

IMPULSE



MARKTGEMEINDE
Frastanz

GUT AUFGEHOBEN IN FRASTANZ



15. Jahrgang | Nr. 51 | Juni 2020

Amtliche Mitteilung | An einen Haushalt | Postentgelt bar bezahlt

In Gesundheitsfragen bestens versorgt

Frastanz ist in Sachen Gesundheitsversorgung gut aufgestellt. Die Ärzte und die Mitarbeiter der Apotheke im Ort helfen Ihnen gerne weiter:

Gemeindearzt Dr. Peter Pircher

Arzt für Allgemeinmedizin
Bahnhofstraße 11
05522/52400
peter.pircher@aon.at
Ordinationszeiten:
Mo, Mi, Do und Fr: 7.30 bis 11 Uhr
Mo, Do: 16.30 bis 18 Uhr

Dr. Verena Linder

Ärztin für Allgemeinmedizin
Feldkircher Straße 9
05522/51191
anmeldung@praxis-linder.at
Ordinationszeiten:
Mo, Di, Mi und Fr: 8 bis 11.30 Uhr
Mo, Mi: 14 bis 16 Uhr
Di: 16.30 bis 18.30 Uhr

Dr. Barbara Rehberger

Ärztin für Allgemeinmedizin und
Fachärztin für Psychiatrie
Hofnerfeldweg 19
05522/54024
barbara.rehberger@aon.at
Ordinationszeiten:
Mo - Fr: 7.30 bis 8.30 Uhr - nur
nach telefonischer Vereinbarung

Dr. Michael Sturn und

Dr. Margit Madlener
Gemeinschaftspraxis für
Allgemeinmedizin
Singergasse 14
05522/51712
praxis@sturn.eu
Ordinationszeiten:
Mo, Di, Do und Fr: 8 - 11 Uhr
Mo, Di und Do: 13 - 16.30 Uhr
und nach telefon. Vereinbarung

Dr. Andreas Schnetzer

Facharzt für Innere Medizin,
Gastroenterologie und Hepatologie
Obere Lände 5
05522/52138
office@drschnetzer.at
Ordinationszeiten:
Mo - Do: 8 - 12 Uhr, 13 - 16 Uhr
sowie nach Vereinbarung.

Dr. Christoph Westreicher

Facharzt für Unfallchirurgie und
Sporttraumatologie
Hofnerfeldweg 30
05522/51333
ordination@drwestreicher.at
Termine nach Vereinbarung

DDr. Sebastian Salomon

Facharzt für Zahn-, Mund- und
Kieferheilkunde
Auf Kasal 23

05522/51323
praxis@zahnarzt-salomon.at
Terminvereinbarung:
Mo - Do: 8.30 - 12.30 Uhr

Krankenhaus Maria Ebene

Entgiftung und Therapie von
Abhängigkeiten
Maria Ebene 17
05522/72746-0
krankenhaus@mariaebene.at

Walgauapotheke

Mag. Tobias Gut
Auf Kasal 8
05522/51136
info@walgau-apotheke.at
Öffnungszeiten:
Mo - Fr: 8 bis 12 Uhr und
14.30 - 18.30 Uhr
Sa: 8 bis 12 Uhr

Ärztendienst

Für Notfälle außerhalb der Ordina-
tionszeiten ist immer ein Arzt in
der Region erreichbar. Diese Seite
gibt Auskunft, wer gerade Dienst
hat: www.medicus-online.at

Gesundheits-Hotline

Unter der Telefonnummer 1450
kann man sich rund um die Uhr
kompetenten Rat in Gesundheits-
fragen holen.



Liebe Frastanzerinnen und Frastanzer,

die letzten Wochen haben uns einiges abverlangt. Es hat uns alle ziemlich verunsichert, wie unser gewohntes Leben von einem Tag auf den anderen komplett auf den Kopf gestellt wurde und wir plötzlich vieler Freiheiten beraubt waren. Vor allem die Familien im Ort mussten einiges schultern, was ihnen viel Kraft abverlangt hat. Ich bin sehr froh, dass wir in Frastanz und in ganz Vorarlberg - nicht zuletzt durch unser eigenes konsequentes Verhalten - gut davongekommen sind. Die letzten Wochen haben uns aber auch gezeigt, dass wir uns organisieren können, uns hier im Ort auf unsere Mitmenschen, die Behörden und Institutionen verlassen können. Ich möchte mich bei allen bedanken, die ihren Beitrag dazu geleistet haben, dass wir nun so langsam wieder in Richtung Normalität marschieren können. Sie alle haben großartige Disziplin gezeigt und sich um Ihre Mitmenschen gekümmert. Im Rathaus haben wir uns ebenfalls sehr flexibel darum bemüht, dieser

neuen Situation gerecht zu werden. Ich bedanke mich sehr für die Flexibilität und die Empathie meiner Mitarbeiter sowie der Pädagogen in den Schulen und Betreuungseinrichtungen im Ort. Sie haben mitgedacht, Ideen entwickelt und umgesetzt.

In dieser Ausgabe der Impulse möchten wir nicht nur die Ereignisse der letzten Wochen Revue passieren lassen, wir möchten Ihnen außerdem vor Augen führen, wo man sich in Frastanz in verschiedensten Lebenssituationen Hilfe erwarten darf. Denn wir alle brauchen manchmal jemanden, der uns unterstützt.

Wir stellen Ihnen die Menschen vor, die sich im Rathaus, in den Hilfsorganisationen, in den Arztpraxen, bei der Pfarre und in den Vereinen um die Anliegen und Bedürfnisse anderer kümmern.

Selbstverständlich kann diese Liste nicht komplett sein. Es gibt eine Vielzahl an Menschen, die sich in den Ortsvereinen oder im Privaten für ihre Mitmenschen einsetzen.

Ich denke, bei all dem Schrecken, den wirtschaftlichen Folgen, die noch gar nicht abzusehen sind, und den Einschränkungen, die wir nur schwer akzeptieren können, hat uns dieser Virus gezeigt, dass wir stark sind. Gerade in der Marktgemeinde Frastanz ist es seit vielen Jahren selbstverständlich, dass Dinge auf kurzem Weg geregelt werden, dass man in Kontakt miteinander steht und sich der Bedürfnisse seiner Mitmenschen nicht verschließt. Dies hat sich nun in der Krise bewährt. So können wir doch weitermachen!

Ich hoffe, Sie können den Sommer - trotz allem - genießen und wünsche Ihnen alles Gute. Bleiben Sie gesund!

Ihr Bürgermeister

Walter Gohm



JEDER MENSCH VERDIENT ACHTUNG

Seit 25 Jahren bemüht sich Vizebürgermeisterin Ilse Mock mit viel persönlichem Einsatz, innovativen Ideen und freundlicher Hartnäckigkeit darum, überall dort zu helfen, wo Unterstützung gebraucht wird.

„Alle sollen sich in Frastanz wohlfühlen und die Marktgemeinde als ihre Heimat erleben können“: Diesem Ziel folgend hat Ilse Mock als engagierte Gemeindevertreterin, Gemeinderätin und Vizebürgermeisterin mehr als zwei Jahrzehnte lang eine Vielzahl von Initiativen gestartet, von denen einige landesweit Nachahmung gefunden und sogar zu bundesweiten Auszeichnungen geführt haben.

Das internationale Kochbuch „Frastanz bittet zu Tisch“, das Sprachfördernetzwerk, der Fraschtner Treff, das jährliche Fest der Kulturen im Gemeindepark, die Familienlotsinnen, die Organisation des beliebten Seniorenfaschings, Aktionen zum bewussten Umgang mit Alkohol, die Beleuchtung des Christbaums im Gemeindepark,... die Liste der von Ilse Mock gestarteten Projekte ist lang. Seit 1997 ist Ilse Mock Mitglied des Gemeinderates, war neben drei Bürgermeistern - Harald Ludescher, Eugen Gabriel und Walter Gohm - für die Themen Soziales, Integration, Jugend, Kinder und Familien federführend zuständig und leitete seit 25 Jahren die mit diesen Themen

befassten Ausschüsse. Aktuell ist Ilse Mock - die privat gemeinsam mit Ehemann Rudi in Amerlügen eine Landwirtschaft führt - Vorsitzende des Ausschusses für Land- und Forstwirtschaft sowie des Ausschusses für Soziales, Familie und Integration. Sie ist außerdem beim gemischten Chor SingKlang Amerlügen, neu als Beirätin beim Seniorenbund und ehrenamtlich als Obfrau des Elternvereins der Lebenshilfe Werkstätte in Frastanz aktiv.

Kinderbetreuung als zentrales Anliegen

Das Thema Kinderbetreuung war ihr von Anfang an ein besonders Anliegen. Sie sah die Belastung von Müttern - speziell von Alleinerziehenden - zu einer Zeit, als Ganztagsbetreuung in den Kindergärten im ganzen Land noch quasi ein Fremdwort war. Um den Gemeindevorstand davon zu überzeugen, dass mehr Kinderbetreuung wichtig ist, startete sie eine Umfrage. Mit einem durchwachsenen Ergebnis: Nur sehr wenige der schriftlich befragten Mütter bestätigten einen Bedarf für mehr Betreuungsangebote. Von der Sache überzeugt, ließ sich Ilse Mock aber nicht von ihrem Vorsatz abbringen. „Damals gab es 16 Pädagoginnen und Helferinnen in den Kindergärten. Wenn im Herbst das Bildungszentrum Hofen

mit der Kleinkindbetreuung eröffnet, werden es zirka 55 Personen sein“, verdeutlicht die Vizebürgermeisterin, wie sehr sich die Betreuungssituation im Ort verbessert hat. Dazu noch ein Beispiel: Während früher während der Ferien mit zwei Kindergärtnerinnen und mit Freiwilligen der Frastanzer Vereine eine einzige Betreuungswoche angeboten werden konnte, so gibt es heute in den Sommerferien nur noch zwei Wochen, in denen wirklich Pause ist. Auch für die anderen Kindergarten- und Schulferienzeiten gibt es für Eltern in Frastanz die Möglichkeit, ihre Kinder in Betreuung zu geben.

Für Familien, in denen beide Elternteile berufstätig sind und vor allem für Alleinerziehende - meistens Mütter - sind diese Angebote eine enorme Entlastung. Auch die Betreuung über Mittag und am Nachmittag - samt gesunder Kost aus der Küche des Sozialzentrums - wird gerne angenommen. Im „Panama“, das mit maßgeblicher Unterstützung der Marktgemeinde von der AQUA Mühle betrieben wird, gibt es seit 2011 für Kinder von einem bis zum zehnten Lebensjahr eine Ganztagsbetreuung.

Mit dem neuen Bildungszentrum Hofen, wo Kinder ab dem 18. Lebensmonat bis zum Ende der Volksschulzeit „unter einem Dach“ betreut und gefördert werden, kann



Ob beim „Fest der Kulturen“, im Chor SingKlang oder beim Internationalen Kochabend - Ilse Mock ging es immer um ein wertschätzendes Miteinander.

das Betreuungsangebot schon ab dem heurigen Herbst noch einmal deutlich erweitert werden.

Integration und Austausch

Das Wohl der Kinder stand aber auch bei diversen Projekten zur Sprachförderung im Mittelpunkt der Überlegungen. Mit viel Engagement und Fachwissen der Mitarbeiterinnen in den Kinderbetreuungseinrichtungen werden Kinder mit Sprachdefiziten schon früh und gezielt gefördert: Eine entscheidende Basis für das Lernen in der Volksschule und die weitere schulische und berufliche Zukunft.

Das Sprachfördernetzwerk Frastanz war und ist ein äußerst wichtiges Projekt in der Kinderbetreuung und den Kindergärten. Das Projekt wurde mit viel Engagement von Bürgern und Pädagogen erarbeitet und ist auch in ständigem Austausch mit anderen Netzwerkgemeinden. Mit finanzieller Förderung vom Fonds Gesundes Österreich entstand das Projekt „Auf gesunde Nachbarschaft von Klein auf“. Ehrenamtliche Frauen - Familienlotsinnen - besuchen junge Familien, die ein Baby bekommen haben, und informieren über Angebote der Marktgemeinde für Familien. Oft können sie auch die Familien an verschiedene Stellen vermitteln,

wenn zu irgendeinem Thema Hilfe gebraucht wird. „Außerdem ist geplant, dass neuzugezogene Familien besucht werden, um ihnen den Start in unserer Gemeinde einfacher zu machen“, erklärt Ilse Mock. Dazu gehört auch der „Fraschtner Treff“, eine weitere Herzensangelegenheit von Ilse Mock. Junge Mütter und Väter werden hier regelmäßig eingeladen, bei interessanten Referaten und beim gemütlichen Hock Neues zu erfahren und sich kennenzulernen. Renate Reisch und Fikriye Temizyürek leiten das Projekt ehrenamtlich und sprechen auch gezielt Frauen mit nicht deutscher Muttersprache darauf an:

So ist der Fraschtner Treff auch Teil der Bemühungen um Integration, welche von Ilse Mock seit vielen Jahren auf diversen Ebenen vorangetrieben werden. Dazu gehört das jährliche Fest der Kulturen, das bei Schönwetter (zuletzt leider selten) im ebenfalls maßgeblich von Ilse Mock initiierten Gemeindepark stattfindet.

Das Kochbuch „Frastanz bittet zu Tisch“ entstand ebenfalls rund um die Bemühungen zur Integration: In Frastanz lebende Frauen aus 35 verschiedenen Herkunftsländern steuerten dazu ihre Lieblingsrezepte bei. Immer wieder wird zum gemeinsamen „Internationalen Kochabend“ in die Mittelschule geladen, wo dann unter Anleitung der jeweiligen



Vizebürgermeisterin Ilse Mock prägte das Zusammenleben in Frastanz wesentlich.

Rezeptgeber aus diesem Kochbuch ein feines gemeinsames Abendessen zubereitet wird.

„Nach 25 Jahren werde ich mich im September aus der Gemeindepolitik zurückziehen“, erklärt Ilse Mock. Sie freue sich darauf, mehr Zeit mit der eigenen Familie verbringen zu können - was in den vergangenen Jahren oft ein bisschen zu kurz gekommen ist. „Mir war aber wichtig, zu wissen, dass in Frastanz für Kinder, Familien, unsere Jugend und die Integration auch in Zukunft engagiert weitergearbeitet wird“, so Mock. Mit Gemeinderätin Michaela Gort, die in diese Projekte schon bisher gut eingebunden war, und den vielen anderen engagierten Mitgliedern der Gemeindevertretung aus allen Parteien sei das absolut gewährleistet, ist die künftige Polit-Pensionärin überzeugt.



Mag. Michael Seidler ist im Rathaus für soziale Angelegenheiten zuständig.

Im Notmodus fielen bürokratische Hürden

Ab 16. März war alles anders: „Ich erfuhr am Wochenende, dass ich ab Montag gemeinsam mit Stefan Pircher den Notbetrieb aufrecht-erhalten soll“, berichtet Michael Seidler, der im Rathaus vor allem für soziale Angelegenheiten zuständig ist.

Die Frastanzer verstanden rasch, dass der Weg ins Rathaus nur in existenziellen Notfällen und nach telefonischer Anmeldung in Frage kam. Wenn aber etwa die Mindestsicherung ausläuft, muss schnell reagiert werden. Da hilft es, dass Mag. Michael Seidler die meisten Frastanzer, die mit solchen Anliegen bei ihm vorsprechen, bereits persönlich kennt. Oft konnten die Details telefonisch geklärt und die geforderten Nachweise unbürokratisch erledigt werden. Innerhalb kürzester Zeit war außerdem eine Briefkasten-Schleuse eingerichtet, was immer möglich, wurde digital abgewickelt. So konnten die beiden Rathaus-Mitarbeiter beispielsweise darauf verweisen, dass jeder Bürger mittels Handysignatur oder Online-Zugang zum Finanzamt zu einem gültigen Meldezettel kommen kann. Dafür haben sämtliche Institutionen gut zusammengearbeitet. Auch

wenn ihm bewusst ist, dass der Schutz persönlicher Daten hohe Priorität hat, hofft Michael Seidler, dass nach der Krise so manches weiterhin so unbürokratisch abgewickelt werden kann wie zu Zeiten des Notbetriebs. Den Frastanzern bliebe dadurch nämlich so mancher Behördengang erspart.

Einige Anträge mussten sein Kollege und er allerdings strikt ablehnen. So meldeten sich etwa Menschen aus dem benachbarten Ausland bei ihm, die während der Corona-Ausgangssperre unbedingt beim Freund/der Freundin in Frastanz einen Nebenwohnsitz anmelden wollten, um den Partner trotz Grenzschließung zu sehen. „An sich ist das ja verständlich. Aber ich musste mir manches Mal den Mund füsselig reden, bis sie einsahen, dass dies kontraproduktiv wäre“, berichtet Seidler. Den Behörden ging es schließlich darum, dass die Krankheit nicht weiterverbreitet wird. Besondere Herausforderungen waren natürlich auch in den Kindergärten und Schulen zu meistern. Es galt eine Betreuung jener Kinder sicherzustellen, deren Eltern arbeiten müssen. In Frastanz griffen zwar nur eine Handvoll Mütter und Väter auf die Betreuungsangebote

zurück - „aber die haben es wirklich gebraucht“. Damit die erlaubten Gruppengrößen eingehalten werden konnten, waren sämtliche Kindergärten im Ort durchgehend geöffnet. Weil sich die Vorschriften aber ständig änderten, mussten alle Beteiligten laufend Flexibilität unter Beweis stellen.

Erwarteter Ansturm blieb aus

Als das Bürgerservice im Rathaus am 18. Mai wieder geöffnet wurde, waren die Mitarbeiter mit Plexiglasscheiben, Masken und Desinfektionsmittel ausgerüstet und auf einen großen Ansturm gefasst. Der blieb aber aus. Das Rathaus war zwar stärker frequentiert als sonst an einem Montag. Die Mitarbeiter standen aber alle parat und konnten sämtliche Anliegen rasch erledigen. Die Besucher reagierten verständnisvoll und äußerst diszipliniert.

Nach und nach stellt sich also auch im Rathaus wieder Normalbetrieb ein. Neben seinen gewohnten Aufgaben will Michael Seidler nun eine langfristige Sozialplanung in Angriff nehmen. „Es gibt in Frastanz jede Menge soziale Initiativen und



Das Jugendhaus K9 ist - unter Auflagen - seit 22. Mai wieder offen. Auch der Deutschkurs für Frauen mit nicht deutscher Muttersprache wurde bereits wieder aufgenommen.

Soziales Leben läuft langsam wieder an

Projekte“, erklärt der studierte Erziehungswissenschaftler. Es gibt gute Kooperationen mit der Pfarre, mit Tischlein deck dich, der AQUA Mühle, der Lebenshilfe und vielen anderen Einrichtungen. Eine gründliche Evaluierung soll nun aber aufzeigen, wo noch Handlungsbedarf besteht, ob es Menschen gibt, die besser unterstützt werden sollten oder momentan gar ganz durch den Rost fallen. So soll etwa erhoben werden, ob die Angebote zur Kinderbetreuung mit den Bedürfnissen der Familien übereinstimmen. Die Vereinsamung von älteren Menschen oder Freizeitmöglichkeiten für Jugendliche sind weitere Bereiche, die man sich genau ansehen möchte. Möglicherweise können auch verschiedene Projekte zusammengeführt oder regionale Kooperationen gesucht werden, um Synergien zu nutzen.

Frastanz ist ständig im Wandel - vor allem, weil die Fluktuation der Bevölkerung relativ hoch ist. Auch zahlreiche Menschen mit nicht deutscher Muttersprache sind in den letzten Jahren zugezogen. Sie sollen weiterhin aktiv zur Teilhabe eingeladen und ins Dorfleben integriert werden. Es gibt also auch nach Corona genug zu tun.

Zwar gibt es immer noch einige Verhaltensregeln einzuhalten, doch nach und nach haben auch in Frastanz Institutionen und Freizeiteinrichtungen wieder ihre Pforten geöffnet.

Einen Monat später als geplant sind die Frastanzer Freibäder in die Saison gestartet. Erholungssuchende können seit 29. Mai im Badesee in der Unteren Au planschen und das gediegene Flair des mehr als hundert Jahre alten Schwimmbades in der Felsenau genießen. Beide Einrichtungen laden - bei entsprechender Witterung - täglich von 9 bis 20 Uhr zum Badespaß. Unter dem Motto „schwimm dich fit!“ ist das Schwimmbad Felsenau aber auch bei schlechterem Wetter auf jeden Fall von 9 bis 12 Uhr geöffnet.

Auch die Ausstellungen in der Vorarlberger Museumswelt können seit 16. Mai wieder besichtigt werden - jeden Mittwoch und Samstag von 13 bis 17 Uhr oder nach telefonischer Voranmeldung (Tel: 0676/5440970).

Im Jugendhaus läuft außerdem schon wieder der Deutschkurs für Frauen mit nicht deutscher Muttersprache, den Manar Qasem nach Absprache mit den Teilnehmerin-

nen einmal in der Woche jeweils am Dienstag oder Donnerstag Nachmittag anbietet.

Die Jugendlichen der Gemeinde freuen sich außerdem, dass sie sich seit 22. Mai wieder im Jugendhaus in der Oberen Lände treffen können. Das K9 ist wieder jeweils am Donnerstag und am Sonntag von 15 bis 19 Uhr sowie am Freitag und Samstag von 15 bis 21 Uhr geöffnet. Auch die Vereine fahren ihre Aktivitäten wieder hoch - allerdings muss das meiste noch im Freien stattfinden. Trainingseinheiten in der Turnhalle der Neuen Mittelschule Frastanz wurden aber schon wieder absolviert.

Auf den Sport- und Spielplätzen der Marktgemeinde stehen Bewegungshungrigen ebenfalls viele Möglichkeiten offen.



Sondermeldung

informiert. Eine Liste der örtlichen Nahversorger samt Öffnungszeiten oder auch mutmachende Videos - etwa mit Gesang vom Amerlögner Chor „SingKlang“ unter Magdalena Fingerlos - wurden verschickt. Bürger können sich umgekehrt über WhatsApp jederzeit mit Fragen und Anregungen an die Verwaltung wenden: Die Texte landen direkt im Rathaus, ohne dass sie von den anderen WhatsApp-Nutzern gelesen werden können. „WhatsApp hat sich in dieser Krisenzeit als Kommunikationsdrehscheibe zwischen Bürgern und Verwaltung sehr bewährt“, bestätigt Bürgermeister Walter Gohm, der von vielen Bürgern positive Rückmeldungen zu diesem Infodienst erhalten hat.

„Frastanz hilft“: 62 Freiwillige

Für ihn steht deswegen außer Frage, dass dieser digitale Bürger-Service auch nach dem Ende der Corona-Krise weiter angeboten werden soll. „Was Inhalte und Häufigkeit von Meldungen anlangt, werden wir sehr auf die Anregungen und Wünsche der WhatsApp-Gruppe eingehen“, versichert Gohm.

Andere analoge und digitale Informationskanäle werden aber trotzdem in vollem Umfang weiter bedient. Voll etabliert hat sich dabei in den vergangenen Jahren der Internetauftritt der Marktgemeinde



Gemeindegeschäftsführer Christian Neyer, MA, kümmert sich im Rathaus um die Kommunikation mit allen Frastanzern.

unter www.frastanz.at. „Wir haben teilweise 10.000 bis 12.000 Gäste pro Monat auf unserer Website“, berichtet Christian Neyer.

Dass Website und soziale Medien wirken, zeigte sich auch zu Beginn der Krise sehr eindrucksvoll. Unter dem Motto „Frastanz hilft“ appellierte die Marktgemeinde an ihre Bürger, die besonders durch den Covid-19 Virus gefährdeten Personen zu unterstützen: Innert kürzester Zeit meldeten sich insgesamt 62 Freiwillige die bereit waren, Einkäufe und Botengänge für jene zu übernehmen, die besser nicht aus dem Haus gehen sollten: Ein wunderbares Zeugnis für die Hilfsbereitschaft der Frastanzer - und ein weiterer Beleg dafür, dass die Informationen auf den Medienkanälen auch wahrgenommen werden.

Corona-Hilfsfonds eingerichtet

Die Nachbarschaftshilfe unter dem Motto „Frastanz hilft“ soll nach der Corona-Krise beibehalten werden. Außerdem hat die Marktgemeinde einen Hilfsfonds für besonders betroffene Frastanzer eingerichtet.

Der Gemeindevorstand hat finanzielle Mittel freigegeben, um Familien und Einzelpersonen nach Bedarf unter die Arme greifen zu können. „Wir brauchen individuelle Lösungen, um die bestmögliche Unterstützung in diesen herausfordernden Zeiten geben zu können“, erklärt Bürgermeister Walter Gohm. Der Großteil der Unterstützungen wird als Gutscheine ausgegeben. Diese Vorgangsweise wurde gewählt, um die heimische Wirtschaft zu stärken und die Wertschöpfung in der Region zu halten. Privatpersonen mit Hauptwohnsitz in Frastanz, welche durch die Corona-Epidemie unverschuldet in finanzielle Not geraten sind, können in der Bürgerservice-stelle oder online unter frastanz.at/Formulare Unterstützung beantragen. Für weitere Informationen steht Michael Seidler zur Verfügung (Tel: 05522/513435 oder per E-Mail: michael.seidler@frastanz.at).



Bgm. Walter Gohm
Marktgemeinde Frastanz

Bürgermeister Walter Gohm informierte ab 16. März regelmäßig vor laufender Kamera über die aktuelle Situation und die geltenden Covid 19-Bestimmungen.



GF Rainer Hartmann setzt auf Lokal-TV als Exklusiv-Service für seine Kabelkunden.

Drei Schwestern und der Bürgermeister

Seit 1993 ist der Dreischwesternkanal für die Frastanzer eine wichtige Informationsquelle. Während der Corona-Krise informierte Bürgermeister Walter Gohm über den E-Werke Lokalsender persönlich und regelmäßig über den Stand der Dinge.

Matthias Decker ist Chefredakteur, Regisseur, Schnittpultmeister, erster Kameramann und hin und wie-

der auch als Moderator seit mittlerweile 16 Jahren die Seele des Lokalsenders: Schon vorher hat er als kaufmännischer Lehrling bei Elektro Gaßner hin und wieder für seinen Chef und Dreischwestern-Kanal-Gründer Dietmar Gaßner einspringen dürfen und erste Filmaufnahmen beigesteuert.

Obwohl seit seiner Geburt durch eine Sehschwäche gehandicapt, machte er das sehr gut, die Filmerei

wurde bald zu seiner großen Leidenschaft. Als Dietmar Gaßner, der 1993 mit der Gründungs des Dreischwesternkanals österreichische Privatsender-Pionierarbeit geleistet hatte, im Jahr 2004 seine Pension antrat, übernahmen die E-Werke Frastanz den Kanal.

Gemeindereporter mit Kamera und E-Mobil

„Die Bürger interessieren sich sehr für Filmb Berichte direkt aus der Gemeinde“, schätzte Geschäftsführer Mag. Rainer Hartmann die Situation richtig ein. Geld ist damit direkt zwar keines zu verdienen - auch das war Hartmann klar. Für die mittlerweile 1.700 Kabelkunden der E-Werke Frastanz, für die ultraschnelles Internet und der Empfang von gegenwärtig mehr als 200 Fernsehsendern in Topqualität möglich ist, ist der örtliche Fernsehsender eine Zusatzleistung, die es exklusiv nur für die E-Werke-Kunden gibt. Matthias Decker wurde 2005 in den Personalstand der E-Werke aufgenommen und - zunächst „nebenher“ - mit der Betreuung und Weiterentwicklung des Dreischwesternkanals beauftragt. Längst ist daraus ein Fulltime-Job geworden:



Matthias Decker mit Kamera im Studio. Er ist die Seele des Dreischwesternkanals.



Mit seinem „Twizy“ ist Matthias Decker rasch zur Stelle, wenn sich in Frastanz etwas tut.



Sandra Ebenhoch und Daniela Tiefenthaler versorgen die Familien im Ort mit täglich neuen, „coronatauglichen“ Ideen zur Freizeitgestaltung

Decker „flitzt“ mit seinem elektrobetriebenen „Twizy“ durch die Marktgemeinde und hält mit seiner Sony-Videokamera Ereignisse und Veranstaltungen jeder Art fest. Am Schnittpult macht er daraus kurzweilige und informative Filme, die im wöchentlichen Wechsel in der Sendung „Frastanz aktuell“ gezeigt werden.

Bei filmischen Reportagen mit dabei ist meist TV-Reporter Markus Pedot, der die Zuseher beispielsweise zu einem Rundgang zu den bäuerlichen Nahversorgern der Marktgemeinde mitnimmt. Auch externe Mitarbeiter steuern Filmmaterial bei. So entsteht jede Woche ein bunter Mix aus Berichten und Informationen, der jeweils am Mittwoch um 18 Uhr Premiere feiert: Ein Fixtermin für viele Frastanzer Kabelkunden.

Info-Idee wurde blitzschnell umgesetzt

„Gleich zu Beginn der Corona-Krise hat mich Bürgermeister Walter Gohm gebeten, im Dreischwesternkanal auch aktuelle Informationen zum Thema Corona zu senden“, erinnert sich Matthias Decker. Man wurde sich bald einig, dass dies am

einfachsten und schnellsten zu bewerkstelligen wäre, wenn sich der Bürgermeister selbst via TV an die Frastanzer wenden würde.

„Wir haben uns dann schon am ersten Tag des Shutdowns im Gemeindepark zu einem Interview getroffen und noch am gleichen Tag wurde die vom Bürgermeister gebotene Informationsübersicht über den Youtube-Kanal der Marktgemeinde und den Dreischwesternkanal ausgestrahlt“, berichtet Decker.

Lob vom Profi für die Auftritte des Bürgermeisters

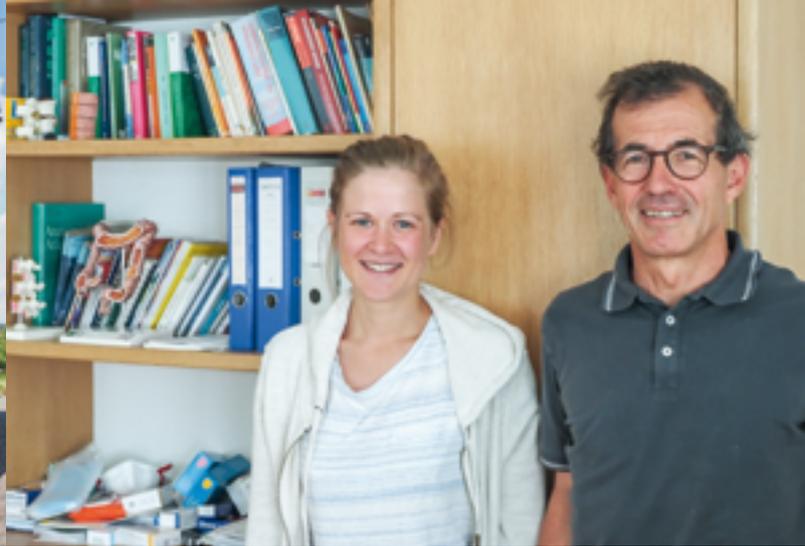
„Der Bürgermeister hat sich sehr geschickt angestellt“, stellt Decker - der schon unzählige Interviewpartner vor der Linse hatte - dem Gemeindeoberhaupt ein gutes Zeugnis für seine telegenen Auftritte aus. In insgesamt sieben Sonder-sendungen wurde vom Beginn der Krise bis zum 19. Mai über das Corona-Geschehen informiert. Das Fernsehpublikum und die You-tuber jedenfalls - das zeigten zahlreiche Rückmeldungen - waren dankbar für die immer aktuellen und umfassenden Informationen direkt vom Bürgermeister.

Onlinekindergarten

Der Alltag mit kleinen Kindern gestaltete sich vor allem während der Zeit der Ausgangssperre schwierig - zumal viele Mütter und Väter zudem ins „Homeoffice“ verbannt waren. Sandra Ebenhoch und Daniela Tiefenthaler von der Kinderservice-stelle im Rathaus bemühten sich sehr, die Familien in dieser Zeit bestmöglich zu unterstützen.

Sie gründeten kurzerhand einen „Onlinekindergarten“ und stellten auf der Homepage der Markt-gemeinde bis Ende Mai täglich neue Ideen für eine sinnvolle Freizeitgestaltung vor. Das Angebot des „Onki“ reichte von Bastelanleitungen über Rätsel, einfache Kochrezepte bis hin zu Bewegungsspielen und inspirierenden Mal-Vorschlägen.

Aber auch über die kommenden Ferien hat man sich im Rathaus bereits den Kopf zerbrochen. Weil die Reisepläne vieler Familien vollkommen durcheinandergewirbelt wurden und so mancher Elternteil den Jahresurlaub bereits konsumieren musste, hat die Marktgemeinde das Betreuungsangebot deutlich erweitert. Sogar die Spielgruppe Sonnenschein ist bei entsprechendem Bedarf geöffnet.



Dr. Sophie Aschermayer „schnuppert“ derzeit beim Frastner Gemeindearzt Dr. Peter Pircher ins Hausarzt-Dasein.

Im Schutzmantel gegen Corona

Seit 31 Jahren ist Dr. Peter Pircher schon in Frastanz als Arzt tätig, vor zwölf Jahren wurde er zum Gemeindearzt bestellt. Diese Funktion erfüllt er mit viel Leidenschaft, die er jungen Kolleginnen und Kollegen in seiner Lehrpraxis weiterzugeben versucht.



Dr. Peter Pircher ist seit zwölf Jahren als Gemeindearzt Ansprechpartner der Kranken im Dorf.

„Die Frastanzer Bevölkerung ist ärztlich sehr gut versorgt“, stellt Dr. Pircher fest und betont, dass das nicht überall im Land so gewährleistet ist. Der Ärztemangel ist ein Problem, das sich in den nächsten Jahren durch anstehende Pensionierung vieler Hausärzte noch verschärfen wird. Der Nachwuchs drängt mehr und mehr in die Krankenhäuser, wo sich die Mediziner offenbar interessantere und besser bezahlte Arbeit erwarten und auf fixe Arbeitszeitregelungen setzen können.

„Als Hausarzt muss man natürlich schon auch über Nacht und an Wochenenden Bereitschaftsdienste leisten“, gibt Dr. Peter Pircher zu. Wenn die Zusammenarbeit mit den Kollegen gut funktioniert - wie eben in Frastanz - sei das aber nicht so schlimm. Sich täglich mit schwersten Krankheiten auseinandersetzen zu müssen oder als Chirurg das ganze Medizinerleben lang einzelne Organe zu operieren — das wäre nichts gewesen für Dr. Pircher. Als Allgemeinmediziner ist er genau an der richtigen Stelle.

„Als Hausarzt kann ich meinen Patienten täglich bei kleineren und größeren Problemen helfen. Und ich

unterstütze und berate sie gerne, damit sie ihre Gesamtgesundheit verbessern können“, so Dr. Pircher. Dazu engagiert er sich auch im „Gesunden Lebensraum Frastanz“, wo sich viele auch ehrenamtlich in den Dienst der Gesundheit ihrer Mitbürger stellen. Außerdem engagiert er sich im Vorstand der Vorarlberger Gesellschaft für Allgemeinmedizin (VOGAM), wo es um die Zukunft der Allgemeinmedizin geht.

Turnusärzte für die Aufgaben der Hausärzte begeistern

Seit vielen Jahren gibt er seine Erfahrungen und die vielen positiven Aspekte der Allgemeinmedizin an den Nachwuchs weiter. Im Gemeindearzt-Haus hat er regelmäßig junge Mediziner zu Gast, die hier als Turnusärzte ihre Ausbildung abschließen.

Seit einem halben Jahr ist Dr. Sophie Aschermayer im Einsatz - und auch sie hat bereits für eine berufliche Zukunft als Hausärztin „Feuer gefangen“. „Ich will auch noch andere Fachgebiete kennenlernen, aber das breite Spektrum der Allgemeinmedizin und der Kontakt mit den Patienten sprechen mich schon sehr an“, erklärt Dr. Aschermayer.



Gemeinsam etwas für die Gesundheit tun

Corona fegte die Arztpraxen leer

Mit dem Corona-Shutdown erlebte sie seit Mitte März während ihres Turnus auch eine außergewöhnliche Situation: Nur wenige Patienten wagten sich wegen der Ansteckungsgefahr in die Ordination, wo sie von den Ärzten mit Schutzmantel und Maske empfangen wurden. „Viele Patienten haben wir telefonisch beraten, haben ihnen Rezepte und Krankmeldungen zugeschickt. Bei coronaverdächtigen Symptomen wurden sie zur Gesundheitshotline weitervermittelt“, berichtet Dr. Pircher. Mit der Lockerung der Beschränkungen hat sich dann bald wieder der normale Betrieb eingestellt.

Schutzmaßnahmen waren richtig

Dr. Pircher ist überzeugt, dass die Regierung frühzeitig die richtigen Maßnahmen gesetzt hat. Mit der Aufhebung der Beschränkungen sollte es aber floter gehen. Einen positiven Aspekt kann er der Krise auch abgewinnen. „Ich hoffe, dass die Bereitschaft zu freiwilligen Schutzimpfungen wieder zunimmt“, so der Gemeindearzt.

Wer aktiv Verantwortung für seine Gesundheit übernehmen will, erhält beim Verein „Gesunder Lebensraum“ Gesellschaft und wertvolle Impulse.

Bereits vor 37 Jahren haben die Frastanzer Ärzte Dr. Bruno Renner und Dr. Gustav Rehberger - unterstützt von ihren Gattinnen und dem Arbeitskreis für Vorsorge und Sozialmedizin - den Verein gegründet, dem heute rund 120 Frastanzer die Treue halten. Die Aktivitäten waren vielfältig und dienten immer der Gesundheit. So wurden etwa Kurse zur Geburtsvorbereitung organisiert oder gesunde Jause und das Zähneputzen an den Schulen propagiert. Regelmäßig standen Vorträge zur richtigen Ernährung auf dem Programm. Auch die „Mobilen Hilfsdienste“ sind aus einer der vielen Lebensraum-Initiativen und Workshops entstanden und gehören inzwischen landesweit zum Standard.

Heute sind vor allem sportliche Angebote gefragt. Denn es ist kein Geheimnis, dass körperliche Betätigung einer ganzen Reihe von (Wohlstands-)Krankheiten vorbeugen kann. Zusammen mit Gleichgesinnten macht es aber einfach mehr

Spaß. Deshalb ist es kein Wunder, dass zwischen 80 und hundert Frastanzer ein- bis zweimal in der Woche das Kursprogramm des Gesunden Lebensraums nutzen:

Wer etwa Rückenschmerzen vorbeugen möchte, ist zur Wirbelsäulengymnastik herzlich eingeladen. In eigenen Kursen für Männer und Frauen geht es darum, das Herz und den Kreislauf zu stärken. Ganz nebenbei wird außerdem die Ausdauer trainiert. Bei den Damen ist schwungvolles Aerobic besonders beliebt.

Natürlich erzwang Corona auch hier eine Trainingspause, doch seit ein paar Wochen werden die Angebote nach und nach wieder hochgefahren. **Wer sich fit halten möchte, erhält bei den Frastanzer Ärzten Dr. Peter Pircher, Dr. Verena Linder und Dr. Michael Sturm nähere Informationen.**

Außerdem nehmen die Kursleiter Adolf Wieser (Wirbelsäulengymnastik, Tel: 0664/3919553), Ilse Tomaselli (Kreislaufgruppe Frauen, Tel: 05522/52927), Mag. Michaela Gort (Fit mit Aerobic, Tel: 05522/52161) und Hugo Hechenberger (Männerturnen, Tel: 0699/10964555) Anmeldungen entgegen.



Die Malerarbeiten im Sozialzentrum mussten von einem Tag auf den anderen abgebrochen werden.

RÜCKKEHR ZUM „NORMALEN LEBEN“

Wo sonst täglich Programm geboten wird und Besuche von Angehörigen, Ehrenamtlichen und Gästen für Abwechslung und rege Kommunikation sorgen, galten seit Mitte März strikte Verhaltensregeln, die gerade diese Offenheit massivst beschränkten. Für die Bewohner und Mitarbeiter des Sozialzentrums Frastanz war die Intensivzeit der Coronakrise eine harte Probe.

„Wir sind teilweise schon an die Grenzen der physischen und psychischen Belastbarkeit gestoßen“, blickt Geschäftsführer Klaus Marczinski auf diese Zeit zurück. Zwar gelten noch heute Corona-Regeln, die den Alltag erschweren: Das verpflichtende Tragen von (besonders dichten FFP₃-) Masken etwa ist für die Mitarbeiter, die oft auch körperlich anstrengende Arbeit zu verrichten haben, eine zusätzliche Belastung.

Schlimm war für alle aber die strikte Trennung der beiden Wohngruppen im ersten und zweiten Stock sowie das über die ersten sechs Wochen verhängte Verbot jeglicher Besuche. „Bis dato war in unserem Haus alles auf ein Miteinander und möglichst viel Kontakt mit Personen von außerhalb ausgerichtet - von heute auf morgen mussten genau diese Grundprinzipien aufgegeben wer-

den“, erläutert Marczinski, der das Sozialzentrum seit Juni 2012 führt. Dass er dies mit viel Engagement und einem guten Gefühl für das Miteinander tut, zeigte sich gerade in der Krise: Dass alle 49 Arbeitsstellen besetzt waren und auch in dieser schweren Zeit keine Mitarbeiter kündigten, ist angesichts des landesweiten Mangels an Pflegefachkräften keine Selbstverständlichkeit. „Ich bin meinen Mitarbeitern dafür wirklich sehr dankbar. Sie haben in der Pflege, in der Verwaltung, in der Küche und auch im Reinigungsdienst großartige Arbeit geleistet und damit wesentlich zur Bewältigung der schwierigen Zeit beigetragen“, ist Marczinski voll des Lobes für sein Team.

Obwohl die zahlreichen Vorschriften - an „Spizentagen“ wurden über die Gesundheitsabteilung des Landes gefühlt bis zu zehn neue Vorgaben gemailt - natürlich streng eingehalten worden sind, hatte man im Sozialzentrum Frastanz bis dato auch das notwendige Glück: Während in anderen Heimen Vorarlbergs zahlreiche Covidkranke und auch Todesopfer (11 der 19 Vorarlberger Corona-Todesopfer waren Bewohner von Altenheimen) zu beklagen waren, blieb man in Frastanz verschont. Auch deswegen, weil eine Mitarbeiterin, die mit einer

positiv getesteten Person Kontakt hatte, vorsorglich in Quarantäne geschickt worden war. „Zuerst habe ich mich darüber geärgert, weil sie ja keinerlei Krankheitssymptome gezeigt hatte. Tatsächlich wurde sie dann aber positiv getestet“, berichtet der Geschäftsführer. Und



Seit acht Jahren leitet Klaus Marczinski das Sozialzentrum.

ist erleichtert darüber, dass sie die Krankheit ohne Folgen überstanden und nicht in das Sozialzentrum übertragen hat.

Mit den zunehmenden Erleichterungen - seit Mitte April waren zumindest vorangemeldete Einzelbesuche erlaubt und die Trennung der Wohngruppen und der dortigen Pflegekräfte konnte aufgehoben werden - hat sich die Situation langsam entspannt. Die Maskenpflicht wird zumindest für die Mitarbeiter noch länger gelten. Für die Bewohner und Besucher hoffen Marczinski und sein Team, dass bald wieder das „normale Leben“ im Sozialzentrum Einzug hält.



„Ich fühle mich hier wie in einem Hotel“

„Ich fühle mich hier wie in einem Hotel, besser könnte es nicht sein“, schwärmt Erika Gorbach von ihrem neuen Zuhause: Seit einem Jahr wohnt sie jetzt im Sozialzentrum.

„Ich war mein Leben lang gerne in unserem Haus in der Unteren Lände, das wir vor 70 Jahren errichtet haben. Zuletzt ist es mir aber doch zu beschwerlich geworden, das große Haus mitsamt dem Garten immer in Ordnung zu halten“, erzählt die mittlerweile 92-jährige. Geistig ist sie wie eh und je hellwach, aber Schmerzen in Händen und Füßen bremsen sie ein. „Mein Gott, in meinem Alter ist das doch klar, dass nicht mehr alles so funktioniert“, trägt sie ihre „Wehwehchen“ mit großer Gelassenheit.

„Ich habe ein schönes Zimmer mit meiner eigenen Espressomaschine, und alle Mitarbeiter hier sind immer freundlich und hilfsbereit“, streut sie dem Pflegepersonal Blumen. Auch das Essen sei prinzipiell wunderbar, obwohl es natürlich nicht jeden Tag das Lieblingsessen gebe. „Aber das hat man zuhause ja auch nicht immer gehabt“, merkt sie an.

Ihren Optimismus und ihre positive Lebensfreude lässt sie sich auch

nicht durch die Corona-Einschränkungen nehmen. Dass wieder mehr Besuche möglich sind, das freut sie natürlich sehr. „Aber meine Buben haben mich jeden Tag angerufen und sich erkundigt, wie es mir geht. Oft sind sie auch vor dem Sozialzentrum gestanden, und ich habe von meinem Balkon aus mit ihnen geredet“, erzählt Erika Gorbach mit freudestrahlenden Augen. Ihre Buben: Der eine heißt Peter und war langjähriger Geschäftsführer der

in der Schweiz und österreichweit erfolgreichen Firma „Kolb Bäckerei- und Gastrotechnik“. Der andere heißt Hubert und war sogar Vizekanzler von Österreich. Auf diese beiden Buben ist sie natürlich mächtig stolz. „Dass ich ins Sozialzentrum wollte, haben sie zuerst gar nicht verstanden, und sie wollten es mir sogar ausreden. Aber jetzt sehen sie, dass es mir gut geht, und dass ich die richtige Entscheidung getroffen habe“.



Erika Gorbach fühlt sich sichtlich wohl in ihrem kleinen Reich.



Wenn das Wetter mitspielt, verbringen die Bewohner ihre Zeit am liebsten auf der Terrasse und im großzügig angelegten Garten.

Die Bewohner sollen sich im Sozialzentrum zuhause fühlen

Mit dem Sozialzentrum Frastanz betreibt die Marktgemeinde ein vorbildlich und modern geführtes Seniorenheim. Fast 25 Jahre nach der Fertigstellung des Neubaus erfüllt es noch immer alle Voraussetzungen dafür, dass sich seine Bewohner jeden Tag wohlfühlen können.

Das 1961 errichtete ehemalige Altenheim war über Jahrzehnte den damaligen Standards entsprechend geführt worden. Heute kaum mehr vorstellbar: Die Zimmer waren klein, Toiletten und ein Bad mussten sich die 32 Betreuten teilen. 1994/95 schließlich wurde das Haus komplett umgebaut und erweitert. Nach Plänen der Feldkir-

cher Architekten Markus Gohm/ Ulf Hiessberger entstand ein multifunktionales Sozialzentrum, das „auf die Wohn- und Pflegebedürfnisse alter Leute behutsam eingeht“, wie seinerzeit die Zeitschrift „Kultur“ lobte.

39 Einzelzimmer, jedes davon mit Toilette, Dusche und Balkon oder Terrasse ausgestattet, stehen seither zur Verfügung. Die Architekten sorgten aber auch dafür, dass für die gut 50 Mitarbeiter in der Pflege, Verwaltung, in der Küche und im Reinigungsteam gute Arbeitsbedingungen herrschen.

Großzügige Aufenthaltsräume, eine Cafeteria und jede Menge Sitzcken laden zum gemütlichen Plausch mit Besuchern und Gästen. „Gold wert“ war auch die architektonische Erschließung des Gartens, der sich als richtiger Naturpark direkt vor der Haustüre - zumindest bei Schönwetter - längst zum beliebtesten Aufenthaltsraum entwickelt hat.

Die baulichen Voraussetzungen wurden mit den erheblichen Investitionen der Gemeinde für das Sozialzentrum geschaffen. Erst die engagierte und fachlich fundierte tägliche Arbeit des Teams um Geschäftsführer Klaus Marczinski

macht das Sozialzentrum aber für Bewohner und Besucher zu einer lebendigen Begegnungsstätte.

„Unser oberstes Ziel ist es, dass sich unsere BewohnerInnen nicht nur wohlfühlen, sondern hier zuhause sind. Daher haben wir den Anspruch an uns selbst, dass die BewohnerInnen über die erforderliche pflegerische Versorgung hinaus auch Zuwendung, Unterhaltung und Abwechslung im Alltag erfahren und ihren Lebensabend so verbringen, wie sie es wünschen“: So ist es im Pflegekonzept des Hauses definiert. Um dieses Ziel zu erreichen, wird täglich viel gearbeitet.

Abseits von Corona ein offenes Haus

Wenn nicht gerade ein Corona-Ausnahmestand herrscht, stehen Ausflüge, Vorträge, kulturelle und gesellige Veranstaltungen regelmäßig auf dem Programm. Auch Möglichkeiten zur kreativen Entfaltung sowie zum Training der körperlichen und geistigen Fitness gibt es jeden Tag genug.

„Die vielen ehrenamtlich Engagierten leisten einen ganz wesentlichen Beitrag für unsere bewohnerorientierte Tagesgestaltung“, betont



Lehrling Dejan Slavovic fühlt sich trotz Corona-Auflagen wohl an seinem Arbeitsplatz.



Die Mitarbeiter des Sozialzentrums werden wohl noch eine Weile mit Maske arbeiten müssen.



Verwaltungsassistentin Angelika Hartmann ist eine wichtige Ansprechpartnerin für das Team, die Bewohner und Besucher.

Klaus Marczinski. Er hofft innigst, dass diese Männer und Frauen wieder bereitstehen, nachdem sie wegen der Corona-Vorsorge seit Wochen nicht mehr in das Haus durften.

Gesundes Essen aus regionalen Produkten

Viel Wert legt der Geschäftsführer auch auf gute und gesunde Ernährung. Fachlich bestens qualifiziertes und stets aktuell geschultes



Das Küchen-Team bereitet täglich gesunde und wohlschmeckende Mahlzeiten zu. Diese werden auch außer Haus geliefert: An die Bezieher von „Essen auf Rädern“ sowie in die Schulen und Kindergärten der Marktgemeinde Frastanz.

Personal kocht ausgewogene, abwechslungsreiche Vorarlberger Hausmannskost mit überwiegend regionalen Produkten. Auf individuelle Wünsche und Bedürfnisse wird bestmöglich eingegangen.

In regelmäßigen Fort- und Weiterbildungen werden die Mitarbeiter zu den aktuellsten ernährungswissenschaftlichen Anforderungen geschult.

Das Küchenteam im Sozialzentrum besorgt auch den Mittagstisch für die Kindergärten und Schulen und



beliefert außerdem Frastanzer - nach Wunsch täglich oder auch nur an einzelnen Tagen - mit frisch gekochtem „Essen auf Rädern“.



Der Vorstand des rührigen Krankenpflegevereins: Sandra Tiefenthaler (Öffentlichkeitsarbeit), Katharina Tiefenthaler (Mohi-Einsatzleitung-Stv.), Kassierin Sabine Bertsch, Schriftführerin Heidi Tiefenthaler, Anita Pfefferkorn (Pflegedienstleitung) und Obmann Mag. Thomas Welte.



Das Pflege-Team des Krankenpflegevereins: Monika Seeberger, Barbara Martin (Stv.-Pflegeleitung), Anita Pfefferkorn, Brigitte Gabriel und Ingrid Amann.

Hand in Hand für die Pflegebedürftigen im Ort

Ärzte, Krankenpflegeverein, Mitarbeiter des Mobilen Hilfsdiensts sowie des Sozialzentrums und pflegende Angehörige arbeiten im Ort Hand in Hand, um für jeden Einzelnen, der Hilfe braucht, die bestmögliche Betreuung sicherzustellen. Dies hat sich auch in der Krise bewährt.

Es gibt dafür einen Ausdruck, der in den letzten Jahren immer geläufiger wurde: Case Management. Dieser Fachbegriff besagt schlichtweg, dass sich alle Beteiligten an einen Tisch setzen, ihre Informationen austauschen, alle Argumente hören und dann überlegen, welche Hilfestellung im Einzelfall gebraucht wird. Manchmal genügt es, wenn die Mitarbeiterinnen des Mobilen Hilfsdienstes (Mohi) ab und an vorbeischaun, ein anderes Mal geht es nicht ohne 24-Stunden-Betreuung. In Frastanz setzen sich die Verantwortlichen im Pflegenetzwerk deshalb alle zwei Wochen zusammen, um die aktuellen Fälle zu besprechen. „Man kennt sich, deshalb sind die Wege kurz, wenn ein Notfall eintritt“, berichtet Anita Pfefferkorn.

Die gebürtige Montafonerin lebt seit 25 Jahren in Frastanz und leitet

seit 2010 das Pflorgeteam des örtlichen Krankenpflegevereins. Außerdem ist die diplomierte Krankenschwester erste Ansprechpartnerin für den Mobilen Hilfsdienst und die Tagesbetreuung für Senioren „Beim Adler 10“. „So negativ die Zeit gewesen ist, haben wir doch gespürt, dass wir uns gegenseitig Halt geben“, urteilt sie über die Zeit des „Shutdowns“. Alle Beteiligten haben „fest dazuagluagat“. Obwohl sie als Mitglied des Corona-Krisenstabs der Marktgemeinde immer top informiert war, hat sich die Pflegedienstleiterin sehr gefreut, als Bürgermeister Walter Gohm persönlich bei ihr anrief, „einfach, um zu fragen, wie es uns geht.“

Gewohntes Arbeitspensum während der Krise

Ab dem 16. März wurden zwar ein paar geplante Einsätze der Mohi-Mitarbeiterinnen abgesagt, dafür waren die Helferinnen in anderen Haushalten umso mehr gefragt. Die Frauen erledigten nun für ihre Klienten vermehrt auch Besorgungen außer Haus. Denn das ansonsten so beliebte gemeinsame Einkaufen war leider nicht mehr möglich. Das Pflege-Team des Krankenpfle-

gereins hatte ebenfalls alle Hände voll zu tun. Zwar entschieden sich einzelne Angehörige angesichts von Corona dazu, die Morgentoilette ihrer Pflegebedürftigen selbst zu übernehmen, andererseits wurden aber viele Patienten vorzeitig aus dem Krankenhaus entlassen, um die Betten für Corona-Kranke freizuhalten. Die Nachsorge wurde deshalb vom Team der Hauskrankenpflege zuhause erledigt. „So hielten sich die Einsätze in etwa die Waage“, waren die Pflegekräfte im Ort insgesamt im üblichen Ausmaß gefordert.

„Gesundheitstagebuch“ geführt

Die Krankenschwestern und die Mitarbeiterinnen des Mobilen Hilfsdienst taten selbstverständlich alles dafür, um Ansteckungen mit dem Covid-19-Virus auf jeden Fall auszuschließen. All jene, die mit Patienten in Kontakt kamen, führten ein Gesundheitstagebuch, in dem die Körpertemperatur und eventuelle Auffälligkeiten eingetragen wurden. „Wir sind in der glücklichen Situation, dass niemand, den wir betreut haben, positiv getestet wurde“, berichtet Anita Pfefferkorn.



Das Frastanzer Mohi-Team auf großer Fahrt beim Landestreffen der ARGE Mobile Hilfsdienste.

Die fünf Verdachtsfälle, welche das Team an die Gesundheitsverantwortlichen meldeten, bestätigten sich nicht.

Nachbarschaftshilfe hat funktioniert

Was den Menschen aber zusetzte, war die Einsamkeit. Die Patienten vermissen die Besuche ihrer Kinder und Enkel, welche durch Telefongespräche nicht ersetzt werden konnten. „Trotzdem kam es aber auch zu vielen berührenden Szenen“, hat Anita Pfefferkorn immer wieder erfahren. Da wurden Grüße durch Zurufe über die Terrasse übermittelt, Kuchen und andere kleine Aufmerksamkeiten vor der Tür abgestellt. „Außerdem funktioniert die Nachbarschaftshilfe in Frastanz“, weiß Anita Pfefferkorn. Zahlreiche Mitbürger meldeten sich auf den Aufruf der Marktgemeinde, doch die Helfer wurden kaum gebraucht. Es fand sich fast immer jemand, der etwa den Einkauf für Hochbetagte übernahm.

„Auch die 24-Stunden-Dienste haben extrem viel geleistet“, spricht Anita Pfefferkorn den Organisationen, die hinter dieser Betreuungsform stehen, viel Lob aus. Der

Austausch funktionierte bestens, sodass die Helferinnen, die durch Corona im Land „gestrandet“ waren, dort eingesetzt werden konnten, wo sie am dringendsten gebraucht wurden. Wer allzu belastet war, wurde verlässlich abgelöst. „Auch das Land hat da sehr dazu geschaut“, freut sich Anita Pfefferkorn über das hervorragende Miteinander.

Sie selbst ist froh, dass sie sich in ihrem Team gut aufgehoben fühlt. Die fünf Krankenschwestern arbeiten bereits seit fünf Jahren eng zusammen. „Da wird man aufgefangen, wenn die Betreuungs- oder Pflegesituation einmal ganz schwierig ist“, genießt Anita Pfefferkorn, dass in ihrem Team auch Privates einmal Platz hat, dass jede Einzelne mitdenkt.

Mitgliedschaft im Krankenpflegeverein

961 Frastanzer Familien vertrauen aktuell mit ihrer Mitgliedschaft im Krankenpflegeverein darauf, dass sie im Fall der Fälle gut betreut sind. Das Team steht an 365 Tagen des Jahres rund um die Uhr bereit. 2019 haben die fünf diplomierten Kran-

kenschwestern 177 Menschen im Ort betreut. Auch die 25 Mitarbeiterinnen des Mobilien Hilfsdienstes leisten wertvolle Dienste, um die Angehörigen zu entlasten und den Pflegebedürftigen bis ins hohe Alter ein Leben im gewohnten Umfeld zu ermöglichen. 2019 wurden in der Tagesbetreuung und bei den Klienten zuhause insgesamt mehr als 11.247 Einsatzstunden geleistet und 486 Menschen betreut. Im Vergleich zum Jahr 2018 entspricht dies einer Steigerung von zwanzig Prozent.

„Wir arbeiten alle Hand in Hand, damit es den Menschen im Ort gut geht“, erklärt ihre Chefin Anita Pfefferkorn. „Wir gehen gestärkt aus dieser Krise.“ Davon ist sie fest überzeugt. „Bereits am 16. März hatten wir die erste Krisensitzung im Rathaus, bei der auch der Schulleiter und der Apotheker dabei waren“, berichtet sie von einem guten Miteinander das ganze Jahr über, das sich in einer solchen Ausnahmesituation besonders bewährt.

Wer Unterstützung benötigt, kann sich per E-Mail: krankenpflegeverein.frastanz@vol.at oder telefonisch: 05522/52474 an den Krankenpflegeverein wenden.



Beim Adler 10: Auszeit vom (Corona-)Alltag

„Ich wüsste nicht, wie ich diese Zeit ohne euch geschafft hätte.“ Diese Worte hört Anita Pfefferkorn momentan immer wieder von Angehörigen und Klienten, welche das Angebot der Tagesbetreuung nutzen. Die Krise hat gezeigt, wie wichtig diese Einrichtung des Krankenpflegevereins ist.

Soziale Kontakte sind für jeden Menschen unverzichtbar. Wenn man sich schwach fühlt, die Beine nicht mehr so wollen oder sonst ein Handicap die Bewegungsfreiheit beeinträchtigt, wird es aber zunehmend schwieriger, Kontakt zu anderen Menschen zu halten. Oft sind dann die Angehörigen die einzigen Personen, die man noch zu Gesicht bekommt.

„Mir war es immer ein großes Anliegen, dass wir einerseits der Vereinsamung entgegenwirken und andererseits pflegende Angehörige entlasten“, erklärt die Leiterin des Pflegedienstes, Diplom-Krankenschwester Anita Pfefferkorn. Gemeinsam mit dem damaligen Gemeindefürsprecher Dr. Bruno Renner besichtigte sie deshalb vor 15 Jahren verschiedenste Einrichtungen zur Tagesbetreuung im ganzen Land, um ein passendes Konzept für die

Frastanzer zu entwickeln. Weil der Krankenpflegeverein bereits im Besitz einer Wohnung mitten im Ortszentrum war, gestaltete sich auch die finanzielle Umsetzung nicht allzu schwierig.

Seit der Eröffnung 2006 treffen sich regelmäßig kontaktfreudige Menschen „Beim Adler 10“. Manche verbringen nur ein paar Stunden in der Woche an dieser Adresse, um dort alte Bekannte zu treffen, die neuesten Geschichten auszutauschen oder einen zünftigen Jass zu klopfen. Andere kommen täglich. Aktuell gehören 14 Menschen zu den regelmäßigen Besuchern. Manche werden zusätzlich von den Mitarbeiterinnen des Mobilen Hilfsdienstes betreut.

Tagesbetreuung in guter Nachbarschaft

„Mir war es wichtig, dass die Menschen sich hier zuhause fühlen“, erklärt Anita Pfefferkorn. Die Wohnung ist deshalb heimelig eingerichtet, mit Hausschuhen an der Garderobe und einer kleinen Küche, in der regelmäßig gemeinsam gekocht wird. Am Nachmittag schmeckt der selbst gebackene Kuchen zum Kaffee.



Diplom-Krankenschwester Anita Pfefferkorn arbeitet seit Herbst 1997 beim Krankenpflegeverein Frastanz. Seit nun schon mehr als zehn Jahren trägt sie die Hauptverantwortung für das Pflege-Team.

Anfang des Jahres wurde die Wohnung zudem gründlich renoviert. „Wir haben die Böden erneuert und eine neue Küche eingebaut“, freut sich Anita Pfefferkorn, dass jetzt alles wieder bestens in Schuss ist. In den nächsten Tagen sollen auch noch ein paar neue Bilder an die Wände kommen.

Auch die Lage der Wohnung ist ideal: Die Tagesbetreuung „Beim Adler 10“ ist direkt in ein nachbarschaftliches Umfeld eingebunden.



Die Terrassentür führt auf ein Grün ohne Zäune. So können die Senioren die Sonne genießen und dabei den Kindern beim Spielen zusehen. Die Familien in den umliegenden Wohnungen sind mit den Klienten der Tagesbetreuung bestens vertraut.

Tagesbetreuung war fast durchgehend besucht

„Wir hatten von Anfang an einen guten Zulauf“, berichtet Anita Pfefferkorn. Doch vor allem in den letzten Wochen wurde der Wert dieser Einrichtung offensichtlich.

Die Tagesbetreuung war nach dem 16. März nur eine Woche lang geschlossen. Danach wurden anfangs nur ein bis zwei, später vier Besucher empfangen. Diese genossen es umso mehr, wieder einmal - wenigstens für ein, zwei Stunden - aus dem Haus zu kommen. „In manchen Familien ist ein unglaublicher Druck entstanden, weil sie nicht nach draußen konnten“, hat Anita Pfefferkorn in den letzten Wochen immer wieder erfahren. Die Betreuungspersonen gerieten teilweise an ihr persönliches Limit. „Vor allem die Frauen haben extrem viel geleistet“, hat Anita Pfefferkorn dafür

viel Verständnis. Oftmals waren die Betreuung von Hochbetagten, Familie, Homeschooling und Homeoffice nur schwer unter einen Hut zu bringen. Aber nicht nur in solchen Extremsituationen ist es wichtig, dass die Tagesbetreuung allen Beteiligten eine Pause ermöglicht. Der finanzielle Aufwand dafür hält sich mit einem Stundentarif von 7,50 Euro ebenfalls im Rahmen. Zwei angestellte Heimhelferinnen und drei Mitarbeiterinnen des Mobilen Hilfsdienstes teilen sich die Einsätze in der Tagesbetreuung.

Während normalerweise bis zu acht Personen von zwei bis drei Frauen betreut werden, ist der Schlüssel momentan vier zu zwei. Von der Geschäftsführerin der ARGE Mobile Hilfsdienste, Simone Bemetz-Kochhafen, werden die Mohi-Einsatzleitungen im Land laufend mit den neuesten Informationen zu den Corona-Bestimmungen versorgt, die natürlich auch in Frastanz genau eingehalten werden. Alles wird penibel dokumentiert, tägliches Fiebermessen steht immer noch auf dem Programm.



In der neuen Küche der Tagesbetreuung wird regelmäßig frisch gekocht.



Gut für die Gesundheit

Eine zentrale Anlaufstelle für Frastanzer und für Gesundheitsbewusste aus der ganzen Region ist die Walgau-Apotheke. Mag. Tobias Gut und sein Team bieten hier weit mehr als eine sichere Medikamentenversorgung.

Seit fast 15 Jahren ist Mag. Gut Inhaber und Geschäftsführer der Frastanzer Apotheke. Sein Fachwissen

geht weit über jenes hinaus, das er sich schon für den erfolgreichen Abschluss seines Pharmazie-Studiums aneignen musste.

Wie schon sein Vorgänger Mag. Günter Stadler ist auch Apotheker Gut begeistert von den Wirkstoffen, welche uns die Natur in Kräutern und Pflanzen in Überfülle bereithält. Homöopathie, Biochemie nach Schüßler oder Aromatherapie sind einige der Spezialgebiete, über die er seine Kunden - bei Terminvereinbarung diskret in Einzelberatung - gerne informiert.

„Nimm alles, was die Natur uns gibt“: Dieses Postulat von Rudolf Steiner, dem Begründer der Anthroposophie, ist für Tobias Gut Programm. In seiner Manufaktur produziert er nicht nur für seine Marken Bittschwamms®, homedi-kind® und wewa-med®-eigene Tees, Tinkturen, Öle und Salben aus Spitzwegerich, Engelwurz, Johanniskraut und unzähligen anderen natürlichen Zutaten.

„Die traditionelle europäische Medizin hat immer schon auf Naturheilmittel gesetzt“, erläutert Mag. Gut. Das Wissen um Wirkung und Anwendung dieser Heilmittel, welche in früheren Jahrhunderten über

Erfahrungen ausfindig gemacht und oft „nur“ mündlich weitergegeben worden sind, kann heute mit modernster Forschung bestätigt und vertieft werden.

Natürliche Heilmittel zur Unterstützung der Therapie

Viele dieser Heilmittel können in der dargebotenen Zubereitung bedenkenlos für die allgemeine Stärkung der Gesundheit und zur Unterstützung von Genesungsprozessen eingenommen bzw. angewendet werden. „Eine Beratung gehört aber immer dazu“, betont Mag. Gut, der in seiner Apotheke vier Apothekerinnen, zehn pharmazeutisch-kaufmännische Assistentinnen, einen Lehrling und fünf unterstützende Fachkräfte beschäftigt: Selbststrebend, dass auch die Mitarbeiter immer wieder Weiterbildungsveranstaltungen besuchen und an einschlägigen Kursen teilnehmen. Die (meisten) Produkte der modernen Pharmaindustrie haben nach Überzeugung des Walgau-Apothekers dennoch ihre Berechtigung, ärztlich verschriebene Medikamente werden selbstverständlich - mit sämtlichen wichtigen Informationen dazu - abgegeben.



In der Walgau-Apotheke gibt es auch viele Produkte aus eigener Produktion.



Die Kräfte traditioneller Naturheilmittel können aber immer vorbeugend genutzt werden. In (fast) allen Fällen unterstützen sie Heilungsprozesse und lindern Symptome einer Krankheit.

Viele Kunden nehmen die Gesundheitsberatung an der Ladentheke der Walgau-Apotheke gerne in Anspruch. „Ratsuchende Kunden schicken wir im Zweifelsfall natürlich zum Arzt. Es gibt aber auch viele Beschwerden, derentwegen man nicht unbedingt gleich in die Ambulanz springen muss“, weiß Tobias Gut und leistet mit seiner Beratung auch einen wichtigen Beitrag zur Entlastung der Wartezimmer. „Ich sehe mich nicht als Tablettenhändler, sondern fühle mich der Gesundheit der Bevölkerung verpflichtet“, betont Mag. Gut.

Ab 12. März im „Krisenmodus“

Das wurde gerade auch während der Corona-Krise deutlich, als allgemein eine große Verunsicherung und Sorge um die Gesundheit vorherrschte. „Wir haben in unserer Apotheke nach entsprechenden Fernsehberichten aus China und

Italien schon frühzeitig Vorbereitungen getroffen und schon ab dem 12. März im Krisenmodus gearbeitet“, berichtet Mag. Gut. Zu diesem Zeitpunkt hatte sein Team bereits Vorräte an bestimmten Medikamenten, Schutzmasken und Desinfektionsmitteln angelegt. Die Mitarbeiter wurden in streng getrennte Teams aufgeteilt, damit bei einer allfälligen Ansteckung nicht gleich die ganze Apotheke ausfällt. Die geforderten Hygiene- und Sicherheitsmaßnahmen wurden natürlich ebenfalls vorschriftsmäßig eingehalten. „Unsere Kunden mussten deswegen gerade während der Hochphase der Krise einiges an Geduld mitbringen. Bis auf ganz wenige Ausnahmen waren aber alle sehr diszipliniert“, spricht der Apotheker den Frastanzern ein großes Lob aus.

Einer möglichen „zweiten Welle“ sieht er auch deswegen mit einer gewissen Gelassenheit entgegen. „Die politisch Verantwortlichen haben die Krise im Großen und Ganzen gut gemeistert. Aus den Fehlern, die fast zwangsläufig passiert sind, wird man sicher lernen und die nächste Krise umso besser bewältigen können“, zeigt sich der Frastanzer Apotheker als Optimist.

Regional einkaufen

In den letzten Wochen wurde deutlich, wie wichtig es ist, regional einzukaufen.

Unter www.frastanz.at wurde deshalb eine Liste der Nahversorger im Ort inklusive Infos zum Warenangebot, zu den Öffnungszeiten und Lieferbeziehungsweise Abholservice veröffentlicht. Ein Einkauf bei diesen örtlichen Produzenten, Händlern und Gastronomen lohnt sich auch abseits der Corona-Krise: „Schwalbahof“ Gaßner „s‘Gstacha Hoflädile“ „Helga´s Lädile“ Metzgerei Joe Egger „Gnuss-Lada“ Papns Ehrliche Lebensmittel FruchtExpress Grabher Brauerei Frastanz Angelika Keckeis Gasthaus Freihof Sofram Montfort Imbiss Mizzigreen Weltladen Küferei Alfred Welte Blumeninsel Hoch E-Werke Frastanz Glas Müller Samina Betten Hermann Gort GmbH



Suchtcompetenzzentrum Maria Ebene

Das 1976 in Frastafeders eröffnete Krankenhaus Stiftung Maria Ebene hat sich längst als Suchtcompetenzzentrum für Vorarlberg und weit über die Grenzen des Landes hinaus etabliert.

Mit den dazugehörenden Therapiestationen Lukasfeld und Carina sowie den ambulanten Beratungsstellen Clean und der Präventionsarbeit bei Supro ist man auf breiter Ebene für die Vorbeugung, Behandlung und Heilung verschiedener Suchtkrankheiten aufgestellt.

Im Krankenhaus Maria Ebene laufen die Fäden zusammen. Rund 160 hochqualifizierte Mitarbeiter - über 70 Prozent davon in Teilzeit - geben in den verschiedensten Arbeitsbereichen täglich ihr Bestes.

Ärztlicher Leiter: Amtsantritt mitten im „Shutdown“

Am 1. April dieses Jahres nahm der in Linz geborene und in Bregenz wohnhafte Dr. Philipp Kloimstein seine Arbeit als ärztlicher Leiter auf. Der erst 37-jährige Facharzt für Psychiatrie und Psychotherapie kann neben seiner medizinischen Expertise auch ein abgeschlossenes MBA-Studium an der Wirtschaftsuniversität Wien vorlegen - und hat am Wiener Konservatorium auch die Lehrbefähigung für Violine und Dirigieren sowie Ensemblebegleitung erworben.

Vom Kuratorium der Stiftung wurde der zuletzt in einer eigenen Fach-

arztpraxis bei Zürich tätige Kloimstein unter vielen Bewerbern zum Primar des Krankenhauses bestellt. Seine auf umfangreicher Bildung beruhende Professionalität konnte der neue Primar im Krankenhaus Stiftung Maria Ebene schneller unter Beweis stellen, als ihm das lieb war.

Schon Wochen vor seinem Arbeitsbeginn war er über die coronabedingte temporäre Umstrukturierung der Maria Ebene informiert worden: Zur Vorbereitung auf die erwartete hohe Zahl an Corona-Patienten wurden vom Land im LKH Rankweil Bettenkapazitäten geschaffen, indem Patienten in das Frastanzer Krankenhaus verlegt wurden.

„Das war ein logischer Schritt, weil bei uns natürlich die psychiatrische Kompetenz vorhanden ist“, erklärt Kloimstein. Im „Gegenzug“ mussten Patienten der Maria Ebene, bei denen dies medizinisch vertretbar erschien, frühzeitig aus der Therapie nach Hause entlassen werden. Wegen der notwendigen personellen Ressourcen musste auch die Therapiestation Lukasfeld geschlossen werden. „In dieser ganzen Zeit war aber die Beratung und Betreuung von Menschen mit Suchtproblemen durchgehend und



Dr. Philipp Kloimstein, seit 1. April Chefarzt des Krankenhauses Stiftung Maria Ebene



Das Krankenhaus Maria Ebene liegt herrlich im Grünen.

immer gewährleistet“, betont der Primar. Und bedankt sich dafür ausdrücklich bei allen seinen Mitarbeitern, die sich mit viel Engagement den Herausforderungen diesen großen Umstellungen gestellt haben. Dass der Coronavirus nicht zu den befürchteten schweren Massenerkrankungen geführt hat, ist für Dr. Kloimstein ein großes Glück. Das sei auch auf die Vorsichtsmaßnahmen, die Vernunft der Bevölkerung und auf das Engagement ganz vieler Menschen zum Beispiel in den Gesundheits- und Sozialberufen zurückzuführen.

Die Bedeutung von Zusammenhalt und Gemeinschaft, das füreinander Einstehen, wurde in dieser Coronakrise von vielen Menschen quasi neu entdeckt. „Auch das gute und enge Verhältnis zwischen Institutionen bzw. zwischen Land und den Gemeinden während dieser Zeit wird hoffentlich in naher Zukunft nicht zu einem Wettbewerb um Ressourcen und Mittel verkommen“, wünscht sich Prim. Kloimstein: „Zum Glück sind ja unser Krankenhaus und die Stiftung durch ihr langes Bestehen sowohl in der Heimatgemeinde Frastanz als auch im Land gut verwurzelt mit gegenseitigem Verständnis und Wertschät-

zung auf vielen Ebenen. Somit ist zu hoffen, dass die positiven Erfahrungen jetzt nicht verloren gehen.“ Etwa, indem die Vorsichtsmaßnahmen - im Nachhinein betrachtet - als übertrieben verunglimpft werden. Vor allem auch deswegen, weil weder die Möglichkeit einer „zweiten Welle“ und schon gar nicht die Langzeitfolgen der Krise absehbar sind. Persönlich geht er sehr wohl von massiven Nachwirkungen aus, die möglicherweise - wie bei der Finanzkrise 2008/2009 - erst in zwei, drei Jahren im vollen Umfang ersichtlich werden.

„Fürchterlich wäre, wenn die Politik auf die massiven wirtschaftlichen Einbußen und zur Refinanzierung der gewährten Milliardenhilfen mit Kürzungen im Sozial- und Gesundheitsbereich reagieren würde“, mahnt der Chefarzt.

Denn während der Krise haben alle vermisst, was der Mensch gemeinhin zum Leben braucht und vom anerkannten Psychotherapeuten Klaus Grawe als die vier Grundbedürfnisse des Menschen definiert worden ist:

- Bindung und Gemeinschaft,
- Kontrolle
- Selbstwerterhöhung
- Lustgewinn

Das alles war durch Kontaktverbote, Ausgangssperren und die Maskenpflicht verunmöglicht - und für viele dauert der Krisenmodus durch Kurzarbeit und Arbeitslosigkeit eventuell noch sehr lange an.

Suchtverhalten ist oft Reaktion auf große Belastungen

„Suchtverhalten ist oft eine Reaktion auf große Belastungen“, erklärt Dr. Kloimstein - und berichtet von auffallend vielen „Neuen“, die sich in den letzten Wochen erstmals ratsuchend an die Einrichtungen der Stiftung gewandt haben.

„Das ist andererseits auch gut so“, betont der Primar, dass er froh ist um jeden, der sich mit seinen Fragen und Problemen möglichst früh an kompetente Stellen wendet, wie sie bei den Einrichtungen der Maria Ebene vorhanden sind. „Die Hemmschwelle bis zum ersten Telefonat oder einer ersten Mail ist oft groß. Aber wir können in jedem einzelnen Fall Diskretion und fachliche Hilfe anbieten“, versichert der Primar des Frastanzer Krankenhauses Stiftung Maria Ebene.

Tel: 05522/72746-0

E-Mail: stiftung@mariaebene.at



„S’Hus am Kirchplatz“ ist normalerweise voller Leben. Zahlreiche Kurse und andere Aktivitäten mussten in den letzten Wochen pausieren.

Ein Team voller „coronatauglicher“ Ideen

In einem Haus, in dem sich normalerweise Bewegungshungrige treffen, Sprach- und Leserunden stattfinden, Babysitter geschult werden, gemeinsam gewerkelt, gesungen und gestrickt wird, die „Spielgrüpler“ aus und ein gehen und der Kasperl seine Späße treibt, war die plötzliche Stille in besonderem Maße zu spüren. Das Team des Domino ließ sich aber nicht entmutigen und nutzte die Zeit, um „coronataugliche“ Ideen für den Sommer zu entwickeln.

So sollen etwa „wandernde Steine“ in ganz Frastanz Mut und Zuversicht verbreiten. „Gerade in Corona-Zeiten brauchen wir viele Freundlichkeiten für die Seele“, findet Domino-Mitarbeiterin Christine Kieber. Gemeinsam mit Gleichgesinnten ruft sie deshalb alle Frastanzer - Jugendliche, Familien und andere Kreative - dazu auf, kleine oder größere Steine bunt zu bemalen und mit einer positiven Botschaft oder einem Spruch zu beschriften. Der Stein wird dann irgendwo in Frastanz abgelegt und soll all jenen Freude bereiten, die auf ihren Wegen durch die Gemeinde „drüberstolpern“. Alle Kreativen sind gebeten, ihren Stein unbedingt

mit Acrylfarben und Permanentmarker zu gestalten. Eine Schicht Lack-spray sorgt dann verlässlich dafür, dass der Dekor Wind und Wetter stand hält.

Der Vermerk „#dominofrastanz“ identifiziert den „wandernden Stein“ eindeutig als Teil dieser Aktion. Wer selbst einen Stein bemalt oder einen solchen findet, wird gebeten, diesen zu fotografieren und das Bild per E-Mail (office@dominofrastanz.org) an das Team des Domino zu schicken. Jene, die bis 15. September die meisten Steine gestalten, dürfen sich auf eine Belohnung freuen. Weitere Infos finden Interessierte auf Facebook.

Lesetreff und Gartenspaziergang

Nach und nach werden aber auch die gewohnten Angebote des Domino s’Hus am Kirchplatz - natürlich unter Einhaltung der geltenden Auflagen - wieder „hochgefahren“.

Mitte Juni waren etwa bereits spirituelle Wanderungen unter dem Motto „Pilgernd in den Sommermorgen“ und ein Gartenspaziergang angesagt. Auch der „Zischtig Morga-Lesetreff“ lockte wieder eine Handvoll Literaturbegeisterte ins Domino. Ein

Blick auf die Website unter www.dominofrastanz.org lohnt sich also allemal.

Seit 24 Jahren spannende Impulse für alle Frastanzer

Gegründet wurde der Verein Domino s’Hus am Kirchplatz 1996 von Christl Stadler, die bis heute als Obfrau die Strippen in der Hand hält, sich ums Finanzielle kümmert und selbst Kurse leitet. Mit ihrem Team bemüht sie sich engagiert, im ehemaligen Kooperatorhaus am Kirchplatz immer wieder neue Impulse zu setzen. Dem Verein ist es wichtig, laufend auf aktuelle Veränderungen zu reagieren. Deshalb tauschten sich Mitarbeiterinnen und Ideenbringerinnen denn auch am 8. Februar bei einem Ideen- und Visionentag aus (Foto oben ganz links). Dabei wurden viele spannende Projektideen geboren, deren Umsetzung so bald wie möglich in Angriff genommen wird.





Christl Stadler hat 1996 den Verein Domino s'Hus am Kirchplatz gegründet und engagiert sich bis heute als Obfrau.



Herzlichen Glückwunsch, Pippi Langstrumpf!

Während der Sommermonate bemüht sich das Team seit vielen Jahren um kreative Beiträge zum Ferienprogramm der Marktgemeinde. Viele Schüler genossen die Fraschtner Sommerspiele, den Domino-Day oder versuchten sich in der Theater-Werkstatt als Schauspieler. Heuer konzentrieren sich alles auf Outdoor-Angebote.

Inspiriert hat sie dabei vor allem der 75. Geburtstag von Pippi Langstrumpf. Die bärenstarke Heldin von Astrid Lindgren zog bereits Ge-

nerationen an Kindern auf der ganzen Welt in ihren Bann. Schließlich wurden ihre Abenteuer in mehr als 70 Sprachen übersetzt. Unter dem Motto „Herzlichen Glückwunsch, Pippi“ laden die Teams des Domino und der ebenfalls im „Hus am Kirchplatz“ beheimateten Bibliothek in den Sommerferien Kinder ab sechs Jahren gemeinsam jeweils am Dienstag von 9.30 bis 10 Uhr zu einer Lesereise in den Gemeindepark. Wer eine Sitzunterlage oder einen Klappstuhl mitbringt, kann es sich auf dem Rasen gemütlich machen, während PH-Studentin Katharina Schmid sowie Mitglieder des Bibliothek- und des Domino-Teams spannende Episoden aus Astrid Lindgrens Büchern vorlesen.

Dabei werden nicht nur Pippis Abenteuer die Fantasie der jungen Zuhörer beflügeln. Die Kinder der Krachmacherstraße, Michel von Lönneberga, Junior-Detektiv Kalle Blomquist und der siebengescheite

Karlsson vom Dache werden ebenfalls im Gemeindepark lebendig werden. Für die Teilnahme an diesen wöchentlichen Lesereisen ist lediglich ein freiwilliger Beitrag von einem Euro zu bezahlen.

Herbst-Programm für alle Generationen

Das Herbstprogramm für alle Generationen steht ebenfalls schon. „Wir freuen uns auf viele Besucher, die wieder bei den Sprachenhocks (Englisch und Italienisch), dem Englisch-Kurs für Erwachsene, dem Offenen Singen im Sozialzentrum, dem Fraschtner Kasperltheater, dem Wollkorb, den Bewegungsgruppen, den Lesevormittagen, den Reiseträume-Vorträgen, der Pilgerwanderung, den Kreativtagen... mit dabei sind“, erklärt Christine Kieber im Namen des Domino-Teams, „und dass unsere Anstöße viele Menschen in Bewegung bringen“. So wie beim Domino-Spiel.





Der Garten wird gemeinsam gepflegt und mit kunstvollem Dekor geschmückt.

„Miteinander ist im Herzen verankert“

„Wir spüren hier alle die Sehnsucht nach unmittelbarer Begegnung, nach Umarmungen, nach unbeschwertem Zusammensein mit Spiel, Spaß... so wie es hier im Haus sonst gelebt wird“, berichtet Christine Kieber aus dem Hofnerfeldweg 1B. Schließlich ist Gemeinschaft das zentrale Element des Projekts „Wohnen für Jung und Alt“.

Seit knapp 16 Jahren leben an dieser Adresse ältere Menschen und junge Familien unter einem Dach

zusammen. Das ganze Haus ist auf Begegnung ausgerichtet. Zwar hat Jeder die Möglichkeit, sich in die eigenen vier Wände zurückzuziehen, doch in den Gängen laden kleine Tische zu einem Schwatz oder zum Kartenspiel ein. Der große, wohnlich eingerichtete Gemeinschaftsraum im Erdgeschoss ist regelmäßig Schauplatz verschiedenster Gemeinschaftsaktivitäten und Feste. Beim Mittwoch-Frühstück werden aktuelle Fragen des Zusammenlebens besprochen, aber auch tages-

politische Ereignisse diskutiert, Anekdoten und Geschichten erzählt. Christine Kieber ist erste Ansprechperson für die Menschen in den 16 Wohnungen.

Sie unterstützt die Bewohner, wenn etwa Anträge zu stellen oder Formulare auszufüllen sind, organisiert Nachbarschaftshilfe und Gemeinschaftsaktivitäten, informiert Wohnungsinteressenten. Dabei arbeitet sie eng mit dem Verein Wohnen für Jung und Alt, der Vogewosi und der Hausverwaltung IMOVA zusammen.



Die Gemeinschaft im Hofnerfeldweg freut sich wieder auf solch zwanglose Zusammenkünfte.

Neue Lebensformen gegen Vereinsamung

Schließlich haben diese Organisationen das Projekt gemeinsam umgesetzt und im September 2004 eröffnet. „Wohnen für Jung und Alt“ geht auf eine Initiative des damaligen Ortspfarrers DDr. Herbert Spieler zurück. Gemeinsam mit einigen organisierten Mitstreitern wollte er für ältere Menschen Wohnraum schaffen, in dem diese so lange wie möglich selbstständig in Gemeinschaft leben können und gleichzeitig jungen Menschen leistbare Startwohnungen zur Verfügung stellen. Sieben 2- und 3-Zimmer-Wohnungen mit einer Fläche von 50



Gemeinsames Werkeln, Kartenspielen und Feiern war in den letzten Wochen leider nicht möglich.

Christine Kieber ist als Mitarbeiterin für Gemeinwesenarbeit erste Ansprechpartnerin für die Bewohner.



bis 67 Quadratmetern werden von der Pfarre, fünf von der Stiftung zur Förderung der Privatkrankenpflege an ältere Menschen vermietet. Die Vogewosi vergibt die vier größeren (75 bis 83 Quadratmeter) 3-Zimmer-Wohnungen an junge Familien. Die Nachfrage ist groß. Sämtliche Wohnungen waren in den letzten 16 Jahren stets vermietet.

Aktuell kümmert sich der Vereinsvorstand rund um Obmann Günter Kara um dieses Projekt sowie die 2008 eröffnete „Filiale“ Junges Wohnen Mariex.

22 Häuser für Paare und junge Familien

In der an Frastanz angrenzenden Parzelle der Nachbargemeinde Nenzing haben die Pfarre Frastanz und die Wohnbaugesellschaft Vogewosi insgesamt 22 Häuser errichtet, die als Startwohnungen an junge Paare und Familien vermietet werden.

Dort schätzen die Bewohner nicht nur die moderaten Mieten. Sie suchen ebenfalls ein lebendiges Miteinander, von dem alle profitieren und das aktiv gepflegt wird. Weil sie noch aktiv im Berufsleben stehen, waren die Bewohner dort allerdings nicht so von den Corona-Einschränkungen betroffen wie die Gemeinschaft am Hofnerfeldweg.

Nachbarschaftshilfe und Gespräche auf Distanz

Obwohl die Einsamkeit dort in den letzten Wochen deutlich zu spüren war, kann Christine Kieber den Erfahrungen in dieser Zeit einiges abgewinnen. Für sie war es nämlich auch besonders schön zu beobachten, dass sich im Haus trotz allem Menschen fanden, die für andere einkaufen gingen oder Apothekendienste erledigten. Der verwaiste Gemeinschaftsraum wurde weiterhin geschmückt und dekoriert, der Garten gepflegt.

Als Ersatz für das gemeinsame Frühstück gab es am Mittwoch Morgen zumindest immer „frische Semmle“. Kuchenbäckerinnen teilten ihre wohlschmeckenden Genüsse mit den Nachbarn. Kleine Briefe mit Geschichten und Gedichten gingen



Der aktuelle Vorstand des Vereins Wohnen für Jung und Alt.

von Tür zu Tür, Gespräche wurden laut Anweisung auf Abstand geführt. Die Mitarbeiterin für Gemeinwesenarbeit ist außerdem dankbar, dass die Schwestern des Krankenpflegevereins weiterhin zum Blutdruckmessen und zur Betreuung der Patienten ins Haus kamen und „Essen auf Rädern“ verlässlich bei den Beziehern anrollte.

Krise auch als Chance erlebt

„Krise kann auch eine Chance sein“, hat Christine Kieber selbst erlebt. „Corona hat gezeigt, dass das Miteinander und die Gemeinschaft nicht nur heroische Wörter, sondern tatsächlich im Herzen verankert sind“, zieht die Gemeinwesen-Verantwortliche für den Verein „Wohnen für Jung und Alt“ eine durchwegs positive Bilanz.



Beste Begleitung für bis zu vier-jährige Kinder

Nicht nur die Mütter von Neugeborenen schätzen das kostenlose Angebot der connexia Elternberatung. Jeden Dienstag von 14 bis 16 Uhr gibt die diplomierte Kinderkrankenschwester Petra Feurstein den Eltern von bis zu vierjährigen Kindern so manchen guten Tipp und beantwortet alle Fragen.

Im Moment wirkt alles ein bisschen improvisiert. Um die älteren Mitbürger im Sozialzentrum keinesfalls zu gefährden, musste Beraterin Petra Feurstein ein provisorisches Quartier im Rathaus beziehen. Zwischen Aktenschränken baut sie die Wickelunterlage, eine Waage und andere Gerätschaften auf, mit denen sie den Entwicklungsstand der Babys und Kleinkinder prüft und die Kleinen dabei bei Laune hält. Auf ihre Helferin muss sie im Moment verzichten.

Telefonische Voranmeldung ist derzeit Pflicht

Im Normalfall trudeln die Eltern mit ihren Kindern einfach während der Beratungsstunden ein. Im Durchschnitt berät Petra Feurstein jeden Dienstag acht Familien. So unkompliziert geht es momentan leider

nicht: Um die Corona-Schutzbestimmungen einhalten zu können, ist eine telefonische Voranmeldung bis auf Weiteres (aktuelle Info unter www.eltern.care) Voraussetzung für eine Beratung.

Petra Feurstein ist seit eineinhalb Jahren Ansprechpartnerin für die Frastanzer Eltern. Außerdem berät die gebürtige Wienerin die Eltern in Übersaxen und Bludesch. Sie hat auf den Kinderstationen eines Wiener Spitals und im Krankenhaus Dornbirn vielfältige Berufserfahrungen gesammelt und wechselte dann zur connexia - Gesellschaft für Gesundheit und Pflege. Gesundheitsförderung und Prävention liegen ihr nämlich besonders am Herzen. Petra Feurstein möchte die Eltern aktiv dabei unterstützen, dass diese ihre Kinder optimal begleiten können.

„In den ersten Monaten geht es vor allem um die Ernährung“, berichtet die Kinderkrankenschwester. Die Mütter haben Fragen zum Stillen, wollen wissen, ab wann sie was zufüttern sollen, ängstigen sich, ob das Kind genügend zu sich nimmt. Die Körperpflege, die motorische Entwicklung oder das Schlafverhalten sind weitere Themenbereiche, welche gerne mit der Expertin besprochen werden. Petra Feurstein

versucht dann, den Druck herauszunehmen: „Jedes Kind ist individuell in seiner Entwicklung und entspricht deshalb nicht immer einer normierten Tabelle.“

Viele Eltern informieren sich im Internet. „Doch da findet man Informationen von sehr unterschiedlicher Qualität“, warnt sie immer wieder. Wer zur Elternberatung kommt, kann hingegen darauf vertrauen, dass die Auskünfte auf dem neuesten Stand sind. „Wir bilden uns regelmäßig bei Schulungen weiter.“

Während des kompletten „Corona-Shutdowns“ nutzten einige Frastanzer Mütter gerne das Angebot einer telefonischen Beratung. Bei verunsicherten Eltern, welche sich eingehender mit der Expertin besprechen möchten, macht Petra Feurstein aber auch Hausbesuche.

„Diese Angebote werden aus dem Sozialfonds finanziert und sind vollkommen gratis“, lädt Petra Feurstein alle Mütter und Väter recht herzlich ein, mit ihren Anliegen zu ihr zu kommen. Die Eltern von Kindern bis zum Alter von vier Jahren können sie gerne kontaktieren:

Tel: 0650/4878742

E-Mail: petra.feurstein@connexia.at

Weitere Informationen gibt es außerdem unter www.eltern.care

2.8 Wünsche bei Betreuung und Pflege

Jeder Mensch hat eine individuelle Lebensgeschichte, die dessen Verhalten, Gewohnheiten, Vorlieben und „Empfindlichkeiten“ prägt und bestimmt. Wenn man die Lebensgeschichte eines erkrankten Menschen kennt, hilft das einerseits ihn besser zu verstehen und andererseits kann darauf aufbauend das Betreuungs- und Pflegeangebot im Sinne des Menschen gestaltet werden.

Falls ich einmal pflegebedürftig werde möchte ich, dass folgende Aspekte beachtet und respektiert werden:

Körperpflege: (z.B. Waschen, Rasieren, ...)

ja nein

drei vier
 sieben

Vorsorge für den Fall der Fälle

Die meisten Menschen beschäftigen sich nicht gerne mit diesem Thema. Doch Pflegebedürftigkeit oder gar der Tod kommen oft ganz überraschend. Wer sichergehen möchte, dass seine Wünsche auch dann respektiert werden, wenn er sie nicht mehr selbst kommunizieren und durchsetzen kann, sollte sich in einer ruhigen Stunde Zeit nehmen und die Vorsorgemappe ausfüllen, welche der Sozialausschuss der Marktgemeinde Frastanz vor vier Jahren nach dem Vorbild der Stadt Feldkirch ausgearbeitet hat.

Die Mappe enthält im Idealfall alles, was eine geordnete „Übergabe“ erleichtert: Wo wird der Wohnungsschlüssel, das Testament, das Sparbuch aufbewahrt? Sind noch Kredite offen? Wie möchte der Betroffene gepflegt oder bestattet werden? Wer ist der Hausarzt? Welcher Facharzt sollte kontaktiert werden? Wo werden die Notfall-Medikamente verwahrt? Sind Allergien bekannt? Gibt es eine Patientenverfügung oder Ansprüche auf eine Witwenpension? Welche sozialen Kontakte sind besonders erwünscht? Im Idealfall gehen die Betroffenen in einer ruhigen Stunde zuhause

Frage für Frage mit ihren Angehörigen durch. Dies erspart der Verwandtschaft im Notfall viel unnötige Sucherei und möglicherweise auch Streitereien. Jedenfalls sollten die Angehörigen darüber informiert werden, wo sie die Vorsorgemappe finden.

Bei einigen Themen wie etwa dem Verfassen eines Testaments oder der Hinterlegung einer Patientenverfügung empfiehlt es sich außerdem, einen Notar oder Rechtsanwalt hinzuzuziehen.

Wünsche rechtzeitig niederschreiben

Die Mitglieder des Sozialausschusses der Marktgemeinde legen die Vorsorgemappe aber nicht nur den älteren Mitbürgern ans Herz. Schließlich kann ein Unfall den Alltag in jeder Lebensphase von einem Tag auf den anderen entscheidend verändern. Dann ist es wichtig, dass die Wünsche klar und alle Dokumente zur Hand sind. Jene Kapitel der Vorsorgemappe, welche in der aktuellen Situation nicht relevant sind, werden einfach übersprungen.

Die Vorsorgemappe kann unter www.frastanz.at/leben-in-frastanz/

soziales-gesundheit kostenfrei heruntergeladen werden. Wer ein bereits vorgedrucktes Exemplar der 60-seitigen Broschüre möchte, kann dieses um einen Unkostenbeitrag von drei Euro im Bürgerservice des Rathauses erwerben.



In der Vorsorgemappe werden auch persönliche Wünsche für den Fall einer Pflegebedürftigkeit vermerkt.



Die AQUA-Objektreinigung ist unter anderem im Frastanzer Sozialzentrum im Einsatz. In der Sonnenbergerstraße werden alte Schriften und Fotos digitalisiert.

AQUA Mühle: „Wir sind froh, in Frastanz eine Heimat zu haben“

Ein neues Baumhaus schmiegt sich um den großen Kastanienbaum im Frastner Gemeindepark. Große und kleine Kinder klettern, rutschen, spielen. Sie erproben ihre Kräfte, ihr Geschick, bauen ihre Ressourcen aus und Selbstvertrauen auf. Sie schätzen den Schatten und die Höhe, die Möglichkeiten sich zu verstecken und von oben Orientierung zu bekommen. Gemeinsam oder allein lassen sie sich vom Baum und dem Baumhaus inspirieren. Kommen auf neue Ideen, kommen ins Gespräch, finden Verbindendes und Trennendes.

Das Baumhaus wurde von der Gemeinde Frastanz bei AQUA Mühle Vorarlberg in Auftrag gegeben und von der Abteilung Holzbau & Landschaftspflege geplant und errichtet. Den Aufbau im Park haben Arbeitsanleiter gemeinsam mit temporären Mitarbeitern ausgeführt. An den Vorarbeiten in der Werkstatt in der Sonnenbergerstraße waren zusätzlich Mitarbeiter beteiligt, die aufgrund ihrer psychischen Erkrankung bei AQUA Mühle sind und im Rahmen der tagesstrukturierenden Angebote ihre vielen wertvollen Handgriffe einbringen. Mitunter waren auch Praktikanten in den Ent-

stehungsprozess eingebunden, die zur beruflichen Orientierung einige Zeit im Holzbau-Team mitarbeiten. Die Grundhaltung ist integrativ und ressourcenorientiert: Es gibt niemanden, der nichts kann.

Seit 33 Jahren in Frastanz

Das soziale Unternehmen AQUA Mühle Vorarlberg hat seinen Firmensitz seit über 30 Jahren in der Marktgemeinde Frastanz. Es berät, begleitet, schult und betreut Menschen, denen es aus unterschiedlichen Gründen nicht oder nur erschwert gelingt, an der Gesellschaft teilzuhaben oder denen ein Ausschluss aus der Gesellschaft droht. Die Gründe dafür sind vielfältig und erfordern individuelle Lösungen.

Derzeit sind 225 Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter mit unterschiedlichsten Ausbildungen und beruflichen Hintergründen bei AQUA Mühle beschäftigt, darunter 18 Lehrlinge in acht Lehrberufen. Hinzu kommen 145 Mitarbeitende, die aufgrund ihrer Beschäftigungslosigkeit über das AMS bei AQUA einen befristeten Arbeitsplatz gefunden haben, ihre Fähigkeiten einbringen und mit sozialarbeiterischer Beglei-

tung und Vermittlungsunterstützung eine neue Chance und einen neuen Platz am Vorarlberger Arbeitsmarkt suchen. Das Unternehmen ist von Bregenz bis Bludenz in ganz Vorarlberg tätig. Florian Kresser und Kerstin Mündle, Geschäftsleitung von AQUA Mühle, wissen die Qualitäten ihrer Standortgemeinde sehr zu schätzen: „Frastanz ist der Ort, an dem wir uns einbringen wollen, in Austausch gehen wollen und uns gemeinsam mit der Gemeinde weiterentwickeln können. Wir sind froh, in Frastanz eine Heimat zu haben.“

Gastronomisches Angebot

Die soziale Institution bringt sich mit vielfältigen Dienstleistungen in die Gemeinde ein:

Gastronomisch werden mit feinen Caterings unter anderem die Museumswelt, die E-Werke und der Saminapark sowie im Rahmen der Gemeinschaftsverpflegung Kinder des Kindergartens Fellengatter und der Kindertagesbetreuung Panama mit gesundem Essen versorgt. Der für Schulen und Kinderbetreuungseinrichtungen bis zum Jahr 2025 geforderte Regional-Anteil von 50 und der Bio-Anteil von 30 Prozent werden bereits erfüllt.



Das Baumhaus im Gemeindepark wurde in den AQUA-Werkstätten gebaut. Das Team des Mühlecafé lädt zu Tisch.

Das Mühlecafé gilt als Herzstück von AQUA. Es hat seinen Schwerpunkt in der Lehrausbildung und wurde in den letzten Monaten neu gestaltet. Das Team um Angy Horneber verwöhnt Mitarbeitende von AQUA und freut sich auf viele Frastner Gäste sowie ab Herbst auch wieder auf den freitäglichen Mittagstisch der Senioren. „Im Mühlecafé bekommt man sowohl kulinarisch als auch seelisch ein gutes Bauchgefühl“, erklärt Florian Kresser, selbst Stammgast im Mühlecafé.

Holzbau und Objektreinigung

Weitere Dienstleistungen für die Gemeinde erbringt die AQUA-Objektreinigung im Sozialzentrum und im Areal der Energiefabrik an der Samina. Akten sowie wertvolles Archiv- und Kulturgut werden in der Sonnenbergerstraße in der Mikroverfilmung, Digitalisierung und Archivaufarbeitung gesichert und digital zugänglich gemacht. Im Rahmen des Sozialen Integrationsleasings kommen temporäre Mitarbeitende in Betrieben zum Einsatz, um Auftragsarbeiten und Produktionsspitzen abzudecken, etwa für Aufräum- und Vorbereitungsarbeiten beim Bockbierfest. Und nach dem Baum-

haus im Park und dem Spielplatz Fellengatter werden heuer noch die Spielplätze der Volksschule Halden sowie des Kindergartens und der Volksschule Hofen errichtet. Mit rund 900 Personen, die jährlich bei AQUA an Bildungs- und Beratungsangeboten des AMS teilnehmen und 223 Frauen und Männern, die aufgrund ihres psychischen Erkrankungsbildes viele Stunden bei AQUA Mühle verbringen, prägt die Einrichtung das Tagesgeschehen in der Gemeinde bedeutend mit. Frastanz ist eine sehr bunte, vielfältige und soziale Gemeinde. Daher ist es nicht verwunderlich, dass die Sozialpsychiatrie in ihrer Pionierphase hier einen Platz gefunden hat. Das liegt inzwischen 33 Jahre zurück und war nur durch die Toleranz und Bereitschaft innerhalb der Gemeinde gegeben, sich miteinander auseinanderzusetzen. Mit einem solchen JA beginnt Inklusion. Auch Menschen in der Sozialpsychiatrie verspüren große Sehnsüchte nach Zugehörigkeit. Oft fehlt Personen, die bei AQUA leben, der Mut teilzunehmen. Sie brauchen Vertrauen. „Wenn wir einen Wunsch frei hätten, würden wir sehr gerne Personen aus der Gemeinde gewinnen, die mit ehrenamtlichem En-

gagement, Ausdauer, viel Geduld sowie Interesse für das Andere auf uns zukommen, unsere betreuten Menschen ermutigen und gemeinsam am gesellschaftlichen Leben teilnehmen“, sagt Susanne Ebner, Leiterin der Wohnbetreuung. AQUA Mühle Vorarlberg ist mittlerweile einer der größten Anbieter von sozialen Dienstleistungen in Vorarlberg. Kerstin Mündle spricht allen Mitarbeitenden und betreuten Personen aus der Seele: „Ein herzliches Dankeschön gilt allen, die uns täglich mit Offenheit, Wertschätzung, Akzeptanz und Toleranz begegnen. Nur so kann Teilhabe in der Gemeinde und an der Gesellschaft für Menschen mit unterschiedlichen Problemstellungen gelingen.“

Beeindruckende Zahlen:

- AQUA Mühle hat im Jahr 2019
- täglich 2.000 Mittagessen zubereitet
- 10.000 Bäume gepflanzt
- 20 Tonnen gefüllte Robidog-Hundesäcke entsorgt
- 40 Tonnen Rasen- und Grünschnitt von Kindergärten und Spielplätzen entsorgt
- 2,8 Millionen Einheiten Holz-Besteck verpackt
- 1.000 Schüler, 600 Jugendliche und 50 Kinder betreut



Das Bibliotheks-Team versorgte die Leser im Ort regelmäßig mit Bücher-Nachschub. Foto: Henning Heilmann

Lieferservice für „Abenteurer im Kopf“

Das Team der Bibliothek Frastanz nahm die Krise zum Anlass, den Service weiter auszubauen. Bücher, Medien und Spiele werden nun auch vor die Haustür geliefert.



Die Freude ist überall groß, wenn die Zivildienen der Pfarre die bestellten Bücher vorbeibringen. Foto: Bibliothek Frastanz

Gleich nach dem Shutdown überlegten sich die zehn Mitarbeiterinnen, wie sie die Frastanzer weiterhin mit interessantem Lesestoff, anderen Medien und Spielen versorgen könnten. Der Bücherschrank im Gemeindepark wurde sorgfältig immer wieder mit neuen Büchern und Zeitschriften bestückt. Außerdem organisierte das Team rund um Leiterin Sibylle Scherer und Barbara Frick - unterstützt von den Zivildienern der Pfarre - einen Lieferservice, der gerne in Anspruch genommen wurde. „Das Echo war super, wir waren ganz überrascht“, berichtet Barbara Frick. Vor allem „Stammkunden“ nahmen das Angebot - zum Teil sogar wöchentlich - an. Das Bibliotheksteam freut sich aber auch über einige zusätzliche Leser, welche sie durch Corona gewonnen haben. Die Zivildienere liefern pro Woche durchschnittlich 25 Bücherpakete aus.

Am Mittwoch und Freitag werden bestellte Medien ausgeliefert

Dieser Service soll nun beibehalten und sogar weiter verbessert werden, damit speziell Menschen, die nicht so mobil sind, leichter Zugriff auf das umfangreiche An-

gebot der Bibliothek erhalten. Wer Bücher, Zeitschriften, CDs, DVDs, Hörbücher sowie verschiedenste Spiele bis Montag, 18 Uhr online (walgau.litkatalog.eu), per E-Mail (office@bibliothekfrastanz.at) oder telefonisch (05522/5176930) ordert, darf mit einer Lieferung am Mittwoch ab 13 Uhr rechnen. Bestellungen bis Mittwoch, 18 Uhr werden jeweils am Freitag ab 13 Uhr ausgefahren.

Wer noch nicht „Bibliotheks-Kunde“ ist, muss sich vorab als Leser registrieren lassen und die Gebühr für das gewählte Abo einzahlen. Interessierte finden im Internet auf der Bibliotheks-Website unter www.bibfrastanz.bvoe.at alle benötigten Informationen und Einblick ins Medienangebot.

Zugriff auf eine Vielzahl an digitalen Medien

Ein Jahresabo der Bibliothek bietet zudem Zugriff auf ein breites Angebot an digitalen Medien, welches rund um die Uhr bereitsteht: E-Books, E-Papers, Hörbücher, Musik und Filme können ganz unkompliziert und ohne weitere Kosten aus der Mediathek Vorarlberg abgerufen werden.



Werkstätte-Mitarbeiter genießen ihren neuen Garten und Begegnungen mit Tieren. Das freut auch Leiterin Lenka Brezaniova.

Werkstätte in Bewegung

Service-Angebot soll nach Bedarf erweitert werden

Weil sich der Zustell-Service so gut bewährt hat, möchte das Bibliotheks-Team in den nächsten Wochen speziell auch Menschen ansprechen, die das Angebot in den Regalen aus verschiedensten Gründen nicht selbst in Augenschein nehmen können.

„Wir werden abklären, was besonders gefragt ist“, erklärt Barbara Frick. Das Team würde beispielsweise Bücher-Pakete bereitstellen und die Bestell-Möglichkeiten für Menschen, welche sich der digitalen Recherche nicht gewachsen fühlen, je nach Bedarf erweitern. Diesbezügliche Anregungen sind jederzeit willkommen. Natürlich freut sich das Team aber auch auf die persönlichen Kontakte und Beratungsgespräche, welche nun wieder möglich sind.

Seit 18. Mai ist die Bibliothek im Domino - natürlich unter Auflagen - wieder am Montag (16 bis 19 Uhr), Mittwoch (16 bis 18 Uhr) und Freitag Nachmittag (14 bis 18 Uhr) sowie am Dienstag und Donnerstag Vormittag jeweils von 8.30 bis 11.30 Uhr geöffnet.

„Wer will mit zum Bauernhof? Wenn Lenka Brezaniova diese Frage stellt, dann sind regelmäßig fast alle Hände oben. Kühe füttern, Schafe streicheln und Hasen auf den Schoß nehmen - das lieben die Beschäftigten in der Lebenshilfe-Werkstätte in Frastanz.“

Lenka Brezaniova ist seit mittlerweile 17 Jahren Leiterin dieser Werkstätte in der Kleinfeldgasse. 23 Menschen mit Behinderungen aus dem ganzen Walgau werden hier von qualifiziertem Fachpersonal in ihrer täglichen Arbeit begleitet. Das ganze Team bemüht sich dabei sehr, den Alltag abwechslungsreich zu gestalten. Im Vorjahr beispielsweise beteiligte man sich am Flora-Gartenwettbewerb: Alle waren mit Feuereifer dabei und halfen nach ihren Möglichkeiten mit. Mit Unterstützung von Gemeinde, Firmen und Privaten wurde der Garten in eine grüne Oase verwandelt. Tatsächlich zeigte sich auch die Wettbewerbs-Jury angetan und lud das Team zur großen Flora-Gala im Feldkircher Montforthaus: Mit einem dritten Platz und einer Auszeichnung als einer der besten Newcomer konnte man gleich zwei Preise in Empfang nehmen. „Das

war ein wirkliches Highlight“, freut sich die Leiterin noch heute über das Strahlen in den Augen ihrer ausgezeichneten Gärtner.

Aber auch sonst tut sich neben der regelmäßigen Arbeit für diverse Firmen viel in der Frastanzer Werkstätte der Lebenshilfe. In besonders freudiger Erinnerung haben viele noch die Begegnungen mit den Kindergartenkindern von Düns. Man besuchte sich gegenseitig und bereitete ein Programm für eine gemeinsame Weihnachtsfeier vor. Zusammen wurde gemalt, getanzt und viel gelacht.

„Solche Begegnungen sind uns wichtig“, betont Brezaniova: Die Kinder erkennen sehr rasch, dass der Umgang mit Menschen mit Behinderungen selbstverständlich ist. Und wie sehr viele Menschen lieben auch die von der Lebenshilfe begleiteten Menschen den Kontakt mit Tieren. Dreimal in der Woche besucht man dazu den Bauernhof der Familie Borg in Nenzing, und auch im Saminahof in Amerlügen ist man gerne zu Gast. Das alles war während der Corona-Krise leider nicht möglich. Seit kurzem kann Lenka Brezaniova nun aber wieder in die Runde fragen, ob jemand mit zu den Tieren will...



Impressum / Herausgeber: Marktgemeinde Frastanz / Für den Inhalt verantwortlich: Bgm. Walter Gohm / Redaktion: TM-Hechenberger, Bludenz / Mitarbeit: Christian Neyer / Der besseren Lesbarkeit wegen: Alle verwendeten geschlechtsspezifischen Formulierungen meinen die weibliche und die männliche Form.