Ausgabe Nr. 71
Juli 2014

HeraNews

Zeitschrift der Österreichischen Hausfrauen-Union

Bild: E. Gossler

Thema: Generationen und Solidarität Seiten 4,5

Gesundheit Seiten 6, 7 Kultur und Reise Seiten 10,11

Erziehungskurse: Eltern weigern sich... Seite 12

Buchtipps Seite 14 Wofür wir stehen... Seite 16

Gefördert durch:

Das Land Steiermark
Finanzen, Frauen, Integration

Österreichische Post AG
Info.Mail Entgelt bezahlt
ZVR: 403479201

Hera
Frauen für Familie

Leitartikel

Liebe Leserinnen und Leser, liebe Mitglieder!

Im Frühling waren wir zu Gast bei einigen Kongressen, Tagungen und Besprechungen, die sich mit unseren Themen Familie und Generationen befassten, neue Forschungsergebnisse kommunizierten und so interessante Erkenntnisse brachten.

Was sie vielleicht noch nicht wussten: in Österreich gibt es ein Familienforschungsinstitut, und das schon seit 20 Jahren! (**www.oif.ac.at**) Auf der sehr gelungenen Jubiläumsveranstaltung hörten wir zwei hochinteressante Impulsvorträge: Frau **Dr. Sonja Blum** sprach über *die Entwicklung der österreichischen Familienpolitik und Familienforschung*, Frau Prof. **Dr. Pasqualina Perrig-Chiello** aus Bern berichtete von ihren Forschungsergebnissen bezüglich der *komplexen Generationenbeziehungen der Gegenwart*, auf die ich im Heft (Seite 4) näher eingehen möchte.
Es folgte eine Podiumsdiskussion mit dem Institutsleiter Herrn Prof. **Dr. Wolfgang Mazal** und Frau BM **Dr. Sophie Karmasin**, die sich dankenswerter Weise auch danach noch für Gespräche zur Verfügung stellte. Ich versuchte bei dieser Gelegenheit, sie für unseren Denkansatz – **Aufwertung der innerfamilialen Kinderbetreuung und Altenpflege durch Förderung der gesellschaftlichen und finanziellen Anerkennung der Mütter oder Väter, die diese Arbeit leisten** – zu begeistern, musste aber leider feststellen, dass dieses Denkmodell noch nicht im BM für Familien angekommen sein dürfte. Auch dort betrachtet man offensichtlich Familienarbeit noch immer ein bisschen als Privatvergnügen, das der Staat durch Familienbeihilfe und allenfalls Karenzgeld ohnehin ausreichend finanziert.

Allen Zweiflern sei hier noch einmal erklärt, was zumindest jede Mittelstandsfamilie aus eigenem Erleben bestätigen kann: Natürlich bekommt niemand Kinder „für den Staat“, aber im Endeffekt führt das Kinderhaben der Steuerzahler zu neuen Steuerzahlern, die hauptsächlich durch persönliche Verzichtleistungen ihrer Eltern unterhalten werden. Wer nur über durchschnittliche Einnahmen verfügt, muss sich entscheiden, ob er selbst auf Urlaub fährt oder in Sprachreisen seiner Kinder investiert. Auch die Überlegung, wie viel man neben allen Ausgaben für den Nachwuchs in ein Pensionsvorsorgekonto einzahlt, bleibt vielen mangels Eigenkapital erspart. Und dann gibt es noch jede Menge Familien, für die Urlaub ebenso wenig wie Sprachferien oder Studienauslandsaufenthalte überhaupt Thema sind ...

Am 10. Mai 2014 ging der **1. Österreichische Familienkongress** im Schloss St. Martin über die Bühne. Auch dort wurden neue interessante Wissensaspekte aufgezeigt, zum Beispiel von Herrn **Dr. Fabio Sticca**, dem Schweizer Vortragenden, der über *Cyber-Mobbing* - ein Thema, das leider alle Eltern früher oder später betreffen kann - informierte. Sein Fazit war: "Es braucht Familie! Familie ist der Ort, an dem Werte vermittelt und Wertschätzung erlebt und erlernt werden. Beides sind wichtige Ressourcen, um Cybber-Mobbing und Mobbing im Allgemeinen erst gar nicht entstehen zu lassen."

Die Unterlagen für seinen Vortrag ***Positive Kommunikation in der Familie*** stellte Herr **Erich Hotter, MSc**, als pdf-Datei zum Herunterladen zur Verfügung **http://www.familienkongress.at/sites/default/files/Positive%20Komm_Fin.key.pdf**.

Am 24. Juni fand auf Initiative des Grazer Menschenrechtsbeirates im Grazer Rathaus eine **Enquete gegen Altersdiskriminierung** statt. Die Leiterin der Antidiskriminierungsstelle, Frau **Mag. Daniela Grabovac**, sprach über *die Diskriminierung im Alter in allen Lebenslagen*, **Maria Gleichweit-Buchberger** stellte (und beantwortete) die Frage: *Wie altersgerecht ist der öffentliche Raum in Graz?* **Hanne Schweitzer** aus Köln erzählte anhand von Beispielen aus den USA und Deutschland über ***die demografische Veränderung als Chance für die Stadtentwicklung*** und brachte auch ganz konkrete Vorschläge zur Verbesserung einiger Mängel mit (Stichwort: „Nette Toilette“ – **www.die-nette-toilette.de**)
Peter Stoppacher (**www.ifa-steiermark.at**) zeigte die *Facetten der Altersarmut in Städten* auf und **Dr. Peter Zeman** aus Berlin präsentierte: *Ältere Migrantinnen und Migranten – neue Herausforderungen an die kommunale Alternspolitik.*

Allein aus der Fülle des Informations-Angebots dieser drei Veranstaltungen kann man ersehen, wie groß das Interesse an Familien- und Generationenfragen ist, wie viel dazu geforscht wird und was die Politik alles umsetzen könnte, wenn sie nur wollte. Zu teuer? Ja, manches kostet viel Geld, aber vieles bedarf nur einer zündenden Idee (die oft schon vorhanden ist!) und des guten Willens zur Durchsetzung. Dann braucht man noch ein Quantum Vernetzung und Nachfragen beim Nachbarn, im erwähnten Fall Deutschland, es gibt aber auch gute Beispiele aus den Niederlanden oder Großbritannien, sowie eine Prise Beharrlichkeit – und schon wäre die Welt eine bessere!

In diesem Sinne sei unseren Politikern dieses Original-Zitat Bertha von Suttners ans Herz gelegt:
„Nicht unseren Vorvätern wollen wir trachten uns würdig zu zeigen, nein: unserer Enkelkinder!“

Mag. Erika Gossler, Präsidentin der ÖHU

Liebe Hera-Mitglieder, liebe Leserinnen und Leser der „Hera-News“

Auch diesmal halten Sie unsere Zeitung etwas später als erwartet in Händen. Dies aus zwei Gründen: erstens durfte unsere Redakteurin, Gabriele Feyerer, über Monate ihre schwerst kranke Mutter bis zum Ende begleiten, konnte daher nicht alle Arbeiten prompt erledigen, zweitens haben wir insgesamt neue Erscheinungstermine für die Zeitung festgelegt, da wir uns auch weiterhin keinem unnötigen „Weihnachtsstress“ aussetzen möchten.
Die „Hera-News“ werden daher künftig jeweils um den 15. der Monate Jänner, April, Juli und Oktober erscheinen. Wir hoffen, das ist auch in Ihrem Sinn. An alle ZahlerInnen möchten wir nochmals die dringende Bitte richten, bei Überweisungen ihre genaue Adresse auf den Erlagschein zu schreiben (das ist auch in der Mitte unter Verwendungszweck möglich). Es gehen immer wieder neue Zahlungen ohne diese Angaben ein und wir können dann natürlich kein Heft zusenden! Auch über Spenden in jeder Höhe freuen wir uns sehr!

Unseren Dank möchten wir an dieser Stelle dem Vortragenden, Herrn DDr. Norbert Hofer (Leiter der Geschichterunde) aussprechen. Er hat nun nach reiflicher Überlegung beschlossen, seine langjährige Vortragstätigkeit bei „Hera“ zu beenden. Wir bedanken uns für die Verlässlichkeit und Loyalität über viele Jahre und wünschen Herrn DDr. Hofer weiterhin alles Gute! – Für das angekündigte **Thema „Grazer Straßennamen“** hat sich dankenswerterweise unsere Leiterin der Literaturrunde, Frau Mag. Irene Slepcevic, als Vortragende angeboten. Mehr dazu im Oktoberheft.

Im Juni fanden bei „Hera“ noch zwei sehr erfolgreiche Veranstaltungen statt: ein **Besuch der Grazer Hörbibliothek**, der allen Anwesenden viel Interessantes bot und der erste Teil einer Vortragsreihe mit **Manfred Grössler: „Gesundheit und innere Ruhe kann man essen“.** In diese können Sie natürlich auch im Herbst noch einsteigen. **Am 21. 10. besuchen wir im Rahmen einer Führung die Grazer Odilien-Bibliothek** – siehe dazu auf Seite 9!

Ab Herbst gibt es bei uns – passend auch zum allgegenwärtigen Jahresthema 1. Weltkrieg – „oral history“ zur Zeit danach: **Vier Erzählrunden mit einem verdienten Hera-Mitglied, das über die Zeit von 1930 bis 1960 aus ihrer Sicht berichten wird. Frau Mag. Erika Gossler begleitet die Vorträge mit Erklärungen zu historischen Hintergründen und Fakten.** Beiträge Ihrerseits von weiteren Zeitzeugen sind ebenso erwünscht, wie Fragen der jüngeren Generationen. Wir wollen uns dabei nach dem Grundsatz richten, der schon einmal zum Motto einer Buchreihe wurde: **„Damit es nicht verloren geht…“:**

Vortrags- und Erzählreihe

„So war’s zu meiner Zeit … Seniorinnen erzählen“

1. Erzählrunde: „Die frühen 30er Jahre in Graz“
2. Erzählrunde: „Und dann war wieder Krieg …“
3. Erzählrunde: „Wir haben überlebt. Wie geht es weiter? Die Nachkriegsjahre“
4. Erzählrunde: „Es geht aufwärts - Die 50er Jahre“

1. Vortrag am Mittwoch, 3. 9. um 15 Uhr

„Hera – Frauen für Familie“
Schmiedgasse 21/1 (im Hof rechts – barrierefrei, Lift vorhanden!), 8010 Graz
6 Euro bzw. 4 Euro für Hera-Mitglieder, für Schüler und Studenten gratis!

Generationen und Solidarität

Die Zahlen, die die EU-Kommission im Hinblick auf den Generationenvertrag in dem Bericht über die demographische Alterung in Europa vorgelegt hat, zeigen, dass auf jeden Menschen über 65 bald nur noch zwei im arbeitsfähigen Alter kommen. Bisher waren es vier. Wird dieses Missverhältnis zu einem oft beschworenen „**Generationenkrieg“** führen?

Wird es nicht, ist Dieter Otten, Jahrgang 1943 und Leiter des Forschungsprojekts, überzeugt, denn gleichzeitig sagt eine Studie über das Lebensgefühl der Menschen ab 45 Jahre, dass sich die Alten immer jünger fühlen. Und dieses Phänomen ist ein gesamteuropäisches. Die "Klischeealten" würden immer mehr von einer Generation fitter, attraktiver Menschen in den besten Jahren ersetzt. Die 50- bis 70-Jährigen von heute verstehen sich laut Otten als "alterslose Bürger". Sie sind gesund, sexuell aktiv und politisch engagiert. Deshalb hält auch der ehemalige Bildungsminister Klaus von Dohnanyi (selbst Jahrgang 1928) ein Umdenken für mehr als notwendig. Seiner Meinung nach befindet sich Europa auf dem Weg in eine alterslose Gesellschaft, in der Überalterung keine Bedrohung darstellt.

Der EU-Alterungsbericht konstatiert: "Erstmals in der Geschichte ist es der überwiegenden Mehrheit der europäischen Bürger möglich, bis ins hohe Alter ein aktives, gesundes Leben zu führen und an der Gesellschaft teilzuhaben" ... "Man muss [den Alten] das Gefühl geben, dass die Gesellschaft sie immer noch braucht. Und das tut sie!" sagt dazu Dohnanyi. "Erst wenn sie 70 sind, kommen sie darauf, dass sie nicht mehr 30 sind."

Dazu sei der Hinweis gestattet, dass sich das Nützlich-fühlen-wollen dieser "neuen Alten" günstig mit den leeren Rentenkassen trifft, der Arbeitsmarkt aber nicht sonderlich gut darauf vorbereitet zu sein scheint ...

Während also Jugendlichkeit für Erwachsene jeden Alters einen allgemeinen Wert darstellt, werden die echten Jugendlichen selbst immer mehr zur Minderheit und durch jung gebliebene bzw. sich als jugendlich definierende Erwachsene überschichtet und verdrängt.

Wie sieht nun die wirkliche Welt abseits der EU-Studien aus?
Sowohl am Anfang wie auch am Ende des Lebens sind Menschen auf Unterstützung („Fürsorge“) angewiesen, die ganz wesentlich im Rahmen von Mehrgenerationenbeziehungen erbracht wird. Dabei kommt der Familie ein besonders hoher Stellenwert zu, nehmen doch die Familienbeziehungen meist den Charakter eines den Lebenslauf begleitenden Unterstützungsnetzwerks an.

Neben finanziellen Leistungen sind damit vor allem die Betreuungs- und Pflegeleistungen von Familienmitgliedern gemeint, die sich vor allem am Kriterium der Bedürftigkeit orientieren. Obwohl nicht-monetäre Unterstützungspotentiale für Betreuungs- oder Pflegeaufgaben zunehmend auch außerhalb der Familie gesucht werden, zeigt sich in den meisten vorliegenden Studien zu diesem Thema, dass der Familie und den in Familien erbrachten Unterstützungsleistungen eine nach wie vor zentrale Bedeutung zukommt. (Rossi & Rossi 1990).

Für die Schweiz fand Perrig-Chiello für 2007, dass „gelebte Solidarität“ schwer wog: Zwei Drittel aller älteren pflegebedürftigen Menschen wurden zu Hause hauptsächlich von Angehörigen betreut. Allerdings war der Preis dafür hoch, und zwar auf gesundheitlicher, psychischer und sozialer Ebene, und er wurde zu 80% von Frauen bezahlt.
Das Ausmaß dieser „Hidden economy“ beträgt jährlich rund 1,2 Mrd (1,200.000.000) Stunden private Pflegearbeit im Wert von über 12 Mrd. Franken!

Oft führt die Pflege von Eltern und Schwiegereltern leider zu einer von Töchtern und Söhnen häufig ambivalent bis krisenhaft erlebten Rollenumkehr. Das hohe Pflichtgefühl der Kinder trifft auf (gefühlt) wenig Wertschätzung ihrer Leistungen durch die betreuten Eltern, die „zu viel“ erwarten würden. Fast die Hälfte der Töchter beklagt, dass die Eltern nicht realisieren, dass sie sich auch um die eigenen Partner und Kinder kümmern wollten. Darüber hinaus geraten viele pflegende Töchter in einen zweiten Vereinbarkeitskonflikt zwischen Pflege der Eltern und ihrem eigenen Beruf: Zwei Drittel geben an, durch die Beanspruchung als Pflegende ihr Arbeitspensum (und damit ihr Einkommen!) reduziert zu haben, 16% gaben sogar ihre Jobs ganz auf.

Dass auf einzelne eine hohe Betreuungslast fällt, ist auch Ergebnis des Trends zu weniger Kindern. Einerseits gibt es die - von allen begrüßte - höhere Lebenserwartung, mit der längere gemeinsame Lebenszeiten der Generationen einhergehen. Durch den Geburtenrückgang nimmt andrerseits die „Bohnenstangen-Familie“ überhand, das heißt: sehr oft leben Urgroßeltern, Großeltern, Eltern, und Kinder zugleich, aber es fehlen auf jeder Ebene Geschwister, was sich auch in fehlenden Onkeln

und Tanten, Cousinen und Cousins niederschlägt.

Durch die Entwicklungen in der modernen und immer flexibler werdenden Gesellschaft leben diese Bohnenstangenfamilien normalerweise nicht in einem Haushalt sondern verteilt auf drei bis vier, oft sogar in verschiedenen Städten. Das vermehrt zwar die Freiheit der Einzelnen, das fehlende Netzwerk hat aber auch Nachteile, sobald es um Betreuung geht, die dann entweder Einzelne überfordert oder ausgelagert werden muss.

Während früher die passende Anzahl Kinder den Eltern ein Auskommen im Alter sicherte, „erdrückt im heutigen Umlagesystem die zunehmende Überalterung die Erwerbsfähigen, weil der entsprechende Nachwuchs fehlt“ (Perrig-Chiello). Dazu gibt es noch die unschöne Graphik, auf der die Geschundenen mittleren Alters die im Verhältnis immer zahlreicher werdenden Alten schultern müssen.

Quelle: Albert Studer-Auer, Die Offensive des Lebens, Bern 1941

Jeder Mensch durchläuft im Verlauf seines Lebens 3 Phasen. Zunächst ist er Empfänger, dann Unterstützer und schließlich wieder Empfänger der Leistungen von anderen. Die Verflechtung der Generationen durch Leistungen und Gegenleistungen wird bei uns als „Generationenvertrag“ bezeichnet, wobei dieser Vertrag nicht in Schriftform vorliegt. Eine wesentliche Voraussetzung für seine Wirksamkeit ist die freiwillige Bereitschaft zur Anerkennung der gegenseitigen Verpflichtungen der beteiligten Generationen. Dabei ist wichtig, dass am Generationenvertrag immer drei Generationen unmittelbar beteiligt sind, denn jeder Mensch empfängt zweimal in seinem Leben die Unterstützung durch andere Generationen, während er nur einmal beiträgt, das aber über lange Zeiträume.

Insbesondere in Familien besteht eine große Bereitschaft zur Solidarität, auch deshalb, weil Alter keine stabile Eigenschaft einer Person ist, sondern jedes Individuum im Laufe seines Lebens von einer Altersgruppe zur nächsten wechselt und die mit diesem Phänomen einhergehenden unterschiedlichen Bedürfnisse den Menschen sehr wohl bewusst sind. Beginn und Ende des Lebens sind vulnerable Phasen, wo Menschen existentiell auf die Hilfe anderer angewiesen sind. Eine ungleiche Behandlung einer Altersgruppe ist deshalb nicht à priori ungerecht, sondern kann durch unterschiedliche Bedürfnisse oder gesellschaftliche Ansprüche begründet werden und ist damit moralisch akzeptabel. Niemand soll sich dafür schämen müssen, wenn er Hilfe braucht.

Familiensolidarität muss allerdings nicht bloß gefordert, sondern auch gesellschaftlich anerkannt und unterstützt werden, ist sie doch aus psychologischen, ethischen, sozialpolitischen und volkswirtschaftlichen Gründen ohne Alternative, betont Perrig-Chiello. Die derzeitige „Demografisierung sozialer Probleme“ würde alles andere als hilfreich wirken.

Wer also der so genannten „Überalterung“ die Schuld an staatshaushalterischen Defiziten, planerischen Notständen und Jugendarbeitslosigkeit gibt, möchte offenbar Debatten anregen, die von jahrelangen schweren politischen Versäumnissen auf diesem Gebiet ablenken sollen. Divide et impera? Wir werden nicht darauf reinfallen!

Während früher Wissen Privileg der Alten war, von Eltern an Kinder weitergegeben und samt Werten wie Disziplin, Gehorsam und Fleiß tradiert wurde, sind heute Wissensinhalte allgegenwärtig und – dank Internet – überall sowie jederzeit zugänglich. Allerdings ist das Faktenwissen der Groß- und Urgroßelterngeneration immer noch interessant, wenn es um „individuelles, gelebtes Wissen“ geht, das man nicht im Netz abrufen kann – siehe dazu unsere Erzählreihe: **„So war’s zu meiner Zeit ...“** ab 3. September bei Hera (Ankündigung im Programmteil)

Da sich die meisten Kinder und Jugendlichen mit Computern besser auskennen als ihre Großeltern, ergibt sich dadurch in manchen Bereichen eine spannende Umkehr der althergebrachten Wissensvermittlung ... Damit und mit weiteren interessanten Facetten der Beziehung zwischen Alt und Jung befassen wir uns in den nächsten Hera News. **ego**

Eine häufige Frage: Wie nimmt man Medikamente richtig ein?

Tabletten gehören für den modernen Menschen fast schon zum Alltag. Sei es die mehr oder weniger selten eingenommene Kopfschmerztablette, das 1-2 mal pro Tag notwendige „Blutdruckmittel“, der Magenschutz, etwas “für’s Herz“ oder gegen Diabetes, Gicht, zu hohes Cholesterin oder anderes. Dazu kommen die bis zu 14-tägige Antibiotika-Therapie oder, bei Frauen, die fast schon lebensbegleitende „Pille“. All diese Medikamente sind medizinische Therapien, die zwar vom Arzt verschrieben, in der Anwendung aber dem Patienten, also einem medizinischen Laien, überlassen werden. So darf man nicht vergessen, dass die Wirkung von „Pulvern“ von vielen Parametern abhängt. Bei falscher Einnahme bringt man sich entweder um die erwartete Wirkung, erzeugt nicht beabsichtigte Wechselwirkungen oder handelt sich gesundheitliche Probleme ein. Wichtig sind

1. Der Zeitpunkt der Einnahme: Ihr Apotheker schreibt Ihnen in gängigen Kürzeln die Zeit und Periodizität der Einnahme des Medikaments auf die Packung: 1-0-0 steht für eine Tablette morgens, 1-0-1 für je eine Tablette morgens und abends, d.h. im 12- Stundenintervall. 1-1-1 bedeutet dreimal täglich, jedoch nicht früh-mittags-abends, sondern dreimal in 24 Stunden, also eine Einnahme alle 8 Stunden (!), weil der Wirkstoff in regelmäßigen Abständen über die 24 Stunden des ganzen Tages eingenommen werden muss. Sollte auf einer Packung 0-0-0-1 stehen, so ist das Medikament nicht zum Abendessen einzunehmen, sondern kurz vor dem Schlafengehen, damit die Wirkung nicht zu früh einsetzt, was bei Schlafmitteln und Muskelrelaxantien unangenehme Folgen hätte.

Eine morgendliche Einnahme bedeutet nicht automatisch, dass die Tablette zum Frühstück mit einigen Schluck Kaffee oder Tee hinuntergespült werden darf. Schilddrüsenhormone, Eisenpräparate, Bisphosphonate (Osteoporosemittel), Cortisone und der sehr verbreitete „Magenschutz“ (PPI) müssen nüchtern eingenommen und durch den leeren Magen weitergeleitet werden. Der Magen ist nämlich kein Resorptionsorgan, sondern nur „Transit“ in den resorbierenden Dünndarm. Darüber hinaus macht es einen Unterschied, ob eine Tablette rasch im Magen zerfällt, oder als Dragee (bunt überzogene Pille, meist magensaftresistent) oder Kapsel daherkommt. Zerfallende Tabletten brauchen 30 Minuten durch den Magen, sind also eine halbe Stunde vor dem Essen einzunehmen, Dragee oder Kapsel brauchen 60 Minuten Passagezeit, man muss also nach der Einnahme noch 1 Stunde mit dem Essen warten! Das gilt natürlich auch für Medikamente, die vor dem Mittagessen oder vor dem Abendessen einzunehmen sind.

Bei anderen Medikamenten ist die Einnahme zum oder nach dem Essen erlaubt. Auch hier ist jedoch zu beachten, dass der Wirkungseintritt und die Wirkungsstärke von der Zusammensetzung Ihrer Mahlzeit abhängen. Gewisse Präpaate brauchen Fett zur Freisetzung. Andererseits ist jedoch fettreiches Essen durch seine längere Verweildauer im Magen schuld an einer Wirkungsverzögerung, Eiweiß und Kohlenhydrate verbleiben 2 bis 4 Stunden im Magen, Fett 8 bis 10 Stunden. Ist die Nahrungsaufnahme immer etwa von konstanter Zusammensetzung, ist diese Wirkungsverzögerung ebenfalls konstant und macht keine Probleme: Isst man jedoch manchmal extrem fettreich, kommt es bei gleichzeitiger Tabletteneinnahme zu einer drastischen Wirkungsverzögerung, was u.U. zu einer Schwankung des gut eingestellten Blutwertes führen kann. Eine fälschliche Zusatzeinnahme würde dann jedoch zeitverzögert überdosiert wirken.

2. Wechselwirkung zwischen Tablette und Begleitgetränk: Tabletten nimmt man am besten mit einem großen Glas klarem Wasser oder Kräutertee ein. Die Auflösung und Verteilung des Wirkstoffes hängt nämlich mit der Flüssigkeitsmenge im Verdauungstrakt zusammen, außerdem vermeidet man so, dass Dragees oder Kapseln an der Schleimhaut des Verdauungsganges kleben bleiben.

Alkohol und Medikamente vertragen sich bekanntlich überhaupt nicht bzw. können zusammen toxisch reagieren.
Weitere Unverträglichkeiten bestehen zwischen gewissen Wirkstoffen und Milchprodukten, Tein bzw. Koffein und Fruchtsäften (Grapefruitsaft!).
Diese Kombinationen können zu einer

Abbauverzögerung in der Leber führen (verstärkt die Wirkung).

Bei **Homöopatika** kommt noch die Wirkungsverhinderung durch Menthol und Campher hinzu, was die Benutzung von mentholhaltigen Zahnpasten während der Therapie verbietet.

3. Compliance [kəm'plaIəns]: Unter diesem Begriff versteht man in der Medizin die Einhaltung von Verhaltensmaßregeln und Richtlinien durch Patienten, also auch die konsequente Einnahme der Arzneien nach dem vorgeschriebenen Therapieschema. Fehlende Compliance hat ganz verschiedene Erscheinungsformen:
- Einige Patienten setzen die Einnahme ihrer Medikamente einfach aus, wenn sie meinen, dass sich ihr Zustand bereits gebessert hat – dies ist eine der Ursachen der rasch zunehmenden Antibiotika-Resistenzen.
- Andere glauben, dass man Blutdruckpräparate oder Medikamente gegen hohes Cholesterin, zu hohen Blutzucker, gegen Gicht etc. nur dann einnehmen muss, wenn die Messwerte „ausschlagen" – das ist falsch! Es handelt sich dabei um Dauertherapien.
- Manch einer bricht die Tabletteneinnahme ab ohne den Arzt zu konsultieren, wenn er bei sich (vermeintliche!) Nebenwirkungen diagnostiziert.
- Ein Großteil der Einnahmefehler findet aus reiner Vergesslichkeit statt. Davon sind insbesondere ältere Patienten betroffen, die auf Grund ihrer zahlreichen Tablettenschachteln den Überblick verlieren. All denen rate ich zum wöchentlichen Einfächern ihrer Medikamente in Tablettenboxen mit dreiteiliger Tagesfächerung (frühmittag-abend), wie sie in Krankenhäusern üblich sind.
Das vorsorgliche Einfächern verhindert auch die Samstagabend-Panik, wenn man erkennt, dass man für Sonntag keine Medikamente mehr vorrätig hat ...

4. Wechselwirkung zwischen Medikamenten: Das Gebiet der Interaktionen zwischen Medikamenten ist schier endlos und zum Teil noch gar nicht erforscht. Ich möchte daher nur eine kleine, aber sehr relevante Auswahl nennen:
- **Schleimlösende Präparate** verhindern die Resorption von Antibiotika.
- **Magenschutz** (PPI) verhindert die Aufnahme von Eisen und verschiedenen Vitaminen.
- **Statine** (Cholesterinsenker) führen bei gleichzeitiger Einnahme von gewissen Antibiotika (Floxazine) zu Sehnenverhärtung, was bis zu Sehnenrissen bes. der Achillessehne führen kann! Statine reduzieren auch die körpereigene CoenzymQ10-Bildung (Muskel/Herz- Problematik).
- **Blutdrucksenker** werden durch Schmerzmittel vom NSAR-Typ (z.B. Aspirin, Ibuprofen, Diclofenac, Indometacin, etc.) beeinflusst, was den (gut eingestellten) Blutdruck ins Schwanken bringen kann.
- **ASS**-hältige Medikamente (Acetylsalizylsäure) sind für Diabetiker und Asthmatiker nicht zu empfehlen.
- „Blutverdünnte Patienten" dürfen keine frei verkäuflichen Schmerzmittel nehmen, da diese alle den Verdünnungseffekt erhöhen und zu unkontrollierten (inneren) Blutungen führen können.

Eigentlich sollte Ihr Hausarzt oder ihr „Stamm-Apotheker" Sie über den richtigen Umgang mit Ihren Medikamenten aufklären. Hier rächt sich ein etwaiges Arzt- bzw. Apotheken-„Nomadentum": Wer sich heute hier und morgen dort behandeln lässt und einmal diese, einmal jene Apotheke besucht oder auch Manches im Internet bestellt, der sollte sich gut mit der Materie auskennen, denn er wird nirgendwo umfassend beraten werden können.

In diesem Fall könnte **ELGA**, die bekämpfte Patientendatenbank, nützlich sein. Sie speichert alles Verschriebene, gibt jedem mit dem Patienten befassten Therapeuten einen Überblick über dessen gesamte Medikation und schlägt bei falscher, doppelter oder kontraproduktiver Anwendung zur Sicherheit des Kunden Alarm. Das möchte ich hier allen ELGA-Gegnern zu bedenken geben.

Da ELGA allerdings nur die verschriebenen, nicht aber die tatsächlich eingenommenen Medikamente erfassen kann, ist es wichtig, als mündiger Patient insgesamt vernünftig zu agieren und auch selbst Verantwortung für die eigene Sicherheit und Gesundheit zu übernehmen!

Mag. pharm. Helga Hasso

Unser Vortragsangebot richtet sich selbstverständlich auch an Nicht-Mitglieder und kann, mit wenigen Ausnahmen, ohne Anmeldung besucht werden!

September 2014

Datum	Ort/Zeit	Veranstaltung	€
Mittwoch 3. 9. 2014	**Hera Vortragsraum Schmiedgasse 21 8010 Graz 15 Uhr**	**Vortrags- und Erzählreihe mit Seniorinnen „So war's zu meiner Zeit…"** 1. Teil: „Die frühen 30er-Jahre in Graz" mit Mag. Erika Gossler Info: 0650-41 10 754	**6,00 bzw. 4,00 gratis für Schüler**
Montag 15. 9. 2014	**Treffpunkt: Graz Hauptbahnhof Haupthalle an der Rolltreppe 14.30 Uhr**	**Bahnhofsführung ÖBB „Senior Mobil", mit vielen Tipps zum Reisen per ÖBB** plus fallw. Erklärung Fahrscheinautomat **mit Erna Spreizer**, ÖBB-Senioren-Mobilitätsberaterin Info: 0664-61 73 507 oder 03135-57 093	**gratis Service-Leistung der ÖBB**
Montag 22. 9. 2014	**Hera Vortragsraum Schmiedgasse 21 8010 Graz 16.30 Uhr**	**Vortrag: „Gesundheit und innere Ruhe kann man essen" – Teil 2** mit Manfred Grössler Erster ausgeb. Ernährungsberater Österreichs Info: **groessler.manfred@inode.at www.groessler.cc** Tel.: 0664-73 55 45 81 od. 03135-57093	**6,00 bzw. 4,00**
Mittwoch 24. 9. 2014	**Hera Vortragsraum Schmiedgasse 21 8010 Graz 9 - 11 Uhr**	**Neue Literaturrunde „Unsere Welt aus Frauensicht" zu Elisabeth de Waal: „Donnerstags bei Kanakis"** mit Mag. Irene Slepcevic Info: 0664-63 74 187	**6,00 bzw. 4,00**
Dienstag 30. 9. 2014	**Treffpunkt Graz Hauptbahnhof – Haupthalle an der Rolltreppe 9.30 Uhr**	**Bahnhofsführung – danach** Herbstfahrt nach Frohnleiten **mit Erna Spreizer, ÖBB-Senioren-Mobiltätsberaterin** Mittagessen in Frohnleiten möglich Anmeldung bitte unter 0664-61 73 507 oder 03135-57093	**Gratis inkl. Fahrt Service-Leistung der ÖBB**

Oktober 2014

Datum	Ort/Zeit	Veranstaltung	€
Mittwoch 1. 10. 2014	**Hera Vortragsraum Schmiedgasse 21 8010 Graz 15 Uhr**	**Vortrags- und Erzählreihe mit Seniorinnen „So war's zu meiner Zeit…"** 2. Teil: „Und dann war wieder Krieg…" mit Mag. Erika Gossler Info: 0650-41 10 754	**6,00 bzw. 4,00 gratis für Schüler**
Montag 6. 10. 2014	**Hera Vortragsraum Schmiedgasse 21 8010 Graz 16.30 Uhr**	**Vortrag: „Gesundheit und innere Ruhe kann man essen" – Teil 3** mit Manfred Grössler Tel.: 0664-73 55 45 81 od. 03135-57093 Siehe oben – September!	**6,00 bzw. 4,00**

Besuchen Sie uns auf www.hausfrauenunion.at und bestellen Sie unseren Newsletter!

Oktober 2014

Datum	Ort/Zeit	Veranstaltung	€
Mittwoch 15. 10. 2014	**Hera Vortragsraum Schmiedgasse 21 8010 Graz 9 - 11 Uhr**	**Literaturrunde „Unsere Welt aus Frauensicht“ zu Vea Kaiser: „Blasmusikpop“** mit Mag. Irene Slepcevic Info: 0664-63 74 187	**6,00 bzw. 4,00**
Mittwoch 15. 10. 2014	**Hera Vortragsraum Schmiedgasse 21 8010 Graz 18.00 Uhr**	**Vortrag: „Was ist eine Vorsorgevollmacht und wozu brauche ich sie?“ Mit Hinweisen zum Problem der Sachwalterbestellung** mit Dr. Tanja Scheucher, Juristin Info: 03135-57 093 oder 0650-67 13 128	**6,00 bzw. 4,00**
Hera-Tipp! Samstag 18. 10. 2014	**Bildungshaus Schloss St. Martin Kehlbergstr. 35 8054 Graz 9.30 – 12.30 Uhr**	**Vortrag „Selbsthilfe bei Angst und Stress“ mit Dr. Gerhard Weiland Organisation: Werk für menschenwürdige Therapieformen – www.wfmtf.net** Info: 0664-88 41 66 96 (Fr. Bienwald)	**12,00 bzw. 8,00 für Mitglieder des Werkes Mittagessen möglich**
Montag 20. 10. 2014	**Hera Vortragsraum Schmiedgasse 21 8010 Graz 10.00 – 11.00 Uhr**	**Neuer Kurs: „Gesunde Wirbelsäule - gesunder Beckenboden für jedes Alter“ 10 Einheiten – jeweils Montag** mit Johanna Haidacher-Sammer Sehr gut geeignet für ältere Personen, da alle Übungen im Sitzen oder Stehen erfolgen! Info: 03135-57093 oder 0650-67 13 128	**6,00 bzw. 4,00 pro Einheit**
Dienstag 21. 10. 2014	**Odilien-Institut Leonhardstraße 130, 8010 Graz Gleichnamige Haltestelle der Tram-Linie 7! 15 Uhr**	**Führung durch die „Odilienbibliothek“** Nicht nur auf Menschen mit Sehbehinderung wartet in dieser Bücherei eine **riesige Auswahl an Büchern, Hörbüchern, Spielen und weiteren Medien.** Lassen Sie sich überraschen! Info: 0650 – 67 13 128 (Fr. Feyerer)	**gratis**
Mittwoch 29. 10. 2014	**Hera Vortragsraum Schmiedgasse 21 8010 Graz 18.00 Uhr**	**Vortrag: „Brauche ich wirklich eine Patientenverfügung und wie errichte ich sie rechtsgültig?“** mit Dr. Tanja Scheucher, Juristin Info: 03135-57 093 oder 0650-67 13 128	**6,00 bzw. 4,00 pro Einheit**

SeniorInnen-Kartenrunde: **Dienstags um 14.30 Uhr im Hera-Vortragsraum**

Bürozeiten: **jeden 2. und 4. Donnerstag im Monat von 10 - 13 Uhr, Tel: 0316-82 90 34** oder nach telefonischer Vereinbarung unter **03135- 57 093 (Fr. Feyerer)**

Im Juli und August findet kein Bürodienst statt!
Sie erreichen uns in wichtigen Fällen über unsere Homepage www.hausfrauenunion.at oder unter g.fey@tele2.at.

Wir wünschen allen Mitgliedern, Leserinnen und Lesern einen erholsamen Sommer!

Frauenleben einst und heute

Das Landesmuseum Niederösterreich (LAMU-N) zeigt bis 19. Oktober in mehreren Sonderausstellungen das breite Spektrum weiblichen Frauenlebens durch mehrere Jahrhunderte. **Frauengeschichte** besteht selten aus großen Ereignissen und Taten, sondern sie ist eine Geschichte der „Frau von nebenan". Von der Adeligen oder Bürgersfrau bis zur Bäuerin und Nonne wird alltägliches Frauenleben vom Mittelalter bis zur Generation unserer Großmütter nachgezeichnet und erzählt.

(Foto: www.landesmuseum.net – Presse)

Noch zu Beginn des 20. Jahrhunderts glaubte man in der Tat, Frauen seien auch zu künstlerischen Leistungen unfähig. Die **Ausstellung** „Ausnahmefrauen" zeigt mit **Christa Hauer, Hildegard Joos** und **Susanne Wenger** drei Frauen, die dagegen ankämpften. Nachgespürt wird zum 150. Geburtstag auch der Biografie von **Broncia Koller-Pinell.** Die Künstlerin gehörte zum Wiener Kreis um Gustav Klimt und Egon Schiele.

Landesmuseum Niederösterreich,
Kulturbezirk 5, 3100 St. Pölten
Tel.: 02742-90 80 90, Fax: 99
Di bis So, Feiertage: 9 bis 17 Uhr
Montags geschlossen
www.landesmuseum.net

Wald – Mensch – Holz

Schloss Trautenfels macht in einer neuen Ausstellung „Wald und Mensch" die Entwicklung, Geschichte und den Mythos des Waldes hautnah erfahrbar. Der Wald als wandelbarer Lebensraum wird ebenso beleuchtet, wie die Folgen menschlicher Eingriffe und Ausblicke in die Zukunft.
Das Landwirtschaftsmuseum im Schloss Stainz widmet dem ältesten Werkstoff der Menschheit eine Sonderausstellung. Die Schau „Geheimnis Holz" spannt einen Bogen von China bis zu den Alpen, von historischen Werkzeugen bis hin zur Fahrradfelge aus Holz.

Birkenrindenschuhe
(Foto: www.museum-joanneum.at – Presse)

Schloss Trautenfels, 8951 Trautenfels 1, Tel.: 03682-222 33, Mo – Sa 10 – 17 Uhr (bis 31. Oktober), **trautenfels@museum-joanneum.at**
Schloss Stainz, Schlossplatz 1, 8510 Stainz, Tel.: 03463-2772 16, Di – So 10 – 17 Uhr (bis 31. Oktober) **landwirtschaftsmuseum@museum-joanneum.at**
www.museum-joanneum.at

****

Noch ein Tipp aus Söll in Tirol:

Hier können Sie in der „Erlebniswelt Hexenwasser" auf Österreichs längstem Barfußweg an 60 Stationen begeisternde Naturschauspiele hautnah miterleben.
Tel.: 05333-52 60 – **www.hexenwasser.at**

Weitere Tipps für sommerliche Ausflüge und Kulturangebote finden Sie in unserem nächsten Newsletter – zu bestellen unter **www.hausfrauenunion.at**

fey

VEREIN "ÖSTERREICHISCH-SLOWENISCHE FREUNDSCHAFT" GRAZ
DRUŠTVO "AVSTRIJSKO-SLOVENSKO PRIJATELJSTVO" GRADEC
Brucknerstraße 5, 8010 Graz, Tel. 0316 / 42 11 04, E-Mail: ivanka.gruber@aon.at

Kulturreise am Samstag, 13. September 2014

in das märchenhafte Tal des Flusses Soča/Isonzo, nach Kobarid u.v.m.

Programm:

Abfahrt am Samstag, 13. September 2014 um 6:00 Uhr v. Hbf. Graz (Busstation). *Die Reise geht durch Kärnten bis Trbiž (Tarvis) und weiter durch Kranjska Gora in Richtung Vršič-Pass. Bei der* ***Russischen Kapelle*** *machen wir einen Zwischenstopp. Danach kurzer Aufenthalt auf dem* ***Vršič (1611m).*** *Wir setzen unsere Reise mit der Talfahrt bis zur idyllischen* ***Soča-Quelle*** *fort. Julius Kugy, der Erschließer der Julischen Alpen, adelte den Isonzo zum „schönsten Fluss Europas". Sein lichtgrüner Lauf beginnt im Nationalpark Triglav als Karstquelle aus einer Felsspalte und stürzt sogleich als Wasserfall 15 Meter in das Trentatal. Im Tal wartet auf die Besucher die Soča-Forelle Marmorata mit ihrem elegant gemusterten Leib. In Kobarid folgt die Besichtigung des berühmten* ***Kobarid-Museums*** *mit einer ständigen Ausstellung und Multivisions-Darstellung der Ereignisse um die Isonzo-Front. Nach dem Mittagessen beim Gasthaus Jazbec bei Kobarid folgt die Besichtigung der Festung* ***Kluže*** *und Rückfahrt nach Graz.*

Preis: € 55-, (bei 40 Personen), für Studenten **€ 45**,-

Abfahrt: 6:00 Uhr Graz/Hauptbahnhof, 6:30 Šentilj (Tankstelle-Autobahn), Ankunft nach Graz um ca. 20:00 Uhr

Leistungen: Busfahrt ab/bis Graz, Reisebegleitung ab/bis Graz, Maut, Eintrittskarten für Museum und Festung in Kluže, Führungen in slowenischer und deutscher Sprache, Mittagsessen, Reiseversicherung und Organisation. Reiseleiterin: Prof. Jelka Weldt.

ANMELDEFRIST: So rasch wie möglich, jedoch spätestens **bis 1. Sept. 2014** mittels beigefügter Allonge!

Auf eine angenehme und interessante Reise mit Ihnen freut sich Mag. Ivanka Gruber mit Team!

Kulturreise nach Slowenien am Samstag, den 13. Sept. 2014 **A N M E L D U N G**

Ich melde mich und — Person(en), insgesamt — Person(en) **verbindlich** zur Kulturreise am 13. September 2014 an.

NAME: _____

ADRESSE: _____

_____, am _____Unterschrift:_____

Anmeldung an die Adresse: Mag. Ivanka Gruber, Brucknerstr. 5, 8010 Graz, per Tel. 0316/421104 oder per **E-Mail: ivanka.gruber@aon.at**

Achtung: Aus organisatorischen Gründen müssen wir Ihnen bei Abmeldung innerhalb der letzten zwei Wochen vor dem Reisetag eine Stornogebühr von 25%, bei Abmeldung innerhalb einer Woche vor dem Reisetag 50% und bei keiner Abmeldung bzw. Nichterscheinen am Reisetag, die gesamten Reisekosten verrechnen. Wir bitten um Ihr Verständnis!

Kontoverbindung: Steiermärkische Bank und Sparkassen AG, IBAN AT812081500000980706
BIC STSPAT2GXXX

Studie der Universitäten Freiburg und Zürich: Warum Eltern Erziehungskurse (nicht) besuchen

SSF/im., 20.5.2014 - Die Studie wollte wissen, weshalb Eltern Erziehungskurse relativ selten besuchen, obwohl sich viele bei der Begleitung ihrer Kinder überfordert fühlen. Die Autoren der Studie - **Yves Hänggi und Annette Cina von der Universität Fribourg und Guy Bodenmann (Universität Zürich)** verweisen darauf, dass die Anforderungen an die Erziehungskompetenz ständig steigen. In aktuellen repräsentativen Umfragen hätten die Hälfte der Eltern in der Schweiz zugegeben, durch ihre Erziehungsaufgaben „gefordert" zu sein. Ein Fünftel gab sogar an, „überfordert" zu sein. Dennoch besucht nur ein kleiner Teil von ihnen einen Erziehungskurs (Quelle: **www.ief.at**).

Warum ist das wohl so?
Vielleicht, weil es sich meist zugleich um ein Aufdrücken politischer Meinungen und gesellschaftlicher Konzepte handelt, die auf den Ansichten gewisser Lobbys beruhen? Babykost, Ernährung,, Bildung, „Früherziehung", Gesundheit und und…
Kann es sein, dass immer mehr Familien einfach nur einmal Ruhe haben wollen? *Ruhe vor Vater Staat und Tante Psychologin, vor PädagogInnen und ExpertInnen, die uns seit Jahrzehnten in die Töpfe, das Körperinnere, in die Seele, die Babywiege und bis unter die Bettdecke schauen möchten? Jeder natürliche Instinkt geht so irgendwann verloren (ist ja etwas für Ureinwohner…). Genau wie man heute die tatsächliche Haltbarkeit von Lebensmitteln offenbar nicht mehr erkennen kann, scheint es auch nicht mehr möglich, „normal" auf Kinder zu reagieren…Laut Studie wollen Eltern bei Problemen zuerst ihr soziales Umfeld fragen – so sollte es auch sein – danach diverse Medien (Internet, Bücher…), dann erst Kurse oder Beratungen besuchen. Was ist daran so falsch? Die meisten Angebote, mit denen Eltern heute geradezu erschlagen werden, kommen ohnehin von Institutionen oder Personen, die davon erst einmal kräftig finanziell profitieren. Das reicht von „empfohlenen" Verhaltens- oder Ernährungsregeln, einer umsatzgierigen Wirtschaft bis zu Therapien oder Erziehungs-Coachings. Das muss man sich klarmachen, bevor wir glauben, jeder wolle den Familien nur absolut selbstlos etwas Gutes tun. Schauen Sie deshalb genauer hin und entscheiden Sie immer erst nach gründlicher Information darüber, wer die AnbieterInnen sind, wer tatsächlich hinter diesen steht und welche Motive man vermuten kann.*

Eltern dürfen sich ihre letztgültige Entscheidungskompetenz nicht aus den Händen nehmen lassen – von was oder wem auch immer. Widerstehen muss man vor allem der gezielten Suggestion, wir wären mit der „Begleitung" unserer Kinder alleine überfordert, denn die wahre Überforderung besteht heute in einer zunehmenden Kontrolle von Familien durch immer mehr Besserwisser und die Profiteure pädagogischer, politischer oder wirtschaftlicher Gruppierungen!

http://www.familieistzukunft.ch/details/2014-05-20-warum-eltern-erziehungskurse-nicht-besuchen/318832aaa555c074fc2a990d48e48422/

Wie es oftmals in der Praxis abläuft zeigt ein Artikel des Düsseldorfer Mediziners Michael Hauch. Er betreut als Kinder- und Jugendarzt das städtische „Kinderhilfezentrum Eulerstraße" und meint:

Lasst endlich die Kinder in Ruhe!

Als „gestört", „hyperaktiv" oder eben auffällig, werden Kinder heute immer rascher in Therapie geschickt. Von Lehrern und Eltern fühlt sich Dr. Rauch quasi zum Rezeptautomaten degradiert, während sie ihr eigenes Versagen nicht sehen wollen. Aus kinderärztlicher Sicht

durchaus normal entwickelte Kinder (meist Buben) werden etwa von LehrerInnen wegen „Konzentrationsschwäche“ oder zu großer Lebhaftigkeit für eine Ergotherapie bestimmt. Hier erscheinen – so Rauch – Mütter schon mit fertigen Diagnosen in seiner Praxis, haben sogar die erste Therapiestunde bereits vereinbart (bei Therapeuten, die man ihnen „empfohlen“ hat) und sie fordern dann, er müsse ihnen nur noch ein Rezept ausstellen.

Kindern wird immer häufiger eine Rechtschreibstörung, eine Dyskalkulie (Rechenschwäche) oder eine Sprachstörung nachgesagt, auch „zentrale Hörstörungen“ glaubt manch Lehrpersonal bereits zuverlässig erkennen zu können. Probleme, die entstehen, weil Eltern und Lehrer ihrer Aufgabe, die individuelle Entwicklung eines Kindes zu begleiten, nicht mehr nachkommen können, sollen nun rasch von dritter Seite behoben werden. Nicht selten läuft es ab wie eine Rasterfahndung – wer aus der Norm fällt, soll zur Therapie. In Deutschland ist das mittlerweile jedes dritte bis vierte Kind unter 15 Jahren! Natürlich gäbe es auffallende Defizite, diese zu erkennen, obliegt der Medizin, jedoch müsse man zwangsläufig die Frage stellen, wo die tieferen Ursachen vermeintlicher Entwicklungsstörungen zu suchen sind.

Familien in der Zwangsjacke

Den meisten auffälligen Kindern fehlt es laut Dr. Rauch zu Hause schlicht an Zuwendung und Anregung. Es gibt kein Vorlesen mehr, keine gemeinsamen Spiele, kein Familienessen, keine Rituale. Dafür läuft permanent der Fernseher und Kinder wie auch Eltern starren auf einen Bildschirm oder ihr Smartphone, das schon Vorschulkinder zur freien Verfügung haben. Zugleich erwartet man von Jugendlichen die Verarbeitung einer enormen Reiz- und Informationsflut, ohne dass sie daran zerbrechen. Ja, sie sollen sogar die große Karriere machen, am besten Nobelpreisträger oder Wissenschaftlerin werden. Wer dem Druck von seiten Schule und/oder Elternhaus nicht standhält, fühlt sich gnadenlos aussortiert, wobei Kinderärzte und Pädagogen zunehmend als Erfüllungsgehilfen der Wirtschaft und Bildungsindustrie fungieren sollen. Kinder verinnerlichen früh das Gefühl, niemals gut genug zu sein und Eltern sonnen sich in bequemer Scheinsicherheit – ein Alltag ohne Therapie und Nachhilfe wird zum Ausnahmezustand. Vernünftige Eltern seien daher nach einem aufklärenden Gespräch oft froh zu wissen, dass ihr Kind nicht „gestört“ ist, und dass sie hier Rückendeckung durch einen Arzt erhalten.

Dr. Rauch dazu wörtlich: *„Viele Probleme werden erst durch die vermeintliche Heilkraft von Therapien als solche definiert. Alles wird zur Störung, weil Therapien vermeintlich auf alles wirken. Die Folge dieses therapeutischen Aktionismus: Alle Kinder sind mehr oder weniger krank und kommen als „Leistungsempfänger“ des Gesundheitssystems in Frage. Ihre Chance, sich als gesund zu erleben, Stärken und Schwächen zu erkennen und zu akzeptieren oder daran zu arbeiten, Verantwortung für ihr Gesundsein zu lernen, sozial handlungsfähig zu werden, all das wird mit dieser Medikalisierung verhindert“.*

Therapien seien nicht dazu da, so Dr. Rauch, jedes Kind zu reparieren und zu optimalisieren. Manchmal reichen schon mehr Bewegung und ein strukturierter Alltag ohne Fernsehen und Handy aus, damit Kinder einen Entwicklungssprung machen. Es gehe immer darum, sie individuell zu begleiten und Ressourcen zu wecken, um ihnen ein selbstbestimmtes Leben zu ermöglichen. Leider hat jedoch das beschriebene Vorgehen bereits Methode und Eltern sind umso mehr dazu aufgerufen, dieser ausufernden Praxis kritisch zu begegnen! **fey**

Quelle:
http://www.faz.net/aktuell/gesellschaft/gesundheit/ein-arzt-empoert-sich-lasst-die-kinder-in-ruhe-12815971.html

Gesehen und gelesen

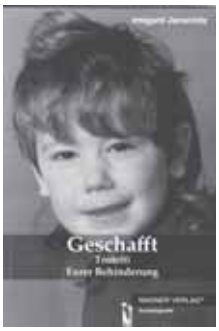
Der letzte Tanz

Österreich 2013
Genre: Drama

Regie: Houchang Allahyari

Darsteller: Erni Mangold, Daniel Sträßer, Marion Mitterhammer, Viktor Gernot, Janina Schauer

„Der letzte Tanz" erzählt mit einer unbeschreiblich großartigen Erni Mangold von einer sehr ungewöhnlichen Liebe. – Im ersten Teil (in schwarzweiß gehalten) wird man Zeuge der Verhaftung eines stillen jungen Mannes (Daniel Sträßer), seiner Einvernahme und Untersuchungshaft, in der er zunehmend aggressiv wird – wir erfahren nicht, was das Gericht ihm vorwirft. Danach kommt Farbe in den Film und in eine Retrospektive auf die auslösenden Ereignisse für Karls Verhaftung.
Der Zivildiener beginnt seinen Dienst auf der Geriatrie in Steinhof, wo ihm eine vom KH-Personal als lästige Alzheimerpatientin eingestufte Frau Ecker (Erni Mangold) auffällt. Obwohl er eine ehemalige Schulkollegin trifft und auf ihr Drängen sogar eine Beziehung mit ihr beginnt, die auch seiner Mutter (Marion Mitterhammer) erstrebenswert erscheint, interessiert er sich immer mehr für diese Patientin, die durch seine Zuwendung aufblüht. Eine schrittweise Annäherung dieser so ungleichen Menschen führt dazu, dass der junge Mann in der „störrischen Alten" die auch sexuell an ihm interessierte Frau wahrnimmt und schließlich ihrer Einladung folgt.
Da sich solche „Vorkommnisse nie mehr wiederholen dürfen", wie die von Ecker als „Feldwebel" bezeichnete Oberschwester überzeugt ist, wirft man Karl die sexuell bedingte Ausnützung eines Abhängigkeitsverhältnisses vor. Der ihn vor-verurteilenden Gesellschaft, die kein Problem mit einer Liaison zwischen (reichen) alten Männern und jungen Mädchen hat, erscheint es so absurd, dass sich ein junger Mann in eine alte Frau verlieben könnte, dass sein Anwalt (Viktor Gernot) auf Unzurechnungsfähigkeit des Mandanten plädiert.
Auch mit lustigen Details wartet Allahyari auf: Als Karl an der Diagnose „Alzheimer" zweifelt und deshalb den sog. „Mini-Mental-Status-Test" (hierzulande als ein zuverlässiges Hilfsmittel zur Erstbeurteilung des Geisteszustandes älterer Menschen betrachtet), mit Frau Ecker durchführt, überrascht sie ihn mit originellen Antworten .... In seiner Realitätsnähe so bedrückend wie hoffnungsvoll…ein absolut sehenswerter Film! **ego**



Irmgard Janschitz

Geschafft – Trotz(t) Eurer Behinderung

Wagner Verlag, Gelnhausen 2013
ISBN: 978-3-86279-726-4
www.wagner-verlag.de

Wie fühlt sich eine Mutter, die mit 39 Jahren erst den Tod ihres Mannes verarbeiten musste, um ihre wirtschaftliche Existenz kämpft und dann noch hinnehmen muss, dass ihr jüngster Sohn als Folge einer Impfung beeinträchtigt bleibt?
Dieses Übermaß an Sorgen und Ängsten, die Ignoranz der Medizin und der Gesellschaft als Ganzes im Umgang mit Behinderungen, machen ihr und dem Kind lange Zeit schwer zu schaffen.

Das Buch zeigt eindringlich, wie rasch unsere Leistungsgesellschaft bereit wäre, „fehlerhafte Elemente", etwa behinderte junge Menschen, auszusondern und in therapeutische Sackgassen umzuleiten, falls keine echte Gegenwehr erfolgt. Die Geschichte macht betroffen und zeigt, wie unterschiedlich „Behinderung" wahrgenommen und gehandhabt wird. Diese Mutter, die man kurzerhand von ihrem Kind trennen wollte, ließ sich nicht einschüchtern und sie kann erreichen, dass ihr Sohn sogar eine fundierte Ausbildung abschließt – dass beide am Ende doch sagen können: „Geschafft!" – auch wenn niemand daran glaubte… **fey**

Hera-Mitglieder können sich das Buch bei uns während der Bürozeit ausborgen. Wir besitzen eine kleine, aber feine Büchersammlung!

Impressum: Medieninhaber, Herausgeber und Verleger: Österreichische Hausfrauen-Union in Kooperation mit Hera – Landeszweigverein Steiermark, Schmiedgasse 21, 8010 Graz,
Büro: jeden 2. und 4. Do im Monat: 10 - 13 Uhr,
Tel.: 0316 - 82 90 34 oder 0316 - 21 55 98.
Für den Inhalt verantwortlich: Mag. Erika Gossler, Präsidentin der ÖHU; **Redaktion:** Dr. Gabriele Feyerer, Mag. Erika Gossler, Mag. Helga Hasso, Andreas Gutl, hausfrauenunion@gmx.at oder g.fey@tele2.at,
Erscheint 4 mal jährlich, **Abopreis:** 12 Euro, für Mitglieder im Jahresbeitrag (24 Euro) enthalten
Druck: Khil Druckerei GesmbH, Neutorgasse 26, 8010 Graz
Blattlinie: Unabhängige Information für Familien und Eintreten für Wahlfreiheit im Lebensentwurf. **www.hausfrauenunion.at**

Baden: Ehrung des Bundes Österreichischer Frauenvereine (BÖFV) für Marianne Hainisch

Am 25. März 2014 gedachte der BÖFV seiner Gründerin Marianne Hainisch, die auf den Tag genau vor 175 Jahren, am 25. März 1839, in Baden bei Wien geboren wurde. Auf Initiative von BÖFV-Vorsitzender **Eleonore Hauer-Róna** hatte die Stadtgemeinde Baden zu einer feierlichen Kranzniederlegung am Marianne Hainisch-Denkmal im Arthur Schnitzler-Park (Bahnhofvorplatz) geladen (…). Eleonore Hauer-Róna sprach die zahlreichen und vielfältigen sozialen, politischen, gesellschaftlichen und kulturellen Leistungen an, mit denen Marianne Hainisch bahnbrechende Erfolge erzielte: Schulbildung für Mädchen, Zugang für Frauen zu Universitäten, die internationale Friedensbewegung, das Frauenstimmrecht, Volksbildung, Muttertag (…).

„Mit den neuen Rechten, die die Frauen errungen haben, sind ihnen auch neue Verantwortlichkeiten zugewachsen, denen es nun gerecht zu werden gilt. Marianne Hainisch hat nie zu jenen unerbittlichen Kämpferinnen gehört, die Recht und Rechthaberei miteinander verwechseln und das Ziel darin erblicken, die Frau zu vermännlichen. Ihre Forderung ging dahin, daß die Frauen zu allem berechtigt sein sollen, wozu sie sich befähigt zeigen. In der weisen Beschränkung auf einen Anspruch, den niemand mit stichhaltigen Argumenten ablehnen kann, lag das Geheimnis des Erfolges ihres lebenslangen Kampfes in der neuen Frauenbewegung.“ (…).

Zum Gedenkjahr für Marianne Hainisch gab es seit 8. Mai 2014 eine Schau im Gemeindezentrum Spillern (Niederösterreich). Wer diese **Ausstellung** nicht besuchen konnte: sie wandert am 18. 9. 2014 ins **Rollet-Museum in Baden bei Wien**, Weikersdorferplatz 1 (Vernissage). (Quelle: „Bund-Informationen“ Juni 2014 – **www.ncwaustria.org**)

****

Dr. Gottfried Hofmann-Wellenhof, Gymnasialprofessor und Autor,
tritt nach dreieinhalb Jahrzehnten in den Ruhestand und äußerte sich in einem Artikel der „Kleinen Zeitung“ vom 4. Juli 2014 nochmals zum Thema Ganztagsschule:

„Im Hinblick auf zurzeit vorherrschende Lebensweisen ist die Ganztagsschule eine Notwendigkeit. Aber es sollte verhindert werden, dass diese zur Pflicht auch für jene Kinder wird, für die sie nicht das kleinere, sondern das größere Übel bedeutet…“

****

ÖHU Hera Frauen für Familie

ÖHU Hera Frauen für Familie

„Hausfrauen“ – das sind wir alle!

Liebe Familienfrauen und Mütter, liebe Familienmänner und Väter,

Am 3. Mai 2011 veröffentlichte in Brüssel die Delegation "Movement Mondial des Mères – MMM-Europe" die Ergebnisse einer europaweiten Befragung von 11.000 Müttern in 16 Staaten, in welchen sie ihre Wünsche und Nöte bekannt geben konnten. Das Ergebnis kann nicht genug Würdigung erfahren:

3 Dinge sind es insbesondere, die sich Mütter in Europa wünschen:

Zeit: Frauen und Mütter wollen mehr Zeit für ihre Familien und ihre Kinder, ohne deshalb berufliche und andere Interessen wesentlich einschränken zu müssen. Gefordert wird aber nicht mehr außerhäusliche Betreuung, sondern eine Besserstellung durch effektive Teilzeitarbeit, familienfreundliche Betriebe und eine Verlängerung der finanziell ausreichend abgegoltenen Zeit nach der Geburt eines Kindes. Diese soll auch zwischen Vater und Mutter geteilt werden können. Das provokative Ausspielen „arbeitender“ Mütter gegen „Hausfrauen“ ist kontraproduktiv und obsolet. Hausfrauen bzw. Familienfrauen sind wir alle, zumal immer noch 70 Prozent der Männer im Haushalt nicht regelmäßig helfen!

Wahlfreiheit: Gefordert wird mehr gesellschaftliche Anerkennung jener Mütter, die ihre Kinder längere Zeit selbst erziehen und versorgen wollen! Dennoch muss die spätere Rückkehr ins Arbeitsleben gewährleistet sein, ebenso wie pensionsrechtliche Absicherung für Frauen, die sich ganz der Familie widmen. Echte Wahlfreiheit statt Fremdbestimmung ist das Thema!

Anerkennung: ausdrücklich betont wird die Wichtigkeit ausreichender Betreuung eines Kindes innerhalb der Familie während seiner ersten drei bis vier Lebensjahre zur Entwicklung seiner sozialen und emotionalen Bindungsfähigkeit! Hierin sind sich Mütter (und wohl auch Väter) von London bis Budapest, von Stockholm bis Madrid laut Umfrage vollkommen einig:

Familienarbeit hat – auch finanziell – etwas wert zu sein!

Die österreichische **Hausfrauenunion (ÖHU)** tritt seit jeher **überparteilich und überkonfessionell** für diese Forderungen ein! Helfen auch Sie mit, dem „Frau/Mutter- (und Mann/Vater-) Sein heute“ ein würdiges und zeitgemäßes Gesicht zu geben!

Der Begriff „Hera“ steht seit Jahrzehnten für: „Hausfrauen erwerben Recht und Anerkennung“. Diesem Grundsatz wollen wir weiter treu bleiben, heute aber Frauen bzw. Eltern jeden Alters und jeder beruflichen Orientierung ansprechen und für deren familiäre Anliegen eintreten!

Wir freuen uns über Ihre Unterstützung durch eine Mitgliedschaft oder ein Abo oder jegliche Spende – vielen Dank!

ZAHLUNGSANWEISUNG
AUFTRAGSBESTÄTIGUNG

EmpfängerIn Name/Firma
Österr. Hausfrauen Union HERA Landeszweigverein Steiermark

IBAN EmpfängerIn
AT885600020141271033

BIC (SWIFT-Code) der Empfängerbank
HYSTAT2G

EUR Betrag Cent

Zahlungsreferenz

IBAN KontoinhaberIn/AuftraggeberIn

Verwendungszweck

- ○ **Mitgliedschaft (inkl. Zeitung) 24,–**
- ○ **Abo Zeitung 12,–**
- ○ **Spende**

AT HYPO STEIERMARK

ZAHLUNGSANWEISUNG

EmpfängerIn Name/Firma
Osterr. Hausfrauen Union HERA Landeszweigverein Steiermark

IBAN EmpfängerIn
AT885600020141271033

BIC (SWIFT-Code) der Empfängerbank
HYSTAT2G

Ein BIC ist immer verpflichtend, wenn die EmpfängerIn IBAN ungleich AT beginnt.

EUR Betrag Cent

Verwendungszweck

○ **Mitgliedschaft (inkl. Zeitung) 24,–** ○ **Abo Zeitung 12,–** ○ **Spende**

IBAN KontoinhaberIn/AuftraggeberIn

KontoinhaberIn/AuftraggeberIn Name/Firma

006

30+

Unterschrift ZeichnungsberechtigteR