

fortuna

Fortuna Magazin Ausgabe 1/2022

www.fortuna-swa.at

WOHPARK
Neue
Stationsleitung

Großartiger
Zusammenhalt in
schweren Zeiten

Rückblick auf
eine zauberhafte
Weihnachtszeit



**Wenn Menschen
für Menschen
Großartiges
vollbringen!**

Fortuna unterstützt Flüchtlinge aus der Ukraine



Symbolische Übergabe des Spendenschecks von Fortuna an die GFÜ der Volkshilfe Wien, Frau Mag.^a Tanja Wehsely (im Bild rechts): Godwin Schuster (Mitte), Präsident Fortuna und GFÜ Mag.^a Judith Hackl (im Bild links).

Der Krieg in der Ukraine und das dadurch entstandene Leid motivierten auch die Bewohner*innen und Mitarbeiter*innen des Kuratorium Fortuna – wie viele andere Organisationen und Bereiche in ganz

Kinder befüllt! Die zu uns geflüchteten Menschen haben unverschuldet durch diesen brutalen Krieg sehr viel verloren. Der Glaube an ein Leben in Frieden, die Hoffnung auf eine sichere Existenz für sich und ihre Kinder in der Heimat, gemeinsam mit ihren Freunden und Verwandten Glück zu erleben

u.v.m., wurde ihnen geraubt. Bewohner*innen in unseren Einrichtungen erinnern sich noch heute an den 2. Weltkrieg und seine Folgen, die sie in ihrer Jugend am eigenen Leib erlebt haben und waren spontan bereit zu helfen.



„Wir bedanken uns herzlich bei Fortuna für das Engagement und diese äußerst großzügige Spende, die direkt an die Bedürftigen geht.“

Mag.^a Wehsely
Geschäftsführung Volkshilfe Wien

Österreich – zu besonderen Aktivitäten. So wurden in den letzten Wochen in allen Fortuna-Häusern zahlreiche Kartons mit Sachspenden für die Flüchtlinge und deren



Wenn auch Sie helfen möchten, spenden Sie bitte an die angeführte Spendenkonten oder kaufen Sie Lebensmittelgutscheine und bringen Sie diese zu einer unserer Abgabe-Stellen. Die Gutscheine erhält man bei der Kasse von Supermärkten.

Immer und dringend benötigt werden haltbare Lebensmittel, Schlafsäcke, Isoliermatten und Medikamente.

Abgabestellen der Volkshilfe Wien: 1190 Wien, Weinberggasse 77 oder 1100 Wien, Favoritenstraße 83/Eingang Raaber Bahn Gasse 14 (Festsaal)

Weitere Informationen unter:

www.volkshilfe-wien.at/ukraine-hilfe

www.samariterbund.net/landesverband-wien/ukraine/

Spendenkonto der Volkshilfe Wien:

IBAN: AT05 2011 1800 8048 0000, Verwendungszweck: „Ukrainehilfe“

Spendenkonto des Arbeiter-Samariter-Bund Österreich:

IBAN: AT04 1200 0513 8891 4144, Spendenkonto: „Ukraine“



„Probleme kann man niemals mit derselben Denkweise lösen, durch die sie entstanden sind.“

Albert Einstein,
deutscher Physiker

Ich bin sehr glücklich über das Engagement unserer Mitarbeiter*innen und Bewohner*innen und deshalb habe ich, nach Beratung mit der Geschäftsführerin von Fortuna, Frau Mag.^a Judith Hackl, den Vorstandsmitgliedern vorgeschlagen, dass wir der Volkshilfe Wien für die großen Herausforderungen bei der Betreuung von Flüchtlingen 10.000 Euro spenden und dem Samariterbund Wien für dessen Engagement bei der Unterbringung von Flüchtlingen, derzeit ohnehin leerstehende, Wohnungen zur Verfügung stellen. Mit großer Freude wurde dieser Vorschlag angenommen. Am 15. März 2022 überreichten wir an die Geschäftsführerin der Volkshilfe Wien, Frau Mag.^a Tanja Wehsely, symbolisch diese Spende. Wir wollen mit unserem Beitrag den vor dem Krieg in ihrer Heimat Geflüchteten helfen und auch andere motivieren, sich durch aktive Unterstützung zu beteiligen. Ein besonderer Dank gilt allen Mitarbeiter*innen von Fortuna, den vielen helfenden Bewohner*innen in unseren Häusern und auch all jenen, die in diesen Tagen viel Zeit und Menschlichkeit für die Unterstützung der Kriegsflüchtlinge aufwenden! Wir werden uns gleichfalls bemühen, Hilfe zu geben, wo immer wir können.

**LABG. A.D. GODWIN SCHUSTER
PRÄSIDENT KURATORIUM FORTUNA**

**LABG. a.D. Godwin Schuster,
Präsident Kuratorium Fortuna,
Erster Vorsitzender des Wiener
Gemeinderats a.D.
E-Mail: godwin.schuster@gmx.at**



FOTO: PRIVAT

Sehr geehrte Leserinnen und Leser!

Das österreichische Gesundheitssystem gilt weltweit als eines der besten und ist nach vor in vielen Bereichen als vorbildlich zu betrachten. Doch leider gilt auch hier: Nichts funktioniert nachhaltig und auf lange Sicht, wenn man sich nicht fortwährend um vorausschauende Planung und Evaluierung von Prozessen und Kosten bemüht. In der Akut-, aber vor allem in der Langzeitpflege, erleben wir gerade schmerzlich, dass das Thema Pflegepersonal und zukunftsorientierte Lösungen von Regierung zu Regierung weitergereicht wurde, wie die vielzitierte „heiße Kartoffel“!

Die Politik und die Gesellschaft als Ganzes haben hier leider Versäumnisse zugelassen, die uns jetzt – noch verschärft seit Beginn der Corona-Pandemie – erst so richtig bewusst werden. Fehlende oder nur unter erschwerten Bedingungen erreichbare Ausbildungsmöglichkeiten und Praxisplätze, vielfach leere Versprechen an Mitarbeiter*innen in den Pflegeberufen und nicht zuletzt eine Entlohnung, die im Verhältnis zur Schwere ihrer Leistungen von wenig Wertschätzung gegenüber jenen Menschen zeugt. Sie erbringen einen für die Gesellschaft unerlässlich wichtigen Job!

Sehr viele Pflegekräfte werden in wenigen Jahren ihren wohlverdienten Ruhestand antreten. Gleichzeitig wissen wir, dass die Menschen in unserem Land zum Glück ein immer höheres Alter erreichen werden. Es ist daher leicht auszurechnen, zu welchen Problemen und Engpässen es kommen wird, wenn nicht umgehend damit begonnen wird, politisch und gesellschaftlich umzudenken, gegenzusteuern und Maßnahmen zu setzen, die den Pflegeberuf – ebenso wie andere wertvolle, „System erhaltende“ Jobs – attraktiver machen und vor allem auch junge Menschen davon zu begeistern! Ob es uns auch in Zukunft gelingen wird, qualifizierte Unterstützung in der Pflege durch wunderbare und verlässliche Personen aus dem nahen oder fernen Ausland für uns zu motivieren, ist mehr als fraglich. Die längst versprochene Pflegereform und damit die materielle Sicherung dieser Leistungen ist mehr als überfällig!

Ein ehemaliger Deutscher Bundespräsident, Gustav Heinemann, hat einst den Satz gesagt: „Man erkennt den Wert einer Gesellschaft daran, wie sie mit den Schwächsten ihrer Glieder verfährt.“ Ich wünsche mir von der österreichischen Politik, dass sie sehr rasch dafür Sorge trägt, dass sich pflegebedürftige Menschen in Österreich auch in den kommenden Jahrzehnten darauf verlassen können, auf hohem Qualitätsniveau und von Mitarbeiter*innen betreut zu werden, die diesen Job gelernt haben und ihn als Berufung verstehen! Um das sicherzustellen, herrscht akuter Handlungsbedarf. Jetzt!

Mit freundlichen Grüßen

Unsere Mitarbeiter*innen und Bewohner*innen haben viel zu geben!

Die Mitarbeiter*innen und Bewohner*innen von Fortuna haben bereits wenige Tage nach Ausbruch des furchtbaren Krieges in der Ukraine begonnen, Spenden für die Menschen vor Ort, aber auch für die zu diesem Zeitpunkt bereits geflüchteten Familien zu sammeln. Jede*r, die/der das wollte, kaufte oder brachte Sach- und/oder Geldspenden, wie bspw. Kinder- und Babykleidung, Spielsachen, Hygieneartikel oder Medikamente u.v.m.

Von der erfreulich hohen Summe an freiwilligen Geldspenden, welche unter den Mitarbeiter*innen gesammelt wurden, gingen beherzte Mitarbeiter*innen und Führungskräfte kurzerhand zusammen einkaufen!



Tolle Hilfsbereitschaft und Solidarität der Mitarbeiter*innen und Bewohner*innen

Sie kamen mit prall gefüllten Einkaufssackerln voller hilfreicher und nützlicher Dinge – von Babywindeln bis zum Rasierschaum, von Batterien über Haarbürsten, bis zur Instantnahrung zurück! Herr Direktor Skarke (Appartementhaus Fortuna), der die Aktion federführend initiiert und koordiniert hat, sorgte für die Abholung der vielen, vielen

Kartons und deren direkte Lieferung an die jeweiligen Zielorte! Ein großes Dankeschön gebührt allen, die in so großzügiger Weise gespendet, eingekauft, verpackt, beschriftet und transportiert haben! Die überwältigende Welle der Solidarität und Hilfsbereitschaft bei Fortuna zu erleben, ist immer wieder schön!

Herzlich willkommen im Appartementhaus Fortuna!

Wenn es darum geht, Menschen dabei zu unterstützen und zu begleiten, ein neues Zuhause zu finden, in dem man in Geborgenheit und vor allem in Sicherheit leben und wohnen kann, dann sind sowohl die Bewohner*innen als auch die Mitarbeiter*innen des Appartementhauses sofort zur Stelle! In den kommenden Tagen und Wochen werden sukzessive Menschen bei uns einziehen, denen der Krieg in der Ukraine vieles genommen hat. Vor allem aber mussten sie aus ihrer Heimat flüchten und dabei oft

furchtbare Dinge erleben! Fortuna stellt den Geflüchteten bis zu 17 Apartments zur Verfügung, die derzeit nicht von Senior*innen benötigt werden. Die Betreuung der vielfach traumatisierten Menschen erfolgt in Zusammenarbeit mit dem Arbeiter-Samariter-Bund Wien. Die Apartments mussten in kürzester Zeit ein wenig eingerichtet und – auch das mithilfe zahlreicher Spenden, u. a. aus anderen Fortuna-Häusern, wie bspw. Möbelstücken, Bettwäsche, Handtüchern oder Haushaltsgegenständen – ausgestat-

tet werden. Zahlreiche Abläufe, wie bspw. die Verpflegung, die Apartment-Reinigung, Versicherungsfragen oder auch die geltenden Corona-Schutzmaßnahmen wurden rasch geklärt und so freuen wir uns, in Kürze die ersten unserer neuen Mitbewohner*innen im Appartementhaus sehr herzlich willkommen heißen zu dürfen! Alle Mitarbeiter*innen und Bewohner*innen von Fortuna hoffen, dass es gemeinsam gelingt, ihnen zumindest ein bisschen Geborgenheit und Wärme geben zu können!

Mitarbeiter*innen vor den Vorhang! **DANKE** für Ihre wertvolle und unermüdliche Arbeit!

Wir werfen einen Blick in den Alltag der Fortuna-Mitarbeiter*innen, die vor und auch während der Corona-Pandemie unermüdlich wertvolle Arbeit geleistet haben und es deshalb mehr als verdienen, dass diese Leistungen entsprechend gewürdigt werden!

Der Volksmund sagt, dass man vieles im Leben erst dann richtig zu schätzen weiß, wenn es nicht mehr jederzeit verfügbar oder vielleicht sogar für immer verloren ist. In unserer schnell- und kurzlebigen Zeit, die von einer täglichen Flut an Informationen und Nachrichten geprägt ist, gehen auch wichtige Themen oft sehr rasch wieder unter. Sie schaffen meist kurz den Sprung in unsere Aufmerksamkeit, vielleicht beschäftigen wir uns sogar einige Zeit mit ihnen, aber meist wenden wir uns sehr rasch wieder neuen, anderen Dingen zu. Die Bedeutung der Qualität rund um die Sicherheit, die Betreuung und die Pflege unserer Eltern- und Großelterngenerationen darf nicht wieder in Vergessenheit geraten – auch dann nicht, wenn die Pandemie eines Tages vielleicht nicht mehr so stark wütet und wir mit Corona zu leben gelernt haben!

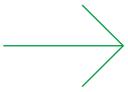
Wie viele Menschen, die in sogenannten „systemerhaltenden“ Berufen arbeiten, erbringen auch



die Mitarbeiter*innen von Fortuna jeden Tag aufs Neue hervorragende Arbeit in einem Ausmaß, das wesentlich mehr Aufmerksamkeit und Wertschätzung verdient hätte, als diese es durch Politik oder Gesellschaft wahrnehmen können!

Mit diesem Artikel möchten wir Ihnen einen kleinen Einblick in den Alltag jener Menschen geben, die sich – oft seit vielen Jahren – in den Dienst ihrer Mitmenschen stellen





und sich um jene bemühen, auf die die Gesellschaft leider häufig „vergisst“: die Senior*innen und hochbetagten, pflegebedürftigen Menschen, die auf tägliche Fürsorge und Unterstützung sowohl körperlich als auch seelisch angewiesen sind!

Der seit Jahrzehnten bestehende, immer eklatanter werdende Mangel an Pflegekräften hat sich in der Corona-Pandemie noch einmal verschärft. Als Folge laufender Infektionen, Erkrankungen und Absonderungen von Mitarbeiter*innen aller Berufsgruppen ist es mittlerweile gewohnter Alltag, dass die jeweils verfügbaren Kolleg*innen immer wieder „einspringen“ und aushelfen, um die Personalausfälle zum Wohle der Bewohner*innen bestmöglich zu kompensieren. Eine Mehrbelastung, die auf Dauer für niemanden gesund ist – und erst

recht nicht befriedigend! Dennoch und allen Widrigkeiten zum Trotz: seit mittlerweile zwei Jahren werden jeden Tag aufs Neue die Schültern gestrafft, Lagebesprechungen durchgeführt, Dienstpläne neu geschrieben und Krisen gemeistert, um den Lebensalltag unserer Bewohner*innen so komfortabel und schön wie möglich zu gestalten und deren rege Teilnahme am geselligen Beisammensein trotz schwierigster Umstände aufrecht zu erhalten. Flexibilität, Organisationstalent und Zusammenhalt sind dabei am meisten gefragt. Und ein langer Atem!

Corona hat vieles verändert: in der Politik, in der Gesellschaft, in unserem persönlichen sozialen Umfeld, aber auch in unserer Arbeitswelt. Besonders jene Menschen, deren Gesundheitszustand es nicht mehr

zulässt, komplexe Zusammenhänge zu verstehen, hatten häufig Schwierigkeiten damit, die oft sehr komplizierten, aber leider notwendigen Schutzmaßnahmen – wie beispielsweise das Tragen einer FFP2-Maske in den öffentlichen Bereichen der Einrichtungen oder das Abstandhalten zu geliebten Personen – zu verstehen und einzuhalten!

○ So gerne wir das tun würden, leider reicht der Platz hier nicht aus, um wirklich alle großartigen Leistungen aufzuzählen, die die Mitarbeiter*innen von Fortuna jeden Tag erbringen! Mit diesem Artikel wollen wir DANKE sagen und allen Mitarbeiter*innen bewusstmachen, wie sehr wir ihre unschätzbaren Leistungen würdigen und wie unverzichtbar diese sind: Für die Menschen, die bei Fortuna leben und für die Menschen, die bei Fortuna arbeiten. nicht nur für Fortuna sind!



Die Maßnahmen zum Schutz vor Covid-19 stellten das Fortuna Team und die Bewohner*innen vor besondere Herausforderungen, vor allem, wenn es um die persönlichen Kontakte ging.

Nur das Engagement der Fortuna Mitarbeiter*innen hat unseren Bewohner*innen in so schwierigen Zeiten Lebensfreude und Sicherheit vermittelt.



„Wir wollen DANKE sagen und allen Mitarbeiter*innen bewusstmachen, wie sehr wir ihre unschätzbaren Leistungen würdigen und wie unverzichtbar diese sind!“

Mag.^a Judith Hackl
Geschäftsführerin
Kuratorium Fortuna



Die Mitarbeiter*innen von Fortuna sind zusammengerückt und meistern die Herausforderungen als interdisziplinäres Team:

- Die Mitarbeiter*innen der Pflege und Betreuung mussten sich vor allem zu Beginn der Pandemie allzu schnell auf einen Arbeitsalltag mit hochinfektiösen Personen bei sehr viel schwierigeren Arbeitsbedingungen einstellen.
- Die Seniorenanimation hat ihr Angebot über weite Strecken von Gruppenaktivitäten auf individuelle Einzelbetreuung umgestellt, um einer Vereinsamung der Bewohner*innen entgegenzuwirken.
- Die Mitarbeiter*innen der Sozialarbeit sind zunehmend mit den psychischen Auswirkungen der Pandemie und den damit verbundenen, notwendigen Kriseninterventionen konfrontiert.
- Durch die Mitarbeiter*innen der Verwaltung werden Logistik und Administration von Massentestungen- und Impfungen, Zimmerservice in der Verpflegung und Organisation der Besucherströme abgedeckt.
- Der Aufbau von Isolierbereichen für infizierte Personen sowie von Test- und Impfstraßen wird durch die Mitarbeiter der Haustechnik sichergestellt.
- Die Mitarbeiter*innen der Küche und der Reinigung unterstützen besonders jene Bewohner*innen, welche sich in Absonderung in deren Appartements aufhalten müssen.
- Die jeweiligen Bereiche der zentralen Geschäftsleitung haben die einrichtungsübergreifenden Koordinationsmaßnahmen (Pandemieplan, Behördenkontakte, Corona-Hotline, Förderanträge, Häuser-übergreifender Personalausgleich sowie die Festlegung von unternehmensweiten COVID-Strategien u.v.m.) übernommen.

Raus in den Frühling, rein in die neue Freiheit!

Nach einem langen Winter und einer noch längeren Zeit vieler Gebote und Einschränkungen blüht uns allen **ein Frühling mit vielen neuen Möglichkeiten**, ein aktives Leben – im vernünftigen Rahmen unserer Möglichkeiten – zu genießen. Hier finden Sie ein paar **Inspirationen**, wie Sie dieses **neu gewonnene „gute Leben“** so intensiv wie möglich **für mehr Lebensfreude** nützen können.

FRÜHLING 2022: AUFBRUCH IN EINEN NEUEN (ER)LEBENSABSCHNITT!

Wir haben alle in den letzten beiden, fast endlos scheinenden Jahren, viele Einschränkungen hinnehmen müssen. Natürlich hat es ältere Menschen noch stärker getroffen als die „Jungen“ in unserer Gesellschaft. Umso mehr ist dieser Frühling 2022 ein ganz besonderes Datum für unsere Fortuna Familie, bricht doch auch für alle in unseren Häusern ein neues Zeitalter der Freiheit an, das vieles wieder möglich macht, von dem man lange Zeit nur träumen konnte. Jetzt ist es an der Zeit, die Türen weit aufzumachen und den Frühling in die Zimmer und Herzen zu lassen. Aber vor allem bietet sich genau jetzt die Gelegenheit, sich sozusagen selbst aufzumachen für das Leben mit

den anderen, um soziale Kontakte neu aufleben zu lassen und neue Freundschaften und Bekanntschaften zu knüpfen. Starten wir mit diesem frisch aufgeblühten Frühling auch einen persönlichen Aufbruch, je nach unseren ganz individuellen Möglichkeiten und Vorlieben, in einen neuen, spannenden Lebensabschnitt der Neugierde und des aktiven Erlebens. Wir haben in dieser Ausgabe eine Fülle von Inspirationen für Sie gesammelt, die Ihnen helfen sollen, die Frühlingszeit für sich optimal zu nützen und Ihr Leben in eine neue, aktive Bahn zu lenken.

Wichtig: Inspirationen sind keine Vorschriften, sondern nur Anregungen, die Ihre Fantasie erst beflügeln sollen – schließlich geht es um Ihr ganz persönliches Glück und Ihre Lebensfreude!

RAUS VOR DIE TÜR UND IN BEWEGUNG KOMMEN

Dieser Frühling hat zwei ganz wichtige Botschaften für uns: Wir sollen den neuen Bewegungsraum für uns auch nützen und uns von der warmen Jahreszeit und der aufblühenden Vegetation dazu verleiten lassen, rauszugehen und Körper sowie Geist in Schwung zu bringen. Es muss ja nicht gleich Sport sein, der uns vor die Tür treibt. Es reichen ja schon ein paar Schritte an der frischen Luft oder einige schöne Momente im Garten oder im Park, die uns aufatmen und Sauerstoff tanken lassen. Erfreuen Sie sich an den ersten Sonnenstrahlen, die Ihre Haut erwärmen – UV-Licht in Maßen ist ja durchaus gesund und stärkt unser Immunsystem sowie unser mentales Wohlbefinden. Außerhalb der eigenen vier Wände



Treffen Sie echte Menschen zum gemeinsamen Reden und Lachen.

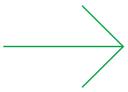
gibt es einfach so viel zu entdecken und wer fit genug ist, kann zu Fuß seine Umgebung richtiggehend erkunden. In Wien finden sich überall Platzerln, die es wert sind, neu entdeckt zu werden.

ECHTE MENSCHEN TREFFEN, STATT SIE NUR AM BILDSCHIRM SEHEN

Nehmen Sie sich in diesem Frühling vor, mehr echte Menschen zu treffen und mit ihnen zu kommunizieren und sich auszutauschen. Auch in Ihrer Umgebung gibt es viele Menschen zu entdecken, die Ihnen viel geben können. Sie werden überrascht sein, wie viele Gleichgesinnte und Menschen mit ähnlichen Interessen und Leidenschaften Sie in Ihrer direkten Nachbarschaft finden werden. Nützen Sie dafür die vielen Freizeitangebote und schließen Sie sich ganz nach Ihrer Interessenslage Gruppen und Ausflügen an.

Ganz wichtig: Genießen Sie so viele „echte Kontakte“ wie möglich, anstatt sich allzu viel in den eigenen vier Wänden, z. B. alleine vor dem Fernseher, aufzuhalten oder überwiegend nur über Handy oder Internet mit anderen Menschen Kontakte zu pflegen. Authentische Gespräche und wahre Gefühle vermittelt aber nur das echte Leben und ein Gespräch von Mensch zu Mensch, während dem man seinem Gesprächspartner in die Augen schauen kann. Probieren Sie es einmal mit ein paar Stunden bewusstem Verzicht auf Handy oder TV-Gerät. Einfaches Rezept: Wieder einmal spontan etwas ausmachen und mit Menschen spannende Dinge unternehmen. Am besten bei abgedrehtem TV-Gerät und ohne Handy im Gepäck!





SICH SELBST LIEBEN LERNEN

Das Ritual des morgendlichen Blicks in den Spiegel kann zum ersten Schritt zu mehr Zufriedenheit werden. Schauen Sie nicht auf Fältchen, Fettpölsterchen und mögliche Fehler, sondern akzeptieren Sie sich als die wertvolle Person, die Sie sind. Denn Ihre Eigenwahrnehmung täuscht: Ihre Umwelt sieht Sie viel positiver, als Sie glauben. Es geht um Ihre starke Persönlichkeit, Ihre Geschichte, Ihren Enthusiasmus, Ihre Fröhlichkeit, Ehrlichkeit, Ihr Mitgefühl. Beginnen Sie sich selbst zu lieben und in den Spiegel zu strahlen. Ihr strahlendes Lächeln wird Ihnen bei Ihren Mitmenschen

Tür und Tor öffnen und Sie schöner machen als jedes Make-up!

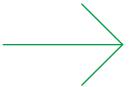
SICH GLÜCKLICH ESSEN

Das Glück der Seele kommt auch aus dem Bauch. Oder besser: vom Gaumen und dem Bauch. Nehmen Sie sich zum Essen Zeit und erfreuen Sie sich ganz bewusst an frischem Essen. Kein Stopfen so nebenbei oder Runterschlingen ganz alleine zwischen Tür und Angel. Denken Sie nach, mit wem Sie gerne essen wollen, und speisen Sie in Ruhe oder bei einem guten Gespräch. Im Alltag reicht es schon, wenn man sich Zeit nimmt, gutes und frisches Essen wirklich ganz

bewusst und aufmerksam zu genießen. Machen Sie aus einer Mahlzeit täglich einen Genuss für Ihre Seele. Diese bewusst erlebte Moment wird Ihnen auch innerlich für den ganzen Tag Energie liefern.

TIEF DURCHATMEN

Wir können mit Hightech umgehen, haben bald schon selbstfahrende Autos und fliegen für einen Urlaub um den halben Erdball. Aber der Lufthauch, der uns Leben und Stimme verleiht, wird uns erst bewusst, wenn wir vor lauter Speed und Hetzjagd keine Luft mehr bekommen. Atmen Sie jeden Tag ein paar Mal kräftig und ganz bewusst durch



Gerade im Frühling kann man gemeinsame Interessen nützen, um Menschen kennenzulernen.



**Geselligkeit
macht Spaß –
raus ins Freie
und das Leben
feiern!**

und spüren Sie die Energie Ihres Lebens. Wenn Sie dazu Lust haben, singen Sie dabei, lassen Sie Ihre Seele auf Luft und Klang schweben!

DAS BESTE FÜRS AKTIVE LEBEN UND GEGEN DIE FRÜHJAHRSMÜDIGKEIT: ERHOLUNG MIT EINEM MITTAGSSCHLAF!

Die Spanier schwören auf ihre Siesta. In den Stunden nach dem Mittagessen lassen Sie die Arbeit liegen und machen die Augen zu. Die kollektive Ruhepause hat aber nicht nur für Sie Tradition. Die Japaner nennen das kurze Schläpfchen zwischendurch „Inemuri“ und praktizieren es sogar in Meetings. Auch in China gehört der Mittagsschlaf, der „Xeu-Xi“, zur Kultur. Mit Faulheit hat das nichts zu tun. Im Gegenteil: Bei den meisten Menschen kommt am frühen Nachmittag der „tote Punkt“, weil das Gehirn mit weniger Sauerstoff versorgt wird. Den

ziehen nämlich die Verdauungsorgane ab, die nach dem Essen auf Hochtouren arbeiten und deshalb besser durchblutet werden müssen. Wer seinem natürlichen Biorhythmus folgt und sich kurz ausruht, statt die Müdigkeit mit Kaffee oder anderen aufputschenden Hilfsmitteln zu übertauchen, tut dem Körper etwas Gutes und fördert die Konzentrationsfähigkeit und Produktivität des Gehirns. Intuitiv wussten bereits viele um die Vorzüge des Mittagsschlafs. Der Physiker Isaac Newton soll während seiner



„Die Welt wird schöner mit jedem Tag, man weiß nicht, was noch werden mag ...“

aus „Frühlingsglaube“
von Ludwig Uhland

Mittagsruhe unter einem Apfelbaum durch eine herabfallende Frucht das Prinzip der Schwerkraft erkannt haben. Salvador Dali ließ sich beim regelmäßigen Nickerchen zu seinen surrealistischen Malereien inspirieren und soll sogar einen selbsterdachten Weck-Mechanismus gehabt haben: Er hielt einen Löffel in der Hand, der ihm nach dem Einschlafen aus den Fingern glitt und ihn durch sein Klirren nach einigen Minuten wieder aufweckte. Länger muss ein gesundes Nickerchen nicht dauern. Das ist heute wissenschaftlich erwiesen. Schon eine Schlafzeit von 20 Minuten – der sogenannte Power Nap – hilft uns enorm. Studien belegen, dass dadurch das Immunsystem gestärkt und das Herz-Kreislauf-System entlastet wird. Auch das Gehirn profitiert: Es arbeitet nach der Erholungsphase schneller, ist aufnahmefähiger und achtsamer.

Der Betriebsrat von Fortuna stellt sich vor.

Herr Skodnik ist ein Mann, der den Großteil seiner Lebens- und Arbeitszeit in den Dienst seiner Mitmenschen stellt! Nicht nur, dass er seit bald 15 Jahren als Diplomierter Gesundheits- und Krankenpfleger im Schlosspark Fortuna tätig ist, hat er neben diesem anspruchsvollen Job auch noch eine Ausbildung zum Psychotherapeuten absolviert und betreibt seine eigene Praxis in Wien. Und weil Herr Skodnik ein Mann ist, der immer gerne hilft und sich für das Wohl seiner Mitmenschen einsetzt, hat er nach deren Weggang von Fortuna, auch die Funktion des Betriebsratsvorsitzenden von Frau Korherr übernommen.

Seine Funktion beschreibt Herr Skodnik wie folgt: Wichtig sei ihm eine gute Vertrauensbasis mit der Geschäftsführung, um zusammen mit dieser konstruktiv an Lösun-

gen arbeiten zu können und die für beide Seiten wichtige Projekte erst ermöglicht. Gleichzeitig habe er aber auch das Selbstverständnis, bei Bedarf im Sinne der Mitarbeiter*innen zu handeln und Entscheidungen sowie Projekte zu hinterfragen, bzw. Gegenvorschläge einzubringen. Wichtig ist ihm auch, über die Betriebsratswahlen Demokratie auch im Unternehmen erlebbar zu machen. „Mitbestimmung ist sehr wichtig und dafür muss auch immer wieder das Bewusstsein geschärft werden!“, so Herr Skodnik dazu. Und weiter: „Das gesamte Betriebsrats-Team und ich werden uns weiterhin für unsere Kolleg*innen einsetzen, sodass diese sich an ihrem Arbeitsplatz „gut“ und sicher fühlen können. Ich verstehe die Arbeit eines Betriebsrats in der heutigen Zeit so, dass man Aufklärung über alle arbeitsrechtlichen



Betriebsrats-Vorsitzender Herr Josef Skodnik-Menia, DGKP im Schlosspark Fortuna

Belange, bzw. über alles, was zur Arbeitswelt dazugehört, leisten soll. Weil, die größten und wichtigsten Errungenschaften sind ja in der Vergangenheit bereits durchgesetzt worden. Heute geht es vor allem darum, diese zu erhalten, zu bewahren und unsere Rechte als Dienstnehmer*innen zu verteidigen, dabei aber gleichzeitig am Puls der Zeit zu sein!“ Herr Skodnik wird als Vorsitzender des Betriebsrates von Frau Martina Böhm, Mitarbeiterin der Verwaltung im Appartementhaus Fortuna, sowie von Frau Katharina Jaster, Mitarbeiterin der Verwaltung im Schlosspark Fortuna, vertreten.

Wir wünschen Herrn Skodnik und dem gesamten Team des Fortuna-Betriebsrates viel Erfolg und bedanken uns für deren Engagement für die Mitarbeiter*innen unserer Einrichtungen!

Dienstjubiläum

○ Frau Mag. (FH) Katherina Jenner ist seit nunmehr 15 Jahren als Aufnahme- managerin (AMM) und Sozialarbeiterin, überwiegend im Wohnpark sowie in der Gartensiedlung Fortuna tätig. Als AMM ist Frau Mag. (FH) Jenner, u.a. für die Sicherstellung der Auslastung von Pflegeplätzen sowie die Begleitung der zukünftigen Bewohner*innen und deren Angehörigen verantwortlich. Als Sozialarbeiterin kümmert sie sich um die professionelle psychosoziale Beratung der Bewohner*innen.

Ein sehr umfangreiches Aufgabengebiet also, um welches sie sich mit großer Leidenschaft und außerordentlichem Engagement kümmert, wofür wir ihr von Herzen danken!



Offensive Gesundheit

Mehr als 400.000 Beschäftigte in den unterschiedlichsten Bereichen des Gesundheitswesens, vertreten durch den ÖGB sowie die Arbeiter- und die Ärztekammer Wien bildeten gemeinsam die „Offensive Gesundheit“. 2022 wollen wir mit Hilfe aller Beschäftigten aus dem Gesundheitswesen ein deutliches Zeichen setzen: Reden wir darüber! Unsere erste Aktion dazu, an der auch zahlreiche Mitglieder der Geschäftsleitung teilnahmen, fand am 24.02.2022 statt.

Die Beschäftigten in der Langzeitpflege erwarten eine rasche Umsetzung der im Jahr 2020 gemeinsam erstellten „Roadmap Gesundheit 2020“, damit die hohen Belastungen der Mitarbeiter*innen effektiv reduziert werden können: Mehr Personal, mehr und attraktivere Ausbildungsmöglichkeiten sowie die Verbesserung der Arbeitsbedingungen im Gesundheitswesen und in der Langzeitpflege.

Euer Fortuna-Betriebsratsteam



Mag.^a Judith Hackl
Geschäftsführerin
Kuratorium Fortuna



FOTO: BARBARA NIDETZKY

Sehr geehrte Leser*innen!

Ich kann mir vorstellen, dass viele unter Ihnen sich in den letzten Wochen an Zeiten erinnert fühlen, von denen wir alle gehofft haben, dass wir sie nie (wieder) erleben müssen! Angesichts der aktuellen Geschehnisse in der Ukraine fällt es schwer, den Alltag weiterzu-

leben, ohne an das furchtbare Leid und die vielen Schicksale der Menschen in der Ukraine zu denken!

An einem Krieg ist nichts Positives, nichts Gutes und es gibt eigentlich keine Gewinner*innen, sondern nur Verlust und Trauer! Vielleicht aber regt er uns alle wenigstens ein bisschen zum Nachdenken an:

Wie oft setzen wir selbst Handlungen oder tätigen Äußerungen, die vielleicht jemanden in unserem persönlichen Umfeld verletzen, ob nun seelisch oder gar körperlich? Gewalt beginnt nicht erst beim Gebrauch von Waffen. Gewalt, Aggression, Wut und Hass sind sehr leicht auch mit Worten und in unserem täglichen Sprachgebrauch zu finden. Wie oft endet eine kleine Meinungsverschiedenheit, eine unterschiedliche Auffassung von Politik, Kultur, Religion u.v.a., oder auch nur der Gedanke, dass ein*e Andere*r bevorzugt behandelt wurde, in einer wirklich ernsten Auseinandersetzung! Leider kann nicht jede*r Einzelne von uns die großen Ereignisse auf der Welt – seien es gute oder schlechte – direkt beeinflussen, aber der „Krieg“ beginnt durchaus manchmal auch im ganz Kleinen. In den meisten Fällen haben wir die Wahl, uns für eine sofortige Auseinandersetzung zu entscheiden oder doch noch einmal kurz innezuhalten und nach einer friedlichen Lösung oder einem für beide Konfliktparteien passenden Kompromiss zu suchen.

Denn wie das eingangs geschriebene Zitat besagt – von einem dauerhaften Frieden würde die Menschheit, würden wir alle, in jedem Fall mehr profitieren als von einem sinnlosen Krieg, egal, ob einem großen oder einem kleinen! In diesem Sinne wünsche ich Ihnen eine schöne, sonnige und hoffentlich friedliche Frühlingszeit!

Mit freundlichen Grüßen



„Der ungerechteste Frieden ist immer noch besser als der gerechteste Krieg!“

Marcus Tullius Cicero,
106 – 43 v. Chr., römischer Politiker,
Anwalt, Schriftsteller und Philosoph

Generationenhaus Baumgasse

Weihnachten wie immer?

Wie immer in der Vorweihnachtszeit haben wir gemeinsam mit unseren Bewohner*innen tolle Raum- und Wanddekorationen gestaltet. Ganz nach unserem Jahresmotto „RECYCLING“ gab es stylische Sterne aus Packkartons, Engel aus Zeitungspapier und mit Schwämmchen gestempelte Fotokarton-Sterne. Es wurde gestrichen, gemalt und geklebt, um das ganze Haus in festlichem Glanz erstrahlen zu lassen! Schließlich sollte auch unsere Weihnachtsfeier wieder etwas ganz Besonderes werden. Aber: Auch letztes Jahr hat uns Corona da wieder einen Strich durch die Rechnung gemacht! Wie jedes Jahr hat sich das Team der Seniorenanimation eine besondere Tischdeko zum Mitnehmen ausgedacht. Waren es 2020 Engelchen aus Holzscheit-

chen gewesen, so wollten wir das im letzten Jahr noch toppen und jede*n Bewohner*in mit einem edlen ART DECO-Weihnachtsbäumchen für die Zimmer überraschen! In liebevoller Handarbeit konnten wir so einfachem Material, wie Holzscheiben, Grillspießen und verschiedenen Holzkugeln, ein einzigartiges, neues Gesicht verpassen. Gekrönt mit einem textilen Stern warteten die fertigen Objekte nur noch darauf, die Gedecke am Weihnachtstisch der Bewohner zu veredeln. Doch dann musste die Weihnachtsfeier leider abermals abgesagt werden und, wie auch schon im letzten Jahr, durften wir daher die Geschenke nun jedem unserer Senior*innen persönlich überreichen. Die Freude war groß und tröstete ein bisschen über den Ausfall des Festes hinweg! Aber keine Sentimentalität, neues Jahr –



Jede*r Bewohner*in wurde mit einem edlen Art Deco Weihnachtsbaum für ihr Zimmer überrascht.

neue Chancen! Wir zählen auf das baldige Ende der Pandemie und auf das Stattfinden einer bombastischen Weihnachtsfeier für dieses Jahr 2022! Wir fangen einstweilen schon einmal damit an, darüber nachzudenken, was so dekorationsmäßig auf den Weihnachtstisch kommen soll!

ELISABETH KOTRBA

Dienstjubiläen

15-JÄHRIGES JUBILÄUM

Cornelia Grigorosita, Heimhilfe

5-JÄHRIGES JUBILÄUM

Eva Prochazkova, DGKP

Bojan Tesmanovic, Pflegeassistent

○ Ein herzliches Dankeschön für Ihr geleistetes Engagement und Ihre Unterstützung!



Im Namen der Baumgasse Fortuna ehrte Frau Vaculka Frau Eva Prochazkova (oben links), Frau Cornelia Grigorosita (oben rechts) und Herrn Bojan Tesmanovic (unten links).

In der Baumgasse blühen Recycling-Narzissen

Viele von uns sind den Winter schon leid und sehnen sich nach den ersten wärmenden Sonnenstrahlen. Wie aber kann man sich bereits jetzt im Februar – trotz der kühlen Temperaturen – den Frühling ins Haus holen? Ganz einfach: man stellt gemeinsam Recycling-Blumen her!

Nach kurzer Lagebesprechung mit jenen Bewohner*innen, welche an den Animationsstunden teilnehmen, kam wir schnell überein, dass die Narzisse – oder Osterglocke, wie sie auch genannt wird – eine der schönsten und auffälligsten Frühlingsbotinnen ist. Und schon war die Idee, anhand einer neuen Tischdekoration diese anmutige Blume zu ehren, geboren! Nachdem Recycling immer ein

großes Thema in der Baumgasse ist, wurden kurzerhand Eierkartons angeschafft, die, einzeln ausgeschnitten, die perfekte Grundlage für die Blüte der Narzisse lieferten. Viele fleißige und begeisterte Damen waren bei der gemeinsamen Umsetzung dabei und genossen es, nach kurzer Zeit schon die beachtlichen Fortschritte der Blumen zu betrachten und der einhellige Tenor lautete: „Das gibt’s ja gar nicht, die



schauen aus wie echt!“ Nun stehen alle Narzissen auf den Tischen in den Aufenthaltsbereichen und erfreuen dort nicht nur die BewohnerInnen, sondern auch die Angehörigen sowie die Mitarbeiter*innen von Fortuna.

... und – überzeugen Sie sich selbst: sehen sie den Blumen aus der Gärtnerei nicht zum Verwechseln ähnlich?

PETRA SZABO

Alte Traditionen

Viele Jahre lang gab es bei uns im Haus einen Kinonachmittag, der früher noch von den Bewohner*innen initiiert wurde. Man erstellte ein buntes Programm, verteilte Einladungen, machte ein Ankündigungsplakat und alle hatten großen Spaß. Irgendwann hatte



sich die Sache totgelaufen – warum auch immer – und es fand sich auch nach längerer Pause niemand mehr, den ein solches Programm noch aus den Zimmern gelockt hätte. Eine Herausforderung für die Mitarbeiterinnen der Seniorenanimation, das Interesse der Bewohner*innen neu zu wecken und in Zeiten wie diesen einen Hauch von früherer Normalität auszustrahlen. In Anlehnung an das Kinoambiente früherer Zeiten gestalteten wir für die Bewohner*innen einen Bauchladen mit Naschereien, mit welchem wir vor der „Vorstellung“ hausieren gingen. Ein Plakat mit eigens gestaltetem Logo und dazu passend

hergestellten Naschsackerln lockten schon zwei Wochen vorher Neugierige in die Seniorenanimation. Am ersten Kinotag stand „PENSION SCHÖLLER“, mit vielen altbekannten Schauspieler*innen wie Marianne Schönauer, Maxi und Alfred Böhm und dem Kabarettisten-Paar Cissy Kraner und Hugo Wiener auf dem Programm, was ein großer Lacherfolg war und viele schöne Erinnerungen weckte. Auf der Wunschliste für die nächsten Vorstellungen stehen auf jeden Fall Agatha Christie und auf jeden Fall „irgendwas von Peter Alexander“! Na dann: „Film ab!“

ELISABETH KOTRBA

Appartementhaus



Das Team des Appartementhauses Fortuna verabschiedete sich festlich von Frau Gertrude Mariacher, MSc, und wünschte ihr alles Gute für die Zukunft in ihrer neuen Funktion.

Auf Wiedersehen und alles Gute Gerti!

Fr. Gertrude Mariacher, MSc, im Appartementhaus besser bekannt als „Schwester Gerti“, wo sie im Dezember 2021 von ihren Kolleg*innen als Stationsleiterin verabschiedet wurde. Frau Mariacher hat sich dazu entschieden, den nächsten Schritt in ihrem beruflichen Werdegang zu setzen

und stellt nun seit Jänner 2022 ihre langjährige professionelle Erfahrung als Fachbereichsleiterin der Pflege und Betreuung in der Geschäftsführenden Zentrale des Kuratorium Fortuna zur Verfügung. Das gesamte Team des Appartementhauses und wir wünschen „unserer Schwester Gerti“ von

Herzen alles Gute und sagen „TOI – TOI – TOI“ für ihre neuen Aufgaben und Herausforderungen! Mit einer stabilen Arbeitstasche und einer mit „geheimen Schätzen“ gefüllten Erinnerungsbox wird ihr bestimmt alles gelingen!

30-jähriges Dienstjubiläum von Frau Annabelle Escalante

Seit unglaublichen 30 Jahren ist Frau Annabelle Escalante nun schon als Pflegeassistentin im Appartementhaus Fortuna tätig! Auf die Frage, ob es etwas gibt, was sie an ihrem Job bei uns besonders schätzt, meinte sie: „Ich arbeite sehr gerne bei Fortuna, vor allem, weil die Kolleg*innen alle sehr nett und wir ein gutes Team sind!“

Frau Escalante hat in der langen Zeit schon sehr viel erlebt, hat bisher mit insgesamt sechs verschiedenen Stationsleiter*innen und mehreren Hausdirektor*innen zusammengearbeitet und war ihnen allen immer eine sehr gewissenhafte und verlässliche Kollegin und Mitarbeiterin. Die Kolleg*innen beschreiben Frau Escalante außerdem

als ausgesprochen hilfsbereit und immer freundlich – noch nie hätte jemand auch nur ein böses Wort von ihr gehört! Mit 1. Juni 2022 wird Frau Escalante ihre wohlverdiente Pension antreten. Wir freuen uns für sie und mit ihr, auch, wenn wir schon heute wissen, wie sehr sie uns von Herzen fehlen wird!

Punsch to go zur Weihnachtszeit

„Alle Jahre wieder kommt das Christuskind auf die Erde nieder.“

So fängt ein bekanntes Weihnachtlied an und alle Jahre wieder möchten die Menschen die Weihnachtszeit mit traditionellen Bräuchen verbringen! Das Team der Seniorenanimation im Appartementhaus begleitete im Dezember 2021 die Bewohner*innen zu einem vorweihnachtlichen Spaziergang auf die Fußgängerzone in Favoriten. Das emsige Treiben der Christbaumverkäufer*innen, bunte Lichter und geschmückte Geschäftsauslagen brachten unsere kleine Walking-Gruppe in Adventsstimmung. Vor der Heimfahrt mit dem Autobus 65A strebten wir gut gelaunt noch das Hauptziel des

Tages an: Einen offenen Punschstand und den Genuss des beliebten heißen Getränkes – dem Zeitgeist entsprechend: „Punsch To Go“! Für jene Bewohner*innen, welche an diesem Ausflug leider nicht teilnehmen konnten, wurde spontan auf der Dachterrasse im Appartementhauses eine „Fortuna-Punschhütte“ aufgebaut. Trotz leider fehlender Christbaumverkäufer*innen konnte man sich auch hier nicht über einen Besucher*innenmangel beklagen und alle „Punscher*innen“ freuten sich über ein paar sehr gemütliche, vorweihnachtliche Plauderstunden!

Punsch gehört einfach jedes Jahr zum Fixprogramm des Advents.



Dienstjubiläen

30-JÄHRIGES JUBILÄUM

Annabelle Escalante,
Pflegeassistentin

20-JÄHRIGES JUBILÄUM

Ang Asela, Pflegeassistentin

10-JÄHRIGES JUBILÄUM

Geoffrey Reyes, Pflegeassistent

5-JÄHRIGES JUBILÄUM

Mila Jovanovic,
Hauswirtschaftliche Servicekraft
Biljana Milojevic, Heimhilfe

PENSIONIERUNG

Munevera Pasalic

Ein herzliches Dankeschön für Ihr geleistetes Engagement und Ihre Unterstützung!

Links oben: A. Escalante, mitte
Links unten: M. Jovanovic, mitte
Rechts oben: A. Ang, 2. von links,
B. Milojevic, 2. v. rechts
Rechts mitte: G. Reyes, mitte
Rechts unten: M. Pasalic, 2. v. rechts



Gartensiedlung

Hand in Hand

Über die gute Zusammenarbeit der Mitarbeiter*innen der Pflege und der Seniorenanimation

Auch in der Gartensiedlung wird, im Interesse unserer Bewohner*innen, eine gute Kooperation der Mitarbeiter*innen der Pflege und Betreuung sowie der Seniorenanimation großgeschrieben! Die Berührungspunkte zwischen den zwei Aufgabengebieten sind vielfältig: Ein gutes Beispiel dafür ist das 14-tägig stattfindende Bingospiel. Die Pfleger*innen bieten dabei an, die Mitarbeiter*innen der Seniorenanimation bei der Aktivierung und Betreuung der Bewohner*innen zu unterstützen. Auch bei anderen Gruppenspielen können die Mitarbeiter*innen aufeinander zählen. So werden in Absprache die Bewohner*innen zu diversen Aktivitäten begleitet und die Kolleg*innen aus der Pflege bringen sich auch gerne bei den verschiedensten

Animationsangeboten mit ein. So gestalten engagierte Pflegemitarbeiter*innen von sich aus kreative und animierende Spiele. Hierfür stellt wiederum das Team der Seniorenanimation Materialien zur Verfügung. Weitere wichtige Aspekte der guten Zusammenarbeit sind der regelmäßige Austausch und die Informationsweitergabe. So werden aktuelle Bedürfnisse und Bedarfe sowie die körperliche und seelische Verfassung von Bewohner*innen miteinander besprochen, um bestmöglich darauf eingehen zu können. Kontinuierlich finden Teambesprechungen zwischen der Pflege und Betreuung sowie der Seniorenanimation statt. Diese sind unter anderem besonders relevant für die abgestimmte und ganzheitliche Betreuung von neu aufgenommenen

Bewohner*innen. Das Zusammenwirken dieser zwei Bereiche wird von allen Seiten wertgeschätzt und gefördert und ist ein sehr wichtiger Faktor für das gute Arbeitsklima in der Gartensiedlung.

**INGRID SPANDL,
SENIORENANIMATION**

Für gute Stimmung sorgt ein abwechslungsreiches Programm der Pflege und der Seniorenanimation.



Gemeinsam geht's mit aktivierenden Übungen zur perfekten Harmonie der Gruppe.

Fotos: privat

Kulinarischer Nachmittag

Unser kulinarischer Nachmittag hatte das Thema „Exotische Früchte“. Unsere Bewohner*innen kennen den einen oder anderen Namen von Obstsorten, bzw. sind sie auch manchmal im Fernsehen zu sehen. Aber manche können sich nicht genau vorstellen, was man mit manchen weniger bekannten Früchten so anfangen kann. Deswegen haben wir uns zusammengesetzt und haben die verschiedensten Obstsorten zusammen probiert – ertastet, daran gerochen und zu guter Letzt auch verspeist. Dabei arbeiteten alle Sinnesorgane auf Hochtouren, was gerade in der jetzigen Pandemiezeit eine sehr gute „Übung“ und Abwechslung für diese bedeutet. „Die Avocado schmeckt ja nach nichts! Nennt man das Sharon oder Khaki? Mmmhhh, die schmecken aber gut! Oh, auch die Mango schmeckt so süß und köstlich ..! Wie isst man denn einen Granatapfel? Muss man da mehr spucken oder schlucken..?“ Solche und andere Fragen sind dabei aufgetaucht und wurden gewissenhaft beantwortet. Was für ein Gefühl war das, als viele

nach langer Zeit einmal wieder eine Hawaii-Ananas berühren und ertasten konnten! Oder als die Kokosnuss in Händen gehalten und weitergereicht wurde. „Die kann man doch nicht essen! Sie ist so haarig und hart, wie soll das gehen?“ Dann kam die Antwort einer Bewohnerin: „Die schmeckt sogar sehr gut, aber man muss beim Pflücken aufpassen, sonst „kriegt man leicht was auf den Schädel ..!“ Wow, das ist eine Pomelo? Die ist ja 10 Mal so groß wie eine Orange! Aber warum schmeckt sie dann genauso? Wo gibt es die Physalis und wie wächst die Ananas? Es kamen ganz viele Fragen der Bewohner*innen und es wurde viel gekostet, getastet und gestaunt. Zum Schluss gab es noch den Vergleich zum einheimischen Obst, wie z.B. Marillen, Kirschen und Äpfel. Alle waren sich einig, dass dieses Obst jeder kennt und ein vertrauter Geschmack ist, dem man auch in Zukunft treu bleiben will. Es war wieder einmal ein sehr spannendes und abenteuerliches Nachmittagsereignis!

**JOSEFINA BITTERER,
SENIORENANIMATION**



Abwechslungsreiche Ernährung schmeckt und ist auch gesund.



Wenn es am Tisch still wird, ist das das beste Zeichen, dass es wirklich allen gemundet hat.

Dienstjubiläen

Wir danken unseren Mitarbeiterinnen herzlich für die gute Zusammenarbeit und für das große Engagement zur Unterstützung und zum Wohl unserer Bewohner*innen.

5-JÄHRIGES JUBILÄUM

Emir Omerovic

10-JÄHRIGES JUBILÄUM

Jainamma Maniyankerikalam

15-JÄHRIGES JUBILÄUM

Ingrid Fürnkranz

Gartensiedlung

Verstand im Alter!

Der Verstand arbeitet ja bekanntlich in unserem „reiferen Alter“ schon etwas langsamer, weil wir Menschen so viel – oft viel zu viel – wissen! Unser Verstand baut im Alter nicht ab, aber er braucht nur etwas länger, um Tatsachen und Ereignisse zurückzurufen. Der Grund ist, dass wir einfach unendlich viele Informationen in unserem Kopf gespeichert haben und täglich neue dazukommen. Das glauben auch namhafte Wissenschaftler. Es ist so ähnlich wie bei Computern: Ist die Festplatte zu voll, dauert es einfach etwas länger, um auf die gespeicherten Informationen zuzugreifen! Forscher behaupten, dass die „Verlangsamung“ nicht dasselbe ist, wie geistiger Verfall. Das menschliche Gehirn, dieser geniale Daten-

speicher, ist umso voller, je älter sein Besitzer ist, haben die Fachleute festgestellt. Etwas zu löschen, zu vergessen, ist fast unmöglich, es kann verdrängt werden, taucht aber irgendwann in der Erinnerung wieder auf! Hier geht es also nicht um Löschen im Sinne von „Platz schaffen“, wie bei Computern, wobei selbst dort „Gelöschtes“ meist wieder reaktiviert werden kann. So dauert es oft länger, uns an Namen, Adressen oder Telefonnummern zu erinnern, wir denken, denken, es kommt nichts, man wird abgelenkt, denkt an etwas ganz Anderes und auf einmal, ganz unerwartet, kommt die Erinnerung wieder! Es ist wichtig das Gehirn zu trainieren, Lesen ist Gymnastik dafür, da läuft es auf Hochtouren, Buchstaben müssen erkannt, Silben



gebildet – und die Bedeutung des Wortes und der Sinn der Handlung begriffen werden. Beim Lesen einer spannenden Geschichte scheint das Gehirn das Geschehen oder einzelne Szenen sogar zu simulieren, wie in einem Film! Das alles geschieht so automatisch, dass kaum jemand darüber nachdenkt oder gar darüber spricht. Warum habe ich darüber nachgedacht, warum und für wen sogar darüber geschrieben? Ich kann mich nicht mehr daran erinnern...

...eben durch meine gigantische Wissensansammlung!

KARL RATHBAUER, BAUJAHR 1937

Mein Traumberuf wurde wahr!

Seit März 2017 bin ich als Pflegeassistent im Stationären Wohnbereich 2 in der Gartensiedlung Fortuna tätig. Nun möchte ich die Gelegenheit nutzen und mich bei meinem Arbeitgeber, dem Kuratorium Fortuna, dafür herzlich bedanken, dass mir die Möglichkeit zur Fortbildung und Umschulung vom Pflegeassistenten zum Diplomierten Gesundheits- und Krankenpfleger gegeben- und ich dabei auch großartig unterstützt wurde! Durch

das erworbene Wissen, meine positive Lebenseinstellung und starke Motivation kann ich mich nicht nur fachlich, sondern auch persönlich jetzt noch mehr bei meiner Arbeit für die und mit den Senior*innen bei Fortuna einbringen. Besonders dankbar bin ich dafür, dass ich auch nach meiner Umschulung wieder in „meine“ so geschätzte Gartensiedlung zurückkehren konnte und durfte.

Aleksandar-Sasa Gramic



Wohnpark

Valentinstag ... der Tag der Liebenden!

Doch nicht jeder konnte in dieser schweren Zeit den Tag gemeinsam mit seinen geliebten Menschen feiern. Die Mitarbeiter*innen der Seniorenanimation des Wohnpark Fortuna hatten es sich zur Aufgabe gemacht, an diesem Tag allen, wenn auch nur ein klein wenig, Liebe und Freude zu schenken! Vor jedem Fest müssen bestimmte Vorbereitungen getroffen werden. So auch beim Fest der Liebe: Voller Tatendrang stellten die Bewohner*innen prunkvolle Raumdekorationen sowie liebevoll gestalteten Tischschmuck her. Jede*r Bewohner*in des Stationären Wohnens durfte sich über Blumen und musikalische Darbietungen freuen. Neben

klassischer Live-Musik wurden auch „Liebesschnulzen“, Klassiker und Romanzen gespielt. Ein wahrer Ohrenschaus! Doch wie heißt es noch so schön? Liebe geht durch den Magen. Ganz im Zeichen der Liebe – und passend zum Anlass – wurde die Farbe „Rot“ auch geschmacklich widergespiegelt. Belebende Säfte mit Erdbeer-, Himbeer-, Johannisbeer- und Heidelbeergeschmack wurden serviert. Ein Hochgenuss für alle Sinne!

DANIEL FREI

Am Valentinstag sprechen alle durch die Blume die Sprache der Liebe.



Wohnpark

Spontaner Besuch des ORF für ein Interview zum Thema

„Wie geht es den Bewohner*innen nach zwei Jahren Pandemie?“

Anfang Jänner 2022 beehrte der ORF den Wohnpark Fortuna, um bei uns ein Stimmungsbild in den Wiener Senioren-Wohnanlagen zum Thema Covid-19-Pandemie einzufangen. Kurzfristig erklärten sich einige Bewohner*innen bereit, für die Gespräche und Interviews zur Verfügung zu stehen, wofür wir uns an dieser Stelle noch einmal sehr herzlich bedanken!

Schlussendlich wurden Frau Haselbach und Herr Direktor Höfer vor das Mikrofon gebeten.

Frau Anna Haselbach hob unter anderem die Wichtigkeit der Impfung gegen das SARS-CoV 2-Virus sowie des Tragens einer FFP2-Maske hervor, wenn schon nicht um der anderen Willen, so auf jeden Fall zumindest für den Selbstschutz. Glücklicherweise liegt die Impfquote bei Fortuna seit Beginn an schon bei über 90 %, sodass sich alle im Wohnpark relativ sicher fühlen können. Generell hob Frau Haselbach hervor, dass sie – speziell auch in Pandemiezeiten – die Bequemlichkeit im Wohnpark besonders schätzt. Es steht alles zur Verfügung und auch vereinzelte soziale Kontakte sind in Lockdown-Phasen eher möglich, als wenn man alleine in der eigenen Wohnung wäre.

Herr Direktor Stefan Höfer wurde nach den Anfängen der Pandemie

befragt, wo vieles noch unklar und unsicher war. Angefangen bei den Schwierigkeiten beim Beschaffen von Masken und Schutzkleidung, über die vielen Vorschriften und Entbehrungen und die daraus resultierende Verunsicherung sowohl bei Bewohner*innen als auch bei den Mitarbeiter*innen.

Naturgemäß entstanden dadurch auch viele Diskussionen, aber wir konnten glücklicherweise auf viel Verständnis und Kooperationsbereitschaft seitens unserer Bewohner*innen zurückgreifen. Danke

Ihnen allen dafür! Auch allen Mitarbeiter*innen aller Berufsgruppen, die mit vollem Einsatz für den Wohnpark da waren, möchten wir hier noch einmal ein herzliches Dankeschön sagen!

Am 6. Jänner 2022 wurde der Beitrag in der Sendung „Wien heute“ (in ORF 2) ausgestrahlt und wir sind stolz, als Wohnpark dafür ausgewählt worden zu sein! Danke auch für die vielen positiven Rückmeldungen von all jenen, die den Beitrag gesehen haben!

CORA FRITHUM



Fotos: privat, Barbara Nidetzky

Neue Stationsleitung im Wohnpark: Sylvia Schachner

Seit 11 Jahren ist die, durch fast nichts aus der Ruhe zu bringende, diplomierte Gesundheits- und Krankenpflegerin Sylvia Schachner nun schon bei Fortuna beschäftigt. Dabei galt ihr ursprüngliches Interesse eher dem Umgang mit Textilien als jenem mit Menschen: Die ersten beruflichen Schritte führten Frau Schachner zum bekannten Wiener Schneider und Kostümgeschäft Lambert Hofer. Bald erkannte Frau Schachner jedoch, dass es sie mehr zu älteren Menschen hinzog und sie begann ihre Pflege-Ausbildung. Zuerst wurde sie Pflegehelferin und nach mehreren Jahren beruflicher Tätigkeit im Pflege- und Betreuungszentrum Hollabrunn entschloss sie sich zur berufsbegleitenden Ausbildung zur Diplomierten Gesundheits- und Krankenpflegerin (DGKP). Im Juni 2021 begann sie bei Fortuna im

Stationären Wohnen, als Stellvertretung beider Stationsleitungen. Mit dem Weggang der Stationsleiterin des Stationären Bereichs 1 im vergangenen Herbst 2021, übernahm Frau Schachner die Station zunächst interimistisch und nun führt sie diese ganz offiziell. In ihrer Freizeit beschäftigt sich Frau Schachner gerne mit Handarbeiten unterschiedlichster Art, wie Häkeln, Stricken und Nähen. Ebenso steht sie in ihrer Freizeit gerne in der Küche und testet neue Koch- und Backrezepte. Wir freuen uns sehr, mit Frau Schachner eine gleichermaßen kompetente wie auch mit dem Wohnpark Fortuna sehr verbundene Stationsleiterin im Stationären Wohnen 1 bei uns zu haben!

CORA FRITHUM



Sylvia Schachner übernimmt die Stationsleitung im Wohnpark Fortuna.



In der Betreuung älterer Menschen fand ich meine wahre Berufung.

Sylvia Schachner,
Stationsleitung im
Wohnpark Fortuna

VERAG



**Der spezialisierte
Versicherungsmakler für**

- Ärzte,
- Zahnärzte und
- medizinische Einrichtungen

*Autorisierte Beratungskanzlei und
Gründungsmitglied der ARGE MED*

VERAG Versicherungsmakler GmbH ♦ Eroicagasse 9, 1190 Wien ♦ Tel.: 01/370 26 16 ♦ Email office@verag.at www.verag.at

Schlosspark

FIT mit HIRN – Gedächtnistraining mit Mehrwert

Ich darf mich kurz vorstellen: Ich heiße Michaela Stanschitz, bin Bankangestellte, war 30 Jahre lang Handballerin und auch (Kinder-)Trainerin. Nach Beendigung meiner Handball-Aktivitäten habe ich mich auf die „älteren Semester“ spezialisiert und 2019 die Ausbildung zur Diplomierten Seniorentainerin am WiFi in Wien absolviert. Als Vertretung leite ich Senior*innen-Gymnastikkurse und seit Mai 2021 darf ich im Schlosspark Fortuna meine Ideen eines kombinierten Trainings von Koordination und Gedächtnis umsetzen. Ich bin selbst leidenschaftlicher Rätselfan und liebe auch koordinative Herausforderungen. Das habe ich beim Programm „Fit mit Hirn“ miteinander verbunden. „Hase und Jäger“, „Polizist“ oder „Kleiner/großer Wurm“, diese Begriffe hören die Teilnehmerinnen (derzeit nur

Frauen) der wöchentlichen „FIT mit Hirn“-Stunde öfter. Und dann wird – meist unter allgemeinem Gelächter – die eigene Fingerfertigkeit geübt und verbessert, denn bekanntlich macht ja nur viel Übung die, bzw. den Meister*in! Das gilt natürlich auch für das Gedächtnis! Wenn man dem Gehirn regelmäßig ungewöhnliche Übungen zumutet, werden die Zellen angeregt und neue neuronale Verbindungen hergestellt. Damit bekämpft man das tägliche Absterben von Gehirnzellen. Vor allem das Einbeziehen beider Gehirnhälften und auch aller Sinne verbessert die Durchblutung des Gehirns. Abwechslung ist dabei das Zauberwort. Sudoku oder Kreuzworträtsel lösen ist gut, aber bringt mit der Zeit keine neuen Verbindungen der Gehirnzellen. Je mehr wir in verschiedene Richtungen denken, desto beweglicher

bleiben wir im Geiste. Ich arbeite daher mit Zahlen-, Buchstaben- und Symbolrätseln, es wird um die Ecke gerechnet, es werden unter Zeitdruck Worte gesucht, es wird konzentriert gelesen (siehe das Beispiel am Ende des Artikels), mit Bällen gespielt und, neben den oben angesprochenen Fingerübungen, gibt es auch Sitztänze mit koordinativen Herausforderungen und Bewegungsgeschichten. Alle Teilnehmerinnen sind mit Feuereifer dabei und stolz, wenn sie die – oft nicht einfachen – Übungen geschafft haben. Und sogar über die Hausaufgaben freuen sie sich (ja, so ändern sich die Zeiten ☺)! Die Coronapandemie hat alles nicht einfacher gemacht, aber wir lassen uns nicht unterkriegen! Wir freuen uns schon auf die warme Jahreszeit, denn dann können wir den Kurs wieder an der frischen Luft auf der Restau-



Eine Vielfalt wohl ausgedachter Übungen half den Teilnehmer*innen sowohl Koordination als auch mentale Fähigkeiten zu trainieren.



Übung macht den Meister und die Meisterin.

rantterrasse absolvieren! Ich freue mich sehr, dass ich im Schlosspark Fortuna die Möglichkeit bekommen habe, meine Leidenschaft – nämlich Senior*innen mit Spaß zu fördern und zu fordern – ausleben zu können. Die Kursteilnahme kostet im 10er-Block 40 Euro, eine Probe-stunde ist kostenlos. Wir treffen uns jeden Montag um 14:30 Uhr im Gymnastikraum des Schlosspark Fortuna.

Hier eine kleine Mitmach-Übung für alle:

Nachfolgend ist ein Zitat von Pippi Langstrumpf (Autorin Astrid Lindgren) versteckt. Allerdings sind zusätzliche Buchstaben eingefügt. Lesen Sie nur jeden **zweiten Buchstaben**, dann wissen Sie was Pippi gesagt hat. Schreiben Sie den korrekten Text auf:

**Doars hzanbqe incdh nhovcsh nliöe
zXuWVzotr vYewrLspufcshIt, acLnsMo
brItN iscrh vbötltkiwg svibcshwemr,
dXaesps izctH ebs srctheahfbfve!**

In der Gruppe machen auch die anstrengendsten Übungen einfach so richtig Spaß.



Dienstjubiläen

MITARBEITERINNEN

Wir danken Frau Marina Dzanic, Pflegeassistentin im Stationären Wohnen, sowie Frau Anna Miksch, Leiterin unserer Bewohnerservice-stelle, sehr herzlich für die gute Zusammenarbeit, die langjährige Verbundenheit mit dem Haus und das hohe, persönliche Engagement zum Wohl unserer Bewohner*innen.

10-JÄHRIGES DIENSTJUBILÄUM

Marina Dzanic
Anna Miksch



Links: Dir. Sabine Seidl-Eckl,
Anna Miksch

Rechts: Dir. Sabine Seidl-Eckl,
Marina Dzanic, STL Andreas
Wenhardt, MSc

Schlosspark



Nach 17 Jahren voll Engagement für die Menschen von Fortuna ging es für Ramon Despabiladeras in den wohlverdienten Ruhestand.

Pensionierung Ramon Despabiladeras

Herr Ramon Despabiladeras war 17 Jahre im Schlosspark als Pflegeassistent tätig. Mit seiner Ruhe und Besonnenheit sowie seinem großen Herzen für unsere Bewohner*innen war Herr Despabiladeras eine große Stütze im Stationären Wohnen! Viele Kolleg*innen kamen am letzten Arbeitstag von Hrn. Despabiladeras, sogar an ihrem freien Tag, ins Haus, um sich persönlich von ihm zu verabschieden und ihn hochleben zu lassen. Wir gratulieren zum Pensionsantritt sehr herzlich und bedanken uns für die jahrelange gute Zusammenarbeit im Schlosspark Fortuna!



Liebe Bewohner*innen,

mein Name ist Michael Legner-Latzke und zurzeit absolviere ich ein Praktikum im Schlosspark Fortuna. Dieses Praktikum ist ein Teil meiner Ausbildung zum Psychotherapeuten. Ich strebe diesen Beruf an, da ich durch meine derzeitige

Arbeitstätigkeit als Sportwissenschaftler viel in Kommunikation mit anderen Personen stehe und erfahren durfte, dass Gespräche mit Mitmenschen unterstützend und häufig auch entlastend sein können. Durch meine Ausbildung zum Psychotherapeuten möchte ich diese befreiende Wirkung der zwischenmenschlichen Kommunikation auf eine professionelle Ebene heben. Gerade in der aktuell herausfordernden Zeit, wo sich im Außen sehr viel verändert, ist es meiner Meinung nach wichtig, seine Gedanken und Gefühle darüber mit anderen zu teilen. Falls Sie, liebe Bewohner*innen des Schlosspark Fortuna, sich einsam fühlen, irritiert oder verärgert sind, es Themen gibt, die Sie mit Ihrer Familie nicht besprechen können oder wollen, oder

sich über diverse Veränderungen Sorgen machen, dann können Sie sich gerne an mich wenden! Studien haben gezeigt, dass sich psychische Belastungen häufig auch auf bestehende körperliche Erkrankungen auswirken, sofern die Beschwerden nicht behandelt werden. Der hohe Stellenwert eines gelungenen und wertschätzenden Gesprächs kann also hier häufig einen entlastenden Effekt haben und einen Unterschied im Erleben machen. Einmal pro Woche biete ich eine Sprechstunde im Schlosspark Fortuna an – derzeit Donnerstag vormittags – und in dieser Zeit stehe ich den Bewohner*innen auf Wunsch gerne für ein Gespräch zur Verfügung! Ich freue mich Sie kennenzulernen!

Michael Legner-Latzke

Wir gratulieren herzlich!

APPARTEMENTHAUS

95. Geburtstag:

Frau Spandl

Frau Spandl und ihre Gratulant*innen zum 95. Geburtstag



WOHPARK

90. Geburtstag:

Elfriede Kneifel

Erika Leopold

Gertrude Dydych

Erika Schwerföhner

95. Geburtstag:

Ernestine Thor

Steinerne Hochzeit (67,5 Jahre):

Erika & Leopold Vavra



Dir. Stefan Höfer, Erika Vavra, Dr. Leopold Vavra

SCHLOSSPARK

95. Geburtstag:

Rosa Rausch

Wir wünschen Frau Rosa Rausch alles erdenklich Gute zum Geburtstag sowie viele Tage voller Glücksmomente und Gesundheit!

**Von links nach rechts:
Bezirksrätin Helene Bauer,
Rosa Rausch,
Sabine Seidl-Eckl**



GARTENSIEDLUNG

Wir gratulieren unseren Ehrengestagstagskindern ganz herzlich zu ihrem besonderen Geburtstag und wünschen ihnen auch weiterhin alles Gute, Gesundheit und viele weitere schöne und glückliche Jahre in der Gartensiedlung!



95. Geburtstag:

Oben:

Esther Schöning

Unten:

Margarete Kitir



Sudoku Eck

SCHWER

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

Auflösung 4/2021

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

LEICHT

Lesestoff gewinnen

Der Protagonist des Buchs, John, führt sein Notizbuch, in dem er seine persönlichen Aha-Erlebnisse festhält: Erkenntnisse, inspirierende Informationen, Lebensweisen und manchmal auch scheinbar kleine, alltägliche Begebenheiten. Wie führe ich ein erfülltes Leben? Wie erkenne ich meine persönlichen Ziele? Was ist mir wirklich wichtig? Wie gebe ich meinem Leben einen Sinn? Neben Illustrationen und einem Lesebändchen bietet das Buch Platz für eigene Gedanken und Aha-Momente ...

John Strelecky: Wenn du Orangen willst, such nicht im Blaubeerfeld, dtv, € 14,39

2 x 1 Buch gewinnen: Postkarte (Kuratorium Fortuna, Khleslplatz 6, 1120 Wien) oder E-Mail (gewinnspiel@fortuna-swa.at) mit Kw. „Aha-Momente“ einsenden!



Fotos: dtv Verlagsgesellschaft mbH & Co. KG



Anerkannte Einrichtung nach den Förderrichtlinien des Fonds Soziales Wien, gefördert aus den Mitteln der Stadt Wien



Impressum:

Eigentümer und Herausgeber: Kuratorium Fortuna, Khleslplatz 6, 1120 Wien, Telefon: 600 57 70, Fax: 600 57 70-0131
 Produktion: Arts & Crafts, Castellezgasse 36-38/7, 1020 Wien, Layout: Johanna Edelmann, Druck: Bösmüller Print
 Management GesmbH & Co. KG, 2000 Stockerau

Österreichische Post AG /
 Firmenzeitung
 Verlagsort 1120 Wien
 14Z039951 F
 Ausgabe 1/2022

Retouren an:
Kuratorium Fortuna
Khleslplatz 6
1120 Wien