

Selbstvertretung



www.autark.co.at

Post-Wurf

3. Ausgabe

15. April 2025



einfach erklärt

Erarbeitet nach dem Qualitäts-Standard
vom Kompetenzteam Barrierefreie Information und Selbstvertretung

Impressum

Herausgeberin

autArK Soziale Dienstleistungs-GmbH

Kompetenz-Team

Barrierefreie Information und Selbstvertretung

Rudolfsbahngürtel 2

9020 Klagenfurt am Wörthersee

E-Mail: selbstvertretung@autark.co.at

Selbstvertretung



www.autark.co.at



Inhalt

Vorwort 3



Wissenswertes: 20 Jahre Chancen-Gleichheit bei autark 4



Gesundheit: Alten-Pflege 5



Fernseh-Tipp: K11 6



Wissenswertes: Oster-Jause..... 7



Labyrinth: Oster-Eier-Suche 8

Vorwort

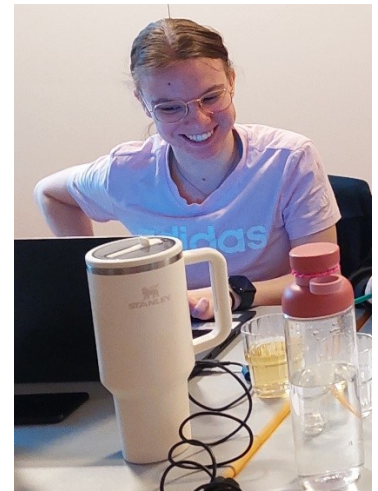


Kompetenz-Team
Barrierefreie Information
und Selbstvertretung



Liebe Beschäftigte, liebe Bewohner*innen, liebe Arbeitskräfte!

Viel Spaß bei dieser Ausgabe.



Wir wünschen frohe Ostern!

Euer KT BIS¹ und die **Post-Wurf-Gruppe**²

¹ Kompetenz-Team Barrierefreie Information und Selbstvertretung

² Stefan Riepl, Bernd Srienz, Anna Tschürtz und Denise Isopp von der autArKademie in Brückl und Yvonne Maier vom ChancenForum^{classic}



20 Jahre Chancen-Gleichheit bei autark

Erarbeitet von Stefan Riepl

Am **10. April** hat es in der autArKademie in Brückl eine **große 20-Jahre-Feier** gegeben.

Chancen-Gleichheit bedeutet, dass alle Menschen dieselben Möglichkeiten haben sollen. Das ist etwas sehr Wichtiges. Man soll niemand wegen einer Beeinträchtigung benachteiligen. Jede*r soll den gleichen Zugang zu Lebens-Chancen haben.

Zur Chancen-Gleichheit bei autArK gehören diese Bereiche:

- **Arbeit, Qualifizierung und Beschäftigung**
Arbeiten wie andere auch.
- **Tages-Stätten und Menschen im Alter**
Das ist für Menschen mit Beeinträchtigung und für ältere Menschen.
- **Wohnen**
Wohnen in normalen Wohnungen, so wie andere auch.
- **Selbstvertretung**
Die Beschäftigten, Arbeitskräfte und Bewohner*innen von autArK sollen mitreden und mitentscheiden können.



Gesundheit



Alten-Pflege

Erarbeitet von Denise Isopp

Aufgaben und Tätigkeiten

- Beim Aufstehen, Anziehen und Umziehen helfen
- Bei der Nahrungs-Aufnahme helfen
- Beim Toilettengang helfen
- Bei der Körper-Pflege helfen, zum Beispiel beim Waschen, Rasieren, Haare-Waschen
- Patient*innen richtig lagern, zum Beispiel im Bett oder Rollstuhl
- Medikamente geben
- Katheter setzen
- Infusionen und Spritzen geben



<https://alpha-med.org/wp-content/uploads/2023/03/Altenpfleger-1.jpg>

Vorteile als Alten-Pfleger*in

- Abwechslungsreicher Beruf
- Dankbarkeit und Vertrauen der älteren Menschen
- Beruf mit guten Aufstiegs-Möglichkeiten



atlantafigures.org/education/jydnmrt.html

Wie lange dauert eine Ausbildung?

- 3 Jahre

Fernseh-Tipp



K11

Erarbeitet von Bernd Srienz

Die Serie zeigt den **Arbeits-Alltag** von einem frei erfundenen Kommissariat in München.

Echte Polizist*innen wie Kriminal-Hauptkommissarin **Alexandra Rietz** und Kriminal-Hauptkommissar **Michael Naseband** lösen mit Schauspieler*innen erfundene Kriminal-Fälle.



Quelle: www.fernsehserien.de/k-11-kommissare-im-einsatz

Es gibt 2 Staffeln.

Die erste Staffel hat es von **2003 bis 2013** gegeben.

Sie hat **K11 - Kommissare im Einsatz** geheißen.

Am Anfang hat man immer die Tat gezeigt.

Man hat auch sofort gewusst, wer der*die Täter*in ist.

Dann hat man gezeigt, wie der Fall gelöst wurde.

Die zweite Staffel gibt es **seit 2020**.

Es heißt nun

K11 - Die neuen Fälle.

Neu ist, dass die Täter*innen noch nicht am Anfang bekannt sind.



Quelle: www.constantin-entertainment.de/k11--20.html

Wissenswertes



Oster-Jause

Erarbeitet von der Post-Wurf-Gruppe und dem KT BIS

Eine typische Kärntner Oster-Jause besteht aus Schinken, Würstl, Kalbs-Zunge, Reinling, Eier und Kren.

Im Lavanttal ist es wichtig, dass es einen **Apfel-Most** oder **Apfel-Saft** zur Oster-Jause gibt.

Im Jauntal oder im Lavanttal gibt es zum Schinken nur den geriebenen Kren.
Im Rosental gibt es den Eier-Kren.



Woher kommt der Name Reinling?

Ein Reinling ist ein gefüllter Germ-Kuchen.

Zum Reinling sagt man auch fälschlicherweise Reindling.

Der Reinling heißt so, weil er in einer **Rein** gebacken wird.
Eine Rein ist ein Gefäß zum Kochen oder Backen.

Im Rosental sagt man zum Reinling auch Pohača.
Das spricht man so aus: pohatscha.

Das Wort Pohača stammt vom türkischen *poğaç*.

In vielen Ländern vom Balkan gibt es ähnliche Gebäcke mit abgewandelten Namen.



Labyrinth



Oster-Eier-Suche

Erarbeitet von Anna Tschürtz

Findet der Osterhase das Ei?

