

# Gesund

BESONDERES ANGEBOT

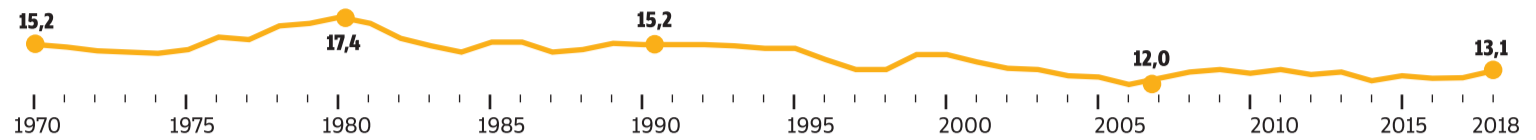
## Neuer Lebensmut dank Rekonstruktion

Im LKH Feldkirch können jetzt auch Genitalrekonstruktionen durchgeführt werden. »H2



### Krankenstände

Zahl der Krankenstandstage pro Versichertem in Österreich



QUELLE: APA/HAUPTVERBAND

## Ein Lächeln fürs Leben

Vorarlberger Kinderdorf startet besonderes Crowdfunding-Projekt.

**BREGENZ** Schöne, gerade Zähne: Das steht auf Julias und Therasas Wunschzettel ans Christkind an erster Stelle. Über Crowdfunding soll für die beiden Mädchen aus dem Kinderdorf Kronhalde in Bregenz dieser Wunsch in Erfüllung gehen. Zur Sicherheit, falls es das Christkind doch nicht gibt, haben die beiden natürlich auch mit ihrer Kinderdorfmutter gesprochen. Julia und Theresa leben seit einigen Jahren in einer Familie des Vorarlberger Kinderdorfs Kronhalde. „Keep smiling“ heißt die Devise der Mädchen, die ihren Lebensmut nicht verloren haben und sich gut entwickeln. Wäre da nicht die Sache mit den Zähnen, die einfach auf Irrwegen unterwegs sind. Der Kieferorthopäde, bei dem sie vor einiger Zeit vorstellig wurden, ist zuversichtlich und meint, dass er helfen kann. Zwar werden sie dem Christkind noch nicht heuer, dafür aber vielleicht schon nächstes Jahr mit einem strahlend schönen Lächeln entgegenblicken können. Für die kiefer- und zahnregulierende Behandlung, die ehestmöglich beginnen soll, sind Zahnsparungen nötig. Der Selbstbehalt dafür liegt bei 6000 Euro. Diese Lücke gilt es über das zweite Crowdfunding-Projekt des Vorarlberger Kinderdorfs gemeinsam mit der Finanzierungsplattform Miteinander.at zu füllen.

### Nachhaltige Zahngesundheit

Laut Verena Dörler, Leiterin des Kinderdorfs, ist die Förderung der Zahngesundheit eine wesentliche



Manchmal geraten Zähne ordentlich auf Abwege. Da ist medizinische Unterstützung gefordert.

ISTOCK/JUANMONINO

Säule in der Gesundheitserziehung der betreuten Kinder. „Wir motivieren die Buben und Mädchen täglich, auf Mundhygiene und gründliches Zähneputzen zu achten. Dafür lassen sich unsere Pädagogen auch einiges einfallen.“ Der Gang zum Zahnarzt ist häufig einer der ersten Wege, den die Kinderdorfkinder gemeinsam mit der Kinderdorf-

mutter oder ihrem Betreuer zurücklegen, wenn sie ins Kinderdorf kommen. Der Experte kontrolliert, welche Schritte notwendig sind, um die nicht selten angegriffenen Zähne wieder zu sanieren. Dabei stehen neben Korrekturen durch Zahnsparungen auch Versiegelungen und Mundhygiene auf dem Plan. Neben dem ästhetischen Aspekt

können Fehlstellungen auch die Gesundheit beeinträchtigen. Kau- und Schluckbeschwerden ebenso wie Karies, Parodontose und somit frühzeitiger Zahnverlust könnten die Folge sein.

Infos: [www.vorarlberger-kinderdorf.at](http://www.vorarlberger-kinderdorf.at), Judith Hagen-Gruber, Tel. 0676/4995003, E-Mail [j.hagen-gruber@voki.at](mailto:j.hagen-gruber@voki.at)



Kommentar

Marlies Mohr

### Weihnachten

„Ich bin müde“, sinnierte die betagte Dame, die mit einer jüngeren Frau, vermutlich einer Betreuerin, auf einer Bank saß und die letzte Wärme des Tages in sich aufzog. „Müde?“, insistierte die Begleitung fragend. „Vom Wandern auf dieser Welt“, erklärte die Seniorin prosaisch. „Wie bitte? Du bist für dein Alter noch rüstig und hast keine materiellen Sorgen“, erging sich die Begleitung in Erstaunen. Dann kam jene Bemerkung, die sich aus dem Gehörten fast aufdrängte. „Das stimmt schon“, räumte die Angesprochene ein. Nachsatz: „Aber ich bin allein, ich habe keine Familie mehr. Es gibt niemanden, bei dem ich mich wirklich fallenlassen kann.“ Ein Satz nur, doch er spiegelte die ganze Mutlosigkeit wider, in der sich die Frau offenbar verfangen hatte.

Es mag der Zeit geschuldet sein, die ihre Gedanken in diese trüben Bahnen gelenkt hatte. Weihnachten: Das Fest, an dem sich alle liebhaben, das überfrachtet ist mit Emotionen und hohen Erwartungen, die der Realität letztlich oft nicht standhalten. Die Hektik der Vorweihnachtszeit kann viel übertünchen. Das Loch reißt die Ruhe danach auf. Eines der größten Übel dabei ist wohl die Einsamkeit. Es wäre ein Leichtes, sich der Wehmut zu ergeben und über Gott und die Welt zu klagen. Tun Sie das nicht! Selbstmitleid ist keine Lösung. Im Gegenteil. Sie zieht einen nur noch mehr ins Tal der Tränen. Werden Sie aktiv. Gehen Sie unter Leute. Sehen Sie den Menschen neben sich. Er braucht Sie möglicherweise genauso wie Sie ihn. Nur muss einer den ersten Schritt tun. So bringen Sie Weihnachten in Ihr eigenes und das Leben anderer. Vor allem aber kann Weihnachten dann von Dauer sein. Ich wünsche Ihnen zufriedene Festtage und ein neues Jahr, das Ihnen jeden Tag viel Freude am Wandern auf irdischen Wegen beschern möge.

**MARLIES MOHR**  
[marlies.mohr@vn.at](mailto:marlies.mohr@vn.at)  
05572 501-385

## Unterstützung für eine wertvolle Arbeit

### Schülerinnen und Schüler spenden 8000 Euro an den Verein Omnibus.

**RANKWEIL** Die diesjährigen Absolventen der Gesundheits- und Krankenpflegeschule Rankweil fassten einen ehrenvollen Entschluss: Die Einnahmen des Diplomballs sollten dem Verein Omnibus, einer Beratungs- und Anlaufstelle für Menschen in seelischen Krisen und psychiatrischen Diagnosen und deren Bewältigung, zugutekommen. „Wir sind im Rahmen unserer Ausbildung auf den Verein aufmerksam geworden. Die Mitarbeiter von Omnibus leisten wertvolle Arbeit, indem sie Betroffenen neue Hoffnung und einen Ausweg aus der schwierigen Lebenssituation aufzeigen. Diese Unterstützung brauchen Menschen in Krisen, um ihr Tief zu überwinden“, erklärt Klassensprecher David Yilmaz die Motivation.

„Mit eurer Spende leistet ihr einen wichtigen Beitrag zur Begleitung von Menschen in schwierigen Lebenslagen“, bedankt sich Johannes Ströhle, Mitarbeiter von



Die Freude über den großzügigen Scheck war bei Gebern und Beschenkten groß. Schließlich fließt das Geld in eine gute Sache.

KH86

Omnibus, für das großzügige Geldgeschenk. Im Austausch auf Augenhöhe möchte Omnibus helfen, ein erfülltes, eigenverantwortliches, selbstbestimmtes Leben nach einem seelischen Ausnahmezustand wieder aufnehmen bzw. führen zu können. Dabei stellen das „Recove-

ry-Modell“ (= Wiedergesundung) und „Empowerment“ (= Übertragung von Verantwortung) eine wichtige Leitlinie dar. Dieses Konzept schließt mit ein, dass es auch bei schweren psychischen Erkrankungen möglich ist, zu genesen. Diese Hoffnung zu vermitteln, psy-

chiatrische Erkrankungen zu enttabuisieren und eine Tagesstruktur anzubieten, ist eine Hauptaufgabe der Mitarbeiter von Omnibus.

### Betroffene für Betroffene

Die Peerberatung – beraten werden Betroffene von Betroffenen – stellt neben unterschiedlichsten weiteren Angeboten den Schwerpunkt dar. 2018 wurde Omnibus von 519 Personen aufgesucht. „Diese Spende ist keine Selbstverständlichkeit. Wir werden sie in Aus- und Weiterbildungen unserer Mitarbeiter investieren. So können Betroffene einen positiven Nutzen daraus ziehen“, betonte Ulrike Eckhoff von Omnibus. Die 8000 Euro haben die Diplomanden der Gesundheits- und Krankenpflegeschule Rankweil aus dem Verkauf der Schulzeitung, den Einnahmen an der Bar und durch den Verkauf der Tombolalose rund um ihren Diplomabschluss lukriert. „Auch im LKH Rankweil werden regelmäßig Peer-Gespräche und Recovery-Vorträge angeboten. Es ist gut zu wissen, dass die Patienten nach der Entlassung eine zusätzliche Anlaufstelle haben“, argumentiert Yilmaz die Entscheidung der Klasse.

### HOCHZEIT DER WOCHE

In nur 5 Schritten  
in 5 Minuten  
zur Veröffentlichung  
Ihrer Traumhochzeit

[www.vn.at/hochzeit](http://www.vn.at/hochzeit)

