

Eine Zeitung der
Mediengruppe

MIRAVITA
Innviertel

freiwillige Spende
Sommer/Herbst 2022

Schreibraum

Fußballturnier in Waldzell



Integrative Beschäftigung



Rückblick
Special
Olympics 2022



Reptilienvorführung



Kunsthandwerksmarkt



Teilbetreutes Wohnen



FÜR UNS IST DIE ECHTHEIT DIESER ZEITUNG SEHR WICHTIG. AUS DIESEM GRUND WERDEN TEXTE, DIE VON DEN KUNDEN/INNEN VERFASST WERDEN AUCH OHNE KORREKTUR ÜBERNOMMEN. DAS HEISST TIPP U. RECHTSCHREIBFEHLER WERDEN **NICHT VERBESSERT**. NUR SO KANN SELBSTBESTIMMTES LEBEN UND INTEGRATION FUNKTIONIEREN.

„SO WIE ICH BIN, WERDE ICH ANGENOMMEN“

- GENAU DAS WOLLEN WIR VERMITTELN.

Vorschau



Allerheiligengestecke

Ab 24. Oktober 2022
erhältlich in Nußbaum, sowie
beim Nah & Frisch in Waldzell
und beim Spar in Lohnsburg

18. November 2022 Weihnachtsmarkt in Hacksperr

Spendenübergaben



Fam. Walchetseder
Sachspende



Pensionistenverband Obernberg
samt Freunde und Verwandte



Sparverein Kirchheim

Herzlichen Dank auch für die Materialspenden bei:

Gittmaier Kurt
Fam. Kern
Fam. Augustin

... und bei allen anderen Spendern die uns ein ganzes Jahr lang unterstützen! DANKE!

Neuer Vorstand bei MIRAVITA

Am 25. April wurde im Rahmen der Generalversammlung, die alle 4 Jahre stattfindet, ein neuer Vorstand gewählt.

Vorsitzender:

Vorsitzender Stv.

Finanzreferent:

Schriftführerin:

Kontrolle

Weitere Vorstandsmitglieder:

Franz Hattinger

Mag. Sylvia Simetsberger

Hans Jöchtl

Gerlinde Gschwendtner

Christian Makor und Nadine Gruber

Herbert Hager, Fritz Hosner,

Dr. Michael Hirschbichler,

Sonja Kriechbaumer, Norbert

Straßl und Hans-Jörg Wieser



Der Vorstand ist nicht nur für MIRAVITA mit den Bereichen Wohnen, Werkstätte und integrative Beschäftigung in Hacksperr und Nussbaum verantwortlich, sondern auch für unseren Nahversorger Nah & Frisch Miravita GmbH.

Fußballturnier am 25. Mai 2022

Die Vorbereitungen waren aufwendig und beanspruchten 9 Monate. Ich danke Ewald, Ernst und Christoph für die Unterstützung. Die wichtigste Voraussetzung war die Genehmigung der Geschäftsführung für die Durchführung des Turniers. Dann galt es Örtlichkeiten für die Garderoben zu finden, in denen sich die Mannschaften umziehen und nach dem Turnier auch duschen konnten.

Dankenswerter Weise stellte die Schule von Waldzell uns die entsprechenden Räumlichkeiten zur Verfügung. Mit dem Platzwart des Sportklubs Waldzell konnte eine Vereinbarung getroffen werden, dass wir den Fußballplatz des Klubs für das Turnier nutzen konnten. Das Turnier wurde auch beim BLK Special Olympics Oberösterreich offiziell angemeldet und fand unter seiner Patronanz statt.



Schließlich erfolgte die Ausschreibung, mit Anmeldeschluss 30. April 2022. Schlussendlich waren 5 Mannschaften plus die Mannschaft von Miravita gemeldet. Wobei „Mann“ nicht ganz stimmt, es waren natürlich auch die Damen vertreten, also eigentlich Mann – Frauschaften, die am Turnier teilnahmen. Knifflig war auch das Ausarbeiten der Spielpläne, aber zu guter Letzt war alles vorbereitet und die Spiele konnten beginnen.

Am Tag des Turniers, dem 25. Mai 2022 war der Wettergott am Vormittag etwas verschnupft, aber der Regen konnte die Sportler*innen nicht aufhalten. Der Ehrenanstoß wurde von Vertretern der Uniqua und Bernd Gröber von Special Olympics vorgenommen.

Um 11:30 Uhr gab es eine wohlverdiente Pause, in der sich die Teilnehmer*innen an den von Ewald und Ernst, meisterhaft gegrillten Bratwürstel mit Sauerkraut und Semmerl, laben. Der Durst wurde mit Scharthner Bombe Limo gelöscht.

Um 12:30 Uhr ertönte erneut der Anpfiff und die Spiele wurden vor begeisterten Zuschauer*innen, die ihre jeweilige Lieblingsmannschaft lautstark anfeuerten, fortgesetzt.

Um 14:15 Uhr gab es dann die obligatorische Siegerehrung. Jede Mannschaft bekam eine Urkunde für die Teilnahme und ein Haribo – Sackerl zur Auffüllung der verbrannten Kalorien. Stolz durften wir für MiraVita eine Urkunde mit einem großen 1er, für die perfekte Organisation und Durchführung in Empfang nehmen.

Ernst und Ewald erhielten eine Urkunde für ihre Leistung als Grillmeister. Das Team von MiraVita belegte im Turnier mit vier Siegen und einer Niederlage, den zweiten Platz. Um 14:45 hieß es leider wieder Abschied nehmen. Die Teams gingen zu den Umkleiden und traten den Heimweg an. Ein schönes, gelungenes Sportfest war zu Ende.







Dekoration Palliativstation

Da die Mutter einer Mitarbeiterin aus Hacksperr auf der Palliativstation in Ried im Innkreis arbeitet und diese sehr begeistert von unseren kreativen Kunstwerken war, hat sie auf der Palliativstation gefragt, wie es wäre, wenn wir die Station jahreszeitenabhängig dekorieren.

Wir bekommen jedes Mal sehr positive Rückmeldungen, wenn wir auf die Station kommen.

Dr. Roden und die Schwestern unterstützen uns tatkräftig und bringen eigene Ideen ein.



Doktor Roden, der Leiter der Palliativstation, gefiel diese Idee sofort. Seit Ostern 2022 dekorieren wir die Palliativstation.



Geschrieben von Gerlinde K. und Nicole Sch.

Kunsthandwerksmarkt

Heuer konnte glücklicherweise der Kunsthandwerksmarkt wieder stattfinden. Zahlreiche Aussteller präsentierten ihre Ware. Es gab Speis und Trank und man konnte es sich in entspannter Atmosphäre im Garten gemütlich machen. Das Kuchenbuffet bot dank zahlreicher Kuchenspenden eine verlockende Auswahl, und mit der Weinbar fand die Veranstaltung einen geselligen Ausklang. Danke an alle, die dieses Fest wieder möglich gemacht haben!





Die Special Olympics 2022 im Rückblick



Am Donnerstag den 23. Juni 2022 ging es endlich los. Mit einem Kleinbus und einem Caddy Pkw, beide von einem großzügigen Gönner zur Verfügung gestellt, starteten wir in Richtung Burgenland.

Wir, das waren acht Athlet*innen sowie Markus und Ernst als Trainer, Ewald als Delegationsleiter und Nicole als „Mädchen für alles in Frauenangelegenheiten“.

Nach zweistündiger Fahrt, eine kurze Pause in St. Pölten, nach einer Tasse Kaffee ging es weiter nach Wr. Neustadt, wo wir in der bekannten amerikanischen Imbissstation mit dem goldenen M, uns bei Burger und Limo stärkten.

Und weiter ging die Reise nach Oberwart, dem Austragungsort unserer Bewerbe. Während Nicole und Ewald die Akkreditierung erledigten, besichtigten die Kund*innen Trainer die Einrichtung mit dem Stadion.



Anschließend ging es weiter in unser Tagesziel nach Eisenberg, wo wir in unserem gebuchten Hotel Quartier bezogen. Um 22:00 Uhr sanken alle nach einem anstrengenden Tag in wohlverdienten Schlummer.



Am Freitag Morgen, nach dem Frühstück, begannen für uns bereits die Wettkämpfe. Die Sichtungsspiele waren zu absolvieren. Die einzelnen Mann-/Frauschaften traten in kurzen Partien gegeneinander an. Jeweils nach Spielstärke wurde die jeweilige Truppe dann einer Leistungsgruppe für das Turnier zugeteilt.

Unser Team wurde in Level 4 eingestuft. Nach diesem, doch anstrengenden Vormittag, ging es zurück zum Hotel, wo wir uns frisch machten für den Höhepunkt des Tages, die abendliche Eröffnungsfeier der Spiele im Stadion Oberwart.



Um 19:30 Uhr saßen wir pünktlich und ziemlich aufgeregt auf unseren Plätzen im Stadion. Zu Beginn der Eröffnung sprachen Bundespräsident Alexander van der Bellen und der Landeshauptmann des Burgenlandes Hans Peter Doskozil. Beide begrüßten die 1.600 Sportler*innen auf das Herzlichste. Beide betonten in ihren Ausführungen die Wichtigkeit des Sports für die Inklusion. Auch Sportminister Vizekanzler Werner Kogler hieß die Sportler*innen, sowie die über 4.000 (!) im Stadion Anwesenden Willkommen. Unter den Klängen der olympischen Hymne, intoniert von der Militärmusik des Burgenlandes, wurde feierlich die olympische Fahne gehisst.



Dann die beiden emotionalen Höhepunkte des Abends. Feierlich wurde die olympische Fackel von einem Athleten und einem Angehörigen des österreichischen Bundesheeres in das Stadion getragen und das olympische Feuer in seiner Schale entzündet.

Während die Flammen hell in den abendlichen Himmel loderten, sprachen zwei Athlet*innen den olympischen Eid: „Lasst mich gewinnen! Aber wenn ich nicht gewinnen kann, dann lasst es mich mutig versuchen!“ Spätestens in diesem feierlichen Augenblick, standen vielen der Anwesenden, die Tränen in den Augen. Ein magischer Moment! Als dann um 21:00 Uhr die Feier zu Ende ging, traten alle tief bewegt den Heimweg an.

Am Samstag begannen dann die Wettkämpfe in den einzelnen olympischen Disziplinen wie Bocchia, Fußball, Stocksport, Tennis, Schwimmen, Leichtathletik und Bowling in den teilnehmenden Gemeinden in und rund um Oberwart. Die Segelwettbewerbe wurden am Neusiedler See ausgetragen.



Schon waren wir mitten drin im Wettkampf. Vier Fußballspiele zu je 10 Minuten waren zu absolvieren. Eine kolossale Anstrengung bei brütender Hitze von 30° C.

Unser Team schlug sich wacker und zog eine ausgeglichene Bilanz von zwei Siegen und zwei Niederlagen. Um 13:30 Uhr war das letzte Match absolviert und wir konnten zurück ins Hotel. Nachmittags am Pool ließen wir den ersten Tag zufrieden Revue passieren und hatten viel Spaß beim Planschen im Wasser.



Gefühlt Mitternacht, klingelte am Sonntag um 7:00 Uhr der Wecker. Schnell duschen, ankleiden und Frühstücken. Um 08:15 Uhr war Abfahrt nach Oberwart zum zweiten Spieltag des Turniers. Wieder schlugen wir uns wacker in der sengenden Sonne des Burgenlandes. Ein Sieg, zwei Niederlagen und ein Unentschieden standen letztlich zu Buche. Am späten Nachmittag genossen wir dann im Hotel die Erfrischung einer Dusche. Am Abend ging es dann noch in eine Buschenschank, wo bei einem Kracherl der bisherige Turnierverlauf rege diskutiert wurde.



Auch am Montag hieß es Tagwache um 07:00 Uhr und pünktlich um 08:00 Uhr saßen wir wieder in den Autos unterwegs nach Oberwart. Leider verloren wir, trotz des enormen Einsatzes unserer Spieler*innen unsere letzten beiden Spiele.

Wegen organisatorischer Probleme seitens des Veranstalters (die Siegerehrung musste vorverlegt werden), konnten wir nicht zurück ins Hotel um uns frisch zu machen. So konnten unsere Athlet*innen, zwar verschwitzt aber stolz und überglücklich, den Lohn ihres Einsatzes entgegen nehmen. Um 16:00 Uhr konnten die Spieler*innen aus den Händen der Mitglieder des olympischen Komitees die Bronzemedaille für den 3. Platz im Fußballturnier in Empfang nehmen.

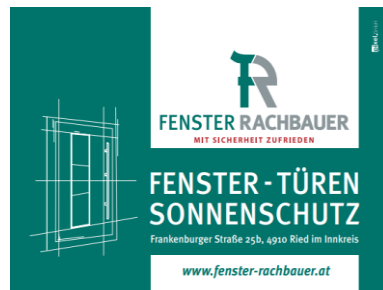


Nachdem alle Medaillen in den verschiedenen Disziplinen übergeben waren, wurde der Abschluss der diesjährigen Sommerspiele feierlich begangen.

Landeshauptmann Doskozil sprach in seiner Schlussansprache allen Teilnehmer*innen seinen Dank und seine Hochachtung für die erbrachten Leistungen aus.

Er betonte ausdrücklich, wie wichtig auch der Sport für die Inklusion von mental beeinträchtigten Menschen ist. Feierlich wurde die Olympiafahne eingeholt und an das nächste Veranstalter Bundesland, die Steiermark übergeben. Mit dem Erlöschen des olympischen Feuers gingen dann die Special Olympics 2022 zu Ende.





Ein großartige Unterstützung, für die ich mich herzlich bedanken möchte, war die Anwesenheit so vieler Eltern und Angehöriger, die auf Eigeninitiative angereist waren und unsere Athlet*innen im Stadion lautstark unterstützten. Auch über den Besuch von GF Karin und Psychologe Stefan konnten wir uns freuen.

Höhepunkt nach der Feier war dann der wohlverdiente Radler, der durstig genossen wurde. Das waren die, für das Team von MiraVita Innviertel, sehr erfolgreichen Special Olympics 2022.

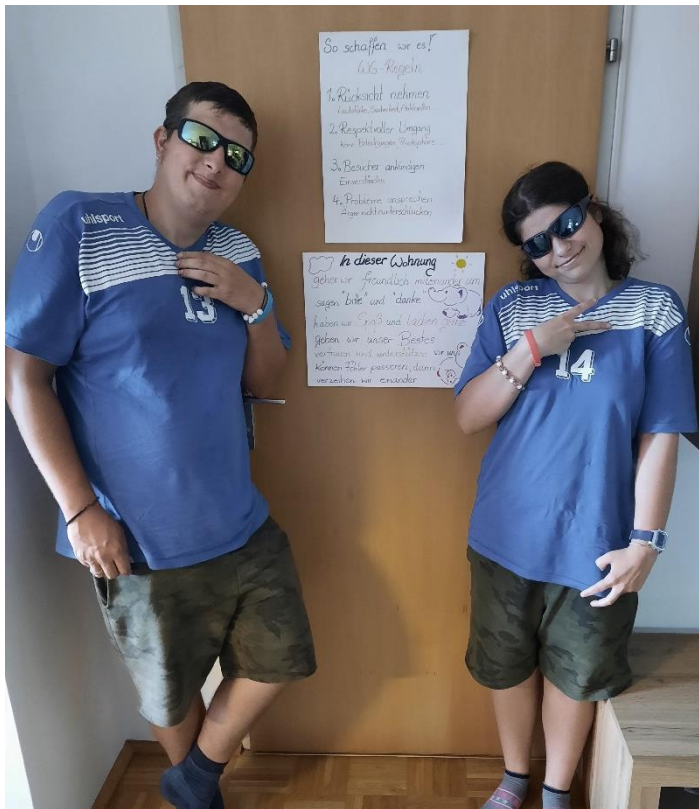
Last but not least darf ich mich bei unseren Sponsoren, Firmen und Privatpersonen, bedanken. Ohne ihre großzügige Unterstützung wäre diese Teilnahme nicht möglich gewesen. Ich bitte die Leser*innen um wohlwollende Beachtung der nachstehenden Firmenlogos.

Markus Forstner



„Wir werden beim Wohnen begleitet!“

Miravita hat mit Ende des letzten Jahres eine kleine Wohngemeinschaft gegründet, mit einer neuen Form der Betreuung, dem „Begleiteten Wohnen“! Dies ist eine ideale Wohnform für Menschen mit Unterstützungsbedarf, sofern sie in der Lage sind, auch Eigenverantwortung zu übernehmen. Es gibt „betreuungsfreie Zeiten“, vor allem nachts sind die Bewohnerinnen allein in der Wohnung.



Unser Ziel ist es, den Bewohnerinnen größtmögliche Unterstützung zur Selbstständigkeit zu geben. Dabei versuchen wir vor allem die Individualität, Bedürfnisse, Wünsche und auch die Möglichkeiten der Frauen zu wahren.

Bewohnt wird die kleine WG von zwei jungen Frauen, Romana und Hoda.

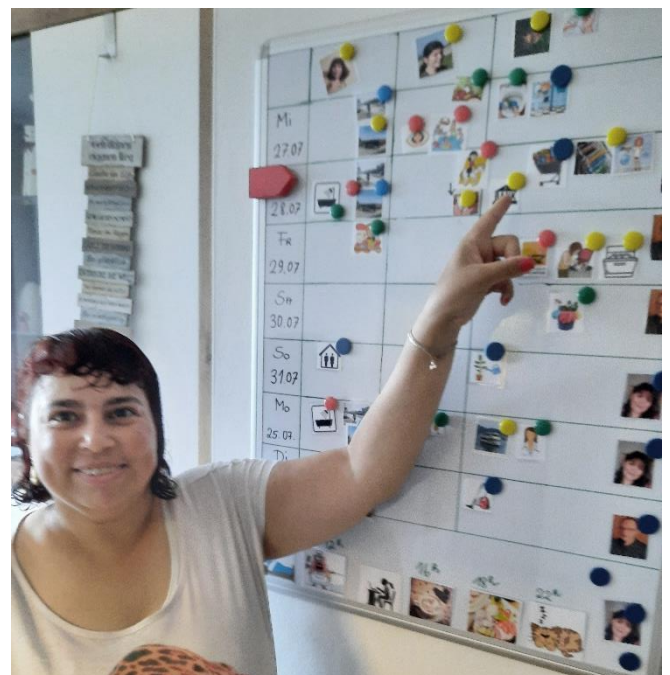
Romana ist seit ihrem 18. Geburtstag hier in Strass. Sie durfte eine Weile „Probewohnen“, bevor sie sich fix dazu entschieden hat in der Wohnung zu bleiben.

„Es ist voll cool. Wohnzimmer, Küche, Bad und WC benutzen wir gemeinsam. Jeder hat sein eigenes Zimmer und mein Freund darf mich besuchen. Wir kochen und essen meistens gemeinsam, dabei helfen wir zusammen den Tisch decken und so. Es gibt auch manchmal was zum Besprechen. Ab und zu mag ich aber einfach in meinem Zimmer Popcorn essen und Zocken. Alexandra und Erwin sind meine Betreuer, mit ihnen kann ich alles reden.“

Romana

Mittlerweile hat sich alles schon sehr gut eingespielt und es ist eine gewisse Routine eingekehrt. Auch das Saubermachen der Wohnung gehört zum selbstständigen Wohnen, was für die Bewohnerinnen nicht immer so einfach ist.

Hoda ist erst kurz vor Weihnachten zu uns gestoßen. Sie stammt aus Syrien und kann noch nicht Deutsch sprechen, was es nicht leicht macht, aber auch oft für großen Spaß sorgt. Wir üben uns dann gemeinsam im deutschen und arabischen Sprechen. Eine große Hilfe ist unsere Tafel an der Wand, die wir wöchentlich neu mit Bildern und Piktogrammen gestalten, damit sich vor allem Hoda besser orientieren kann.



Tagsüber besuchen die beiden Frauen die FA in Hacksperr. Am Nachmittag werden Termine, Einkäufe und Freizeitgestaltung geplant.

„Mit Hoda verstehe ich mich gut, aber wir machen nicht alles zusammen. Alle zwei Wochen fahren wir zum Reiten, danach darf ich mir beim Kebab-Stand etwas zum Essen holen. An den Wochenenden fahr ich manchmal zu meinen Eltern oder wir machen Ausflüge, zum Beispiel zum Gut Aiderbichl oder ins Kino. Abends gehen wir ab und zu in Mikes Bar, essen Pizza und spielen Dart. Wir haben auch schon Freunde eingeladen und Partys gefeiert. Ich bin stolz, dass ich den Start mit dem Begleiteten Wohnen geschafft habe!“, so Romana.



Rezepte

Rezepte von Hanna



Erdbeer-Raffaello-Torte

Frische Erdbeeren, leichte Kokos-Sahne-Creme und fluffiger Biskuit – all diese himmlischen Geschmäcker vereint diese Erdbeer Raffaello Torte. Dieser raffinierte Nachtisch schmeckt exotisch, erfrischend und versprüht Urlaubsfeeling.

Vorbereitung	1 Stunde 10 Minuten
Zubereitung	20 Minuten
Kühlzeit:	am besten über Nacht, min. 4 Stunden

Equipment

- 🕒 Springform 18 cm
- 🕒 Handrührgerät / Küchenmaschine
- 🕒 hoher Tortenring

Biskuitteig

- 🕒 3 Eier
- 🕒 80 g g Zucker
- 🕒 1 Packung Vanillezucker
- 🕒 110 g Mehl
- 🕒 ½ Packung Backpulver

Creme

- 🕒 8 Blatt Gelatine
- 🕒 300 g Sahne
- 🕒 300 g Magerquark
- 🕒 3 EL Wasser
- 🕒 50 g Zucker
- 🕒 10 Stück Raffaello
- 🕒 20 g Kokosraspeln
- 🕒 2 EL Kokoslikör/weißer Rum
- 🕒 250 g Erdbeeren

Topping

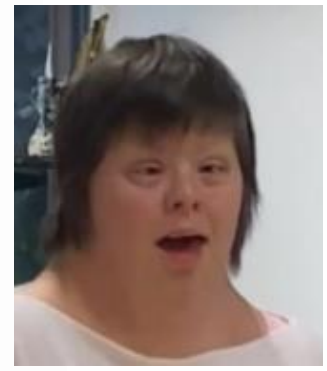
- 🕒 200 g Sahne
- 🕒 70 g Kokosraspeln
- 🕒 Erdbeeren
- 🕒 Raffaello



Anleitungen

1. Für den Biskuit Eier trennen und die Eiweiße steif schlagen. Eigelb mit Zucker und Vanillezucker etwa 10 Minuten schaumig aufschlagen. Eischnee vorsichtig unterheben. Mehl, und Backpulver mischen, darüber sieben und zügig unterrühren.
2. Die Springform am Boden mit Backpapier auslegen. Im vorgeheizten Ofen bei 175 Grad (O/U Hitze) ca. 20-30 Minuten goldgelb backen und danach vollständig abkühlen lassen.
3. Für die Creme die Gelatine in kaltem Wasser einweichen. Raffaello klein hacken und Erdbeeren in kleine Stücke schneiden. Die Sahne steif schlagen und den Quark mit Wasser, Zucker, Kokosraspeln, Rum gut verrühren. Raffaello und Erdbeeren unterheben
4. Die Gelatine gut ausdrücken und in einem kleinen Topf erhitzen, bis sie sich aufgelöst hat. 2 EL der Quarkcreme zur Gelatine geben und danach die Gelatine unter die komplette Quarkcreme rühren. Die Sahne vorsichtig unterheben.
5. Den abgekühlten Biskuit zweimal waagrecht halbieren, den untersten Teil auf eine Tortenplatte legen und mit einem hohen Tortenring umschließen. Die Hälfte der Creme einfüllen, den mittleren Tortenboden darauf legen, die zweite Hälfte der Creme darauf verteilen und mit dem letzten Tortenboden abschließen. Die Torte nun mindestens 4 Stunden (am besten über Nacht) kühl stellen.
6. Für das Topping die Sahne steif schlagen, die Torte damit rundherum einstreichen und mit Kokosflocken bestreuen. Mit Raffaello und frischen Erdbeeren garnieren.

Rezept von Elaine



Nussbaumschnitten
Zutaten 24 dag Butter 24 dag Zucker, 30 dag Mehl, 2
TL Backpulver, 14 dag Nüsse 6 Eidotter Schaummasse
6 Eiklar 25 dag Nüsse, 25 dag Kristallzucker, 2 Pkg Vanillezucker
Zubereitung Butter, Zucker und Dotter schaumig rühren,
dann Mehl mit Backpulver und den Nüssen zu
auf ein gefettetes und bemehltes Backblech auftragen
Die Eiklar zu festem Schnee schlagen Zucker und Vanil-
lezucker einschlagen und die Nüsse unterheben, Den
Nusschaum auf den Teig aufstreichen und bei 170 Grad
ca. 40 Minuten backen

Nussbaumschnitten

Zutaten: TEIG
24 dag Butter
24 dag Zucker
30 dag Mehl
2 TL Backpulver
14 dag Nüsse
6 Eigelb
SCHAUMMASSE:
6 Eiklar
25 dag Nüsse
25 dag Kristallzucker
2 Pkg. Vanillezucker

Zubereitung:

Butter, Zucker, Dotter schaumig rühren, danach Mehl mit Backpulver und den Nüssen dazugeben und auf ein eingefettetes Backblech streichen.

Die Eiklar zu einem festen Schnee schlagen, Zucker und Vanillezucker einschlagen und die Nüsse unterheben. Den Nusschaum auf den Teig aufstreichen und bei 170°C ca. 40 min backen

Reptilienvorführung

Eine Schlangen- und Reptilienshow fand am 23. Juni in unserer FA in Nußbaum im Turnsaal statt. Es gab eine große Vielfalt an Tieren zu bewundern.

Vorgeführt wurden Spinnen, darunter auch eine Vogelspinne, Insekten wie Stabheuschrecken und Gottesanbeterinnen. Auch einen Bartagamen namens Charly konnten wir bewundern.

Tausendfüßer, Achatschnecken, Schildkröten und natürlich Schlangen von klein bis groß. Auch eine Riesenschlange durfte bei dieser Veranstaltung nicht fehlen.

Viele Interessante Infos, wie die Artgerechte Haltung oder auch über das Häuten von Schlangen haben wir erfahren und z. B. auch die „leere Schlangenhaut sehen können.

Im Kreis sitzend durften wir alle Tiere und sogar die Schlangen angreifen und streicheln. Für Viele war dies ein einzigartiges Erlebnis. Ich war völlig erstaunt wie unerschrocken und mutig unsere Kund*innen waren. Fast keiner hatte Berührungsängste, Außer Ich ;)



Basteltipp Naturkranz mit Kräuter

Oft ist weniger mehr! Naturkränze sind schnell gemacht, kostengünstig, duften herrlich und sind ein ideales Geschenk/Mitbringsl!



Wir sammeln Lianen oder das Gehölz von Weinreben, entfernen Großteils die Blätter.



Wir formen einen Kranz, und binden diesen mit Draht zusammen.



Nun werden im Garten verschiedene Kräuter ausgesucht, z.B. Thymian, Rosmarin, Basilikum, Minze, Lavendel,... alles was bei Euch im Garten wächst.



Büschelweise befestigen wir die Kräuter mit dem Draht auf unseren Kranz.

Mit verschiedenen Bändern kann man den Kranz nach Belieben gestalten.

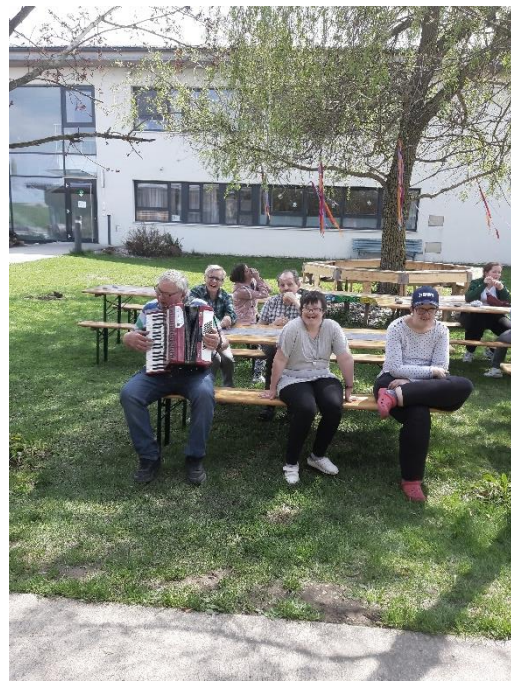


Fertig ist nun unser herrlich duftender Kranz.

Viel Spaß beim Kreativ sein!

Maibaumfest

Unser heutiger Maibaum war eine großzügige Spende von Ursula, der Tante von Hannes. Zwei Tage lang, wurde er von der Gartengruppe liebevoll vorbereitet und verziert, die Feierlichkeit zur Aufstellung geplant. Am Donnerstag den 28. April Vormittags, wurden die letzten Vorbereitungen getroffen. Nach dem Mittagessen um 14:15 Uhr war es dann endlich soweit. Drei Kunden trugen den Maibaum zum von Markus vorbereiteten Loch, wo er dann von Markus und Ewald eingekellt wurde. Bei Kuchen und Saft wurde das Ereignis gebührend gefeiert, bevor es dann für die Kund*innen um 15:45 Uhr mit dem Bus wieder nach Hause ging.



Ätherisches Majoran Öl

Majoran Öl ist muskelentspannend, antibakteriell, antifungal, blutdrucksenkend, verdauungsfördernd. Majoranöl hilft bei Kopfschmerzen, bei Menstruationsproblemen, bei Muskelschmerzen, bei Arthritis, bei Infektionen, Nervenschmerzen, bei Rheumatismus. Majoranöl hellt die Stimmung auf und wirkt antidepressiv.



Duft

Grün, Krautig, Frisch und süß.
Das Öl duftet süßlich, krautartig, sehr würzig und warm pfeffrig.

Farbe des Öls

Es ist blass gelblich bis bernsteinfarbenes und normal flüssig.

Duftbereich

Das Öl gehört zu den Kopf- und Herznoten.

Wichtige Wirkstoffe dieses Öls

U.a. Geraniol, Linalool, Origanol, Terpinen, Pinen, Eugenol, Sabinen

Wirkung auf die Psyche

Bringt Zuversicht und Mut.
Kummer
Seelische Leiden
Sorgen
Stabilisiert
Unausgeglichenheit
Unruhe

Psychische Wirkungen

Es wirkt beruhigend, entspannend und krampflösend.

Körperliche Wirkungen

Es wirkt krampflösend, es wirkt gegen Bakterien, lindert Schmerzen, entwässert den Körper, stärkt den Parasympathikus, es erweitert die Gefäße und erwärmt den Körper.

Badezusatz

Bei Schlaflosigkeit und nervöser Erschöpfung empfiehlt sich diese Mischung für ein abendliches Bad.

Zutaten: 5 Tropfen Majoran, 2 Tropfen Orange und 3 Tropfen Lavendel auf 10 ml Sesamöl.

Krampflösende Mischung

Geben Sie in ein gutes Massageöl etwas Majoranöl, dies hilft Ihnen bei Bauchkrämpfen, bei Problemen mit der Verdauung oder gegen schmerzende Gelenke.

PMS

Eine Massageöl aus
2 Tropfen Basilikumöl
2 Tropfen Kamillenöl röm.
3 Tropfen Majoranöl
3 Tropfen Muskatellersalbeiöl
2 Tropfen Fenchelsamenöl
in 50 ml Trägeröl mischen.

Damit zwei Mal pro Tag den Unterleib einmassieren. 1 - 2 Tage vor der Regelblutung damit beginnen und dies dann 5 Tage lang durchführen.

IB Beschäftigung

Miravita hat interessierte Kund*innen die sich weiterentwickeln möchten. Sie verfügen über verschiedenste Fähigkeiten, die sie in Betrieben und Firmen einsetzen möchten. Daher haben wir uns auf die Suche gemacht und bei den umliegenden Firmen und Betrieben angefragt. Folgende Betriebe, für die das Thema „Integration und Soziales Verständnis von großer Bedeutung ist, wollten daraufhin mit uns zusammenarbeiten.



Folgende Interviews mit den teilnehmenden Firmen wurden von Petra Mair und Mario Seifriedsberger (Mitarbeiter Miravita) geführt.



1. Interview mit Firma Hartjes:

Ansprechpartner:

Prokuristin Andrea Salhofer

Produktionsleiter Harald Walkolbinger

- Frau Mair: Gab es Schwierigkeiten, Alin (Kunde Miravita) im Betrieb bzw. im Team zu integrieren?
- Herr Walkolbinger: Anfangs waren natürlich Unsicherheiten und Berührungängste ein Thema – mit genügend Information und vor allem mit dem „Kennenlernen“ waren diese jedoch schnell Geschichte.
- Frau Mair: Welche Vorteile wurden durch die „Integrative Beschäftigung“ im Betrieb sichtbar?
- Herr Walkolbinger: Das Arbeitsklima wird durch Alin auf alle Fälle verbessert – er ist immer gut gelaunt und das überträgt sich oft auf die Kollegen. Alin ist sehr ruhig und angenehm und war schnell im Team integriert.
- Frau Mair: Kann Alin Arbeiten erledigen und ist er für euren Betrieb und Arbeitsablauf hilfreich?
- Herr Walkolbinger: Alin arbeitet genau und ist engagiert. Er ist stets bereit neue Arbeitsschritte zu lernen, dadurch werden auch Motorik und Konzentration gefördert. Ja, er nimmt uns Arbeiten ab und ist uns auf alle Fälle eine große Hilfe.
- Frau Salhofer: Wir sind sehr froh, dass sich das Projekt „Integrative Beschäftigung“ so zum Positiven für beide Partner entwickelt hat. Ich finde es auch sehr lobenswert, dass Miravita auf Betriebe zugeht um eine Kooperation zu starten und in diesem Sinne die Kund*innen zu fördern. Somit bekommen auch Menschen mit Beeinträchtigung die Chance sich weiter zu entwickeln und sich im Arbeitsleben zu integrieren.



Interview Alin



Wie fühlst du dich dabei, in einer „richtigen“ Arbeitsumgebung zu arbeiten? Was macht das mit dir?

Ich fühle mich ziemlich gut - es verändert mich, ich bin selbstbewusster. Meine Eltern freuen sich, ich verdiene Geld, bin stolz darauf.

Welche Ziele hast du noch?

Ich könnte mir vorstellen bei Fa. Hatjes noch mehr zu arbeiten

Wie ist das Arbeitsklima für dich?

Ich finde die Kollegen sehr nett, wenn ich mich wo nicht auskenne, helfen sie mir. Sie reden mit mir.

Seit Mitte Mai 2022 kommt eine Gruppe von Miravitlingen jeweils 1x pro Woche zur Firma Innplast und seit Juli 2022 zur Firma BauMayr in Hacksperr. Durch die Nähe zu Miravita sind die Firmen per kurzem Fußmarsch gut zu erreichen. Ausgerüstet mit Warnwesten, Gartenwerkzeug, Kehrmaschine, Leiterwagerl, Besen und Schaufel hat Schmutz, Staub und diverses Grünzeug keine Chance auf den Betriebsgeländen in beiden Innplastwerken und bei BauMayr dauerhaft Fuß zu fassen. Die Arbeit wird gerne gemacht und wir fühlen uns von beiden Firmen herzlich aufgenommen und werden hervorragend unterstützt. Auf eine weiterhin gute Zusammenarbeit.



Firma Bau Mayr: Interview mit Ing. Birgit Mayr

Hr. Seifriedsberger:

Wie bist du auf die Idee „Integrative Beschäftigung“ gekommen?

Frau Ing. Mayr:

Auf euch aufmerksam gemacht wurde ich von Martin Seifried, ihr arbeitet auch für seinen Bruder. Dieser ist ebenfalls sehr zufrieden.

Hr. Seifriedsberger:

Bist du mit der Arbeit von Miravita bei euch zufrieden?

Frau Ing. Mayr:

Wir sind sehr zufrieden mit euren Leistungen und ihr seid eine große Hilfe für uns bezüglich „Ordnung halten“. Da von euch Arbeiten erledigt werden, für die bei uns keiner Zeit hat.

Hr. Seifriedsberger:

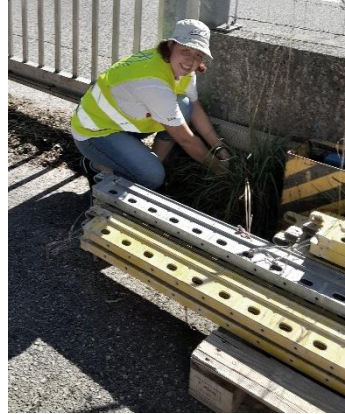
Wie finden deine Mitarbeiter, dass wir bei euch arbeiten?

Frau Ing. Mayr:

Die Mitarbeiter am Bauhof sind froh, dass ihr zu uns kommt. Sie sind erfreut darüber, wie unkompliziert gearbeitet wird und das ihr eine tolle Hilfe seid.



Christoph, Romana, Ing. Birgit Mayr, Mario



Firma Innplast: Interview mit Betriebsleiter Kurt Steinhofer

Wie ist das Projekt „Integrative Beschäftigung“ bei euch im Betrieb entstanden?

Wir waren schon des längeren auf der Suche nach einem Mitarbeiter der leichte Reinigungstätigkeiten rund um und am Firmengelände macht. Nach einem hören und sagen von der Beschäftigung durch Miravita habe ich mit Petra telefoniert. Nach einem Erstgespräch kam es zu einem Probemonat, in welchem wir sehr zufrieden waren. Anschließend haben wir einen Vertrag fixiert/verlängert.

Bist du mit der Arbeit von Miravita bei euch (noch) zufrieden? Sind wir eine Hilfe?

Miravita ist eine große Unterstützung für uns und wir sind sehr zufrieden da sie ihre Arbeit gewissenhaft und verlässlich machen. Sie bringen einen gewissen Charme mit, der uns auch immer wieder mit ihnen lachen lässt.

Wie finden deine Mitarbeiter das wir bei euch arbeiten?

Miravita wird sehr gut angenommen und falls sie mal nicht kommen können, wird auch schon mal nachgefragt wann sie wieder kommen. Es gibt nur positive Rückmeldungen.



Wir bedanken uns bei allen Firmen, die uns und unseren Kund*innen die Chance geben, mit ihnen zusammen zu arbeiten und ihnen somit ein Stück „Normalität“ ermöglichen.



Sommerfest 2022





Am 24 Juni am Samstag gab es in Hacksperr ein besonderes Ereignis.

Dort fand zusammen mit Team Miravita Nussbaum und Miravita Hacksperr das Sommerfest statt. Es gab eine Band, die hatte den besonderen Namen „Rest Gluat!“ Die spielte für uns Sehr Coole Lieder.

Natürlich gab es auch für Besucher und Besucherinnen einige Stationen wie zum Beispiel Basketball, Hürdenlaufen, Bierkisten Walk, Sielzielwerfen, Hindernisparcours, Balancieren- Blanken, Frisbie zielwerfen, Slalomlauf, Schaustoffspeer Weitwurf, Tore schießen/ Werfen, Crockett, Zwergerschießen

Es gab etwas zum Trinken und zum Essen vom Mike. Wir alle gemeinsam haben es sehr genossen.

Geschrieben Kundin Hanna Mayrhofer Medien Gruppe



Das gemütliche Ambiente fand seinen Ausklang in der Weinlaube



Herzlich bedanken möchten wir uns noch einmal bei „Mike“, der mit seinen Köstlichkeiten bestens für unser leibliches Wohl gesorgt hat und natürlich auch bei den zahlreichen Kuchenspenden

Tee selbst gemacht

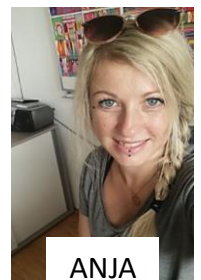


Schon der herrliche Pfefferminzduft einzelner Blätter belebt und erfrischt zugleich. Da wir sehr viel davon im Garten haben, wurde die Minze von Corinna und mir geerntet, getrocknet und anschließend in ein Glas gegeben, um die Blätter für einen Tee zu verwenden.



Man kann Pfefferminze von Frühjahr bis zum ersten Frost ernten, sie blühen von Juli bis September. Wer Pfefferminze ebenso trocken möchte, der sollte am besten im Knospenstadium zwischen Juni und Juli ernten, noch bevor die Kräuter blühen.

Trocknen ist einfach und neben dem einfrieren eine der besten Methoden. Pfefferminze wirkt beruhigend, entzündungshemmend und schmerzlindernd.



ANJA

Hanna stellt sich vor...

Hanna ist seit April neu in der
FA Nussbaum beschäftigt und arbeitet in der
Mediengruppe



Mein Steckbrief

Mein Name ist Hanna Mayrhofer.
Ich bin 17 Jahre alt.
Meine Augen sind braun.
Meine Haare sind braun.
Meine Lieblingsfarbe ist Rot und ich mag Glitzer sehr gerne.
Mein Lieblingsessen ist Lagune, Spagetti, Knödel mit Sauce,
Pizza, Schnitzel und Pommes
Meine Hobbies sind Fahrrad fahren, Schwimmen, Reiten,
Rollerskaten, Laufen

Das mag ich: Lachen, Witze erzählen, Spaß haben
Das mag ich nicht Streiten und Auslachen
Was ich noch sagen wollte ist es gefällt mir bei Mira Vita
Sehr gut.
Ich fühle mich sehr wohl bei euch in der Medien Gruppe
Und bei der Bügel Gruppe fühle ich mich auch sehr wohl.

Bald ist es so, dass ich jeden Tag lange arbeite.
Geschrieben von. Hanna M.

Ehrung der Special Olympics Sportler:innen beim Dorffest in Waldzell

Am 31. Juli 2022 haben sich die Trainer des Special Olympics Teams, Markus und Ernst, mit den Spielerinnen und Spielern bei Miravita in Hacksperr getroffen und sind gemeinsam zum Gemeindeamt gegangen, wo sie sich unter anderem mit den Skispringer Legenden Thomas Morgenstern, Ernst Vettori und Andreas Goldberger trafen. Es ging dabei um die Ehrung der Spielerinnen und Spieler des Miravita Teams aufgrund der erreichten Erfolge bei den diesjährigen Special Olympics in Oberwart, Burgenland in der Kategorie Fußball.

Um 12:00 gab es seitens des Bürgermeisters von Waldzell und den erwähnten drei Profisportlern jeweils ein Überraschungspaket für die Sportlerinnen und Sportler, da diese den dritten Platz beim besagten Turnier besetzen konnten und sich somit die Bronzemedaille verdient hatten.



MALEN NACH ZAHLEN

