

MARKTGEMEINDE  
RENNWEG



RENNWEG  
AM KATSCHBERG

Rennweg, 29.09.2021

## Ausschuss für Familie, Soziales und Gesundheit

# Stress & Burnout

## VORTRAG

Stress und Burnout sind schon lange keine Erscheinungsbilder mehr, die nur Topmanager betreffen! Bei vielen Betroffenen ist feststellbar, dass sehr häufig eigene Bedürfnisse vernachlässigt und eigene Leistungsgrenzen ignoriert werden. In diesem Vortrag erfahren Sie Näheres zum Thema „Stress“ und den möglichen Folgen von Dauerstress. Darüber hinaus werden Ihnen Strategien nähergebracht, wie Sie Ausgleich schaffen und Kraft tanken können.

- TERMIN:** 15.10. 2021 um 19 Uhr
- ORT:** Bibliothek im Bildungszentrum Rennweg
- REFERENT:** Mag.<sup>a</sup> Julia Schützlhoffer

Der Vortrag wird im Rahmen des Projektes „Kärntner Bündnis gegen Depression“ (Land Kärnten – Abt. 5 Gesundheit und Pflege, pro mente kärnten und Gesundheitsland Kärnten) in Zusammenarbeit mit der „Gesunden Gemeinde“ Rennweg durchgeführt. **Es gilt für diese Veranstaltung die 3-G Regel – ein gültiger Nachweis ist unbedingt mitzubringen.**



## Einladung zum Tag für die älteren MitbürgerInnen

In diesem Jahr dürfen wir – Ausschuss für Familie, Soziales und Gesundheit - wieder unsere geschätzten älteren Katschtaler MitbürgerInnen ab dem 70. Lebensjahr zum

### **Tag der älteren MitbürgerInnen am Sonntag, 17. Oktober 2021 beim Pirkerwirt in St. Peter**

herzlich einladen.

Gemeinsam mit Pfarrer Josef Hörner feiern wir mit Beginn um 08:30 Uhr die hl. Messe in der Pfarrkirche St. Peter.

Mit musikalischer Umrahmung der Musikschule Lieser- Maltatal, unter der Leitung von Herrn Christian Brugger, beginnt um 10:00 Uhr beim Pirkerwirt unser gemütliches Beisammensein. Geschichten und Gedichte werden von Frau Margarete Jeßner vorgetragen.

In bewährter, und vor allem dankenswerter Weise, werden wir von den Damen der kath. Frauenbewegung mit Kaffee und Kuchen verwöhnt.

Ehrungen der 70er und 75er Geburtstage mit anschließendem Mittagessen runden diesen Tag für die älteren MitbürgerInnen ab.

Sollte eine Fahrgelegenheit für diesen Tag benötigt werden, das Dorfservice – Ansprechperson ist Frau Tamara Oberegger, Tel. 0664 73 93 59 80 - nimmt gerne Anmeldungen bis spätestens Freitag, 15. Oktober 2021, 12:00 Uhr entgegen. Die ehrenamtlichen MitarbeiterInnen des Dorfservices freuen sich, wenn ihre kostenlosen Dienste in Anspruch genommen werden.

Wir freuen uns darauf, mit der älteren Generation (ab dem 70. Lj.) einen angenehmen und schönen Tag verbringen zu dürfen.

**Es gilt für diese Veranstaltung die 3-G Regel – ein gültiger Nachweis ist unbedingt mitzubringen.**

**Der beste Weg, sich selbst eine Freude  
zu machen, ist zu versuchen,  
einen anderen eine Freude zu bereiten.**

**(Mark Twain)**



# **Grippe Impfaktion 2021**

Seitens des Gesundheitsamtes der BH Spittal/Drau – Dr. Bernhard Kanduth - wird bekannt gegeben, dass Grippeimpfungen nach telefonischer Vereinbarung (050-536-62236) ab 20. Oktober 2021 am Gesundheitsamt Spittal/Drau stattfinden können. Die Kosten für die Impfung betragen € 22,00 inklusive Impfgebühr.

**Selbstverständlich führt auch ihr Hausarzt nach vorheriger Untersuchung diese Grippeimpfung durch.**

## **Urlaub für pflegende Angehörige**

Mit dem Angebot „Urlaub für pflegende Angehörige“ sollen Personen, die einen pflegebedürftigen Verwandten zu Hause betreuen und pflegen, von der Pflegearbeit entlastet werden. Ziel dieses Angebotes ist es, körperliche und seelische Regeneration zu ermöglichen und Weiterbildungsmaßnahmen für die häusliche Pflegetätigkeit in Form von Vorträgen anzubieten. Die Unterbringung und Verköstigung auf Vollpension-Basis der pflegenden Angehörigen erfolgt zu diesem Zweck in einer vom Amt der Kärntner Landesregierung ausgewählten Kureinrichtung.

### **Fördervoraussetzungen**

- Hauptwohnsitz in Kärnten
- Nachweis, dass der pflegebedürftige nahe Verwandte seit mindestens zwei Jahren betreut wird.
- Pflegestufe 3
- Pflegestufe 2 bei Vorliegen einer demenziellen Erkrankung (fachärztliches Attest)

Anm: Der Antragsteller hat mehr als die Hälfte des notw. Pflegeaufwandes zu erbringen.

### **Antragsunterlagen**

- Ausgefüllter Antrag „Urlaub für pflegende Angehörige“;
- Letzgültiger Pflegegeldbescheid
- Meldezettel Antragstellers und des pflegebedürftigen Verwandten (nicht älter als sechs Monate) oder gemeindeamtliche Bestätigung
- Kopie der letzten drei Monatsabrechnungen allfällig in Anspruch genommener mobiler sozialer Dienste

Für nähere Informationen zur Antragsstellung bis 29. Oktober 2021 wenden Sie sich bitte an die Marktgemeinde Rennweg am Katschberg, Rosi Pfeifenberger, 04734 208.

## Heizkostenzuschuss 2021/2022

Hilfesuchenden darf einmal jährlich ein sog. Heizkostenzuschuss für die kommende Heizperiode gewährt werden. Die Antragstellung kann **ab 15. Oktober 2021 bis zum 15. März 2022** unter Vorlage aller Einkommensnachweise im Gemeindeamt, Sekretariat bei Frau Rosi Pfeifenberger erfolgen. Die Einkommensgrenzen betragen:

Heizkostenzuschuss	mtl. Einkommen Zuschuss € <b>180,00</b>	mtl. Einkommen Zuschuss € <b>110,00</b>
Bei Alleinstehenden/Alleinerziehenden	€ 960,-	€ 1.190,-
Bei Haushaltsgemeinschaften von zwei Personen (z.B. Ehepaaren, Lebensgemeinschaften,..)	€ 1.510,-	€ 1.640,-
Zuschlag für jede weitere im gemeinsamen Haushalt lebende Person (auch Minderjährige)	€ 250,-	€ 250,-
Bei alleinst. PensionistInnen die mind. 360 Beitragsmonate der Pflichtversicherung erworben haben (Pensionsbonus/Ausgleichszulagenbonus)	€ 1070,-	

**Als Einkommen gelten** alle Einkünfte aus selbstständiger oder unselbstständiger Tätigkeit, Renten, Pensionen, einkommensabhängige Leistungen des Sozialentschädigungsrechts mit Sozialunterstützungscharakter (z.B. Unterhaltsrente im Rahmen der Opferfürsorge, die zur Sicherung des Lebensunterhalts dient und von der Höhe des sonstigen Einkommens abhängig ist), ferner Leistungen aus der Arbeitslosenversicherung, der Krankenversicherung, Sozialhilfe, ferner auch Familienzuschüsse, Unterhalts- bzw. Alimentationszahlungen jeglicher Art, Lehrlingsentschädigungen sowie Stipendien und Kinderbetreuungsgeld.

**Nicht als Einkünfte** gelten Familienbeihilfen, Naturalbezüge, Pflegegelder, Wohnbeihilfe, Kriegsopferversorgung.

Innerhalb einer Haushaltsgemeinschaft sind alle Einkünfte zusammenzurechnen. Die Auszahlung erfolgt durch das Land (der Gemeindeanteil beträgt 50%).

Für die Marktgemeinde  
Bgm. Franz Aschbacher

Ausschuss für Familie, Soziales und Gesundheit  
VzBgm Alfred Winkler