

Eine Zeitung der
Mediengruppe

MIRAVITA
Innviertel

freiwillige Spende
Frühling/Sommer 2023

Schreibraum

Der neue Geschäftsführer stellt sich vor... s. 3



Spendenübergaben s.5,6



Freiwilliges soziales Jahr s. 2



Benefizkonzert in Kirchheim s. 7,8



Wir sind der Förderverein von Miravita s. 8

Generationen Café s. 4

Fasching 2023 s. 11

Wuzzlturnier s. 13

Turnen mit Markus s. 18, 19

MIRAVITA SOMMERFEST

25. JUNI 2023

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.

Freiwilliges soziales Jahr

Ein Freiwilliges soziales Jahr bei Miravita Innviertel bietet dir die Möglichkeit, eine sinnvolle Tätigkeit mit persönlicher Entfaltung und Weiterentwicklung zu verbinden.

- ✓ Du lernst neue Menschen kennen und schaust über den eigenen Tellerrand.
- ✓ Du kannst dein Wissen weitergeben und lernst von anderen.
- ✓ Du bewirkst etwas Gutes im Leben anderer Menschen.

Was bringt FSJ

- ✓ Eigene Persönlichkeitsbildung
- ✓ Einbindung in ein Team
- ✓ Kennenlernen eines interessanten und anspruchsvollen Berufsfeldes
- ✓ Sammlung praktischer Erfahrungen
- ✓ Berufsorientierung

Die Beschäftigung erfolgt durch den Verein zur Förderung freiwilliger sozialer Dienste (FSJ) in Linz, Einsatzstelle ist Miravita Innviertel.

Mögliche Einsatzbereiche:

- ✓ **Fähigkeitsorientiert Aktivität Hacksperr**
- ✓ **Fähigkeitsorientiert Aktivität Nussbaum**
- ✓ **Wohnhaus**
- ✓ **Integrative Beschäftigung**



Weitere Informationen erhältst du unter: <http://www.fsj.at>

„Ich habe mich für das FSJ entschieden, da ich ein Jahr als Überbrückung für mein Wunschstudium benötigte und ich es sinnvoll nutzen wollte. Außerdem werden FSJ's bei vielen Studiengängen als sehr positiv bewertet.“

Miriam Jetzinger

Der neue Geschäftsführer stellt sich vor...



Mein Name ist Markus Friedl,



ich bin 47 Jahre alt und komme aus Münzkirchen, einer kleinen Marktgemeinde im Innviertel.

Meine Familie

ist 5-köpfig und mir sehr wichtig. Egal ob im Urlaub oder zu Hause, die Familie steht an oberster Stelle.

In meiner Freizeit...

...spiele ich gerne Tennis mit Freunden, genieße Saunaaufenthalte und reise gerne mit dem Wohnmobil.



Nach meinem Zivildienst bei der Lebenshilfe und meiner Ausbildung zum Nachrichtentechniker in Braunau habe ich im zweiten Bildungsweg soziale Arbeit in Wien studiert. Ich arbeite seit über 25 Jahren in verschiedenen sozialen Bereichen.

Zuletzt habe ich 5 Jahre lang das Wohnhaus der Lebenshilfe Münzkirchen geleitet. Die Arbeit mit Menschen im Allgemeinen bereitet mir sehr viel Freude, aber ein besonderes Anliegen ist mir, Menschen mit Beeinträchtigung eine würdevolle und erwachsenengerechte Begleitung zu ermöglichen. Durch den überaus herzlichen Empfang und das offene freundliche Klima bei Miravita Innviertel, ist mir mein Arbeitsbeginn sehr leichtgefallen. Die gemeinsame Einarbeitungszeit mit Karin Sternbauer war sehr hilfreich für meine neue Aufgabe als Geschäftsführer.

Ich möchte ein präsender Ansprechpartner für alle Kund*innen sein. Mir ist ein guter Kontakt zu den Angehörigen wichtig und ich werde gerne bei der Erarbeitung bedarfsgerechter Betreuungs- und Begleitungssituationen unterstützen.

Besonders freue ich mich über die vielen engagierten und motivierten Mitarbeiter*innen und Mitarbeitern, die eine so hohe Qualität und ein freundliches Klima bei Miravita etabliert haben.

Inklusion

„Dabei sein“ oder anders formuliert: Teilhabe für alle, in allen Lebensbereichen zu ermöglichen und Menschen in ihrer Entwicklung zu fördern, wird ein zentraler Bestandteil der Weiterentwicklung bei Miravita sein.

Ich freue mich Teil von Miravita zu sein und werde meine Energie als Geschäftsführer dafür einsetzen, dass ein „Wunderbares Leben“ für alle weiter möglich ist.

Generationscafé Pfarrheim Waldzell



In der Adventszeit wurden wir zum Generationenkafee im Pfarrheim Waldzell eingeladen. Aus Vorfreude und Ungewissheit, was uns erwarten wird, entpuppte sich ein Nachmittag in geselliger Runde.

Neben der Verköstigung mit selbstgemachtem Kuchen, Kaffee, Tee und Saft wurde das Generationenkafee von Kindern musikalisch gestaltet. Das Singen von Weihnachtsliedern und das Spielen von instrumentalen Stücken stimmte uns auf das bevorstehende Weihnachtsfest ein.

Ein weiteres großes Highlight des Nachmittages war das gemeinsame Schmücken eines Christbaumes mit Strohsternen und Engeln.

Danke für die Einladung und das gemütliche Beisammensein!



Spendenübergaben

Wir bedanken uns bei
folgenden Spendern
für die großzügige
Unterstützung
DANKE!

Hager Herbert



Renate Sattlegger



Bäuerinnen Schildorn



Frauenbewegung St. Johann



Goldhaubengruppe Waldzell



FunRun Event und dabei gutes Tun



Das diesjährige FunRun Event führte eine Gemeinschaft von Sportwagen-Enthusiasten u.a. nach Monaco und St.Tropez. Diese Leidenschaft für schöne Autos verbindet Fahrspaß-Begeisterte aus ganz Österreich und über die Grenzen hinaus, darunter zahlreiche Inn- und Hausruckviertler. Beim Abschluß dieses Trips in Italien wurde fleißig für den guten Zweck gesammelt. Dabei bewiesen die Teilnehmer, dass diese Sportwägen von Menschen mit großem Herz und sozialem Gewissen gelenkt werden.

Freuen über deren Großzügigkeit dürfen sich die Kund*innen von Miravita Innviertel. Die zweckgebundene Spende gewährleistet ihnen den Fortbestand verschiedenster Zusatztherapien für ein ganzes Jahr. Ebenso ist der Ankauf eines weiteren Therapie-Tandem-Fahrrads gesichert. Somit schließt sich der Kreis hier und auch die Kund*innen von Miravita Innviertel können immer wieder ihren persönlichen FunRun genießen.

Benefizkonzert

Die OÖVP Kirchheim hat ein Benefizkonzert mit heimischen Musikgruppen und Chor (Blechreiz Kirchheim, Chorgemeinschaft Kirchheim, Viereck Musi, Fotoclub Kirchheim) organisiert und einen unglaublichen Erlös von € 18.033 an Miravita Innviertel gespendet. Möglich gemacht hat diese Summe vor allem Josef Dallinger, der im Vorfeld rund 80 Firmen angesprochen und Spendengelder lukriert hat. Dank der großzügigen Spende konnten so ein Therapiefahrrad und spezielle Therapien finanziert werden!

Noch einmal ein herzliches Dankeschön!





WIR SIND DER FÖRDERVEREIN von MIRAVITA

Wir, das sind Wolfgang Simetsberger, Berufsschullehrer und musikalisches Allroundtalent, Petra Bögl, Ordinationsgehilfin und Sportkanone und Petra Seyfried, Bäurin und Hobby-Dichterin.

Gemeinsam schlägt unser Herz für die Einrichtung Miravita, ihre Klienten und deren Betreuer.

*„Reich mir Deine Hand
dann fühl ich mich geborgen
und kann über mich hinauswachsen...“*

In diesem Sinne möchten wir vom Förderverein Miravita den Menschen mit Beeinträchtigung Wünsche erfüllen, die im üblichen Budget seitens des Landes nicht möglich wären.

Wünsche die ihnen das Leben leichter, schöner und angenehmer gestalten. Wünsche die ihnen Spaß machen und spielerisch förderlich für ihre Entwicklung und die allgemeine Gesundheit sind.

Deshalb freuen wir uns über jeden einzelnen Menschen, jeden Betrieb oder jeden Verein die uns beim Helfen helfen. Sei es in Form von Geld- oder Sachspenden, von Einkäufen bei uns, Arbeiten die an uns vergeben werden oder auch tatkräftige Unterstützung.



Heilsames Singen mit Sigrid Obermüller

Frau Obermüller ermöglicht unseren Kunden (1x pro Woche - Hacksperr und Nussbaum wechseln sich ab) in ihren gemütlichen Raum in das Pfarrheim Waldzell zu kommen. Dort warten die verschiedensten Harfen, Klangschalen, Stimmgabeln uvm.

Uns werden Heilsames Singen und Klangschalenthapien angeboten, was unsere Kund*innen immer wieder aufs Neue sehr viel Freude bereitet und allen sichtlich gut tut.

Wirkung:

- löst Glücksgefühle aus und stärkt den Selbstwert
- reduziert Ängste und baut Vertrauen auf
- Stress wird ab- und Wohlbefinden aufgebaut

Singen ist die Sprache des Herzens, des Fühlens und der Seele.

Danke Sigrid für deine Bemühungen – wir fühlen uns sehr wohl bei dir! 😊



Fasching 2023

Nach zweijähriger Pause konnten wir heuer endlich wieder alle drei Häuser gemeinsam den Fasching feiern. Zu den verschiedenen Partyhits wurde ausgelassen getanzt. Natürlich gab es für jeden Kunden*innen einen Krapfen und verschiedene Köstlichkeiten an der Cocktailbar.



Turnnachmittag



Der besondere Tanz/ Turnstunde

Am 16. 11 2022 gab es bei Miravita etwas sehr Besonderes!

Drei Schülerinnen von dem Hack in Ried besuchten uns.

Sie hatten sehr viele Sachen mit zum Beispiel, große Reifen, und verschiedene Plastikkübeln.

Zuerst stellten sie sich vor sie heißen; Lisa, Elena, Ciara

Sie gehen bei dem Hack in Ried in die Schule.

Auf den Turnsaalboden war ein Parkour mit Reifen und Hütchen und zwei kübeln aufgebaut!

Wir machten verschiedene Übungen zum Beispiel wo wir in mehrere Reifen hüpfen mussten .

Wir hatten einen Tanz gelernt. Den zeigten uns Lisa, Elena und Ciara.

Dann durfte ich ein paar Tänze herzeigen. Auch spielten wir Ochse am Berg Gummi Gummi Zwerg.

Das war sehr Lustig, und es hatte mir und den Anderen Klienten / Klientinnen sehr gefallen!

Zum Schluss gab es noch ein paar schöne Fotos mit den Mädels von der Schule Hack.

Und die Mädels bekamen ein Geschenk und zu Überraschung gab es etwas Süßes für uns!

Ich möchte mich ganz herzlich für die Schule Hack bedanken, dass ihr uns besucht hat uns so viel Spaß und Freude gemacht!

Vielen Herzlichen Dank!

Geschrieben von Klientin Hanna Mayrhofer



Wuzzelturnier 2023



Das Miravita Wuzzelturnier 2023 fand vom Anfang Februar bis Mitte Februar statt. Es wurde im Format "Best of three" gespielt, wobei jedes Spiel aus zwei gewonnenen Spielen bestand und fünf Tore erzielt werden mussten, um als Sieger hervorzugehen.



Die Veranstaltung lockte zahlreiche Teilnehmer und Zuschauer aus der ganzen FA Hacksperr an. Die Auslosung der Teams erfolgte durch Daniela G. und Romana E. und es wurde ein KO-System mit insgesamt 16 Mannschaften gespielt, wobei jedes Team aus einem Betreuer und einem Kunden bestand.



Die Titelverteidiger Georg S. und Markus F. traten auch in diesem Jahr an, allerdings in unterschiedlichen Teams. Georg S. spielte mit Karin S. und Markus F. bildete ein Team mit Joy D. . Doch schnell wurde klar, dass das stärkste Team aus Christian H. und Ewald E. bestand, die durch das Turnier marschierten und schließlich den Sieg davontrugen.



Für eine Überraschung sorgte das Team Thomas P. und Mario S., das sich den vierten Platz erkämpfte. Markus F. und Joy D. belegten den dritten Platz, während Karin S. und Georg S. den zweiten Platz erreichten.

Insgesamt war das Miravita Wuzzelturnier 2023 ein voller Erfolg und bot den Teilnehmern und Zuschauern spannende Spiele und viel Unterhaltung. Wir freuen uns schon auf das nächste Jahr!

Hundeausflug



Vor einigen Wochen haben wir mit unseren Betreuerinnen Karin & Mirjam Hundewelpen besucht, die von den Eltern von Karin gezüchtet werden. Die Rasse heißt Münsterländer und sie haben auch schon viele Auszeichnungen für diese Hunde erhalten.

Wir durften die Hundebabys in den Arm nehmen, die haben uns abgeschleckt, wir haben auch mit ihnen gespielt, sie waren schon etwas wild. Danach waren sie sehr müde und haben sich in ihr kleines Hundehaus zurückgezogen und eine Runde geschlafen. Nach einer kurzen Pause, waren sie wieder putz munter und wir konnten noch einmal mit ihnen kuscheln und spielen.

Das war einer der coolsten tage in meinem Leben.

Wir haben Spaß gehabt mit den Hunden, wir haben alle gelacht ich vermisse die Hunde.
Joana & Mirjam

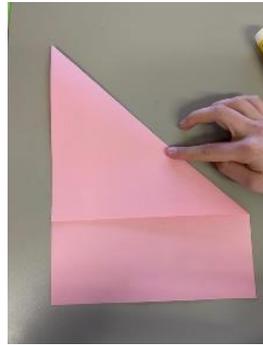


Basteltipp

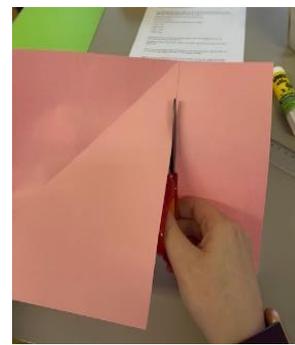
Muttertagsrose aus Papier



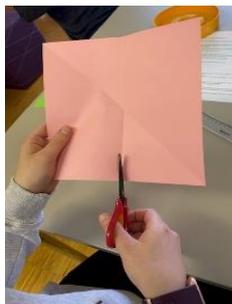
1. A4 Papier in beliebiger Farbe, Schere, Bleistift, Kleber, Lineal



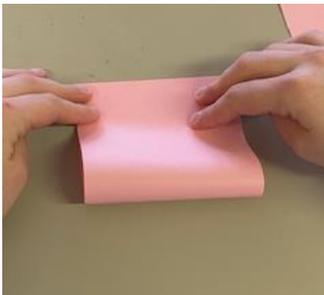
2. Zuerst wird ein Quadrat gefaltet.



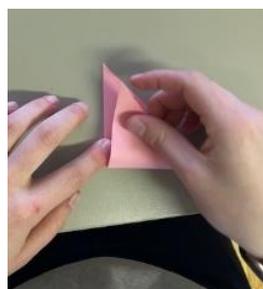
Das A4 Papier diagonal falten und leicht knicken. Mit einer Schere den unteren Teil wegschneiden.



3. Falte nun das große Quadrat in der Mitte von unten nach oben und schneide es auseinander.



4. Wiederhole diesen Vorgang und schneide es wieder auseinander. Nun hast du 4 gleich große Quadrate



5. Falte nun eines der Quadrate diagonal nach oben. Dann nimmst du die untere Ecke der langen Seite und faltest diese nach oben.



6. Falte nun die untere Ecke der langen Seite nochmal nach oben. Mache das bei allen 4 Quadraten.



7. Zeichne nun mit einem Bleistift eine Kreisform auf das Papier, wie im Bild gezeigt. Achte darauf, dass die geschlossene Seite nach links unten zeigt. Wiederhole diesen Schritt bei jedem Teil und schneide anschließend an der gemalten Linie entlang.



8. Nun musst du bei den einzelnen Rosenteilen Segmente rausschneiden.



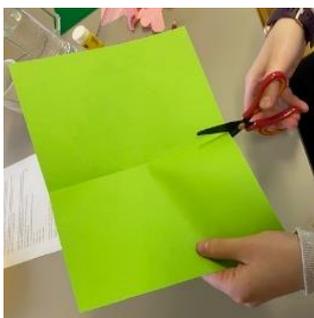
1. Blüte. 1. Segment
2. Blüte. 2 Segmente
3. Blüte. 3 Segmente
4. Blüte. 4 Segmente



9. Nimm dir den Bleistift und rolle alle Außenseiten der einzelnen Teile leicht ein, um die Blume echt aussehen zu lassen



10. Bestreiche nun ein Segment mit dem UHU- Stick und lege das andere Segment deckungsgleich aufeinander.



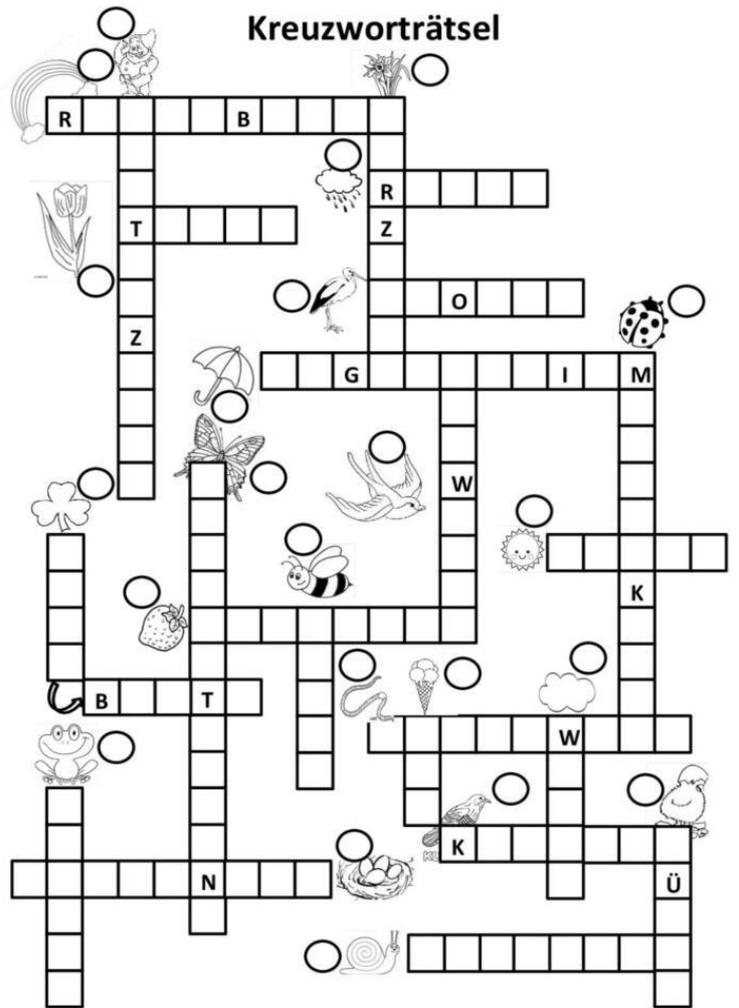
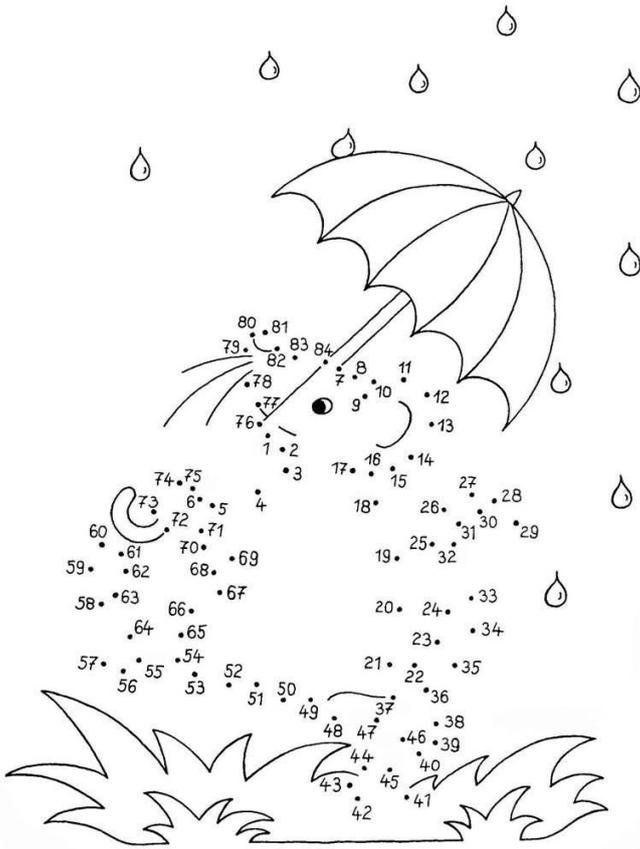
11. Nimm das grüne Papier, falte es in der Mitte und schneide es auseinander. Rolle es von der unteren kante zur gegenüber liegenden oberen und klebe es mit einem Stück Tesa fest.



12. Stich nun mit dem Stiel durch die kleinste Blüte bis zur größten Blüte und schiebe sie alle nach oben. Nun ist deine Rose fertig.

Viel Spaß beim Basteln!!!

Rätselseite



Suchwortgitter zum Frühling
 Finde die 12 Wörter zum Frühling und kreise sie rot ein.

T	R	R	E	G	E	N	W	E	T	T	E	R	D	D	J	A	D
B	F	Z	Z	G	T	Z	H	G	B	D	F	T	J	F	U	S	A
Z	D	H	T	D	T	U	I	K	O	Z	B	Z	M	A	Z	C	E
N	E	G	S	W	O	L	K	E	N	H	N	U	Q	U	T	H	P
U	G	B	A	R	F	T	G	F	T	G	J	R	A	S	G	M	O
M	A	V	Q	N	Z	R	T	H	G	B	U	T	W	F	T	E	I
I	R	N	W	E	T	E	G	R	A	S	H	W	T	L	F	T	K
O	T	M	S	B	G	W	E	Z	E	D	Z	Q	Z	U	X	T	I
B	E	K	D	E	B	S	W	H	R	A	T	A	N	G	S	E	U
L	N	I	E	L	E	W	R	G	Z	D	G	Y	A	P	W	R	J
U	D	J	A	H	R	E	S	Z	E	I	T	S	T	T	U	L	V
M	D	G	T	Z	U	J	I	K	O	L	R	D	U	G	H	I	F
E	A	F	O	S	T	E	R	N	S	W	T	C	R	R	G	N	G
N	A	T	Z	H	B	N	H	U	I	D	R	F	A	E	T	G	T
A	S	O	N	N	E	N	S	C	H	E	I	N	D	D	R	D	R
D	S	Q	A	Y	X	D	R	T	G	Z	H	O	K	I	J	M	N

- 1 Schmetterling
- 2 Sonnenschein
- 3 Natur
- 4 Blumen
- 5 Ostern
- 6 Garten
- 7 Regenwetter
- 8 Ausflug
- 9 Wolken
- 10 Nebel
- 11 Gras
- 12 Jahreszeit

Warum ist der Eisbär weiß?

Wäre er rot würde er Erdbär heißen.

Geschrieben von. Hanna.M

“Eine Katze und eine Maus kommen in eine Bäckerei. Sagt die Maus: „Ich möchte gerne ein Stück Pflaumenkuchen mit Sahne.“ „Und Sie?“, fragt die Verkäuferin die Katze. „Ich möchte nur einen Klacks Sahne auf die Maus.“”



Turnen mit Markus



Markus ist unser Turnlehrer und besucht uns regelmäßig jede zweite Woche nachmittags für meist zwei Stunden. Zusammen mit unseren Kund:innen macht er verschiedenste Turn- und Gymnastikübungen. Neben den Übungen dürfen natürlich auch Spiele nicht zu kurz kommen, daher freuen sich unsere Kund:innen auch immer wieder auf eine Runde Fußball oder andere Ballspiele! Durch die regelmäßigen Turneinheiten erhalten unseren Kund:innen damit eine gute Abwechslung zu ihren normalen Tätigkeiten in der FA Nussbaum.



Interview mit Markus

- 1) Wie heißt du und warum kommst du jede zweite Woche zu Miravita? Was motiviert dich am Turnen mit unseren Kund:innen?

Meine Name ist Markus Heimberger. Ich komme zu Miravita weil ich als Sportwissenschaftler große Freude daran habe, andere Menschen zu mehr Bewegung zu verhelfen. Ich bin davon überzeugt, dass jeder Mensch, egal ob jung oder alt, groß oder klein oder auch Menschen mit Beeinträchtigungen davon profitieren wenn sie mehr Bewegung in ihren Alltag integrieren.

- 2) Was arbeitest du bzw. in welchem Bereich arbeitest du wenn du gerade nicht bei uns Turnstunden gibst?

Als Sportwissenschaftler betreue ich noch eine Gruppe Senioren in Braunau und bin als Fußball Trainer im Nachwuchs in Salzburg tätig. Weiters bin ich Tuina Therapeut, wobei ich Menschen durch meine Akupressur-Massage zu mehr Wohlbefinden ver helfe.

- 3) Macht es dir Spaß mit Klient:innen zu turnen? Was gibt dir die gemeinsame Turnstunde mit unseren Kund:innen?

Es macht mir sogar riesen Spaß! In der Turnstunde wird immer viel gelacht. Am meisten freut es mich wenn jemand eine Übung schafft die er sich vorher nicht zugetraut hat (z.B. alleine über eine Langgbank gehen). Erfolgserlebnisse sind ein wichtiger Motivator für Bewegung!

- 4) Wie gehst du damit um, dass bei unseren Kund:innen oftmals ein größerer Erklärungsbedarf besteht?

Das macht die Arbeit natürlich sehr spannend für mich und es ist auch nicht immer leicht - Ich sehe es als Herausforderung und bisher haben wir immer Wege gefunden um uns ausreichend zu verständigen!

- 5) Was machst du in den Turnstunden mit den Klient:innen? Welche Übungen, Spiele,...?

In der Regel starten wir immer mit einem Aufwärmprogramm. Muskeln und Gelenke werden dabei auf die bevorstehenden Belastungen vorbereitet und erwärmt. Danach geht es meistens weiter mit einem Koordinationsparcours (z.B. über Langbänke) oder mit einem Kräftigungsteil, bei dem wir viel mit Therabändern arbeiten. Danach folgen meist Spielformen die kognitiv Anspruchsvoll sind und die die Ausdauer forcieren. Zum Ende hin machen wir oft eine lustige Spielform oder wir entspannen uns beim Dehnen.

- 6) Wie lange dauert ein Turnnachmittag?

Wir trainieren in der Regel 2 Stunden.

- 7) Wie viele Kund:innen sind im Schnitt meistens beim Turnnachmittag dabei?

Das ist ganz verschieden. Ab und zu mache ich eine Einzelbetreuung, ein anderes Mal sind dann bis zu 8 Personen im Turnsaal.

- 8) Warum ist ein abschließendes Dehnen nach dem Turnen so wichtig?

Nach einer Belastung fördert das Dehnen eine schnelle Regeneration und entspannt den Körper. Weiters senkt es den Muskeltonus, der bei den meisten Personen sowieso, auch ohne Belastung, viel zu hoch ist.



SAVE THE DATE



MIRAVITA SOMMERFEST

25. JUNI 2023



HACKSPERR 28
4924 WALDZELL

