



BARMHERZIGE BRÜDER
ÖSTERREICH

granatapfel

DAS MAGAZIN
DER BARMHERZIGEN BRÜDER

www.granatapfel.at · € 3,10 · 93. Jahrgang · 7–8/2025

Gesundheitscheck am Handgelenk

Chancen und Gefahren der Smartwatch
beim Sport und im Alltag.
Seite 4



ADHS

Zwischen Stärken, Reizen und
Überforderung. Seite 16

Wortwandern

Beim Spazierengehen spielerisch
Deutsch lernen. Seite 30

Immer der Küste entlang

Mit der Straßenbahn in Belgien
unterwegs. Seite 38



Liebe Leserin, lieber Leser!

Ich muss zugeben, dass ich neuen Technologien gegenüber eher skeptisch bin. Und doch gibt es Geräte, denen ich durchaus etwas abgewinnen kann, wie zum Beispiel den Smartwatches, die Fitness- und Gesundheitsdaten erfassen können.

Welche Chancen sie bieten, aber auch welche Gefahren dabei bestehen, erklären zwei Ärzte aus dem Eisenstädter Brüder-Krankenhaus auf den Seiten 4 und 5.

Nicht nur in der Technik, sondern auch bei der Ernährung gibt es immer wieder neue Entwicklungen. So serviert der österreichische Spitzenkoch Paul Ivić in seinem Restaurant schon seit Jahren ausschließlich vegetarische Gerichte. Warum er sich dafür entschieden hat, schildert er auf Seite 23. Auch die Küche des Brüder-Krankenhauses in Salzburg setzt seit einigen Monaten bewusst auf reduzierte Fleischmengen sowie regionale und biologische Zutaten (Seite 9). Nicht nur um gesunde Ernährung, sondern auch um einen neuen Blick auf den Körper geht es beim „Biohacking“. Das Kurhaus Schärding gibt auf Seite 8 Tipps, wie man es auch im Alltag praktizieren kann.

Als studierte Historikerin finde ich es aber auch interessant, zurück in die Vergangenheit zu blicken. So berichten wir in dieser Ausgabe etwa über die Kusttram, eine Straßenbahn, die seit 140 Jahren entlang der Küste in Belgien verkehrt (Seite 38–39), und über eine Frau, die vor 500 Jahren die norddeutsche Stadt Jever regiert und geprägt hat (Seite 40–41). Und wir bringen einen Bericht über die Ausstellung in Schloss Eggenberg bei Graz, die die 400-jährige Geschichte des Schlosses und der Fürstenfamilie beleuchtet (Seite 42–43).

Einen schönen und angenehmen Sommer wünscht Ihnen

Brigitte Veinfurter

*Mag. Brigitte Veinfurter
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 Gesundheitscheck am Handgelenk Wie man Smartwatches nutzen kann und welche Gefahren dabei bestehen, schildern zwei Ärzte aus Eisenstadt.

- 6 Endlich sportlich! Aber wie?**
- 8 Biohacking: Praktische Anwendung**
- 9 Ausgewogen, biologisch, regional**
- 10 Die fetten Jahre sind vorbei**
- 12 Wenn Biene, Wespe oder Hornisse stechen**
- 14 Juckende Bläschen**
- 15 Rekord bei Augen-Operationen**
- 16 Zwischen Stärken, Reizen und Überforderung**
- 18 Ein Berufsbild mit Sinn**
- 19 Kunst als Therapie**
- 20 Zuhause und auf Reisen**
- 21 Glosse: Grenzenlose Hospitalität**
- 22 Aussaatkalender für Juli und August**
- 23 Paul Ivić: Wie spannend gutes Essen sein kann**
- 24 Rezepte: Neben dem Grill**

Orden & Mitarbeitende

- 29 Kurzmeldungen**
- 30 Spazieren, entdecken, verstehen**
- 31 Glosse: Helfen**
- 32 Mit Frater Thomas in Vietnam**
- 34 Fahrradfreundlicher Arbeitgeber**

Kultur & Gesellschaft

- 35 Kurzmeldungen**
- 35 Gedankensplitter: Blaulicht macht Sinn**
- 36 Eine Besonderheit im Garten**
- 38 Immer der Küste entlang**
- 40 Fräulein Maria und ihre Stadt**
- 42 Sein und Schein auf Schloss Eggenberg**
- 44 Zu neuem Leben erweckt**
- 45 Schokolade made in Africa**
- 47 Achtung! Betrügerische Nachrichten**
- 48 Natur: Grundnahrungsmittel Mais**

Rubriken

- 26 Meditation: Dank**
- 28 Inspiration: Bleib, wie du bist?**
- 50 Rätsel**
- 51 Impressum**

Gesundheit & Lebenshilfe



FAMILIENSPASS

Wandern mit Kindern

Damit eine Wanderung für Eltern und Kinder ein schönes Erlebnis wird, hier einige Tipps:

- Beziehen Sie die Kinder in die Planung mit ein.
- Passen Sie die Schwierigkeit des Weges an Alter und Leistungsvermögen der Kinder an. Empfehlenswert sind kürzere, flache Strecken mit genügend Pausen. Ab sechs Jahren schaffen Kinder auch Tagestouren.
- Planen Sie mit Kindern ca. um die Hälfte mehr Zeit als angegeben ein.
- Stellen Sie schon vorab klare Regeln auf: etwa kein Abweichen von markierten Wegen, kein Vorauslaufen, kein Zurückbleiben.
- Achten Sie auf gut sitzende Wanderschuhe mit rutschfester Sohle.
- Geben Sie jedem Kind einen Rucksack, in dem es seine eigene Verpflegung samt Getränk sowie wetterfeste Kleidung und Sonnenschutz mitnehmen kann.
- Nehmen Sie außerdem Insektenschutzmittel sowie Verbandsmaterial und Pflaster für kleinere Verletzungen mit.

Gemeinsames
Wandern
macht Spaß
und ist
gesund.

DIGITALE MEDIEN

Stress für die Augen

Langes Blicken auf Computerbildschirm oder Smartphone stellt unsere Augen vor große Herausforderungen. Denn dabei blinzeln wir unbewusst seltener, die Augen werden nicht mehr ausreichend mit Tränenflüssigkeit befeuchtet und beginnen zu brennen.

Mit der Zeit können sich daraus Kopfschmerzen entwickeln. Es empfiehlt sich daher, alle paar Minuten in die Ferne zu schauen und bewusst zu blinzeln oder die Augen für ein paar Sekunden zu schließen sowie regelmäßig zu lüften, um die Luft feuchter zu halten. Auch fehlende oder falsche Sehhilfen können Kopfschmerzen verursachen. Ideal ist eine spezielle Computerbrille für ca. 80 Zentimeter Sehentfernung. Eine Gleitsichtbrille hilft ebenfalls, kann aber Kopfweh fördern, wenn der Kopf zu starr gehalten wird, um die beste Schärfe auf dem Bildschirm zu fixieren.



Lange Zeit vor dem Bildschirm kann den Augen schaden.

**Du wusstest doch,
dass ich Kinder habe!**
Wie du in deiner Patchworkfamilie selbstbestimmt Grenzen setzt und ihr ein Paar bleibt, von Torsten Geiling, Lisa Jahns, Goldegg-Verlag, ISBN 978-3-99060-497-7, 230 Seiten, € 22,-



BUCHTIPP

Leben in einer Patchworkfamilie

In einer Patchworkfamilie sollen Menschen aus unterschiedlichen Familien als neue Einheit funktionieren. Das stellt alle Beteiligten vor Herausforderungen und führt nicht selten zu Problemen. Lisa Jahns und Torsten Geiling leben nicht nur selbst in einer Patchworkfamilie zusammen, sie haben auch eine Beziehungsberatung gegründet, die Menschen in Trennungssituationen und Patchworkfamilien berät. In ihrem Buch geben sie praxisnahe Tipps, ergänzt durch konkrete Beispiele aus ihrer Praxis – von der Kindererziehung, dem Umgang mit dem Expartner bis zum Zusammenleben als Paar. Allerdings sind die beschriebenen gesetzlichen Regelungen und Beratungsstellen auf Deutschland bezogen.

Eine Smartwatch kann beim Sport eine wichtige Unterstützung sein.

Gesundheitscheck am Handgelenk

Barmherzige Brüder Eisenstadt ▶ Eine Smartwatch ist, aus dem Englischen übersetzt, eine „intelligente Armbanduhr“. Sie zeigt nicht nur die Zeit an, sondern auch Benachrichtigungen und kann Fitness- bzw. Gesundheitsdaten erfassen. Doch wo liegen die Chancen und Gefahren der Dauerüberwachung am Handgelenk? Ärzte der Inneren Medizin klären auf.

VON ANDREA MICHLITS-MAKKOS



Dr. Simon Voss ist Assistenzarzt an der Abteilung für Innere Medizin I – Kardiologie und Nephrologie am Krankenhaus der Barmherzigen Brüder in Eisenstadt.

Neben der Zeiterfassung verfügt eine Smartwatch über nützliche Zusatzfunktionen. In der Regel ist sie mit einem Smartphone verbunden. Benachrichtigungen, Anrufe, Erinnerungen – vieles ist möglich und hilfreich im Alltag. „Auch für unsere Gesundheit gibt es nützliche Anwendungen“, heißt es aus der Abteilung für Innere Medizin – Kardiologie und Nephrologie im Krankenhaus der Barmherzigen Brüder in Eisenstadt. Assistenzarzt Dr. Simon Voss: „Smartwatches entwickeln sich kontinuierlich weiter und sind immer besser dazu geeignet, sie für unsere Gesundheit zu nutzen. Persönliches Training, Fitnessaktivitäten, Standort, Schrittzahl, Streckenlänge, Kalorienverbrauch oder Puls können damit aufgezeichnet und überwacht werden.“

Will etwa jemand seinen Body-Mass-Index verbessern und abnehmen, gibt die Uhr einen guten Überblick zum täglichen Kalorienverbrauch. Vor allem Langzeitmesswerte sind hier aussagekräftig. Bewegungs- und Ernährungsgewohnheiten lassen sich mit der Uhr besser einordnen. Eine interessante Datensammlung, sicherlich auch für Diabetiker:innen. „Die Pulsüberwachungsfunktion ist nicht nur für Sportler:innen sinnvoll“, ist Dr. Voss überzeugt: „Oft zeigt erst die Smartwatch deutlich, wie körperlich anstren-

gend beispielsweise allein ein Spaziergang durch unwegsames Gelände sein kann. Via Smartwatch ist der Puls stets im Blick, um eine kontrollierte Belastung zu ermöglichen.“ Bei manchen Uhrenmodellen sind noch präzisere Messungen via Brustgurt möglich.

Primarius Prof. Dr. Rudolf Berger, Vorstand der Abteilung für Innere Medizin – Kardiologie und Nephrologie, sieht aber auch Gefahren durch solche Fitness-Tracker, etwa, dass sie die Angst vor gesundheitlichen Problemen auch verstärken können. „Träger:innen einer Smartwatch neigen dazu, sich so auf die gesammelten Zahlen und Daten zu fixieren, dass sie den Blick auf das Wesentliche verlieren. Die Uhr ist als positive Unterstützung im Alltag zu sehen, um diesen gesünder, aktiver und sicherer zu bewältigen. Die Messungen sollten uns nie belasten und stressen, sondern helfen, einen gesunden Lebensstil zu pflegen“, so Primarius Berger.

Nützliche Funktionen

Auch für Senior:innen kann eine Smartwatch im Bereich Gesundheit, Sicherheit und Alltagsunterstützung sehr nützlich sein. Der Nutzen hängt allerdings stark davon ab, ob die Uhr einfach zu bedienen ist, welche Funktionen tatsächlich vorhanden sind und ob diese auch sinnvoll genutzt werden.





Primarius Univ.-Prof. Dr. Rudolf Berger, MSc, FESC ist Abteilungsvorstand Innere Medizin I – Kardiologie und Nephrologie in Eisenstadt.

Die Uhr ist als positive Unterstützung im Alltag zu sehen, um diesen gesünder, aktiver und sicherer zu bewältigen.

„Manche Smartwatches erkennen sogar Stürze. Sie fragen aktiv nach, ob Hilfe benötigt wird. Reagiert die Person nicht, wird automatisch ein Notruf abgesetzt“, ergänzt Dr. Voss. Eine Notruftaste bei Smartwatches ist zwar nicht Standard, aber längst keine unübliche Anwendung mehr. Auch die GPS-Ortungsfunktion kann sehr hilfreich sein. Für demenzkranke Personen manchmal sogar lebensrettend. Bei Bedarf können Angehörige den Standort einsehen bzw. nachverfolgen.

Alarmfunktionen sind für eine regelmäßige Medikamenteneinnahme dienlich. Die Integration eines Kalenders verschafft einen guten Überblick über den Tag. Nicht nur im höheren Alter sind Erinnerungen via Smartwatch sinnvoll, wie etwa der Hinweis, ausreichend zu trinken, oder das Erinnern an (Arzt-)Termine.

Gute Schlafqualität ist für unsere Gesundheit essenziell und förderlich, das ist allgemein bekannt. Die intelligente Armbanduhr hilft auch hier und analysiert den Schlaf und die Schlafqualität. Dauerhafte Unregelmäßigkeiten können auf Schlafstörungen hinweisen, denn die meisten Uhren zeichnen neben der Schlafdauer auch Schlafphasen und Schlafqualität auf. Dadurch haben auch Laien eine gute Basis, um das Schlafverhalten zu verbessern.

Nicht für medizinische Zwecke

„Ich wurde auch schon gefragt, ob eine Smartwatch einen Herzinfarkt erkennen kann“, erzählt Dr. Voss. Diese Frage mag naiv anmuten, doch dahinter steckt tatsächlich mehr, lässt Primarius Berger wissen: „Manche Smartwatches können in der Tat helfen, relevante Daten des Herzrhythmus aufzuzeichnen. Sie erkennen ungewöhnlich hohe oder niedrige Herzfrequenzen. Ein unregelmäßiger Herzschlag kann dann unter Umständen auch auf Vorhofflimmern hinweisen.“ Wer sich für solche Funktionen interessiert, muss aber wissen: Nicht alle Smartwatches können Stürze oder gar Herzprobleme erkennen. Die beiden Mediziner raten deshalb zu einer guten Beratung im Fachhandel.

Die Blutsauerstoffmessungen von Smartwatches sind zwar schon ziemlich gut, aber nicht vollständig zuverlässig (!) – insbesondere im Vergleich zu denen eines Finger-Pulsoximeters. Mit diesem Gerät wird in der Medizin die Pulsfrequenz und Sauerstoffsättigung gemessen. „Verwenden Sie die Daten der Smartwatch also bitte nur, um Ihr allgemeines Wohlbefinden zu überwachen, und nicht für medizinische Zwecke“, appelliert Dr. Voss. „Eine Smartwatch kann zwar Tendenzen zeigen, aber keine medizinischen Untersuchungen ersetzen!“, ergänzt Primarius Berger.

Für ältere und/oder alleinlebende Personen sind jedenfalls mobilfunkfähige Modelle der Uhren sinnvoll. Damit sind insbesondere Notrufe auch ohne das Mitführen eines separaten Handys möglich, weil eine eigene SIM-Karte integriert ist und das Smartphone nicht immer in unmittelbarer Nähe sein muss. Das ist auch für die Standortermittlung essenziell oder wenn jemand beim Spaziergang oder Sport ohne Handy unterwegs sein will. Gesundheitsdatentracking kann also in vielerlei Hinsicht einen gesünderen und sichereren Alltag unterstützen. Die Ärzte raten aber eindringlich, die Smartwatch auch einmal abzulegen. Das täte nicht nur dem Handgelenk, sondern auch der Seele gut! ■

Zu den schönsten Abschnitten gehören jene, die am Strand entlangführen.

Immer der Küste entlang

Sommer, Sonne und viel Meer – die belgische Nordseeküste ist immer eine Reise wert. Eine Besonderheit ist die Küstenstraßenbahn, die die längste weltweit ist. Heuer wird sie 140 Jahre alt.

VON CHRISTOPHER ERBEN



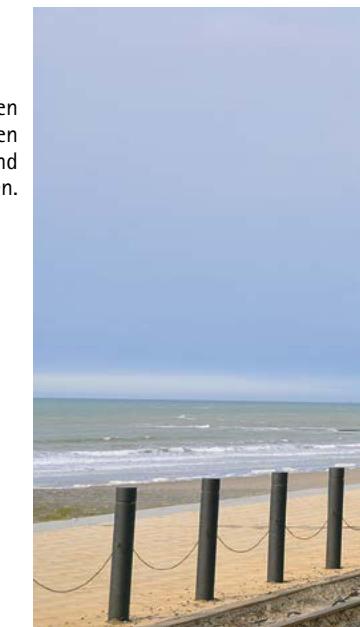
Michael Popolorum zieht es jedes Jahr nach Belgien und zu seinen Straßenbahnen.

Ein warmer Sommertag liegt über Oostende. Einige Möwen kreisen über den Bahnhofsplatz der Stadt, als sich eine Straßenbahn langsam in Bewegung setzt. Es ist die bekannte Kusttram, die seit 140 Jahren die Badeorte entlang der belgischen Küste in der Region Flandern verbindet. Sie ist das beliebteste Verkehrsmittel sowohl unter Einheimischen als auch bei den Tourist:innen.

„Ich bin belgophil“, gibt Michael Popolorum zu. Öfters im Jahr zieht es ihn in das Land der Biere, Schokoladen und Pommes frites. Aber nicht nur das Kulinarische, auch die flämischen Städte wie Brügge, Antwerpen oder Löwen haben es ihm angetan und natürlich die belgische Küste. Begeistert ist er hier vom Skulpturenpark Beaufort, der sich seit über 20 Jahren am gesamten Küstenstreifen ausbreitet und derzeit aus 42 Kunstwerken zeitgenössischer Künstler:innen besteht.

„Und jedes Jahr werden es mehr“, freut sich der gebürtige Salzburger.

In der Remise in Knokke-Heist können Oldtimer bewundert werden.



Ein landesweites Netz

Der erste Abschnitt der Küstenstraßenbahn wurde im Jahr 1885 als Dampfstraßenbahn zwischen Oostende/Middelkerke und Nieuwpoort eröffnet. In den darauf folgenden Jahren kamen weitere Abschnitte hinzu. 1930 erreicht der erste elektrische Zug De Panne. Auch eine grenzüberschreitende Linie von Knokke in die Niederlande existierte früher. In den 1970er-Jahren wurden der Oberbau der Strecke erneuert und neue Fahrzeuge angeschafft. „Ein geplanter Ausbau der Kusttram von De Panne nach Dünkirchen in Frankreich wurde bislang noch nicht verwirklicht“, erklärt Michael Popolorum, der sich seit Jahren mit der Geschichte der Küstenstraßenbahn beschäftigt.

Mit einer Länge von knapp 70 Kilometern gilt die meterspurige Bahn als die längste Straßenbahnlinie der Welt. Sie ist der letzte Rest eines früher ausgedehnten Netzes von regionalen Überlandbahnen der Nationalen Kleinbahngesellschaft, welches in den 1950er-Jahren über 5.200 Kilometer im gesamten Königreich Belgien umfasste. Betrieben wurden von ihr

Das Wartehäuschen der Station Bredene Hippodrome wurde im Jugendstil errichtet und erinnert an die ehemalige Pferderennbahn.



Sie ist der letzte Rest eines früher ausgedehnten Netzes von regionalen Überlandbahnen, das über 5.200 Kilometer in ganz Belgien umfasste.

aber nicht nur Straßenbahnlinien, sondern auch Schmalspurbahnen sowie Buslinien, die auch die Grenzen nach Deutschland, Frankreich und den Niederlanden überschritten. Bald begann der Niedergang des Netzes. Eine Verbindung nach der anderen wurde eingestellt. Im Jahr 1991 wurde im Zuge der Föderalisierung von Belgien auch die landesweite Gesellschaft aufgelöst und ging in die Hand von drei Unternehmen über, die in Flandern, Wallonie und Brüssel den öffentlichen Nahverkehr regional organisieren.

Hop-on, Hop-off

„Wer Abwechslung sucht, dem wird an der Küste nicht langweilig“, findet Michael Populorum. Orte und Städte wie zum Beispiel Oostende, Zeebrugge oder Blankenberge sind mit der Straßenbahn zu erreichen. Zeitweise rollt der Zug auch durch die Dünen oder direkt am Wasser entlang, was für den Straßenbahnliebhaber einzigartig ist. In der Nähe von Middelkerke sind noch die Reste des Atlantikwalls zu entdecken, einer Befestigungsanlage, die während des Zweiten Weltkriegs von der deutschen Armee zur Verteidigung der Küste errichtet wurde. Das Freilichtmuseum Raversyde macht die Anlagen für Besucher:innen zugänglich.

Typisch für die belgische Küste sind die zahlreichen Hochhäuser, die entlang vieler Strände gebaut wurden und einen tollen Meerblick bieten. De Panne besticht durch das größte zusammenhängende Dünengebiet. In Knokke

Blick auf den Strand bei Knokke, wo die Kusttram startet.

Heist befindet sich auch eine Remise mit historischen Fahrzeugen, die besichtigt werden können. Unter Denkmalschutz steht das Wartehäuschen der Station Bredene Hippodrome, das im Jugendstil errichtet wurde und an die ehemalige Pferderennbahn erinnert.

Millionen Fahrgäste

Über zweieinhalb Stunden braucht die Küstenstraßenbahn von Knokke-Heist bis nach De Panne/Adinkerke. Mit 600 Volt Gleichstrom elektrifiziert, verkehrt sie tagsüber alle 15 bis 20 Minuten. Umkehrschleifen bestehen nicht nur an den beiden Endpunkten, sondern auch in Duinse, Harendijke, Zwarte Kiezel, Oostende sowie Westende Bad. „Zusätzlich gab es eine Zeit lang auch Expressverbindungen, die nur an bestimmten Stationen an der Strecke hielten“, sagt Populorum, den schienengebundene Verkehrsmittel seit seiner Kindheit faszinieren.

Jährlich nutzen über vier Millionen Fahrgäste die Küstenstraßenbahn, heißt es von der Nahverkehrsgesellschaft De Lijn, wobei ein Großteil davon auf ausländische Tourist:innen entfällt. Rund 48 niederflurige Fahrzeuge des Typs Urbos 100, eines spanischen Herstellers, sind derzeit auf der Strecke unterwegs und bieten darin jeweils 187 Fahrgästen Platz. Beheimatet sind die Fahrzeuge in den drei Remisen in Oostende und Knokke-Heist.

Nach knapp zweieinhalb Stunden erreicht die Küstenstraßenbahn den Endpunkt in De Panne/Adinkerke, von wo ein Anschluss an den Intercity nach Gent und Brüssel besteht. „Jedes Mal, wenn ich an der Küste bin, nehme ich die Bahn“, erzählt Michael Populorum. Denn sie sei für ihn ein ideales Verkehrsmittel, um die Nordseeküste zu erleben und immer wieder neue Facetten zu entdecken. „Ja, ohne sie würde hier bestimmt etwas fehlen.“ ■



Rätsel

österr. Bundes- land		Apfel- sorte	,Wonne- monat'		Rosine	bloße Theorie		klassi- zistischer Kunst- stil		Fluss zum Ganges (Indien)	Obdach- loser		Kfz-K. Gmünd
			7			Wochen- tag			4				
Hunde- rasse			Ort in OÖ	1		Möhre		englische Währung (engl.)				9	3
			Bild- schnitzer d. 15. Jh. (Lienhart)		österr. Zeichner, † 1959					marokka- nisches Seebad		Kfz-K. Baden b. Wien	
gezielte Ball- abgabe			Auspuff- ausstoß					deut- sches Modell („Toni“)		süddt. Höhen- zug			
					befes- tigtes Berber- dorf		Streich- instru- mente			5			
Tauch- aus- rüstung			Heilver- fahren		süd- amerik. Drogen- pflanze	8		russ. Herr- scher- titel				Him- mels- richtung	
Gattin		Abtei						Ausruf der Überra- schung	dort			arab. Zupf- instru- ment	
			Kfz- Abgas- entgifter (Kw.)	2		Kreis- halb- messer							
Wall- fahrt- sort in Kärnten			österr. Filmregis- seur, † (Max)						6				

DEIKE_1510A_BaBr_25-07

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

Lösung vom
Juni:
Letovice

H	P	A	T
S	U	R	J
R	E	O	A
G	H	E	S
R	E	D	L
R	D	I	C
I	G	E	H
S	L	B	K
S	C	E	M
H	A	E	A
A	E	S	R
S	R	S	E

Rätseln und gewinnen

Gesucht ist eine Ballsportart. Senden Sie uns das richtige Lösungswort und Sie haben die Chance, Eintrittskarten für das MAMUZ Schloss Asparn/Zaya inkl. der Sonderausstellung „Die Sprache der Göttinnen“, unseren Tipp von Seite 35, 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: 19. August 2025

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.

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

Sudoku (leicht)

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.

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

Lösung vom Juni:

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



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 € 29,90

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 € 16,40

Das Abo endet danach automatisch.

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: verwaltung@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!

IM PRESSUM

Granatapfel – Das Magazin der Barmherzigen Brüder
Nr. 7-8 · Juli/August 2025

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

Redaktion: Brigitte Veinfurter (Leitung) 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: Nicole Hladik und Manuela Keiml, Negergasse 5/1-3, 1020 Wien, Tel.: 01/214 10 41, Fax: DW 1815, E-Mail: verwaltung@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: 21.200

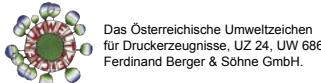
Standard-Abo: € 29,90 (inkl. Mehrwertsteuer und Versandspesen in Österreich)

Bankverbindung:

RLB OÖ, BIC: RZOOAT2L
IBAN: AT64 3400 0000 0015 3346

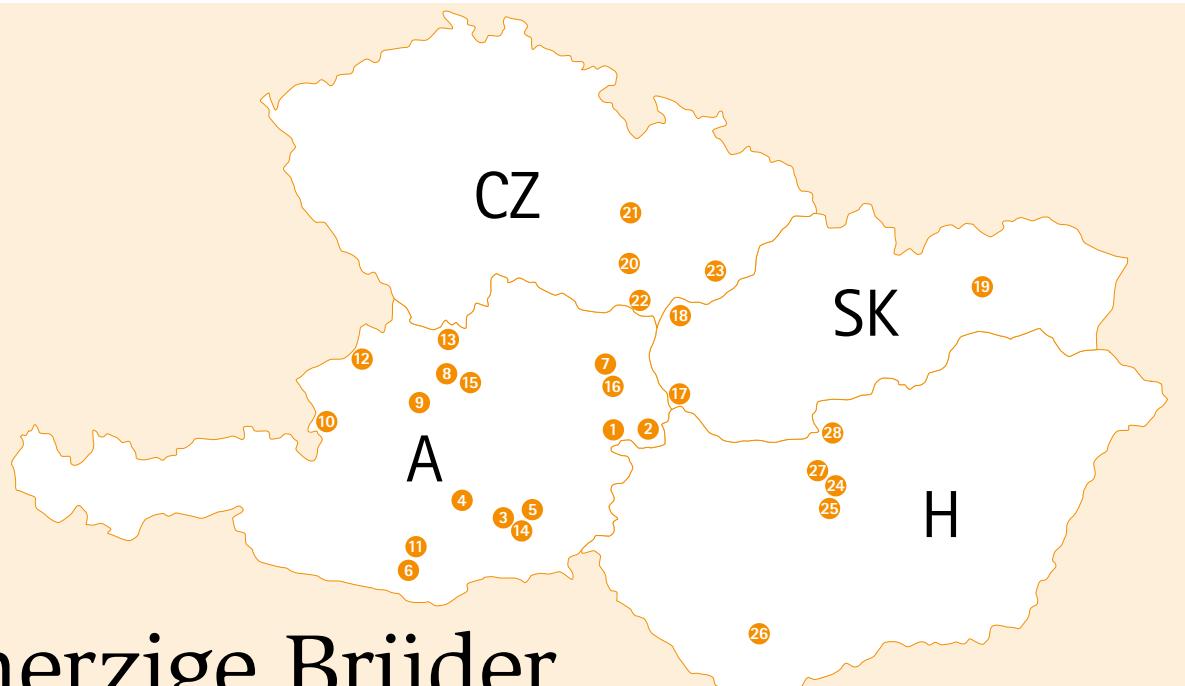


PRINTED IN
AUSTRIA



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

Österreichische Post AG
MZ 02Z032631 M



Barmherzige Brüder

Österreichische Ordensprovinz

Österreich, Tschechien, die Slowakei und Ungarn bilden die Österreichische Ordensprovinz. Der Orden ist hier in verschiedenen Bereichen des Gesundheits- und Sozialsystems tätig und beschäftigt rund 9.000 Mitarbeiter:innen.

Weitere Informationen:

www.barmherzige-brueder.at

BB.Austria

Österreich (A)

- ① **Eisenstadt:** Apotheke, Klosterkeller, Krankenhaus
- ② **Frauenkirchen:** Unfall-Ortho-Ambulanz
- ③ **Graz:** Apotheke, Kindergarten, Krankenhaus, Verkaufsraum Kreative Einblicke
- ④ **Gesundheitszentrum Murtal** (Standorte: Fohnsdorf, Zeltweg)
- ⑤ **Kainbach:** Drogentherapiestation Walkabout
- ⑥ **Klagenfurt:** Krankenhaus (Elisabethinen)
- ⑦ **Kritzendorf:** Pflege- und Betreuungseinrichtung
- ⑧ **Linz:** Apotheke, Café Gutmut, Krankenhaus, Sankt Barbara Hospiz (in Kooperation), Seniorenheim Franziskusschwestern

- ⑨ **Pinsdorf:** Lebenswelt
- ⑩ **Salzburg:** Krankenhaus, Raphael Hospiz
- ⑪ **St. Veit/Glan:** IT-Lehrakademie, IT-Firma Care Solutions, Krankenhaus
- ⑫ **Schärding:** Kurhaus
- ⑬ **Schenkenfelden:** Lebenswelt
- ⑭ **Steiermark:** Lebenswelten der Barmherzigen Brüder mit mehreren Standorten
- ⑮ **Wallsee:** Lebenswelt
- ⑯ **Wien:** Apotheke, Klosterladen, Dialysezentrum (in Kooperation), Krankenhaus, Pflegeakademie, Provinzverwaltung

Slowakei (SK)

- ⑰ **Bratislava:** Krankenhaus mit Ärztezentrum und 49 Ambulanzen, dazugehörig: Ärztezentrum mit 11 Ambulanzen in Dunajská Lužná, 2 Ambulanzen in Pezinok, 3 Ambulanzen in Rovinka und 1 Ambulanz in Stupava; Tageszentrum für Obdachlose sowie 30 Betten für kranke Obdachlose (Kooperation mit Lazaristen)

- ⑱ **Skalica:** Lehrkrankenhaus (vom Staat geführt, Gebäude im Besitz des Ordens)
- ⑲ **Spišské Podhradie:** Einrichtung für körperlich und geistig behinderte Menschen (Kooperation mit Land Prešov)

Tschechien (CZ)

- ⑳ **Brno:** Apotheke, Kindergarten, Konzertsaal, Krankenhaus (verpachtet)
- ㉑ **Letovice:** Apotheke, Kirche
- ㉒ **Valtice:** Kirche
- ㉓ **Vizovice:** Krankenhaus

Ungarn (H)

- ㉔ **Budapest:** Apotheke, Krankenhaus, Türkisches Bad
- ㉕ **Érd:** Altersheim
- ㉖ **Pécs:** Krankenhaus für Langzeitpflege, Hospiz
- ㉗ **Pilisvörösvár:** Altersheim
- ㉘ **Vác:** Krankenhaus für Langzeitpflege