



Liebe Leserin, lieber Leser!

In den vergangenen Jahren ist vermehrt die psychische Gesundheit in den Fokus gerückt. Das ist gut so, denn sie ist genauso wie unsere körperliche Gesundheit Voraussetzung für unser Wohlbefinden, unsere Lebensqualität

und unsere Leistungsfähigkeit. Doch besonders Frauen leiden oft durch die Mehrfachbelastung von Job, Partnerschaft und Familie unter psychischen Problemen. Wie sie diesen vorbeugen können, schildert die Psychologin und Psychotherapeutin Mag. Manuela Schwanzer von den Barmherzigen Brüdern Wien auf den Seiten 4 und 5.

Wie die psychische Gesundheit ist auch übermäßiger Alkoholkonsum ein Thema, das lange Zeit kaum thematisiert wurde. Und nach wie vor ist Alkohol nicht nur wesentlicher Bestandteil von Festen und Feiern, sondern für viele auch im Alltag. Oberärztin Karin Steidl vom Krankenhaus der Barmherzigen Brüder St. Veit/Glan plädiert für einen bewussten Umgang damit, denn als Internistin kennt sie die negativen Folgen übermäßigen Alkoholkonsums, die bis zu irreversiblen körperlichen und psychischen Schäden reichen können. Mehr darüber lesen Sie auf den Seiten 10 und 11.

Künstliche Intelligenz (kurz KI) wiederum ist ein Thema, über das immer öfter diskutiert wird: Müssen wir Angst davor haben oder sollen wir uns freuen, über die vielen Möglichkeiten, die sich daraus ergeben? In unserem Beitrag auf den Seiten 28 und 29 werden die positiven und negativen Seiten von KI beleuchtet.

Ich hoffe, Sie finden Interesse an diesen und allen weiteren Themen.

Mag. Brigitte Veinfurter
Redaktion

Der Granatapfel

Symbol und Programm
der Barmherzigen Brüder

Nicht zufällig trägt das Magazin der Barmherzigen Brüder den Namen „Granatapfel“. Die Frucht ist Symbol des Ordens. Darstellungen finden sich in allen seinen Krankenhäusern, Pflege- und Gesundheitseinrichtungen. Der Granatapfel ist ein uraltes Symbol der Liebe, Fruchtbarkeit und Unsterblichkeit. Im Wappen des Ordens wurde er mit dem Kreuz verbunden. So zeigt er symbolisch den Auftrag des Ordens: motiviert durch die christliche Botschaft (Kreuz), kranken und hilfsbedürftigen Menschen in Liebe (Granatapfel) Hilfe und Hoffnung zu bringen.



Gesundheit & Lebenshilfe

3 Kurzmeldungen



4 Inseln der Erholung schaffen

Gerade Frauen fällt es oft schwer, Erholungspausen zu finden. Doch sie sind wichtig für Wohlbefinden und Leistungsfähigkeit.

6 Kommunikation in Gebärdensprache

7 Zu zweit in die Ferne

8 Turbulenzen im Blutzuckerspiegel

10 Feiern ohne Reue

12 Sorgen teilen und Sicherheit geben

13 Glosse: Sorge bis zum Ende

14 Aussaatkalender für November

14 Ökologischer Grabschmuck

15 Hademar Bankhofer: Kleiner Pilz – großer Geschmack

16 Rezepte: Herbstliche Frühstücksideen

Orden & Mitarbeitende

21 Kurzmeldungen

22 Als Bruder und Priester den Menschen dienen

23 Glosse: Alles ist Gnade

24 Wir trauern um Frater Hubert

Kultur & Gesellschaft

25 Kurzmeldungen

25 Gedankensplitter: In Würde gealtert

26 Sakrales Gesamtkunstwerk

28 Müssen wir uns fürchten?

30 Schattenseiten der Leihmutterchaft

31 Achtung! Datenverlust

32 Natur: Nebel

Rubriken

18 Meditation: du GOTT

20 Inspiration: Sorge für die Schöpfung

34 Rätsel

35 Impressum
