

Soziales Kompetenzzentrum Senioren + Wohnen



Rumer Seniorenblatt

Liebe Leserinnen, liebe Leser!

Soziale Belange gehörten schon immer zu den wichtigsten Aufgaben der Gemeinde. Auf Grund veränderter Alters- und Gesellschaftsstrukturen gilt dies heute mehr denn je.

Ein wesentliches Zeichen sozialer Kultur war der Bau des „Sozialen Kompetenzzentrums“ mit dem Ziel, in Rum nicht nur eine quantitativ ausreichende Versorgung, sondern auch eine besonders menschliche Art der Betreuung zu bieten.

Älter werden wir alle – allerdings auf völlig andere Weise als noch vor 50 Jahren. Noch nie waren ältere Menschen so fit und engagiert wie heute. Die gewonnene Lebenserwartung schenkt uns zugleich auch gewonnene Jahre. Jahre, die genutzt und gestaltet werden wollen.

Ein weiterer Schritt ist daher die Ausgabe einer Zeitung für Senioren. Das Rumer Seniorenblattl wird gleichermaßen Wegweiser für Senioren und Angehörige sein. Wir wollen alle Altersgruppen gleichermaßen ins gesellschaftliche Leben integrieren und ein generationsübergreifendes Miteinander herstellen, sowie die Lebensqualität von Senioren bewahren und mit all unseren Möglichkeiten verbessern.

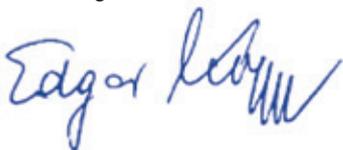
Nun halten Sie erstmalig das „Rumer Seniorenblattl“ in Händen. Diese Zeitung soll Sprachrohr für die ältere Generation sein und mit Informationen zu verschiedensten Bereichen mit Rat und Tat zur Seite stehen. Darüber hinaus soll ein unterhaltender Aspekt nicht zu kurz kommen. Geschichten, Humor, Rezepte und eine Rätselseite bieten ein kurzweiliges Lesevergnügen. Ziel dieser Zeitung ist es, möglichst viele Senioren aktiv ins gesellschaftliche Leben einzubinden und für das breite Spektrum, das im „Sozialen Kompetenzzentrum Rum Senioren+Wohnen“ geboten wird, Ihr Interesse zu wecken.

Ich möchte mich zugleich auch bei all denjenigen bedanken, die für die Senioren in unserer Gemeinde aktiv tätig sind.

Ich hoffe, mit dieser Zeitung ein interessantes Angebot zu machen. Lob und Anregungen helfen uns, stetig an der Qualität zu arbeiten. Deshalb ist uns die Meinung der Leserinnen und Leser wichtig. Wir freuen uns über jeden Brief und jedes Mail. Sie wissen wo der Schuh drückt, welche Themen wir aufgreifen sollen. Nur zu. Schreiben Sie uns.

Nun aber wünsche ich allen Leserinnen und Lesern eine vergnügliche Lektüre.

Der Bürgermeister



„Nicht da ist man daheim, wo man seinen Wohnsitz hat, sondern wo man verstanden wird.“ Christian Morgenstern

Liebe RumerInnen!

In Tirol leben 728.826 Menschen. So sind zum Beispiel 10% der Tirolerinnen und Tiroler zwischen 60 und 69 Jahre alt, und die Zahl der 50+ Generation in Tirol beträgt 270.602 Personen. Die Zahlen sind an und für sich nichts Neues, aber die Gesellschaft in unserem Land sollte sich dessen bewusst sein, dass sich knapp 40% in einem Alter befinden, wo man sich so langsam Gedanken machen sollte. Gedanken über Gesunderhaltung, Lebensformen im Alter, Fit for Work, Resilienz, Fit im Alter, Altersvorsorge, Wohnkonzepte, Barrierefreiheit, Lebenskonzepte, noch einmal etwas Anderes machen.

Für jene Menschen, die sich nicht mehr selbst versorgen können und Unterstützung benötigen, wurden vom Land und den Gemeinden große Anstrengungen unternommen, um ein Netzwerk von Einrichtungen und Angeboten zu schaffen. Trotz der immer geringeren Finanzmittel und der stets herausfordernden rechtlichen Rahmenbedingungen konnte eine Landschaft unterstützender sozialer Einrichtungen und Anlaufstellen errichtet werden. Die Marktgemeinde Rum, der Gemeindeverbund Absam, Hall, Mils, Gnadenwald, Thaur und Rum, einschlägige vom Land und der Kirche geförderte Vereine, Privatvereine sowie Initiativen wie auch Projekte von Ausbildungsstätten, ermöglichen einen sicheren Rahmen.

Ohne persönliches Engagement und Freiwilligenarbeit würde das Gewerk natürlich nicht so gut funktionieren. Die Marktgemeinde Rum hat sehr früh erkannt, dass hier mit Herz und Professionalität an das „Thema Alter“ herangegangen werden muss.

Bereits im Juni 2003 wurde das „SOKO Rum“ eröffnet. Wenig bekannt war damals, dass es sich dabei nicht um eine Elitetruppe der Exekutive handelt, sondern um ein Zentrum, zu welchem ein Wohn- und Pflegeheim, die Mobilen Pflegedienste Rum, Seniorenwohnungen, Kurzzeitpflegebetten und ein Cafe gehören. Mit dem Management der Rumer Einrichtung wurde die Firma Humanocare betraut.

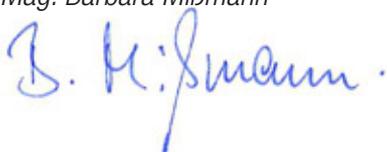
Auch nach 12 Jahren Betriebslauf hat sich das Konzept „SOKO Rum“ sehr bewährt. Entwickelt hat sich ein innovatives Pflegeheim, aus dem Gesundheits- und Sozialsprengel Rum wurden die Mobilen Pflegedienste Rum, welche pro Jahr etwa 180 Rumerinnen und Rumer betreuen. Dass stationäre und ambulante Betreuung für Pflegebedürftige aus einer Hand angeboten wird, ist noch immer nicht selbstverständlich.

Viele Projekte werden und wurden umgesetzt, Forschungsergebnisse in Zusammenarbeit mit Fachhochschulen und Universitäten erarbeitet.

Nur eine gute Zusammenarbeit aller Beteiligten gewährt Qualität, Fortschritt und Kompetenz im SOKO Rum ist ein multiprofessionelles Team tätig, welches sich aus Pflegefachkräften, Ergotherapeutinnen, Psychologin, Alterspädagogin, Altenseelsorgerin, Hausmeisterin, Haushaltshilfen, Wohnküchenbetreuerinnen, Mitarbeiterinnen in der Wäscherei sowie Ehrenamtlichen zusammensetzt.

Wir laden Sie herzlich ein, in der Zeitschrift „**Rumer Seniorenblatt!**“ zu blättern und wir wünschen Ihnen viel Spaß beim Lesen dieser 1. Ausgabe und freuen uns über Anregungen und Informationen!

Herzlichst, Ihre
Mag. Barbara Mißmann



„Nicht da ist man daheim, wo man seinen Wohnsitz hat, sondern wo man verstanden wird!“

Christian Morgenstern



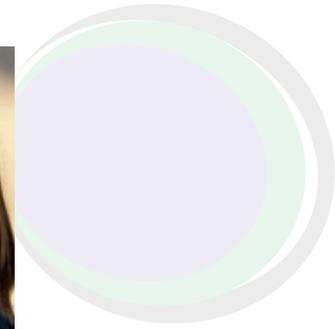
Mag. Barbara Mißmann
Heimleiterin seit 2003
Prokuristin



Ute Kostenzer, DGKS
Pflegedienstleiterin



Erna Langhofer, VBM
Strategische Geschäftsführerin SOKO Rum
Obfrau der Mobilen Pflegedienste Rum
Interimistische GF Mobile Pflegedienste Rum



Mag. Hannelore Röck, Humancare
Geschäftsführerin SOKO Rum
Geschäftsleiterin Humancare
Österreich West



Michaela Norz
Stv. Verwaltungsleiterin
Controlling und Buchhaltung



Doris Lechtaler
Verwaltung



Ines Watzdorf
Verwaltung



Brigitte Thöni, DGKS
Leiterin Wohnbereich „Brunntal“



Elke Bacher, DGKS
Leiterin Wohnbereich „Rosengartl“



Silvia Jung, DGKS
Leiterin Wohnbereich „Sonnenbichl“



Mitarbeiterinnen vom „Brunntal“



Mitarbeiterinnen vom „Rosengartl“



Mitarbeiterinnen vom „Sonnenbichl“



Mag. Gabriela Eller
*Alterspädagogin,
Psychotherapeutin*



Mag. Alexandra Gassner,
DGKS
Klinische Psychologin



Barbara Ripper, MSc.
Diplomierte Ergotherapeutin



Margarethe Schlick
Diplomierte Ergotherapeutin



Angelika Ortner
*Hausmeisterin
Pflegehelferin*



Christine Kaltenböck
Altenseelsorgerin, ehrenamtlich



Susanne Lehner, DGKS
*Pflegeaufsicht
Mobile Pflegedienste*



Diplomierte Hauskrankenpflege



Haushaltshilfen

„Nicht da ist man daheim, wo man seinen Wohnsitz hat, sondern wo man verstanden wird!“

Christian Morgenstern

Was kostet eigentlich ein Heimplatz? Betreuungsnotwendigkeit – was tun?

Zumeist stellt sich die Kostenfrage für einen Heimplatz für Betroffene ganz unvorhergesehen. Nur selten ist der Wechsel von zu Hause in eine Pflegeeinrichtung geplant.

Verschlechtert sich die Gesundheitssituation so, dass pflegerische oder betreuende Unterstützung notwendig ist, können folgende Überlegungen angestellt werden:

• Mobile Pflegedienste Rum:

Krankenpflegepersonen und/oder Hauswirtschaftshilfen kommen nach Hause. Mit den KlientInnen wird eine Betreuungsvereinbarung abgeschlossen, die Kosten pro Stunden werden einkommensabhängig berechnet. Betreuung oder Besuche während der Nacht erfolgen nicht. Zusätzlich kann Essen auf Rädern bestellt werden. Der Preis des Essens gestaltet sich ebenfalls einkommensabhängig.

• Langzeitpflege im Sozialen Kompetenzzentrum Rum:

Ab der Pflegegeldstufe 3 kann um einen Heimplatz angesucht werden. Das SOKO Rum steht in erster Linie Rumer Bürgerinnen und Bürgern zur Verfügung. Die Anmeldung erfolgt über ein Interessentenblatt (im SOKO Rum aufliegend). Sollte zum notwendigen Zeitpunkt kein Platz zur Verfügung stehen, kann in einem anderen Heim angesucht werden. Dafür ist jedoch zwingend die Genehmigung des sogenannten Investitionskostenzuschusses durch die Marktgemeinde Rum notwendig. Dieser wird nur so lange gewährt, bis im SOKO Rum ein Platz angeboten werden kann.

Kosten: Man unterscheidet zwischen „Teilzahlern“ und „Vollzahlern“.

Für alleinstehende TeilzahlerInnen gilt:

80% der Nettorente werden zur Heimkostendeckung herangezogen. Das Pflegegeld bis auf einen Betrag von derzeit € 44,30 ergeht ebenfalls an das Heim. Somit verbleiben einem/r HeimbewohnerIn monatlich 20% der Nettorente, monatlich € 44,30 aus dem Pflegegeld sowie die 13. und 14. Rentenzahlung zur Gänze. Davon sind etwaige Rezeptgebühren, Krankentransporte, Therapievereinbarungen (Bsp. Physiotherapie) und Dinge des persönlichen Bedarfs zu bestreiten.

Die Differenz zwischen dem Eigenanteil an den Heimkosten und den Gesamtkosten des Heimplatzes wird nach Prüfung aller wirtschaftlichen Umstände nach erfolgtem Bescheid durch das Amt der Tiroler Landesregierung übernommen. Zur Heimkostenabdeckung werden in Tirol die Kinder nicht herangezogen, jedoch unter anderem der Ehepartner.

Für VollzahlerInnen gilt:

Ist die Rente einschließlich aller sonstigen Einnahmen wie beispielsweise Mieteinnahmen so hoch, dass das Monatseinkommen die Heimkosten abdecken kann, ist man „Vollzahler“. In dem Fall werden dem/r BewohnerIn die gesamten Bruttoheimkosten pro Monat vorgeschrieben. Dies gilt auch, wenn die Monatsrente die Heimkosten nicht abdecken würde, aber Vermögen etwa in Form von Spareinlagen vorhanden ist. Diese Spareinlagen werden bis zu einem Betrag in der Höhe von € 7.000,- abgeschöpft, sofern keine Sterbevorsorge vorhanden ist. Ist das Geld bis zum Sockelbetrag „aufgebraucht“, wird der Klient dann zum „Teilzahler“.

Was ist, wenn eine Immobilie vorhanden ist oder war?

Befindet sich im Besitz des Klienten eine Immobilie, kann diese dem Land Tirol zur grundbücherlichen Besicherung angeboten werden. Dazu wird in der Regel ein Schätzgutachten der Immobilie verlangt. Nach erfolgter Besicherung wird der Klient wie ein „Teilzahler“ berechnet, die Kostendifferenz zum „Vollzahler“ wird vom Land Tirol quasi bevoorschusst. Im Todesfall verlangt das Land Tirol die Differenz zwischen „Teilzahler“ und „Vollzahler“ von den Erben zurück. Befand sich eine Immobilie im Besitz des Klienten, gilt als ausschlagendes Dokument zur Beurteilung des Sachverhaltes der jeweilige Übergabevertrag. Geprüft und bewertet werden Eintragungen wie etwa Fruchtgenuss und Leibrente. Diese werden geldmäßig bewertet und sind in eben dieser Höhe vom Begünstigten pro Monat zur Heimkostentilgung zu entrichten. Ebenfalls relevant ist das Datum der Übergabe einer Immobilie. Auf den Besitz einer Immobilie oder Vermögens wird 5 Jahre zurückgegriffen, sofern der Klient zum Zeitpunkt der Übergabe über eine Pflegegeldstufe verfügte.

Beispiel: Herr Mustermann hat am 1.10.2010 seine Eigentumswohnung an seine Tochter überschrieben. Zu diesem Zeitpunkt erhielt Herr Mustermann Pflegegeld

(egal welche Stufe). Herr Mustermann kommt am 1.10.2013 in ein Heim. Somit wird Herr Mustermann vom 1.10.2013 bis einschl. 30.09.2015 als Vollzahler beschlossen. In der Regel hat auch hier der Begünstigte/Beschenkte die Differenz der Heimkosten zwischen Teilzahler auf Vollzahler monatlich zu entrichten.

Siehe auch „Informationsblatt“ des Landes Tirol unter www.tirol.gv.at

- **Kurzzeitpflege im Sozialen Kompetenzzentrum Rum:** Wird nach einem Krankenhausaufenthalt professionelle Betreuung und Pflege benötigt, oder wenn betreuende Angehörige/Betreuungspersonen eine Entlastung brauchen, bieten wir für die Dauer ab 5 Kalendertagen Kurzzeitpflege an. Bis maximal 28 Tage pro Jahr sind förderbar.

Förderungen durch das Land Tirol sind möglich bei:

- Personen, die kein Pflegegeld oder Pflegegeld der Stufe 1 oder 2 beziehen direkt nach einem Krankenhausaufenthalt. Voraussetzung dafür ist, dass bereits ein Antrag auf Pflegegeld gestellt wurde und eine Krankenhausbestätigung über die Notwendigkeit einer Kurzzeitpflege vorliegt.

Für die Kurzzeitpflege besteht eine Förderungsmöglichkeit durch das Bundessozialamt für pflegende Angehörige; die gibt es bei:

- BezieherInnen ab der Bundespflegegeldstufe 3, welche seit mindestens 6 Monaten zu Hause von nahen Angehörigen gepflegt werden. Die Höhe der Förderung ist vom Einkommen des Antragstellers, also des Einkommens des pflegenden Angehörigen abhängig.

Die Höhe der Kosten pro Tag richtet sich nach dem tatsächlichen Pflegeaufwand. Als Mindesttagessatz wird jedoch die Stufe „Teilpflege 1“ = Pflegegeldstufe 3 plus 10% Zuschlag für Mehraufwand bei der Kurzzeitpflege herangezogen.

- **Seniorenwohnen im Sozialen Kompetenzzentrum Rum:** Rumerinnen und Rumer, welche eine barrierefreie Kleinwohnung mit Lift benötigen und sich die Sicherheit einer Notrufanlage des Heimes wünschen, können um eine Seniorenmietwohnung ansuchen. Das Gesuch ist im Wohnungsreferat der MG Rum zu stellen. Anmeldedaten können aber auch direkt im SOKO hinterlassen werden.

Für einen Dauerpflegeplatz im Sozialen Kompetenzzentrum Rum gelten folgende vom Land Tirol genehmigte Tagsätze:

PREISE 2015			
Pflegegrad	Pflegestufe	Tag brutto	Monat brutto
Wohnheim	Stufe 0	47,19	1415,70
Erhöhte Betreuung 1	Stufe 1	62,81	1884,30
Erhöhte Betreuung 2	Stufe 2	75,24	2.257,20
Teilpflege 1	Stufe 3	97,90	2.937,00
Teilpflege 2	Stufe 4	118,47	3.554,10
Vollpflege	Stufen 5,6,7	137,72	4.131,60

Der Tagsatz richtet sich nach der jeweils genehmigten Bundespflegegeld- oder Landespflegegeldstufe. Jeder Monat wird mit 30 Kalendertagen berechnet.

Zum Thema Mindestsicherung als Leistung zur stationären Pflege siehe auch www.tirol.gv.at/uploads/media/Informationsblatt_stationaere_pfleger.pdf.

Weitere interessante Informationen mit Kontaktdaten zum gesamten Thema Pflege, Betreuung und Behindertenhilfe in Tirol finden Sie in der nach Bezirken geordneten ausführlichen Broschüre des Landes Tirol „Ich brauche Hilfe“ unter www.tirol.gv.at.

Mag. Barbara Mißmann



„Nicht da ist man daheim, wo man seinen Wohnsitz hat, sondern wo man verstanden wird“

Christian Morgenstern

Mobile Pflegedienste Rum – Angebote und Finanzierung

Die Mobile Betreuung zu Hause gewinnt einen immer höheren Stellenwert zum Wohle unserer Gesellschaft. In Rahmenverträgen mit dem Land Tirol sind landesweit die Angebote sowie die einkommensabhängigen und somit sozialverträglichen Preise definiert.

Die Tätigkeitsbereiche der Mobilen Pflegedienste Rum sind

- ⇒ Hauskrankenpflege (Medizinische und Nicht-Medizinische)
- ⇒ Hauswirtschaftshilfen
- ⇒ Essen auf Rädern
- ⇒ Casemanagement
- ⇒ Präventive Seniorenberatung

Interessierte Angehörige oder Personen, die selbst Angebote der Mobilen Pflegedienste Rum in Anspruch nehmen möchten, können sich gerne an uns wenden. Generell richtet sich das Angebot an pflegebedürftigen Personen aus, deren Wohnmöglichkeit in den eigenen vier Wänden bestehen bleibt und deren Selbständigkeit weitestgehend gefördert werden soll.

Die professionelle und individuelle Betreuung in gewohnter Umgebung erfolgt ausschließlich durch diplomierte Gesundheits- und Krankenschwestern/-pfleger.

Die Hilfestellung in der **Hauskrankenpflege** beinhaltet unter anderem

- ⇒ Grundpflege mit Erhaltung der eigenen Ressourcen in gewohnter Weise
- ⇒ Medizinische Hauskrankenpflege
- ⇒ medizinische Assistenzleistungen laut Arztverordnungen (z.B. Verbandswechsel, Wundversorgung, Blutzucker- sowie Blutdruckkontrollen)
- ⇒ Mobilisation
- ⇒ Thromboseprophylaxe
- ⇒ Medikamentenservice (Besorgung, Dispensieren, Verabreichung)
- ⇒ Beratung für pflegende Angehörige
- ⇒ interdisziplinäre Zusammenarbeit mit anderen ambulanten Organisationen, Krankenanstalten und Hausärzten
- ⇒ Unterstützung bei Pflegegeldansuchen
- ⇒ Unterstützung bei Besorgung von Pflegehilfsmitteln



Darüber hinaus bieten die Mobilien Pflegedienste Rum Dienstleistungen durch **Hauswirtschaftshilfen** an, die den KlientInnen in alltäglichen Belangen unterstützen, so wie Botengänge übernehmen können.

Ein weiterer wesentlicher Bestandteil zur Unterstützung der RumerInnen für ein selbstständiges Leben zu Hause ist das Angebot von „**Essen auf Rädern**“.

Das vom Sanatorium Hoch Rum zubereitete Essen wird von der Freiwilligen Rettung Hall in Tirol ausgeliefert.

Laut Vorgabe durch das Land Tirol benötigte Unterlagen zur Berechnung des Klientenselbstbehaltes sind:

- ⇒ aktuelle Pensionsbescheide
- ⇒ aktueller Pflegegeldbescheid
- ⇒ Nachweis des Haushaltseinkommens
- ⇒ Mietkosten incl. Betriebskosten
- ⇒ Nachweise über weitere Einkommen (z.B.: Mieteinnahmen)

Entsprechend des nachgewiesenen Einkommens wird der Selbstbehalt pro Stunde (Sonn- u. Feiertage 50% Zuschlag) verrechnet (Zahlen für 2015)

Hauskrankenpflege:	von € 6,24 bis € 37,44
Haushaltshilfe:	von € 4,20 bis € 21,72
Essen auf Rädern:	von € 6,06 bis € 8,69

(Sozialstaffelung durch die MG Rum)

Bei fehlenden oder unvollständigen Einkommensunterlagen muss der jeweilige Höchstsatz verrechnet werden. Die Preise werden jährlich im April durch das Land Tirol angepasst.

Kontakt sowie weitere Auskünfte

Susanne Lehner, DGKS, Pflegeaufsicht

Mo bis Fr von 09.00 bis 12.00 Uhr

Telefon: 0512/264090-430 oder Fax: 0512/264090-460

e-mail: pflagedienste@rum.at;

homepage: www.kompetenzzentrum.rum.at

Mag. Barbara Mißmann / Susanne Lehner

Änderung Pflegegeld

Grundsätzlich hat jede/r Pflegebedürftige einen Rechtsanspruch auf Pflegegeld sofern die Pflegebedürftigkeit zumindest 6 Monate andauert und der Pflegeaufwand mehr als 65 Stunden im Monat beträgt.

Der Antrag ist bei der zuständigen Pensionsversicherungsanstalt zu stellen. Die Pflegebedürftigkeit wird von einem Arzt der Pensionsversicherungsanstalt festgestellt.

Gemäß einer Änderung des Bundespflegegeldgesetzes ab 1.1.2016 wird dieses auf folgende Monatsbeträge erhöht:

Stufe 1	€ 157,30
Stufe 2	€ 290,00
Stufe 3	€ 451,50
Stufe 4	€ 677,60
Stufe 5	€ 920,30
Stufe 6	€ 1.285,20
Stufe 7	€ 1.688,90

„Nicht da ist man daheim, wo man seinen Wohnsitz hat, sondern wo man verstanden wird“

Christian Morgenstern

Land Tirol zertifiziert Rum als „LA 21 Gemeinde“

Auf Basis eines einstimmigen Gemeinderatsbeschlusses und unter aktiver Beteiligung der Bevölkerung hat die Gemeinde Rum unter dem Motto „VISION Rum 2025“ in einem „Lokale Agenda 21-Prozess“ einen strategischen Fahrplan zur künftigen Gemeindeentwicklung erarbeitet.

Übergeordnetes Ziel der Arbeitsgruppen war, für alle Teile der Bevölkerung eine hohe Lebensqualität zu sichern und weiterzuentwickeln.

Nach dem erfolgreichen Abschluss des Prozesses erfolgte die Verleihung des Zertifikates sowie die Überreichung eines

Schecks in Höhe von € 5.000,- zur Umsetzung konkreter Projektvorhaben durch LR Johannes Tratter, in dessen politischem Verantwortungsbereich auch die Gemeinden sowie die Dorferneuerung einschließlich LA 21 Leitstelle liegen.

Die Demenzsprechstunde ist eines der Projekte, die umgesetzt wurden und die € 5.000,- fließen zur Gänze in dieses Projekt.

*Vbgm. Erna Langhofer
Obfrau Sozialausschuss*



Frau Mag. Eva Zach/Land LA21 Dorferneuerung, Bgm. Edgar Kopp, Vbgm. Erna Langhofer, LR Mag. Johannes Tratter, GR Franz Saurwein, Frau Mag. Alexandra Gassner und Frau Mag. Gabriela Eller

Psychologisch- Pädagogischer Dienst (PPD)

Im SOKO besteht die Möglichkeit, vertreten durch Mag. Eller Gabriela (Alterspädagogin, Psychotherapeutin) und Mag. Alexandra Gassner (Klinische- und Gesundheitspsychologin, Diplomkrankenschwester), diese Unterstützung anzunehmen. Der inhaltliche Schwerpunkt ihrer Arbeit liegt darin, SeniorInnen in den Veränderungen ihres Soseins zu begleiten und sie in der Annahme ihres Daseins zu unterstützen und damit ihren Selbstwert zu stärken. Das Erfassen und Bewahren der individuellen Bedürfnisse, das Fördern der sozialen Kontakte und Hilfestellung bei innerseelischen Prozessen, wie z.B. Abschied von Beruf, Zuhause, lieben Menschen, Veränderung in Gesundheit sind ebenfalls Bestandteil der Arbeit des PPD. Darüber hinaus sind sie Ansprechperson sowohl für Angehörige, Familie als auch für Pflegemitarbeiter und andere

Berufsgruppen. Im Zentrum ihrer Tätigkeit steht der Mensch und sein seelisches Wohlbefinden.

Mag. Gabriela Eller



Demenz und Scham

Gerade bei an Demenz erkrankten Menschen ist es häufig so, dass sie den Beginn ihrer Erkrankung selbst mitbekommen und von einer Wucht an Gefühlen überschwemmt werden. Angst vor Kontrollverlust und Scham von anderen in ihrem Mangel entdeckt zu werden sind innere Begleiter, die stark verunsichern und in die Einsamkeit führen können.

Auch die nächsten Angehörigen, die ein verändertes Verhalten an ihrem erkrankten Familienmitglied erkennen, sind verunsichert, wissen nicht genau, wie sie ihre Beobachtungen ansprechen sollen.

So wird das betroffene Familiensystem auf beiden Seiten – der Seite des Erkrankten und der Seite der begleitenden Personen stark beansprucht und führt zunächst oft in die gegenseitige Schonung und hilflose Wortlosigkeit. Dies mag anfänglich auch hilfreich sein, um sich auf die neue Situation ein zu lassen und diese zu verarbeiten.

Eine hilfreiche Ausrichtung für einen gemeinsamen Weg, kann in bewusster Hinwendung zur Würde des Einzelnen liegen. Jeder Mensch sehnt sich nach Angenommen sein und liebevoller Akzeptanz. Einem an Demenz erkrankten Menschen Würde zu geben, kann z.B. bedeuten, ihn so wahr zu nehmen, wie er im Augenblick gerade ist, seine Bedürfnisse zu sehen und nicht zu (be-)urteilen oder zu bewerten, ihm Raum und Zeit zu geben, seine Geschichte zu achten, ihn nicht zu maßregeln, wenn er nicht „funktioniert“ und ihm



das Gefühl zu geben, angenommen und wertvoll zu sein, so wie er ist.

Betreuende Angehörige sind herausgefordert auch auf ihre Würde zu achten. Das mag seinen Ausdruck darin finden, sich vor Überforderung und Einsamkeit zu schützen, indem sie sich ohne Scheu und Selbstkritik Unterstützung durch geeignete Möglichkeiten suchen. Denn betreuende Angehörige leisten enorm viel und verdienen auch Entlastung.

Mag. Alexandra Gassner

Demenzsprechstunde

jeweils jeden 4. Freitag im Monat von 14.00 bis 16.00 Uhr



Diese **Demenzsprechstunde** bietet die Möglichkeit, auf persönliche Fragen einzugehen.

Unsicherheiten und Sorgen können angesprochen und Handlungsstrategien und individuelle Entlastungsmöglichkeiten entwickelt werden.

Interessierte wenden sich an

das **Soziale Kompetenzzentrum Rum**

Tel. Nr. 0512/264090- von 08:00 bis 12.00 Uhr

Die Beratungen werden von Fr. Mag^a Gabriela Eller und Fr. Mag^a Alexandra Gassner im Sozialen Kompetenzzentrum Rum angeboten.

Da die Kosten für die Beratung von der Marktgemeinde Rum getragen werden, gilt dieses Angebot **ausschließlich für Rumer Bürgerinnen und Bürger.**

Vbgm. Erna Langhofer

„Nicht da ist man daheim, wo man seinen Wohnsitz hat, sondern wo man verstanden wird.“

Christian Morgenstern

So wohnt es sich im SOKO Rum

Die 67 Einbettzimmer im SOKO Rum haben eine Größe von knapp 26m² oder 38m², welche auch als Doppelzimmer für Ehepaare genutzt werden können.

Die Zimmer verteilen sich auf drei Stockwerke. Jedes der Stockwerke trägt einen alten Rumer Flurnamen. „Brunntal“, „Rosengartl“ und „Sonnenbichl“ sind in unterschiedlichen Farben gestaltet, was die Orientierung im Haus erleichtert.

Jedes der Zimmer verfügt über einen Balkon oder Terrassenzugang sowie einem Duschbad mit angenehmer Fußbodenheizung. Die größeren Zimmer sind außerdem mit einer sogenannten „Kitchenett“ ausgestattet. Die Zimmer bieten genügend Platz, um die Grundausstattung nach eigenen Vorstellungen und Geschmack zu ergänzen. Dadurch erhält jedes Zimmer seine Individualität und kann so zu einem echten Zuhause gestaltet werden.

Die Stockwerke verfügen je über eine Wohnbereichsküche, in der gemeinsam die Mahlzeiten eingenommen werden. In Richtung Süden befindet sich ein kleiner Wintergarten der gerne genutzt wird, um das Geschehen rund um die Einkaufsmöglichkeiten zu beobachten.

Im 3. Stock befindet sich eine herrliche und große Dachterrasse, die in den warmen Monaten gerne besucht wird. Eine kühlere Ostterrasse im 1. Stock lädt besonders an heißen Tagen ein, sich ein leichtes Lüfterl um die Nase wehen zu lassen.

Im Parterre ist neben der Kapelle ein öffentlich zugängliches Cafe mit einer traumhaften Sonnenterrasse in Richtung Garten, mit seinem großzügigen Springbrunnen.

Mag. Barbara Mißmann





... wir fühlen uns wohl



„Nicht da ist man daheim, wo man seinen Wohnsitz hat, sondern wo man verstanden wird“

Christian Morgenstern

Feste, Feiern und Veranstaltungen im SOKO Rum

Eine der Grundlagen im Sozialen Kompetenzzentrum Rum ist das Leben und Umsetzen des „Normalitätsprinzips“.

Dinge benötigen ihren Platz, damit das Leben überschaubar bleibt, ist und wird.

Das Leben mit dem Kalenderjahr ist uns deshalb ein wichtiges Anliegen.

Und hier gilt wahrlich „Bilder sagen mehr als tausend Worte“.



Konzert mit dem Salonorchester Veldidena



Gesundheitsförderung mit Backen



Fasching mit den Roten Nasen



Rumer Kindermuller im SOKO Cafe



Bischof Scheuer im SOKO



Kinder besuchen uns



Ausflug in den Hofgarten

„Nicht da ist man daheim, wo man seinen Wohnsitz hat, sondern wo man verstanden wird!“

Christian Morgenstern

Sudoku

1

		5			7			
						9		2
7		1	2		9	6		
9	5			8		3		
	2			3	6			
		7			5		1	
			6				5	9
5	3			9				
			1	5		2	6	

2

		2		8				
	1				3	4	9	
		9		7				5
6	4					3		
					4	8		9
		5		2	7			4
	9						1	
			8	9	2			
		7	1	4				2

Lösung

1

8	1	9	4	2	7	5	6	3
2	3	6	8	9	5	1	4	7
4	7	5	6	1	3	8	2	9
3	6	1	9	5	2	4	7	8
7	5	8	4	3	6	2	9	1
9	2	4	1	8	7	3	5	6
1	8	7	5	4	9	6	3	2
6	4	3	2	7	8	9	1	5
5	9	2	3	6	1	7	8	4

2

8	3	1	7	4	2	9	5	6
7	2	6	8	9	5	1	4	3
5	9	4	1	3	6	2	7	8
9	8	2	3	5	1	7	6	4
1	5	3	6	7	4	8	2	9
6	4	7	9	2	8	3	1	5
3	6	9	4	1	7	5	8	2
2	7	8	5	6	3	4	9	1
4	1	5	2	8	9	6	3	7

Neu im SOKO – „Geschichten hören statt Lesen“

Abb.: literaturtipp.de



Um ihren Hobbies und Interessen weiterhin nachgehen zu können beziehungsweise neue Interessen zu entdecken, besteht für die BewohnerInnen des SOKOs die Möglichkeit,

sich technische Möglichkeiten begleitet durch Ergotherapeutinnen zu Nutze zu machen.

So können seit kurzem im Haus Hörbücher ausgeliehen werden. Sie bieten Freunden von Büchern und Magazinen auch mit eingeschränktem Sehen die Möglichkeit, Literatur zu genießen.

Wenn Lust auf mehr entsteht, soll über die Nutzung verschiedener öffentlicher Angebote zum Entleihen von Hörbüchern das Angebot erweitert werden.

Das SOKO dankt der Bücherei der Pfarre Neu Rum unter der Leitung von Frau Elfriede Wohlfahrt für die Spende von verschiedenen Hörbüchern, die den Start dieses Angebots im SOKO ermöglicht hat.

Barbara Ripper, MSc.

Rezept

Reisfleisch serbischer Art (aus dem Kochbuch „Rumstöbern“)

Zutaten:

25 dag Basmatireis
2 mittelgroße Zwiebeln
3 grüne Paprika
1 kleines Glas geschälte, gekochte Tomaten
50 dag Schweinefleisch
1 Knoblauchzehe
1 EL Paprika edelsüß, Salz, Pfeffer,
¼ l Rotwein
etwas Öl zum Braten

Zubereitung:

- Feingehackte Zwiebeln in Öl anbraten
- Entkernte und klein geschnittene Paprika zugeben und kurz andünsten
- Reis zugeben und mit 1/2l Wasser aufgießen
- Tomaten untermengen, mit Salz würzen und dünsten lassen
- Würfelig geschnittenes Schweinefleisch in Öl anbraten



- Mit Salz Pfeffer, zerdrücktem Knoblauch und Paprika würzen
- Sofort mit Rotwein aufgießen (Paprika wird durch längeres Braten bitter!) und gar kochen
- Zuletzt den Reis unter das Fleisch mischen und servieren

„Nicht da ist man daheim, wo man seinen Wohnsitz hat, sondern wo man verstanden wird“

Christian Morgenstern

Buchtipp

„Kriegsenkel“

Die Erben der vergessenen Generation

von Sabine Bode Klett-Cotta Verlag

ISBN 978-3-608-94808-0



Die Kriegsvorgangenheit zeigt auch heute noch in vielen Familien Spuren, bis in die zweite und dritte Generation hinein. Ein Buch, das den „Kriegsenkeln“ hilft, ihre Eltern und sich selbst besser zu verstehen. „Sabine Bode beschreibt, wie die Schrecken des Zweiten Weltkriegs bis heute in vielen Familien fortwirken“ (Andreas Fasel, Welt am Sonntag)

„Der alte König in seinem Exil“

von Arno Geiger Carl Hanser Verlag

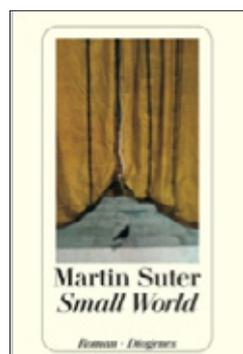
ISBN: 978-3-446-23634-9



August Geiger, der Vater des Schriftstellers Arno Geiger, erkrankt nach der Pensionierung an Alzheimer. Es dauert einige Zeit, bis seine Angehörigen begreifen, dass es sich bei den schleichenden Verhaltensänderungen nicht einfach um Interesselosigkeit und Gedächtnislücken handelt. Arno Geiger besucht seinen kranken Vater immer wieder und notiert sich, was er beobachtet und was

der desorientierte Mann verbal äußert.

(www.dieterwunderlich.de/Geiger-koenig-exil.htm)



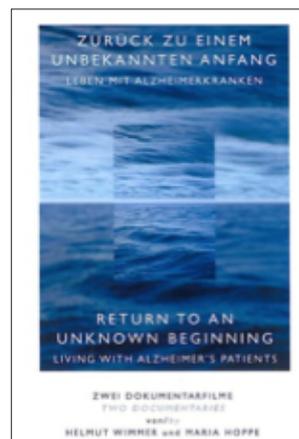
„Small World“ von Martin Suter

Erst sind es Kleinigkeiten: Konrad Lang, Mitte Sechzig, stellt aus Versehen seine Briefftasche in den Kühlschrank. Bald vergisst er den Namen der Frau, die er heiraten will.

Je mehr Neugedächtnis ihm die Krankheit – Alzheimer – raubt, desto stärker kommen früheste Erinnerungen auf. Und das beunruhigt eine millionenschwere alte Dame, mit der Konrad seit seiner Kindheit auf die ungewöhnlichste Art verbunden ist. (<http://www.krimi-couch.de/krimis/martin-suter-small-world.html>)

DVDs

„Zurück zu einem unbekanntem Anfang“



An der Seite von fünf Alzheimerkranken und ihren pflegenden Angehörigen. Von der Großfamilie bis zum allein lebenden Ehepaar werden in diesem Film die alltäglichen Probleme, die emotionalen Herausforderungen, die körperlichen Leistungen und die Momente von Glück im Zusammenleben mit jenen Menschen porträtiert, deren Lebensrealität in andere,

durchwegs unbekannte Bewusstseinssebenen eintaucht.

Der alzheimerkranke Friedrich Brunner spürt diese Befindlichkeit auf, wenn er sagt: „Du weißt ja nicht, wann du alt bist.“

(<http://www.leben-mit-alzheimerkranken.at/>)

„Honig im Kopf“



...erzählt die Geschichte der ganz besonderen Liebe zwischen der elfjährigen Tilda und ihrem Großvater Amandus. Das humorvolle, geschätzte Familienoberhaupt wird zunehmend vergesslich und kommt mit dem alltäglichen nicht mehr alleine klar. Obwohl es seinem Sohn Niko das Herz bricht, muss er bald einsehen, dass für Amandus der Weg in

ein Heim unausweichlich ist. Doch Tilda will sich auf keinen Fall damit abfinden. Kurzerhand entführt sie ihren Großvater auf eine erlebnisreiche und unvergessliche Reise.

(<http://www.amazon.de/Honig-im-Kopf-Emma-Schweiger/dp/B00Q760M5A>)

Butterfassl und Stopfpilz

Eine handlichere Version des Butterfasses, in welchem früher der Rahm zur Butter gestoßen wurde, war die Butterschleuder oder das Butterglas.

Aus zimmerwarmen Rahm konnte so für den eigenen Gebrauch Butter „gekurbelt“ werden. Die selbst hergestellte Butter kann man noch beim Kurbeln geschmacklich ganz nach eigenem Gusto verfeinern.

Eine Heimbewohnerin erzählt vom Butter machen:

Butter wurde einmal die Woche gemacht. Dazu wurde die Milch in ein Butterfassl geschüttet. Dieses musste dann mit einer Kurbel gedreht werden, immer rund und rundherum. Oft stand die Mutter am Butterfassl, aber auch die Kinder mussten immer wieder mithelfen.

Mit der Zeit wurde das Drehen immer schwerer und schwerer und das Fass lief immer unrunder. Das war das Zeichen, dass die Butter fertig war. Mit den Händen wurde das überschüssige Wasser herausgeklopft.

Ein kleiner Teil des Butterklumpens wurden in eine Schüssel gegeben und durch gleichmäßiges Schupfen entstand eine ovale Butterstritzel. Mit einer Modellrolle wurde dieser – z.B. mit kleinem Blumenmuster – verziert. Es gab aber auch die Methode bei der die Butter direkt in ein Buttermodell gedrückt wurde. Nach dem Herausstürzen der Butter hatte man ein schönes Butterstück. Aufbewahrt wurde die Butter im kalten Wasser, in der Speis oder im Keller.

Ein **Stopfpilz** ist meistens aus Holz gedrechselt und oft auch bunt bemalt. Unserer zu Hause war rot lackiert und sah aus wie ein Fliegenpilz. Andere stopften ihre Socken und Strümpfe unter Zuhilfenahme eines Stopfpeis. Die Funktion ist die gleiche, der Rest Geschmackssache. Stopfpilz oder Stopfpei werden unter das zu stopfende Loch geschoben, wodurch sich das Gewebe spannt. Das erleichtert das Spannen des zu stopfenden Gewebes und somit auch die Stopfarbeit.



Mag. Barbara Mißmann

Das Ötztal



Quelle: www.oetztal.at

Eine Bewohnerin erzählt aus ihrer Zeit.

„Lang hab ich mit meinem Mann im Ötztal gelebt- und das war als gebürtige Innsbruckerin nicht immer ganz leicht. Anfangs haben wir in Sölden gewohnt, bis wir dann doch noch einen Baugrund in Längenfeld bekommen haben. Als „Zugroaste“ hatten wir da eine lange Wartezeit- zwanzig Jahre! Als Innsbrucker hatten wir uns vorgenommen, einmal im Monat ins Theater in die Stadt zu fahren, tatsächlich getan haben wir es dann aber leider nie... ist halt nicht so einfach, wenn man so weit im Tal und ohne Auto ist.

Aber auf Schuster's Rappen konnten wir die schönsten Flecken erobern. Zusammen mit meinem Mann, der als Kaminkehrer einmal im Jahr alle Schutzhütten kontrollieren musste, war ich im Sommer immer gut drei Wochen unterwegs und genoss die damals noch unberührte Natur... Arnikafelder, Schwammerlplatzln, ein Meer von Almrosen. Auf unserer ersten Tour war ich noch mit Kittel und Blusen unterwegs, eine ahnungslose Städterin halt. Da ließ der Spott nicht lange auf sich warten und ein Bergsteiger lachte mich ordentlich aus. Schließlich hat er mir aber mit einer Sonnenbrille ausgeholfen.

In den folgenden Jahren kletterte auch ich mit der richtigen Ausrüstung über die Gletscher. Besonders gern waren wir auf der Schönwieshüttn, da wurden wir so gut bekocht, dass wir kaum weitergehen konnten.“

Geheimtipp:

„Der Hexenwald“ am Weg von Habichen zum See: mit schönen moosbewachsenen Höhlen

Dialekt:

Stangger – Heumänner

Fraihaa – erster Grasschnitt

Gruamat – zweiter Schnitt

Boufl – dritter Schnitt

Dipl. ET Barbara Ripper, MSc.



Fachhochschule Gesundheit



Tiroler Gebietskrankenkasse

Einladung zur Informationsveranstaltung

„Lebensfreude – im Alter tun, was gut tut“

„Lebensfreude - im Alter tun, was gut tut“ ist ein gesundheitsförderndes Programm für SeniorInnen, welches selbstbestimmte Lebensgestaltung unterstützt.

Ziel ist es, die Gesundheitskompetenz der Teilnehmenden zu fördern und einen positiven Einfluss auf die Gesundheit, Freude an Tätigkeiten im Alltag und (subjektive) Lebensqualität von Seniorinnen und Senioren zu nehmen.

Mittwoch den 17. Februar 2016, um 15.00 Uhr
Soziales Kompetenzzentrum Rum, Innstraße 19, 6063 Rum
Seminarraum

Soziales Kompetenzzentrum *RUM* Café



Besuchen Sie unser gemütliches Heimcafé, welches für die Öffentlichkeit zugänglich ist.

Wir bieten warme und kalte Getränke sowie eine kleine Kuchenauswahl zu moderaten Preisen.

**Öffnungszeiten: Dienstag bis Sonntag
von 14.00 bis 17.30 Uhr**