bewusst zu machen.

Welche Erfahrungen aus Indien helfen Ihnen dabei?

Ich war Lehrerin und Schulleiterin. Ein großer Teil unserer Schwestern in Indien ist im Ausbildungsbereich tätig. Daher ist meine Erfahrung eine Hilfe, um die Anliegen in dieser Mission zu verstehen. Außerdem war ich acht Jahre lang Sekretärin der Provinzoberinnen, wodurch ich gelernt habe, Diskretion zu wahren und in meiner Arbeit und meinem Lebensstil diszipliniert zu sein. In der Provinzleitung war der Teamgeist der Grund für den Erfolg unserer Arbeit. Das alles nehme ich mit, um die Kongregation im Geist und Charisma voranzubringen. ◀



Sr. Sheeja Kolacherril

Sr. Sheeja Kolacherril wurde 1963 in Pala, Bezirk Kottayam, Bundesstaat Kerala, Südindien, geboren. Sie ist mit ihrer Familie, die sie von Kindheit an spirituell genährt hat, sowie ihren Schulen stark verbunden, weil sie ihr viele Werte beigebracht haben. 1987 legte sie ihre ersten Gelübde unter dem Namen Sr. Sheeja ab. „Ich wollte der Menschheit dienen, indem ich dem Leben Jesu in einer Ordensgemeinschaft wie den Barmherzigen Schwestern vom Heiligen Kreuz folge, die einen missionarischen Charakter hat.“ Neben einem Bachelor in Naturwissenschaften hat sie einen Master in Englisch und einen Bachelorabschluss in Pädagogik.

• **Gebete:** Das Gebet hat für mich Priorität und ich beginne meinen Tag gerne mit dem Wort Gottes. Ich bevorzuge einen kontemplativen Ansatz. Ich vertraue auf das Wirken Gottes in allem, was geschieht.

• **Favoriten:** Dichter sowie geistliche Führungspersönlichkeiten wie die heilige Theresa von Avila.

WESTEUROPA

Provinz Schweiz

Gründungsjahr: 1966
Derzeit: 315 Schwestern
Altersdurchschnitt: 84 Jahre
In den letzten 10 Jahren: 248 Todesfälle
In den letzten 10 Jahren: 0 Erstprofessen

Provinz Europa Mitte

Gründungsjahr: 2007
Derzeit: 345 Schwestern
Altersdurchschnitt: 84 Jahre
In den letzten 10 Jahren: 282 Todesfälle
In den letzten 10 Jahren: 2 Erstprofessen

Provinz Baden-Württemberg

Gründungsjahr: 1895
Derzeit: 155 Schwestern
Altersdurchschnitt: 82 Jahre
In den letzten 10 Jahren: 124 Todesfälle
In den letzten 10 Jahren: 2 Erstprofessen

Provinz Italien

Gründungsjahr: 1930
Derzeit: 69 Schwestern
Altersdurchschnitt: 84 Jahre
In den letzten 10 Jahren: 48 Todesfälle
In den letzten 10 Jahren: 0 Erstprofessen

Haus USA

Gründungsjahr: 2021
Derzeit: 20 Schwestern
Altersdurchschnitt: 82 Jahre
In den letzten 10 Jahren:
 9 Todesfälle
In den letzten 10 Jahren:
 0 Erstprofessen

Brasilien

Vikariat

Gründungsjahr: 1966
Derzeit: 28 Schwestern
Altersdurchschnitt: 66 Jahre
In den letzten 10 Jahren: 0 Todesfälle
In den letzten 10 Jahren: 3 Erstprofessen

Uganda

Vikariat

Gründungsjahr: 1999
Derzeit: 74 Schwestern
Altersdurchschnitt: 35 Jahre
In den letzten 10 Jahren:
 0 Todesfälle
In den letzten 10 Jahren:
 38 Erstprofessen

Kreuz- schwestern worldwide

Die Barmherzigen Schwestern vom heiligen Kreuz sind eine weltweite Ordensgemeinschaft der katholischen Kirche. Geprägt vom Charisma setzen sie sich in sozialen, bildenden und pastoralen Aufgabefeldern zum Wohle der Menschen ein. Heute leben über 2.600 Schwestern in 18 Ländern in der Gemeinschaft und begegnen den vielfältigen Nöten unserer Zeit mit Offenheit und Tatkraft.

MITTEL-, OSTEUROPA

Provinz Tschechien

Gründungsjahr: 1872

Derzeit: 87 Schwestern

Altersdurchschnitt: 61 Jahre

In den letzten 10 Jahren: 24 Todesfälle

In den letzten 10 Jahren: 3 Erstprofessen

Provinz Slowakei

Gründungsjahr: 1927

Derzeit: 152 Schwestern

Altersdurchschnitt: 58 Jahre

In den letzten 10 Jahren: 29 Todesfälle

In den letzten 10 Jahren: 8 Erstprofessen

Provinz Kroatien

Gründungsjahr: 1868

Derzeit: 273 Schwestern

Altersdurchschnitt: 73 Jahre

In den letzten 10 Jahren: 98 Todesfälle

In den letzten 10 Jahren: 27 Erstprofessen

TAIWAN

Vikariat

Gründungsjahr: 1955

Derzeit: 23 Schwestern

Altersdurchschnitt: 76 Jahre

In den letzten 10 Jahren: 0 Todesfälle

In den letzten 10 Jahren: 1 Erstprofess

INDIEN

Provinz Indien Zentral

Gründungsjahr: 1970

Derzeit: 286 Schwestern

Altersdurchschnitt: 52 Jahre

In den letzten 10 Jahren: 27 Todesfälle

In den letzten 10 Jahren: 64 Erstprofessen

Provinz Indien Süd

Gründungsjahr: 1991

Derzeit: 233 Schwestern

Altersdurchschnitt: 55 Jahre

In den letzten 10 Jahren: 5 Todesfälle

In den letzten 10 Jahren: 29 Erstprofessen

Provinz Indien Nordost

Gründungsjahr: 1991

Derzeit: 271 Schwestern

Altersdurchschnitt: 55 Jahre

In den letzten 10 Jahren: 28 Todesfälle

In den letzten 10 Jahren: 62 Erstprofessen

Provinz Indien Mitte

Gründungsjahr: 2015

Derzeit: 178 Schwestern

Altersdurchschnitt: 55 Jahre

In den letzten 10 Jahren: 17 Todesfälle

In den letzten 10 Jahren: 28 Erstprofessen

Provinz Indien Ost

Gründungsjahr: 2019

Derzeit: 121 Schwestern

Altersdurchschnitt: 52 Jahre

In den letzten 5 Jahren: 1 Todesfall

In den letzten 5 Jahren: 21 Erstprofessen

KONGREGATION GESAMT

Gründungsjahr: 1852

Derzeit: 2.630 Schwestern

Altersdurchschnitt: 66 Jahre

In den letzten 10 Jahren: 940 Todesfälle

In den letzten 10 Jahren: 288 Erstprofessen

ICH UND *mein Werk*



Kunst aus der Natur

Als Gärtner im Klinikum Wels-Grieskirchen bringt Johann Witkovsky Liebe zur Natur und einen Sinn für Ästhetik mit. Diese Eigenschaften nimmt er auch in die Freizeit mit. Denn vor zehn Jahren hat der Welsler das Imkern als Hobby für sich entdeckt und ist auch Mitglied im Welsler Imker-Verein. Über diesen lernte er einen Kollegen kennen, der ihn in die Geheimnisse der Bienenvölker einweihte und ihm alles Wissenswerte über das Ernten, Schleudern und Abfüllen von Honig beibrachte. „Ich übernahm eine alte, verfallene Bienenhütte an einem Waldrand und habe sie renoviert.“ Abgesehen von Honigspezialitäten wie Wabenhonig, Nüssen, Erdbeeren und Himbeeren in Honig fertigt Johann Witkovsky auch Kerzen an. „Die Kerzen werden mittels Tauchverfahren oder mit Kerzenformen hergestellt“, so der Imker. „Natürlich verwende ich ausschließlich reines Bienenwachs“, betont er das Reinheitsgebot des wunderbar duftenden Imkerprodukts, das sich besonders in der kalten Jahreszeit großer Beliebtheit erfreut. Zu erwerben sind die selbst gemachten Bienenprodukte übrigens am Welsler Wochenmarkt, wo Birgit Witkovsky einen Stand mitbetreibt.



Johann Witkovsky (51) absolvierte eine Doppellehre als Produktions- und Landschaftsgärtner und schloss mit dem Meister

ab. Der leidenschaftliche Imker ist zudem geprüfter Baumkontrolleur.

DREI FRAGEN AN DR. HELMUT MADLENER

„Bei uns wird eine Hands-on-Mentalität vorgelebt“

Helmut Madlener leitet seit 16 Jahren den Schulträgerverein Institut St. Josef in Feldkirch.

1. In St. Josef gibt es eine Mittelschule, eine Bildungsanstalt für Elementarpädagogik und eine Höhere Lehranstalt für wirtschaftliche Berufe. Letztere bietet auch ein Angebot für Gesundheit und Pflege. Wie kam es dazu?

Die kombinierte Wirtschafts- und Pflegeausbildung mit Berufsabschluss als PflegeassistentIn (Fachschule) bzw. Pflegefachassistenz zusätzlich zur Matura wird in Vorarlberg nur am Institut St. Josef angeboten. Wir haben damit konsequent den bestehenden Schwerpunkt Gesundheit und Pflege ausgebaut und weiterentwickelt. Österreichweit sind wir der einzige Standort, der sowohl eine Fachschule für Sozialberufe als auch eine Höhere Lehranstalt für Pflege und Sozialbetreuung anbietet.

2. Was kann die Ausbildung an Ihrer Schule leisten?

Neben einer soliden fachlichen Ausbildung wird auf vernetztes Denken und Interdisziplinarität ebenso Wert gelegt wie auf die praxisbezogene Anwendung der Lehrinhalte und die Stärkung der Persönlichkeit. Bei uns wird eine Hands-on-Mentalität vorgelebt.

3. Warum besuchen SchülerInnen gerne Ihre Schulen?

Als Gründe für die Wahl unserer Schulen nennen die SchülerInnen die abwechslungsreiche, fundierte und innovative Ausbildung, die persönliche Atmosphäre in einem wunderschönen, historischen Gebäude mit besonderem Flair und das spürbare Miteinander am Campus.



Nach dem Wirtschaftsstudium in Wien, St. Gallen und Dallas/Texas arbeitete er als selbstständiger Managementberater und in leitenden Funktionen im Engineering- und Baubereich.



Weiterwachsen



Mabuhay - willkommen!

Um dem Personalmangel entgegenzuwirken, setzt das Klinikum Wels-Grieskirchen auf Fachkräfte aus dem Ausland. Ende Juli wurden neue Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter von den Philippinen begrüßt. Zur Unterstützung werden den Pflegekräften MentorInnen an die Seite gestellt.



Summ, summ

Die BewohnerInnen des Haus Elisabeth in Laxenburg freuten sich über Besuch von Imker Franz, der Wissenswertes und Kurioses erzählte und verschiedene Produkte zeigte. Das Highlight aber war ein Bienenstock mitsamt seinen fleißigen Bewohnerinnen und deren Königin!



Curriculum

Das Curriculum „In Verbindung sein - Neue Wege gehen“ ist ein Angebot der Kreuzschwestern für alle Führungskräfte, Bereichsleitungen und Koordinatorinnen zur persönlichen Weiterentwicklung. Anmeldung bei Fr. Kirchberger: vermittlung.provinzhaus@kreuzschwestern.eu

NEU GESTARTET

Neuer Ärztlicher Leiter für das Klinikum

Im Juli 2024 wurde Priv.-Doz. Dr. Rainer Gattringer (52) zum neuen Ärztlichen Leiter am Klinikum Wels-Grieskirchen bestellt. Er folgt Dr. Thomas Muhr, der nach 35 Jahren am Klinikum in Pension gegangen ist. Gemeinsam mit der Geschäftsführung wird Gattringer für die strategische medizinische Weiterentwicklung des Klinikums verantwortlich sein.

Raider Gattringer ist mit dem Klinikum bestens vertraut. Seit 2018 ist der Oberösterreichische Leiter des Instituts für Hygiene und Mikrobiologie, Infektiologie und Tropenmedizin am Klinikum Wels-Grieskirchen. Als Facharzt für Hygiene und Mikrobiologie sowie Innere Medizin mit dem Zusatzfach Infektiologie und Tropenmedizin verfügt Gattringer über einen breiten medizinischen und wissenschaftlichen Background. Während der Covid-Pandemie hat die Bedeutung seines Fachbereichs noch an Gewicht dazugewonnen – sein Wissen zu Infektionserkrankungen war und ist gefragt.

PATIENTENVERSORGUNG ALS PRIORITÄT

Das Gesundheitssystem generell und die Krankenhausorganisation im Besonderen stehen vor großen Herausforderungen, allen voran der demografische Wandel und die Personalsituation in wesentlichen Kernbereichen. Dessen ist sich Gattringer bewusst: „Ziel muss sein, dass wir weiterhin eine hervorragende Patientenversorgung sicherstellen

und dass die Arbeit im Klinikum attraktiv bleibt. Im medizinischen Bereich ermöglichen wir dafür eine umfassende, praxisorientierte Ausbildung und laufende Weiterbildungsmaßnahmen.“

SPITZENMEDIZIN

Das Klinikum Wels-Grieskirchen ist zudem renommiert für spitzenmedizinische Leistungen in vielen Fächern. „Spitzenmedizin bedeutet, unseren Patientinnen und Patienten die besten Diagnose- und Behandlungsmöglichkeiten anbieten zu können. Das erfordert, neue erprobte wissenschaftliche Erkenntnisse, kombiniert mit innovativen Technologien, zu beherrschen und anzuwenden. Am Puls der Zeit zu sein, ist die Devise“, so der Ärztliche Leiter. ◀



*Rainer Gattringer,
neuer Ärztlicher
Leiter am Klinikum
Wels-Grieskirchen,
vereint Spitzenmedizin
und hervorragende
Managementqualitäten.*



VOLLTREFFER

Stressreduktion durch Achtsamkeit

Dr.ⁱⁿ Ulrike Auinger, ehemalige Oberärztin am Institut für Physikalische Medizin und Allgemeine Rehabilitation am Klinikum Wels-Grieskirchen, gibt seit einigen Jahren Achtsamkeitskurse für Klinikum-MitarbeiterInnen. Demnächst auch für alle MitarbeiterInnen von Kreuzschwestern-Betrieben.

Herzklopfen, flacher Atem, Anspannung, Enge im Brustbereich – was wir hier körperlich spüren und auch seelisch fühlen, ist Stress. Wir alle kennen diese Situationen, die uns unter Druck setzen und aus der Kurve schmeißen. Und auch die Reaktionen darauf: Flucht, Kampf und Erstarrung. Alle drei sind weder im beruflichen Kontext noch im Privatbereich wünschenswert, denn sie hebeln uns aus, lassen uns quasi blind reagieren und können uns auf Dauer sogar krank machen. Doch was hilft gegen diesen unangenehmen Kontrollverlust, den der unheilsame Cocktail aus Anspannung und Druck auslöst? Dr.ⁱⁿ Ulrike Auinger, zertifizierte MBSR-Lehrende (Mindfulness Based Stress Reduction), setzt auf Achtsamkeit und gibt ihr Wissen auch in Kursen weiter. „In der Achtsamkeit lernen wir, unsere Stressreaktionen wahrzunehmen, und neue Wege, heilsamer mit Stress umzugehen. Regelmäßige Achtsamkeitspraxis dient der Stressreduktion, der Resilienz, führt zu mehr Lebensfreude und Mitgefühl für sich und andere, verringert Angstzustände und chronische Schmerzen und beugt Rückfällen bei Depression und Suchterkrankungen vor.“

VERMEHRT FREUDE

Im achtwöchigen MBSR-Kurs unterrichtet Auinger das auf Achtsamkeit basierte Stressbewältigungsprogramm nach Jon

Kabat-Zinn. Achtsamkeit bedeutet wahrnehmen, was wir erleben, während wir es erleben, ohne automatisches Beurteilen. „Vorkenntnisse sind nicht erforderlich“, betont die Leiterin. Im Programm enthalten sind formale Übungen wie Meditation im Sitzen, Liegen, Stehen und Gehen, achtsame Körperübungen, der BodyScan sowie informelle Achtsamkeitsübungen für den Alltag. Zusätzliches regelmäßiges Üben zu Hause führe bereits während des Kurses zu ersten Einsichten und gesünderen Verhaltensweisen. Weitere Kursinhalte sind Schulung der Körperwahrnehmung, achtsamer Umgang mit Gedanken und Gefühlen, achtsames Essen, achtsame Kommunikation und Selbstfürsorge.

„Dieses bewusste Innehalten und Aussteigen aus dem geschäftigen Tun ist es, das uns hilft, zu mehr innerer Ruhe und Gelassenheit zu gelangen.“

STOP-ÜBUNG FÜR DEN ALLTAG:

- 1) innehalten
- 2) durchatmen
- 3) bemerken, was gerade geschieht
- 4) aktiv handeln

Bisher fanden die Kurse im Rahmen der Betrieblichen Gesundheitsförderung für die MitarbeiterInnen des Klinikums Wels-Grieskirchen statt. Demnächst soll das Angebot auf alle MitarbeiterInnen der Kreuzschwestern-Betriebe ausgeweitet werden. ◀

+ MBSR-Kurs Klinikum Wels-Grieskirchen

Termine für 2025 – 8 Montagabende: 24. 2., 3. 3., 10. 3., 17. 3., 24. 3., 31. 3., 7. 3., 14. 3. jeweils 16.30 bis 19 Uhr und Achtsamkeitstag am Sa., 5. 4. von 9 bis ca. 16 Uhr
Ort: Meditationsraum im Provinzhaus der Kreuzschwestern, Wels

Kursleiterin: Dr.ⁱⁿ Ulrike Auinger

Kontakt: ulrike.auinger@liwest.at

Weitere Angebote:

Selbstfürsorge - Zeit für mich

Einführung in die Achtsamkeit: Dauer 90 Min., kurze theoret. Einführung, achtsame Körperübungen, angeleitete Meditation, Austausch

Was uns gerade beschäftigt

Wo brauchen Sie Kreativität im beruflichen Alltag?



Direktor Günter Berger
Private Mittelschule „Rudigier“
des Schulvereins der Kreuz-
schwestern | Steyr



Gerti Matzenauer
Leitung Seniorenbetreuung & Ehrenamt
Haus Elisabeth | Wohnen mit Pflege |
Laxenburg



Carola Gehrling
Pflegedienstleitung
Tagespflege „Heilig Kreuz“ |
Gemünden

Kreativität füllt Lücken

Kreativität brauche ich in allen täglichen Entscheidungen, die unerwartet auf einen zukommen. Das kann alles sein: vom Fototermin bis zu einem weinenden Elternteil. Aber auch in der Aufrechterhaltung unserer qualitativen Schulentwicklung. Wir haben einen unglaublich guten Ruf in der Region. Um dieses Level zu erhalten, braucht es auch immer wieder kreative Inputs und Ideen im Umgang mit der aktuellen Situation. Seit März des Jahres 2023 haben wir keine Schwestern mehr im Haus. Jetzt stellt sich für uns die Frage: Wie gehen wir mit dieser Lücke um? Das ist für mich ein Feld, das mich sehr beschäftigt. Wie können wir das Leitbild der Kreuzschwestern ohne ihre personelle Präsenz weitertragen? Herausforderungen wie dieser muss man prinzipiell mit Kreativität begegnen. Dann könnte sich daraus auch eine Chance ergeben. Wir haben immer mehr Voranmeldungen, als wir Plätze haben. Mit einer Adaptierung der Kreuzschwestern-Räumlichkeiten wäre es möglich, mehr SchülerInnen aufzunehmen, die den Leitgedanken der Kreuzschwestern weitertragen.

Freude am Schaffensprozess

Kreativität brauche ich tatsächlich immer und zu jeder Zeit! Mein Mann sagt sogar, Kreativität ist meine Superkraft. Die weiß ich in meinem Job als SeniorInnenbetreuerin gut einzusetzen. In der Beschäftigung mit den BewohnerInnen greife ich auf ein großes Angebot zurück. Wir basteln, es gibt kreatives Gestalten, Singen, aber auch Turnen. Kreativität ist einfach immer gefragt! Auch wenn es darum geht, die Menschen zu motivieren, das Programm mitzumachen. Da braucht es schon manchmal ein besonderes Geschick und, ja, eben auch Kreativität. Ich selbst war immer schon kreativ. Als Kind war ich fantasievoll und einfallreich und auch heute gehe ich mit offenen Augen durchs Leben. Es macht mir Spaß, etwas auszutüfteln und mir etwas zu überlegen. Neben der Freude am Schaffensprozess und der sinnvollen Beschäftigung, die die SeniorInnen durch unser Angebot erfahren, ist es mir auch ein großes Anliegen, ressourcenschonend zu arbeiten. Upcycling steht ganz hoch im Kurs, und so werden schon mal aus Wollresten und leeren Gebinden schöne neue Dinge, die Freude bereiten.

Einendes Element

Gefühlt brauche ich in meinem Job überall Kreativität. Ich würde mich auch selbst als Kreativkopf bezeichnen. In der Tagespflege „Heilig Kreuz“ in Gemünden betreuen wir Menschen zwischen Anfang 50 und 100 Jahren! Das sind wirklich sehr verschiedene Konstellationen, die hier aufeinandertreffen. Denn hier kommen einerseits mehrere Generationen zusammen, aber auch sehr unterschiedliche Gesundheitszustände, von Alterserscheinungen bis zur Demenz. All diese Unterschiedlichkeiten abzuholen und in einen Rahmen zu packen, erfordert auf jeden Fall Kreativität. Es soll sich hier niemand unter- oder überfordert fühlen. Das ist meinem Team und mir sehr wichtig. Auf einer weiteren Ebene sind meine MitarbeiterInnen und ich natürlich auch kreativ bei der Gestaltung der Räumlichkeiten und beim Schaffen einer Atmosphäre, in der sich unsere Gäste wohlfühlen und inspiriert werden. Und schließlich ist Kreativität auch im Team gefragt. Denn innerhalb der MitarbeiterInnenführung muss ich auf gemeinschaftlich effiziente Lösungen kommen.

EINE VON AUSSEN

Keine Randfigur

Zehn Tage lang haben die Kreuzschwestern in der Schweiz ihren internationalen Kongress abgehalten, zu dem je zwei Vertreterinnen aller Provinzen weltweit kamen. Organisationsberaterin und Coach Anne Elisabeth Höfler begleitete dieses gewichtige Treffen als Moderatorin.

Anne Elisabeth Höfler hat in ihrem Job immer wieder die Gelegenheit, in Systeme und Organisationen Einblick zu erhalten. Als Außenstehende übernimmt sie den wichtigen Part der Moderatorin, die die Prozesskompetenz hat, einen Rahmen zu setzen, damit zielgerichtet Themen bearbeitet werden können. Neben ihrer langjährigen Erfahrung als Beraterin im Non-Profit-, sozialwirtschaftlichen und Gesundheitsbereich sowie der öffentlichen Verwaltung hat sich die studierte Historikerin auch im Ordensbereich ihre Sporen verdient. Die Grundvoraussetzung für jede Art von Beratung sei für sie stets „Respekt, Respekt, Respekt und Wertschätzung“. Zwischen dem Businessbereich und einer Ordensgemeinschaft sieht sie bei vielen Ähnlichkeiten einen großen Unterschied. „Die Mitglieder bzw. Arbeitskräfte einer Firma oder Organisation gehen am Abend nach Hause zu ihrer Familie. Man kann die Organisation leicht wechseln. Bei Ordensgemeinschaften ist das anders. Sie verhandeln immer die Themen, die sie selber direkt betreffen. Wenn die Schwestern am Abend nach Hause gehen, so bleiben sie im System.“ Es sei bereichernd, mit Ordensgemeinschaften zu arbeiten, weil es ganz schnell um das Wesentliche gehe. „Was ist der Auftrag? Wozu sind wir da?“ Getragen durch das Charisma, den Quellgrund.

VIELFALT ALS WUNDERBARE HERAUSFORDERUNG

Im September 2024 begleitete Höfler den internationalen Kongress der Kreuzschwestern in der Schweiz. Zehn Tage lang war sie mittendrin im lebendigen Austausch mit mehr als 30 Kreuzschwestern aus 16 Nationen. „Das drückt die Buntheit der Globalität aus – und das Charisma verbindet. Allen ist wichtig, dass der Orden Zukunft hat, sich diesen Themen zu stellen und sich mit seinen Potenzialen und Ressourcen einzubringen – das ist etwas ganz Besonderes.“ Dass die Kreuzschwestern eine so internationale und universelle Gemeinschaft sind, empfinde sie in gleichem Maße beeindruckend wie anspruchsvoll. „Hier hatte ich es mit einer Vielfalt der Kulturen, der Herangehensweisen und auch der Sprachen zu tun. Diese Vielfalt auf unterschiedlichen Ebenen ergibt eine besondere Komplexität, und damit umzugehen, ist schon immer wieder auch anspruchsvoll.“ Prinzipiell sei Sprache immer ein Türöffner. „Gut wäre es, wenn man viele Sprachen

spricht. Aber da gibt es natürlich immer ein Limit“, führt Höfler an. „Zum Glück gibt es auch viele Dolmetscherinnen!“ Aber dennoch mache sie immer ein Plakat mit Willkommensworten in allen Sprachen, die von den Teilnehmenden gesprochen werden. „Jede will gut ankommen, Orientierung haben, sich angenommen fühlen. Das ist ganz wesentlich. Und da unterscheiden sich Orden gar nicht von anderen Gruppen!“ Schritt eins sei, stets dafür zu sorgen, dass sich die Personen gesehen fühlen in ihrer Unterschiedlichkeit, respektiert und ernst genommen werden. „Dann geht es darum, eine passende Methodik und Vorgangsweise zu finden, dass alle andocken können und eine gute Dynamik entsteht.“ Dies sei die Voraussetzung für ein Miteinander und Vertrauen, damit gearbeitet werden kann.

Wann hat Höfler als Moderatorin und Begleiterin ihrerseits einen „Good Job“ gemacht? „Es braucht schon Ergebnisse, auch wenn sie manchmal schwer messbar sind wie, z. B. Vertrauensaufbau. Aber das lässt sich ein Stück weit über die Beteiligung erkennen und die Ernsthaftigkeit der Beiträge.





Und natürlich die Zielerreichung auf sachlicher Ebene. Wenn ich spüre, dass die Gruppe weitergekommen ist, dann ist das schön.“

Was sie bei diesem Kongress wieder erfahren habe, ist, dass Leitungen besonders im Ordensbereich heutzutage vor schwierigen Aufgaben stehen. „Der großen Transformation im Ordensbereich, die sie zu bewältigen haben, begegnen sie mit einer unglaublichen Seriosität, Ernsthaftigkeit und persönlichen Beteiligung. Das ist etwas wirklich Wertvolles und Besonderes.“ ◀

Mag.ª phil. Dr.ª phil. Anne Elisabeth Höfler ist in der Oststeiermark geboren und aufgewachsen. Verschiedene Studien und Ausbildungen brachten sie nach Wien und München. Sie hatte ein Jahrzehnt eine Leitungstätigkeit in der Erwachsenenbildung über und verfügt über langjährige Erfahrung im Lehrbereich und als Trainerin. Seit 1998 arbeitet sie selbstständig als Organisationsberaterin, Facilitatorin, Führungskräftetrainerin, Supervisorin und Coach.



Zwei
von uns

JOBS BEI DEN KREUZSCHWESTERN

Ein Tag im Leben von Gabriela Sturm und Valentina Skrbin

Die Gruppenleiterin Gabriela Sturm betreut gemeinsam mit der Pädagogischen Assistentin Valentina Skrbin eine Kindergartengruppe im Welser Kindergarten der Kreuzschwestern.

7.45 Uhr

Allmählich trudeln die Kinder der „Blauen Gruppe“ ein. Jedes wird herzlich begrüßt und die Eltern werden gemeinsam verabschiedet. „Es ist wichtig, dass die Kinder uns vertrauen und gern hier sind“, sagt dazu Valentina Skrbin.



8 Uhr

Einige Kinder weben gern, zum Einfädeln der neuen Wolle brauchen sie die Hilfe von Gabi Sturm. Die Drei- bis Sechsjährigen haben verschiedenste Bedürfnisse, auf die Gabi und Valentina möglichst individuell eingehen. Auch für Lern- und Spaßspiele ist immer Zeit.

9 Uhr

Im täglichen Morgenkreis zählen die Kinder gemeinsam mit den Elementarpädagoginnen, ob heute alle da sind. Es wird besprochen, wer fehlt, und eins der Kinder darf den Kalender mit Datum und Wetter einstellen. Ein gemeinsames Lied schafft eine frohe Stimmung und ein gutes Gefühl von Zusammengehörigkeit. Manche Kinder tun sich sehr schwer mit der deutschen Sprache, aber spielerisch und mit Musik machen sie schnell Fortschritte.



10.45 Uhr

Auf geht's zum Bewegen im Turnsaal! Wenn das Wetter dafür passt, gehen die Kinder auch gern in den Garten. Hauptsache, laufen, springen, toben. Oder Tiere nachahmen. In diesem Fall waren es Schmetterlinge. Gabi Sturm hat selbst riesige Freude an Kindern, die fröhlich sind.

12.30 Uhr

Nun werden die meisten Kinder abgeholt, dann ist Zeit für eine kurze Teambesprechung. Was steht morgen am Plan und was in den nächsten Wochen? Reflexionen und Elternarbeit gehören ebenso dazu. Die Zusammenarbeit zwischen Valentina und Gabriela funktioniert einwandfrei – und das spüren auch die Kinder.





Barbara Samm (geboren 1964 in Benediktbeuern) ist Religionslehrerin, Geistliche Begleiterin und Pädagogin für therapeutischen Tanz und elementares Trommeln sowie Tanzleiterin für sakralen Tanz.



SPIRITUELLES FITNESSCENTER

Im Rhythmus des Lebens

Religions- und Tanzpädagogin Barbara Samm leitet Tanzexerzitien und Tanztage im Exerzitienhaus der Kreuzschwestern in Hall (Tirol). Bei ihren Exerzitien verbindet sie zwei wichtige Bereiche ihres eigenen Lebens miteinander: Tanz und Schweigen.

1 Tanzen ist spirituell

Tanz kann eine spirituelle Dimension erhalten, indem wir den Schritten und der Bewegung der Arme und des ganzen Körpers eine spirituelle Bedeutung verleihen. Dadurch verbinden wir unseren äußeren Tanz mit inneren, unsichtbaren geistlichen Wahrheiten und lassen ihn dadurch zu einem Gebet mit dem ganzen Körper werden. Dabei ist es für mich wichtig, zwischen den Bewegungen immer wieder innezuhalten, den Körper bewusst wahrzunehmen, den eigenen Atem zu beobachten und die momentane Befindlichkeit zu spüren und ihr Raum zu geben. Dadurch kommen wir ganzheitlich in Kontakt mit uns selbst, tauchen ein in den Moment, sind ganz präsent. Und es besteht die Möglichkeit, dass sich ein Zugang zur göttlichen Wirklichkeit in uns erschließt.

2 Elementares Trommeln

In meinen Angeboten wird in der Gruppe immer wieder gemeinsam getrommelt. Es handelt sich hierbei um ein meditatives Trommeln, welches keine Vorkenntnisse erfordert. Der Trommelschlag beschränkt sich auf einen gleichmäßigen Rhythmus, der von unserem Körper ohne Übung gespielt wird. Es handelt sich dabei um den Herzschlag des Babys im Bauch der Mutter. Dies erklärt, wieso dieser Rhythmus bei jedem Menschen unmittelbar, ohne kognitive Anstrengung abrufbar ist.

Dieser gleichmäßige Trommelschlag kann eine heilsame Wirkung für Körper, Geist und Seele entfalten. Er lässt uns unmerklich in tiefere Schichten unseres Seins eintauchen und kann so auf vielfältige Weise wirken. In der Gemeinschaft zu trommeln, kann zudem zu einer großen Verbundenheit und einem Einheitsgefühl innerhalb der Gruppe führen.

3 Tanzexerzitien – eine besondere Art zu schweigen

Die Basis der Tanzexerzitien ist das durchgehende Schweigen, welches heilsam von Kreistanz, freier Bewegung zur Musik, bewusster Körperwahrnehmung, meditativem Trommeln und Erfahrungen in der Natur begleitet wird. Die angebotenen Elemente unterstützen die Teilnehmenden, ihre persönlichen Erfahrungen, die aus der Stille zu ihnen kommen, mit allen Sinnen wahrzunehmen und so umfassender zu erleben. Die Struktur der Exerzitien lässt viel Freiraum für persönliches Gebet, jede und jeder Teilnehmende kann das Angebot eines täglichen Begleitgesprächs nutzen. Die gemeinsamen Zeiten in der Gruppe beschränken sich auf die Morgen- sowie Abendmeditation und zwei Tanzeinheiten täglich. Die nächsten Kurse mit Barbara Samm finden 2025 im Exerzitienhaus der Kreuzschwestern in Hall statt:

11.6.–15.6.2025: Tanzexerzitien

24.10.–26.10.2025: Tanztage

Info und Anmeldung: www.kreuzschwestern.tirol ◀

Kreative Weihnachtsengel

„Gefällt dir eh, was ich gemacht habe?“
Vorsichtige Annäherungsversuche sind am
Theresiengut überflüssig. „Wir sagen hier
alle Du zueinander“, erklärt Gertraud
Hizsa, die Gruppenverantwortliche –
immerhin arbeitet und lebt man hier oft
jahrelang zusammen. Eine wohlig-herzliche
Stimmung liegt im Werkraum. Anika
und Lukas vertiefen sich sichtlich gern in
ihre Arbeit. Es wird gestempelt, geklebt,
gehäkelt und gestrickt. Wenn die Advent-
zeit bevorsteht, werken alle elf Menschen
mit Beeinträchtigung und die vier Mit-
arbeiter in der HANDWERKEREI ganz
besonders emsig: Geschenkpapier, Duft-
sackerl, Holzengel, Wollsocken und Christ-
baumschmuck: „Das alles kannst du bei
unserem Weihnachtsmarkt kaufen!“, wirbt
Anika. Am 29. und 30.11.2024 ist es wieder
so weit. Auch kulinarische Schmankerl
wie z.B. Bauernkrapfen wird es geben.
Alle Mitarbeiter und Bewohner des
„Theresienguts am Pöstlingberg“ freuen
sich schon auf zahlreichen Besuch.







Sr. Josipa Pavla Jakić wurde am 13. Februar 1995 in Slavonski Brod, Kroatien, geboren. 2010 trat sie in das Kloster in Đakovo ein, wo sie 2013 das Gymnasium abschloss. 2015 begann sie mit dem Noviziat, danach feierte sie 2017 Erstprofess. Anschließend nahm sie das Studium der Kirchenmusik in Zagreb auf. 2019 setzte sie dieses in Wien fort. 2022 legte sie die Ewige Profess in Đakovo ab. Momentan befindet sie sich beim Abschluss des Studiums und freut sich auf einen neuen Anfang.

SISTERS ACT

Jede gute Gabe kommt von oben

Sr. Josipa Pavla Jakić (29) aus dem Kloster Đakovo (Kroatien) schließt demnächst ihr Masterstudium in Kirchenmusik in Wien ab. Derzeit wohnt sie in der Klostersgemeinschaft in Laxenburg und ist gespannt auf das, was sie erwartet, wenn sie in ihr Heimatkloster zurückkehrt.

Es ist die Liebe zu Gott und den Menschen, die die junge Kreuzschwester Josipa Pavla antreibt. Diese brachte sie schon mit 15 Jahren dazu, in den Orden einzutreten. „Eine große Motivation für mich war das Leben der Schwestern, die in meiner Pfarre lebten. Ich beobachtete sie stets mit Bewunderung; sie waren immer glücklich und haben gestrahlt. Das beeindruckte mich sehr“, erinnert sich Sr. Josipa Pavla. Eine Frage, die sie damals stark beschäftigt habe, war, was es bedeutet, glücklich zu sein. „Ich verstand es damals so, das ganze Leben Gott zu schenken und ihm zu dienen.“ Und auch sie selbst wurde beschenkt: mit einer schier unglaublichen Musikalität und einem Talent für Sprachen, das seinesgleichen sucht. Dazu gefragt, fällt der sympathischen Kreuzschwester gleich ein Zitat ein. „Jede gute Gabe und jedes vollkomme-

ne Geschenk kommt von oben.“ (Jakobus 1, 17). Hinter diesen guten Gaben steht die Zusammenarbeit mit Gott. Es ist entscheidend, mit dem Gottesgeschenk aktiv zu arbeiten, damit sich die Gabe weiter entfalten kann.“ Das hat die 29-jährige zweifelsohne getan. Sie begann ein Studium der Kirchenmusik in Zagreb und setzte dieses in Wien fort. Dort hat sie bereits in Gregorianik und Dirigieren brilliert, demnächst folgt der Abschluss mit Orgelimprovisation. „Das gemeinsame Studieren mit meinen Kolleginnen und Kollegen ist für mich eine bereichernde Herausforderung, in der ich meinen Glauben und meine Berufung aktiv leben kann. Oft geschieht dies auf eine stille, prägnante Weise, manchmal erfordert es jedoch viel Kreativität im Umgang mit den Menschen.“ Auch abseits der Universität ist die Musik Sr. Josipa Pavlas ständige Begleiterin.

„Ich hatte die wunderbare Möglichkeit, den Chor Unisono Wien zu leiten sowie die Gottesdienste bei den Salesianerinnen am Rennweg in Wien musikalisch zu gestalten. Darüber hinaus durfte ich in verschiedenen Kirchen in Wien Messen spielen, singen und dirigieren.“ Statt in einer Studenten-WG wohnt Sr. Josipa Pavla im Kloster Laxenburg. „Die Gemeinschaft ist ein wesentlicher Bestandteil des Ordenslebens. Sie ist für mich ein Geschenk, ein Ort, an dem ich sein kann, wie ich bin, und mich weiterentwickeln kann. In meiner Gemeinschaft in Laxenburg fühle ich mich akzeptiert, so wie ich bin.“ Bei dieser Gelegenheit möchte sie sich bei ihrer Gemeinschaft und der gesamten Provinz Europa Mitte bedanken. „Vergelt's Gott, dass ich mich hier als Mitglied der Kroatischen Provinz so wohl und zu Hause fühlen durfte. Pfiat euch!“ ◀

Verstehen Sie Spaß, Sr. Adelhild?



Sr. Adelhild wurde 1942 im Sudetenland (Pfarrei Hohenfurt – tschech. Vyšší Brod) geboren; 1946 wurde ihre Familie durch die tschechische Regierung ausgewiesen und kam nach Niederbayern. Im Grundausbildungslehrgang für Hauswirtschaft lernte sie die Kreuzschwestern kennen und trat früh in den Orden ein. Nach der Ordensausbildung folgte die berufliche Ausbildung – zunächst zur Stenografie- und Maschinenschreiblehrerin samt Unterricht am Mädchenbildungswerk (heute Theodosius-Florentini-Schule). Nach dem Studium der Religionspädagogik und weiteren Zusatzausbildungen war sie als Religions- und Beratungslehrerin tätig. Nach ihrer Pensionierung ist Sr. Adelhild vorwiegend an der Pforte, einer wichtigen Kontaktstelle im Kloster, eingesetzt. Es ist wichtig, verschwiegen und diskret zu sein. Ein Gast hat einmal gesagt: „Die Pfortnerin ist das Gesicht des Hauses.“

Sr. Adelhild Thumfart (82) ist das freundliche Gesicht an der Pforte des Klosters in Gemünden. Die ehemalige Lehrerin hat auch Qualitäten als Kabarettistin.

Welche Rolle spielt Humor in Ihrem Leben?

Ich glaube nicht, dass man ohne Humor das Leben überhaupt richtig gestalten könnte. Manche Situationen lassen sich dadurch doch viel besser meistern. Eine humorvolle Bemerkung kann manche Situation entschärfen. An der Pforte habe ich dazu genügend Gelegenheit.

Wie bringen Sie andere zum Lachen?

Das ist eine bestimmte schauspielerische Fähigkeit, die ich besitze. Ich kann sehr gut Leute imitieren. Das habe ich schon als Kind gemacht und damals natürlich auch über die Schnur geschlagen. Aber inzwischen, als über 80-jährige Frau, muss man da natürlich schon spüren, wie weit man da gehen darf. Es kommt auch immer auf das Gegenüber an.

Wäre der Plan B gewesen, Kabarettistin zu werden?

Ich bin 1942 geboren. Damals war es nicht gerade üblich, so eine Karriere zu starten. Aber ich denke mir öfters, Mensch, wenn ich nicht ins Kloster gegangen wäre, wäre das vielleicht eine Möglichkeit gewesen. Das ist ja eine Veranlassung, die mir in die Wiege gelegt wurde. Meine Mutter sagte schon zu mir: „Kind, an dir ist eine Schauspielerin verloren gegangen!“, weil ich schon damals Personen imitiert habe.

Wer so gut nachahmen kann, muss wohl auch eine ganz besonders gute Beobachterin sein.

Ja, das stimmt. Und das setze ich auch in anderen Bereichen ein. Etwa früher als Lehrerin. Denn da ist es auch wichtig, Situationen ganz wach wahrzunehmen.

Wie behalten Sie sich den Optimismus?

Mir ist es wichtig, trotz belastender Erfahrungen im Alter die positive Sicht auf die Dinge zu behalten. „Begegne dem, was auf dich zukommt nicht mit Furcht, sondern mit Vertrauen.“ Das ist ein Satz von Franz von Sales, der mir sehr gut gefällt und mich begleitet.



Andrea Dostl stellt mit Strick- bzw. Nähadeln, Garnen, Wolle und Stoffen kreative Einzelstücke höchster Güte her.



SKIZZEN AUS DEM LEBEN

Die Fadenzieherin

Andrea Dostl (57) ist Sachbearbeiterin in der Abteilung Kommunikation- und Sicherheitstechnik bei der OMS Hygiene- und Technikerservice GmbH. Neben dem Projektgeschäft packt die Cover-Frau des aktuellen „Kreuzschwestern Magazins“ gerne überall an, wo Rat und Tat benötigt werden.

Es klingelt kurz, dann meldet sich eine freundliche Stimme: „Andrea Dostl, Abteilung Kommunikation- und Sicherheitstechnik, wie kann ich Ihnen helfen?“ Die Sachbearbeiterin, die seit zwölf Jahren bei der OMS arbeitet, ist das, was man landläufig als sonniges Gemüt bezeichnet. Sie ist höflich, empathisch, zugewandt, hat ein ehrliches Interesse an den Problemstellungen, die bei ihr landen, und mag die Menschen. „Ich war zehn Jahre lang in Sachen Handyverträge für die Kreuzschwestern zuständig und habe sehr gute Kontakte zu den Schwestern und anderen MitarbeiterInnen. Die kennen mich unter ‚Handyunterstützerin‘, fügt sie mit einem gewinnenden Lachen

hinzu. Die Abteilung KUS, in der sie arbeitet, ist ein 100-prozentiger Kreuzschwestern-Betrieb und die sogenannte „Schwachstromabteilung“, die im Klinikum Wels-Grieskirchen für alle Anlagen zuständig ist, die mit niedriger Spannung betrieben werden. „Unsere Techniker stehen 24 Stunden zur Verfügung, wenn etwa der Schwesternruf nicht funktioniert, der am Display des Pflegepersonals anzeigt, wenn ein/e PatientIn läutet.“ Die Mitarbeiter der KUS reparieren, warten, bauen ein. „Ein weiterer wichtiger Bereich sind die Brandmeldeanlagen und alles, was mit PatientInnen-Entertainment und Präsentationstechnik zu tun hat, sprich Fernsehgeräte, Beamer, Leinwände, Displays. Auch ist die Telefonie ein



Ob sie zu Hause ihrem Hobby nachgeht und tolle Upcycling-Taschen näht oder im Büro ihre Aufgaben erfüllt - Andrea Dostl geht mit Freude und Motivation ans Werk.

großer Part.“ Im Falle von Störungen oder Erweiterungen sind die MitarbeiterInnen der KUS gleich zur Stelle. Über ihren eigenen geräumigen Arbeitstisch wandern in erster Linie Auftragsbearbeitung und Bestellungen. Andrea Dostl kümmert sich aber auch um die Lagerbereiche. „Zu meinem Chef habe ich heute gerade gesagt, dass ich mich eigentlich ein bisschen wie ein Mädchen für alles sehe, weil ich überall mit anpacke“, so die 57-Jährige mit einem Augenzwinkern. Umtriebiger ist sie auch in ihrer Freizeit. Vor einem Jahr hat sich die Neuhofnerin im Kleinbereich selbstständig gemacht. „Ich nähe Taschen aus recycelten Jeans, das Futter entsteht aus alten Hemden und übrig gebliebenen

Stoffen. Außerdem färbe ich Rohwolle aus unterschiedlichen Materialien wie Alpaka, Baumwolle, Seide und Merino.“ Kreativität ist schon ihr ganzes Leben lang ein verlässlicher Motor. So begann sie bereits mit vier Jahren mit dem Handarbeiten. „Ich bin gelernte Schneiderin und habe diesen Beruf viele Jahre ausgeübt. Es gibt wohl nichts, was ich nicht schon genäht habe.“ Auch in der Abteilung wurde schon auf ihre talentierten Hände zurückgegriffen, wenn z. B. ein Vorhang benötigt wurde. „Was aber nicht zur Regel werden soll“, stellt sie klar. „Grundsätzlich war das lange mein Beruf, aber immer schon meine Leidenschaft.“ In ihrer Schulzeit hat sie neben dem Handwerk auch eine wirtschaftliche Ausbildung

erhalten. „Das hat mir sehr geholfen. Vor allem auch beim Erlernen verschiedener Programme, die wir verwenden. Ich habe das Warenwirtschaftsprogramm in der Firma mitentwickelt, bin Key-User, schule MitarbeiterInnen und unterstütze gerne, wenn es Probleme gibt.“ Oftmals ist auch bei der Bürotätigkeit Kreativität gefragt. „Das ist eigentlich ganz ähnlich wie jemand, der zu mir kommt und eine Tasche oder ein anderes Werkstück in Auftrag gibt und mich fragt, ob ich das nach seinen ganz konkreten Vorstellungen machen kann. Selten können wir auf 08/15-Lösungen zurückgreifen, meistens werden individuelle und maßgeschneiderte Konzepte entwickelt und umgesetzt.“ ◀

Singen macht „bloß“ glücklich. Hier ist der OÖ Landesjugendchor, der von Michaela Wolf geleitet wird, bei einem Konzert in Schärding mit dem Titel „I am what I am“ zu sehen.



LEBENSCHULE

Thank you for the music

Michaela Wolf unterrichtet an der Bildungsanstalt für Elementarpädagogik (BAfEP) der Kreuzschwestern Linz das Fach Musikerziehung. Beim Singen im Chor geht es ihr nicht nur um den richtigen Ton, sondern um das Aufeinander-Hören.

Ich habe das Privileg, ein Fach zu unterrichten, das Spaß machen darf“, betont Michaela Wolf. Unterrichtsfächer wie Musikerziehung, Bildnerische Erziehung, Werken und Sport sind aber leider jene Fächer, die immer wieder vonseiten des Ministeriums gestrichen oder reduziert werden und von vielen als unwichtiger angesehen werden als Fächer wie Mathematik, Deutsch und Co., in denen zentral maturiert werden muss. „Und das, obwohl mittlerweile bewiesen ist, wie wichtig Musik für die Persönlichkeitsentwicklung, aber auch für den sozialen Umgang ist“,

meint die erfahrene Pädagogin. Im straff getakteten Schulalltag kann die Musikstunde eine Art Insel sein. „Hier steht nicht die Leistung im Vordergrund. Musik und Singen schaffen einen Ausgleich zu jenen Fächern, die extreme Konzentration fordern, wodurch die Jugendlichen spürbar

ausgeglichener werden.“ Zudem fördere der Musikunterricht Kreativität und Ausdrucksmöglichkeit. „Insbesondere beim gemeinsamen Singen müssen die Schülerinnen und Schüler offen sein und aufeinander hören. Das ist eigentlich eine Kernkompetenz, die für die Teamfähigkeit zentral ist“, gibt Michaela Wolf zu bedenken. Auch privat ist das Singen ihr Steckenpferd, und so bereichert ihre langjährige Erfahrung in der Chorleitung und als Mitglied von Chören auch den Unterricht. „Die Gemeinschaft mit anderen ist ein wichtiger Aspekt und Faktor in der Gesellschaft. Klingt es dann auch

noch schön zusammen, so macht es doppelt Spaß.“ Harmonien kann man eben nur gemeinsam erschaffen. Und diese Tatsache lässt sich direkt von der musiktheoretischen Betrachtung auf die gesellschaftliche Ebene transferieren. Hier beweist die Musik ihre Stärke in Sachen Emotionen. „Das Denken kann weggeschaltet werden.“ Und Musik ist universell in ihrer Kreativität und überwindet viele Grenzen wie Sprachbarrieren oder Unterschiede zwischen Generationen. Besonders in der Elementarpädagogik ist die didaktische Beschäftigung in der Musikerziehung wesentlich, denn „die SchülerInnen sollen ja später im Beruf ihre Freude an der Musik an die Kinder weitergeben können“. Das heißt, der Unterricht ist stark praxisbezogen. Hier sollen sich die Jugendlichen „drübertrauen“ und ausprobieren. „Musik und Kreativität gehen nur ohne Druck“, ist die Lehrerin überzeugt. Und auch davon, dass 95 Prozent der Menschen singen können. „Beim Singen gibt man etwas von tief innen her, das ist etwas sehr Persönliches. Man darf unter keinen Umständen zu jemandem sagen, dass er oder sie nicht singen kann!“ Üben, machen, Spaß haben – das sei die Devise. In den Musikstunden wird Kreativität außerdem noch durch andere Kanäle als die menschliche Stimme freigesetzt. Es werden etwa eigene Kinderlieder geschrieben und komponiert.

MUSIC FOR THE MASSES

Abseits der Schulstunden spielt Musik auch im Lauf des Schuljahres eine gewichtige Rolle. Die vielen Feste und Gottesdienste wollen schließlich in einen musikalischen Rahmen gebettet sein. Dafür sorgt die gesamte Musik-ARGE. „Es gibt klassenübergreifende Chöre und Klassenchöre, mit denen geübt wird wie vor einem Auftritt.“ Und eigentlich ist es das ja auch. „Uns eint die Motivation: Spaß wollen wir haben, aber es soll auch gut klingen.“ Meistens gibt es ein bestimmtes Thema, um das sich ein Programm entspinnt. Gutes Feedback vom Publikum mache die Kinder unglaublich stolz und pushe sie, dranzubleiben.

„Als MusiklehrerInnen versuchen wir, unseren SchülerInnen viele dieser Momente zu ermöglichen. Es ist ein besonderes Erlebnis, wenn 300 Stimmen gemeinsam erklingen – sowohl für die, die vorne stehen, als auch für die, die zuhören“, schwärmt Wolf. Dass Musikerziehung in der BAfEP der Kreuzschwestern ein beliebter und gelebter Unterrichtsgegenstand ist, wurde der Schule schon mehrfach mit einem Zertifikat attestiert. Das Meistersinger-Gütesiegel wird vom Land Oberösterreich und dem Chorverband Oberösterreich an Schulen verliehen, die bestimmte Kriterien erfüllen. Etwa, das Singen im Alltag in den Mittelpunkt zu stellen, extra Sing- und Musikstunden in Form von Freifächern anzubieten, Schulchöre oder Vokalensembles zu führen, die Teilnahme an öffentlichen Konzerten, Fortbildung der Lehrpersonen auf diesem Gebiet. „Wir haben nun schon mehrere Jahre hintereinander dieses Gütesiegel erhalten. Das stützt natürlich das Standing nach außen und zeigt auch den Eltern, dass Musik bei uns einen hohen Stellenwert hat.“ Musik ist einfach ansteckend! „Wenn die SchülerInnen nach der Stunde die Lieder aus dem Unterricht weitersingen, habe ich mein Ziel erreicht: Sie docken an – und die Musik bewegt sie. Was könnte schöner sein?“ ◀



Mag. Michaela Wolf
ist Musiklehrerin und
Chorleiterin aus
Leidenschaft.

Meistersingerschule

Das Meistersinger-Gütesiegel wird an eine Schule für vorbildliche und qualitätsvolle Zusammenarbeit im Bereich chorischer Jugendarbeit vergeben, ist also ein sichtbares Zeichen für funktionierende und hochwertige Zusammenarbeit von singenden SchülerInnen mit ihren Chorleiterinnen und dem Umfeld (wie z. B. Direktion, Administration und Stundenplan, Zusammenarbeit mit KollegInnen, Elternverein und Partnern außerhalb der Schule, Teilnahme am öffentlichen Leben in der Schule und außerhalb der Schule).

Kriterien für eine Meistersingerschule in Oberösterreich sind:

- + das Bestehen eines Schulchors oder vergleichbarer Vokalformationen auf Dauer,
- + die Integration der Chorstunden in den Stundenplan,
- + dokumentierbare musikalische Aktivitäten außerhalb und innerhalb der Schule,
- + Qualitätssicherung in Form von Fortbildungen der ChorleiterInnen und SängerInnen.

Von der Palme zum Apfelbaum

Sonia Dionela arbeitet in der Klosterküche der Kreuzschwestern in Hall in Tirol. Seit gut zehn Jahren hilft die quirlige Philippina überall, wo sie im Kloster gebraucht wird. Besonders gerne unterstützt sie die Schwesterngemeinschaft im Speisesaal und hilft in den Sommermonaten im Klostergarten.



Starke Community. Sonias Tante gehörte 1974 zu den Migrationspionierinnen von Pater Daberto, die sich nach Tirol aufmachten. Sie war es, die ihr 1990 den Weg nach Österreich ebnete. Zuerst arbeitete sie als Betreuerin einer alten Dame, in einem Hotel, bei einer Bowlingbahn und einem Altersheim der Barmherzigen Schwestern vom hl. Vinzenz von Paul. Vor zehn Jahren erfuhr Sonia durch ihre guten Kontakte zur philippinischen Community, dass die Kreuzschwestern in Hall eine Küchenhilfe suchen.

*Fine
von uns*

Frühlingsrollen in Tirol. Philippinische Hühnersuppe, gebratene Nudeln, Frühlingsrollen und gebackene Bananen stehen mittlerweile ganz selbstverständlich am Speiseplan der Kreuzschwestern in Hall – zur Freude aller!



Ein gutes Team. Arm in Arm mit Sr. Benedikta Meßner auf dem Weg in den Klostergarten. Hier hilft Sonia äußerst engagiert mit, wenn es die Zeit zulässt. Von der Apfelernte der 120 Apfelbäume bis zum Unkrautjäten gibt es stets viel zu tun.



Für die Familie da sein. „Ich bin sehr eng mit meiner Familie verbunden. Seit 34 Jahren unterstütze ich sie von Österreich aus“, erzählt Sonia. Mit Familie meint sie ihre engsten Verwandten: ihre 89-jährige Mutter, zwei Schwestern, zwei Brüder und sieben Neffen und Nichten, mit denen sie täglich videotelefoniert.



Fotos: Privatarchiv Sonia Dionela

GEEHRT UND GEFEIERT

150 Jahre Dienste der Gesundheit

Am 16. Oktober 2024 feierte das Kreuzschwestern Krankenhaus Sierning ein besonderes Jubiläum: 150 Jahre im Dienste der Gesundheit!

Gemeinsam mit Ehrengästen aus dem Orden der Kreuzschwestern, Politik, dem oberösterreichischen Gesundheits- und Sozialwesen sowie anderen Partner- und Schwesternbetrieben wurde dieser historische Meilenstein im Rahmen eines festlichen Beisammenseins begangen. Das Programm spannte einen Bogen von den Wurzeln über die bewegte Geschichte bis hin zu einem Ausblick in die Zukunft des Krankenhauses Sierning.

Neben interessanten Fakten aus der Geschichte und illustren Talk-Gästen bildete die hervorragende Bewirtung durch die Kreuzschwestern Küchen GmbH – die mit diesem Festakt ihr 25-jähriges Bestehen mit der „großen Schwester“ mitfeierte – einen weiteren Höhepunkt des Abends. Die ausgezeichnete kulinarische Versorgung trug maßgeblich zur feierlichen Atmosphäre bei.

Das Programm wurde durch die spannende Ausstellung „Das Krankenhaus anno dazumal“ bereichert, die Einblicke in die lange Geschichte des Hauses und der Medizin und Pflege gab. Zusätzlich beeindruckte der Fotoklub St. Ulrich mit einer exklusiven Fotovernissage. Dieser Tag war nicht nur eine Rückschau auf 150 Jahre medizinische Versorgung und Pflege, sondern auch ein Zeichen des Zusammenhalts und der gelebten Tradition. Derart beseelt, ist das Kreuzschwestern Krankenhaus Sierning bereit, diesen Weg der Menschlichkeit und des Engagements auch in Zukunft fortzusetzen. Auf die nächsten 150 Jahre! ◀

Geschäftsführerin Mag.^a Julia Stierberger, Landeshauptmann-Stellvertreterin Mag.^a Christine Haberland, Provinzoberin Sr. Petra Car, Bürgermeister Richard Kerbl, Vorstand der Kreuzschwesternholding Dietbert Timmerer



In Bewegung

Das Leben ist Bewegung. In diesem Sinne möchten wir neue MitarbeiterInnen in unseren Reihen begrüßen und uns von langjährigen KollegInnen verabschieden.



Andrea Spreitzer

ist seit 1. April 2024 als Hausleitung bei den Kreuzschwestern in Laxenburg tätig. Die diplomierte Krankenschwester und qualifizierte Healthcare-Managerin bringt Erfahrung in der Leitung von Pflegeeinrichtungen sowie große Leidenschaft für die Betreuung älterer Menschen mit.



Wolfgang F. Karrer

ist neuer Direktor der AHS im Campus Ort (ehemals Pensi). Der Wirtschaftspädagoge sammelte Erfahrung im Bereich Corporate Banking und arbeitete lange in einer Schweizer Privatschule, wo er den Zweig „TalentPlus“ für Kunst- und Sportbegabte leitete.



30 Jahre Betriebskindergarten

Seit drei Jahrzehnten bietet der Betriebskindergarten am Klinikum Wels-Grieskirchen eine liebevolle Umgebung für Kinder bis sechs Jahre. In zwei Gruppen werden die Kinder von einem engagierten Team betreut. Großes Plus: die langen Öffnungszeiten sowie die flexible Sommerbetreuung.



Podcast-Erfolg

SchülerInnen der Theodosius-Florentini-Schule Gemünden klären in einem Podcast über Fast Fashion auf. Wo und unter welchen Bedingungen wird meine Kleidung hergestellt, woraus besteht sie? Dafür wurden sie mit der Auszeichnung „Partnerschule Verbraucherbildung Bayern“ geehrt.



Herbert Schwarzer

ging im September 2024 als Leiter des Rechnungswesens der Zentralen Dienste in Pension. Er war seit 1999 bei den Kreuzschwestern tätig. Statt ihm übernimmt Sibille Bayer die Leitung des Rechnungswesens.



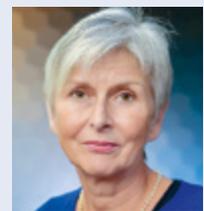
Ulrike Dorner

begann 1997 an der heutigen Theodosius-Florentini-Schule Gemünden als Deutsch- und Englischlehrerin. Nach Auslaufen des gymnasialen Zweiges an der Florentinischule wechselt sie an das Egbert-Gymnasium in Münsterschwarzach.



Claudia Breinfeld

arbeitete seit 1993 als Musiklehrerin in der Theodosius-Florentini-Schule Gemünden und blieb auch der wissenschaftlichen Arbeit stets verbunden. Nach dem letzten Oberstufenkurs wechselt sie vollständig an das St. Ursula-Gymnasium in Würzburg.



Elke Neumann-Hess

geht nach 34 Jahren in den Ruhestand. Als Sport-, Deutsch- und Beratungslehrerin prägte sie die Schulzeit vieler SchülerInnen. „Das Gramm Gold entdecken, das in jedem Menschen verborgen ist“ – ein Ausspruch von Mutter Theresia Scherer – wurde von ihr personifiziert gelebt.



Fine
von uns



Mein Rezept

In der Weihnachtsbäckerei ...

... gibt es manche Leckerei! Bei Anna Rainer, Hilfsköchin im St. Josefsheim in Rein (Steiermark), ist es das Apfelbrot, das seinen Duft verbreitet und voller Erinnerungen an Kindheit und Weihnachten steckt.

Habt ihr schon Apfelbrot gebacken?“ Nicht selten begann ein Small Talk in der Vorweihnachtszeit in Anna Rainers Kindheit mit dieser Frage. „Es ist ein altes Rezept und eines, das in unserer Gegend einfach dazugehört“, erzählt die Steirerin. Bereits im November wird das sogenannte „Kletzenbrot“ zubereitet, „damit es noch Zeit zum Nachreifen hat und dann zu Nikolo aufgeschnitten werden kann“. Die nussig-fruchtige Spezialität ist bei Kindern und älteren Menschen gleichermaßen beliebt. „Als ich Kind war, haben wir es am Abend gemeinsam mit Mutter und Großmutter gebacken. Dabei wurden Adventgeschichten erzählt, wir durften Teig schmecken und es lag eine angenehme

Ruhe in der Luft, obwohl wir Kinder natürlich aufgeregt waren“, erinnert sich Anna Rainer, die seit 25 Jahren in Rein arbeitet. Anders als heute war die Weihnachtsbäckerei in ihrer Kindheit nicht so üppig. „Es gab einfache Kekse und eben das Apfelbrot, das in der Speisekammer aufgehoben wurde und bis zum Dreikönigstag gehalten hat.“ Als sie mit nur 15 Jahren bei den Kreuzschwestern in Graz zu arbeiten begann, beeindruckte sie die große Küche. „Ich wurde herzlich aufgenommen und erhielt durch Sr. Maria Agnes und Sr. Winfrieda eine solide Ausbildung.“ Nun bäckt sie das Apfelbrot für die BewohnerInnen im St. Josefsheim und weckt auch bei ihnen schöne Erinnerungen. ◀

Apfelbrot (Kletzenbrot)

MENGE = 3 KASTENFORMEN:

50 dag Feigen
50 dag Rosinen
200 ml Rum
30 dag Nüsse (Haselnüsse
und Walnüsse)
1 kg Äpfel
1 kg Weizenmehl glatt
1 Pkg. Lebkuchengewürz
2 EL Kakao
2 Eier
1 TL Salz
2 Pkg. Backpulver

Feigen schneiden, mit den Rosinen und dem Rum in einer zugedeckten Schüssel über Nacht ziehen lassen. Nüsse grob schneiden, Äpfel waschen, vom Kernhaus befreien und grob reiben. Weizenmehl, Lebkuchengewürz, Kakao, Eier, Salz und Backpulver zu den marinierten Früchten geben und gut durchkneten. Eventuell einen Schuss Wasser dazugeben. Kastenform ausfetten und bemehlen, Teig einfüllen und bei 180 Grad circa eine Stunde backen. Diese Masse reicht für drei Kastenformen.

Kleines Gehirntraining

großes Meeres-säugetier	▼	Ge-wichts-einheit (Kurz-w.)	▼	Vorfahr	gesetz-lich	▼	Pilger-reise	Bedroh-lichkeit einer Lage	Zeichen für Natrium	bis jetzt, bislang	▼	einen Motor „fri-sieren“	▼	Vorname der Schau-spielerin Szyszkowitz	Währung in Oster-reich	chem. Zeichen für Silber	An-sprache
Kurzname f. e. Wiener Krankenhaus	▶			Kloster in Nieder-österreich	▶									engl.: Ohr	▶		
6							Acker-grenze					Seifen-lösung					
Haus-glocke	▶	Abzähl-reim: ..., me-ne, muh		zuver-sichtlich	▶	Fluss in Kärnten			Pausen-zeichen in den Psalmen					Gemein-schaft von Schwestern		Abk.: New York City	9
	▶						männl. Nach-komme				7	orth. Hei-ligenbild kurze Dar-stellung					
Erd-kundler		Kohle-produnkt		geräusch-voll	▶	Abk.: Ehen-bürger		2	Vorsilbe: jenseits (lat.)		Abk.: am angef. Ort Kf.: Abon-nement			Motto e. österr. Herr-schers			Freund Davids im A. T.
	▶					Haut-aus-schlag	Erd-trabant	Pferde-gangart					hinter, folgend			5	
näch-tliche Messe	▶	Beiname Goffes im A. T. Abk.: Delikt							3	Papst-erlass	Freuden-ausruf					Berg-stock bei St. Moritz	
kurz für Deo-dorant	▶			Abk.: Konto	▶			See-mannsruf				4	Gelege				
	▶			1			katho-lisches Stunden-gebet				10	spani-sche Anrede: Frau					
mensch-liches Einzel-wesen	11	Gründer der Kreuz-schwestern											Schach-figur				

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----	----

Kindermund
”

Wir hatten einst – als es noch kein Rauchverbot gab – Kindergartenbeiratssitzung in einer Gastwirtschaft. Am nächsten Tag ging im Kindergarten ein kleines Mädchen ständig um mich herum und schnupperte. Es sagte: „Schwester, du riechst heute so komisch.“ Ich ahnte noch nichts. Doch sie schnupperte wieder und sagte: „Schwester, du riechst heute so richtig nach Schwester!“ Ich fragte: „Wie riecht denn eine Schwester?“ Nach nochmaligem Schnuppern meinte sie: „So, so nach Weihrauch.“

Erhalten von Sr. Bernadette Seidl

Senden Sie das

Lösungswort an:

marketing.provinzhaus@

kreuzschwestern.eu

Auf drei EinsenderInnen

wartet ein Überraschungs-

geschenk. Einsendeschluss

ist der 15. Jänner 2025.

Die GewinnerInnen

der letzten Ausgabe:

Aloisia Eichelseder

Brigitte Hinterberger

Anna Maureder

Erinnern Sie sich

ebenfalls an lustige

Sprüche? Dann senden

Sie uns diese doch an

marketing.provinzhaus@

kreuzschwestern.eu.

Ins Netz gegangen

Julia Stierberger leitet das Personalmanagement der Kreuzschwestern Europa Mitte GmbH. Auch das Recruiting neuer Arbeitskräfte fällt in ihre Zuständigkeit. Und da geht nichts mehr ohne digitale Medien.



Julia Stierberger im Wordrap

Morgens wünsche ich mir, ...
mit starkem Kaffee in einen guten Tag starten zu können.

In der Schule war ich ...
gut genug, um weitgehend mit geringem Aufwand durchzukommen.

Gute Arbeit bedeutet, ...
dass das, was ich leisten kann und will, gut zu dem passt, was von mir erwartet wird.

Abends bin ich dankbar für ...
den Ausgleich, den ich bei meiner Familie, in der Musik und beim Sport finde.

Hans P. ist auf Arbeitssuche und liest die Stellenangebote in der Tageszeitung.“ Wenn es nach Julia Stierberger, ihres Zeichens Leiterin des Personalmanagements bei der Kreuzschwestern Europa Mitte GmbH, geht, stammt diese Erzählung aus dem vorigen Jahrtausend. Denn Personalrecruitment im 21. Jahrhundert brauche schon mehr als ein gedrucktes Inserat auf Papier. „Der Trend ist definitiv, stärker in die sozialen Medien zu gehen. Junge konsumieren weniger Print, und auch jene, die Zeitungen lesen, tun das online“, beruft sie sich auf branchenspezifische Analysen. Im Netz sieht sie optimale Möglichkeiten, Personen zu erreichen. „Über Bilder und Videos lassen sich nicht bloß Informationen transportieren, sondern Emotionen ansprechen.“ Dies sei ideal, um im ersten Schritt einmal Aufmerksamkeit zu erregen. Erst in einem weiteren Schritt ginge es dann um nähere Informationen, die Interessierte ganz leicht über einen Link recherchieren könnten. Das Feld ist noch jung, aber momentan das Nonplusultra in der Personalsuche, die für Berufe im Gesundheits- und Sozialwesen aufgrund der angespannten Situation am Arbeitsmarkt an sich schon nicht ganz leicht ist. Hier sei schließlich auch Kreativität gefragt sowie der Wille, jene Mittel zu verwenden, die einem zur Verfügung stehen. „Es gibt Anbieterfirmen für Social-Media-Recruiting-Kampagnen, die ein Servicepaket mit Videos, Fotos und Drehbüchern schnüren. Dabei ist

uns natürlich wichtig, dass wir als Unternehmen mitsamt dem Spirit der Kreuzschwestern authentisch dargestellt werden.“ Zentral dafür sei es, dass MitarbeiterInnen als Testimonials und Werbemodells mitmachen. „Was sie auch gerne tun“, freut sich Stierberger. Die Kampagnen werden dann auf Instagram und Facebook ausgespielt. Über einen weiterführenden Link können sich interessierte Arbeitssuchende schnell und unkompliziert bewerben und kommen dann hoffentlich bald als neue MitarbeiterIn in einen der Kreuzschwestern-Betriebe. Bisher brachten die Kampagnen, die gelauncht wurden, einen erfolgreichen Outcome. „Im Wohnen mit Pflege Sierning konnten wir alle offenen Stellen besetzen – das ist sehr erfreulich!“ Zuvor hatte man hier um jede Einstellung gerungen. Konzernintern arbeitet Julia Stierberger gerade daran, die bisherigen Angebote für die MitarbeiterInnen zu evaluieren und nach Möglichkeit auszubauen. „Nicht alle finden die gleichen Rahmenbedingungen vor. Konzernweit organisierte Angebote, Veranstaltungen und Personalentwicklungsmaßnahmen können Hilfestellungen für kleinere Betriebe sein.“ Was das Recruiting betrifft, möchte Stierberger die verantwortlichen Führungspersonen noch mehr für Trends und Neues sensibilisieren und begeistern. „Wer nicht direkt im Personalmanagement arbeitet, tut sich schwer, immer up to date zu bleiben. Hier zu unterstützen, steht bei mir ganz oben auf der Agenda.“ ◀



*Finer
von uns*

Thomas Vranjes (55) ist seit 1. Oktober 2012 Geschäftsführer der Alten- Wohn- und Pflegeheim der Kreuzschwestern GmbH – Antoniushaus in Feldkirch/ Vorarlberg und Haus St. Elisabeth in Hall in Tirol. Der ausgebildete Betriebswirt (VWA) war davor als Controller in der Stiftung Liebenau (St. Anna-Hilfe) und als kaufmännischer Leiter bei der Benevit GmbH und der Aqua Mühle Vorarlberg tätig.

Lauter Lieblinge



Liebling 1

Familie

Ich bin gebürtiger Ravensburger und lebe mit meiner Familie in meiner Heimatstadt. Gemeinsam mit meiner Frau Barbara und unseren drei Buben bewohne ich ein Einfamilienhaus, in dem auch mein 92-jähriger Vater lebt, um den wir uns kümmern. Drei Generationen unter einem Dach zu haben, bedeutet, dass Erfahrung, Weisheit und Tradition auf Wachstum, Neugier und frische Ideen treffen, wodurch ein starkes Gefühl von

Zusammenhalt, Unterstützung und generationenübergreifendem Lernen entsteht. Familienleben hat für mich eine große Bedeutung. Die Momente mit meiner Frau, meinen Kindern und auch meinem betagten Vater schenken mir Freude und Erfüllung.

Liebling 3

Garten

Wir dürfen uns glücklich schätzen, dass zu unserem Haus auch ein großzügiger Garten gehört, zumal mir die Gartenpflege und -gestaltung sehr viel Freude bereiten. Der Garten war bei der Übernahme allzu reichlich mit Pflanzen bestückt, so arbeiten wir mit viel Hingabe daran, den Garten in kleinen Schritten so zu gestalten, wie er uns gefällt.



Liebling 2

Beruf

Ich blicke auf zwölf Jahre zurück, die ich bereits als Geschäftsführer im Antoniushaus und im Haus St. Elisabeth tätig sein darf. Anlass war damals die Fertigstellung des Hauses der Generationen, sprich des Erweiterungsbaus zum Antoniushaus. Seit jener Zeit habe ich in beiden Niederlassungen ein tolles Team an meiner Seite. Wir haben vieles gemeinsam erlebt, bewältigt, vorgebracht, umgesetzt und unzählige pflegebedürftige Menschen begrüßt, begleitet und verabschiedet. Auch die Zusammenarbeit mit den Schwestern des Konvents ist für mich ein bereichernder Teil meiner Arbeit. Sie machen unsere Häuser erst zu dem, was sie sind: ein Zuhause mit viel Herz und Freundlichkeit für unsere Bewohnerinnen und Bewohner.

Liebling 4

Gummibärchen

Was findet man, wenn man bei mir im Büro in die Schublade, im Auto ins Handschuhfach und zu Hause in den Vorratsschrank blickt? Gummibärchen. Und dabei ist es egal, welche Geschmacksrichtung sie haben, ob sie gefüllt sind oder einen sauren Überzug haben, ich liebe sie alle.



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.provinzhaus@kreuzschwestern.eu,
Tel.: +43 724 225 19 52-26



*„Du kannst die
Kreativität nicht aufbrauchen.
Je mehr du sie benutzt,
desto mehr hast du.“*

Maya Angelou