

granatapfel

JAHRBUCH DER
BARMHERZIGEN BRÜDER

2023

Kalender

Mondkalender

Innovative Medizin und Pflege

Gesundheitstipps

Gewinnspiel



€ 9,-



Der Granatapfel

Symbol und Programm der Barmherzigen Brüder

Nicht zufällig trägt das Jahrbuch der Barmherzigen Brüder den Namen „Granatapfel“. Die Frucht ist Symbol des Ordens. Darstellungen finden sich in allen seinen Krankenhäusern, Pflege- und Gesundheitseinrichtungen.

Der Granatapfel ist ein uraltes Symbol der Liebe, Fruchtbarkeit und Unsterblichkeit. Im Wappen des Ordens wurde er mit dem Kreuz verbunden (siehe Titelseite rechts unten). So zeigt er symbolisch den Auftrag des Ordens: motiviert durch die christliche Botschaft (Kreuz) kranken und hilfsbedürftigen Menschen in Liebe (Granatapfel) Hilfe und Hoffnung zu bringen.

granatapfel

JAHRBUCH DER
BARMHERZIGEN BRÜDER

2023

Erscheint seit 1932

Herausgegeben vom
Provinzialat der Österreichischen Ordensprovinz
der Barmherzigen Brüder

Redaktion:
Negerlegasse 5/1–3, 1020 Wien
Telefon: 01/214 10 41
E-Mail: redaktion@granatapfel.at
Internet: www.granatapfel.at

Liebe Leserinnen und Leser!

„Kirche verbindet“: Unter diesem Motto feiern wir Barmherzige Brüder noch bis zum 24. Juni 2023, dem Hochfest des heiligen Johannes des Täufers, das 400-Jahr-Jubiläum unserer Wiener Klosterkirche. Sie ist nicht nur ein architektonisches Juwel, sondern vor allem ein Ort, an dem schon unzählige Menschen Gott begegnet sind und ihre Berufung gefunden haben. Sie ist auch heute noch ein echter Gnadenort, und wer die Macht des Gebets einmal erleben durfte, wird die stille Zwiesprache mit dem Herrn im Altarsakrament, wie sie dort möglich ist, nie mehr missen wollen!

Der Kirchturm, der über die Taborstraße hinausragt, ist ein Fingerzeig zum Himmel, wo unsere wahre Bestimmung liegt. Das ist oft tröstlich. Wir alle sind unterwegs zu unserem Schöpfer und Herrn, der ein Freudenfest vorbereitet hat, das nicht mehr endet. All die anderen Feiern, wie wir sie kennen, sind im Vergleich mit dem, was uns erwartet, nur ein kleines, kurz aufflackerndes Freudenlicht.

Ich sehe das Motto „Kirche verbindet“ vor allem auch im Zusammenhang mit unserem Wiener Brüder-Krankenhaus und unserer Mission insgesamt: Wir sind da, um allen Menschen beizustehen und Heilung zu ermöglichen an Leib, Geist



und Seele. Dass jeder heil werden kann in der Beziehung zu sich selbst, zu Gott und zu den anderen!

Ich freue mich, dass wir Ihnen in unserem Jahrbuch eine Fülle von Initiativen vorstellen dürfen, die unser Herzensanliegen bzw. unser Charisma, die Hospitalität (Gastfreundschaft nach dem Maßstab Jesu Christi), konkret sichtbar und erlebbar machen. Ich hoffe, Sie werden den Lese-Spaziergang durch unsere Spitals- und Lebenswelt-Landschaft genießen!

Vielen Dank für Ihre Unterstützung, sei es im Gebet, durch eine Spende oder ein ehrenamtliches Engagement, und ein gesegnetes Jahr 2023

Fr. Saji Mullankuzhy OH

Frater Saji Mullankuzhy
Provinzial der Österreichischen
Ordensprovinz der Barmherzigen Brüder

Kalender 2023

Das **Kalendarium** ab Seite 6 beinhaltet eine Auswahl an Namenstagen, die Namenstage der zur Österreichischen Ordensprovinz gehörenden Barmherzigen Brüder sowie die Eigenfeste des Ordens (sie sind im Kalendarium fett markiert und werden jeweils rechts oben erklärt). Der **Mondkalender** ab Seite 30 gibt auf Basis jahrhundertelanger Beobachtungen Ratschläge zum richtigen Zeitpunkt für verschiedene Tätigkeiten. Auf den Seiten 38/39 finden Sie die **Lesungs- und Evangelienstellen** für alle Sonn- und Feiertage und ab Seite 40 einen Überblick über **rund 500 Namenstage**.



*Jahresregent ist
bis Frühlingsbeginn
der Jupiter,
dann der Mars.*

Jänner

Persönliche Notizen

Sonntag 1	Neujahr, Hochfest Mariens; Wilhelm v. Dijon	
Montag 2	Basilius, Gregor v. Nazianz, Dietmar	1. Woche
Dienstag 3	Genoveva, Odilo, Irmina, Adele	
Mittwoch 4	Angela, Roger, Marius	
Donnerstag 5	Eduard, Emilie, Gerlach	
Freitag 6	Heilige Drei Könige; Erscheinung des Herrn	
Samstag 7	Valentin v. Rätien, Reinhold, Raimund v. Penafort	
Sonntag 8	Taufe des Herrn; Severin, Erhard, Gudrun	
Montag 9	Julian, Eberhard, Adrian, Alice	2. Woche
Dienstag 10	Gregor, Wilhelm, Florida	
Mittwoch 11	Paulin v. Aquiläa, Theodosius	
Donnerstag 12	Ernst, Tatjana, Xenia, Hilda v. Salzburg	
Freitag 13	Hilarius, Jutta, Gottfried, Remigius	
Samstag 14	Felix v. Nola, Engelmar, Berno, Reiner	
Sonntag 15	Maurus, Arnold Janssen	
Montag 16	Theobald, Tasso, Tillmann	3. Woche

20. Jänner: Bekehrung des Johannes von Gott.
Eine Predigt des Volksmissionars Johannes von Avila bewegte
Johannes von Gott so sehr, dass er seinen gesamten Besitz
verschenkte und sein Leben radikal änderte.

Dienstag 17	Antonius d. Gr., Beatrix	
Mittwoch 18	Priska, Regina, Margarete	
Donnerstag 19	Marius (Mario), Pia, Heinrich	
Freitag 20	Bekehrung d. Johannes v. Gott; Fabian, Sebastian, Ursula <i>Namenstag Frater Sebastian Paster</i>	
Samstag 21	Agnes, Meinrad, Apollonius	
Sonntag 22	Vinzenz, Walter, Elisabeth v. Österreich	
Montag 23	Heinrich Seuse, Hartmut	4. Woche
Dienstag 24	Franz v. Sales, Vera, Eberhard	
Mittwoch 25	Pauli Bekehrung, Wolfram	
Donnerstag 26	Timotheus u. Titus, Paula v. Rom, Robert v. Molesme	
Freitag 27	Angela Merici, Julian, Gerhard	
Samstag 28	Thomas v. Aquin, Manfred, Karl	
Sonntag 29	Valerius, Josef Freinademetz	
Montag 30	Martina, Adelgunde, Felix	5. Woche
Dienstag 31	Johannes Bosco, (H)emma	

*Tageslänge von 8 Std. 26 Min. bis 9 Std. 27 Min.
Der Tag nimmt zu um 1 Std. 1 Min.*

Mondkalender

-  Vollmond
-  Abnehmender Mond
-  Neumond
-  Zunehmender Mond

Jänner

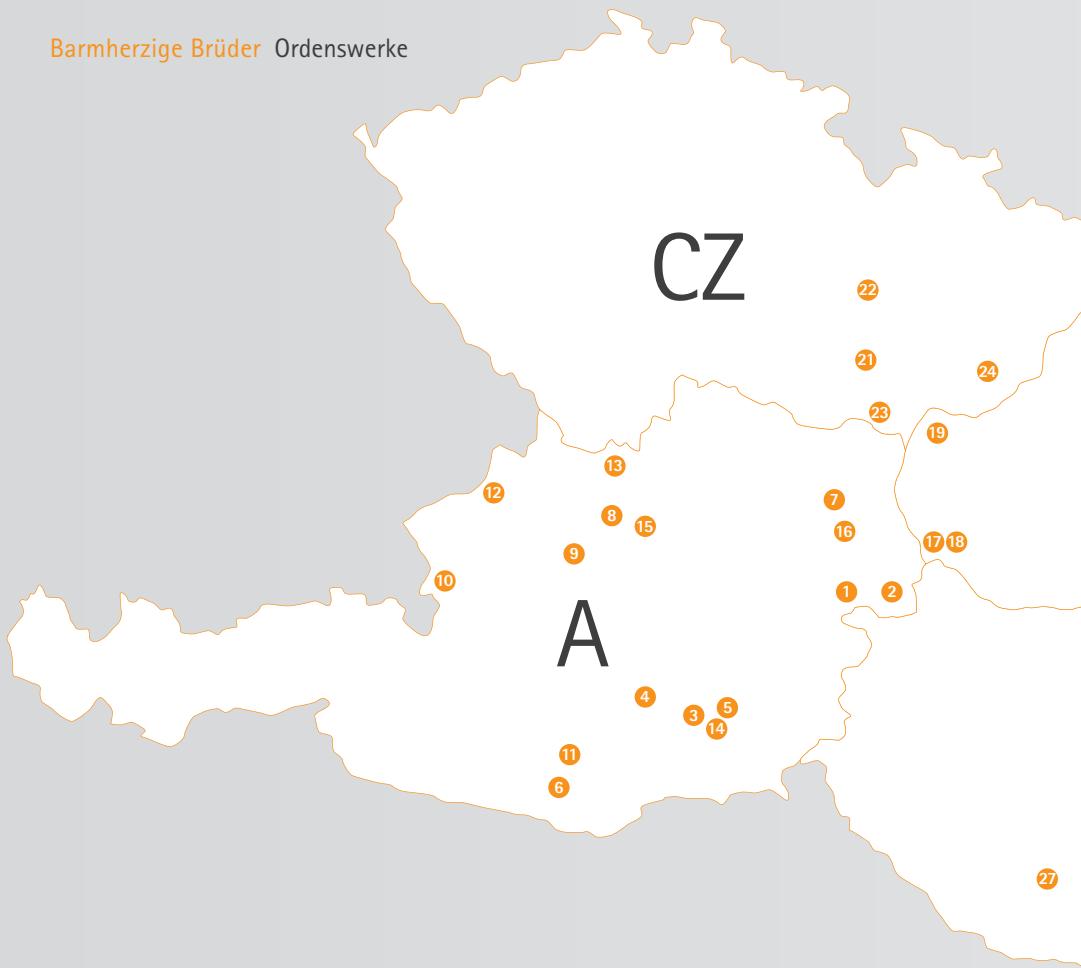
1	S					
2	M					
3	D					
4	M					
5	D					
6	F					
7	S					
8	S					 00.09 ^h
9	M					
10	D					
11	M					
12	D					
13	F					
14	S					
15	S					 03.11 ^h
16	M					
17	D					
18	M					
19	D					
20	F					
21	S					 21.54 ^h
22	S					
23	M					
24	D					
25	M					
26	D					
27	F					
28	S					 16.20 ^h
29	S					
30	M					
31	D					

Februar

1	M					
2	D					
3	F					
4	S					
5	S					 19.29 ^h
6	M					
7	D					
8	M					
9	D					
10	F					
11	S					
12	S					
13	M					
14	D					
15	M					
16	D					
17	F					
18	S					
19	S					
20	M					 08.06 ^h
21	D					
22	M					
23	D					
24	F					
25	S					
26	S					
27	M					 09.06 ^h
28	D					

Lesungen und Evangelien der Sonn- und Feiertage

Datum		1. Lesung	2. Lesung	Evangelium
JÄNNER				
So	1.1. Neujahr	Num 6,22-27	Gal 4,4-7	Lk 2,16-21
Fr	6.1. Erscheinung des Herrn	Jes 60,1-6	Eph 3,2-3a.5-6	Mt 2,1-12
So	8.1. Taufe des Herrn	Jes 42,5a.1-4.6-7	Apg 10,34-38	Mt 3,13-17
So	15.1. 2. Sonntag im Jahreskreis	Jes 49,3.5-6	1 Kor 1,1-3	Joh 1,29-34
So	22.1. 3. Sonntag im Jahreskreis	Jes 8,23b-9,3	1 Kor 1,10-13.17	Mt 4,12-23
So	29.1. 4. Sonntag im Jahreskreis	Zef 2,3;3,12-13	1 Kor 1,26-31	Mt 5,1-12a
FEBRUAR				
So	5.2. 5. Sonntag im Jahreskreis	Jes 58,7-10	1 Kor 2,1-5	Mt 5,13-16
So	12.2. 6. Sonntag im Jahreskreis	Sir 15,15-20	1 Kor 2,6-10	Mt 5,17-37
So	19.2. 7. Sonntag im Jahreskreis	Lev 19,1-2.17-18	1 Kor 3,16-23	Mt 5,38-48
So	26.2. 1. Fastensonntag	Gen 2,7-9;3,1-7	Röm 5,12-19	Mt 4,1-11
MÄRZ				
So	5.3. 2. Fastensonntag	Gen 12,1-4a	2 Tim 1,8b-10	Mt 17,1-9
So	12.3. 3. Fastensonntag	Ex 17,3-7	Röm 5,1-2.5-8	Joh 4,5-42
So	19.3. 4. Fastensonntag	1 Sam 16,1b-7.10-13b	Eph 5,8-14	Joh 9,1-41
So	26.3. 5. Fastensonntag	Ez 37,12b-14	Röm 8,8-11	Joh 11,1-45
APRIL				
So	2.4. Palmsonntag	Jes 50,4-7	Phil 2,6-11	Mt 21,1-11
Sa	8.4. Karsamstag (Osternacht)	Gen 1,1-2,2	Röm 6,3-11	Mt 28,1-10
So	9.4. Ostersonntag	Apg 10,34a.37-43	Kol 3,1-4	Joh 20,1-9
Mo	10.4. Ostermontag	Apg 2,14.22-33	1 Kor 15,1-8.11	Lk 24,13-35
So	16.4. Sonntag der Barmherzigkeit	Apg 2,42-47	1 Petr 1,3-9	Joh 20,19-31
So	23.4. 3. Sonntag der Osterzeit	Apg 2,14.22-33	1 Petr 1,17-21	Lk 24,13-35
So	30.4. 4. Sonntag der Osterzeit	Apg 2,14a.36-41	1 Petr 2,20b-25	Joh 10,1-10
MAI				
So	7.5. 5. Sonntag der Osterzeit	Apg 6,1-7	1 Petr 2,4-9	Joh 14,1-12
So	14.5. 6. Sonntag der Osterzeit	Apg 8,5-8.14-17	1 Petr 3,15-18	Joh 14,15-21
Do	18.5. Christi Himmelfahrt	Apg 1,1-11	Eph 1,17-23	Mt 28,16-20
So	21.5. 7. Sonntag der Osterzeit	Apg 1,12-14	1 Petr 4,13-16	Joh 17,1-11a
So	28.5. Pfingstsonntag	Apg 2,1-11	1 Kor 12,3b-7.12-13	Joh 20,19-23
Mo	29.5. Pfingstmontag	Apg 10,34-35.42-48	Eph 4,1b-6	Joh 15,26-16,3-15
JUNI				
So	4.6. Dreifaltigkeitssonntag	Ex 34,4b.5.-6.8-9	2 Kor 13,11-13	Joh 3,16-18
Do	8.6. Fronleichnam	Dtn 8,2-3.14b-16a	1 Kor 10,16-17	Joh 6,51-58
So	11.6. 10. Sonntag im Jahreskreis	Hos 6,3-6	Röm 4,18-25	Mt 9,9-13
So	18.6. 11. Sonntag im Jahreskreis	Ex 19,2-6a	Röm 5,6-11	Mt 9,36-10,8
So	25.6. 12. Sonntag im Jahreskreis	Jer 20,10-13	Röm 5,12-15	Mt 10,26-33



Österreich (A)

- ① **Eisenstadt:** Apotheke, Klosterkeller, Krankenhaus (siehe Seite 62)
- ② **Frauenkirchen:** Unfall-Ortho-Ambulanz
- ③ **Graz:** Apotheke, Kindergarten, Krankenhaus (siehe Seite 58)
- ④ **Zeltweg:** Gesundheitszentrum Murtal
- ⑤ **Kainbach:** Drogentherapiestation WALKABOUT (siehe Seite 96)
- ⑥ **Klagenfurt:** Krankenhaus (Elisabethinen) (siehe Seite 80)

- ⑦ **Kritzendorf:** Alten- und Pflegeheim (siehe Seite 84)
- ⑧ **Linz:** Apotheke, Krankenhaus (siehe Seite 54), Sankt Barbara Hospiz (siehe Seite 107), Seniorenheim Franziskusschwestern (siehe Seite 108)
- ⑨ **Pinsdorf:** Lebenswelt (siehe Seite 95)
- ⑩ **Salzburg:** Krankenhaus (siehe Seite 50), Raphael Hospiz (siehe Seite 104)
- ⑪ **St. Veit/Glan:** IT-Firma Care solutions, Krankenhaus (siehe Seite 74)



Slowakei (SK)

- 17 **Bratislava:** Krankenhaus mit Ärztezentrum und 49 Ambulanzen, dazu gehörig: Ärztezentrum mit 11 Ambulanzen in Dunajská Lužná sowie Ambulanzen in Pezinok, Rovinka und Stupava (siehe Seite 109)
- 18 **Bratislava:** Tageszentrum für Obdachlose sowie 30 Betten für kranke Obdachlose, Kooperation mit Lazaristen (siehe Seite 110)
- 19 **Skalica:** Lehrkrankenhaus, vom Staat geführt, Gebäude im Besitz des Ordens (siehe Seite 110)
- 20 **Spišské Podhradie:** Einrichtung für körperlich und geistig behinderte Menschen, Kooperation mit Land Prešov (siehe Seite 110)

Tschechien (CZ)

- 21 **Brno:** Apotheke, Konzertsaal, Krankenhaus (verpachtet) (siehe Seite 111)
- 22 **Letovice:** Apotheke, Kirche (siehe Seite 111)
- 23 **Valtice:** Kirche (siehe Seite 111)
- 24 **Vizovice:** Krankenhaus (siehe Seite 111)

Ungarn (H)

- 25 **Budapest:** Apotheke, Krankenhaus (siehe Seite 112), Türkisches Bad (siehe Seite 112)
- 26 **Érd:** Altersheim (siehe Seite 113)
- 27 **Pécs:** Krankenhaus für Langzeitkranke (siehe Seite 113)
- 28 **Pilisvörösvár:** Altenheim (siehe Seite 114)
- 29 **Vác:** Krankenhaus für Langzeitpflege (siehe Seite 114)

OP ohne Narbe

Barmherzige Brüder Salzburg: Eine Schilddrüsen-Operation ohne Narbe am Hals – das ist mit einer neuen Methode möglich. Weltweit erstmals wurde sie im Oktober 2021 im Salzburger Brüder-Krankenhaus durchgeführt. Wir haben über diese Innovation mit Primarius Prof. h.c. Univ.-Doz. Dr. Helmut Weiss gesprochen.

Von Brigitte Veinfurter

Granatapfel: Seit wann gibt es diese neue Methode der Schilddrüsen-Operation?

Prof. Weiss: Eigentlich wurde sie vor mehr als zehn Jahren in Deutschland für Eingriffe an der Nebenschilddrüse entwickelt, ist aber als „zu anspruchsvoll“ in der Schublade gelandet. Doch dann haben ÄrztInnen aus Asien, die einen besonderen Zugang zur narbenfreien Chirurgie am Hals haben, diese Technik

aufgegriffen, weiterentwickelt und tausende PatientInnen operiert. Nachdem dort zehn Jahre hochfrequent operiert wurde, sind einige ÄrztInnen aus dem deutschen Sprachraum nach Asien gefahren und haben sich die Technik dort angesehen. Dann hat sich eine Gruppe von fünf bis zehn Personen formiert, die die Technik in den vergangenen Jahren gut etabliert und standardisiert hat. In Österreich wurden beginnend mit dem Krankenhaus Wiener Neustadt und der MedUni Wien interessierte ChirurgenInnen ausgebildet. So habe auch ich die Technik gelernt.

Wie funktioniert die Technik?

Bisher wurde die Schilddrüse durch einen Schnitt am Hals offen operiert. Dabei blieben eine unschöne Narbe



Primarius Prof. h.c.
Univ.-Doz. Dr. Helmut
G. Weiss, MSc, FEBS
ist Vorstand der
Abteilung für Chirurgie
und stellvertretender
Ärztlicher Leiter bei den
Barmherzigen Brüdern
in Salzburg.



Mittels Ultra-schall kann die Schilddrüse schonend und schmerzfrei untersucht werden.

Die Instrumente und eine kleine Kamera werden über einen gemeinsamen winzigen Zugang in den Körper vorgeschoben.

und oft auch eine Bewegungsirritation. Das ist bei der neuen Technik anders: Sie läuft über die Unterlippe, und zwar ursprünglich mit drei Zugängen: einer in der Mitte der Unterlippe sowie je einer im Mundwinkel rechts und links. Diese Zugänge bergen aber das Risiko, den sensiblen Nerv am Mundwinkel und am Kinn zu beleidigen. Daher haben wir hier bei den Barmherzigen Brüdern in Salzburg die Technik modifiziert: Und zwar haben wir dabei auf unser Know-how bei allgemein- und viszeralchirurgischen Single-Port-Eingriffen zurückgegriffen.

Dabei werden die Instrumente und eine kleine Kamera über einen gemeinsamen winzigen Zugang in den Körper vorgeschoben. Insgesamt haben wir schon weit über 6.000 solcher Eingriffe über nur einen Schnitt durchgeführt. Dieses Wissen haben wir mit der neuen Technik bei Schilddrüsen-Operationen fusioniert und gehen hier auch über nur einen kleinen Schnitt im Inneren der Unterlippe. Damit waren wir weltweit die ersten. Im Oktober 2021 haben wir die ersten vier PatientInnen mit dieser Methode operiert, inzwischen waren es schon über 20.

Welche Vorteile hat diese Methode?

Für die PatientInnen hat sie den großen Vorteil, dass keine sichtbare Narbe bleibt. Für uns ÄrztInnen hat sie mehrere »

Vorteile: So werden die Schilddrüse, die Nebenschilddrüse und auch die kritischen, umgebenden Strukturen des Stimmibandnervs mit dem Kamera- system, das wir einbringen, wesentlich größer dargestellt. Am Bildschirm haben wir damit eine ca. 20-fache Vergrößerung, während mit der Lupenbrille, die wir sonst verwenden, nur maximal eine drei- bis vierfache Vergrößerung erreicht wird. Das bringt mehr Sicherheit in der

Die Schleimhaut verheilt sehr schnell, schneller als die Außenhaut, sodass die Wunde nach drei, vier Tagen verheilt ist.

Gewebsunterscheidung, denn es sind ja kleine Operationsgebiete von wenigen Quadratzentimetern. Ein zweiter Punkt sind die Spezialfärbungen, mit Hilfe derer man unterscheiden kann, ob kleine Knoten Schilddrüsengewebe oder Nebenschilddrüse oder Lymphknoten sind. Damit hat man die Möglichkeit, die Schilddrüse komplett zu entfernen, ohne versehentlich die Nebenschilddrüse mit zu entfernen, was schwere

Komplikationen mit sich bringen kann. Ein weiterer Punkt ist der Schutz des Stimmibandnervs, der bei jeder guten Schilddrüsen-Operation heute mit dem sogenannten Neuromonitoring kontrolliert wird, das ist mit dieser minimalinvasiven Technik sehr gut durchführbar.

Was kann man operieren?

Leider ist der Eingriff nicht für alle PatientInnen geeignet. In erster Linie können wir Knoten entfernen, aber auch die gesamte Schilddrüse. Die Knoten sollten kleiner sein als vier bis viereinhalb Zentimeter, und es dürfen keine Tumore sein, die eine erweiterte Entfernung von Lymphknoten nötig machen. Da fehlen uns noch die Erfahrungen mit dieser Methode. Bei etwa einem Drittel der zu operierenden PatientInnen kann die Technik heute angewendet werden. Bei uns entscheidet ein gemeinsames Board aus Fachleuten, ob der jeweilige Patient für die neue Methode verfügbar ist.

Wie schaut der Heilungsverlauf aus?

Unmittelbar danach spürt der Patient den Schnitt, weil die Schleimhaut an der



Barmherzige Brüder Salzburg

Lippe erst wieder verheilen muss. Am ersten Tag bekommen die PatientInnen zur Sicherheit flüssige Nahrung, und sie spülen mit einem Mundwasser statt die Zähne zu putzen. Ab dem zweiten Tag können sie wieder normal Zähne putzen und essen. Die Schleimhaut verheilt sehr schnell, schneller als die Außenhaut, sodass die Wunde nach drei, vier Tagen verheilt ist. Das ist auch für uns immer wieder erstaunlich. •

SCHILDDRÜSEN-ERKRANKUNGEN

Eine Schilddrüsen-Erkrankung kann in jedem Lebensalter auftreten. Etwa ein Drittel der Bevölkerung ist im Laufe ihres Lebens davon betroffen. Grundsätzlich wird zwischen hormonellen Fehlfunktionen der Schilddrüse (Über- und Unterfunktion) und Veränderungen in deren Größe und Beschaffenheit (Vergrößerungen, Knoten, Tumore) unterschieden, wobei es auch zu Überschneidungen und Mischformen kommen kann. Eingehende Untersuchungen beim Spezialisten entscheiden, ob eine konservative Behandlung mit Medikamenten oder einer Radiojodtherapie ausreicht oder eine Operation nötig ist.

5010 Salzburg, Kajetanerplatz 1

Tel.: 0662/80 88-0

E-Mail: krankenhaus@bbsalz.at

Internet: www.bbsalz.at

Das Krankenhaus hat 514 MitarbeiterInnen und verfügt über 235 Betten und folgende Abteilungen, Institute und Bereiche:

- Anästhesiologie und Intensivmedizin
- Chirurgie
- Gynäkologie
- Innere Medizin
- Interne Notaufnahme
- Plastische, Rekonstruktive und Ästhetische Chirurgie
- Urologie
- Radiologie und Nuklearmedizin
- Physiotherapie
- Labordiagnostik
- Komplementärmedizin

Ich bin nicht allein

Für viele Menschen, die an körperlichen oder psychischen Problemen leiden, sind Selbsthilfegruppen eine große Unterstützung. Sie erfüllen damit auch eine wichtige Rolle im Gesundheitssystem.

Von Brigitte Veinfurter

Fast 250.000 Menschen besuchen eine der rund 1.700 österreichweit tätigen Selbsthilfegruppen. Es gibt sie für unzählige Krankheiten und Beschwerden. Das Spektrum reicht von Autismus über Angststörungen, Alzheimer, Burnout, Diabetes, Darm- und Nierenkrankungen, Epilepsie, Herzleiden, Hörbeeinträchtigungen, Krebs, Multiple Sklerose, Nahrungsmittelunverträglichkeiten, Osteoporose, Parkinson, Rheuma, Schlafapnoe, Sehbehinderungen und Alkohol-Sucht bis zu seltenen Erkrankungen. Aber auch für Eltern, die ein Kind verloren haben, oder für Angehörige von Menschen mit einer Behinderung gibt es Selbsthilfegruppen.

Erfahrungsaustausch und Unterstützung

Ziel der Selbsthilfegruppen ist die gemeinsame Bewältigung einer Krank-

Ziel ist die gemeinsame Bewältigung einer Krankheit, einer gesundheitlichen Beeinträchtigung oder eines Schicksalsschlags.

heit, einer gesundheitlichen Beeinträchtigung oder eines Schicksalsschlags. Im Mittelpunkt stehen der Erfahrungsaustausch und Informationsaustausch sowie die gegenseitige Unterstützung. So kann die Gruppe den Mitgliedern auch das Gefühl geben, mit ihrem Schicksal nicht allein zu sein.

In der Regel besteht eine Gruppe aus bis zu zwölf Personen, die sich regelmäßig treffen. Die Gruppen werden nicht angeleitet, die Teilnahme ist kostenlos, alle Tätigkeiten werden ehrenamtlich erledigt. In jedem Bundesland gibt es





In der Selbsthilfegruppe können sich Betroffene über ihre Krankheit oder ihre Beschwerden austauschen.

einen Dach- oder Landesverband, der die Gruppen gegebenenfalls finanziell unterstützt, etwa das Telefon, die Internetseite oder Folder finanziert.

Selbsthilfefreundliche Krankenhäuser
Wichtig ist, dass betroffene PatientInnen möglichst früh von einer für sie passenden Selbsthilfegruppe erfahren. Viele Krankenhäuser kooperieren daher eng mit Selbsthilfegruppen und erhalten dafür das Gütesiegel „selbsthilfefreundliches Krankenhaus“. So sind etwa die Krankenhäuser der Barmherzigen Brüder in Salzburg, Linz, Eisenstadt und St. Veit/Glan sowie das Elisabethinen-Krankenhaus in Klagenfurt bereits als solche zertifiziert.

Bei den Barmherzigen Brüdern Salzburg beispielsweise werden die PatientInnen schon beim Anamnesegespräch darüber

informiert, dass Folder über Selbsthilfegruppen auf der Station zur freien Entnahme aufliegen. Wenn es sinnvoll erscheint, werden PatientInnen oder deren Angehörige zusätzlich während ihres Krankenhausaufenthalts von ÄrztInnen oder Pflegepersonen oder bei der Entlassung direkt auf eine für sie passende Selbsthilfegruppe aufmerksam gemacht. Im Elisabethinen-Krankenhaus Klagenfurt ist das Team des Entlassungsmanagements die zentrale Drehscheibe zwischen PatientInnen, Krankenhauspersonal und Selbsthilfegruppen. •

INFOS IM INTERNET:
Einen Überblick über alle Selbsthilfegruppen in Österreich bietet die Internetseite www.gesundheit.gv.at (Bereich Services – Gesundheitssuche – Selbsthilfegruppen)

Die Kunst, spazieren zu gehen

Von Franz Hessel

Ich schicke dich Spaziergangsaspiranten nicht in fremde Gegenden und zu Sehenswürdigkeiten. Besuche deine eigene Stadt, spaziere in deinem Stadtviertel, ergehe dich in dem steinernen Garten, durch den Beruf, Pflicht und Gewohnheit dich führen. Erlebe im Vorübergehen die Geschichte von ein paar Dutzend Straßen. Beobachte ganz nebenbei, wie sie einander das Leben zutragen und wegsaugen, wie sie abwechselnd oder fortfahrend stiller und lebhafter, vornehmer und ärmlicher, kompakter und bröcklicher werden, wie alte Gärten sich inselhaft erhalten oder, von nachbarlichen Brandmauern bedrängt, absterben. Erlebe, wie und wann die Straßen fieberhaft oder schlaftrig werden, wo das Leben zum stoßweise drängenden Verkehr, wo es zum behaglich drängenden Betrieb wird.

Bleibendes und Vergehendes

Lerne Schwellen kennen, die immer stiller werden, weil immer seltener fremde Füße sie beschreiten und sie die Bekannten, die täglich kommen, im Halbschlaf wiedererkennen. Und neben

all diesem Bleibenden oder langsam Vergehenden bietet sich deiner Wanderschau und ambulanten Nachdenklichkeit die Schar der vorläufigen, provisorischen Baulichkeiten, der Abbruchsgerüste, Neubauzäune, der Bretterverschläge, die zu leuchtenden Farbflecken werden im Dienst der Reklame zu Stimmen der Stadt, zu Wesen, die rufend und winkend auf dich einstürmen, während die alten Häuser von dir wegrücken. Und hinter den Latten, durch die Lücken sichtbar, Schlachtfelder aus Steinen, widerstandslose Massen von Material, in welche eiserne Krane und stählerne Hebel greifen.

Lerne Schwellen kennen, die immer stiller werden, weil immer seltener fremde Füße sie beschreiten.

Verfolge en passant die Lebensgeschichte der Läden und der Gasthäuser. Lerne das Gesetz, das einen abergläubisch machen kann, von den Stätten, die kein Glück



*Besuche deine eigene Stadt,
spaziere in deinem Stadtviertel.
Erlebe im Vorübergehen die
Geschichte von ein paar
Dutzend Straßen.*

oft mehr als Worte und Benehmen der Menschen. Und da komme ich auf ein wichtiges Erlebnis des Spaziergängers: Er braucht nicht einzutreten, er braucht sich nicht einzulassen. Ihm genügen Schaufenster und das Schauspiel der Aus- und Eingänge. Von Aufschriften liest er das Leben ab. Und wenn er aufblickt und wegblickt von den Dingen, sagen ihm auch die Gesichter der vorübergehenden Unbekannten mit einmal mehr.

Es ist das unvergleichlich Reizvolle am Spazierengehen, dass es dich ablöst von deinem mehr oder weniger leidigen Privatleben. Du verkehrst, du kommunizierst mit lauter fremden Zuständen und Schicksalen. Das merkt der echte Spaziergänger an dem merkwürdigen Erschrecken, das er verspürt, wenn in der Traumstadt seines Flanierens ihm plötzlich ein Bekannter begegnet und er dann mit jähem Ruck wieder ganz einfach ein feststellbares Individuum ist. •

haben, obwohl sie günstig gelegen scheinen, den Stätten, wo die Besitzer und die Art des Feilgebotenen immer wechseln. Wie sie, wenn ihnen der Untergang droht, fieberhaft übertreiben, diese Läden, mit Ausverkauf, aufdringlichem Angebot und großgeschriebenen niedrigen Preisen! Wie viel Schicksal, Gelingen und Versagen kannst du von Warenauslagen und Speisekartenpreisen ablesen, ohne dass du durch Türen trittst und Besitzer und Angestellte siehst. Ja, was da liegt, hängt, zu lesen ist, sagt dir

Falls Empfänger verzogen,
mit neuer Anschrift an
Granatapfel-Verwaltung
1020 Wien, Negerlegasse 5/1-3

Österreichische Post AG
SP 03Z035191 N

Granatapfel- Jahrbuch 2023

Ein Blick in den Inhalt:

AB SEITE 4: Kalender

- Ausführlicher Kalender 2023
- Mondkalender 2023
- Vorschau auf 2024
- Lesungs- und Evangelien-Stellen der Sonn- und Feiertage
- Überblick über rund 500 Namenstage
- Überblickskalender 2023 zum Heraustrennen

AB SEITE 46: Barmherzige Brüder

- Überblick über die Österreichische Ordensprovinz
- Berichte über innovative Leistungen und interessante Projekte in den Einrichtungen des Ordens
- Informationen aus dem Orden

AB SEITE 130: Unterhaltung

- Lesegeschichten und Gedichte
- Gesundheitstipps von Hademar Bankhofer, Kräuterpfarrer Benedikt u.a.
- Rezepte und Haushaltstipps
- Rätsel inkl. Preisrätsel mit schönen Gewinnen

