



# Sozial Initiativ

## Osterspruch

Lebend offenbart der Geist  
Stets nur seine Kraft,  
Sterbend aber zeigt der Geist,  
Wie er durch allen Tod hindurch  
Sich stets zu höherm Leben nur bewahrt.

Rudolf Steiner

## Ostern



Die Auferstehung aus dem Tode – Anlass und Grund genug zur Osterfreude – ist kein Wunderding aus alter Zeit. Auferstehung, Leben im Sterben, ist menschmöglich geworden!

Eine Bestleistung auf irgendeinem kulturellen Gebiet wird ja gern bewundert und gefeiert, aber dann gehört sie zum Bestand des Menschen-Möglichen. So auch die Auferstehung, seit sie zu Ur-Ostern einer vollbrachte.

Was hat Jesus geleistet, dass Auferstehung möglich wurde?

Sein Herz erfüllte sich drei Jahre lang mit dem Christusgeist. Er wendete alle seine Seelenkräfte, sein Denken, Fühlen und Wollen zu Gott hin, und hob zum Himmel auf, was sonst aus Erdendasein sich bindet.

Er erreichte den Vater-Unser.

So fand er Frieden mit der Welt – trotz allem, was dort auch waltet. Was also hat er getan: drei Jahre lang ohne Unterlass hat er im Gebet gelebt – Jeden Augenblick echten Betens zum Vater hin ist ein Stückchen Auferstehungs-Arbeit.

Der Mensch-Gewordene, in jedem Menschen gegenwärtige Gott, wird sie vollenden.



## Vorstellung unserer neuen Mitarbeiterin

Mein Name ist **Bukovschek Elvira**, ich bin 46 Jahre alt und Mutter von 3 Buben.

Schon immer war das Berufsziel geprägt vom Wunsch meinen Mitmenschen zu helfen, sie zu unterstützen und auch pflegerisch tätig zu sein.

Nach der Matura habe ich 4 Semester Medizin studiert, brach aber das Studium aufgrund der Geburt meines ersten Kindes ab.

Danach verbrachte ich meine Zeit als Mutter, Hausfrau, Tagesmutter und mit Tätigkeiten, welche sich mit der Familie vereinbaren ließen, denn meine Lieben waren stets in erster Reihe und ich wollte soviel Zeit als möglich mit Ihnen verbringen.

Mit 39 Jahren kam ich auf das Berufsbild des Pflegehelfers, wovon ich vorher noch nie gehört hatte. Mein Entschluss stand sofort fest: „Das wäre was für mich! So kann ich meinen Wunsch doch noch verwirklichen.“ Im März 2007 schloss ich die Ausbildung als Pflegehelferin mit Erfolg ab. Doch alsbald kam die Enttäuschung, denn erfüllendes Arbeiten war für mich in einem Heim nicht möglich, da nicht ausreichend Zeit für den Bewohner blieb.

Es muss doch noch ausreichend Zeit für Individualität, Nähe, Geborgenheit, Empathie und Menschlichkeit bleiben - „ganzheitlich arbeiten“ müsse doch Voraussetzung in unserer Gesellschaft sein.

So kam es, dass sich mein Weg am 20. Juni 2011, mit dem der „Initiative Altenhilfe“ kreuzte, einem Verein, der mobile Dienste anbietet, ganzheitlich arbeitet, anthroposophisch orientiert ist und dies auch in die Pflege mit einbindet. Hier wird noch Wert darauf gelegt, Menschen zu begegnen, sie als Teil des Ganzen zu sehen, von dem wir alle herrühren und mit dem wir stets verbunden sind.

Derzeit bin ich geringfügig für die „Initiative Altenhilfe“ im Einsatz, aber ab Juni werde ich als Teilzeitmitarbeiterin angestellt.

Für die Initiative Altenhilfe  
Bukovschek Elvira

## Im Gespräch

Bei unserer täglichen Arbeit im Verein der Initiative Altenhilfe ist es für meine Kolleginnen und mich immer wieder interessant, etwas aus der Biographie unserer Betreuungen zu erfahren.

Umso mehr freut es mich, dass Frau Dr. Felber, die täglich von uns betreut wird, etwas aus ihrem Leben erzählt:



**Frau Dr. Felber, Sie sind mit Ihrer Schwester und Ihren Eltern in Graz aufgewachsen. Wie würden Sie Ihre Kindheit beschreiben?**

Das früheste an was ich mich erinnern kann ist, dass ich mit 3 Jahren wegen Scharlach im LKH war. Meine Schwester war auch erkrankt. Meine Mutter wurde damals mit aufgenommen, da mein Vater in der Lebensmittelbranche gearbeitet hat und sonst nicht nach Hause kommen durfte.

**Wie haben Sie ihre Schulzeit erlebt?**

Da ich im Oktober geboren bin, kam ich erst mit 7 Jahren in die Schule. In der Volksschule hatten meine Schwester Maria und ich immer lauter 1er. In der Mittelschule hatte ich dann nicht mehr, meine Schwester aber schon. In Mathe, Physik, Chemie war ich immer gut, aber in den Sprachen nicht. Mein Vater hat dann immer geschimpft und gesagt, dass ich mir von Maria helfen lassen soll. Das wollte ich aber nicht. Mein Vater war sehr streng, ein Feldweibel. Alle mussten das tun was er sagte. Er hat nie lobende Worte übrig gehabt.

**Sie waren sozusagen ein Teenager, als der Krieg begann, wie war das für Sie?**

Ich musste 4 mal das Schulgebäude wechseln weil die jeweiligen Schulen immer wieder zum Reservelazarett erklärt wurden. Begonnen hab ich im Mädchenlyzeum in der Sackstraße, danach Schulschwestern, Lichtenfelsgymnasium, Ursulinen, Sacre Coeur. Die Lehrer blieben die Gleichen und gingen mit uns mit.

1934 hatte ich ein einschneidendes Erlebnis:



Ein Aufstand von den Sozialdemokraten wurde vom Bundesheer brutal niedergeschlagen. Ein Herr war sehr schwer verletzt und wurde mit der Rettung zum Galgen gebracht und erhängt. 1943 habe ich dann maturiert. Danach ging es zum Arbeitsdienst nach Kirchbach in Kärnten

### **Wollten Sie schon immer Medizin studieren?**

Nach dem Arbeitseinsatz in Kärnten kam ich zum Kriegseinsatz nach Marburg ins Spital auf die Frauenstation. Dort hat sich dann der Wunsch entwickelt Medizin zu studieren. Ursprünglich wollte ich ja Kinderärztin werden, doch da hätte ich nach dem Studium noch 5 Jahre unbezahlt arbeiten müssen und das konnte ich meiner Mutter nicht antun. So bin ich dann bei der Anästhesie gelandet.

### **Waren ihre Eltern mit ihrer Berufswahl einverstanden?**

Eigentlich ja. Mein Vater hatte die Phantasie, dass meine Schwester Medizin studieren sollte und ich Mittelschullehrerin werden soll. Dann kam es aber anders. Mein Vater war im Krieg und meine Schwester studierte Jus.

### **Ihr Studium begann sozusagen mitten im Krieg. Wie war das für Sie?**

1944 konnte ich ein halbes Jahr studieren. Im Herbst wurde die Uni dann für Neustudierende gesperrt, und ich kam zum Rüstungseinsatz nach Kapfenberg. Im Mai 1945 konnte ich dann mein Studium wieder aufnehmen. Die Russen wurden von den Engländern abgelöst, die ja dann bis 1955 blieben. Ich habe mich dann sehr auf das Studium konzentriert und habe im Jänner 1950 promoviert.

### **Wurde nicht das Geschäft Ihrer Eltern zerstört?**

Ja, 1944 wurde das Lebensmittelgeschäft durch Bomben vollständig zerstört. Die Wohnung, die sich auch im selben Gebäude befand, war zwar beschädigt aber noch bewohnbar. Zu Ostern 1945 gingen meine Schwester, meine Mutter und ich zu Verwandten nach Groß St. Florian auf einen Bauernhof. Nach drei Nächten, die wir im Wald verbrachten fuhren wir dann wieder heim. Die Besatzungssoldaten zogen betrunken von Hof zu Hof um sich die Mädchen zu holen.



Die junge Frau vom Hof mit 2 kleinen Kindern, 4 u. 6 Jahre, ich und meine Schwester versteckten uns im Wald. Meine Mutter und die Tante sind am Hof geblieben, gemeinsam mit dem kranken Mann.

**War es denn in Graz sicherer?**

Ja, da war die Polizei unterwegs. Und wenn man nichts bei sich trug, war auch keine Gefahr überfallen zu werden. Ich trug meine Uhr immer am Oberarm. Aber wir haben sehr gefroren und hatten sehr wenig zu essen gehabt. Ich habe meine Kekse gleich immer alle aufgegessen. Meine Schwester hat ihre Ration auf Tage verteilt gegessen. Dann hab ich sie angebettelt, dass sie mir etwas gibt.

**Haben Sie es je bereut Medizin studiert zu haben?**

Nein, ich würde es sofort wieder machen.

**Frau Dr. Felber, wie sind Sie eigentlich auf unseren Verein gekommen?**

Sr. Evangelista von den Kreuzschwestern hat Frau Wilma gekannt. „Ich bin dort gelegen und mein Arzt hat gesagt, dass ich nicht mehr allein sein kann“. So hat Sr. Evangelista dann den Kontakt hergestellt und zwei von Ihnen haben mich dann zu Hause besucht.

**Wie geht es Ihnen mit uns? Wie zufrieden sind Sie mit der Betreuung?**

Sehr zufrieden, ich bin begeistert. Ihr habt mir die Möglichkeit gegeben, dass ich nicht in ein Heim muss. Das ist das Schöne. Herr Dr. Muhri hat mir auch immer „vom Heim vorgeredet“ doch dann hat er es akzeptiert und unterstützt mich jetzt auch sehr“. Er hat gesehen, dass es auch zu Hause mit Unterstützung der Hauskrankenpflege funktioniert.

**Liebe Frau Dr. Felber, danke für das Gespräch.**

Für die Initiative Altenhilfe  
Barbara Moser



## **Liebe Mitglieder und liebe Freunde!**

Wir haben schon längere Zeit den Wunsch uns ein JUNGEBAD-Gerät zu kaufen um unseren zu betreuenden Menschen Öldispersionsbäder oder Fußbäder anbieten zu können.

Das JUNGEBAD-Gerät ermöglicht, dass sich das Öl mit dem Wasser verbindet und sich nicht nur ein Ölfilm bildet. Durch die Anwendungen von Öldispersionsbädern mit individuell ausgesuchten Ölen wird der Wärmehaushalt eines Menschen positiv beeinflusst. Dies trägt wesentlich zu seinem seelischen und körperlichen Wohlbefinden bei.

Leider fehlen uns hierfür die finanziellen Mittel. Ein Gerät kostet ca. 270€-300€, da dieses Gerät in handwerklicher Präzisionsarbeit aus Glas mundgeblasen wird.



Mit ihrer Unterstützung könnten wir diesen Wunsch verwirklichen!

**Bitte spenden Sie an:**

**Verein zur Förderung der INITIATIVE ALTENHILFE**

**Körösisstraße 59, 8010 Graz**

Bank: Steiermärkische Sparkasse

Kto.: 03600/203552, BLZ 20815

**Vielen herzlichen Dank!**

Für die Initiative Altenhilfe  
Lisa Stadlober-Schuster



## Fortbildung in Kassel

Zwei Mitarbeiterinnen der Initiative Altenhilfe, Elvira Bukovschek und Barbara Moser, haben im Februar diesen Jahres an einer viertägigen Fortbildung unter dem Titel:

**„Schmerz unumgängliches Übel oder auch notwendige Entwicklungshilfe“** teilgenommen.

Diese Altenpflege Fortbildung war ein interessanter Mix aus Arbeitsgruppen, Vorträgen und künstlerischen Gruppen.

**Barbara Moser** berichtet nun von ihrer Arbeitsgruppe „Grundlagen einer anthroposophischen Menschenkunde“ und vom künstlerischen Teil, „dem Plastizieren“:

In der Arbeitsgruppe hat Frau Dr. Treß (Ärztin aus Hamburg) uns an Hand der vier Wesensglieder des Menschen ihren Behandlungsablauf näher gebracht. Durch verschiedene Untersuchungen und Befunde macht sie sich ein erstes Bild über den physischen Leib ihres Patienten. Danach schaut sie nach dem Befinden des Lebensleibes und in weiterer Folge auf den Seelenleib, in dem Frau Dr. Treß die Ursache der Erkrankung sieht. In der Ich-Organisation schaut sie auf die Aufmerksamkeit die der Patient seinem Körper, Geist und seiner Seele entgegenbringt.

In der künstlerischen Gruppe haben wir versucht, den „Schmerz“ in verschiedenen Figuren zum Ausdruck zu bringen. Da ich davor so gut wie keine Erfahrung mit Ton hatte, war es für mich ein wunderschönes Erlebnis aus einem Stück „Klumpen“ eine Figur formen zu können.





**Elvira Bukovschek** berichtet nun von ihrer Arbeitsgruppe „Schmerzbehandlung bei Hochbetagten“ und vom künstlerischen Teil „dem Malen“:

In der Arbeitsgruppe haben die Teilnehmerinnen an Hr. Dr. Warning (Facharzt für Innere Medizin und Geriatrie) Fragen zu diesem Thema stellen können. Aus meiner Fragestellung: „Welche Möglichkeiten gibt es in der Naturheilkunde und Homöopathie zur Schmerzbehandlung?“ möchte ich nun 3 Beispiele bringen:

#### Lavendel

Lavendel wirkt beruhigend auf das Nervensystem.  
Aconit-Schmerzöl von Wala enthält Lavendel.



#### Solum Öl

Enthält Moor und Lavendel. Man verwendet es bei rheumatischen Erkrankungen, Nervenschmerzen, Wetterfühligkeit in Form von Solumöl-Wickel bzw. Auflagen und Einreibungen. Es ist auch zur Anwendung von Ganzkörpereinreibungen geeignet.

#### Salicylsäure

wird aus der Weide bzw. aus dem Weidenbaum gewonnen, aber auch synthetisch hergestellt (Aspirin enthält Salicylsäure), hemmt bzw. blockiert den Schmerz

Die Weide (Salix) hat eine Lebensdauer von 50-100 Jahren und bildet diesen Stoff in einer weichen Schicht (unter der Rinde liegend). Die Substanz bzw. der Saft der Weide zieht den erkrankten Menschen in die Mitte, wenn er zu sehr in einem Auflösungsprozess (z.B. Fieber oder Schmerzen) ist.

Auch beim Malen begleitete uns das Thema „Schmerz“. Wir schufen ein „Schmerzbild“, bei dem ein schönes Bild mit hellen Farben durch Übermalung immer dunkler wurde, bis davon beinahe nichts mehr zu sehen war. Für jeden von uns war die Schmerzgrenze wo anders. Einige übermalten zögerlich, die anderen ließen sich gänzlich in diese Aufgabenstellung fallen.

**Abschließend noch einen Grundgedanken zum Thema „Schmerz“:**

Der Schmerz hat immer eine tiefere Bedeutung, er ist Ausdruck von Etwas auf das man näher hinschauen sollte. Dadurch wird eine Veränderung und Entwicklung möglich.



Für die Initiative Altenhilfe  
Elvira Bukovschek und Barbara Moser

Liebe Mitglieder/ Liebe Freunde!

Wie sich vielleicht einige von Ihnen erinnern können, haben wir vor einigen Jahren versucht ein kleines Altenwohnheim zu gründen. Leider ist es uns damals nicht geglückt.

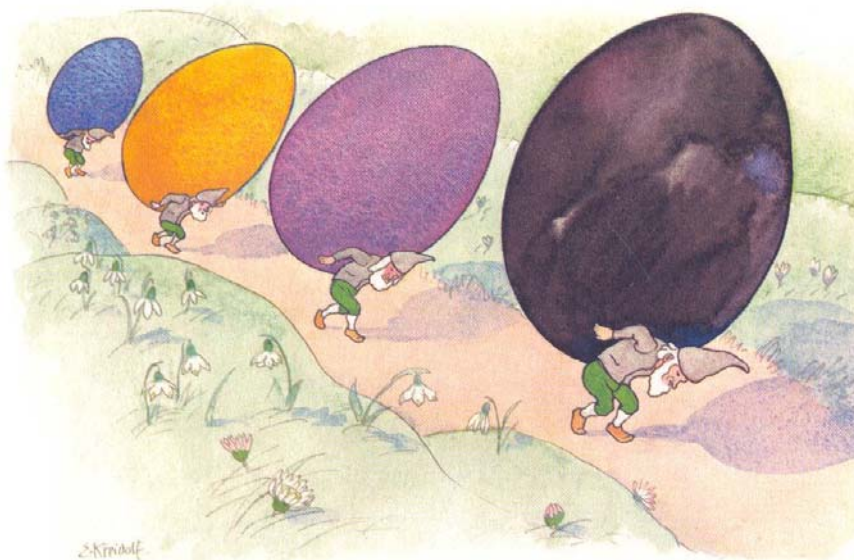
Jedoch hat uns dieser Gedanke und Wunsch, auch aus der Notwendigkeit die wir in der täglichen Arbeit erleben, nicht losgelassen. Wir wollen eine Möglichkeit finden, Menschen, die von uns teilweise schon Jahre begleitet und gepflegt werden und zu Hause nicht mehr wohnen können, in einer Form wie zum Beispiel einer Seniorenwohngemeinschaft weiter zu betreuen.

So kam uns vor einiger Zeit der Gedanke eine Art „Betreutes Wohnen –oder- Senioren- WG“ aufzubauen. Die Idee wäre, dass wir eine größere Wohnung oder ein Haus mieten können in dem 3 – 4 ältere Menschen wohnen könnten (jeder hat ein eigenes Zimmer, es gibt einen gemeinsamen Ess/Wohnbereich und sanitäre Anlagen). Für die fachgerechte Pflege würden wir in die Wohnung /ins Haus kommen und die Bewohner dort weiter betreuen und pflegen. Wenn größerer Bedarf entsteht, könnte auch eine 24 Stundenhilfe dort wohnen um zu helfen.

Wir würden uns freuen, wenn wir von Ihnen Ideen, Vorschläge, Wünsche etc. bekommen, falls Sie sich für so ein Projekt interessieren würden. Vielleicht hat ja auch jemand von Ihnen Lust in der Planung mitzuwirken.



Für die Initiative Altenhilfe  
Birgit Bubik



Veranstaltungen			
April 2012	<b>DO 19.04.2012</b>	18 <sup>30</sup>	<b>Generalversammlung</b>
April 2012	<b>FR 20.04.2012</b>	15 <sup>30</sup>	<b>Seniorenachmittag</b> Thema: Auferstehung
Juni 2012	<b>FR 01.06.2012</b>	15 <sup>30</sup>	<b>Seniorenachmittag</b>

**Impressum:**  
 Herausgeber – Redaktion – Anschrift:  
 Initiative Altenhilfe • Körösistraße 59 • 8010 Graz • Tel: 0664 3950501