

# XUNDJOURNAL

FÜR IHRE GESUNDHEIT

  
**Lebens.Resort**  
OTTENSCHLAG



IHRE  
\_ GESUNDHEIT  
IN BESTEN  
HÄNDEN

# — IHRE GESUNDHEIT

## ZWEI GESUNDHEITSBETRIEBE – EIN ZIEL

Das Moorheilbad Harbach und das Lebens.Resort Ottenschlag haben viele Gemeinsamkeiten: Die hohe medizinische Kompetenz, die Herzlichkeit der Mitarbeiter, die schöne Waldviertler Landschaft – aber vor allem möchten wir unseren Patienten und Gästen helfen, gesund zu werden und zu bleiben.

### WOHIN MIT WELCHEM LEIDEN?

Haben Sie sich auch schon gefragt, wo Sie mit Ihren Beschwerden am besten aufgehoben sind? Die nachfolgende Darstellung soll Ihnen auf einen Blick zeigen, welche Behandlungsschwerpunkte unsere Häuser haben und was das Ziel einer Kur/Gesundheitsvorsorge bzw. einer Rehabilitation ist.

## INDIKATIONEN UND KRANKHEITSBILDER IM ÜBERBLICK:

### LEBENS.RESORT OTTENSCHLAG

#### PSYCHOSOZIALE GESUNDHEIT

- Depressive Störungen
- Erschöpfungssyndrome (Burnout)
- Angsterkrankungen
- Anpassungsstörungen

#### STOFFWECHSEL

- Diabetes mellitus (im Besonderen Typ 2)
- Adipositas
- „Metabolisches Syndrom“

#### RÜCKEN UND GELENKE

- muskuläre Rückenschmerzen
- Abnützungen
- Wirbelsäulenverkrümmungen
- Bandscheibenschäden/-vorfall

#### LEBENSSTILMODIFIKATION

- Bewegung
- Ernährung
- Burnout-Prävention

### MOORHEILBAD HARBACH

#### RÜCKEN & WIRBELSÄULE

- muskuläre Rückenschmerzen
- Abnützungen der Wirbelkörper
- Wirbelsäulenverkrümmungen
- osteoporosebedingte Wirbelkörperschäden
- Bandscheibenschäden/-vorfall

#### GELENKE

- Abnützungen der großen und kleinen Gelenke (Arthrosen)
- Gelenkentzündungen (Arthritis)/Rheuma
- Zustand nach Gelenkersatz (Schulter, Hüfte, Knie)

#### SPORTVERLETZUNGEN & VERLETZUNGSFOLGEN

- Zustand nach Bänder-/Sehnenverletzungen
- Zustand nach Knochenbrüchen

#### SCHMERZTHERAPIE

- Behandlung von Patienten mit chronischen Schmerzen

#### LEBENSSTILMODIFIKATION

- Bewegung
- Ernährung
- Mentale Gesundheit



**Ich freue mich, Ihnen mit diesem Xundjournal Neuigkeiten und Wissenswertes präsentieren zu dürfen!**

Als besonderen Meilenstein in diesem Jahr möchte ich die erfolgreichen Erstzertifizierungen des Moorheilbades Harbach und unserer beiden Töchterbetriebe, Lebens.Resort Ottenschlag und Lebens.Med Zentrum Bad Erlach, hervorheben! Im April 2017 wurden zum ersten Mal drei Gesundheitsbetriebe in Niederösterreich mit den international anerkannten Qualitätsmanagement-Normen QMS-REHA 3.0 und ISO 9001:2015 gemeinsam ausgezeichnet! Nach einer intensiven Vorbereitungsphase von rund einem Jahr, erfolgte die Zertifizierung im Rahmen eines einwöchigen, externen Audits. Mein Dank gilt den Mitarbeitern, die die Vorarbeit geleistet haben und sich auch weiterhin darum kümmern, dass das Qualitätsmanagement in unseren Betrieben gelebt wird und in die tägliche Arbeit einfließt. Diese Zertifizierungen stellen, neben der hohen Qualität unserer Leistungen, vor allem auch unser Streben nach zufriedenen Patienten und Gästen, zufriedenen Partnern und zufriedenen Mitarbeitern dar!

Um zufrieden zu sein, spielt die Gesundheit eine wesentliche Rolle. Bedenken Sie, dass sich schon kleine Maßnahmen im Alltag positiv auf die eigene Gesundheit auswirken: Die Treppe anstatt der Rolltreppe oder dem Lift benutzen, ausreichend Obst und Gemüse essen, viel Wasser trinken, Stress reduzieren und auf ausreichend Pausen und gesunden Schlaf achten, sind einige Beispiele dafür. Regelmäßig finden Sie auf unseren Websites Tipps und Übungen unserer Experten.

Wir freuen uns, Sie bald wieder bei uns begrüßen und auf Ihrem Weg zu mehr Gesundheit unterstützen zu dürfen!

**Herzlichst, Karin Weißenböck  
Geschäftsführerin Moorheilbad Harbach und  
Lebens.Resort Ottenschlag**

### ZIELE EINES KUR BZW. GESUNDHEITSVORSORGE-AUFENTHALTS

- Durch die Stärkung des Muskelapparates: Erkrankungen vorbeugen und chronische Schmerzen reduzieren
- Verbesserung der Lebensstilfaktoren Bewegung, Ernährung und Mentale Gesundheit
- maßgeschneiderte Therapien, um auf die individuellen Schmerzzustände eingehen zu können
- Beweglichkeit und Leistungsfähigkeit steigern

### ZIELE EINES REHA-AUFENTHALTES

#### Orthopädische Rehabilitation

- rasche und umfassende Wiederherstellung der Funktionalität des operierten Bereichs
- Ermöglichung eines weitgehend beschwerdefreien Lebens im gewohnten beruflichen und sozialen Umfeld

#### Stoffwechsel-Rehabilitation

- Verbesserung der Blutwerte durch individuelle Ernährungs- und Bewegungstherapie
- Verbessertes Umgang mit der Erkrankung
- Anpassung der medikamentösen Therapie, wenn nötig
- Lebensqualität steigern

#### Rehabilitation der psychosozialen Gesundheit

- Aufbau von Motivation sowie seelische und körperliche Stabilisierung
- Stärkung von persönlichen Fertigkeiten
- selbstständige Alltagsgestaltung und eigenverantwortliche Lebensführung
- Wiedereingliederung in das gewohnte berufliche und soziale Umfeld

## — INHALT

- \_04-05 Schmerztherapie
- \_06 Depression
- \_07 Volkskrankheit Rückenschmerz
- \_08-09 Erfolgreiche Arbeitgeber
- \_10 Familienfreundlichkeit
- \_10 Ausbildertrophy 2017
- \_10 Gold und Silber bei den österreichischen Staatsmeisterschaften
- \_11 Zertifizierung mit QMS-Reha und ISO 9001
- \_12 Lebens.Med Zentrum Bad Erlach
- \_13 Lebens.Med Zentrum St. Pölten
- \_14 Großes Interesse bei medizinischen Kongressen
- \_14 Zubau Station Bildbaum
- \_14 Investitions- und Verbesserungsarbeiten
- \_15 Brauhotel Weitra

#### IMPRESSUM:

Für den Inhalt verantwortlich: Moorheilbad Harbach, Lebens.Resort Ottenschlag, Layout: Lunik2 Marketing Services, Satz- und Druckfehler vorbehalten. Aus Gründen der leichteren Lesbarkeit bezieht sich jede personenbezogene Formulierung ausdrücklich auf Frauen und Männer.





# \_SCHMERZ- THERAPIE

Nach 23 Jahren mit Kopfschmerzen freut sich Schmerzpatientin Michaela K. über die neu gewonnene Lebensqualität.



Frau Michaela K. ist eine vor Lebensfreude sprühende Frau, die als Psychotherapeutin selbstständig und in einem Krankenhaus tätig ist. Was niemand auf den ersten Blick ahnt: Seit einem Ereignis vor 23 Jahren leidet die 3-fache Mutter an schlimmen Kopfschmerzen und an Migräne-Attacken.

Zahlreiche Arzt- und Schmerzambulanzbesuche und verschiedenste medikamentöse aber auch nicht-medikamentöse Behandlungsversuche konnten ihre andauernden Schmerzen nicht stoppen. Ihre positive Einstellung zum Leben, die Liebe zu ihrer Familie und die Freude an ihrem Beruf halfen Frau K. ihren Alltag sehr gut zu meistern und ihr Leben trotz der immer wiederkehrenden Schmerzen zu genießen! Zum heurigen Jahreswechsel wurden ihre Beschwerden jedoch so akut, dass sie die Ambulanz des nächsten Krankenhauses aufsuchen musste. Dort wurde sie genau untersucht

und sie bekam Therapien wie z. B. Physiotherapie verordnet. In weiterer Folge wurde auf Rehabilitation angesucht, die sie im August im Moorheilbad Harbach antrat. Im Moorheilbad Harbach wurden die chronischen Schmerzen sofort ernst genommen: **Nach einer umfassenden Untersuchung erstellte das Schmerzteam – bestehend aus Schmerzärzten und -coaches, Klinischen- und Gesundheitspsychologen und auch Physiotherapeuten – ein auf Frau K. abgestimmtes, multimodales Therapiekonzept.**

Zuerst wurden die einzunehmenden Medikamente der Diagnose entsprechend umgestellt und zusätzliche Infiltrationen durchgeführt. Bewegungs- und Physiotherapie wie z. B. Kraft- oder Wirbelsäulen- training wirkte sich kurativ und in weiterer Folge auch präventiv erfolgreich aus. Positive Effekte erzielte die Patientin durch ihre persönlichen, regelmäßig durchgeführten „Schmerzbewältigungstools“ wie Entspannungsübungen, Meditationen oder Yoga.

Die ersten Behandlungserfolge waren rasch spürbar: „Die ‚Schmerzspitzen‘ wurden gekappt und damit eine neue ‚Qualität des Schmerzes‘ erreicht.“, sagt Frau K. im Gespräch. „Ich bemerkte, dass es mir körperlich im Gesamten wieder besser geht und ich mehr leisten kann. Es ist eine deutliche Verbesserung meiner Lebensqualität und ich kann endlich wieder problemlos walken!“, sagt sie mit Tränen in den Augen. Auf die Frage, was Frau K. in Zukunft ändern will, sagt sie spontan: „Ich werde mir die neue Bewegungsfreude bewahren und im schönen Kamptal, in dem ich daheim bin, gemeinsam mit meinem Mann sportlich unterwegs sein!“

## MOORHEILBAD HARBACH

Gesundheits- & Rehabilitationszentrum  
3970 Moorbach Harbach  
Tel.: +43(0)2858/5255-0  
info@moorheilbad-harbach.at  
[www.moorheilbad-harbach.at](http://www.moorheilbad-harbach.at)







# DEPRESSION

BEI ANGEHÖRIGEN: ERSTE ANZEICHEN ERKENNEN

Ihr Partner oder ein Angehöriger leidet in letzter Zeit ständig an Stimmungsschwankungen und wirkt müde und antriebslos? Claudia Rieß, Psychotherapeutin im Lebens.Resort Ottenschlag, erklärt Ihnen, wie Sie eine Depression erkennen und was die ersten Schritte sind.

Ernstzunehmende Anzeichen für eine Depression sind Schlafstörungen, eine gedrückte Stimmungslage, Interessens- und Freudlosigkeit. Betroffene Menschen geraten in einen ungesunden Kreislauf von Niedergeschlagenheit, Erschöpfung, Antriebslosigkeit und Selbstzweifeln. Sie können ihren Lebensalltag kaum oder nur mit großer Anstrengung bewältigen.

Eine Depression kann jeden treffen und ist gut behandelbar. Daher sollten Sie Ihren Angehörigen ermutigen, einen Arzt aufzusuchen. Der Arzt kann eine gezielte Diagnose erstellen und erste Behandlungsschritte einleiten.

In vielen Fällen ist die Einnahme von Medikamenten hilfreich. Antidepressiva werden vom Arzt verordnet, sind gut verträglich und machen weder abhängig noch verändern sie die Persönlichkeit. Als weitere Maßnahme ist eine Psychotherapie sinnvoll.

Im vertraulichen Gespräch mit einem Psychotherapeuten kann Ihr Partner persönliche Schwierigkeiten bearbeiten, die mit der Depression in Zusammenhang stehen.

## REHABILITATION BEI DEPRESSIONEN

Wenn die Symptome trotzdem weiterhin anhalten und Einbußen der Arbeitsfähigkeit oder ein längerer Krankenstand die Folge sind, gibt es die Möglichkeit zur psychosozialen Rehabilitation. Die Rehabilitation schließt optimalerweise an die Akutbehandlung an. Voraussetzung für den Beginn der Rehabilitation ist ein stabiler psychischer und physischer Allgemeinzustand. Im vielfältigen Rehabilitationsprogramm erleben die Patienten ein umfassendes Therapieangebot, das zu einer Verbesserung ihres Gesundheitszustandes führt. Primäre Aufgabe der Rehabilitation ist die Förderung der

Belastbarkeit und das Wiedererlangen der Teilhabe an Alltags- und Arbeitsprozessen.

Die psychiatrische Rehabilitation ist nicht geeignet bei akuten Krankheitszuständen, Suchterkrankungen, akuter Selbst- oder Fremdgefährdung, hirnorganischen Störungen und für bettlägerige und/oder pflegebedürftige Personen.



**Claudia Rieß**  
Psychotherapeutin im Lebens.Resort Ottenschlag



# VOLKSKRANKHEIT RÜCKENSCHMERZ

EIN KURAUFWENTHALT KANN HELFEN

Verspannungen, Abnützungen oder Bandscheibenvorfall – Rückenschmerzen gehören für viele Menschen zum Alltag dazu und sind eine der häufigsten Gründe für Arztbesuche und Krankenstände.

**Die Ursachen sind vielfältig: Bewegungsmangel, untrainierte Muskeln und Fehlbelastung zählen dazu. Aber auch psychische Faktoren können Rückenschmerzen beeinflussen.**

## PROFESSIONELLE UNTERSTÜTZUNG

Ratschläge wie „sitz gerade“, „entspann dich“ oder „mach mehr Bewegung“ sind zwar gut gemeint, aber meist schaffen Betroffene es nicht ohne professionelle Hilfe aus der Spirale „Verspannung – Schmerz – Fehlhaltung“ herauszukommen. Im Rahmen einer Kur für den Bewegungs- und Stützapparat, wie sie im Lebens.Resort



LEBENS.RESORT OTTENSCHLAG

Xundheitsstraße 1  
3631 Ottenschlag  
Tel.: +43 2872/20 0 20  
info@lebensresort.at  
[www.lebensresort.at](http://www.lebensresort.at)

## WUSSTEN SIE, DASS ...

**... die Umgebung rund um das Lebens.Resort Ottenschlag perfekt für Bewegung im Freien geeignet ist?**

In Ottenschlag stehen bestens beschilderte Xundwärts-Routen zum Laufen und Nordic walken sowie Wander- und Radwege zur Verfügung. Dabei können Sie die weitläufigen Wälder und die frische Luft im Waldviertel genießen.

**... im Winter eine Langlaufloipe bis vor das Haus gespurt ist?**

Bei entsprechender Schneelage erwarten Sie drei gespurte Loipen. Der Einstieg ist direkt beim Lebens.Resort Ottenschlag möglich und die Langlaufausrüstung können Sie sich ebenfalls vor Ort ausleihen. So verlieren Sie keine Zeit und können die therapiefreie Zeit bestens für Sport nutzen.

**... unser Wohlfühlbereich zum Entspannen nach den Therapien einlädt?**

Im modern gestalteten Wohlfühlbereich mit Hallenbad und Saunalandschaft sowie Dampfbad, Solarium und Ruheraum können Sie sich entspannen und abschalten. Im Sommer steht Ihnen auch ein Freibad zur Verfügung.

**... wir für Ihre Begleitperson attraktive Angebote haben?**

Wenn Sie Ihr Partner während des Kuraufenthaltes begleiten möchte, bieten wir Ihnen dafür gerne einen Sonderpreis für die Übernachtung an. Die Unterbringung erfolgt gemeinsam mit Ihnen in Ihrem Doppelzimmer. Sie essen gemeinsam und Ihr Partner hat freie Menüwahl (Vollpension). Die Benützung von Hallenbad, Sauna und Dampfbad ist im Preis inbegriffen.

**... es in unmittelbarer Nähe auch eine Kinderbetreuungsmöglichkeit gibt?**

Wenn Sie Ihr Kind/Ihre Kinder zum Kuraufenthalt mitbringen möchten, gibt es die Möglichkeit zur Kinderbetreuung während Ihrer Therapiezeiten bei der Niederösterreichischen Kinderbetreuung Ottenschlag. Eine Kontaktaufnahme und Vereinbarung im Vorfeld ist erforderlich.

**Nähere Informationen unter [www.lebensresort.at](http://www.lebensresort.at)**



# ERFOLGREICHE ARBEITGEBER

IM GESUNDHEITSBEREICH



Schulungen: Live-Coaching für Rezeptionsmitarbeiter

DAS MOORHEILBAD HARBACH UND DAS LEBENS.RESORT OTTENSCHLAG BIETEN IHREN MITARBEITERN EIN ABWECHSLUNGSREICHES UND ATTRAKTIVES ARBEITSUMFELD.

Die Kraft des Teams ist stärker als die Summe der einzelnen Mitarbeiter! Darum arbeiten im Moorheilbad Harbach und im Lebens.Resort Ottenschlag Mitarbeiter und Führungskräfte gemeinsam an einer guten Zusammenarbeit und einem angenehmen Betriebsklima – um für die Gäste und Patienten mit vollem Einsatz da sein zu können.

## ERFOLGREICHER START FÜR NEUE MITARBEITER

Um einen erfolgreichen Start in den neuen Job zu gewährleisten, wird der Onboarding-Prozess, das heißt die Startphase im Betrieb, mit diversen Maßnahmen unterstützt. Jeder neue Mitarbeiter erhält eine Eintrittsmappe mit wichtigen Informationen zum Unternehmen. Die Einschulung erfolgt mittels eines standardisierten Einschulungsplans. Das Einführungsprogramm

umfasst Schulungen zum Leitbild und zur Philosophie des Hauses, Führungen durch die Häuser und einen Willkommenstreff, bei dem sich neue Mitarbeiter austauschen und ihre Anliegen ansprechen können.

## UMFANGREICHE AUS- UND WEITERBILDUNGSANGEBOTE

Neben einer intensiven Einarbeitungsphase wird in den Gesundheitsbetrieben vor allem auf laufende Weiterbildung

der Mitarbeiter gesetzt. In regelmäßigen Mitarbeitergesprächen werden mit dem Vorgesetzten Entwicklungsmöglichkeiten, Verbesserungspotentiale und Schulungswünsche besprochen. Die Wünsche werden nach Möglichkeit aufgegriffen und neben vielen anderen Angeboten im jährlichen Schulungsplan abgebildet.

In Therapie, Pflege und Gastronomie werden außerdem Pflichtpraktikumsstellen angeboten, um den in Ausbildung stehen-

den einen guten Einblick in die Praxis zu gewähren. Auf eine fundierte Ausbildung wird jedenfalls sehr großer Wert gelegt. In der Gastronomie bilden die Betriebe daher auch selbst Lehrlinge in den Berufen Koch, Gastronomiefachkraft, Restaurantfachkraft und Konditor aus.

Das eigens entwickelte Lehrlingsschulungsprogramm vertieft dabei nicht nur das fachliche Wissen der Lehrlinge, sondern fördert auch deren Eigenverantwortung und persönliche Entwicklung.



Die Arbeitskreise treffen sich 2 x jährlich zu den Themen Betriebliche Gesundheitsförderung und Frauen- und Familienfreundlichkeit.

## BETRIEBLICHE GESUNDHEITSFÖRDERUNG

Als Gesundheitsbetriebe ist dem Moorheilbad Harbach und dem Lebens.Resort Ottenschlag die Gesundheit der eigenen Mitarbeiter ein besonders großes Anliegen. In Arbeitskreisen werden immer wieder Maßnahmen gesetzt, mit dem Ziel, Krankheiten am Arbeitsplatz vorzubeugen, das



Bei der Familienolympiade 2017 im Moorheilbad Harbach traten 7 Familien gegeneinander an.

Bewusstsein und die Bereitschaft für gesundheitsfördernde Maßnahmen zu stärken und das Wohlbefinden der Mitarbeiter zu verbessern.

Unter dem Motto „von Mitarbeitern für Mitarbeiter“ finden jährlich wechselnde Angebote über das Lebensstil-Programm zu den Themen Ernährung, Bewegung, mentale Gesundheit und Kreatives statt. Diese stehen Mitarbeitern in ihrer Freizeit meist kostenlos zur Verfügung.

## VIELFÄLTIGE ANGEBOTE FÜR MITARBEITER

Das Moorheilbad Harbach und das Lebens.Resort Ottenschlag nehmen ihre Verantwortung als Arbeitgeber sehr ernst und wollen, dass die Mitarbeiter in ihren abwechslungsreichen, oft auch fordernden Jobs möglichst optimale Rahmenbedingungen vorfinden. Das soll durch zahlreiche Angebote und Vergünstigungen unterstützt werden, z.B. Veranstaltungen und Ausflüge für Mitarbeiter, eine eigene Mitarbeiterzeitung, frisch gekochtes Mittagessen, gratis Nutzung von Hallenbad und Sauna, uvm.

Über die Häuser, die Jobs, die Angebote für Mitarbeiter und vieles mehr informiert die Job-Plattform [www.xund-jobs.at](http://www.xund-jobs.at).

## INFOBOX



<b>Betriebsbestehen seit</b>	1980	2008
<b>Anzahl Mitarbeiter</b>	450	160
<b>Prozentsatz Frauen/Männer</b>	76 %/24 %	85 %/15 %
<b>Anzahl Berufsgruppen</b>	35	30
<b>Gesamtschulungsstunden 2016</b>	~ 7.000 Std.	~ 2.400 Std.





V.l.n.r.: Irene Bamberger, Waltraud Rigler, Dr. Christina Lohninger (Moorheilbad Harbach), Landesrätin Barbara Schwarz © NÖN – NÖ Nachrichten-Printausgabe Erich Marschik

## FAMILIENFREUNDLICHKEIT MOORHEILBAD HARBACH FÜR FAMILIENFREUNDLICHKEIT AUSGEZEICHNET

Im Oktober 2017 ehrten die Initiative „Taten statt Worte“ sowie die Interessenvertretung NÖ Familien die Sieger des Wettbewerbes „Familienfreundlichster Betrieb in NÖ 2017“.

Der Sieg in der Kategorie „Großunternehmen“ ging an das Moorheilbad Harbach! Die Verleihung dieser Auszeichnung an das Moorheilbad Harbach begründete die Jury unter anderem damit, dass es eine große Anzahl an Arbeitszeitmodellen gäbe sowie einen hohen Anteil an Teilzeitkräften und Frauen mit Führungsverantwortung. Auch die Angebote für die ganze Familie wie „Haltungsturnen für Kinder“ oder die „Familien-Sport-Olympiade“ beeindruckten die Jury. Für den Gesundheitsbetrieb sind die Rahmenbedingungen für die Vereinbarkeit von Familie und Beruf durchaus herausfordernd – denn die Mitarbeiter sind

an jedem Tag des Jahres für die Gäste und Patienten da. Geschäftsführerin Karin Weißenböck freut sich über die Auszeichnung. Sie erklärt die Motivation, sich dem Thema Frauen- und Familienfreundlichkeit zu widmen, so: *„Unsere Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter sind der Garant dafür, dass wir die beste Betreuung für unsere Gäste und Patienten bieten können. Das gelingt aber nur, wenn sie bei ihrer Arbeit gute Rahmenbedingungen vorfinden. Um diese bieten zu können, setzen wir viele Maßnahmen.“* Schon 2010 wurde das Moorheilbad Harbach dafür mit dem Staatspreis für Frauen- und Familienfreundlichkeit geehrt.

## AUSBILDERTROPHY 2017

Im Mai 2017 wurden die besten Lehrlingsausbilder-Betriebe in ganz Niederösterreich ausgezeichnet.

Unter den erfolgreichsten Großbetrieben wurde dem Moorheilbad Harbach zum 3. Mal die Ausbildertrophy verliehen. Mit der Ausbildertrophy werden jene Betriebe ausgezeichnet, die in Niederösterreich in den letzten zehn Jahren, die meisten Lehrlinge zu Fachkräften ausgebildet haben!



V. l. n. r.: WKNÖ-Präsidentin Sonja Zwazl, Andreas Klopff, Dr. Christina Lohninger, Josef Fischer-Ankern, Andreas Vater, Andreas Decker und WKNÖ-Direktor-Stellvertreter Peter Klameth

## GOLD UND SILBER

### BEI DEN ÖSTERREICHISCHEN STAATSMEISTERSCHAFTEN

Im April stellten 81 Lehrlinge aus ganz Österreich ihr Können unter Beweis. Unter ihnen die Lehrlinge aus dem Moorheilbad Harbach und dem Lebens.Resort Ottenschlag!



Die erfolgreichen Lehrlinge mit ihren Ausbildern bzw. Vorgesetzten

Pro Bundesland traten jeweils 3 Lehrlinge in den Bereichen Küche, Service sowie Hotel- und Gastgewerbeassistenten an. Barbara Payerl, Lehrling im Lebens.Resort Ottenschlag, erkochte sich eine Goldmedaille im Bereich Küche, während Benjamin Pollak, Lehrling aus dem Moorheilbad Harbach, eine Silbermedaille erkämpfte. Gastronomiefachkraft-Lehrling Michaela Maier überzeugte im Bereich Service und erlangte ebenso eine Silbermedaille. Alle Lehrlinge nehmen im Rahmen ihrer Ausbildung an einem eigens entwickelten Lehrlingsschulungsprogramm teil.



V.l.n.r.: Franz Buchleitner, Sonja Schuster, Dr. Christina Lohninger, Karin Weißenböck, Mag. Viktoria Magenschab, Mag. Norbert Braunstorfer, LR Dr. Petra Bohuslav

## ZERTIFIZIERUNG MIT QMS-REHA UND ISO 9001

Das Moorheilbad Harbach und seine beiden Tochterbetriebe Lebens.Resort Ottenschlag und Lebens.Med Zentrum Bad Erlach wurden als erste Rehabilitations- und Gesundheitsbetriebe in Niederösterreich gemeinsam nach den international anerkannten Qualitätsmanagement-Normen QMS-REHA 3.0 und ISO 9001:2015 zertifiziert.

**Im Rahmen einer Festveranstaltung am 22. Juni 2017 in der Franz-Himmer-Festhalle wurden die Qualitäts-Zertifikate feierlich verliehen.**

Die drei Betriebe sind damit unter den ersten in Österreich, die gleich zwei renommierte Qualitäts-Zertifizierungen tragen. Die Auszeichnung von drei Rehabilitationsbetrieben gemeinsam (im Rahmen einer sogenannten Matrix-Zertifizierung) erfolgte überhaupt erstmalig in Österreich. Am Standort Bad Erlach wurde außerdem die Lebens.Med Klinik ISO-zertifiziert. Ebenfalls erstmalig in Österreich: Die Anwendung der neuen, überarbeiteten Version 3 des aus Deutschland kommenden Standards QMS-Reha. Hintergrund und Ziel der beiden Normen: eine beweisbare, nachhaltige und

ganzheitliche Gesundheitsförderung sowie eine erstklassige Betreuung durch qualifizierte Mitarbeiter innerhalb eines strukturierten Qualitätsmanagement-Systems. Diese Auszeichnungen sind ein weiterer Meilenstein in der Qualitätsarbeit der Betriebe. Neben den regelmäßigen externen Überprüfungsaudits und Re-Zertifizierungsaudits erfolgen auch in Zukunft interne Überprüfungen durch geschulte Mitarbeiter.

In einem Kurzfilm und der anschließenden Interviewrunde mit Geschäftsführerin Karin Weißenböck, Prim. Dr. Johannes Püspök und Prim. Univ.-Prof. Dr. Alexander Gaiger wurde der gemeinsame Weg zur Zertifizierung anschaulich erklärt. Beim Festakt waren, neben zahlreichen Ehrengästen, Frau Landesrätin Dr. Petra Bohuslav und

Chefarzt Dr. Martin Skoumal von der Pensionsversicherungsanstalt anwesend, der in seinem Impulsreferat „Neue Wege in der Rehabilitation“ vorstellte.

Den krönenden Abschluss des offiziellen Festaktes stellte die feierliche Übergabe der Zertifikate an Geschäftsführerin Karin Weißenböck dar.



Zertifiziert nach QMS-REHA®



Zertifiziert nach DIN EN ISO 9001:2015





## MEINUNGEN

### ÜBER DAS LEBENS.MED ZENTRUM BAD ERLACH

„Ich habe hier bei der Rehabilitation viel Kraft tanken können – es ist wirklich ein sehr tolles Angebot, um nach einer Krebserkrankung wieder zurück ins Leben zu finden.“

„Es herrscht im gesamten Haus eine angenehme, entspannte Atmosphäre und es wird Verständnis für persönliche Befindlichkeiten geboten.“

„Ich war bereits das dritte Mal im Lebens.Med Zentrum Bad Erlach und obwohl die Auslastung des nun drei Jahre alten Betriebes gestiegen ist, hat das Haus Charme, Ruhe und Einzigartigkeit bewahren können. Neben der erstklassigen medizinischen und therapeutischen Betreuung trägt auch die vorzügliche kulinarische Verwöhnung zum Wohlbefinden bei.“

„Mir hat die Ausgewogenheit der Therapieangebote (ruhige und aktive Phasen) und der Austausch mit anderen Krebspatienten gut getan.“

„Eine Insel der Erholung im Haifischbecken des Lebens. Danke an alle Mitarbeiter – ihr seid TOP!“



### LEBENS.MED ZENTRUM BAD ERLACH

Beste-Gesundheit Platz 1  
2822 Bad Erlach  
Tel.: +43 (0) 2627/81300  
info@lebensmed-baderlach.at  
[www.lebensmed-baderlach.at](http://www.lebensmed-baderlach.at)

# INDIVIDUELLE \_KREBSTHERAPIE

## IM LEBENS.MED ZENTRUM BAD ERLACH

Eine Krebserkrankung bedeutet für die Betroffenen einen tiefen Einschnitt. Durch verbesserte Früherkennung und modernere, wirksamere Behandlungsformen gelingt es immer besser, die Menschen von Krebs zu heilen und die Lebensqualität zu verbessern. Die Zeit der Regeneration nach einer Krebstherapie spielt dabei eine wichtige Rolle. Bei der onkologischen Rehabilitation im Lebens.Med Zentrum Bad Erlach wird das individuelle Behandlungskonzept auf die Bedürfnisse der einzelnen Patienten abgestimmt.

Menschen, die ihre primäre Krebsbehandlung (Bsp.: Chemo- oder Strahlentherapie, Operation) abgeschlossen haben und sich in ruhiger und entspannter Umgebung erholen möchten, finden im Lebens.Med Zentrum Bad Erlach in der Buckligen Welt ein umfassendes Rehabilitationsprogramm und die nötige professionelle Unterstützung, um das Leben neu zu organisieren. Im Sinne einer integrativen Krebsbehandlung setzt das Konzept auf die körperliche, psychische und soziale Rehabilitation.

### VERTRAUEN IN EIGENEN KÖRPER (WIEDER) STÄRKEN

„Der Patient wird dort abgeholt, wo er steht. Das Vertrauen in den eigenen Körper wird gestärkt, um so Kraft zu finden für den durch die Erfahrung der Erkrankung und Behandlung veränderten Lebensalltag“, erläutert der ärztliche Leiter der Onkologischen Rehabilitation, Prim. Univ.-Prof. Dr. Alexander Gaiger den Rehabilitationsansatz. Je nach Art der Erkrankung können

die Folgestörungen und Beeinträchtigungen nach der primären Krebstherapie sehr unterschiedlich sein. Mit Hilfe eines individuellen Konzeptes werden die Bedürfnisse des Patienten erfasst und die für ihn notwendigen medizinischen und therapeutischen Leistungen festgelegt. Je nachdem wird der Schwerpunkt auf medizinische Trainingstherapie und Sport, Sensomotorik oder psychosoziale Unterstützung gelegt.

### KREBS-REHA MIT KIND MÖGLICH

Der Rehabilitationsaufenthalt im Lebens.Med Zentrum Bad Erlach kann gemeinsam mit einer Begleitperson gestaltet werden, dafür werden individuelle Pakete geschnürt. Zu bestimmten Turnussen besteht auch die Möglichkeit, das Kind zum Rehabilitationsaufenthalt mitzunehmen: Die Unterbringung erfolgt in eigens dafür adaptierten Zimmern, die Mahlzeiten können mit den Kindern eingenommen werden, und während der Therapiezeit wird das Kind von Fachpersonal des NÖ Hilfswerkes betreut.



# AMBULANTE \_REHABILITATION

## IM LEBENS.MED ZENTRUM ST. PÖLTEN

Seit über einem Jahr ist das ambulante Rehabilitationszentrum Lebens.Med Zentrum St. Pölten mit sechs Schwerpunkten in Betrieb – das Angebot wird von den St. Pölnern bzw. Patienten aus der Umgebung gerne angenommen.

Das Angebot der ambulanten Rehabilitation im Lebens.Med Zentrum St. Pölten richtet sich vor allem an jene, für die der Arzt oder das Krankenhaus ein Rehabilitationsprogramm empfiehlt, für die es aber nicht oder nur schwer möglich ist, einen mehrwöchigen stationären Aufenthalt in Anspruch zu nehmen (hier spricht man von Rehabilitation Phase 2). Zudem bietet das Lebens.Med Zentrum St. Pölten für Patienten nach einer stationären oder ambulanten Rehabilitation der Phase 2 die Möglichkeit, den Rehabilitationserfolg zu vervollständigen und nachhaltig zu stabilisieren (Rehabilitation Phase 3). Hier gibt es ein eigenes Rehabilitationsprogramm, das sich über mehrere Monate erstreckt. Das umfangreiche Programm der ambulanten Rehabilitation in den Indikationen **Orthopädie, Kardiologie, Stoffwechsel, Neurologie, Pulmologie und Onkologie** besteht aus (fach-)ärztlicher Betreuung, Diagnostik, Beratung sowie einem umfassenden Therapieprogramm.

### EIGENAKTIVITÄT WIRD GESTÄRKT

Mit der ambulanten Rehabilitation im Lebens.Med Zentrum St. Pölten soll eine körperliche, psychische und soziale „Wiederherstellung“ erzielt werden, um die

größtmögliche Eigenaktivität und selbstständige Lebensgestaltung (wieder) zu ermöglichen. Möglich ist die ambulante Rehabilitation im Lebens.Med Zentrum St. Pölten für Patienten, die in einem Umkreis von 45 Fahrminuten um St. Pölten wohnen. Eine Antragstellung ist gemeinsam mit dem Haus- oder Facharzt möglich (mittels Rehabilitationsantrag: Angabe „ambulante“, Indikation und Ort). Durch die nahegelegenen Bushaltestellen und den nur rund 300 Meter entfernten Bahnhof bzw. die kostenfreien Parkplätze in der hauseigenen Tiefgarage ist eine einfache Anreise möglich.

### BESUCHEN SIE LEBENS.MED.WISSEN!

Die Experten des Lebens.Med Zentrums St. Pölten informieren im LEBENS.MED. Wissen auf der hauseigenen Website zu spannenden und alltagsrelevanten Themen für Patienten der verschiedensten Indikationen. Bei den regelmäßig stattfindenden Informationsabenden gibt es Auskunft zu den Rehabilitationsprogrammen, die Antragstellung und das Haus selbst. Die Termine, sowie LEBENS.MED.Wissen und weitere Informationen finden Sie auf [www.lebensmed-sanktpoelten.at](http://www.lebensmed-sanktpoelten.at).

## AMBULANTE REHABILITATION

### IM ÜBERBLICK

- **Orthopädie (Erkrankungen des Bewegungs- und Stützapparates)**  
Phase 2 und 3
- **Kardiologie (Erkrankungen des Herz-Kreislaufsystems)**  
Phase 2 und 3
- **Stoffwechsel (Erkrankungen des Stoffwechselsystems und des Verdauungsapparates)**  
Phase 2 und 3
- **Neurologie (Erkrankungen des Nervensystems)**  
Phase 3
- **Pulmologie (Erkrankungen der Atmungsorgane)**  
Phase 2 und 3
- **Onkologie (Krebserkrankungen)**  
Phase 2



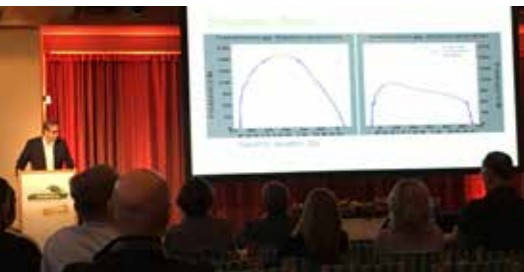
### LEBENS.MED ZENTRUM ST. PÖLTEN

Kremser Landstraße 19  
3100 St. Pölten  
Tel.: +43 (0) 2742/31400  
info@lebensmed-sanktpoelten.at  
[www.lebensmed-sanktpoelten.at](http://www.lebensmed-sanktpoelten.at)



# \_ GROSSES INTERESSE BEI MEDIZINISCHEN KONGRESSSEN

Das Moorheilbad Harbach und das Lebens.Resort Ottenschlag veranstalteten im September bzw. Oktober 2017 drei Kongresse für Ärzte, Pflegekräfte und interessiertes Fachpersonal. Mehr als 300 Personen nahmen an den Fortbildungsveranstaltungen im Rahmen der Xundheitswelt-Akademie teil.



Die Referenten und Organisatoren des Kongress „Mentale Gesundheit im Dialog“ mit Geschäftsführerin Karin Weissenböck und Prokuristin Dr. Christina Lohninger.

Den Anfang machte der Kongress „Pflege im Dialog“ im Lebens.Resort Ottenschlag, bei dem aktuelle Erkenntnisse zum Thema „Diabetes und Psyche“ beleuchtet wurden. Die chronische Erkrankung Diabetes wirkt sich nicht nur auf den Körper aus, sondern stellt häufig auch eine erhebliche psychische Belastung dar. Zum Beispiel stehen Essstörungen, Demenz, Depressionen oder Stress in Zusammenhang mit der Zuckerkrankheit.

Dem Thema „Depression – was nun?“ widmete sich der Kongress „Mentale Gesundheit im Dialog“ im Lebens.Resort Ottenschlag. Depressionen zählen zu den häufigsten psychischen Erkrankungen und betreffen auch viele Patienten, die einen 6-wöchigen Rehabilitationsaufenthalt im Gesundheitszentrum absolvieren. Renommierte Referenten beleuchteten die Krank-

heit aus verschiedenen Blickwinkeln. Mit den „Harbacher Orthopädiologen“ im Moorheilbad Harbach wurde die Kongresssaison beendet. „Leistung in der sportmedizinischen Rehabilitation“ lautete das Thema der 2-tägigen Veranstaltung. Ziel der sportorthopädischen Rehabilitation ist die Wiederherstellung der Funktions- und Leistungsfähigkeit der Patienten, damit sie möglichst rasch wieder Sport betreiben können. Die Teilnehmer erhielten dazu wertvolle Informationen für ihre tägliche Praxis. **Der nächste Kongress ist bereits fixiert:** Schmerzkongress am 16. März 2018 im Moorheilbad Harbach

Thema: **Von der Theorie zur Praxis – „Fallen und Tricks in der Schmerzbehandlung“** Nähere Informationen unter [www.xundheitswelt.at/schmerzkongress.html](http://www.xundheitswelt.at/schmerzkongress.html)

## \_ ZUBAU STATION BILDBAUM

**Nachdem zuletzt vor allem bestehende Zimmer renoviert und teilweise umgebaut wurden, investiert das Moorheilbad Harbach nun wieder in einen Zubau!**

Der Einbettzimmeranteil des Hauses wird um 29 neue Zimmer erhöht und auch notwendige Therapieräume, wie Einzel- und Gruppenräume, werden in diesem Zuge geschaffen.

Der Neubau wird im Anschluss an die bestehende Station Bildbaum errichtet. Die Arbeiten wurden im Herbst begonnen und werden voraussichtlich bis Herbst 2018 abgeschlossen sein.

## \_ INVESTITIONS- UND VERBESSERUNGSARBEITEN

Im Sinne der Qualitätsverbesserung wurden heuer die Buffetbereiche im Restaurant Silberberg und im Haus Bergfeld umgebaut und erneuert.

Schallhemmende Akustikdecken wurden eingebaut, neue Bodenfliesen und Holzböden wurden verlegt sowie die gesamten Elektroinstallationen erneuert. Zusätzlich wurden mehr Buffetflächen geschaffen, Trinkbrunnen installiert, Kühlmöglichkeiten und neue Suppenstationen bereitgestellt. Der Mitarbeiter-Bereich wurde im Zuge dieses Umbaus ebenfalls erneuert und somit für das Serviceteam komfortabler ausgestattet.



# \_ BRAUHOTEL WEITRA

Im Brauhotel Weitra steht Genuss und Kulinarik an oberster Stelle. Feinschmecker kommen hier auf ihre Kosten und auch für sportliche Aktivitäten und kulturelle Erlebnisse werden spezielle Arrangements geboten.

## NEU: WANDERN & GENUSS IM BRAUHOTEL WEITRA

**Termin: 22. bis 26. April 2017**

Erkunden Sie das frühlingshafte Waldviertel - das Brauhotel Weitra ist der ideale Ausgangspunkt dafür! Die schönen, begleiteten Tagestouren mit Wanderführer und eine Stadtführung lassen Ihr Wanderherz höher schlagen. Darüber hinaus genießen Sie die exzellente Küche im Haus, die gepflegte Bierkultur und das gemütliche Ambiente mit Sauna und Infrarotkabine.

### UNSER WANDERPAKET UMFASST:

**Sonntag, 22. April 2018**

- Anreise
- Abendliche Stadtführung
- 3-gängiges Genussmenü am Abend

**Montag, 23. April 2018**

- Xundes Frühstücksbuffet
- Tageswanderung „Gabrielental“ inkl. Lunch-Paket (Dauer ca. 5 Stunden): Durch das wunderschöne Gabrielental, über Schützenberg und Langfeld nach St. Wolfgang. Zurück durch den Hausschachenforst wandern Sie vorbei am Golfplatz und am Hausschachteich zum Brauhotel Weitra.
- Entspannung in der Sauna
- 3-gängiges Genussmenü am Abend

**Dienstag, 24. April 2018**

- Xundes Frühstücksbuffet
- Tageswanderung „Riesenfichte“ inkl. Lunch-Paket (Dauer ca. 5 Stunden): Durch den Veitsgraben und dem Grünbeckerteich, wandern Sie in den Ort Spital und von dort zur „Riesenfichte“ bei Wörnharts. Retour geht es durch den Wald Richtung Wetzles, vorbei an der Kaserne und dem Sportplatz zurück zum Brauhotel Weitra.
- (Film)Führung durch die kleine Gasthausbrauerei mit Biervorkostung
- 3-gängiges Genussmenü am Abend

**Mittwoch, 25. April 2018**

- Xundes Frühstücksbuffet
- Tageswanderung „Wackelstein“ inkl. Lunch-Paket (Dauer ca. 5 Stunden):

Durch Tiefenbach wandern Sie, vorbei beim Textilmuseum und dem Ortsteil Brühl, zum Wackelstein am Böhmerberg. Danach geht es weiter nach Reinprechts und Richtung Wulfschau. Hier biegen Sie in den Wald und wandern durch das Gabrielental zurück zum Brauhotel Weitra.

- Abends genießen Sie unser 4-gängiges Brauhaus Biermenü

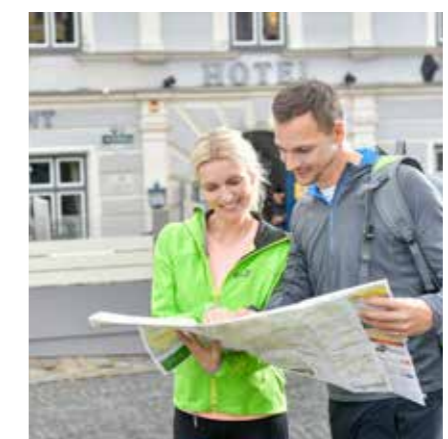
**Donnerstag, 26. April 2018**

- Xundes Frühstücksbuffet
- Abreise

Neben den Wanderwegen stehen Ihnen auch bestens beschilderte Lauf- und Nordic-Walking-Strecken, ein Xundwärts-Parcours am Hausschachteich und viele weitere Freizeitangebote zur Verfügung! Mindestteilnehmer erforderlich. Preis pro Person ab € 329,00 (exkl. Nächtigungstaxe)

**TIPP: Herbstzeit ist Wanderzeit!**

Ein weiteres Wandern & GENUSS Angebot von 3. bis 6. Oktober 2018 finden Sie unter [www.brauhotel.at](http://www.brauhotel.at)



### ERFOLGREICHE UMBAUARBEITEN UND NEUERUNGEN

Im Brauhotel Weitra wurde heuer wieder investiert und umgebaut! Das Hopfenstüberl und der Schanigarten erstrahlen in neuem Glanz.

### NEUES HOPFENSTÜBERL

Hell, modern und freundlich präsentiert sich das neue Hopfenstüberl. Hier lassen sich sowohl ein Kaffee mit hausgemachter Mehlspeise aus dem Moorheilbad Harbach, bierekulinarische Köstlichkeiten oder ein gemütliches Brauhaus-Bier (gerne auch leger an den neuen Stehtischen) genießen. Das Hopfenstüberl bietet den idealen Rahmen und ausreichend Platz, um diverse Feiern und Festlichkeiten zu arrangieren.



### NEUER SCHANIGARTEN

Äußerst gelungen präsentieren sich die beiden renovierten Schanigärten mit bequemen Sitzgelegenheiten und neuen großflächigen Sonnenschirmen. Eine Wohltat an heißen Sommertagen!



**BRAUHOTEL WEITRA**

**BRAUHOTEL WEITRA**

Rathausplatz 6  
3970 Weitra  
Tel.: +43 (0) 2856/2936-0  
[info@brauhotel.at](mailto:info@brauhotel.at)  
[www.brauhotel.at](http://www.brauhotel.at)



# ARBEITEN FÜR DIE GESUNDHEIT

Informationen über Berufsbilder, Ausbildungsmöglichkeiten (Lehre) und Jobs in den Bereichen Gesundheit, Tourismus und Gastronomie unter

[www.xund-jobs.at](http://www.xund-jobs.at)

... weil Gesundheit das Wertvollste ist.



Die Partnerschaft der Beste Gesundheit-Betriebe zeichnet sich durch hohe Qualitätsstandards in allen Bereichen aus. Medizinische Kompetenz, modernste Diagnostik sowie vielfältige Behandlungsmethoden zählen neben einem angenehmen Hotelambiente, persönlicher Betreuung und gesunder Ernährung mit regionalen Produkten zu den Stärken der niederösterreichischen Gesundheitsbetriebe.



## ERKRANKUNGEN DES BEWEGUNGS- UND STÜTZAPPARATES

Behandlung von Wirbelsäulenproblemen, chronischen Rücken- und Gelenkschmerzen sowie akuten Schmerzzuständen

## (SPORT-)ORTHOPÄDISCHE REHABILITATION

Wiederherstellung der Funktionalität nach Operationen und Sportverletzungen

## GESUNDHEITSVORSORGE AKTIV

Neben der Behandlung des Grundleidens im Bewegungs- und Stützapparat liegt der Schwerpunkt dieses neuen Kurheilverfahrens in den Bereichen Bewegung, Ernährung und Mentale Gesundheit.

## ERKRANKUNGEN DES HERZ-KREISLAUF-SYSTEMS

Behandlung nach kardio-vaskulären Akutereignissen, Herz-Kreislauf-Prävention

## GEFÄSSERKRANKUNGEN UND DURCHBLUTUNGSSTÖRUNGEN

insbesondere arterielle Durchblutungsstörungen wie pAVK und cAVK, Venenerkrankungen, funktionelle Gefäßerkrankungen

## STÖRUNGEN PSYCHO-SOZIALER GESUNDHEIT

Prävention und Rehabilitation bei depressiven Störungen, Angsterkrankungen, Anpassungsstörungen, Burnout-Syndrom

## STOFFWECHSELERKRANKUNGEN

im Speziellen Diabetes mellitus und Fettstoffwechselstörungen

## ONKOLOGISCHE REHABILITATION

Nach Abschluss der primären Krebsbehandlung ist die körperliche, psychische und soziale Rehabilitation das Ziel.

## NEUROLOGISCHE REHABILITATION

zur Verbesserung bzw. Stabilisierung des Krankheitsbildes bei Erkrankungen des Zentralen Nervensystems, nach neurochirurgischen Eingriffen sowie Rückenmarksverletzungen

## PULMOLOGISCHE REHABILITATION

bei Lungenerkrankungen wie COPD oder chronischem Asthma



[www.moorheilbad-harbach.at](http://www.moorheilbad-harbach.at)



## herzkreislauf... zentrum GROSS GERUNGS

[www.herz-kreislauf.at](http://www.herz-kreislauf.at)



[www.koenigsberg-bad-schoenau.at](http://www.koenigsberg-bad-schoenau.at)



[www.badenerhof.at](http://www.badenerhof.at)



ambulant



[www.lebensresort.at](http://www.lebensresort.at)



[www.lebensmed-baderlach.at](http://www.lebensmed-baderlach.at)



[www.lebensmed-sanktpoelten.at](http://www.lebensmed-sanktpoelten.at)



Wir sind Vertragspartner der österreichischen Sozialversicherungen.

[www.beste-gesundheit.at](http://www.beste-gesundheit.at)