



LEBENSRAUM  
BREGENZ



**Jahresbericht 2019**

# Vorwort



Im Jahr 2019 war der Klimawandel ein dominierendes Thema. Damit fast untrennbar verbunden eine 16jährige Jugendliche aus Schweden, die mit ihrem konsequenten Handeln weltweite Bekanntheit erlangte und die wahrnehmbar viele PolitikerInnen zu entschiedenerem Handeln angeregt hat. Greta Thunberg wurde für viele Jugendliche und immer mehr Erwachsene ein Vorbild und Ansporn die eigenen Handlungen hinsichtlich klimafreundlichem Handeln zu hinterfragen und zu verstärken.

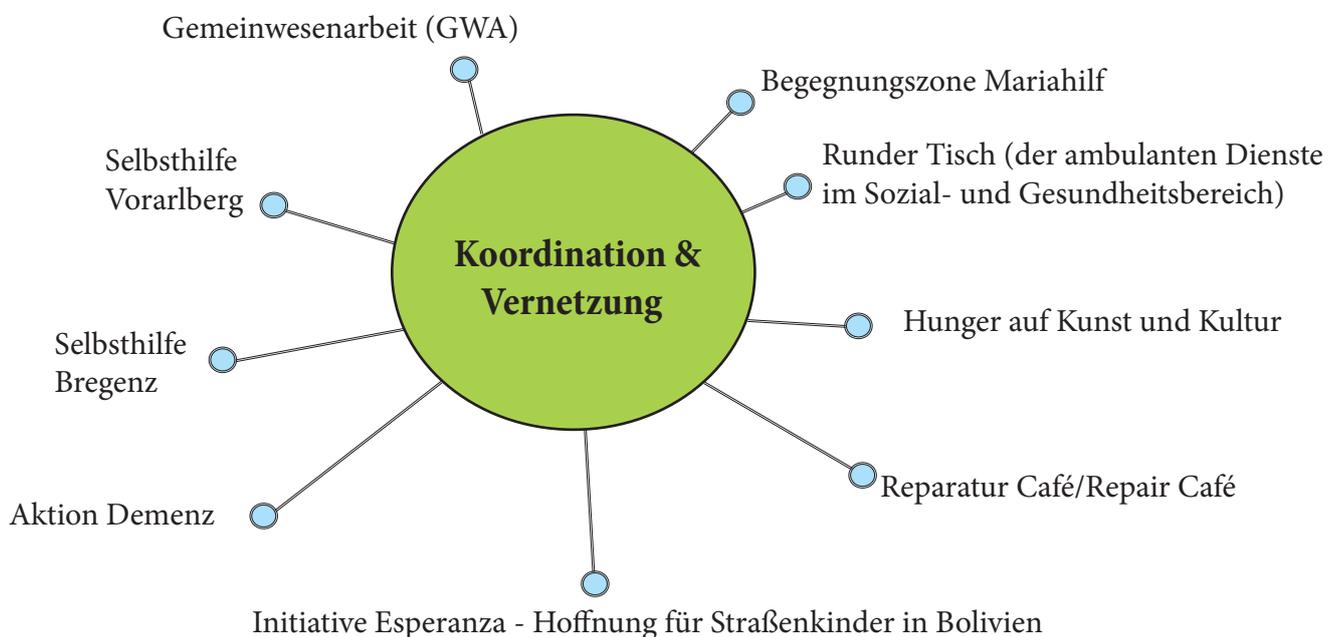
Selbst der Gründer und Vorsitzende vom Weltwirtschaftsforum Davos (Klaus Schwab) schreibt in einem Artikel von einem Greta Thunberg Effekt, der bei Unternehmen zuvor weniger wahrnehmbare Bestrebungen deutlich befeuert habe. Ein umfassendes Wertesystem von Unternehmen sei dadurch verstärkt oder neu inspiriert worden. Bei dem es nicht rein um Gewinn, sondern um die „gemeinsame Wertschöpfung“ (Umwelt, Soziales und Unternehmensführung) gehe.

Im Lebensraum Bregenz wird grundsätzlich „bürgerschaftliches Engagement“ und eine neue „Wertschöpfung“ unterstützt. Jedes Beispiel von konsequentem Handeln für ein positives Zusammenleben und eine enkeltaugliche Zukunft findet bei uns Unterstützung. Beispiele hierfür sind unsere zahlreichen Selbsthilfegruppen, die selbst Verantwortung übernehmen, die sich in ihrem Bereich engagieren und anderen Betroffenen Mut machendes Beispiel geben. Im „ReparaturCafé Bregenz“ werden monatlich alle möglichen Geräte repariert statt entsorgt und so beispielhaft im Kleinen Bewusstseinsbildung geleistet und ein Beitrag für die erwähnte enkeltaugliche Zukunft geleistet. Begegnung findet außerdem beim Club 85 plus, zahlreichen Vorträgen und Projekten statt, die von vielen, vielen freiwilligen HelferInnen unterstützt und ermöglicht werden. Die Aktion Demenz hat im Laufe der Jahre viel zur Bewusstseinsbildung und Enttabuisierung beigetragen. Der Pilotversuch vom „Musikkurier“ in Bregenz war ein berührendes Ereignis, das zur Fortsetzung animiert. Die Idee dahinter: ein Wohnzimmerkonzert bei MusikliebhaberInnen, die nicht mehr so mobil sind.

Zum Schluss eine ermutigende Erkenntnis aus dem Vortrag bei der Generalversammlung zum Klimawandel. Der Vortragende und Autor Christoph Drexel hat berichtet, dass Erfahrungen zeigen, dass als ein Ergebnis vom Engagement beim Klima nicht der Verzicht im Vordergrund steht, sondern das Ergebnis von dieser „bewussten Lebensführung“ ein MEHR an Lebensqualität zur Folge hat. Dies sind doch allerbeste Aussichten für das Jahr 2020 und unser weiteres Engagement, das einfach Freude macht.

Machen Sie sich auf den folgenden Seiten selbst ein Bild von den Aktivitäten, dem Geschehen im und um den Lebensraum Bregenz im Jahr 2019 und was alles an Positivem sichtbar wird! Ich freue mich auf die Beteiligung bei dieser positiven sozialen Wertschöpfung in und für Bregenz. Besonders freue ich mich, wenn wir uns dabei begegnen, zusammen arbeiten!

Peter Weiskopf



# Veranstaltungen



## Vorklöschtner Ostermärktle

7.4.2019 10 - 17 Uhr

- » zum 12. Mal durchgeführt
- » 30 Stände in den Räumlichkeiten Sozialzentrum-, Stadtteilzentrum-, und Pfarrsaal Mariahilf
- » HobbyhandwerkerInnen verkaufen ihre selbstgemachten Produkte
- » In allen Häusern Bewirtung mit Kaffee, Kuchen, Wienerle und Getränken, Mittagessen im Sozialzentrum Mariahilf



## Kinderflohmarkt beim Vorklöschtner Fescht

27.4.2019 10 - 13 Uhr

- » beim Stadtteilzentrum Mariahilf/Lebensraum Bregenz
- » durchgeführt mit 27 StändlerInnen beim Vorklöschtner Fescht (mit Fahrradmarkt, Akrobatik, Kulinarik, ...)



## Club 85 plus

14.3.2019 Frühlingscafé  
mit Stadtarchivar Thomas Klagian  
Vortrag, 100 Jahre Rieden Vorkloster bei Bregenz  
55 TeilnehmerInnen

### Ausflüge

- 13.5.2019 Ausflug nach Rankweil
  - » ins Restaurant Marktplatz, 47 TeilnehmerInnen
- 19.9.2019 Ausflug nach Oberstaufen
  - » in den Gasthof Adler, 45 TeilnehmerInnen



## Vorklöschtner Adventmärktle

24.11.2019 von 9 - 17 Uhr

- » Vorplatz der Kirche Mariahilf, Clemens- Holzmeister-Gasse, Mariahilfstraße und Friedhofgasse
- » 58 Marktstände, zum 19. Mal durchgeführt
- » vielseitiges Angebot von HobbykünstlerInnen dazu ein umfangreiches kulinarisches Angebot
- » Stadtkapelle Bregenz Vorkloster verbreitet vorweihnachtliche Stimmung + Gospelchor der Freien Christengemeinde singt ca. 1h
- » für Kinder: Kerzen ziehen
- » unterstützt von der Landeshauptstadt Bregenz, der Raiffeisenbank und Bregenser Unternehmen



## Schach im Park Mariahilf

7.9.2019 von 9 - 17 Uhr

- » In Kooperation mit dem Schachklub Bregenz
- » mit etwa 50 TeilnehmerInnen



## Seniorenerholung Ferien ohne Kofferpacken

3. - 7.6.2019

- » Salvatorkolleg in Hörbranz
- » Urlaubswoche für SeniorInnen
- » 15 Senioren fahren jeden Abend nach Hause und kommen am nächsten Tag wieder nach Hörbranz - jeweils mit dem Taxi
- » Gemeinschaft, Erholung, Abwechslung, ein Mittagsschläfchen, wenn es gewünscht wird, 3 Mahlzeiten
- » Organisation: Elisabeth Metzler
- » Begleitung: Maria Köllemann, Brigitta Moosbrugger und 2 Ehrenamtlichen
- » Selbstkosten für 5 Tage Euro 175,-/Person
- » Die Stadt Bregenz unterstützte diese Aktion finanziell

## Vorträge

---



7. März 2019

Wertschätzung, Beziehungsarbeit und Achtsamkeit in der Pflege

Referentin: Christine Sila, MSc; DGKP

In Kooperation mit dem Bildungshaus Batschuns

43 BesucherInnen

19. März 2019

Vortrag zum Weltglückstag: „Das Glück fängt beim Sprechen an“

38 BesucherInnen

Workshop dazu: 13. April TeilnehmerInnen 10 Personen

16. September 2019

Vortrag Angst Panik

Referent: Dr. Günther Krautgartner

36 BesucherInnen

26. September 2019

Finanzierung von verschiedensten Pflegemodellen

Referent: Josef Lang (BH Bregenz)

In Kooperation mit dem Bildungshaus Batschuns

48 BesucherInnen

31. September und 1. Oktober 2019

Demenz-Jeder kann etwas tun

Referent: Dr. Josef Bachmann

Zusammen 148 BesucherInnen



# Meldestelle für Glücksmomente

Die Meldestelle für Glücksmomente hat das Ziel, die kleinen, oft flüchtigen Glücksmomente des Alltags bewusst(er) zu machen. Anliegen der Meldestelle sind Achtsamkeit und Aufmerksamkeit für die kleinen Glücksmomente im Alltag. Diese wahrnehmen, sich ihrer bewusst werden und sie schätzen und nicht einfach als selbstverständlich „hinnehmen“. Das Positive soll beachtet, gefördert, gestärkt werden.

Die Meldestelle kann 365 Tage „rund um die Uhr“ elektronisch erreicht werden: Glücksmoment senden an: [gluecksmomente@lebensraum-bregenz.at](mailto:gluecksmomente@lebensraum-bregenz.at)



## Reparatur Café Bregenz

Ab Herbst 2017 wurden auf Initiative vom Lebensraum Bregenz Gespräche mit verschiedenen Personen und Institutionen geführt. Daraus entstand das „ReparaturCafé Bregenz“. Eine Gruppe engagierter Personen hat sich zum Ziel gesetzt, im Sinne von enkeltauglichem Engagement zur Umweltschonung beizutragen. Also: reparieren statt wegwerfen! Es ist eine gemeinnützige Initiative, bei der BesucherInnen alles reparieren können, was sie hertragen können. Ehrenamtliche Reparierer helfen dabei Mitgebrachtes selbst zu richten.

Das „ReparaturCafé Bregenz“ öffnet immer **am ersten Samstag im Monat von 9 bis 12 Uhr** seine Pforten (ausgenommen im Jänner & August) in der Vorklostergasse 51 in Bregenz (ehemals Wälderbahnremise) - Fahrradwerkstätte der Integra. Eröffnung war im Mai 2018. Auch das Gemütliche soll gepflegt werden. Es wird den Gästen Kaffee und Kuchen serviert.

**Einmalig an der ganzen Sache ist:** Die Reparierer arbeiten gratis und es ist Hilfe zur Selbsthilfe. Die Gäste helfen mit und lernen, wie repariert werden kann. Natürlich sind Spenden (für Werkzeugkauf etc.) willkommen.

**Ansprechperson:** Roswitha Steger, Tel. 0650/2647446

**Information:** Lebensraum Bregenz, Tel. 05574/52700

**ReparaturCafé**  
BREGENZ



## Aktion Demenz

Im Mittelpunkt der „Aktion Demenz“ steht die Vision, dass in Vorarlberg Menschen mit Demenz am öffentlichen und sozialen Leben ungehindert teilhaben können. Wir wollen damit einen Beitrag zur würdigen Versorgung und Integration von Menschen mit einer demenziell bedingten Veränderung und zur Unterstützung von deren Angehörigen in Vorarlberg leisten. In Bregenz koordiniert und organisiert der Lebensraum Bregenz die Aktivitäten.

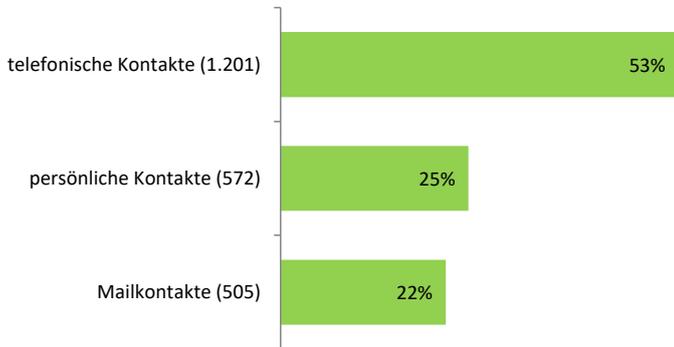
### 2019 sind hervorzuheben:

- Schwerpunktwoche mit der Bregenzer Gastronomie, rund um den Weltalzheimertag (21.9.). In Kooperation mit 20 Gastronomiebetrieben wurden rund 2.500 Personen erreicht.
- Diverse Vorträge: „Demenz, jeder kann etwas tun - Demenz durch Vorbeugen entgegenwirken“, „Wertschätzung, Beziehungsarbeit und Achtsamkeit in der Pflege“ & „Finanzierung von verschiedenen Pflegemodellen“
- Poetry Slam „Je ne regrette rien – ich bereue nichts“ eine Homage an Frau M. eine wahre Geschichte – Bücherei St. Gallus, Senioretheatergruppe „Vlbg. Spätlese“
- Musikalischer Hausbesuch – Kleines Wohnzimmerkonzert mit Kontrabass.
- Musikkuriere: die „Bregenzer Harfen Veehen“ haben adventliche Lieder im Café Herbstlicht gespielt und zum Mitsingen eingeladen. Musikkuriere: Ein Pilotprojekt, das 2020 regulär eingeführt und angeboten werden soll. Für MusikliebhaberInnen, die in ihrer Mobilität eingeschränkt sind.
- Demensch Karikaturen von Peter Gaymann – in einigen ehemaligen Geschäftslokalen, Stadtbibliothek, Bürgerhaus, mit durchwegs positiven Reaktionen.
- Volksschulprojekt: „Mein Opa sitzt in einem Zeitreisemobil“. Mit 2 Volksschulen und 5 Klassen wurden Stunden mit den Kindern (3. od. 4. Klassen) abgehalten.

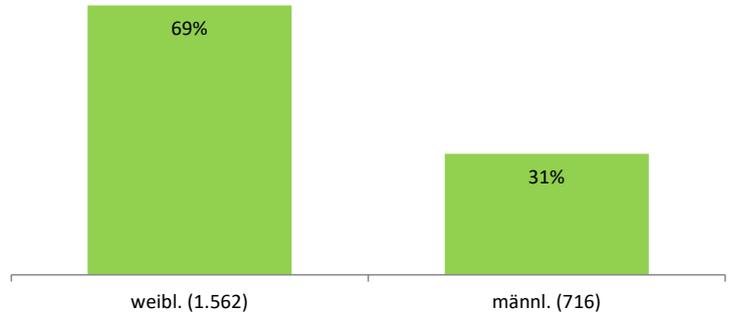
In den letzten 12 Jahren wurden von der Aktion Demenz über 30.000 Menschen erreicht. Dabei wurden sie auf die Thematik und Unterstützungsmöglichkeiten aufmerksam gemacht.

# Lebensraum in Zahlen

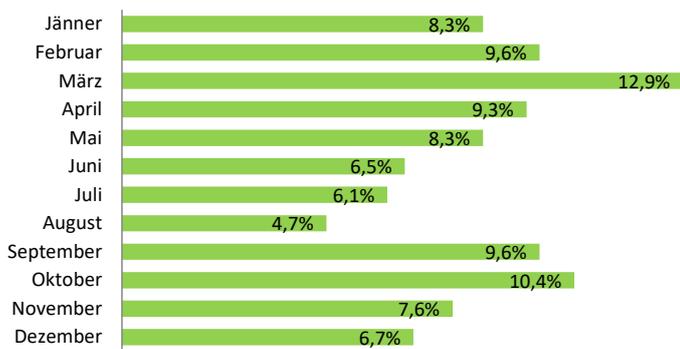
### Art der Kontaktaufnahme in %



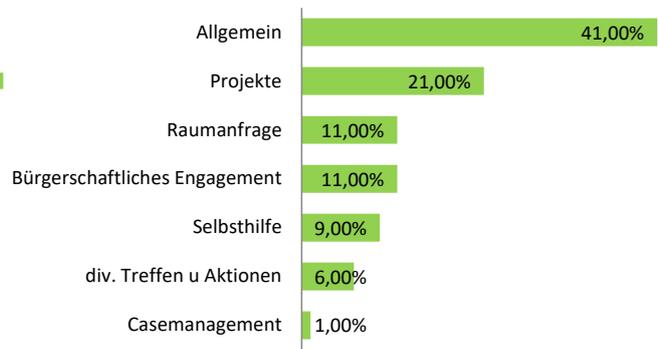
### Kontakte in %



### Kontakte nach Monaten in %



### Grund der Kontaktaufnahme in %

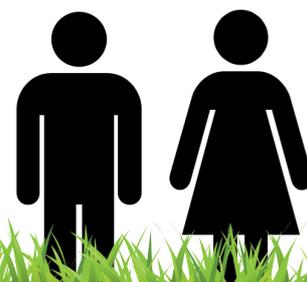


## Veranstaltungen Indoor



## Veranstaltungen Outdoor

10.208 Personen



# Bürgerschaftliches Engagement

Danke- und Austauschtreffen für die im Sozialbereich ehrenamtlich Engagierten in Bregenz.

Der Lebensraum Bregenz hat am 18. März 2019 ein Danke- und Austauschtreffen für ehrenamtlich Engagierte in Bregenz organisiert. Über 100 Personen folgten dieser Einladung.

Bürgermeister Markus Linhart bedankte sich herzlichst bei den Gästen für ihren wertvollen und hervorragenden Einsatz. Im Vortrag „Bregenz im Wandel“ von Stadtarchivar Mag. Thomas Klagian konnten die Gäste vieles über Bregenz aus den 30er/40er Jahren erfahren.

Danach beim köstlichen Buffet der Metzgerei Schmuck und der musikalischen Umrahmung durch Ernst Rahofer wurden viele anregende und unterhaltsame Gespräche geführt.

Herzlichen Dank allen Helferinnen und Helfern für das Gelingen dieser Veranstaltung und besonders an Ernst Rahofer, für seine musikalische Darbietung.

Wenn Sie Interesse haben, sich ehrenamtlich zu engagieren, wenden Sie sich bitte an den Lebensraum Bregenz,  
T 05574 52700 oder  
freiwillig@lebensraum-bregenz.at



## Ein großes Dankeschön an die ehrenamtlichen HelferInnen vom Lebensraum Bregenz

Anerkennung gebührt auch den ehrenamtlichen Helferinnen und Helfern vom Lebensraum Bregenz. Durch ihre hervorragende Unterstützung, mit insgesamt 571 Stunden ehrenamtlichen Einsatzes, konnten wir auch in diesem Jahr unsere Projekte, wie den Spielenachmittag, den Kinderflohmarkt, die Advent- und Ostermärkte bis hin zum Versand der Lebensraum Nachrichten, durchführen.

Als kleines Dankeschön wurden sie im Dezember, zu einem Danke Weihnachtsessen in Harry's Café, eingeladen.



## Lebensraum Bregenz

Clemens-Holzmeister-Gasse 2 6900 Bregenz  
05574/52700 lebensraum@lebensraum-bregenz.at

Öffnungszeiten:

MO und FR 9 - 12 Uhr

DI - DO 9 - 16 Uhr

und nach telefonischer Vereinbarung

Sommeröffnungszeiten während der Schulferien

Montag - Donnerstag 9 - 13 Uhr

Freitag 9 - 12 Uhr

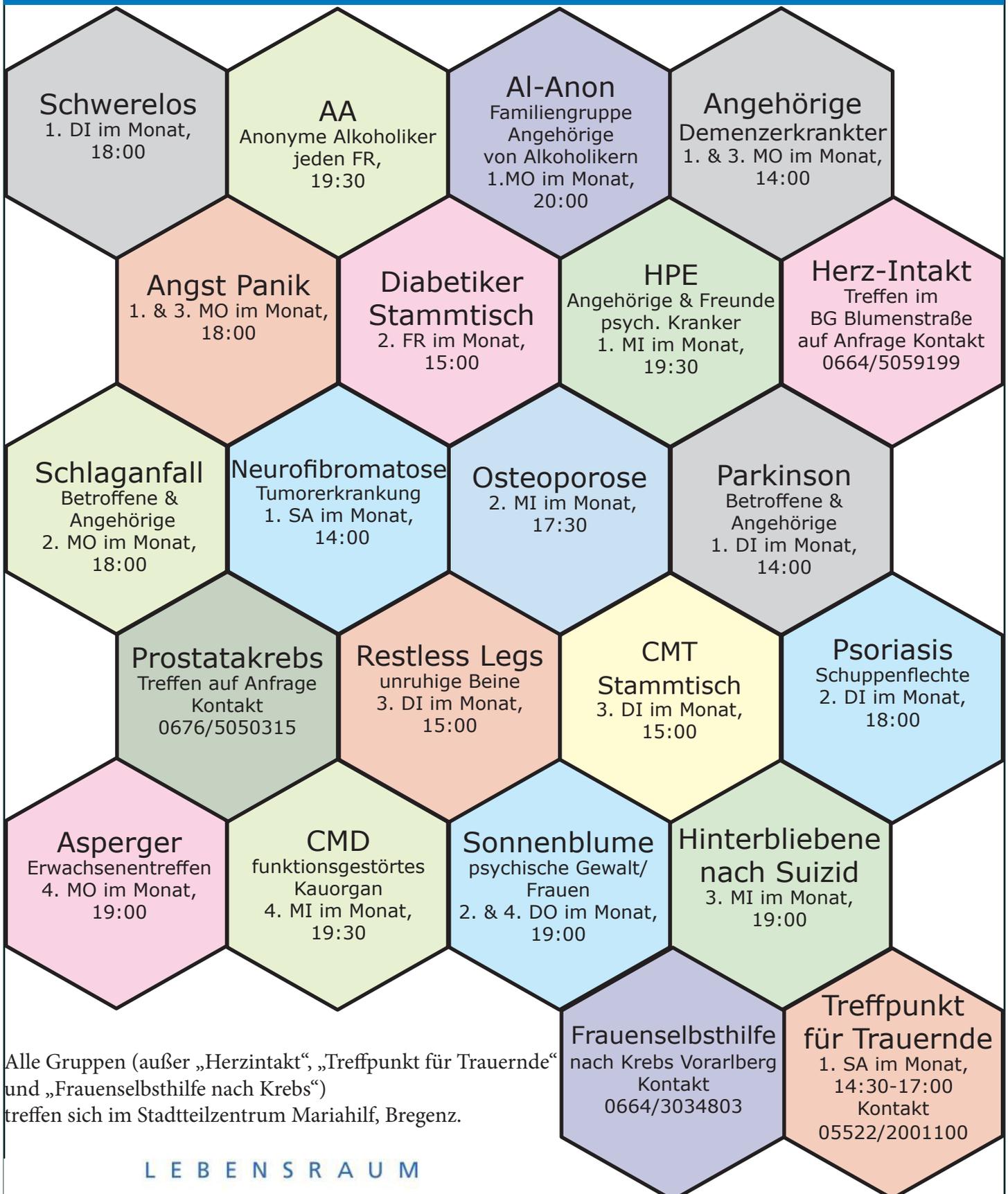


vlr: Florian Eberle, Elisabeth Schertler, GF Peter Weiskopf, Elisabeth Metzler

# Selbsthilfegruppen in Bregenz



Info unter [www.lebensraum-bregenz.at](http://www.lebensraum-bregenz.at), 05574/52700



Alle Gruppen (außer „Herzintakt“, „Treffpunkt für Trauernde“ und „Frauenselbsthilfe nach Krebs“) treffen sich im Stadtteilzentrum Mariahilf, Bregenz.

LEBENSRAUM



BREGENZ

sozialfonds  
gemeinden und land Vorarlberg  
unser Land

BREGENZ