



BARMHERZIGE BRÜDER  
ÖSTERREICH

# granatapfel

DAS MAGAZIN  
DER BARMHERZIGEN BRÜDER

[www.granatapfel.at](http://www.granatapfel.at) · € 2,75 · 91. Jahrgang · 6/2023



## Joggen trotz Fußfehlstellung

Was beim Laufen besonders  
zu beachten ist. Seite 4

**Gut hören ein Leben lang**  
Eine Hörminderung kann in jedem  
Alter auftreten. Seite 6

**Hilfe für Osttimor**  
Engagement der Barmherzigen  
Brüder in Südostasien. Seite 22

**Lavendel vom Berg**  
Im Pongau wird die duftende  
Heilpflanze angebaut. Seite 30



*Liebe Leserin, lieber Leser!*

*Wenn es wärmer wird, schnüre ich die Laufschuhe und erkunde joggend den Wienerwald, der nicht weit entfernt von unserer Wohnung beginnt. In meiner Euphorie laufe ich allerdings oft zu schnell oder zu weit. Das büße ich am nächsten Tag mit Muskelkater. Um dem vorzubeugen, kann ich mir in diesem Heft auf den Seiten 4 und 5 Tipps zum gesunden, schmerzfreien Laufen von Dr. Patrick Brabant holen.*

*Beim Laufen höre ich gerne Musik und lasse mich vom passenden Lied motivieren, falls die letzten Meter einfach nicht enden wollen. Wenn die Lautstärke der Kopfhörer aber zu hoch aufgedreht ist, kann das für das Gehör sehr schädlich sein. Fachleute aus dem Krankenhaus Eisenstadt (Seite 6) wissen, wie man Höroproblemen vorbeugt und was zu tun ist, wenn das Gehör nachlässt.*

*Laufen ist für mich nicht nur aus Fitness-Gründen ein wichtiger Bestandteil meines Alltags. Es tut mir gut, alleine zu laufen und in dieser Zeit ganz bei mir zu sein. Auch die Inspiration auf Seite 20 beschäftigt sich dieses Mal mit dem Alleinsein. Markus Ebner erzählt, warum es gut ist, sich hin und wieder in sich selbst zurückzuziehen.*

*Wer dagegen mit Krankheit und Verlust zu kämpfen hat, braucht Ansprache und Unterstützung. In unseren Einrichtungen nehmen sich Seelsorger:innen wie Mag. Elisabeth Vallant der Nöte und Ängste an, die Patient:innen und deren Angehörige beschäftigen (Seite 24).*

*Ich wünsche Ihnen viel Freude bei der Lektüre dieser und aller weiteren Artikel im Heft!*

Kristina Weimer-Hötzeneder, MA  
Redaktion



## Der Granatapfel

**Symbol und Programm  
der Barmherzigen Brüder**

Nicht zufällig trägt das Magazin 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. 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.

## Gesundheit & Lebenshilfe

### 3 Kurzmeldungen



**4 Joggen trotz Fußfehlstellung.** Ein Orthopäde von den Elisabethinen Klagenfurt erklärt, wie man auch mit einer Fußfehlstellung Sport betreiben kann.

- 6 Gut hören ein Leben lang**
- 8 Jeder ist einzigartig**
- 10 Pflege ist mehr**
- 11 Gut zu wissen, wo unser Essen herkommt**
- 12 Gesundheitsberufe im Krankenhaus**
- 13 Ständiger Wandel**
- 14 Aussaatkalender für Juni**
- 14 Originelles Geldgeschenk**
- 15 Kräuterpfarrer Benedikt: Das Mädesüß**
- 16 Rezepte: Gesund, aber günstig**

## Orden & Mitarbeitende

- 21 Kurzmeldungen**
- 22 Hilfe für Osttimor**
- 23 Herzensanliegen Pflege**
- 24 Heilsame Kommunikation**
- 25 Zubau eröffnet**
- 26 Einbinden, befähigen, ermöglichen**

## Kultur & Gesellschaft

- 27 Kurzmeldungen**
- 27 Nebenbei: Endlos furchtbar?**
- 28 Lärm im alten Wien**
- 30 Lavendel vom Berg**
- 32 Natur: Hochhaus Wiese**

## Rubriken

- 18 Meditation: Die Liebe Gottes**
- 20 Inspiration: Einmal ganz für sich sein**
- 34 Rätsel**
- 35 Impressum**

# Gesundheit & Lebenshilfe



Jede Frau erlebt die Wechseljahre anders, manche leiden unter Beschwerden, andere nicht.

## INTERNET-PORTAL

### Tabuthema Wechseljahre

Jede Frau erlebt sie, und doch sind sie weitgehend ein Tabuthema: die Wechseljahre. Irgendwann nach dem 40. Lebensjahr reduzieren die Eierstöcke die Produktion der Geschlechtshormone und stellen sie dann ganz ein, sodass kein Eisprung mehr stattfindet und die Regelblutung endgültig ausbleibt. Diese Umstellungsphase dauert bei manchen Frauen wenige Monate, bei anderen bis zu 13 Jahre. Ein Drittel bemerkt sie kaum, ein Drittel hat erträgliche Symptome und ein Drittel leidet an starken Beschwerden, die die Lebensqualität massiv beeinflussen, wie Hitzewallungen, Schlafstörungen, Unruhe, Stimmungsschwankungen, Herzrasen, Muskel-, Brust- und Gelenkschmerzen. Frauen, die selbst in den Wechseljahren sind, betreiben ein Internet-Portal, das umfassende Informationen zum Thema bietet und auch ein neues Bild von Frauen jenseits der 50 vermitteln möchte: [www.wechselweise.net](http://www.wechselweise.net)

## BARMHERZIGE BRÜDER LINZ

### Früherkennung schützt vor Erblindung

Die zweithäufigste Erblindungsursache in der westlichen Welt ist das Glaukom (Grüner Star). Dabei führt ein überhöhter Augeninnendruck zu einer irreparablen Schädigung des Sehnervs. „Das Problem liegt darin, dass die Betroffenen zunächst keinen ‚Nachteil‘ verspüren“, betont Oberarzt Dr. Peter Pfoser, Leiter der Glaukom-Ambulanz bei den Barmherzigen Brüdern Linz, und rät zu regelmäßigen Vorsorgeuntersuchungen beim Augenarzt ab dem 40. Lebensjahr. Denn sie erhöhen die Chance, eine frühzeitige Diagnose zu stellen und eine passende Therapie einzuleiten. „Durch eine Senkung des Augendrucks kann ein Fortschreiten der Gesichtsfeldausfälle und eine dadurch bedingte Beeinträchtigung der Lebensqualität meistens verhindert werden“, so Oberarzt Pfoser.



Oberarzt Dr. Peter Pfoser ist der Leiter der Glaukom-Ambulanz bei den Barmherzigen Brüdern Linz.

Starker Rücken ohne Anstrengung. Schmerzfrei durch Überwindung der Sitzkrankheit, von Christian Behrendt, Braumüller-Verlag, ISBN 978-3-99100-354-0, 256 Seiten, € 24,-, E-Book: € 20,99



## BUCHTIPP

### Starker Rücken

Fast jeder leidet irgendwann einmal unter Rückenschmerzen. Bei vielen vergehen sie wieder, bei anderen bleiben sie trotz Therapien und Medikamenten. Der Facharzt für Orthopädie und Unfallchirurgie Christian Behrendt sieht Rückenschmerzen als Folge des vielen Sitzens von Kindheit an und spricht von der „Sitzkrankheit“. Weder Bewegung, Sport und Muskelaufbau noch Arbeiten im Stehen würden das Problem nachhaltig lösen. In seinem Buch schildert er, wie und weshalb Rücken- und Bandscheiben-Schäden, Gelenkprobleme und Arthrose entstehen und wie richtiges Dehnen funktioniert. Darüber hinaus beschreibt er das von ihm entwickelte „Sturfen“, eine Alternative zu Sitzen und Stehen.

Eine Fußfehlstellung ist kein Grund, auf Sport zu verzichten.



# Joggen trotz Fußfehlstellung

**Elisabethinen Klagenfurt** ▶ Etwa 80 Prozent der Menschen leiden unter einer mehr oder weniger stark ausgeprägten Fußfehlstellung. Problematisch kann sie beim Sport, insbesondere beim Joggen, werden. Wie man sich trotzdem sportlich betätigen kann, erklärt der Facharzt für Orthopädie und Traumatologie Oberarzt Dr. Patrick Brabant.

VON KATJA KOGLER



Oberarzt Dr. Patrick Brabant ist Facharzt für Orthopädie und Traumatologie am Elisabethinen-Krankenhaus in Klagenfurt.

Der Fuß wird von Knochen, Gelenken, Muskeln und Bändern geformt und zusammengehalten. Diese machen ihn einerseits stabil und belastbar, andererseits beweglich und formbar. Äußere Einflüsse, bestimmte Bewegungsmuster oder Krankheiten können dazu führen, dass sich ein Fuß verformt. Manchen fällt eine solche Fehlstellung im Alltag nicht weiter auf, andere leiden unter Schmerzen.

Gerade beim Joggen kann auch eine vermeintlich harmlose Fehlstellung schnell spürbar werden. „Bequeme Schuhe sind das A und O – sie engen den Fuß nicht zu sehr ein und geben optimale Bewegungsfreiheit“, empfiehlt Oberarzt Dr. Patrick Brabant von der Abteilung für Orthopädie und Traumatologie am Elisabethinen-Krankenhaus in Klagenfurt, selbst ein passionierter Sportler. Laufschuhe sollten den Fuß stützen bzw. unterstützen und eine Sohle mit Dämpfung besitzen.

Des Weiteren ist es ratsam, gezielt Gymnastikübungen, etwa Dehnübungen oder Übungen am Gymnastikball, durchzuführen, um das Sprunggelenk zu trainieren. Denn ein gut trainiertes Sprunggelenk verbessert den Laufstil und reduziert das Sturzrisiko beim Laufen.

## Langsam beginnen

Nach einer längeren Pause ist es wichtig, das Pensum langsam zu steigern, damit sich Bänder, Sehnen und Muskeln anpassen können. „Die Devise sollte sein: Probieren und in sich hineinhorchen. Auch wöchentliche Laufeinheiten von zehn bis 15 Minuten haben positive gesundheitliche Effekte. Wenn sich das Laufen nicht gut anfühlt oder ständig etwas wehtut, wäre es ratsam, sich einer orthopädischen Untersuchung zu unterziehen, um etwaige Probleme am Bewegungsapparat frühzeitig zu erkennen und gezielt behandeln zu können“, regt Dr. Brabant an.



Wenn sich das Laufen nicht gut anfühlt oder ständig etwas wehtut, wäre es ratsam, sich einer orthopädischen Untersuchung zu unterziehen.

### Problem Achillessehne

Die Achillessehne verbindet die Wadenmuskulatur mit der Ferse und dient der Kraftübertragung beim Laufen. Schmerzen in der Achillessehne sind ein häufiges Problem bei Läufer:innen. Erste Symptome sind leichte Schmerzen an der Ferse und im unteren Bereich der Wade. Relativ schnell kann eine Achillessehnen-Entzündung entstehen. Bei Beschwerden sollte daher ein Arzt aufgesucht werden. Er untersucht den betroffenen Fuß und überprüft auch, ob etwaige Fehlstellungen der Hüfte oder fehlerhafte Bewegungsabläufe die Ursache für die Schmerzen sind.

Bei akuter Achillessehnen-Entzündung ist eine Sportkarenz erforderlich, die zumindest bis zur Beschwerdefreiheit befristet sein sollte. Wer an einer chronischen Entzündung leidet, sollte die Achillessehne gezielt beladen bzw. trainieren. Am besten begleitet von physiotherapeutischen Maßnahmen.

### Joggen trotz Hallux

Der Hallux valgus, auch als Frostballen, Ballenzehe oder Schiefzehe bezeichnet, zählt zu den häufigsten schmerzhaften Verformungen des Fußskeletts. „Damit die Lust nicht zum Frust wird, sollten Sie auf die richtige Bewegung und passgenaue Schuhe setzen“, weiß der Orthopäde Brabant und rät Betroffenen, zusätzlich den Laufstil und auch die Laufschuhe bzw. Laufeinlagen überprüfen zu lassen. Besondere Vorsicht ist nach einer Hallux-Operation erforderlich. „Hier sollten Sie erst wieder mit dem Sport beginnen, wenn der Arzt die Freigabe dazu erteilt hat und der Fuß das Laufen in seiner neuen Form sicher gelernt hat – das kann einige Wochen bis Monate dauern“, weiß der Mediziner.

Der Hallux rigidus ist die zweithäufigste Funktionsstörung der Großzehe. Es handelt sich um eine abnutzungsbedingte Erkrankung des Grundgelenks der Großzehe, bei welcher die Zerstörung des Gelenkknorpels zu einer schmerzhaften Bewegungseinschränkung

führt. Grundsätzlich sollten Betroffene nicht nur beim Laufen, sondern auch im Alltag auf optimales Schuhwerk achten, da hierdurch der Druck auf Vorfuß und Großzehe vermindert wird. Einige Laufschuhhersteller führen Modelle mit unterschiedlicher Vorfußbreite. Ferner ist auf eine gute Dämpfung zu achten, da diese auch die Abrollung erleichtert. Je nach Schuhmodell kann im Alltags- bzw. Laufschuh eine Abrollhilfe angebracht werden, die ebenfalls zur Erleichterung der Abrollbewegung und zu Schmerzrückgang führt. ■

## Laufverletzungen vorbeugen

- **Aufwärmen:** Wer sofort losprintet, darf sich nicht wundern, wenn die Füße schnell schmerzen und die Leistung rapide sinkt. Dies kann sowohl die Muskeln als auch die Gelenke schädigen. Beim Aufwärmen gilt: Je intensiver das Lauftraining ist, umso besser sollten Sie sich davor aufwärmen.
- **Optimales Schuhwerk:** Welcher Schuh der richtige ist, ist vom persönlichen Laufziel, der Häufigkeit und Intensität des Laufens und dem aktuellen Trainingsstand abhängig. Eine Laufanalyse kann helfen das optimale Schuhwerk auszuwählen, denn dabei wird der Fuß individuell betrachtet und ausgewertet.
- **Dehnen und Ruhe:** Nach dem Joggen sollten Sie Ihrem Körper und speziell Ihren Füßen Ruhe gönnen. Zusätzlich verhindern Dehnen und Faszientraining Schmerzen.
- **Schonung:** Haben Sie Schmerzen beim Laufen, dann schonen Sie sich einige Tage. Sollte sich keine Besserung einstellen, wenden Sie sich an einen Facharzt für Orthopädie.

Eine Hör-  
minderung  
kann in  
jedem Alter  
auftreten.

# Gut hören ein Leben lang

**Krankenhaus Eisenstadt** Unsere Ohren und unser Hörsinn sind 24 Stunden auf Empfang, auch im Schlaf. Sie sind sozusagen die Tore zu unseren Mitmenschen und zur Umwelt. Zu hören ist wichtig für die Teilhabe am sozialen Leben. Dies gilt für Jung und Alt!

VON CARLA SCHMIRL



Primarius Dr. Philipp Grün ist Vorstand der Abteilung für HNO am Krankenhaus der Barmherzigen Brüder in Eisenstadt.



Veronika Kaiser-Eisner, BSc ist Bereichsleiterin Logopädie bei den Barmherzigen Brüdern Eisenstadt.

Wie klingt für Sie das Vögel-Gezwitscher, das Rauschen des Windes oder das Prasseln des Regens auf das Dach? Schon lange nicht mehr gehört? Das könnte daran liegen, dass sich ein Hörverlust bei Ihnen eingeschlichen hat.

Ein Hörverlust ist ein Thema aller Altersgruppen und Bevölkerungsschichten. In Österreich leben Schätzungen zufolge ein bis zwei Prozent aller Schulkinder, 15 Prozent aller 15- bis 19-Jährigen, 30 Prozent der über 60-Jährigen und 50 Prozent der über 65-Jährigen mit Schwerhörigkeit. Das sind rund 20 Prozent der Bevölkerung und in absoluten Zahlen rund 1,7 Millionen Menschen, die eine Hörminderung haben.

## Keine Altersgrenze

Bei Kleinkindern ist das Hörvermögen wichtig für eine normale Sprachentwicklung. Denn gut zu hören ist die Voraussetzung, um auch gut sprechen zu lernen. Schwerhörigkeit im Kleinkind-Alter wird immer wieder verspätet entdeckt und behandelt.

Im Lebensverlauf wirken sich anhaltend starker Lärm im Alltag wie Verkehrs- und Maschinenlärm oder laute Musik auf das Hörvermögen aus. „Ich kann nur empfehlen, alle verfügbaren Schutzmaßnahmen einzuhalten und bei ersten Anzeichen von Hörminderung einen HNO-Facharzt aufzusuchen“, spricht sich Primarius Dr. Philipp Grün, Abteilungsvorstand für Hals-, Nasen- und Ohrenkrankungen im Krankenhaus der Barmherzigen

Brüder in Eisenstadt, für regelmäßige Vorsorgeuntersuchungen aus.

Auch Krankheiten des Ohres können zu Hörstörungen führen und sollten behandelt werden. Meist tritt Schwerhörigkeit jedoch altersbedingt auf. Ursache für altersbedingten Hörverlust kann eine fortschreitende Innenohrschwerhörigkeit sein, die häufig als unvermeidlicher Teil des Älterwerdens betrachtet wird. Typische Alterserkrankungen wie Herz-Kreislauf-Beschwerden, Diabetes, Bluthochdruck oder Arteriosklerose schaden zusätzlich dem Gehör.

## Hörminderung kommt schleichend

Häufig sind es Angehörige oder Freunde, die einen fortschreitenden Hörverlust als Erste bemerken. Die Entwicklung verläuft so schleichend, dass die Betroffenen sie vorerst unbewusst kompensieren. Sie gewöhnen sich daran, schlechter zu hören, was ihre Selbsteinschätzung und Selbstwahrnehmung beeinträchtigt. Typisch für Hörverlust bei Erwachsenen sind folgende Anzeichen:

- Lauterstellen von gewohnten Schallquellen wie Fernsehapparat, Radio oder Musikanlage.
- In Unterhaltungen das Gegenüber häufiger bitten, das Gesagte zu wiederholen.
- Schwierigkeiten beim Telefonieren.
- In Gesellschaft und Gruppengesprächen kann man den Unterhaltungen nicht mehr folgen, weil Stimmen und Hintergrundgeräusche akustisch miteinander verschmelzen.



**Häufig sind es Angehörige oder Freunde, die einen fortschreitenden Hörverlust als Erste bemerken.**

Viele Betroffene vermeiden eher Situationen, in denen sie wegen ihrer Hörschädigung nicht zureckkommen, als sich mit Hörtechnik versorgen zu lassen. Dabei spricht alles dafür, einen Hörverlust auch im fortgeschrittenen Alter nicht hinzunehmen, sondern zum Hören zurückzufinden. So bleiben wesentliche Voraussetzungen für körperliche und mentale Gesundheit, hohe Lebensqualität und die aktive Teilnahme am gesellschaftlichen Leben erhalten.

#### **Wirkungsvolles Accessoire**

„Für ein Hörgerät ist man nie zu jung oder zu alt. Wer sich scheut, ein Hörgerät zu tragen, dem rate ich: Betrachten Sie Ihr Hörgerät als wertvolles Accessoire“, spricht sich Primarius Grün für das technische Hilfsmittel aus. „Hörverlust ist besser behandelbar, wenn die technische Versorgung und Rehabilitation möglichst frühzeitig einsetzen.“ Hörimplantate werden individuell angepasst. Der erfolgreiche Einsatz ist unter anderem davon abhängig, wie lange die Person vorher bereits mit dem Gehörverlust gelebt hat. Wenn Erinnerungen an Sprache und Klänge deutlich vorhanden sind, lernt das Gehirn leichter, diese wieder zu hören und zu verstehen.

„Wir Logopäd:innen verfügen über ein breites Spektrum an Methoden und Verfahren, um Hörstörungen frühzeitig zu erkennen“, erklärt die Bereichsleiterin Logopädie im Krankenhaus Eisenstadt, Veronika Kaiser-Eisner, BSc. „Dafür steht uns beispielsweise

#### **Schon gehört?**

- Gutes Hören ist im gesamten Lebensverlauf durch eine ausreichende Ohr- und Hörpflege möglich.
- Verwenden Sie keine Wattestäbchen, Zahnstocher oder Ohrkerzen.
- Bereits bei einer leichten Hörminderung können Teile eines Wortes oder Satzes nicht mehr korrekt verstanden werden.
- Ca. 83 Prozent der Hörbeeinträchtigten verwenden keine Hörhilfen.
- Lassen Sie regelmäßige Hörtestungen beim HNO-Facharzt, beim Hörakustiker oder im Krankenhaus durchführen.

neben der Tonaudiometrie und Tympanometrie auch die Hirnstamm-Audiometrie zur Verfügung. Es ist uns ein großes Anliegen, vor allem Hörstörungen bei Babys und Kleinkindern so früh wie möglich zu erfassen.“

Auf die Hörgesundheit achten und das Gehör mindestens einmal pro Jahr überprüfen zu lassen, dazu raten die Expert:innen im Eisenstädter Brüder-Krankenhaus. Ein professioneller Hörtest beim niedergelassenen HNO-Facharzt, beim Hörakustiker oder in einem Krankenhaus gibt Aufschluss über die Hörleistung. Also, bitte „hinter die Ohren schreiben“: Regelmäßig einen Hörtest machen! ■



Eine Logopädin führt im Krankenhaus der Barmherzigen Brüder in Eisenstadt eine Hörprüfung in einer Hörkabine durch.

Sam kann dank Therapie besser kommunizieren.

# Jeder ist einzigartig

**Barmherzige Brüder Linz** In der Gesellschaft fehlt vielfach das Verständnis für Kinder, die an einer Autismus-Spektrum-Störung leiden. Diese Erfahrung machen viele betroffene Eltern, deren Kinder am Institut für Sinnes- und Sprachneurologie betreut werden.

VON ELKE BERGER

„Das, was ich am allermeisten von der Gesellschaft höre, ist: ‚Erzieh dein Kind, es ist unerzogen!‘. Das höre ich mindestens einmal am Tag. Ich habe eine Nachbarin, die mir dann erzählt, dass ich keine Behinderung vorschreiben soll. Ich würde mir wünschen, dass die Menschen, anstatt mir Vorwürfe zu machen, mit mir ins Gespräch kommen“, hofft Selina, die Mutter von Louis, auf mehr Verständnis von ihrem Umfeld.

Der heute Vierjährige erhielt mit zwei Jahren zunächst die Diagnose „Entwicklungsverzögerung“, in weiterer Folge wurde auch Autismus diagnostiziert. Zum Glück konnte gleich mit Ergo- sowie Logotherapie begonnen werden und Louis erhielt auch einen heilpädagogischen Kindergartenplatz. Die Sprache ist noch immer nicht da, die Familie verständigt sich mit Louis mit einer Mischung aus Gebärdensprache sowie Bildern auf dem Tablet.

Am wichtigsten wäre Selina mehr Verständnis von der Gesellschaft: „Wenn ich mit anderen Eltern rede, höre ich oft: ‚Der sieht aber nicht aus wie ein Autist.‘ In dem Moment, wo von einer Behinderung die Rede ist, geht fast jeder automatisch von Down-Syndrom oder Rollstuhl aus. Von außen sieht das Kind aus wie jedes andere auch. Bloß funktioniert es anders. Mir wäre damit geholfen, wenn unsere Gesellschaft generell dieses Bild ‚so hat jemand zu sein‘ aufgibt, das ist der große Punkt. Was heißt, das Kind ist nicht normal? Was ist normal? Wer sagt, dass es nicht normal ist?“



## Überfordert, nicht aggressiv

Das Wichtigste sei, zu verstehen, dass betroffene Kinder so reagieren, wie sie reagieren, weil sie nicht anders können, nicht weil sie unerzogen sind. Sie sind auch nicht automatisch aggressiv, sondern reagieren so aufgrund der Reizüberflutung. „Pia fängt zum Beispiel zum Schreien an, wenn die Umgebungsgeräusche zu laut sind, zu viele Leute oder andere Kinder in der Nähe sind. Vor ein paar Tagen konnten wir nicht auf den Spielplatz gehen, weil der Wind zu heftig war. Wenn wir vor die Türe gehen, machen wir zahlreiche Stopps, so wird sie ruhiger. Ich glaube, sie muss einfach alles auf sich wirken lassen, das Licht, den Wind, die Blätter, die Autos, die Steine auf der Straße. Pia ist extrem feinfühlig, was die Umwelt betrifft“, erzählt Nicole, die Mutter der Vierjährigen.

## Dinge offen ansprechen

Manche Eltern haben eine Scheu, in der Öffentlichkeit darüber zu reden. Emira spricht die Dinge offen an und hat viele positive Erfahrungen damit gemacht. Auch ihr fünfjähriger Sohn Jacob spricht noch nicht: „Das Faszinierende ist, dass er sich trotzdem gut zurechtfindet, auch ohne Sprache. Er hat so einen Bewegungsdrang, dass ich manchmal denke, er hat keine Zeit zu reden und etwas ganz anderes im Kopf als wir.“ Die Kommunikation erfolgt über Bilder. „Die haben wir alle in einer Lade und er holt das Bild, das er braucht, zum Beispiel für Essen, Spielen oder Schwimmen. Wenn ich mit ihm rede, versteht er zwei Wörter besser als einen ganzen Satz.“

Aufgrund der Schwierigkeit, mit zu vielen Reizen umzugehen, ist ein geregelter Tagesablauf für autistische Kinder sehr wichtig. Wie für den sechsjährigen Sam: „Wir haben unsere eigenen Rituale“, verrät dessen Mutter Natalie, die schon früh ahnte, dass irgend etwas nicht stimmt: „Sam hat nicht auf seinen Namen reagiert, nichts wahrgenommen und war auch sehr zurückgezogen. Er bekam dann auch Eigenheiten, zum Beispiel dass er, bevor er zu seiner Oma ging, dreimal die Laden auf- und zumachte und dreimal um den Tisch rannte. Da wussten wir, etwas ist anders. Mit drei Jahren bekamen wir dann die Diagnose. Dank der Therapie kann er sich bereits ein wenig verständigen.“ Seit Herbst besucht er die Schule und blüht richtiggehend auf.

### Ein breites Spektrum

Spätestens seit dem Film „Rainman“ gibt es über Autisten viele Klischees. Auch die Serie „Big Bang Theorie“ mit der Figur „Sheldon Cooper“ hat viel dazu beigetragen: Betroffene meiden den Blickkontakt, haben Probleme mit Small Talk und Beziehungen, wollen nicht berührt werden, sind aber sehr engagiert, wenn es um ihr Spezialthema geht – so die Vorurteile. Doch das Autismus-Spektrum ist breit gefächert. Manche Betroffene sind stark beeinträchtigt, andere weniger. Allen gemeinsam ist, dass sie auf zu viele Umweltreize häufig mit Überforderung reagieren. Aufgrund der großen Bandbreite im Autismus-Spektrum

wird die Krankheit oft nicht oder erst spät erkannt. Dementsprechend hoch ist die Dunkelziffer. Am Autismus-Kompetenzzentrum, das zum Institut für Sinnes- und Sprachneurologie der Barmherzigen Brüder Linz gehört, hat man sich auf die Diagnose und Therapie von Autismus-Spektrum-Störungen spezialisiert. ■

## Verein unSICHTBAR

In Österreich sind 1,4 Millionen Menschen von einer oder mehreren Behinderungen betroffen. Rund 80 Prozent davon sind nicht sichtbar. Der Verein unSICHTBAR hat es sich zur Aufgabe gemacht, diese Menschen und Familien aufzufangen. Ein Schwerpunkt sind Projekte, die Angehörigen und Betroffenen die Unterstützung geben, die sie benötigen, um den Alltag leichter meistern zu können. Mithilfe von betroffenen Eltern, Logopäd:innen und Ergotherapeut:innen werden Themen erarbeitet und in Online-Seminaren umgesetzt. Außerdem möchte man in der Gesellschaft Vorurteilen begegnen und ein Umdenken anregen. Infos bei Selina Junger unter E-Mail: [office@verein-unsichtbar.at](mailto:office@verein-unsichtbar.at)

### INTERNETTIPP

Ausführliche Gespräche mit den betroffenen Müttern finden Sie am Youtube-Kanal der Barmherzigen Brüder Linz: [www.youtube.com/@BarmherzigeBruderLinz/videos](https://www.youtube.com/@BarmherzigeBruderLinz/videos)

**Das Wichtigste ist, zu verstehen, dass Autisten so reagieren, wie sie reagieren, weil sie nicht anders können, nicht weil sie unerzogen sind.**

Die Mütter mit ihren Kindern (v.l.n.r.):  
Selina mit Louis, Nicole mit Pia und Emira mit Jacub





# Pflege ist mehr

**Barmherzige Brüder Wien**  „pflegeistmehr“ ist ein Podcast, der sich in professioneller Weise an Pflegekräfte richtet. Seit März 2023 erscheinen in regelmäßigen Abständen neue Folgen, die alle wichtigen Themen rund um die Pflege beleuchten. Die Gründerin und die Redakteur:innen kommen selbst aus der Pflege.

von PATRICK SCHLAGER



Barbara Mally, MBA, DGKP ist Pflegedirektorin im Krankenhaus der Barmherzigen Brüder Wien. Neben der Ausbildung zum gehobenen Dienst für Gesundheits- und Krankenpflege absolvierte sie eine Sonderausbildung für Intensivpflege sowie das Masterstudium Health Care Management. Sie war im Intensivbereich und als Stationsleitung der chirurgischen Station tätig.

„Die Pflege befindet sich im Umbruch, ist lebendig und verändert sich stetig. Laufend werden von Politik und Gesellschaft neue Reformen diskutiert oder politische Aktionen gestartet – meistens, ohne die in der Pflege tätigen Mitarbeiter:innen aktiv einzubinden. Mit unserem Podcast haben wir das geändert: Wir holen Pflegekräfte vor das Mikrofon und lassen sie zu aktuellen Pflegethemen sprechen“, so die Initiatorin des Pflege-Podcasts, Barbara Mally, MBA, DGKP, Pflegedirektorin des Krankenhauses der Barmherzigen Brüder Wien.

## Breites Themenspektrum

Im Podcast sollen alle Themen, die die Pflege betreffen, angesprochen werden. Dabei werden Gebiete wie Pflegewissenschaft, Pflegepädagogik, Pflegemanagement, Pflegepolitik oder auch für die Pflegepraxis relevante Themen beleuchtet. Außerdem ist das Redaktionsteam in allen Versorgungssettings unterwegs, von der Pflegeausbildung über Spezialisierungen bis in die ambulante Pflege.

So berichtet in der zweiten Folge etwa die langjährige Pflegemitarbeiterin im Wiener Brüder-Krankenhaus, Caroline Wolfsohn DGKP, vom Pflegealltag abseits von in diversen Fernsehserien vermittelten Vorurteilen und Klischees. Und in der dritten Folge geht es um die Zusammenarbeit von diplomierten Pflegekräften und Pflegefachassistent:innen.

„Bei der Auswahl der Themen wollen wir auch aktiv die Community einbinden. Ein Podcast lebt von Interaktion, deshalb können die Zuhörer:innen ihr Feedback abgeben. Weiters ist geplant, die Zuhörer:innen über Themen abstimmen zu lassen oder ihnen die Möglichkeit zu geben, direkt ihre Fragen einzumelden“, so Barbara Mally, MBA, DGKP.

Der Podcast ist kurz konzipiert, sodass sich alle Interessierten schnell und unkompliziert über Neuigkeiten informieren können. Damit bleiben die Mitarbeitenden der Pflege in regelmäßigen Abständen „am Laufenden“. „Meiner Ansicht nach ist informiert zu sein die Basis, um mitdiskutieren und Einfluss nehmen zu können“, erklärt die Pflegedirektorin.

Der Podcast richtet sich aber nicht nur an Pflegende, sondern auch an andere Gesundheitsprofessionen, die mehr über die Pflege erfahren oder die Zusammenhänge in der Welt der Pflege verstehen möchten, sowie an alle Interessierten aus Politik, Management und Bildung. ■

---

**LINK ZUM PODCAST**  
[www.pflegeistmehr.at/podcast](http://www.pflegeistmehr.at/podcast)

---

# Gut zu wissen, wo unser Essen herkommt

**Barmherzige Brüder Graz** □ Mit 1. September 2023 tritt die Verordnung zur verpflichtenden Herkunftsangabe von Speisen, die Fleisch, Milch und Eier enthalten, in Kraft. Im Grazer Brüder-Krankenhaus wird schon jetzt über die Herkunft wichtiger Zutaten informiert.

VON ALEXANDRA GAUGL

**Die Betriebe informieren transparent über die Herkunft von Fleisch, Milch und Milchprodukten sowie Eiern.**

Die Küche im Krankenhaus der Barmherzigen Brüder Graz wird vom Küchendienstleister Contento betrieben. Küchenleiter Christian Eberl und sein Team bereiten täglich über 1.000 Essensportionen zu. Dabei wird bei der Verpflegung der Patient:innen und Mitarbeiter:innen auf höchste Qualität der Lebensmittel geachtet. Produkte wie zum Beispiel Fleisch, Gemüse, Molkereiprodukte und Gebäck werden nach Möglichkeit bei regionalen Anbietern gekauft. Außerdem ist man bemüht, die Speisepläne möglichst abwechslungsreich und saisonal angepasst zu gestalten.

Mit der Verordnung zur verpflichtenden Herkunftsangabe von Speisen, die Fleisch, Milch oder Eier enthalten, stellt sich auch für Gemeinschaftsküchen wie Krankenhausküchen die Frage nach einer möglichst einfachen Umsetzung dieser neuen gesetzlichen Verpflichtung. Schon jetzt hat sich das

Grazer Brüder-Krankenhaus der Initiative „Gut zu wissen, wo unser Essen herkommt“ der österreichischen Landwirtschaftskammer angeschlossen und damit freiwillig ein klar erkennbares Zeichen gesetzt. Denn teilnehmende Betriebe informieren transparent über die Herkunft von Fleisch, Milch und Milchprodukten sowie Eiern und die Haltungsform der Legehennen. Neben den Barmherzigen Brüdern Graz sind übrigens auch die ordens-eigenen Krankenhäuser in St. Veit/Glan, Salzburg, Eisenstadt und Wien sowie die Pflege- und Betreuungseinrichtung in Kitzendorf und die Lebenswelten Steiermark dabei.

## „Grüne Küche“

Schon seit 2011 trägt das Krankenhaus der Barmherzigen Brüder Graz die Auszeichnung „Grüne Küche“. Das Siegel wird von Styria vitalis und dem Land Steiermark verliehen und zeichnet Betriebe aus, die täglich zumindest ein hausgemachtes, frisch zubereitetes vegetarisches Hauptgericht aus Vollkorngetreide und Gemüse anbieten. Die Grüne-Küche-Speisen werden aus vollwertigen, naturbelassenen Zutaten – möglichst aus biologischer Produktion – zubereitet, die hauptsächlich aus der Region stammen und der Saison entsprechen. ■



Die Küche der Barmherzigen Brüder Graz hat sich der Initiative „Gut zu wissen, wo unser Essen herkommt“ angeschlossen (am Foto Küchenchef Christian Eberl und Johannes Schneller, Key-Account-Manager bei Contento).



Die Patient:innen der Barmherzigen Brüder Graz werden über die Herkunft der Zutaten informiert.

Radiogietechnolog:innen stehen bei ihren Tätigkeiten immer im direkten Kontakt mit den Patient:innen.

Sozialarbeiter:innen haben zahlreiche Aufgaben, unter anderem helfen sie bei der Vermittlung sozialer Dienste oder von Pflegeheimplätzen.



# Gesundheitsberufe im Krankenhaus

**Barmherzige Brüder Wien**  In der Mai-Ausgabe haben wir die Berufsgruppen der Diätologie, Ergotherapie und Logopädie sowie das Labor-Team vorgestellt. Nun folgen weitere Gesundheitsberufe, die im Krankenhaus gemeinsam mit Medizin und Pflege tätig sind.

von Christa Praher-Ennöckl

Für alle Berufsgruppen aus dem Bereich der Gesundheitsberufe gilt: Sie sind eng in den Behandlungsverlauf eingebunden, stehen den Patient:innen beratend und unterstützend zur Seite und leisten in Diagnostik, Therapie und Rehabilitation einen wichtigen Beitrag zur Gesundheitsversorgung. „Wir sind Teil der Behandlungsteams und arbeiten eng mit allen Berufsgruppen im Krankenhaus zusammen. Wir stehen in einem regelmäßigen Austausch untereinander, stimmen uns ab und haben interdisziplinäre Besprechungen“, erklären die Vertreter:innen der Gesundheitsberufe im Wiener Brüder-Krankenhaus.

**Sie sind eng in den Behandlungsverlauf eingebunden und leisten in Diagnostik, Therapie und Rehabilitation einen wichtigen Beitrag zur Gesundheitsversorgung.**

## Radiogietechnologie

Das Team der Radiogietechnolog:innen, bestehend aus 24 Personen, hat sich in den vergangenen Jahren aufgrund der technischen Weiterentwicklung nicht mehr ausschließlich auf die röntgenbasierte Bildgebung fokussiert, sondern deckt ein großes Leistungsspektrum der interventionellen Radiologie und Nuklearmedizin ab. Sie vereinen täglich Medizin und modernste Technik, arbeiten mit Großgeräten, führen Bildrekonstruktionen durch und stehen immer im direkten Patientenkontakt. Für eine

hochwertige Bildqualität reicht es nicht aus, „nur auf den Knopf zu drücken“, wissen sie.

## Sozialarbeit

Das Team der Sozialarbeit mit vier Mitarbeiter:innen ist unter anderem im Entlassungsmanagement tätig, kümmert sich auch um nichtversicherte Patient:innen und kommt zudem in der Ambulanz für Inklusive Medizin zum Einsatz. Die Möglichkeiten des Handelns und Wirkens der Sozialarbeit sind äußerst umfassend. Die Beratungen, Interventionen und die interdisziplinäre Zusammenarbeit zum Wohl der Patient:innen stehen hierbei immer im Vordergrund. Die Arbeitsbereiche umfassen zum Beispiel Themen wie sozial- und arbeitsrechtliche Auskünfte, Vermittlung sozialer Dienste, Organisation von Wohn- und Pflegeheimplätzen, Pflegegeld-anträge und Gebührenbefreiungen sowie Beratung zum Erwachsenenschutzgesetz.

## Physiotherapie und Heilmassage

Die Physiotherapeut:innen und die Heilmasseur:innen sind zusammen ein Team von 22 Mitarbeiter:innen. Sie sind die Expert:innen für Bewegungsverhalten und -kontrolle und in allen Stationen und Bereichen im Einsatz. Dafür werden eigene therapeutische Diagnosen, Befunde, Behandlungspläne und Ziele erstellt. Heilmasseur:innen haben eine spezielle Ausbildung für die Arbeit mit Patient:innen. Da ist ganz klar, dass sie „nicht da sind, um Patient:innen auf Spaziergängen zu begleiten oder eine Wellnessmassage zu bieten“.

## Psychologie

Ziel der Psychologie ist es, Patient:innen in gesundheitlichen, persönlichen und familiären Belastungssituationen zu begleiten und damit deren emotionale Verarbeitung zu fördern. In (gesundheitlichen) Krisensituationen kann



Die Physiotherapeut:innen erstellen unter anderem Behandlungspläne für die Patient:innen und setzen diese um.

die psychologische Unterstützung Halt bieten und trägt so zur umfassenden Betreuung kranker Menschen und ihres sozialen Umfelds bei. Neben dieser Förderung der emotionalen Krankheitsverarbeitung stellt die Durchführung testpsychologischer Diagnostik einen weiteren Arbeitsschwerpunkt dar. Dargestellt werden dabei mittels valider psychologischer Diagnostikverfahren die kognitiven Leistungsfähigkeiten sowie verschiedene Aspekte der Persönlichkeitsstruktur. Das Team der Psychologie besteht aus fünf Mitarbeiter:innen, die gemeinsam daran arbeiten, die verschiedenen Aspekte von psychischer Gesundheit umfassend zu unterstützen, denn nur die Kombination von körperlicher und psychischer Gesundheit unterstützt Patient:innen ganzheitlich.

Die vielen Aufgaben der verschiedenen Gesundheitsberufe belegen einmal mehr, dass diese Berufsgruppen wesentlich für die Behandlung von Patient:innen in einem Krankenhaus sind. ■



Die Anwendungen der Heilmasseur:innen unterstützen den Genesungsverlauf der Patient:innen.



Psycholog:innen begleiten in verschiedenen Belastungssituationen und führen testpsychologische Diagnostik durch.



Direktor Adolf Inzinger ist Gesamtleiter der Österreichischen Ordensprovinz der Barmherzigen Brüder.

## Ständiger Wandel

Laufend etablieren sich in Medizin und Pflege neue Behandlungsformen und Technologien wie Robotik, künstliche Intelligenz, Telemedizin oder intelligente Diagnose- und Therapiesysteme. Krankenhausgebäude müssen mit diesen Neuerungen Schritt halten und in ihren baulichen Strukturen kontinuierlich an diese Erfordernisse angepasst werden. Die Umbauten erfolgen zumeist während des regulären Betriebs und sind für viele störend und ärgerlich. Die neuen Untersuchungs- und Behandlungsmethoden tragen jedoch sehr viel zu einer optimalen Betreuung der Patient:innen bei und sind somit unverzichtbar.

Immer mehr Spitalsträger legen bei ihren Bauvorhaben auch Wert auf ökologische Verträglichkeit. Es werden energieeffiziente Gebäude errichtet oder bestehende Gebäude nachgerüstet und Solar- oder Photovoltaikanlagen eingebaut. Auch der Komfort und die Privatsphäre der Patient:innen werden gesteigert. Patientenbereiche werden sukzessive mit Smart-TVs und WLAN ausgestattet sowie Bereiche eingerichtet, in denen Patient:innen und ihre Familien entspannen und sich erholen können.

Mittlerweile setzen manche Krankenhäuser bei Bauten sogar auf modulare Konzepte. Dabei werden einzelne Räume bereits fertig zusammengebaut angeliefert. Sie können bei geänderten Anforderungen rasch und kostengünstig umgruppiert und an neue Herausforderungen angepasst werden.

All diese Veränderungen in der Krankenhausbau-Branche zielen darauf ab, den Aufenthalt für die Patient:innen angenehmer zu machen, die Effizienz von Behandlung und Betreuung zu steigern und die Nachhaltigkeit zu fördern.

# Aussaatkalender

## Juni 2023

1	D		bis 4 <sup>00</sup>	und ab 19 <sup>00</sup>		ab 20 <sup>00</sup>	Pflanzzeit
2	F		bis 17 <sup>00</sup>		ab 18 <sup>00</sup>		
3	S						
4	S						
5	M		bis 7 <sup>00</sup>		ab 8 <sup>00</sup>		
6	D		bis 11 <sup>00</sup>				
7	M		ab 13 <sup>00</sup>				
8	D						
9	F		bis 6 <sup>00</sup>		ab 7 <sup>00</sup>		
10	S						
11	S		1 <sup>00</sup> bis 6 <sup>00</sup>	und ab 17 <sup>00</sup>		7 <sup>00</sup> bis 16 <sup>00</sup>	
12	M						
13	D		bis 19 <sup>00</sup>		20 <sup>00</sup> bis 23 <sup>00</sup>		
14	M		ab 6 <sup>00</sup>				
15	D		bis 15 <sup>00</sup>		ab 16 <sup>00</sup>		
16	F						
17	S						
18	S		bis 12 <sup>00</sup>		ab 13 <sup>00</sup>		
19	M						
20	D		bis 19 <sup>00</sup>		ab 20 <sup>00</sup>		
21	M						
22	D		bis 4 <sup>00</sup>				
23	F		ab 18 <sup>00</sup>				
24	S						
25	S		bis 12 <sup>00</sup>		ab 13 <sup>00</sup>		
26	M						
27	D						
28	M		bis 10 <sup>00</sup>		ab 19 <sup>00</sup>		
29	D						
30	F		bis 12 <sup>00</sup>		ab 13 <sup>00</sup>		

Der Kalender gibt Ratschläge, wann nach dem Stand des Mondes für bestimmte Pflanzen der richtige Zeitpunkt zum Säen, Pflanzen, Pflegen und Ernten ist:

-  Wurzeltag = für Pflanzen mit Fruchtbildung im Wurzelbereich
-  Blatttag = für Pflanzen mit Fruchtbildung im Blattbereich
-  Blütentag = für Blütenpflanzen
-  Fruchttage = für Pflanzen, die im Bereich des Samens Früchte bilden
-  Pflanzzeit = beste Zeit zum Pflanzen und Umpflanzen



**Festliche Geldgeschenke.**  
Gutscheine, Karten, Geschenkschachteln und Co. für ganz besondere Anlässe, von Anja Ritterhoff, Frech-Verlag, TOPP 25114, ISBN 9783735851147, 96 Seiten, € 15,50

## Originelles Geldgeschenk

Geld zu verschenken gilt als wenig originell. Doch wenn Sie das Geschenk kreativ gestalten, wird es sehr wohl originell. Hier ein Beispiel.

### Material

Fotokarton in Weiß 38x27 cm, Fotokarton-Reste in Weiß, Rosa, Pink, Gold und Gelb, Lackstift in Weiß und Gold, Klebstoff für Papier, transparentes Klebeband, 6 Zehn-Euro-Scheine

### Ausarbeitung

- Den weißen Fotokarton in der Mitte der 38 cm breiten Seite falten.
- Aus dem gelben, pinken, weißen und rosa Fotokarton die Teile der Torte ausschneiden (Form siehe Foto).
- Auf der Vorderseite der Karte die Torte gestalten. Reihenfolge: goldener Sockel, darüber pinke Torte, darauf weiße Obers-Schicht und zum Schluss das rosa Tortenstück und der rosa Deckel.
- Die Torte mit Gold-Herzen und goldenen Punkten dekorieren.
- Die Zehn-Euro-Scheine jeweils um einen runden Bleistift rollen, mit dem Klebeband zusammenkleben und vorsichtig vom Stift ziehen. Die Geldrollen an einer Seite mit dem Finger eindrücken (= oben).
- Vom Klebeband ein kurzes Stück abschneiden und eine Rolle formen, damit die Geld-Rollen auf der Karte festkleben (alternativ eignen sich auch Fotokleber).
- Aus dem gelben Fotokarton die Kerzen-Flammen ausschneiden und mit dem weißen Lackstift jeweils einen Docht in die Mitte malen.
- Die Flammen oben an den Geldscheinen aufkleben.

# Das Mädesüß

Anders als viele Pflanzen, liebt das Mädesüß Feuchtigkeit rund um seine Wurzeln. Dem menschlichen Körper kann es helfen, sich von innen heraus zu reinigen.

VON KRÄUTERFARRER BENEDIKT FELSINGER



Benedikt Felsinger ist Prämonstratenser des Stiftes Geras. Als Nachfolger des legendären Kräuterpfarrer Weidinger gilt sein Engagement der Vermittlung von Heilkräuter-Wissen.

Um ein Gebäude in Schuss zu halten, braucht es die nötige Infrastruktur, die eine Benützung desselben ermöglicht. Die Installationen sollten intakt sein, in unseren Breitengraden ist es dazu auch nötig, die Räume im Winter zu heizen. Böden und Zimmer sollten regelmäßig gereinigt werden.

Ich möchte nun das Mädesüß aus dem Reich der Kräuter aufgreifen, um diese Überlegungen auf den menschlichen Organismus zu übertragen.

Die Heilpflanze wird auch Wiesenkönigin genannt, die überall dort Hoffnung ausstrahlt, wo andere Gewächse bildlich gesprochen verzweifeln würden. Sie besiedelt nämlich feuchte Zonen und kann mit Staunässe ebenfalls gut umgehen. Ihre luftig leichten Blüten stellen einen wahren Schmuck in der Landschaft dar und verbreiten zudem einen ganz eigenen Duft. Im Inneren der Mädesüß-Pflanze bergen sich unter anderem Salicylsäure-Verbindungen, die sich als entzündungshemmend und wundheilend herausstellen können.

Bis zu 150 Zentimeter hoch wächst die Pflanze, die feuchte Wiesen bevorzugt.



## Unterstützung für den Körper

Wenn jemand mithilft, unseren Körper von innen heraus zu reinigen, so dürfen wir dafür sehr dankbar sein. Das ist vor allem dann nötig, wenn sich rheumatische Beschwerden einstellen. Darauf hinaus ist es ratsam, nach lang andauernden Krankheiten einen Weg der sanften und schonenden Regeneration zu suchen. Auch hierbei kann mit der Wiesenkönigin ein Weg beschritten werden. Denn die Effekte, die eine Verwendung jener Heilpflanze mit sich bringt, sind blutreinigend, schweiß- und harntreibend und auch schmerzlindernd. Also ist es nur klug, sich dieser Erkenntnis in einem verantwortungsvollen Ausmaß zu bedienen.

## Reinigender Tee

Am besten gießt man sich einen Tee auf: Von getrockneten und zerkleinerten Blütentrieben des Mädesüß nimmt man dafür zwei Teelöffel voll, die man mit einem Viertelliter heißem, aber nicht kochendem Wasser übergießt. Damit wird die vorhandene Salicylsäure schonend aus der Droge gelöst. Den Tee 15 Minuten zugedeckt ziehen lassen, dann abseihen. Drei- bis viermal am Tag jeweils eine Tasse davon schluckweise trinken. Das tut gut, wenn man rekonvaleszent ist. Desgleichen bei rheumatischen Gliederschmerzen. Das Blut wird überdies auf diese Weise besser gereinigt. Drei Wochen lang durchführen, wenn nichts dagegenspricht.

Bei derartigen Maßnahmen muss aber darauf geachtet werden, ob auch der Kreislauf und das Herz dabei mitspielen. Zudem wirkt Mädesüß blutverdünnend. Schon bei geringen Anzeichen einer etwaigen Unverträglichkeit ist es ratsam, sich nach anderen Möglichkeiten umzusehen, die im Reich der Pflanzen auf jeden Fall zu finden sein werden. ■

## KRÄUTERFARRER-ZENTRUM

3822 Karlstein/Thaya, Hauptstraße 16/17

Telefon: 028 44/70 70

E-Mail: [info@kraeuterpfarrer.at](mailto:info@kraeuterpfarrer.at)

Website mit Onlineshop: [www.kraeuterpfarrer.at](http://www.kraeuterpfarrer.at)

# Gesund, aber günstig

Regional und saisonal kochen – wer sich an diese Vorgabe hält, kann auch mit kleinem Geldbeutel gesund kochen.

## Spaghetti mit gerösteter Tomaten-Frischkäse-Sauce

### Zutaten für 2 Portionen

250 g Dinkel-Vollkorn-Spaghetti, 2 EL Olivenöl  
Für die Sauce: 1 kg Tomaten, 1 Knoblauchknolle, 200 g Frischkäse, 2 EL Olivenöl, 1 TL Salz, etwas Oregano, etwas Pfeffer

### Zubereitung

Den Backofen auf 180 Grad Heißluft vorheizen. Für die Sauce die Tomaten, die ganze ungeschälte Knoblauchknolle und den Frischkäse in eine Auflaufform geben, mit Olivenöl und Salz marinieren und für 25 Minuten backen. Den Knoblauch aus der Knolle pressen und alles zusammen fein pürieren, dann mit Oregano, Salz und Pfeffer abschmecken. Die Spaghetti nach Packungsanleitung in Salzwasser kochen und abseihen. Die Nudeln zurück in den Topf geben und etwas Olivenöl darüber gießen. Auch die Sauce dazugeben, gut unterheben und noch einmal kurz erwärmen.



## Mini-Cordon-bleu

### Zutaten für 2 Portionen

6 Scheiben Schinken, 6 Stück Käse, 3 EL Dinkel-Vollkornmehl, 1 Ei, etwas Salz, 2 EL fein gehackte Kürbiskerne, 2 EL fein gemahlene Haferflocken, 2 EL Butterschmalz

### Zubereitung

Käse in sechs Stücke von jeweils etwa 2 x 2 Zentimeter zurechtschneiden. Eine Scheibe Schinken auf ein Schneidbrett legen und ein Stück Käse an einem Eck platzieren. Den Schinken der Länge nach direkt neben dem Käse durchschneiden und um den Käse wickeln. Den restlichen abgeschnittenen Schinken so um das Schinken-Käse-Paket wickeln, dass der Käse von allen Seiten mit Schinken umschlossen ist. Mit dem restlichen Käse und Schinken gleich verfahren. Zum Panieren Mehl in eine Schüssel geben, aufgeschlagenes Ei und Salz in eine weitere und Haferflocken sowie fein gehackte Kürbiskerne in eine dritte. Anschließend jedes Käse-Schinken-Paket panieren. Reichlich Butterschmalz erhitzen und die Mini-Cordon-bleus auf beiden Seiten 4 bis 5 Minuten anbraten, bis sie goldbraun und weich sind. Entweder als Snack, auf einem großen Salat, zu Kartoffel-Wedges, Kartoffelsalat oder einer anderen Beilage nach Wahl genießen.





## Hirsebällchen auf Joghurt-Sauerrahm-Dip

### Zutaten für 2 Portionen

Für die Bällchen: 200 g Goldhirse, 300 ml Gemüsebrühe, 100 ml Schlagobers, 1 TL Salz, 100 g geriebenen Parmesan, etwas gehackte Petersilie, 6 EL Öl oder Butterschmalz  
Für den Dip: 150 g Joghurt, 100 g Sauerrahm, 1 gepresste Knoblauchzehe, 1 TL Salz, Petersilie zum Garnieren

### Zubereitung

Die Hirse mit heißem Wasser abwaschen und mit Gemüsebrühe, Obers und Salz in einen Topf geben. Einmal aufkochen lassen und

dann bei mittlerer Hitze 15 Minuten weichkochen. Den Herd ausschalten, den geriebenen Parmesan sowie die gehackte Petersilie unterheben und alles gut verrühren. Kurz abkühlen lassen, dann mit den Händen kleine Bällchen formen. Öl oder Butterschmalz in einer großen Pfanne erhitzen und die Bällchen darin von allen Seiten goldbraun anbraten. Währenddessen Joghurt, Sauerrahm, Knoblauch und Salz verrühren und auf zwei Schalen verteilen. Die fertigen Bällchen daraufsetzen und mit mehr Petersilie garnieren. Am besten sofort verspeisen!

**Gesund und günstig kochen.** 70 schnelle Rezepte für jeden Tag, regional – nachhaltig – zuckerfrei, von Lisa Hauser, Tyrolia Verlag, ISBN 978-3-7022-4109-4, 192 Seiten mit vielen Fotos, € 26,-

Meditation



**granatapfel**  
DAS MAGAZIN  
DER BARMHERZIGEN BRÜDER

# Die Liebe Gottes

*Wie ein Bergbach unverdrossen  
Tag und Nacht, Jahr für Jahr  
um die Steinblöcke tost und strömt,  
so strömt die Liebe Gottes  
geduldig, kraftvoll und unablässig  
um die Herzen der Menschen, auch dann,  
wenn die Herzen wie aus Stein wären.*



---

#### BUCHTIPP

**Kraftworte.** Stärkende Bilder und Gedanken, von Reinhold Stecher, mit Aquarellen des Autors, ISBN 978-3-7022-4066-0, 44 Seiten, € 12,-

---

# Einmal ganz für sich sein

von MARTIN EBNER



**Und er stieg auf den Berg.** Wandern mit dem Matthäusevangelium, von Martin Ebner, Tyrolia-Verlag, 160 Seiten, ISBN 978-3-7022-4094-3, € 18,-

Kaum ist Jesus vom Berg der Seligpreisungen heruntergestiegen in die Niederungen des Alltags, macht er das, was gemäß den Seligpreisungen zum Glück führt: Er lässt sich auf die ein, die sich in ihrer Not an ihn wenden, er ist barmherzig, sanftmütig, hungrig nach Gerechtigkeit.

Ein Aussätziger kommt, dann der Hauptmann von Kafarnaum – ein Ausländer, der um seinen kranken Diener bangt, Besessene schreien ihn an, man bringt ihm einen Gelähmten, ein Synagogen-Vorsteher bittet ihn, zu seiner Tochter zu kommen, die im Sterben liegt, noch auf dem Weg schleicht sich eine Frau mit Blutfluss von hinten an ihn heran.

Es will nicht enden. Aber damit nicht genug: Auch die Gegnerfront meldet sich: Sie streuen böse Gerüchte über ihn (er sei mit dem Teufel verbündet) und versuchen, ihn anzuklagen. In Nazaret, seiner Heimatstadt, stößt er auf Ablehnung. Und als er hört, dass auch Herodes von ihm Wind bekommen hat, derjenige, der Johannes den Täufer auf dem Gewissen hat, da reicht es ihm: „Als er davon hörte, entwich er von dort mit dem Boot in eine einsame Gegend, ganz für sich“, heißt es im Matthäusevangelium (14,13).

Aber die Volksmassen sind schneller. Noch ehe er aus dem Boot aussteigt, erwarten sie ihn schon wieder am Ufer. „Und als er ausstieg und die vielen Menschen sah“, schreibt der Evangelist Matthäus (14,14), „hatte er Mitleid mit ihnen und er heilte ihre Kranken.“ Und weil es schon spät am Tag ist, sorgt er dafür, dass sie auch etwas zu essen bekommen.

Aber dann reicht es endgültig, erzählt der Evangelist. Jesus will endlich allein sein. Auch ohne Mitarbeiter. Ganz allein, nur für sich. Der Evangelist Matthäus berichtet: „Und

nachdem er die Volksmengen fortgeschickt hatte, stieg er hinauf auf den Berg, ganz für sich, um zu beten. Nachdem es Abend geworden war, war er dort ganz alleine.“ (14,23)

Endlich Ruhe! Endlich allein! Endlich rasten! Endlich Zeit fürs Gebet! Aber Jesus wird kein Einsiedler. Noch in der Nacht beobachtet er, wie die Schüler auf dem Meer mit dem Sturm zu kämpfen haben, sie hin- und hergebeult werden. Da hält es ihn nicht mehr in der Bergidylle. Er kommt zu den Verängstigten und sagt das beruhigende Wort: „Habt Vertrauen, ich bin doch da. Fürchtet euch nicht!“

## Impulsfragen

- Wie spüre ich, dass es mir zu viel wird?
- Wie steht es mit dem Rückzug bei mir? Gibt es den?
- Wo ist mein Lieblingsort? Was bringt mich zur Ruhe?
- Wann habe ich mir das letzte Mal einen Rückzug erlaubt?
- Was holt mich wieder zurück? Oder möchte ich am liebsten „wegbleiben“?

## Gebet

Gott, manchmal brauche ich einfach meine Ruhe, möchte nichts mehr hören und sehen, mich einfach zurückziehen, ganz für mich sein. Ich bin froh, dass so etwas auch von Jesus erzählt wird. Ich brauche kein Held im Dauereinsatz zu sein. Ich muss mich nicht ständig und rund um die Uhr um andere kümmern. Ich darf mich auch einmal zurückziehen, einfach für mich sein, einfach etwas Schönes machen, einmal auch an mich denken, alles hinter mir lassen, durchschnauen, meinen eigenen Atem spüren – und von innen heraus zu beten beginnen, mit dir ins Gespräch kommen. Danke, Gott, für diese Mußestunden. Sie stärken mich und helfen mir, gelassen und fröhlich zu bleiben im Einsatz für andere. ■

# Orden & Mitarbeitende



Der Granatapfel ist weltweit das Symbol der Barmherzigen Brüder (Foto: Tabernakel im Konvent in Bratislava).

## BARMHERZIGE BRÜDER

### Ein weltweit tätiger Orden

Insgesamt 981 Barmherzige Brüder (inklusive 49 Novizen) gab es per Stichtag 31. Dezember 2022 weltweit, das sind zwei weniger als im Jahr davor. Ihr Durchschnittsalter beträgt 60 Jahre. Sie leben und wirken in 148 Kommunitäten in 51 Ländern auf allen fünf Kontinenten. Davon befinden sich 75 in Europa, 16 in Asien, 23 in Afrika, 32 in Amerika und zwei in Ozeanien. In der Österreichischen Ordensprovinz, zu der Österreich, Tschechien, die Slowakei und Ungarn zählen, leben 29 Brüder in Ewiger Profess, ein Bruder in Einfacher Profess, zwei Novizen und zwei Oblaten. Weltweit führen die Barmherzigen Brüder 396 Einrichtungen: neben Krankenhäusern auch Alten- und Pflegeheime, Einrichtungen für behinderte und psychisch kranke Menschen, Sozial- und Gesundheitszentren, Hospize, Apotheken und Schulen.

## BARMHERZIGE BRÜDER WIEN

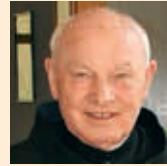
### Neuer Prior

Frater Thomas Pham wurde per Dekret vom 14. April 2023 von Generalprior Jesús Etayo Arrondo zum Prior des Konvents in Wien bestellt. Er folgt Frater Saji Mulkuzhy, der sich damit noch mehr auf seine Aufgabe als Provinzial konzentrieren kann. Frater Thomas stammt aus Vietnam, wo er 1980 zur Welt kam. Nach der Matu-  
ra begann er ein Journalistik-Studium, danach arbeitete er in der Diözese. In dieser Zeit lernte er über eine in Wien lebende Vietnamesin den damaligen Provinzial der Österreichischen Ordensprovinz der Barmherzigen Brüder, Frater Paulus Kohler, kennen. Der lud ihn ein, nach Österreich zu kommen. Frater Thomas folgte der Einladung. Nachdem er Deutsch gelernt hatte, absolvierte er das Noviziat und das Scholastikat und machte eine Ausbildung zum Pflegehelfer. 2014 legte er in Wien seine Feierliche Profess ab. Nach dem Provinzkapitel 2022 wurde er zum Subprior des Wiener Konvents bestellt.



### Wir gratulieren

### Zum diamantenen Priesterjubiläum



Pater Imre Kozma wurde vor 60 Jahren, am 16. Juni 1963, zum Priester geweiht. Danach wirkte er 36 Jahre in verschiedenen Pfarren in Ungarn, wobei ihm neben der Seelsorge das soziale Engagement besonders wichtig war. In der Pfarre Zugliget in Budapest baute er ein soziales Netzwerk auf, das Basis für die Wiederbelebung des Malteser-Hilfsdienstes in Ungarn wurde. 1989 spielte dieser eine zentrale Rolle in der Betreuung der DDR-Bürger:innen, die in den Westen flüchteten. 1998 trat Pater Imre in den Orden der Barmherzigen Brüder ein. Dank seines Organisationstalents trug er wesentlich zu dessen Wiederaufbau in Ungarn nach dem Kommunismus bei.



Pater Pio Morvay wurde am 23. Juni 1963 zum Priester geweiht. Danach war er Kaplan und Pfarrer in verschiedenen Pfarren der Diözese Pécs in Ungarn, dann Dompfarrer und Generalvikar der Diözese. Seit seiner Jugend hatte er den Wunsch, in einen Orden einzutreten, doch während des Kommunismus waren in Ungarn alle Orden aufgehoben. Erst nach der Wende konnte er seiner Berufung folgen und 1999 bei den Barmherzigen Brüdern eintreten. Seither lebt er in der Stadt Pécs, wo der Orden ein Krankenhaus für chronisch Kranke und ein Hospiz führt. Er ist hier Prior des Ordenskonvents und in der Seelsorge tätig.

Kinder leiden besonders unter der Armut.



# Hilfe für Osttimor

Jedes Jahr ruft die Generalleitung der Barmherzigen Brüder in Rom den Orden weltweit zur Unterstützung eines ordenseigenen Projekts auf. Heuer wurde ein Zentrum für obdachlose Menschen in Osttimor ausgewählt.

VON BRIGITTE VEINFURTER

Der kleine Inselstaat zählt zu den am wenigsten entwickelten Ländern der Welt.

„Schenke einen Raum für Hospitalität in Osttimor“ ist das Motto, unter dem Generalprior Jesús Etayo Arrondo heuer um Spenden für ein Hilfsprojekt in Osttimor bittet. Mit dem Geld sollen in der Hauptstadt Dili würdige Unterkünfte für Menschen geschaffen werden, die vorübergehend Hilfe brauchen, um wieder ein selbstständiges und normales Leben führen zu können. Die Wohnmöglichkeit wird befristeten Charakter haben und ist als kurzfristige Überbrückungshilfe gedacht. Benötigt werden dafür umgerechnet insgesamt 280.138 Euro.

## Ein armes Land

Die Demokratische Republik Timor-Leste, so der amtliche Name von Osttimor, ist ein kleiner Inselstaat in Südostasien, der einst eine portugiesische Kolonie war und danach vom Nachbarstaat Indonesien besetzt wurde. Erst im Jahr 2002 wurde das Land in die Unabhängigkeit entlassen. Geprägt waren die Jahrzehnte davor und auch die ersten Jahre der Unabhängigkeit von blutigen Kämpfen und Unruhen sowie Hunger und Epidemien.

1,3 Millionen Einwohner:innen leben in dem kleinen Inselstaat, der zu den am wenigsten

entwickelten Ländern der Welt zählt. 73 Prozent der Bevölkerung leben von weniger als zwei Dollar pro Tag. Mit 45,8 Prozent ist die Armutssquote die höchste in Südostasien. Erste Opfer der hohen Armutssrate sind Kinder und Jugendliche, die fast die Hälfte der Bevölkerung ausmachen. Aber auch Frauen, Menschen mit Behinderungen und Gemeinden in abgelegenen ländlichen Gebieten sind stark von der Armut betroffen.

Die chronische Ernährungsunsicherheit hemmt die Entwicklung des Landes. Die wichtigsten Faktoren, die zur Ernährungsunsicherheit beitragen, sind die geringe landwirtschaftliche Produktivität, Armut, eine schlechte Basisinfrastruktur und mangelnde Abwasserentsorgung sowie Defizite in den Bereichen Trinkwasser, Straßen, Bewässerung, Schulen und Gesundheit. Dazu kommen die negativen Auswirkungen von Naturkatastrophen.

## Bemerkenswerte Fortschritte

Seit der Unabhängigkeit im Jahr 2002 hat Osttimor zwar bemerkenswerte Fortschritte gemacht und ein starkes Engagement für Versöhnung, Wiederaufbau, Menschenrechte und Demokratie gezeigt. Das Land braucht aber immer noch die Solidarität der entwickelten Welt. Vor allem, da die soziale und gesundheitliche Versorgung nach wie vor sehr mangelhaft ist.

Die Barmherzigen Brüder setzen sich in Osttimor für arme, kranke und benachtei-



Ein Barmherziger Bruder untersucht einen Patienten.

ligte Menschen ein. Unterstützt werden sie dabei insbesondere von der Portugiesischen Ordensprovinz. Mit den Spenden aus dem diesjährigen Missionsprojekt der Generalkurie soll ihre Arbeit nun noch mehr Unterstützung erfahren.

### Dank und Bitte

Im Vorjahr galt der Spendenauftrag der Generalkurie einem Projekt in Kuba. Mit den Spenden wurden die Errichtung einer Palliativstation im Altenheim San Rafael in Havanna und die Renovierung der Station Santa Ana für psychisch Kranke im Sanatorium San Juan de Dios in Havanna unterstützt. Insgesamt konnten 422.984,75 Euro gesammelt werden. „Die Solidarität aller hat dieses Ergebnis möglich gemacht, wofür ich Ihnen von ganzem Herzen danke“, betont Generalprior Jesús Etayo Arrondo, der auch heuer wieder um Unterstützung bittet: „Ich danke Ihnen im Voraus für Ihre Großzügigkeit und bitte Sie, dieses Anliegen für die Armen und Ausgegrenzten in Osttimor nach Kräften zu unterstützen.“ ■

### Bitte um Unterstützung

Wir bitten Sie, gemeinsam mit der Österreichischen Ordensprovinz das Zentrum in Osttimor zu unterstützen. Spenden überweisen Sie bitte auf das Konto AT32 1200 0223 1021 2900, lautend auf Provinzialat der Barmherzigen Brüder, 1020 Wien, Verwendungszweck: Osttimor. Die Spenden sind nicht steuerlich absetzbar.



Frater Saji Mullankuzhy ist Provinzial der Österreichischen Ordensprovinz der Barmherzigen Brüder.

## Herzensanliegen Pflege

Eine würdevolle, fachgerechte Pflege ist für den Gesundungsprozess wesentlich. Deshalb ist es in unserem Orden auch Usus, dass jeder Bruder für den Dienst am Krankenbett ausgebildet wird. Ich selbst habe von 2005 bis 2008 an der Pflegeakademie der Barmherzigen Brüder Wien die Ausbildung gemacht. Danach durfte ich in unserem Linzer Spital arbeiten, wo ich außerdem noch das Glück hatte, die Gebärdensprache zu erlernen.

Eine gute Ausbildung gibt Sicherheit und Kompetenz, aber vor allem hilft sie, die Patient:innen zu verstehen und auf sie einzugehen. Dass dabei die Sprache des Herzens auch eine wichtige Rolle spielt, liegt auf der Hand.

In den Medien hören wir jetzt immer wieder vom Personalmangel im Gesundheitswesen allgemein und speziell im Pflegebereich. Es gibt viele gute Initiativen, die darauf antworten wollen. Aufgrund meiner persönlichen Erfahrungen als gebürtiger Inder in diesem schönen Land bin ich überzeugt davon, dass Pflegepersonen aus Indien hier ebenfalls einen sehr positiven Beitrag leisten können und eine Bereicherung darstellen. Umgekehrt kann für viele das Leben und Arbeiten in Europa eine Bereicherung sein. Daher bemühen wir Barmherzigen Brüder uns jetzt verstärkt, junge Menschen in Indien auf ihren Arbeitseinsatz in Österreich vorzubereiten, mit Sprachunterricht und vielem mehr. Ich bin zuversichtlich, dass der Pflegemangel behoben werden kann, und möchte allen von Herzen danken, die sich in unserem Projekt engagieren und unsere Bemühungen unterstützen. Ohne die gute Zusammenarbeit wäre so etwas nicht möglich gewesen. Vergelt's Gott!

PS: Einen ausführlichen Bericht über das Projekt lesen Sie in der nächsten Granatapfel-Ausgabe.

# Heilsame Kommunikation

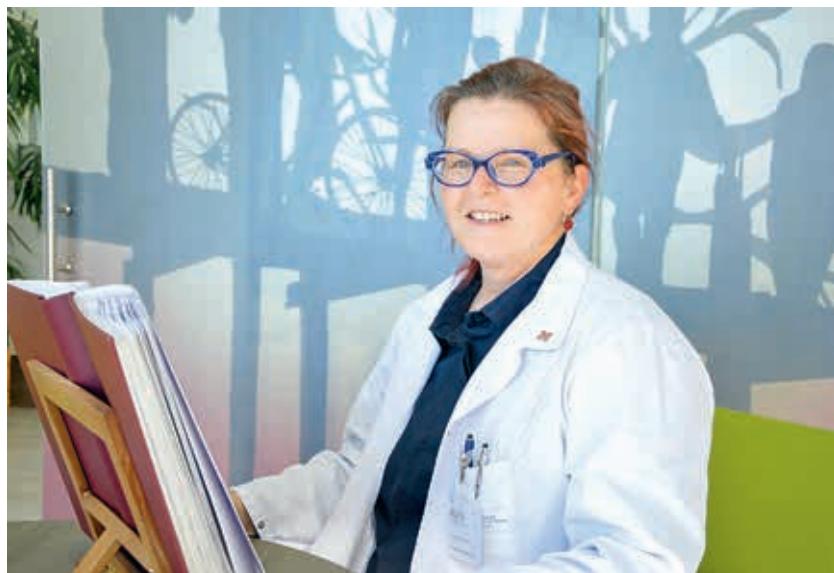
Ein Unfall oder eine schwere Erkrankung stellen einen großen Einschnitt im Leben der Betroffenen dar. Die Mitarbeiter:innen der Krankenhausseelsorge begleiten die Patient:innen und auch deren Angehörige in dieser schwierigen Situation.

VON KATJA KOGLER

„Es ist eine große Herausforderung, vor allem den Menschen, aber auch der Organisation Krankenhaus gerecht zu werden“, ist sich Mag. Elisabeth Vallant, die seit Kurzem die Leitung der Seelsorge der beiden Krankenhäuser Barmherzige Brüder St. Veit/Glan und Elisabethinen Klagenfurt innehat, bewusst.

Das Team der Krankenhausseelsorge besteht aus haupt- und ehrenamtlichen Mitarbeiter:innen. Ihr Ziel ist es, den Gesprächspartner:innen zu ermöglichen, zu dem zu kommen, was sie tief in der Seele bewegt. „Wenn ein Patient durch das seelsorgliche Gespräch eine tiefe Gotteserfahrung erlebt und daraus Kraft schöpfen kann für den Genesungsprozess oder auch für ein Leben mit der Erkrankung, dann sind wir auf dem richtigen Weg“, erklärt Elisabeth Vallant. „Gelingende Seelsorge ist immer ein Geschenk.“

**Wenn ein Patient durch das seelsorgliche Gespräch eine tiefe Gotteserfahrung erlebt und Kraft schöpfen kann, sind wir auf dem richtigen Weg.**



Das Team trifft auch immer wieder auf Menschen, die nicht mehr in der Kirche beheimatet sind. „In Zeiten der Krisen bessinnen sich die Hilfesuchenden oft auf ihre Wurzeln und suchen Halt in ihrem Glauben. Während eines Aufenthalts im Krankenhaus haben die Patient:innen viel Zeit zum Nachdenken, weshalb es gut ist, dass jemand die Zeit hat, ihnen zuzuhören“, weiß die Seelsorgerin aus der Praxis. Häufig werden von den Patient:innen auch Belange angesprochen, die sie nicht mit ihren Angehörigen teilen möchten.

## Umfangreicher Aufgabenbereich

Zum Tätigkeitsbereich der Krankenhausseelsorge gehören nicht nur Gespräche mit den Patient:innen, sondern auch mit Angehörigen. „Das soziale Umfeld wird durch eine schwere Diagnose ebenfalls belastet und benötigt Aufmerksamkeit“, erklärt Mag. Vallant. Als Krankenhausseelsorger:innen sind sie und ihr Team aber nicht nur für Patient:innen und deren Angehörige da, sondern auch Gesprächspartner:innen für die Mitarbeiterschaft.

Von großer Bedeutung sind auch die Gottesdienste, Abschiedsrituale, Krankensegnungen und Kommunionfeiern, die in den Krankenhäusern in St. Veit/Glan und Klagenfurt gefeiert werden, sowie das Spendern des Sakraments der Krankensalbung. ■

Mag. Elisabeth Vallant hat seit Anfang des Jahres die Leitung der Seelsorge im Krankenhaus der Barmherzigen Brüder St. Veit/Glan und im Elisabethinen-Krankenhaus Klagenfurt inne.



Eröffnung mit (v.l.n.r.) Gernot Melischnigg (Kärntner Gesundheitsfonds), Gesamtleiter Michael Steiner, Bürgermeister Martin Kulmer, Landtagsabgeordnetem Günther Leikam, Primarius Michael Zink, Gesundheitsreferentin Beate Prettner, Rechtsträgervertreter Frater Paulus Kohler und dem Ärztlichen Direktor Jörg Tschmelitsch

# Zubau eröffnet

Ende März wurde das neue OP- und Intensivzentrum des Krankenhauses der Barmherzigen Brüder in St. Veit/Glan eröffnet. Damit ist die erste von drei Bauphasen abgeschlossen.

VON KATJA KOGLER

Die eineinhalb Jahre Bauzeit bei laufendem Betrieb waren eine Herausforderung für alle Beteiligten. Nun schließt der Neubau im Norden des St. Veiter Krankenhauses die Lücke zwischen Nord- und Westtrakt. Er umfasst auf insgesamt 1.300 Quadratmetern Grundfläche zwei Operationssäle, eine Zehn-Betten-Intensivstation und zahlreiche Funktionsräume.

Zur Eröffnung des Zubaus konnte Mag. Michael Steiner, MAS, der Gesamtleiter des Krankenhauses, Landes- und Regionalpolitiker sowie Verantwortliche aus dem Gesundheitswesen, Planer, Architekten und Vertreter der am Bau beteiligten Firmen begrüßen. Krankenhausseelsorger Pfarrer Joseph Tombert segnete den Zubau. Im Anschluss an die offizielle Eröffnung fand für die Mitarbeiter:innen des Hauses ein Tag der offenen Tür statt, bei dem sie die neuen Räumlichkeiten besichtigen konnten.

## Viel Tageslicht

Die hochmoderne ausgestattete neue Intensivstation bietet auf 400 Quadratmetern Platz für zehn Patient:innen. In zwei speziellen Isolierbehandlungszimmern können zudem infektiöse Patient:innen isoliert werden. Der Neubau ist sehr großzügig angelegt. Intelligente Raumstrukturen und warme Farben sowie Materialien in Holzoptik sind wichtige Gestaltungselemente. Dies kommt

Patient:innen und Mitarbeiter:innen gleichermaßen zugute. Große Panoramafenster sorgen zudem für viel Tageslicht im Intensivbereich.

Ebenfalls mit Fenstern ausgestattet sind die neuen Operationssäle. Damit bietet das neue OP-Zentrum auch eine angenehmere Arbeitsatmosphäre für die traditionell unter künstlicher Beleuchtung arbeitenden OP-Mitarbeiter:innen. Genutzt werden die OP-Säle von mehreren Disziplinen, unter anderem von den Abteilungen für Chirurgie und für Gynäkologie und Geburtshilfe.

## Wichtige Investition

Insgesamt rund 20 Millionen Euro wird das Krankenhaus der Barmherzigen Brüder St. Veit/Glan bis 2024 durch die Finanzierung des Kärntner Gesundheitsfonds (KGF) und des Landes Kärnten in Zu- und Umbaumaßnahmen investieren können. Für die zweite Bauphase sind die Erweiterung und Neugliederung der Ambulanzen und Erstaufnahmebereiche im Erdgeschoß vorgesehen. In der dritten und letzten Bauphase übersiedelt die Endoskopie in das zweite Obergeschoß. Die Räume werden dafür adaptiert und mit modernster Technik für minimalinvasive Eingriffe und gestochene scharfe Bildgebung ausgestattet. ■

**Insgesamt 20 Millionen Euro wird das Krankenhaus der Barmherzigen Brüder St. Veit/Glan bis 2024 in Zu- und Umbaumaßnahmen investieren.**

# Einbinden, befähigen, ermöglichen

Immer nah an der Praxis und die enge Zusammenarbeit mit den Mitarbeiter:innen, das ist für Zita Kis Dadara, MSc bei ihrer Arbeit in der Stabsstelle Zentrale Pflegeentwicklung der Barmherzigen Brüder wichtig.

von Kristina Weimer-Hötzeneder

Seit 2016 ist Zita Kis Dadara verantwortlich für die Stabsstelle Zentrale Pflegeentwicklung der Österreichischen Ordensprovinz der Barmherzigen Brüder. „Ich unterstütze die Kolleg:innen in der Pflege bei Themen, die gerade in der Praxis aktuell sind oder wenn sich gesetzliche Anforderungen ändern“, so fasst sie ihre Aufgabe zusammen. Die Entwicklung gestaltet sie mit einer Kerngruppe von fünf Mitarbeiter:innen aus verschiedenen Brüder-Einrichtungen.

## Kontakt mit der Basis

Sie weiß, worauf sie achten muss, denn sie war selbst vor ihrem Wechsel in die Stabsstelle lange in der Pflege im Wiener Brüder-Krankenhaus tätig, und regelmäßig absolviert sie Praxistage. „Was brauchen die Mitarbeiter:innen vor Ort, die im Versorgungsprozess stehen? Was brauchen die Fachkräfte, die Führungskräfte, die Stationsleitungen?“, fragt sie sich immer neu. Dabei nimmt sie nicht nur Impulse und Ideen aus den eigenen

Einrichtungen auf, sondern verfolgt auch die Forschung und internationale Entwicklungen. Sie ist auch in ständigem Kontakt mit Kolleg:innen im In- und Ausland.

Bei allen neuen Ideen steht für Zita Kis Dadara im Vordergrund, dass sie für die Praxis geeignet und umsetzbar sind. „Es ist nicht alles an Neuerungen machbar, denn es bedarf enormer Ressourcen, nicht nur an Kompetenz, sondern auch an Arbeitszeit der Pflegepersonen“, erläutert sie, warum das Abwägen und Priorisieren in ihrem Job so wichtig sind. „Meine Herangehensweise ist grundsätzlich, dass ich die Frage stelle, was hat der Patient, der Mitarbeiter und die Organisation davon? Man muss oft nicht das ganze Rad drehen für eine Veränderung.“

## Ein Rahmen für alle

Eine weitere Herausforderung ist, dass die Einrichtungen verschiedene Bedürfnisse und Anforderungen haben. „Wir suchen bei der Auswahl der Themen den größten gemeinsamen Nenner, bei dem möglichst viele profitieren. Dann erarbeiten wir einen größeren Rahmen. In dem können alle für sich selbst den Weg und die Schritte oder die Geschwindigkeit der Umsetzung festlegen.“

Besonders wichtig ist ihr, mit ihrer Arbeit etwas zu verändern – und das nicht hierarchisch, sondern im Miteinander. „Ich möchte Menschen einbinden, befähigen, ihnen Möglichkeiten eröffnen“, erzählt sie von ihrem Antrieb. So ist die Stärkung der Pflege-Mitarbeiter:innen, etwa auch durch Bildungsangebote für ihre persönliche Entwicklung, ein roter Faden, der sich durch ihre Arbeit zieht. ■



Zita Kis Dadara, MSc ist bei Workshops viel im Austausch mit den Mitarbeiter:innen.

NEBENBEI

## Endlos furchtbar?



Sandra Lobnig

*Dass meine Existenz hier auf Erden ein Ende haben wird, traf mich das erste Mal mit voller Wucht kurz vor meinem 30. Geburtstag. Davor war der Tod für mich so fern, dass ich ihn als Möglichkeit für das eigene Leben nicht wirklich in Betracht gezogen hatte. Bis mir an der Schwelle zum neuen Lebensjahrzehnt bewusst wurde: Irgendwann ist auch für mich die Party vorbei. Eine erschütternde Erkenntnis. Der österreichische Philosoph Konrad Paul Liessmann drückte sein Unbehagen diesbezüglich anlässlich seines 70. Geburtstags in einem Zeitungsinterview aus: Die Endlichkeit stresse ihn, sagte er, und dass er am liebsten ewig leben würde. Ich fühle das sehr. Und muss an meinen dreijährigen Sohn denken, dem ich hin und wieder aus dem Internet ein Ausmalbild ausdrucke. Die Auswahl an Bildern ist unendlich, wir sitzen also lange vor dem Bildschirm. Eine Entscheidung fällt ihm unglaublich schwer. Erst wenn ich die Anzahl der Bilder eingrenze, schafft er es, eines auszuwählen. Zurück zum endlosen Leben. Wäre ein solches nicht endlos beliebig? Wozu mich für einen Lebenspartner entscheiden, wenn mir in der Zukunft ohne Ende möglicherweise noch bessere über den Weg laufen könnten? Wozu Verbindlichkeiten eingehen, wenn in der Endlosigkeit des Lebens ohnehin alles in der Bedeutungslosigkeit versinkt? Vielleicht ist es mit dem Leben wie mit den Ausmalbildern im Internet: Erst seine Begrenzung macht Entscheidungen möglich, Begegnungen einzigartig und Augenblicke wertvoll.*

Österreich gilt als ein Kernland der FSME-Virus-Verbreitung in Europa.



### VIROLOGIE

## 50 Jahre FSME-Impfstoff

Rund 85 Prozent der Österreicher:innen sind gegen die von Zecken übertragene Frühsommer-Meningo-encephalitis (FSME), eine Entzündung von Gehirn und Gehirnhaut, geimpft. Doch wohl die wenigsten wissen, dass der Impfstoff in Österreich entwickelt wurde. Mitte der 1950er-Jahre gelang es den beiden Österreichern Hans Moritsch und Josef Krausler, das die Krankheit verursachende Virus aus fünf Zecken zu isolieren. Von 1971 bis 1973 entwickelte Univ.-Prof. Dr. Christian Kunz vom Institut für Virologie der Universität Wien mit seinem Team den ersten Versuchsimpfstoff. Die industrielle Produktion begann 1976 durch die Immuno AG in Orth/Donau. Da es sich um einen Totimpfstoff handelt, sind regelmäßige Auffrischungsimpfungen nötig. Seit 1981 findet jedes Jahr eine österreichweite Informationskampagne mit Impfaktion statt, wodurch die hohe Durchimpfungsrate erreicht werden konnte.

**Kinder brauchen Väter,**  
Broschüre, hrsg. von  
aktion leben österreich,  
32 Seiten, € 4,50 Euro,  
erhältlich im Onlineshop  
([www.aktionleben.at](http://www.aktionleben.at))  
oder telefonisch unter  
01/512 52 21



### BROSCHÜRE

## Kinder brauchen Väter

Ein Plädoyer für das „Vatersein“ möchte aktion leben österreich mit ihrer neuen Broschüre „Kinder brauchen Väter“ setzen. „Und wir wollen mit ihr den Männern ausdrücklich sagen, wie wichtig sie als Väter sind und was sie dadurch gewinnen können“, betont Martina Kronthaler, Generalsekretärin von aktion leben österreich. In der Broschüre beschreiben sieben Väter ihre persönliche Geschichte mit ihren Kindern. Zusätzlich enthält sie drei Fachbeiträge sowie Informationen über Angebote der aktion leben für Männer und darüber, wie auch sie von der Schwangerenberatung profitieren können.

Pferdehufe und eisenbeschlagene Räder verursachten einst Lärm auf den Straßen Wiens (Taborstraße mit Kirche der Barmherzigen Brüder, um 1890).



# Lärm im alten Wien

Eine Großstadt ist mit Lärm verbunden. Menschen, Verkehrsmittel, Produktionsstätten und andere Geräuscherreger tragen zum speziellen „Sound“ der Stadt bei. Das ist nicht nur heute so, das war im rasch wachsenden vorindustriellen Wien nicht anders.

von HELGA MARIA WOLF

In den Häusern und Hinterhöfen waren Werkstätten untergebracht, die geräuschvoll produzierten.

Zwischen 1600 und 1800 nahm die Bevölkerungszahl von Wien rasch zu: Von 50.000 über 123.000 anno 1700 auf 250.000 (im heutigen Stadtgebiet). In diese Zeit fällt die Einführung wichtiger Verkehrsmittel: 1693 erteilte der Kaiser die erste Fiaker-Lizenz. Ein knappes Jahrhundert später gab es bereits 648 Fiaker und fast 300 nicht nummerierte Stadtlohnwagen, die als nobler galten. Sie ratterten über Pflastersteine, deren Verlegung nicht geräuschlos vor sich ging. 1744 wurden erstmals Zeiselwagen erwähnt, die nur außerhalb des Linienwalles unterwegs sein durften. Bald fanden die Zeiselwagen Mitbewerber: Pferdeomnibusse und Gesellschaftswagen mit fixem Standplatz in der Inneren Stadt waren für die Reisenden bequemer.

## Pferdekutschen

Doch nicht nur die Pferde, auch die Zurufe der Kutscher und die Wagen mit eisenbeschlagenen Rädern waren laut. 1810 beobachtete ein anonymer Autor: „Nach 6 Uhr wächst der Lärm in den Hauptstraßen der Stadt am heftigsten. Die Kanzleyen schließen sich. Die Arbeiter aus den Vorstädten legen ihre Werk-

zeuge nieder. Das Heer von Kanzleymännern ergießt sich wieder über die Gassen; die Vorstädter drängen sich hastig gegen die Thore ihrer Weltgegend.“

In den Häusern und Hinterhöfen waren Werkstätten untergebracht, die geräuschvoll produzierten. Unter den Lärm erzeugenden Betrieben waren Hufschmiede und Binder. Dazu zählten auch die Webstühle der 600 Seidenmanufakturen, die vielen Wiener:innen Beschäftigung boten. Viele waren im Sinne des Verlagssystems in Heimarbeit tätig, sie erhielten ihr Material von den Fabrikanten, arbeiteten zu Hause und lieferten die Waren ab.

## Ambulante Verkäufer:innen

Groß war die Anzahl der ambulanten Verkäufer:innen, die seit der Barockzeit auf den Straßen unterwegs waren. Sie machten mit branchenspezifischem, lautem Singsang auf sich aufmerksam. Der Kupferstecher Johann Christian Brand charakterisierte den „Kaufruf in Wien“ 1775 in Kupferstichen. Sie zeigen „Bändelkrämer“ aus dem Waldviertel,

„Betenkrämer“ (Rosenkranzverkäufer), Blumenstraußmädchen, slowakische Büstenkrämer, Huterinnen (Hutverkäuferinnen), Tintenhändler, Kupferstichhändler, Limonenträmerinnen, Lorbeerblätterkrämer, Verkäufer von Mausefallen und Blasbälgen, Italiener mit Käse und Salami, Tiroler Strohhutkrämer und Teppichhändler. Ebenso riefen Dienstleister wie Strohschneider oder Scherenschleifer ihre Dienste aus. Man hörte sogar, wann der Briefträger – die „Klapperpost“ – kam. Wer etwas zu verkaufen hatte, konnte sich an den Aschenmann, die Sammlerinnen von Hasenbälgen oder wandernde Trödler wenden.

### Straßensänger und Musikanten

Eine besondere Kategorie stellten die Straßensänger und Musikanten dar, von denen die Werkelmänner bis in die jüngste Vergangenheit bekannt blieben. Ursprünglich handelte es sich um invalide Kriegsveteranen, denen Maria Theresia ein bescheidenes Einkommen sichern wollte. Um 1840 gab es rund 800 Werkelmänner in Wien. Die Hausparteien warfen ihnen Münzen aus dem Fenster zu, Gehilfen sammelten das Geld ein oder erbaten es mit dem Hut.

„Musik wird oft nicht schön gefunden, weil sie stets mit Geräusch verbunden“, reimte der deutsche Dichter Wilhelm Busch im ausgehenden 19. Jahrhundert. In Wien beschwerte man sich zu seiner Zeit in der Josefstadt über das Spielen von Phonographen bei offenem Fenster, in der Währinger Straße über das Orchester eines Kinematographen-Theaters und in Grinzing über laut singende Heurigenäste. „Ganz abgesehen vom allerorts ver-

Auf den Märkten war viel los, was auch für Lärm sorgte (Naschmarkt, um 1898)



Man beschwerte sich über das Spielen von Phonographen bei offenem Fenster und über laut singende Heurigenäste.

nehmbaren Geklimper des zu einem Modeinstrument gewordenen Klaviers, das sich, wie man meinte, in der Musikstadt Wien geradezu seuchenartig ausbreite.“ Der Stadthistoriker Peter Payer hat solche Zeugnisse in seiner Studie „Vom Geräusch zum Lärm“ gesammelt und verweist darin auf einen „Antilärmverein“, der um 1910 bestand.

### Sagenhafter Lärm

Glaubt man dem Sagenschatz, so litt schon im 17. Jahrhundert der Ziegeleibesitzer Johann Thury unter dem Lärm in Wien. Er und seine Gattin Justine erbauten das erste Haus an der Kreuzung Liechtensteinstraße – Alserbachstraße. Der lehmige Grund war zwar ideal zur Rohstoffgewinnung, aber zum Leben gefiel es dem Ehepaar nicht auf dem Alsergrund. Die Sage vom „fliegenden Haus“ erzählt, dass ihnen eine gute Fee drei Wünsche für einen anderen Standort freistellte. Der erste war Schönbrunn, doch dort zertrampelte die adelige Jagdgesellschaft das liebevoll angelegte Gärtlein. Nun wünschte sich Thury sein Haus auf dem Stephansplatz. Dort, so heißt es, wollte er nicht bleiben, weil ihm das ständige Glockenläuten, der Lärm der Fahrzeuge und Handwerker unerträglich wurden. So blieb als letzter Wunsch die Rückkehr in die öde Vorstadt, da war es zumindest ruhig. ■

Über die Musik und den Gesang in Heurigen-Lokalen gab es immer wieder Beschwerden (Illustration aus „Die Gartenlaube“, 1891)

# Lavendel vom Berg

Michael und Sabrina Warter haben ihr Herz an den Lavendel verloren. Auf ihren Feldern und Hängen im Salzburger Pongau bauen sie die Duftpflanzen an.

von GUDRUN WINKLHOFER

Ich stehe in mitten eines blühenden Lavendelfeldes. Die Luft ist erfüllt vom warm-würzigen Aroma des Lavendels. Die lilafarbenen Blüten locken unzählige Bienen, Hummeln, Schmetterlinge und andere Insekten an. Doch ich befnde mich nicht in der Provence, wie man glauben könnte, sondern im Salzburger Pongau am Furtlegg-Gut von Michael und Sabrina Warter.

Das Furtlegg-Gut liegt 1.200 Meter hoch. Der Lavendel hat sich diesen Bedingungen bestens angepasst. Auch wenn er etwas kleiner ist als seine Familienmitglieder im mediterranen Raum, beeinträchtigt das die Qualität nicht. Im Gegenteil, denn um in dieser Höhe zu gedeihen, müssen die Pflanzen in relativ kurzer Zeit ihre Duft- und Wirkstoffe entwickeln. Durch diese Konzentration ist der Bergbauern-Lavendel besonders intensiv.

## Von Milch zu Lavendel

Michael und Sabrina Warter bewirtschaften den seit 1721 im Familienbesitz befindlichen Erbhof bereits in achter Generation. Da weder

Auch wenn  
der Pongauer  
Lavendel kleiner  
ist als jener im  
mediterranen  
Raum, be-  
einträchtigt  
das nicht  
die Qualität.



der Aufwand für die Milchwirtschaft noch der für die Mutterkuhhaltung und Fleischproduktion in einem Verhältnis zum Ertrag stand, wollte Michael etwas Neues wagen. Aber was tun auf einem so hoch gelegenen Hof, dessen magere, kalkhaltige Böden dem Wind ausgesetzt sind? Michael wollte beweisen, dass ein Bergbauernhof auch ohne Viehwirtschaft in eine gute Zukunft zu führen ist. Als er auf die Idee kam, Lavendel anzubauen, belächelten ihn die Nachbarn. „Das wird nie etwas“, prophezeiten sie ihm. Doch sie irrten sich.

2015 begann Michael mit 150 Pflanzen der Sorte *Lavandula angustifolia*, dem echten Lavendel, der nicht nur in der Naturheilkunde beliebt ist, sondern sich auch für kulinarische Zwecke eignet. Der Lavendel wuchs und gedieh. 2017 setzte er weitere 1.100 Pflanzen dieser Sorte sowie 300 der Sorte *Lavandula latifolia*, des Speiklavendels, der für Hydrolate und Öle verwendet wird. 2022 kamen noch einige Pflanzen der Hybridsorte *Lavandula intermedia* dazu. Die Vermehrung erfolgt über Saatgut; Lavendel ist ein Frostkeimer und muss abfrieren. Speiklavendel wird ausschließlich über Stecklinge vermehrt. Der Duft des Lavendels hängt übrigens von der Bodenbeschaffenheit ab. Die ersten Jahre arbeiteten Michael und Sabrina Warter, ohne viel Aufhebens um ihr Projekt zu machen. Nachdem sie 2019 die Biozertifizierung erreichten, brachten sie 2020 ihre Produkte offiziell auf den Markt.

## Viel Aufwand und Handarbeit

Das Lavendeljahr ist von viel Aufwand und Handarbeit geprägt. Ab April/Mai werden die vom Schnee niedergedrückten Pflanzen aufgerichtet und begutachtet. Wenn der Boden trocken ist, wird er aufgelockert und gejätet. Das Jäten begleitet die Lavendelbauern durch die ganze Saison. Dann dürfen die Pflanzen

Michael und Sabrina Warter bauen seit einigen Jahren im Salzburger Pongau Lavendel an.



Der Lavendel hat sich den Bedingungen im Salzburger Pongau bestens angepasst.



Die Blüten werden zu Gelee, Sirup, Gewürzsalz und Seife verarbeitet.

wachsen, bis sie von Mitte Juli bis Mitte August geerntet werden. Der mit der Heckenschere ausgeführte Ernteschnitt ist zugleich der Formschnitt. Geerntet werden die noch nicht vollständig geöffneten Blütenstände um die Mittagszeit, wenn die Feuchtigkeit der Nacht vollständig verdunstet ist. Dann ist auch die Konzentration an ätherischen Ölen am höchsten. Die Blütenrispen dürfen am Feld anwelken, bevor sie in die Lavendelhütte gebracht werden, wo sie im Halbschatten einige Wochen trocknen. Dabei werden sie regelmäßig gewendet. Im September beginnt die Bodenlockerung, bei Bedarf erfolgt eine Kalkgabe. Auf einer kleinen Fläche hat Michael den Versuch gestartet, Schafwollvlies als Dünger einzuarbeiten. Während der Winterruhe heißt es aufpassen; liegt kein Schnee, trocknet der Wind, vor allem der Ostwind, alles aus.

### Verschiedene Produkte

In einer kleinen Wasserdampfdestille werden Hydrolate und Öle destilliert. Sabrina verarbeitet die Blüten zu duftendem Gelee und Sirup – zartviolette i-Tüpfelchen für viele Gerichte und Getränke. Ein blumiges Lavendelsalz bringt den Duft des Sommers das ganze Jahr über auf den Tisch. Als Nächstes soll ein Lavendelessig entstehen. Und natürlich werden auch Duftsackerl mit den violetten Blüten

Als er auf die Idee kam, Lavendel anzubauen, belächelten ihn die Nachbarn.

befüllt, die zur Mottenabwehr in die Kleiderschränke gelegt werden. Durch die Kooperation mit einer regionalen Seifensiederin können Sabrina und Michael auch Lavendelseife anbieten. Als Nächstes wollen die Lavendelbauern in eine größere Wasserdampfdestille investieren.

### Entspannende Wirkung

Lavendel. Schon der Name hat eine entspannende Wirkung, dann erst die Farbe und der Duft! In der Naturheilkunde wird die Pflanze gegen Stress, Kopfschmerzen und Schlaflosigkeit eingesetzt. Lavendel wirkt beruhigend, krampflösend und antiseptisch. Außerdem lindert er den Juckreiz nach Insektenstichen und kleinen Verbrennungen. Kulinarisch harmoniert der Lavendel vor allem mit mediterranen Gerichten; auch in der Kräutermischung Herbes de Provence ist er eine wichtige Zutat. In meiner Küche spielen Duft und Aroma der lilafarbenen Blüten eine besondere Rolle. ■

### WEITERE INFOS

Im Sommer können am Furtlegg-Gut Feldführungen und Produktverkostungen gebucht werden. Weitere Infos und Online-Shop: [www.bergbauernlavendel.at](http://www.bergbauernlavendel.at)

# Hochhaus Wiese

„Hochhaus Wiese“ – ein gewagter und für viele wohl auch unverständlicher Vergleich, denn die meisten Menschen haben eine richtige Wiese noch nie gesehen.

VON REINHOLD GAYL

Unter der Erde, im Keller, haben die Pflanzen ihr Wurzelwerk, etwa saftstrotzende Knollen, Zwiebeln und Erdstämme.

Was man heute Wiese nennt, ist meist eine artenarme Grasplantage, gedüngt und mehrmals im Jahr gemäht, weil das nachwachsende, junge Gras mehr Eiweiß für das Vieh liefert. Früher wurde zweimal im Jahr gemäht: Der erste Schnitt lieferte das „Heu“, der zweite das „Grummet“. Wiesen sind Kunstprodukte der Jungsteinzeit, entstanden im Gefolge der gerodeten Wälder, hergestellt und erhalten für die aufkommende Haltung von Schafen, Ziegen und Rindern. Die meisten Blumen sind aus den asiatischen Steppen eingewandert und haben im Verein mit den Gräsern neue Ökosysteme geschaffen – die Blumenwiesen, die es, wie gesagt, aber nur noch selten gibt.

## Stock für Stock

Was aber hat das Hochhaus aus dem Titel damit zu tun? Betrachtet man eine Wiese im Querschnitt, wird einem rasch ihr Aufbau in einzelnen Stockwerken klar. Albrecht Dürer hat es bereits in seinem bezaubernd gemalten „Großen Rasenstück“ veranschaulicht. Die Stockwerke der Wiese beginnen im Parterre. Hier verzichten die meisten Pflanzen auf breite Blattrosetten. Der eng stehende Nachbar behindert sie. Sie müssen also rasch nach oben ans Licht und breiten im ersten Stock ihre Blätter aus, um durch die Photosynthese ihre Pflanzenkörper mit Nährstoffen zu füllen. Hier findet sich eine Fülle und Vielfalt an Blattformen. Breite, schmale, gefiederte, gelappte, kleine, große – nur so ist garantiert, dass jede Pflanze genügend Sonnenlicht erhält.

Mohnblumen sind auf den heimischen Wiesen selten geworden.



Im zweiten Stock treiben die ersten Pflanzen schon ihre Blüten aus. Etwa der Wiesenkle, der darauf hofft, dass die Bestäuber-Insekten schon zu ihm herunterfinden werden. Andere treiben ihre Blüten erst im dritten Stock, eine weise Wahl, denn hier wimmelt es von Bestäubern: Bienen, Hummeln, Schmetterlinge mit ihren langen Rüsseln, Fliegen. Sie alle kommen auf ihre Rechnung, weil die Blüten wie die Blätter auch eine ungeheure Vielfalt entwickeln: Tiefe Blüten für die Schmetterlinge, flache für die Fliegen, komplizierte für findige Bienen und Hummeln. Es ist allerdings ein Stockwerk, das auch von Jagdfliegern wie Hornissen, Wespen und lauernden Jägern wie Spinnen, Gottesanbeterinnen und Laubheuschrecken besucht wird. Schmetterlingsraupen nutzen die vielfältigen Blätter, denn Raupen sind meist hoch spezialisiert. In einer Grasplantage würden die meisten verhungern. An den Stängeln sitzen Säftesauger wie Blattläuse, Wanzen und Zikaden, spezialisiert darauf, ihre Rüssel in die zuckerführenden Leitungsröhrchen zu stechen.

## Auf der Dachterrasse

Oben kommen wir auf die „Dachterrasse“. Am auffälligsten sind die Schirme der Doldenblütler, die zuweilen ein fast geschlossenes Dach bilden. Die energischsten Hochhaus-Bewohner sind die Gräser. Sie haben schon im Parterre ihre Horste aus schmalen Blättern entwickelt, bestens versorgt mit Kieselsäure in ihren Zellwänden, die jedem Fresser den Appetit nehmen soll. Die Blütenschäfte aber sind stramme Halme, die geradezu durch das ganze Hochhaus schießen, um erst im Oberstock ihre Blüten auszubilden. Viele Leute wissen gar nicht, dass Gräser Blüten haben, so unscheinbar sind sie. Weil sie sich durch den Wind bestäuben lassen, wären sie in den windstilten unteren Stockwerken hoffnungslos verloren. Ihre Pollen kennen alle, die an Heuschnupfen leiden, nur zu gut.

Betrachtet man eine Wiese im Querschnitt, wird einem rasch ihr Aufbau in einzelnen Stockwerken klar.



Fotos von oben nach unten:

Von vorne betrachtet ist der Stockwerkbau der Wiese gut zu sehen.

Wanzen wie die Streifenwanze sitzen gern auf Blättern und Stängeln.

Doldenblütler bilden mit ihren ausladenden Blüten das „Dach des Hochhauses“.

Gräser wie das Knäuelgras blühen unscheinbar.



### Unterm Hochhaus

Doch wandern wir nochmals hinab in die unteren Stockwerke. Laufkäfer sammeln eifrig alles, was von oben herunterkommt: verschreckte Blattläuse, Raupen, die den Halt verloren haben, und natürlich Regenwürmer, die vorwitzig aus der Erde kommen. Grillen essen herumliegende Pflanzenteile, Laufspinnen jagen nach Kleintieren.

Unter der Erde, im Keller, haben die Pflanzen ihr Wurzelwerk, etwa saftstrotzende Knollen, Zwiebeln und Erdstämme. Hier wohnen nicht nur Regenwürmer. Auch Grillen hausen in Löchern. Das Wurzelwerk wird dankbar von Wühlmäusen und Käferlarven gefressen, und diese wiederum vom Maulwurf, der auch Jagd auf die Regenwürmer macht. Ein besonderer Bewohner ist die Maulwurfsgrille, die wie ein Mischwesen aus Grille und Maulwurf aussieht. Sie verfügt über eine eigenartige Technik: Ihre Erdbauten werden so angelegt, dass sie als Lautverstärker für ihre unterirdischen, schrillen Gesänge dient, die man früher in stillen Nächten oft stundenlang hören konnte. Weil sie unstillbaren Appetit auf Pflanzenwurzeln hat, ist sie erklärter Feind aller Gärtner:innen. Deshalb ist sie leider selten geworden.

Besonders gern fideln die Vagabunden der Wiese, die Heuschrecken, ihr Liedchen in den Sonnentag. Sie krabbeln durch alle Stockwerke, Langfühlerschrecken wie die prachtvolle Strauchschrecke auf der Suche nach essbaren Insekten, Kurzfühlerschrecken dagegen mümmeln Pflanzenteile wie das liebe Vieh. ■

# Rätsel

Schriftsteller	sorgen-voll	Gegner Luthers, † 1543	Meerkatze (...affe)	Kfz-K. Krems an der Donau	österr. Tennisspieler (Dominic)	Binnen-ge-wässer	Funk-netzwerk (engl. Abk.)	un-wirklich	höfliche Anrede in England	englisch: nach, zu
süße Sahne	►	▼	▼	feines Metzgerprodukt	▼	▼	▼	▼	▼	▼
Maß der Schallgeschwindigkeit	►	6	englisches Fürwort: sie	7	österr. Schauspieler (Tobias)	▼	▼	Stadt am Zuckerrhut (Kw.)	▼	▼
2	2	Wortteil: Hundertstel	franz. Schauspieler (Alain)	▼	eh. österr. Skirennläufer	▼	5	▼	▼	Geck
Öl-schiff	▼	außer-dem	4	skand. Männername	Hauptstadt Perus	▼	weiches Schwermetall	▼	▼	Kfz-K. Eferding OÖ
eng-lische Herzöge	▼	Abk.: Stadt-Express	schlechte Angewohnheit	Kinderbaustein	▼	▼	▼	▼	Kfz-K. Lk. Mittelsachsen	▼
österr. Filmkomponist, † (Nico)	▼	▼	1	öffentliche Funktion	▼	▼	natürlicher Kopfschmuck	▼	Abk.: Auswärtiges Amt	Ufa-Zufluss
Drama von Schnitzler	►	▼	3	Luftpost (engl.)	▼	▼	▼	▼	▼	▼

DEIKE-1510-6

1	2	3	4	5	6	7
---	---	---	---	---	---	---

Lösung vom Mai:  
Hibiskus

G	K	Y	B	O
E	L	M	A	U
H	A	E	S	U
E	U	S	L	R
Y	E	A	E	W
B	H	R	R	E
O	E	D	L	K
G	R	A	T	E
I	A	N	T	S
E	R	T	A	E
L	I	L	S	E
A	S	A	A	S
U	T	T	L	S
K	A	T	A	T
T	S	E	E	T
I	S	E	E	I
G	I	R	A	E
I	L	A	T	S
R	A	T	A	E
A	S	T	L	S
E	E	E	E	E
G	O	R	E	T
O	B	E	T	Z
R	E	T	Z	T
E	T	Z	T	A
T	Z	T	A	L

## Rätseln und gewinnen

Gesucht ist ein Fluss, der durch Salzburg fließt. Senden Sie uns das richtige Lösungswort und Sie haben die Chance, das Buch **Kraftworte** (unseren Buchtipps von Seite 19) zu gewinnen. Aus den richtigen Einsendungen ziehen wir drei Gewinner:innen.



### Unsere Adresse:

Redaktion Granatapfel, Negerlegasse 5/1–3, 1020 Wien  
E-Mail: redaktion@granatapfel.at  
Einsendeschluss: 20. Juni 2023

Absender nicht vergessen, auch bei Teilnahme per E-Mail! Nur ausreichend frankierte Sendungen werden entgegengenommen. Der Rechtsweg ist ausgeschlossen. An die Teilnahme sind keinerlei Verpflichtungen gebunden.

Mit der Teilnahme und der damit verbundenen Zusendung Ihrer Daten erklären Sie sich einverstanden, dass Ihre personenbezogenen Daten zum Zwecke der Gewinner-Ermittlung verarbeitet werden. Nähere Informationen zum Datenschutz finden Sie unter [www.barmherzige-brueder.at/ds](http://www.barmherzige-brueder.at/ds).

Die Gewinner:innen der Mai-Ausgabe wurden bereits gezogen und die Preise an sie versandt.

### Sudoku (schwer)

Die Zahlen von 1 bis 9 sind so einzutragen, dass sich jede der neun Zahlen nur einmal in einem Neunerblock, nur einmal auf der Horizontalen und nur einmal auf der Vertikalen befindet.

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

Lösung vom Mai:

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



# Abonnieren und helfen

Mit einem Abonnement des Granatapfel-Magazins erhalten Sie nicht nur Monat für Monat ein Heft mit 36 lesenswerten Seiten. Sie unterstützen damit auch die Barmherzigen Brüder und ihre Einrichtungen für kranke, alte und beeinträchtigte Menschen.

Das Magazin erscheint elfmal im Jahr (im Juli/August als Doppel-Ausgabe). Wählen Sie aus folgenden Abo-Varianten:

## Standard-Abo

**11 Ausgaben um € 27,50**

Das Abo verlängert sich automatisch jeweils um ein Jahr, wenn es nicht spätestens einen Monat vor Ende schriftlich oder telefonisch abbestellt wird.

## Kurz-Abo

**6 Ausgaben um € 15,-**

Das Abo endet danach automatisch.

## Zwei-Jahres-Abo

**22 Ausgaben zum Vorzugspreis von € 45,-**

Nach zwei Jahren verlängert sich das Abo um jeweils ein Jahr zum Standard-Abo-Preis, wenn es nicht spätestens einen Monat vor Ende schriftlich oder telefonisch abbestellt wird.

**Danke**  
für Ihre  
Unterstützung!

## IM PRESSUM

Granatapfel – Das Magazin der Barmherzigen Brüder

Nr. 6 · Juni 2023

**Medieninhaber und Herausgeber:**  
Provinzialat der Barmherzigen Brüder, 1020 Wien, Taborstraße 16, E-Mail: office@bbprov.at, www.barmherzige-brueder.at

**Redaktion:** Brigitte Veinfurter (Leitung), Eva-Maria Baier und Kristina Weimer-Hötzeneder, Negerlegasse 5/1-3, 1020 Wien, Tel.: 01/214 10 41, Fax: DW 1815, E-Mail: redaktion@granatapfel.at

**Grafik, Layout und Herstellung:**  
Egger & Lerch Corporate Publishing, Vordere Zollamtsstraße 13, 1030 Wien, www.egger-lerch.at

**Druck:** Druckerei Berger, 3580 Horn

**Vertrieb und Aboverwaltung:**  
Eva-Maria Baier und Nicole Hladik, Negerlegasse 5/1-3, 1020 Wien, Tel.: 01/214 10 41, Fax: DW 1815, E-Mail: info@granatapfel.at

**Erscheinungsort:** Wien

**Offenlegung:** Eigentümer: Provinzialat der Barmherzigen Brüder, 1020 Wien, Taborstraße 16 (100%). Grundlegende Richtung: Christliches Gesundheits- und Familienmagazin.

Die Artikel spiegeln die persönliche Meinung der Autor:innen wider und müssen sich nicht zwangsläufig mit der Meinung des Herausgebers decken. Die Redaktion behält sich Kürzungen und Änderungen der Manuskripte vor.

Honoraransprüche müssen bei Vorlage gestellt werden.

**Auflage:** 24.900

**Standard-Abo:** € 27,50  
(inkl. Mehrwertsteuer und Versandspesen)

**Bankverbindung:**

RLB OÖ, BIC: RZ00AT2L  
IBAN: AT64 3400 0000 0015 3346

## Digital-Abo

**11 Ausgaben um € 15,50**

Das Abo verlängert sich automatisch jeweils um ein Jahr, wenn es nicht spätestens einen Monat vor Ende schriftlich oder telefonisch abbestellt wird. Ein Wechsel vom Papier-zum Digital-Abo ist nach Ablauf des Papier-Abos möglich.

## WEITERE INFOS UND BESTELLUNG:

Telefon: 01/214 10 41

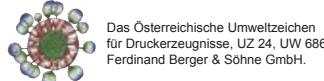
E-Mail: info@granatapfel.at

Internet: www.granatapfel.at



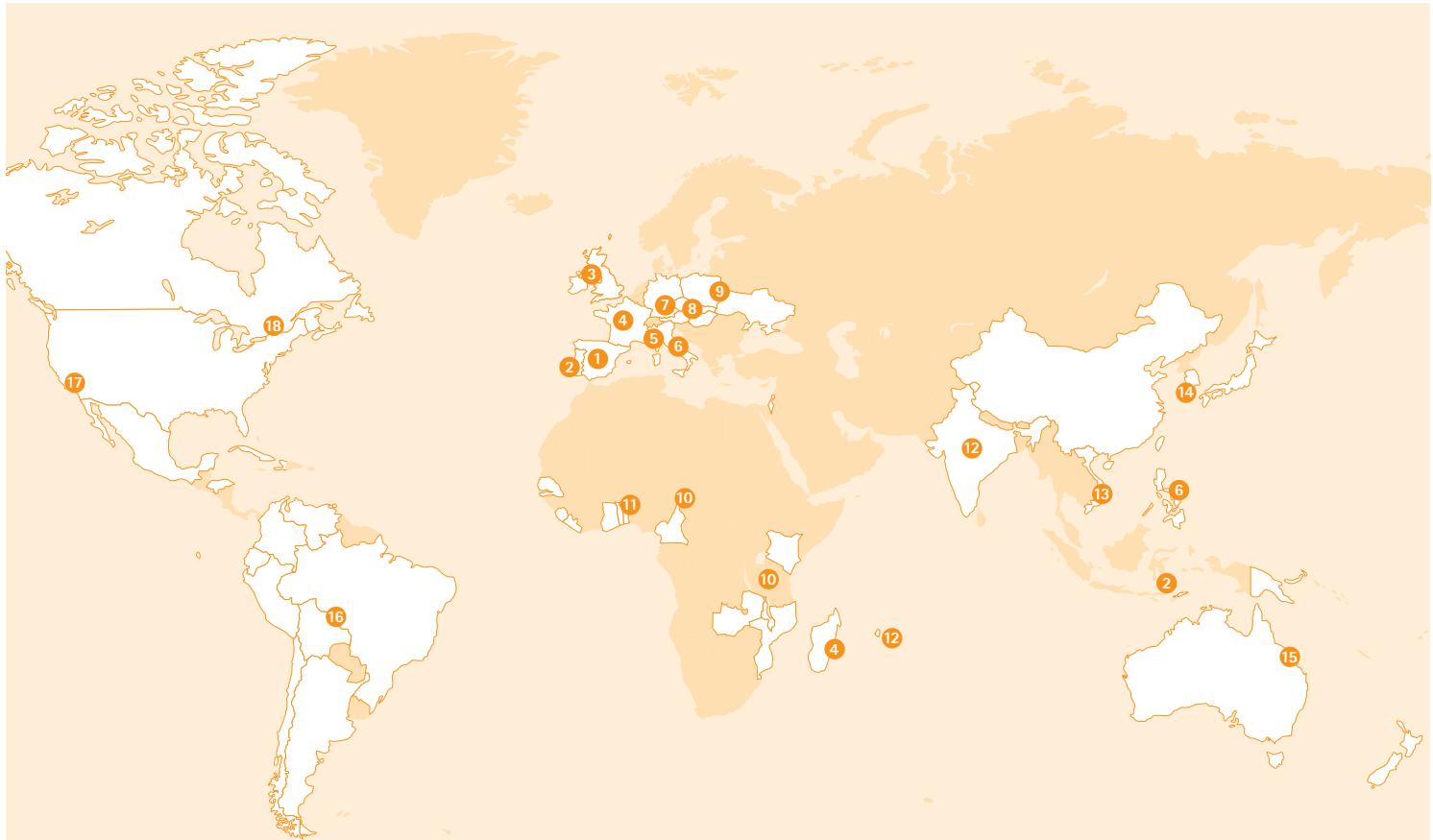
Die angegebenen Preise gelten in Österreich. Bei Bestellungen aus dem europäischen Ausland kommt pro Ausgabe ein Porto von € 2,- dazu, von außerhalb Europas sind es € 3,50 pro Ausgabe. Das Kurz-Abo ist nur in Österreich erhältlich.

Informationen zur Verarbeitung Ihrer personenbezogenen Daten finden Sie unter [www.barmherzige-brueder.at/ds](http://www.barmherzige-brueder.at/ds).



Falls Empfänger verzogen,  
mit neuer Anschrift an  
Granatapfel-Verwaltung  
1021 Wien, Negerlegasse 5/1-3

Österreichische Post AG  
MZ 02Z032631 M



# Barmherzige Brüder

Weltweit in über 50 Ländern tätig

Der Orden betreibt auf allen Kontinenten Krankenhäuser, Pflegeeinrichtungen, Sozial- und andere Gesundheitseinrichtungen sowie Schulen. Im Sinne der Hospitalität (christliche Gastfreundschaft) sorgen rund 980 Ordensbrüder gemeinsam mit etwa 62.000 hauptamtlichen und 25.000 ehrenamtlichen Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern für kranke und alte Menschen, Menschen mit Behinderung, Sterbende, Drogenkranke, Obdachlose und Kinder, die Hilfe brauchen.

Die Generalleitung des Ordens hat ihren Sitz in Rom. Der Orden gliedert sich weltweit in 18 Ordensprovinzen:

## Ordensprovinzen in Europa

- ① Spanische
- ② Portugiesische (+ Osttimor)
- ③ Westeuropäische (Irland, England + Malawi)
- ④ Französische (+ Madagaskar)
- ⑤ Lombardische (Norditalien)
- ⑥ Römische (+ Philippinen)
- ⑦ Bayerische (Deutschland)
- ⑧ Österreichische (Österreich, Ungarn, Tschechien, Slowakei)
- ⑨ Polnische (+ Ukraine, Israel)

## Ordensprovinzen in Afrika

- ⑩ Afrikanische (Ghana, Kamerun, Kenia, Liberia, Mosambik, Sambia, Senegal, Sierra Leone)
- ⑪ Benin-Togo

## Ordensprovinzen in Asien

- ⑫ Indische (+ Mauritius)
- ⑬ Vietnamesische
- ⑭ Koreanische (Südkorea + Japan, China)

## Ordensprovinzen in Ozeanien

- ⑮ Ozeanische (Australien, Neuseeland, Papua-Neuguinea)

## Ordensprovinzen in Amerika

- ⑯ Lateinamerika und Karibik (Argentinien, Bolivien, Brasilien, Chile, Ecuador, Honduras, Kolumbien, Kuba, Mexiko, Peru, Venezuela)
- ⑰ US-Amerikanische (Kalifornien)
- ⑱ Nordamerikanische (Kanada, USA + Haiti)