



BARMHERZIGE BRÜDER
ÖSTERREICH

granatapfel

DAS MAGAZIN
DER BARMHERZIGEN BRÜDER

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 Hörproblemen 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!

K. Weimer-Hötzeneder

Kristina Weimer-Hötzeneder, MA
Redaktion

Der Granatapfel

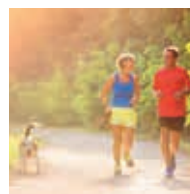
Symbol und Programm
der Barmherzigen Brüder

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



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

Gesundheit & Lebenshilfe

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 Augendruckes 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 Lafeinheiten 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 belasten 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 Schmerzurückgang führt. ■

Laufverletzungen vorbeugen

- **Aufwärmen:** Wer sofort lossprintet, 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.

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 WINKLHOFFER

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 befinde 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

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

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



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 Heckschere 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 harmonisiert 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



Abonnieren und helfen

Mit einem Abonnement des Granatapfel-Magazins erhalten Sie nicht nur Monat für Monat ein Heft mit 36 lezenswerten 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.

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.

Danke
für Ihre
Unterstützung!

IMPRESSUM

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 Versandkosten)

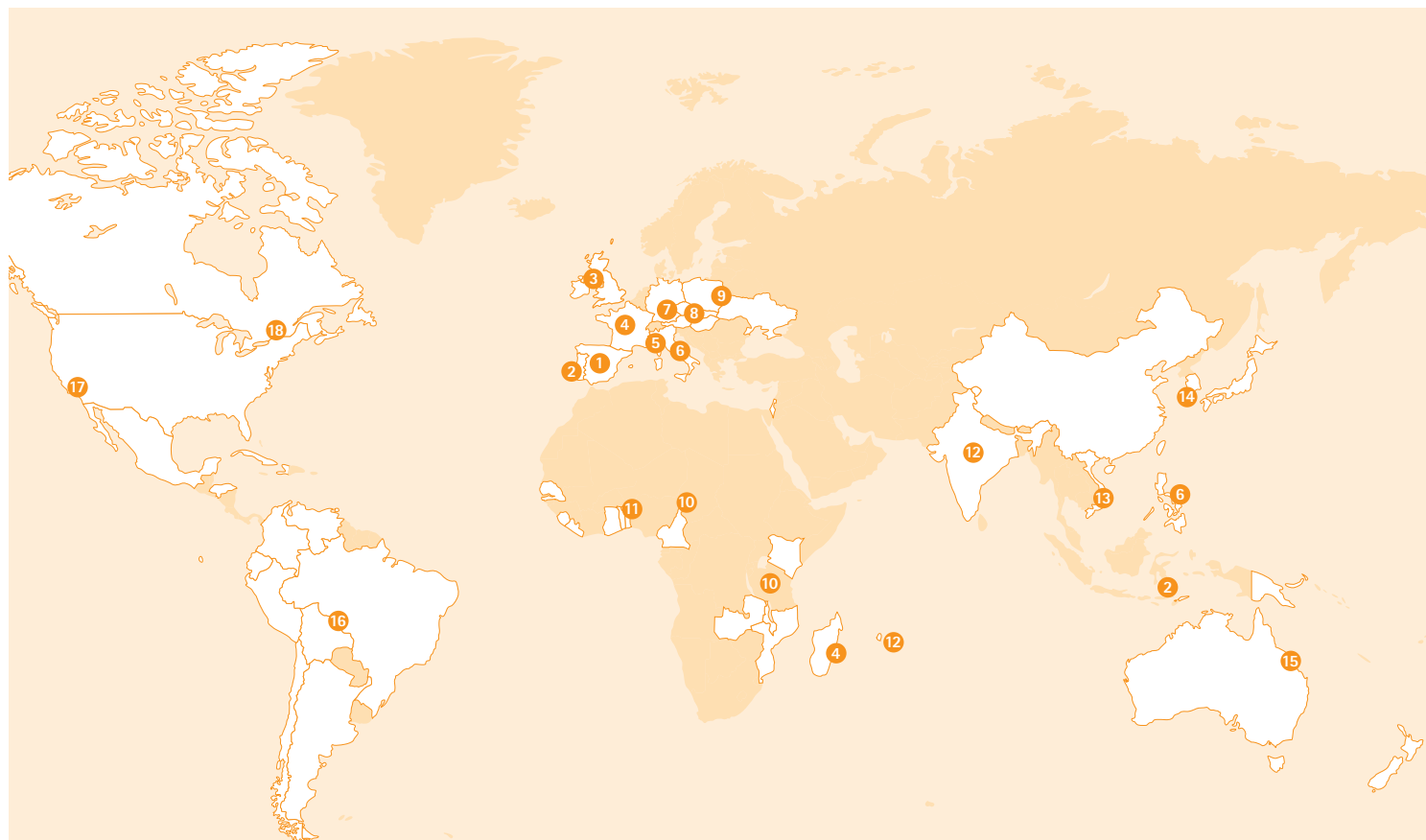
Bankverbindung:
RLB OÖ, BIC: RZ00AT2L
IBAN: AT64 3400 0000 0015 3346



Das Österreichische Umweltzeichen für Druckerzeugnisse, UZ 24, UW 686
Ferdinand Berger & Söhne GmbH.

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)