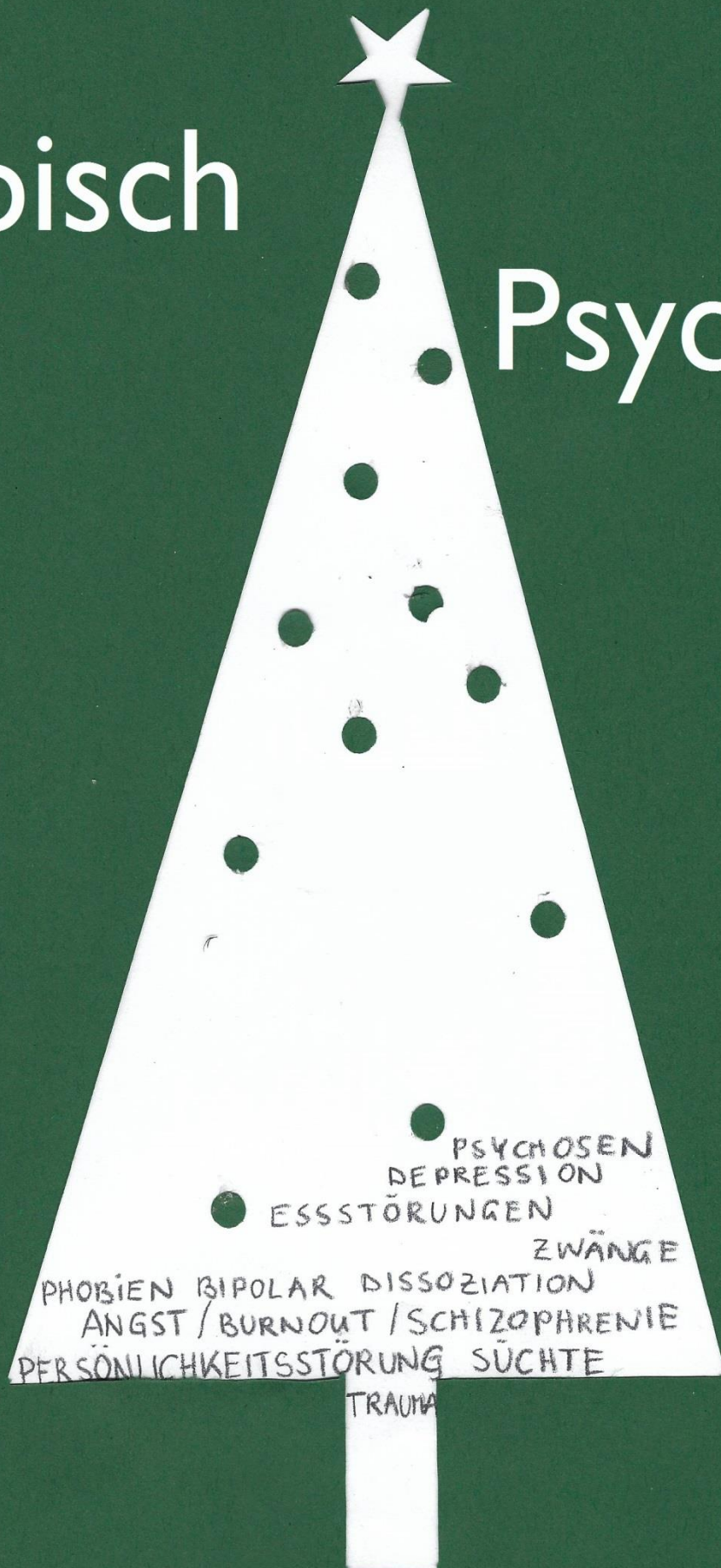


Typisch

Psychisch





**Die Klienten und das Team wünschen
 euch ein besinnliches Weihnachtsfest
 und erholsame Feiertage.**

Einleitung:

Im Rahmen der Tagestruktur entstand die Idee gemeinsam mit den Klienten, in Form der Themengruppen, eine Zeitung zu gestalten. Unsere Idee dahinter war, mit dieser Zeitung den Verwandten, Freunden und all diejenigen die sich dafür interessieren, einen Ausschnitt aus dem PSGZ zu geben. Aus der Idee, wurde dann schnell ernst. Denn nicht nur das Team bzw. der Vorstand fand sie gut, sondern auch unsere Klienten hatten gleich mehrere Ideen dazu.

Somit starteten wir, relativ, unvorbereitet im Oktober mit dem ersten Brainstorming. Wir teilten die Themengruppe in zwei kleinere Gruppen auf und begannen wild mit den Wünschen, Vorschlägen, Namenssuche....

Und der Rest folgt.....



Inhalt:

- PSGZ aus der Sicht.....
- Vorstellung Dr. Heckenthaler
- Vorstellung Fr. Höller
- Gedicht
- Tagung
- Rückblick
- Die Lustige Seite

PSGZ Aus der Sicht einer Klientin

Das PSGZ Mödling wurde 1992 gegründet. Wie der Name schon sagt ist das PSGZ ein **Psycho Soziales Gesundheits Zentrum** zur psychischen Rehabilitation und Reintegration von Menschen mit einer Psychiatrischen Diagnose. Es gibt 3 verschiedene Wohnformen: Die Wohnassistenz, wobei die Betreuer einmal in der Woche für 1-2 Stunden die Möglichkeit geben sich mit ihrer Einzelbetreuung auszutauschen. Es gibt noch Acht Wohnplätze in der WG 18, wo auch die Tagesstruktur stattfindet. Von der WG 18 gibt es die Möglichkeit in die WG 31 zu ziehen, welche im Gegensatz zu der WG 18 nicht ganz tägig (von 8.00 bis 18:30), sondern von 8:00 Uhr bis 8:30 und 15:30 Uhr 18:30 Uhr betreut wird. Es findet von 09:00 bis 15:30 die Tagesstruktur in der WG 18 statt, welche sich in Haushaltgruppe und Themengruppe abwechseln unterteilt und es gibt die Möglichkeit, im Laden 31 Arbeitstraining zu absolvieren. Im Laden 31 gibt es außerdem die Möglichkeit für unsere Marke „31“ Sachen Selbständig zu produzieren. Zusätzlich wird im Laden 31 auch ein Paket Shop geführt. Dieser bietet neben dem Verkauf von Produkten („31“ und anderen Vertragspartnern) auch die Möglichkeit den Kontakt mit Kunden zu trainieren. Alles in allem ist das PSGZ eine gute Möglichkeit seine Selbständigkeit und seine Pärsönlichen Ressourcen zu fördern.

Anja Hofegger



Team des Psychosozialen Gesundheitszentrum.

Interview mit Dr. Heckenthaler:



Persönliche Daten:

- **Name:** Walter Heckenthaler, Taufname Walter Kurt
- **Alter:** 52er Jahrgang, 17. April
- **Geburtsort:** Uddevalla, Schweden. In Schweden geboren, Eltern sind 1951 ausgewandert. Mit 8 Jahren dann zurück nach Österreich.
- **Ausbildung:** 18. Bezirk Mittelschule. In Wien studiert Ausbildung im KH Mödling
- **Hobbies:** Sehr gern tischlern, mit Holz arbeiten macht großen Spaß, Gartenarbeit, lesen, rudern als Leistungssport bis 23/24
- **Beziehungsstatus:** Frau ist 2011 verstorben, zwei Enkelkinder, Partnerin
- **Kinder:** Christoph und Stefan, 42 und 39, Enkelkinder Laurenz 5 und Carla 7
- **Haustiere:** Hatte eine Hündin, Emma.
- **Lieblingsfarbe:** Blau
- **Lieblingfilm:** Gibt einige, und „Ewig grüßt das Murmeltier“, fällt mir zuerst ein.
- **Lieblingessen:** Alles, nein. Specklinsen mit Knödeln und Geselchtes, Gansl, nach Jahreszeit und Laune
- **Lieblingsurlaubsdestination:** Kroatien gefällt mir gut.
- **Lieblingsmusik:** Beatles seid der Jugend. Strotter, Wiener blond,
- **Lieblingsbuch:** Der Name der Rose. Ist eine tolle Mischung aus geschichtlichem Wissen und spannender Handlung. Außerdem bekam man gute Einblicke ins Mittelalter.
- **Berufswunsch als Kind:** Chemie hat mir gut gefallen, erster Wunsch Chemiker. Mein Vater riet aber, mach Medizin da hast das ganze Spektrum offen. War ein guter Ratschlag. Ich fand alles so spannend, dass ich mich nicht für eine Fachrichtung entscheiden konnte. Bin glücklich mit Allgemeinmedizin, da diese viele Möglichkeiten bietet. Den Überblick über alles zu haben ist schön. Sehr glücklich mit der Berufswahl.

PSGZ und Co:

- **Gründungsablauf PSGZ**

In den 90ern in Mödling gab es viele Berufsgruppen die sich mit demselben Thema befassten, aber leider kennt man sich nicht gegenseitig.

Verschiedene Vertreter des Bezirkes trafen sich, um ein „Psychonetzwerk“ zu gründen. Die Überlegung war wie man besser zusammenarbeiten kann.

Resultat von diesem Treffen war der Gesundheitstag.

Es wurden 1400 Unterschriften für ein Beratungszentrum gesammelt. Der erste Standort war im „Waggon“ beim Bahnhof Mödling.

Anfang 90er hat sich viel getan. Es gab bereits Einrichtungen wie z.B.

„Arge Chance“, „Eltern Kind Zentrum“, „Schüler Beratung“.

Der Verein PSGZ wurde gegründet.

- **Ziele:** Betreuung im Wohnen und Tagesstruktur für psychisch erkrankten Personen.

- **Warum Standort Hyrtl-Haus? PSGZ**

Wir bekamen wir von der Gemeinde Mödling einen Raum zur Verfügung gestellt, welche auch anderen Institutionen zur Verfügung gestellt wurden und auch noch werden (API, AA, ...)Der Süd Trakt (jetzige Sonderschule) standdamals leer. Diese Räumlichkeiten wurde auch der Faschings Gilde versprochen. Zum Glück entschied sich die Gemeinde Mödling zu unseren Gunsten und stellten uns die jetzigen Räumlichkeiten zur Verfügung. Diese wurden mit Unterstützung der „Arge Chance“ ausgebaut.

- **Finanzierung PSGZ**

Zum Teil Gemeinde und Land NÖ gefördert

- **Entwicklung PSGZ über die Jahre (Tagesstruktur, Wohnen etc.)**

Anfangs hatte man 8 Tagesstruktur- und 8 Wohnplätze, primär war jedoch das Wohnen.

Erweiterung zur Tagesstruktur erfolgte aus finanziellen Gründen. Danach mieteten wir ein Haus in Maria Enzersdorf, indem wir 3 Wohnplätze in Form der Punktbetreuung betreuten. Die Klienten können diese als Übergang ins selbständige Leben nutzen.

2008 erfolgte der Dachbodenausbau in der WG18, welche mit einem Zuschuss vom Land und Hilfe der Gemeinde gestemmt werden konnte.

- **Welche Punkte konnten (bisher) nicht umgesetzt werden?**

Bisher konnten wir, zum Glück, all das Umsetzen was wir uns vorgenommen haben.

- **Zukunftspläne für das PSGZ**

Derzeit gibt es keine fixen Pläne, es wird überlegt die Betreuung ausweiten. Ansonsten stabilisieren und auf den momentanen Bedarf eingehen.

- **Ein letzter Satz?**

Findet es toll dass es die Zeitung gibt und dass die Geschichte der Einrichtung nahebracht wird,

Danke für die Einladung

Interview mit Beatrix (Trixi) Höller



Name: Beatrix Höller, „Trixi“

Geburtsdatum: 12.07.1977

Geburtsort: Neunkirchen

Ausbildung: Kindergarten, Volksschule, Hauptschule, Krankenpflegeschule Wien, Internat, Wechsel Neunkirchen, 4 Jahre Unfallabteilung Mödling, Psychiatrische Sonderausbildung Mauer Öhling/Amstetten, PSGZ-Betreuerin

Hobbys: Natur, Lesen, Kreativsein, Schreiben, Basteln, Renovieren, Tochter

Beziehungsstatus: Verheiratet seit 1 Jahr

Kinder: 1 Tochter, 1 Stiefsohn 20 Jahre

Haustiere: Hund „Maximus Aurelius“, 2 Hasen „Susi und Olivia“

Lieblingsfarbe: grün

Lieblingofilm: Das Leben ist schön, Hinter dem Horizont

Lieblingsessen: Marillenknödel

Liebster Urlaubsort: Berg und Meer....

Lieblingsmusik: Funk und Soul, Jamiroquai

Lieblingsbuch: Paulo Coelho, Joachim Meyerhoff

Berufswunsch als Kind. Kellnerin oder Lehrerin

Wo siehst du dich in 10 Jahren? Verwurzelt mit dem PSGZ, Auf Reisen gehen, Buch schreiben

PSGZ und co.:

Wie und wann sind sie zum PSGZ gekommen: Psychiatrische Ausbildung, Blind beworben, Vorstellungsgespräch mit Dr. Heckenthaler und Frau Heckenthaler, anschließend Mitglied des Ursprungsteams.

Welche Funktion hatten sie zuerst: Betreuerin und psychiatrische Krankenschwester, 8-20 Uhr offen mit 4 Betreuern

Gab es Probleme zu Beginn: Anstrengend war es schon, Probleme gab es nicht, Neuland war es schon....

Was war ihr schönstes Erlebnis? Die WG-Urlaube, Weihnachtsfeiern

Was war ihr schlimmstes Erlebnis? Wenn es im Team nicht passt, die erste unangekündigte Landkontrolle als Leitung.

Wie waren die ersten Arbeitsjahre für sie? Sehr abwechslungsreich, war immer gerne da (im Gegensatz zum z.B. Krankenhaus ;-)

Wie gefällt Ihnen ihre derzeitige Position im PSGZ? Gut, wobei ich gerne mehr Klienten kontakt hätte

Was tust du gerne in deinem Job? Im Kontakt mit den Klienten sein

Was nicht so gerne? Dienstplan durchrechnen, Bürokratische Sachen

Zukunftspläne/-wunsch für das PSGZ? Das wir noch einen Arbeitstrainingsbereich (wie den Laden 31) bekommen, Partnerbörse für Menschen mit Handicap, Dating Plattform, Kaffeehaus, Eventuell ein Chor

Ein letzter Satz?

Bernd ich hab noch was zu sagen...!

Anmerkung: Bernd fragte mehrmals nach dem „Letzten Satz“ obwohl Trixi noch nicht fertig war.

Es ist an der Zeit sich zu überlegen, wo man des Winters wohnen wird. Die Äcker geben noch ein paar Früchte preis, der letzte Wein wird noch gekeltert und die Nächte sind vom Eis windig und stark. Es bläst in alle Richtungen, die Sonne verschwindet im Gleichakt. Die Häuser, die einem in der Umgebung so bekannt vorkommen, wirken nun störend und kalt. Ein Herbstfeuer kommt über die Lande, die Kälte des Nordens zieht südwärts und wieder zurück. Es sind dies die Tage, an denen man an die Kirchen denkt, die nun -ebenfalls- kalkbetonig und hart dastehen und sich die Bewohner der Ortschaften fragen, ob sie denn Eintritt haben sollen. Es sind schon einige gestorben. Der Kälte, die tief in den Waden sitzt, hielt so mancher nicht stand. Andere konnten aber gerettet werden. Eine warme Stube mit Feuer und Tee, dazu ein wenig Gequassel und Fußbäder. Das Wasser friert abends in den Zinnleitungen und wartet bis noch ein paar Sonnenstrahlen es wieder erlösen. Die Leute in den Wohnungen bleiben still. Papier liegt auf: Schreibt auf, was noch zu sagen ist. Schreibt nieder, was euch bedrückt. Im Herbstfeuer wird die Haut schuppig und brüchig. Undank ist jetzt der Welt Lohn. Bauernhände, die Fingernägel voll von Erde und Morast. Die letzten Rosenblätter zum Trost. Gleichzeitig ist das das Bild der herbstlichen Einöde, wie man sie zuhauf in den Galerien der Städte bewundern kann. Es ist an der Zeit sich zu überlegen, wo jemand wohnen wird. Die Künstler bilden fein Seelig ab, was sonst unerkant bleibt. „Geht es Ihnen gut?“ Es wird eine körperliche Veränderung gespürt und irgendjemand reagiert darauf. „Wie war denn das Jahr Ulrike. Geht es dir wohl gut? Zehrt die Jahreszeit wohl nicht zu stark an dir?“ Stumme Gesichter wo man hinblickt. Die Farben, die draußen sind, sind zu stark für die Iris der Augen. Durchs Fenster schickt man noch ein paar Blicke um zu sagen: „Ja, Herbst, ich habe dich erkannt.“ In den Stuben viel Liebe, die keiner haben wollte und nun wie umsonst scheint. „Ave Maria, Mutter Gottes bitte für uns Sünder“. Die Luft bäumt sich unverschämt auf. Über die Dächer hinweg, scheinbar ins nichts. Oder eben dorthin, wo es keinen interessiert. Weg ist weg. Weg ist kein Weg. Die kräftigen Hände der Bäuerin schreiben die härtesten Weisheiten hin. Auf Leinenpapier, das man im Sommer selbst geschöpft hat und jetzt dringend benötigt wird. Ein paar Stullen süßen Gebäcks am sonst leeren Tisch. Die Ziegel am Dach werden langsam frostig. Der Lavendel verblüht, noch ehe man ihn schneiden konnte und irgendjemanden mit einem Händedruck schenken konnte. Glockengeläut, das zur Besinnung ruft. Wenn jetzt nur kein Herbstfeuer ausbricht. Die Welt würde es nie verzeihen. Krumme Rücken und vertrackte Renkungen: Sterbt noch nicht!

Worte -unausgesprochen- im Raum. Der Tee friert leicht in der Tasse. Und plötzlich hört man Hundegebell, die Hauskatzen verkriechen sich unterm Holzofen. Glocken schlagen und mahnen, verlassen eure Behausungen nicht. Ein Feuer hat sich von hinten ausgebreitet und stirbt durch die Hilfe einiger Dorf Männer, wieder ab. Stoßgebete aus dem Mund der Bäuerin.

Es ist an der Zeit sich zu überlegen, wo man des Winters wohnen wird. Um 11 Uhr Vormittag riecht man schon die Nordmantannen, drüben am Hügel. Sie stehen einfach da und überfordern die Dorfbevölkerung: Welchen soll ich einst nehmen und schmücken? Es werden die Kekse vom Vorjahr ausgepackt und den Kindern in die Hände gedrückt. Das Leben zur Notzeit. Schnee soll kommen, es wird schon gewartet. Schnee. Hinter dem Maisfeld haben sich ein paar Kinder versteckt, in kurzen Hosen und Leinenhemden, den Mais zum Schutz und zum Spiel. Im Norden, wo wir sind, die Nasen der Burschen sind rotzig und gefroren. Behäbiges Rollen durch die Felder. Erdhügel die einen leicht blind machen. Ein Arzt wird bestellt, die Depression der Bäuerin zu lindern. Er gibt ihr etwas vom weißen Rum zur Beruhigung. Wenn nur nicht mehr kommt, liebe Sterne. Schaut auf uns und achtet den Menschen in seiner schutzlosen Natur. Wenn das Herbstfeuer da war fragen sich so manche, wo man des Winters wohnen wird.

Tagung zum Jahrestag 20 Jahre PSGZ, 15 Jahre WG, 5 Jahre Laden31

Am 10. Oktober 2018 um 9:30 Uhr begann die Veranstaltung. Ich habe mich in der Früh noch entsprechend vorbereitet. Zuerst habe ich mich gewaschen mir ein dunkelblaues Hemd und dazu eine passende Hose angezogen. Meine Schuhe habe ich am Vorabend noch gewaschen und in Schuhpaste eingelassen. Ich habe diese in der Früh noch so lange poliert bis diese glänzten. Anschließend habe ich ausgiebig gefrühstückt und habe mich auf den Weg zum Aufführungssaal gemacht. In diesem Saal habe ich noch für mich selbst geprobt damit ich mich sicher fühle und die Angst losbekomme, vor einem Publikum etwas vorzuführen. Um 10 Uhr haben sich alle Gäste im Saal versammelt und haben sich auf ihren Platz gesetzt. Als der Raum ruhig wurde und alle begonnen haben sich auf die Leinwand zu konzentrieren, begann ein von uns inszenierter Flashmob. Eine Kollegin von mir, die Franziska, ist aufgestanden und hat begonnen zu stampfen und zu klatschen. Stück für Stück ist eine Person aufgestanden und hat begonnen „We will rock you zu singen“. Der Flashmob war so einladend, dass sogar die Besucher begonnen haben mitzumachen. Als wir fertig waren haben sich alle auf ihren Platz gesetzt. Anschließend begannen die Vorstellungen und Lob von der Vertretung des Bürgermeisters mit einem Landtagsabgeordneten und von weiteren sehr einflussreichen Persönlichkeiten. Kurz darauf haben wir unsere Diashow aufgeführt worum es über den Tagesablauf im Psychosozialen Gesundheitszentrum ging. Ich war zuerst ganz starr und habe mich mit der Zeit entspannt und war dann froh, dass es wieder vorbei war. Wir haben von den Zuschauern ein großes Applaus bekommen und haben und vor ihnen verbeugt. Nach unserer Vorstellung fanden drei Präsentationen statt. Die erste ging im Allgemeinen um das Psychosoziale Gesundheitszentrum (PSGZ) die zweite um den Tagesablauf dieser sozialen Einrichtung und dem Hospitalismus und die dritte um den Laden 31.

Ich Vorträge waren sehr interessant und informativ. Jedoch hatten wir keine Pause zwischen den Aufführungen und ich war erleichtert, dass wir die erste Pause nach drei Stunden hatten. In der Pause war ein Buffet bereitgestellt wir einer Kürbiscremesuppe, einer Gulaschsuppe, diverse Aufstriche und dazu kleine Brötchen. Im Anschluss gab es Kaffee und Kuchen. Es gab so eine umfangreiche Auswahl an Süßspeisen, dass jeder begeistert war und der Kaffee war ausgezeichnet. Anschließend haben wir mit den Gästen bis in den Abend geredet.

Ich fand die Festtagung sehr angenehm und informativ und bedanke mich herzlich für alle die gekommen sind.



Rückblick 2018

Im vergangen Jahr war viel los! Hier ein kleiner Auszug daraus.

Instrumentenbau im PSGZ

Ein sonniger Tag, wir versammelten uns im Garten. Der Instrumentenbauer wartete schon auf uns. Er stellte uns drei verschiedene Arten von Trommeln vor. Leicht war es nicht, aber man hatte das Gefühl, jeden zog es zu einer bestimmten Trommel hin.

Nach einer kurzen Einführung begann der interessanteste Teil. Mit viel Mühe und Fleiß entstanden diverse Trommeln (wie z.B. Schlitztrommeln), aber auch einige andere Instrumente. Es wurde gesägt und gefeilt, Späne flogen durch die Luft, Nagel für Nagel wurde eingeschlagen.

Nach dem letzten Schritt - dem Lackieren - waren wir schon ziemlich neugierig, wie die Instrumente nun klingen würden.

In der Musikgruppe fanden wir dann den geeigneten Raum zum ersten Erklingen unserer neuen Instrumente.



SACHSPENDEN "GRUFT" und Tierheim Brunn am Gebirge

Auch heuer möchten wir Sie wieder bitten, sich an unserer Spendenaktion für das Projekt "Gruft" (Unterkunft und Versorgung für wohnungslose Personen - www.gruft.at) und an jener für das Tierheim Brunn am Gebirge (<https://www.tierheim-brunn.at/>) zu beteiligen.

Für die Gruft eignen sich vor allem lange haltbare Lebensmittel (wie z.B. Dosenmahlzeiten, Tee, Kaffee, Haltbarmilch etc.), Reinigungsmittel u. Hygieneartikel (Kämme, Wattestäbchen, Rasierschaum, Cremen etc.), Kleidung aller Art sowie wichtige Artikel des täglichen Gebrauchs (wie z.B. Decken, Isomatten, Hundefutter, Fahrscheine, Zigaretten etc.).

Das Tierheim Brunn/Gebirge benötigt vor allem Dinge wie Futter, Spielzeug oder Einstreu für die Boxen der Tiere.

Wir würden Sie bitten, diese Sachspenden in unserer Tagesstruktur (PSGZ, Wienerstraße 18, 2340 Mödling) abzugeben, wir freuen uns über jede - auch noch so kleine - Beteiligung an unserer Aktion!



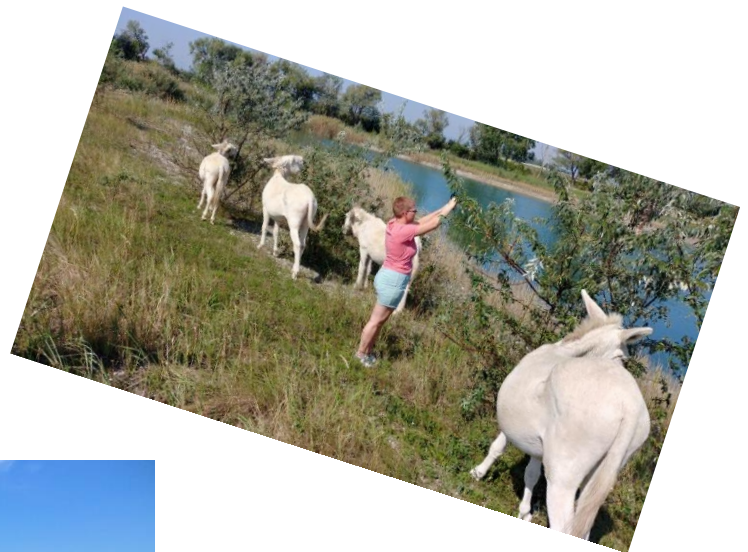
Ausflug Prater

Als einen unserer monatlichen Ausflüge waren wir im Prater, was viele schöne Kindheitserinnerungen geweckt hat. Nach einem gemeinsamen Kaffee in der Sonne hat sich jeder frei entscheiden können, womit er fährt, oder ob er einfach nur spazieren gehen will. Zum Abschluss dieses ereignisreichen Ausflugs waren wir gemeinsam essen. Es war ein wunderschöner Herbsttag!



Urlaub

Diesen September waren wir eine Woche im sonnigen Burgenland auf WG-Urlaub. Hier standen viele interessante Aktivitäten am Plan: Schwimmen, Biking, Wandern, Volleyball, Sauna, Fitness, Museen, eine Safari und tolle, unterhaltsame Abende mit gemeinsamen Essen. Es war eine wunderbare Woche mit perfektem Wetter und toller Gesellschaft.



Kunstprojekt "I bau kan Mist"

Unter der Leitung von Mag. Gabriele Biermayer haben wir beim Kunstprojekt "Müllwoche" ein Wandgraffiti gestaltet: Der Schriftzug "I bau kan Mist" soll auf die eigenen Lebensentscheidungen verweisen, sowie auf das ökonomische Handeln. I BAU KAN MIST und es geht mir gut!



Faschingsumzug

Zum Fasching nahmen ein paar von uns am Umzug teil. Wir feierten schön. Selbst eine Betreuerin in ihrer Freizeit war auch dort. Daniel war als Kylo Ren verkleidet, die anderen als sich selbst. Wie am Bild zu sehen ist, gab es Wägen, viele Verkleidete und viel Ramba Zamba.



Ausmalen der WG

Beim Ausmalen nahmen einige Klienten, die sich freiwillig gemeldet hatten, teil. Unter der Leitung von Karin, einer gelernten Malerin und äußerst engagierte Person, hat die WG innerhalb einer Woche einen völlig neuen Anstrich bekommen.



Die Lustige Seite

Unnützes Wissen

Das älteste lebende Wirbeltier der Welt ist ein 512 Jahre alter Grönlandhai.

95% des Serotonins in unserem Körper befindet sich im Darm.

Rentiere sind die einzigen Säugetiere, die ultraviolette Licht sehen können.

In einem 150 Gramm Becher Erdbeerjoghurt ist ungefähr eine $\frac{1}{4}$ Erdbeere enthalten.

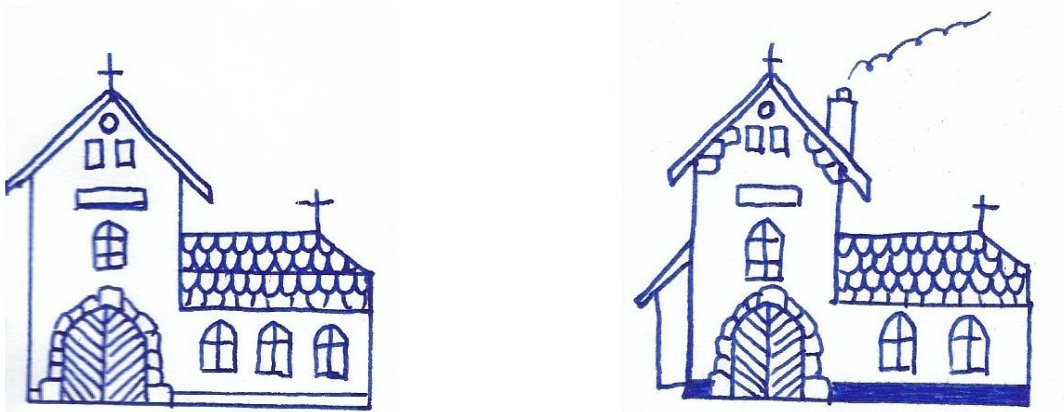
Der Titel Darth von Darth Vader setzt sich einerseits aus Dark und andererseits aus Stealth zusammen was bedeutet dunkler geheimnisvoller Wächter.

Zitate

- Ein Weg von Tausend Meilen beginnt mit dem ersten Schritt. Buddha
- Der Weg zum wahren Glück liegt im Augenblick. Deutsches Sprichwort

Fehlersuch Rätsel

Findest du die sechs Fehler die sich eingeschlichen haben?



Die Antwort findest du weiter in der nächsten Zeitung.



Die Klienten und das Team des PSGZ wünschen Ihnen ein

Gesundes und Erfolgreiches

2019