

# Residenz Spiegel.

Das Magazin der VITALITY Residenzen.

Ausgabe 21  
August 2021

Hunger nach Kultur. Die Pandemie mit ihren vielen Lockdowns hat gezeigt, wie sehr den Menschen kulturelle Veranstaltungen fehlen.

Mehr auf Seite 2 »



## Aus dem Inhalt.

### 03 „Endlich gehts wieder los.“ Schauspielerin Selina Graf im Interview.



### 09 Warum in die Ferne reisen? Lieblingsplatzerl'n in Innsbruck.



### 10 Wasserreiche Lebensmittel. Farbenfrohes Wasser in bester Form.



## Einblicke und Ausblicke.

„Bilden Sie mal einen Satz mit pervers – Ja, meine Reime sind recht teuer: per Vers bekomm' ich tausend Eier“, so der Ringelnatz-Preisträger und Dichter Robert Gernhardt. Doch verdienen konnte man als Künstler in der letzten Zeit eher wenig.

Die vielen Lockdowns der Pandemie trafen die Kunst- und Kulturschaffenden stark. Theater und Museen waren geschlossen, Veranstaltungen wurden abgesagt. Auch bei vielen Menschen ist der Hunger nach Kulturgenuss groß. Aber jetzt herrscht eine Art Aufbruchstimmung in der Kulturszene. Museen und Theater öffnen. – Wir haben wieder einige Personen zum Interview gebeten, wie sie das letzte Jahr als Kulturliebhaber erlebt haben? Einhelliger Tenor: das kulturelle Leben hat gefehlt (*ab Seite 5*).

Aufbruchstimmung herrscht auch im Team des Residenz Spiegels. Ein Danke an Maurizio Cirillo, der einige Ausgaben sehr wesentlich mitgestaltet hat (*unter anderem das Re-Design des Residenz*

*Spiegels*). Er verlässt leider das Redaktionsteam und möchte sich in nächster Zeit voll und ganz seinen Kunstprojekten widmen. – Wozu in die Ferne reisen, wo es doch in der näheren Umgebung so viel Schönes zu entdecken gibt. Unsere Serie „Lieblingsplatzerl'n“ führt uns dieses Mal nach Innsbruck. (*Seite 9*).

EDITORIAL VON  
**GEORG AMSCHL**  
CHEFREDAKTEUR

Wenn Sie im Sommer unterwegs sind, sollten Sie darauf achten, viel Flüssigkeit zu sich zu nehmen. Auch Obstsorten enthalten sehr viel Wasser und sind außerdem farblich sehr ansprechend (*Seite 10*).

So wünsche ich Ihnen noch schöne Sommertage und viel Freude beim Lesen des „Residenz Spiegels“. Für Anregungen schreiben Sie bitte ein kurzes E-Mail an: [redaktion@seniorenresidenzen.co.at](mailto:redaktion@seniorenresidenzen.co.at)





## Ausgehungert nach Kultur. Eineinhalb Jahre Pandemie zeigten: Kultur fehlt!

"Kultur soll zum Denken anregen und gleichzeitig einen erfreuen. Wir als Museen und Kulturinstitutionen haben die besten Hygienekonzepte. Jeder Besuch einer Kulturinstitution ist ein sicherer Besuch", sagt Dr.<sup>in</sup> Danielle Spera, Direktorin des Jüdischen Museums Wien.

INTERVIEW: GEORG AMSCHL | FOTOS: CLEMENS FABRY, DAVID BOHMANN

**Hat Corona der Kultur geschadet?** Ich glaube nicht. Durch die langen Schließzeiten sind die Menschen geradezu ausgehungert nach Kultur und freuen sich auf Opernbesuche, Theateraufführungen, Konzerte, viele verschiedene Kulturereignisse und vor allem natürlich auf die Museen. Es war für viele eine richtige Durststrecke, die sie durchleben mussten, da sie keine Kultur konsumieren konnten.

**Was waren für Sie als Museumsdirektorin die wesentlichsten Einschnitte?**

Die wesentlichen Einschnitte für uns im Jüdischen Museum Wien waren die behördlich verordneten Schließungen. Die Tatsache, dass man keine Besucherinnen und Besucher empfangen konnte, bedeutete für jedes Museum eine große Niederlage. Als Jüdisches Museum Wien, sind wir auch ein wichtiger Ort für außerschulisches Lernen, daher waren die Schließungen eine zusätzliche Zäsur. Hier ist üblicherweise die sogenannte Holocaust Education einer unserer Schwerpunkte und der Empfang von Flüchtlingsgruppen aus dem Nahen Osten, die wir sonst regelmäßig begrüßen. Diese Programme konnten wir in den letzten eineinhalb Jahren nicht durchführen, was für Schülerinnen und Schüler ein großes Versäumnis war.

**Wie haben Sie persönlich das letzte Jahr erlebt?**

Wie alle anderen Menschen mit vielen Einschränkungen, aber auch einer großen Nähe zu meiner Familie. Meine Tochter hat im letzten Jahr maturiert, diese Zeit hat uns noch mehr zusammengeschweißt.

**Hat man im letzten Jahr auf die Künstler vergessen?**

Ich denke nicht, dass man auf die Künstlerinnen und Künstler

vergessen hat. In Österreich leben wir glücklicherweise in einer Situation, wo es viele Förderungen durch den Staat und verschiedene andere Organisationen gibt. Im Vergleich zu anderen Ländern, wo Künstlerinnen und Künstler oder auch Museumsmitarbeiterinnen und -mitarbeiter ihre Arbeit von heute auf morgen verloren haben und keine Anstellung mehr finden oder keine Förderungen bekommen, ist das Auffangnetz in Österreich ein sehr gutes. Wir können froh sein und dankbar, dass wir in diesem Land leben können.

**War und ist Corona auch eine Chance für Kultur neue Wege zu gehen?** Corona war wie jede Krise eine Herausforderung, gleichzeitig eine Chance für Veränderung, die Kultur konnte sich den digitalen Raum erobern. Im Jüdischen

Museum Wien sind wir seit Jahren virtuell sehr präsent, der digitale Raum ist für uns ein essentielles Standbein, das wir besonders für unsere Aktivitäten im Ausland nützen können. Wir haben während der Pandemie noch mehr digitale Führungen durchgeführt und unsere digitalen Angebote erweitert.

**Verspüren Sie derzeit eine Aufbruchstimmung?** Auf jeden Fall! Die Menschen atmen auf, es ist ein herrliches Gefühl wieder

Kultur zu genießen, wieder in die Oper, ins Theater gehen und Kultureinrichtungen besuchen zu können und das Sozialleben neu beginnen zu dürfen.

**Worauf freuen Sie sich am meisten?** Ich habe mich sehr gefreut, dass wir das Museum wieder öffnen konnten. Das ist für uns das Allerwichtigste. Persönlich freue ich mich darauf, wieder ausgehen zu können und meine Freundinnen und Freunde treffen zu können.



Museum Dorotheergasse  
Ausstellung über die **Salzburger Festspiele** und deren jüdische Gründer.

Museum Judenplatz  
Ausstellung, über das **jüdische Mittelalter** und eine weitere Ausstellung über **Jewgenji Chaldej** (Fotograf), der den Kampf um Wien 1945 fotografisch dokumentierte.

Infos und Öffnungszeiten finden Sie auf der Website: [www.jmw.at](http://www.jmw.at)



## Schauspielerin Selina Graf: „Endlich geht's wieder los.“

Als „Conny“ in der ORF-Serie „Walking on Sunshine“ hatte Selina Graf Ihre ersten großen Sternstunden als junge Schauspielerin. Die dritte Staffel ist demnächst zu sehen.

TEXT: GEORG AMSCHL, FOTOS: MAURIZIO CIRILLO

Im Theater in der VITALITY Residenz Am Kurpark Wien fühlt sich die gebürtige Salzburgerin wohl, kennt sie doch die Residenz mittlerweile recht gut. Zum einen weil in der Residenz Teile der zweiten Staffel der Serie „Walking on Sunshine“ im August 2019 gedreht wurden und zum anderen weil hier ihr Opa nun seit einigen Jahren wohnt. Als Filmschauspielerin hatte Selina Graf glücklicherweise, Corona bedingt, nur eine „kurze Drehpause von drei Monaten“, aber die plötzlichen Einschränkungen im Privatleben waren für sie schwieriger. „Eine Sache machte mich zu Beginn der Pandemie schon traurig“, erzählt Graf, „In einer Zeitung las ich, welche die systemrelevantesten Berufe sind. Hier wurden natürlich zuerst Ärztinnen und Pflegepersonal angeführt, aber an letzter Stelle dieser Aufzählung standen die Künstlerinnen. Aber was haben wir während des Lockdowns gemacht? Wir haben gelesen, Musik gehört und uns Filme angeschaut. Irgendwie war so vielen Menschen nicht bewusst, dass dahinter Berufe stehen.“ Betroffen machte Graf, dass vor allem kleine Bühnen und Theaterschaffende und Kabarettistinnen sehr wenig unterstützt wurden.

### Aufbruchstimmung nach dem Lockdown?

„Ich hatte kürzlich ein Theatervorsprechen. So etwas hatte ich auch schon lange nicht mehr“, sagt Selina Graf, „Aber das Erstaunliche ist, man spricht über ein Projekt, das zu 99 Prozent stattfinden wird. Man spricht nicht mehr, dass das irgendwann stattfinden könnte. Es wird alles wieder konkreter und die Stimmung ist definitiv anders. Endlich geht's wieder los!“

**Braucht Kultur Provokation?** „Ist es Provokation, wenn wir nackte Frauen auf der Bühne sehen? Mich provoziert es nicht. Und wenn es jemanden provoziert, ist es, glaube ich, sehr wichtig. Ich merke einen wahnsinnigen Umschwung in meiner Generation was Toleranz wirklich allen gegenüber betrifft“, so Selina Graf. Gerne würde sie mit mehr Regisseurinnen arbeiten und wünscht sich, dass jede Rolle von jedem Geschlecht gespielt werden kann.



## Perspektiven.



KOLUMNE VON  
**SILVIA LECHNER &  
MANFRED VOGL**  
GESCHÄFTSFÜHRUNG

### Sehr geehrte Leserinnen und Leser!

Ungewöhnliche Zeiten liegen hinter uns. Vieles ist in den vergangenen Monaten anders gekommen, als so mancher es sich von uns vorgestellt hatte. Doch nun blicken wir in diesen Sommermonaten voll Optimismus in die Zukunft. Vor allem durch die 3-G-Regel („geimpft, getestet, genesen“) ist überall eine leichte Aufbruchstimmung spürbar. Theater- und Kultureinrichtungen können wieder öffnen. Das bedeutet auch für unsere VITALITY Residenzen wesentliche Erleichterungen. So können wir wieder kulturelle Veranstaltungen und Ausflüge durchführen. Alle kulturellen Angebote finden Sie wieder auf unserer Homepage und auf der neuen „Life App“.

Die Lebensqualität, wie sie vor Corona herrschte, kehrt nun langsam wieder zurück. So groß die Einschränkungen auch während der „Lockdowns“ waren, so konnten unsere Bewohnerinnen und Bewohner zum Beispiel in der VITALITY Residenz Am Kurpark Wien weiterhin in Bewegung bleiben – in unserem Trainingszentrum, ausgestattet mit speziellen für Senioren entwickelten Fitnessgeräten, sowie im hauseigenen Schwimmbad.

In der VITALITY Residenz Veldidenapark Innsbruck wird derzeit die Infrastruktur revitalisiert und das Angebot erweitert. So steht bald auch unseren Bewohnerinnen und Bewohner in der Residenz in Innsbruck ein Fitnessraum mit speziell entwickelten Trainingsgeräten zur Verfügung. Mit „VITALITY Physiotherapie - Ihr Wahltherapeuten-Team“ ist es uns gelungen umfassende therapeutische Leistungen aus einer Hand in der Residenz in Wien anbieten zu können.

Digitalisierung ist die Zukunft. Mit „Life App“ konnten wir eine innovative Applikation (App) der VAMED für die VITALITY Residenzen übernehmen. So kann „Life App“ auf Ihrem Smartphone, Sie zum Beispiel an die Einnahme von Medikamenten erinnern oder Sie können darüber Befunde abrufen oder sich einfach über Termine in der VITALITY Residenz informieren bzw. einen Virtual Visit oder einen Termin im Team Gesund buchen. Die „Life App“ gibt es kostenlos im AppStore oder bei GooglePlay zum Downloaden.

Wir freuen uns Sie in den VITALITY Residenzen begrüßen zu dürfen und wünschen Ihnen einen schönen Sommer.

*Lechner*

Dr.<sup>in</sup> Silvia Lechner

*ll-Hog*

Mag. Manfred Vogl



## Kultur hat viele Gesichter.

Für Felix (96) und Inge (89) ist es bedeutsam den Begriff Kultur nicht nur auf Schauspiel, Musik und Malerei zu beschränken. Sie haben sich ein ganzes Leben lang mit Kulturen anderer Länder auf ihren Reisen beschäftigt. Insbesondere Afrika hat die beiden fasziniert.

TEXT: ALEXANDRA RAIDL | FOTOS: MAURIZIO CIRILLO

### Niemand wird kultiviert, sondern jeder hat sich selbst zu kultivieren. Was meinen Sie?

Felix: Durch den Besuch der Oberschule mit Internat hatte ich besondere Möglichkeiten, mich unter anderem mit Musik, Dichtung und Malerei auseinander zu setzen. Die eigene Veranlagung muss gefördert werden, man braucht ein Umfeld, das einen zur Kultur führt. Wir konnten ausprobieren und wurden zugleich mit der Kulturgeschichte vertraut gemacht.

Inge: Ich habe das Gymnasium in Mödling gemacht, da ich 1932 geboren wurde, war vieles nicht möglich. Erst später, als ich in die Provinz gegangen bin (zuerst Kärnten, dann hauptsächlich Tirol) habe ich eine andere Form der Kultur kennengelernt: Trachten, alte Möbel, Bauernhöfe. Was die ländliche Kultur bietet, ist enorm. Besonders die Natur – zu sehen, was wächst, was blüht, ist mir immer schon sehr wichtig gewesen.

### Hat Corona der Kultur geschadet?

Felix: Wir hoffen nicht. Wir haben sehr intensiv die Angebote der Kultursender genutzt. In unserer Altersklasse ist diese Möglichkeit ideal. Man kann trotz mancher körperlicher Probleme eine Vielfalt an kulturellen Ereignissen miterleben. Gerade in den vergangenen Monaten war das Fernsehen ein besonders wichtiger Ersatz, durch das Angebot habe ich nichts vermisst.

Inge: Ich schon, denn wenn ich ins Theater gehe, dann stimme ich mich schon zu Hause darauf ein, ziehe mich gut an, gehe in ein Restaurant essen. Dann ist es ein schöner Abend, von dem ich lange zehren kann. Das hat mir schon gefehlt.

### Muss Kultur provozieren oder muss sie schön sein?

Felix: Sie muss beides. Doch wenn mir etwas nicht gefällt, kann ich beim Fernsehen leichter wechseln. Im Theater kann ich nicht den Saal verlassen. Ich bin ein verwöhnter Zuhörer, ich mag es, wenn ein Musikstück so gespielt wird, wie ich es kenne.

Inge: Wenn man das Stück nicht gesehen hat, kann man sich kein Urteil erlauben. Manchmal haben mein Mann und ich sehr unterschiedliche Anschauungen. Doch eine langjährige Ehe (71 Jahre) macht das erst spannend. Wir diskutieren, ohne dass einer von uns sogleich sein „Ego“ verliert.

### Brauchen Schauspieler oder Musiker ein Publikum oder reicht virtuelles Konsumieren aus?

Felix: Ich habe Bernstein erlebt, als er selbst seine Stücke dirigiert hat. Das war ein ganz anderes Erlebnis, als wenn ein fremder Dirigent die Stücke interpretiert. Man geht zum jeweiligen Künstler oder Dirigenten, nicht nur zum Stück. Und auch Schauspieler brauchen ein Publikum.

### Was waren Ihre Beweggründe, in die VITALITY Residenz zu ziehen?

Inge: Wir sind in einem Alter, in dem es einmal ohne Pflege nicht gehen wird, darum sind wir in die VITALITY Residenz gezogen. Wir wollten in ein Haus mit betreutem Wohnen mit angeschlossenen Pflegebereich. Unsere Tochter und Enkelin wohnen in Wien. Wir können unsere Sozialkontakte von hier aus wunderbar pflegen.

Felix: Wir wollen die VITALITY Residenz zu unserem Mittelpunkt machen; mitentscheidend für die Wahl war unter anderem die Präsentation des Kulturkalenders sowie die mitwirkenden Künstler im Theater Am Kurpark.



### Felix und Inge

„Wir waren oft in Afrika, konnten die Natur erleben und die Kultur der Menschen kennenlernen. Im Laufe unserer vielen Reisen haben wir eine Sammlung verschiedener Masken zusammengetragen, die für uns eine große Bedeutung hat“, so Inge.



## Die Natur war im Lockdown meine Kultur.

Helga (85) hat die Zeit des Lockdowns in ganz besonderer Art für sich erlebt. Die Kultur hat sie sehr vermisst, doch eingeschränkt fühlte sie sich nie. Hier in der Residenz in Oberlaa ist sie glücklich. Sie hat für sich und ihre vielen Bilder das perfekte Apartment gefunden.

TEXT: ALEXANDRA RAIDL | FOTOS: MAURIZIO CIRILLO

### Wie wichtig ist Ihnen persönlich Kunst und Kultur?

Helga: Sie ist mir sehr wichtig – sie ist Teil unseres Denkens und Handelns und unserer Freizeitgestaltung. Ich habe schon früher sehr viele Reisen unternommen und bin so mit verschiedenen Kulturen in Berührung gekommen. Ich habe nicht direkt gelitten unter den Einschränkungen, doch habe ich manches nicht verstanden. Die Sicherheitskonzepte der Theater- und Konzertveranstalter haben im Herbst so gut funktioniert. Im Mai habe ich dann viele Besuche sofort nachgeholt.

### Wird man kultiviert oder kultiviert man sich selbst?

Helga: Ich habe mit 14 Jahren im Jahr 1950 in einem großen Wiener Kaufhaus im Büro zu arbeiten begonnen. Eine wenige Jahre ältere Kollegin hat mich zu Veranstaltungen mitgenommen, wie zum Beispiel auf den Stehplatz ins Ronacher, welches damals ja von den Burgtheaterschauspielern der alten Garde genutzt wurde. Meine Freundin und ich wollten sogar einmal Albin Skoda Blumen bringen, doch vor seinem Wohnhaus hat uns dann der Mut verlassen. Wir haben sie nur vor die Haustüre gelegt. Mein Vater weckte in mir das Interesse für klassische Musik, er war auch in einem Chor.

### Ist es die Aufgabe der Kultur, das soziale Gewissen und die soziale Moral zu entwickeln und zu stärken?

Helga: Ja dem stimme ich unbedingt zu. Der Lockdown hat die Vielfalt der Kunst und Kultur geschmälert. Die großen Häuser sind schon vorbereitet und können wieder beginnen, doch ob die vielen kleinen Gruppen wieder alle auf die Beine kommen, bezweifle ich.

### Wie erlebten Sie persönlich das letzte Jahr?

Helga: Ich habe sehr viel gelesen und die Natur durch meine regelmäßigen Spaziergänge als Form der Kultur genos-

sen. Die herrliche Lage der Residenz zwischen den Feldern, Weinbergen und dem Liesingtal ist schon hervorragend geeignet für lange Spaziergänge. Ich habe mich weder physisch noch psychisch einengen lassen. In meinem Jahrgang ist es wichtig, die Zeit zu nutzen. So habe ich das Beste aus der Situation gemacht. Ich hatte keine Angst, doch ich war auch vorsichtig. Mit der Impfung sollte es gelingen, dass wir unsere Alltagskultur, unser Alltagsleben retten können.



### Worauf freuen Sie sich nach den Lockdowns?

Helga: Mir fehlte das Reisen, da ich sehr gerne ins Ausland reise. Ich habe viele Jahre in Israel gelebt, kann derzeit leider nicht hinfahren. Es freut mich, dass nun in der Residenz wieder Veranstaltungen angeboten werden können. Ohne die war es schon sehr traurig.

### Muss Kultur gegen den Strich gebürstet werden?

Helga: Ich besuche sehr gerne Theater in Wien, doch ich meide bestimmte, in deren Stücke Liebesszenen oder Gewaltszenen so dargestellt werden, dass sie mich eher abstoßen. Manche Regisseure wollen nur provozieren, das ist schade.

### Helga

„Nach 23 Jahren mit meinem Mann in Israel habe ich mich nach seinem Tod für Wien entschieden. Mir war es wichtig, diesen neuen Lebensabschnitt bewusst zu gestalten. Man muss sich rechtzeitig entscheiden. Und ich wollte diesen Wohnungswechsel vornehmen, so lange ich noch voll in der Lage dazu bin, alle Entscheidungen selbst zu treffen“, sagt Helga.

## „Rosenkavalier“ als Einstiegsdroge.

Seit einigen Jahren lebt Peter (75) in der VITALITY Residenz Am Kurpark. Es war eine bewusste Entscheidung für den Kulturliebhaber.

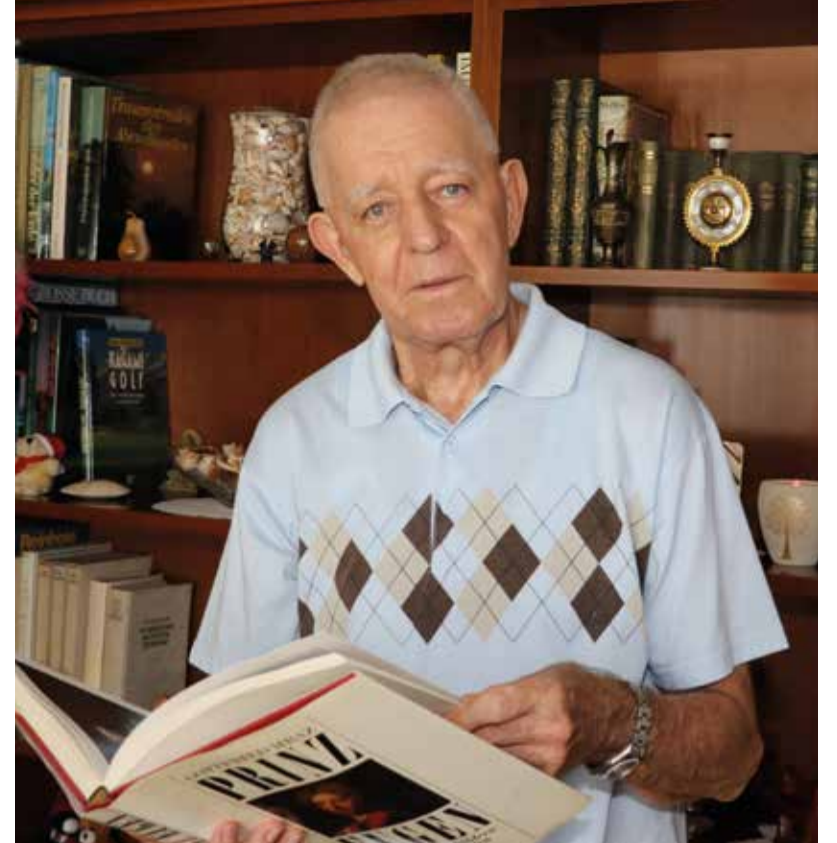
TEXT & FOTOS: GEORG AMSCHL

Seit frühester Jugend ist Peter von Kunst und Kultur begeistert. „Schon als Schüler in der Oberstufe bin ich immer ins Theater und in die Oper gegangen. Wir haben damals in der Schule immer Stehplatzkarten für das Burgtheater und die Oper bekommen und ich war der Einzige in meiner Klasse der die Karten genommen hat“, erzählt Peter. Er habe diese „alten Stücke“ in ihrer Ursprünglichkeit sehr geschätzt. Stücke, die in die heutige Zeit mit neuem Kontext transformiert werden mag er nicht. Er habe nichts dagegen, wenn die Sänger in Jeans und T-Shirt auftreten, aber „mit Mantel und Maschinenpistole“ müsse es nicht sein.

„Eigentlich bin ich durch meinen Vater in die Oper gekommen. Dieser hat einmal – ich weiß nicht woher er die Karten hatte – zwei Sitzplatzkarten für den Rosenkavalier gehabt. Ich war so fasziniert davon, dass ich später immer wieder in die Oper wollte“, sagt Peter.

### Historie hinter dem Kunstwerk

„Meine Frau und ich sind gerne zu Kulturveranstaltungen – Konzert, Oper und Theater – gegangen. Aber auch Museen begeisterten uns sehr. So bin ich noch immer Mitglied bei den Freunden des Kunsthistorischen Museums Wien“, sagt Peter. Sein erster Kulturbesuch nach den vielen Corona bedingten Schließungen führte ihn daher in das fast leere Kunsthistori-



sche Museum. Hier im Kunsthistorischen Museum liebt er vor allem die Führungen, die von unterschiedlichen Fachleuten in regelmäßigen Abständen zu bestimmten Themen stattfinden. „Dabei hat man sehr viel über die Hintergründe der Entstehung gelernt. Wenn ich nun im Museum vor einem Bild stehe, dann sehe ich es mit ganz anderen Augen“, so Peter.

Mit seiner Frau hat er sehr viele Reisen unternommen, in die Toskana, nach London, Schottland oder Südafrika und nach Amerika. „Man sagt zwar immer Amerika hat keine Kultur“, erzählt er lachend, „aber man muss nur näher hinschauen. Es gibt sie.“ Beide waren sie keine Touristen, die gerne in Gruppen unterwegs waren, weil er „habe es gehasst hinter dem Fähnchen herzulaufen und dann für zehn Minuten das eine oder andere betrachten zu können.“ Alle ihre Reisen haben sie immer auf eigene Faust geplant.

### Corona und die Kultur

„Das letzte Jahr hat mich schon sehr getroffen, da mir das ganze kulturelle Leben schon sehr gefehlt hat“, sagt Peter nachdenklich. Mit Kultursendungen im Fernsehen und CDs hat er sich über diese Zeit hinweggeholfen. Kulturschaffende brauchen Publikum und Übertragungen im Fernsehen können immer nur ein Ersatz sein. „Ich glaube, dass es einige Zeit dauern wird, bis sich das Kulturleben wieder voll entfalten wird“, so Peter.

Interview

6

RESIDENZ  
SPIEGEL



Peter

„Ich bin kein Anhänger der modernen Kunst. Diese hat durchaus ihre Berechtigung. Aber vielleicht bin ich schon etwas zu alt dafür“, sagt Peter und ergänzt, „Meine Lieblingsoper ist 'Lucia di Lammermoor' von Gaetano Donizetti.“

## Wordrap.

Wir haben Felix, Inge, Helga, Peter und Frieda zum Wordrap gebeten. Das ist ihnen dazu eingefallen:

### Kultur ist ...

Felix & Inge: „... unbedingt erforderlich in aller Bandbreite.“

Helga: „... lebensnotwendig.“

Peter: „... Erlebnis.“

Frieda: „... lebensnotwendig.“

### Sommer ist ...

Felix & Inge: „... Erlebnis.“

Helga: „... herrlich.“

Peter: „... angenehm.“

Frieda: „... Blütezeit.“

### Ich mag gerne ...

Felix & Inge: „... alles.“

Helga: „... Reisen“

Peter: „... frische Luft.“

Frieda: „... Bücher.“

### Künstler sind ...

Felix & Inge: „... Ausnahmeerscheinungen und Vorbilder.“

Helga: „... wichtig.“

Peter: „... wirkliche Köenner.“

Frieda: „... etwas Besonderes.“

### Am liebsten esse ich ...

Felix & Inge: „... Frutti di mare und alle italienischen Speisen.“

Helga: „... Fisch.“

Peter: „... fast alles.“

Frieda: „... Kartoffeln.“

### Wenn ich jung wäre, würde ich ...

Felix & Inge: „... genau so leben.“

Helga: „... den selben Lebensweg einschlagen.“

Peter: „... nur Kleinigkeiten anders machen.“

Frieda: „... mehr wandern.“



## Kultur ist ein hohes Allgemeingut.

Seit drei Jahren lebt Frieda (88) in der VITALITY Residenz Veldidenapark Innsbruck. Sie freut sich schon sehr auf den ersten Theaterabend nach Corona. Eine kulturelle Aufführung vor Ort zu erleben statt nur im Fernsehen, ist ein besonderes Erlebnis, das sie sehr vermisst hat.

TEXT & FOTOS: CARMEN WACHTER-STOFFANELLER

### Was bedeutet für Sie Kultur?

Frieda: Kunst und Kultur ist für mich sehr wichtig. Kultur ist ein hohes Allgemeingut, an dem teilzuhaben, jeder Freude empfinden darf. Es zu bewahren, wo es einem möglich ist, ist eine schöne Aufgabe.

### Hatte in Ihrer Familie Kunst und Kultur einen hohen Stellenwert?

Frieda: Die Familie war ein „guter Nährboden“ und trug dazu bei, in mir Verständnis für Kulturelles zu wecken. Ich hatte viele Jahre ein Theater- und Konzerttabu und war oft in der Stadtbücherei zu finden. Meinem Mann und mir war es ein großes Anliegen, unseren Kindern Interesse und Liebe (z.B. für Musik, Malerei, Baukunst etc.) zu vermitteln, was sich auch z.T. in deren Berufswahl niederschlug.

„Die Aufgabe der Kultur ist es, im Menschen das soziale Gewissen und die soziale Moral zu entwickeln und zu stärken und alle Fähigkeiten und Talente des einzelnen zu organisieren.“, so Maxim Gorki.

Frieda: Das ist sicher richtig. Aber kann das immer gelingen, wenn etwa Armut, Krankheit und Kriege das nicht ermöglichen? Die Gedanken gehen dann vielleicht andere Wege, Wege der Sorge und Verzweiflung. Es schwindet vielleicht das Interesse für Kunst und Kultur, wenn Menschen schwere Zeiten durchleben müssen. Es ist jedoch durchaus möglich, dass ein schönes Buch, der Besuch eines Museums oder Theaters auch Trost spenden können. In Kriegszeiten versuchte man immer die Menschen durch künstlerische Angebote (Film, Kabarett, Fronttheater) abzulenken und zu zerstreuen.

### Hat Corona der Kultur geschadet?

Frieda: Ich denke, dass das ein guter Vergleich ist und durch

Corona vieles „zertreten“ wurde, aber man sieht und hört wieder überall „das Gras wachsen“. Vielleicht hat Corona auch ein Umdenken bewirkt, dahin, dass nicht alles und überall und in so übermäßigem Maß sein muss. Vielleicht gibt es künftig eine neue „Bescheidenheit“, ein Neu- und Umdenken.

Die Aufzeichnungen kultureller Veranstaltungen, die während der Pandemie im Fernsehen gezeigt wurden, waren zwar ein willkommener Beitrag der Kulturschaffenden. Sie können aber niemals den Kontakt mit dem Publikum, den die Kunstschaffenden „wie das Brot“ brauchen, ersetzen.



### Was waren Ihre Beweggründe in die VITALITY Residenz zu ziehen?

Frieda: Für mich gab es einen großen Beweggrund: Das „Gut aufgehoben sein“. Ich lebte zuvor alleine in einer viel zu großen Wohnung und fühle mich nun hier in meinem kleinen Apartment in der Residenz sehr geborgen mit dem Wissen, selbständig leben zu können, nicht alleine zu sein und jederzeit auf Gesellschaft und Unterstützung für die täglichen Dinge des Lebens zurückgreifen zu können.

### Frieda

Kunst muss nicht unbedingt „schön“ sein. Viele Kunstschaffende haben ja seit jeher Negatives und Verstörendes geschaffen: etwa Krieg und Zerstörung in der Malerei oder Drama und Tod in Opern und Theaterstücken.



BILDNACHWEIS: MORITZ SCHELL (1), ALEXANDRA RAIDL (1), THEATER IN DER JOSEFSTADT (1), INNSBRUCK TOURISMUS, CHRISTOF LACKNER (2), CHRISTIAN VORHOFFER (1), TOM BAUSE (1), MONZ (1)

## Die Spätfolgen für die Kultur sind noch nicht absehbar.

VON ALEXANDRA RAIDL

„Corona soll im Hinblick auf die Kultur nicht überbewertet werden“, sagt Schauspieler Michael Dangl. Seit 1998 ist er Ensemblemitglied am Theater in der Josefstadt und gern gesehener Gast im Theater in der VITALITY Residenz Am Kurpark Wien.



### Michael Dangl

demnächst zu sehen im Theater in der Josefstadt in „The Parisian Woman“ von Beau Willimon und in „Der ideale Mann“ von Oscar Wilde.

In München ist Dangl in der Wiederaufnahme von „My Fair Lady“ als Professor Higgins zu sehen.

### Hat Corona der Kultur geschadet?

Ich weiß es nicht. – Der Umgang mit der Pandemie hat vielen Künstlern und Kulturschaffenden geschadet. Die Folgen für die Kultur an sich werden sich erst später zeigen. Vielleicht hat der Hunger nach ihr rückblickend ihr sogar geholfen. Wir stecken noch zu sehr drin.

### Was war für Sie der wesentlichste Einschnitt?

Der härteste Schnitt war die Schließung des Theaters zwei Tage vor der Premiere „Geheimnis einer Unbekannten“ von Christopher Hampton nach Stefan Zweig in der Josefstadt im März 2020. So schwer, bizarr und mitunter grotesk alles Spätere war: das war der tiefste Fall, der stärkste Einschnitt. Man fiel ins Bodenlose.

### Wie haben Sie persönlich das letzte Jahr erlebt?

Sehr arbeitsam und reisefreudig. Ich durfte zwei Uraufführungen in der Josefstadt spielen, viele Konzerte und Lesungen und Sprachaufnahmen machen, mich um die Veröffentlichung von zwei Büchern kümmern, einen Film in Grado drehen, der am 4. Juli um 22 Uhr in ORF2 zu sehen war („Sehnsucht nach Grado“), einen „Tatort“, „Vienna Blood“ ... und ich konnte fast drei Monate das Leben in St. Petersburg genießen. – Ich habe wahrlich keinen Grund zu klagen.

### Hat man im letzten Jahr auf die Künstler vergessen?

Künstler definieren sich unter anderem dadurch, im öffentlichen Bewusstsein nicht oder stark verzerrt vorzukommen. Es gibt keinen Bezug zwischen Künstlern und denen, die ihnen Geld geben. Es gibt nur die Pflicht der einen, die Künstler zu fördern - und keinerlei Gegenverpflichtung der anderen.

Kunst ist frei und inhaltlich unabhängig und fernab aller politischen Dimensionen.

### War und ist Corona auch eine Chance für Kultur neue Wege zu gehen?

Jeder Morgen ist eine neue Chance und eine neue Gefährdung. Man sollte Corona in Hinblick auf die Kultur nicht überbewerten.

bewerten.

### Verspüren Sie derzeit eine Aufbruchsstimmung?

Nein.

### Wie nehmen Sie die Stimmung unter Kolleginnen wahr?

Wir freuen uns, einander zu sehen und vor Publikum arbeiten zu können.

### Auf was freuen Sie sich am meisten?

Auf meine Sommerengagements (Festwochen Gmunden, Kultursommer Semmering, Styriarte, Theater im Park ...) und den Wiederbeginn in der Josefstadt und am Staatstheater am Gärtnerplatz in München.

theater am Gärtnerplatz in München.

### Was sagen Sie all jenen, die kulturelle Veranstaltungen in letzter Zeit so vermisst haben?

Schön, dass Sie wieder da sind!

### Können wir ohne Kultur bzw. kulturelle Veranstaltungen leben?

Vegetieren ja, leben nein.

### Muss Kultur provozieren oder muss es „schön“ sein?

Kultur darf alles und hat alles sein zu können. Mein persönlicher Geschmack definiert die Grenze von Fall zu Fall. Das ist nicht zu verallgemeinern.

### Was würden Sie gerne spielen?

Julien Assange.







# Warum in die Ferne reisen? Lieblingsplatzerl'n in Innsbruck.

VON CARMEN WACHTER-STOFFANELLER

Hier im Herz der Alpen vereinen sich Kultur, Berge und die Liebe zum Sport auf einzigartige Weise. Die ehemalige Olympiastadt erwartet ihre Gäste nicht nur mit moderner Architektur sondern auch mit prachtvolle Bauten aus der Kaiserzeit.



## Das goldene Dachl

2.657 vergoldete Kupferschindel schmücken den Prunkerker inmitten der mittelalterlichen Häuser und Laubengänge in der historischen Altstadt mit Darstellungen seines Erbauers Kaiser Maximilian und seiner Gattin Bianca Maria Sforza.



## Kaiserliche Hofburg

1500 von Kaiser Maximilian erbaut, wurde sie später von Kaiserin Maria Theresia im Stil des Neubarocks bzw. unter Kaiser Franz Joseph im Rokokostil umgebaut. Heute ist sie für Großveranstaltungen und touristische Besichtigungen geöffnet.



## Sprungschanze Bergisel

Das 2001 erbaute Meisterwerk der irakisch-britischen Stararchitektin Zaha Hadid vereint alle Sparten der Baukunst (Brücken, Hoch- & Stahlbau) genial. Im integrierten Restaurant hoch über Innsbruck haben die Besucher einen fantastischen Ausblick.



## Kaiserliche Hofkirche

In der Kaiserlichen Hofkirche stehen 28 schwarze Männer Wache, deshalb nennt sie der Innsbrucker Volksmund „Schwarzmanderkirche“. Die lebensgroßen Bronzefiguren bewachen den Sarkophag des Kaisers, der kurioserweise leer ist.



## Innsbruck

Hauptstadt des Bundeslandes Tirol

Fläche: 104,91 km<sup>2</sup>  
Einwohner: 131.059

Innsbruck liegt auf einer Höhe von 574 m  
Der höchste Punkt ist die Westliche Praxmarerker Spitze mit 2642 m.

Innsbruck ist die bevölkerungsreichste Stadt Tirols und zugleich fünftgrößte Stadt Österreichs.



Obwohl allgemein bekannt ist, dass man viel trinken soll, nehmen Menschen jeden Alters und auf der ganzen Welt zu wenig Flüssigkeit zu sich. Begründungen, warum das so ist, gibt es viele. Hier folgen ein paar Ideen, wie man Wasser auch sehr schmackhaft „essen“ kann.

Die meisten von uns wissen, dass eine ausreichende Flüssigkeitszufuhr entscheidend für unsere Gesundheit ist. Wird weniger Flüssigkeit aufgenommen als der Körper benötigt, verschlechtern sich einige Funktionen unserer Organe und es kann zu einer Einschränkung der Denkfähigkeit und der guten Laune kommen. Besonders für ältere Personen kann ein Wasserverlust ernste und sogar lebensbedrohliche Folgen haben. Es stellt sich die Frage, was kann man dagegen tun? Manche ältere Menschen trinken deshalb nicht ausreichend, weil sie nicht wahrnehmen, dass sie durstig sind oder nicht so häufig auf die Toilette gehen möchten. Doch es gibt auch Möglichkeiten, Wasser in fester Form zu sich zu nehmen. Manche Obst- und Gemüsesorten enthalten sehr viel Wasser und sind gerade im Sommer eine wichtige Flüssigkeitsquelle.

### Beerenfrüchte

An der Spitze der wasserreichsten Früchte stehen die Beeren. Sie bestehen zu rund 92 Prozent aus Wasser und liefern nur wenige Kalorien. Sie sind zuckerarm und man sollte sie im Kühlschrank haben, wenn plötzlich der Heißhunger uns über-

## Wasserreiche Lebensmittel

Erdbeer, Pfirsich und Melone sind farbenfrohes Wasser in bester Form. Der Körper benötigt Flüssigkeit, damit unsere Organe auch bei sommerlichen Temperaturen optimal funktionieren.

VON ALEXANDRA RAIDL

kommt. Sie sind reich an Vitaminen (C, K) und eignen sich durch ihre weiche Konsistenz zum Mixen mit anderen Obstsorten in einem Smoothie (gemixtes Fruchtgetränk). Auch in einem Salat macht sich eine rote Frucht sehr nett. Auf einem Brot mit Topfenaufstrich sind ein paar Erdbeer-Scheiben eine nette Garnitur. Ähnliches gilt für Himbeeren, Brombeeren, Heidelbeeren, Stachelbeeren, Johannisbeeren.

### Der Pfirsich und seine Verwandten

Der Pfirsich hat ein saftiges Fruchtfleisch und sein süßer Geschmack macht ihn zu einer beliebten Sommerfrucht. Diese Frucht enthält neben viel Flüssigkeit auch reichlich  $\beta$ -Carotin, Calcium und Kalium. Das sind Mineralstoffe, die durch das Schwitzen an heißen Tagen verloren gehen und dem Körper wieder zugeführt werden sollten. Aus einem abgekühlten Pfirsichkompott und einer großen Kanne kaltem Schwarztee sowie einer kleinen Menge Zucker lässt sich ein ideales erfrischendes Getränk für heiße Tage zaubern.

### Gemüse

Unter den Gemüsesorten ist die Gurke ein besonders wasserreiches Lebensmittel. Viele Menschen vertragen die harte Schale nicht, dann bitte in geschälter Form in dünnen Scheiben oder geraspelt genießen. Die Gurke hat kaum Kalorien, ist jedoch sehr reich an Kalium, Eisen und Zink. In einer Box

## Getränkertipps für heiße Tage.

### Sommerlimonade

**Zutaten:** 3 Orangen (Saftorangen), 1 Zitrone (Biozitrone), 3 Zweige Minze, 75 ml Holunderblütensirup, 1 Liter Mineralwasser, Eiswürfel

**Zubereitung:** Die Orangen mit der Hand oder einer Orangenpresse auspressen, den Zitronensaft beifügen und mit Mineralwasser aufgießen. Zur Geschmacksabrundung eignen sich Holundersirup und mit ein paar Minzeblättchen garnieren.



### Erdbeersmoothie

**Zutaten:** 100 g Erdbeeren, ¼ Stück Banane, ⅓ l Orangensaft, etwas Mineralwasser, ½ Tl Honig (Waldhonig), 1 Erdbeere & 1 Scheibe Banane für die Garnitur

**Zubereitung:** Die geputzten Erdbeeren & die Banane mit einem Mixstab fein pürieren. Mit Orangensaft und Mineralwasser aufgießen. Bei Bedarf mit einem ½ Teelöffel Honig geschmacklich abrunden. Mit einer Erdbeere & einer Scheibe Banane garnieren.





kann man ein paar Gurkenscheiben auch als kleinen Snack im Kühlschrank stets essbereit halten, wenn der Durst kommt. Mit etwas Joghurt oder Kefir und etwas Salz werden Gurkenstücke in einem Mixer oder mit dem Pürierstab fein zerkleinert. Gießt man das Gemüsepüree mit etwas Wasser oder Mineralwasser auf, wird ein erfrischender Gemüse-Trunk daraus. Besonders berühmt ist die kalte spanische Suppe Gazpacho, die aus geschälten Paradeisern (ev. sogar aus der Dose), Gurke, Paprika, Knoblauchzehe, Paradeiseraft, etwas Olivenöl, Salz und Pfeffer besteht. Ein Standmixer ist ideal, um alle rohen Zutaten zu mixen und dann mit Öl, und Gewürzen abzuschmecken. Dazu ein Stück Weißbrot oder Toastbrot und ein Glas Weißwein und man fühlt sich nach Andalusien versetzt. Radieschen kennt man als Garnitur und als Salat, doch auch als kalte pürierte Suppe können diese Wurzelknollen im Sommer sehr erfrischend sein.

## Exotische Früchte

Zu den Exoten unter den wasserreichen Früchten gehören Ananas, Kiwi und Melone. Doch auch sie sind im Sommer willkommene farbenfrohe Abwechslung in einem Obstsalat, als kleiner Frucht-Genuss zwischendurch oder Bestandteil selbstgemachter Mixgetränke.

Der kleine Aufwand bei der Zubereitung der genannten Gerichte lohnt sich allemal, um gesund durch die Sommerhitze zu kommen.



## Haben Sie gewusst, dass ...

Obstsorte	Wassergehalt
Wassermelone	90,2 %
Nektarine	86,8 %
Pfirsich	87,5 %
Orange	85,7 %
Marille	85,3 %
Apfel	85,2 %
Brombeere	84,7 %
Himbeere	84,5 %
Kiwi	83,8 %
Birne	82,9 %

## Unsere Tipps in Kürze

Wasserreiche Lebensmittel liefern Flüssigkeit, enthalten viele Nährstoffe und können beim Abnehmen helfen. Nahrungsmittel mit einem hohen Wassergehalt leisten einen wichtigen Beitrag zum Wasserhaushalt. Bei einer durchschnittlichen ausgewogenen Ernährung stammen ca. 25-30 Prozent Wasser täglich aus Nahrungsmitteln.

## Medizinische Tipps.



KOLUMNE VON  
MONIKA BARTL

DGKP / WUNDMANAGERIN

### Trinken steigert das Wohlbefinden.

Der menschliche Organismus besteht zu zwei Drittel aus Wasser. Es transportiert Sauerstoff in das Gehirn und die Muskulatur, scheidet giftige Substanzen über die Nieren aus, fördert die Verdauung und hält das Blut dünnflüssig um keine Blutgerinnsel entstehen zu lassen.

Der tägliche Flüssigkeitsbedarf beträgt 30 - 35ml/kg Körpergewicht. Selbst in Ruhe scheidet der Körper Flüssigkeit aus: ca. 500ml über die Atemluft und die Haut und weitere 500ml durch Schwitzen. An heißen Tagen und bei körperlicher Betätigung ist der Flüssigkeitsbedarf höher, ebenso bei Erkrankung wie Fieber, Durchfall und Erbrechen.

Flüssigkeitsmangel macht sich zuerst durch Durst bemerkbar. Spätestens dann sollte man etwas trinken. Noch besser ist es, seine Trinkgewohnheiten so anzupassen, dass gar kein Durstgefühl aufkommt. Bleibt das Defizit bestehen, lassen Energie und Konzentration nach, es kommt zu Schwindel, Müdigkeit und Kopfschmerzen. Äußerlich ist ein Flüssigkeitsmangel an einer trockenen, faltigen, schuppigen Haut mit geringer Elastizität und fehlender Schweißproduktion erkennbar. Rissige Lippen entstehen und die Schleimhäute sind ebenso betroffen. Auch ein dunkler, konzentrierter Urin ist ein Zeichen für zu geringe Flüssigkeitszufuhr. Des Weiteren kann der Elektrolythaushalt durcheinanderkommen.

Mit zunehmendem Alter lässt das Durstempfinden nach, das Warnsignal des Körpers versagt somit. Die Folgen eines Flüssigkeitsdefizits machen sich jedoch rascher als in jungen Jahren durch Kreislaufbeschwerden, Muskelkrämpfe, Verwirrheitszustände oder sogar Bewusstlosigkeit bemerkbar. Ein Krankenhausaufenthalt kann notwendig werden, wenn fehlende Flüssigkeit und Mineralstoffe mit Infusionen zugeführt werden müssen.

Damit es nicht so weit kommt, ist es empfehlenswert, sich einen Plan zurechtzulegen, um im Tagesverlauf auf die notwendige Flüssigkeitsmenge zu kommen. So kann es hilfreich sein, sich die Tagedrinkmenge bereits am Morgen vorzubereiten oder Rituale einzuführen, die an das Trinken erinnern.



BILDNACHWEIS: BILL LORENZ (1), ARCHIV VAMED CARE (1), VMS (2), PIXABAYCOM (1), ALEXANDRA RAIDL (4), AMSCHL (1), MC (1)

Wien



12  
RESIDENZ  
SPIEGEL

## Blick in die nahe Zukunft. Digitale Helferlein für Zuhause.

TEXT: GEORG AMSCHL

Smart Home - ein Begriff, der derzeit in aller Munde ist. Dabei soll mit verschiedenen technischen Geräten und digitalen Anwendungen die Wohn- und Lebensqualität für den Einzelnen verbessert werden. Ist das nur Zukunftsmusik?

**VITA LIVING Apartment.** Zur Zeit wird in der VITALITY



Residenz Am Kurpark Wien ein solches "smartes" Apartment eingerichtet. Ab Herbst steht Ihnen dieses Musterapartment nicht nur zur Besichtigung, sondern auch zum Testen und zum Probewohnen zur Verfügung. Im Apartment wurden verschiedene Sensoren eingebaut. Diese können zum Beispiel erkennen,

ob Sie gestürzt sind und Hilfe holen. Mehr zu diesem Thema erfahren Sie in der nächsten Ausgabe des Residenz Spiegels.

Die **VAMED LIFE** Plattform ist Ihr einfacher Zugang zu den



digitalen Services der VAMED Gesundheitseinrichtungen in Österreich. Sie bietet Ihnen unzählige Anwendungsmöglichkeiten u.a. eine Erinnerungsfunktion zur Einnahme von Medikamenten. Die App gibt es gratis im AppStore oder bei GooglePlay.

Ihr **Digitaler Arztbesuch.** Bereits seit März 2021 besteht die Möglichkeit eines virtuellen Arztbesuchs im TEAM GESUND Medizin Zentrum in der Therme Wien Med. Medizinisches Fachpersonal kann per Videokonferenz bequem von zu Hause aus konsultiert werden. Infos unter: [www.teamgesund.at](http://www.teamgesund.at)

## VITALITY Residenz Am Kurpark Wien.

Die VITALITY Residenz Am Kurpark Wien steht für Sicherheit, Geborgenheit und Vertrauen. Die Bezeichnung VITALITY - Lebensenergie und Lebensfreude - spiegelt unsere Ideen und Impulse wider. Hier trifft städtisches Flair auf ländliche Idylle. Sie wohnen in einer einmaligen Lage. In nur 15 Minuten sind Sie mit der U1 mitten im Herzen von Wien, am Stephansplatz.



### Aktives Wohnen.

Hier können Sie Ihr Leben aktiv und selbständig gestalten, wie es Ihnen gefällt. Sie wohnen wie in einem Hotel - lassen Sie sich verwöhnen!

Die Apartments verfügen über eine Küchenzeile, Bad, WC, WLAN, Loggia oder Terrasse mit einem kleinen Gartenanteil. Im Preis inbegriffen sind z.B. Mittagessen, Reinigung des Apartments, kulturelle & sportliche Aktivitäten, Betriebskosten u.v.m.

#### Preisübersicht für Aktives Wohnen.

Zimmer	m <sup>2</sup>	Monatsentgelt in €
1	ab 32	ab 1.963,52
2	41 - 77	ab 2.477,70
3	78 - 89	ab 4.109,96

Aufpreis 2. Person im Apartment € 700,11 / Monat

### Gäste- und Probewohnen.

Lernen Sie uns kennen und wohnen Sie zur Probe ab € 82,- pro Tag im Einzelzimmer (inkl. Frühstück).



### Betreutes Wohnen.

In schwierigen Lebenslagen bieten wir Ihnen eine an Ihre persönlichen Bedürfnisse angepasste Rundumbetreuung, ob in Ihrem Apartment oder in unserem Pflegebereich.

- **Pflege im eigenen Apartment**  
ab € 335,49 pro Monat zzgl. Apartmentkosten.
- **Kurzzeit- und Urlaubspflege**  
ab € 178,82 pro Tag (Pflegestufe 1-4).
- **Gesundheits- und Betreuungsbereich**  
€ 159,68 (z.B. Pflegestufe 3) im Einzelzimmer.



### Aktivitäten in & um die Residenz

Die VITALITY Residenz bietet Ihnen ein großes Spektrum an kulturellen und sportlichen Aktivitäten.

- Schwimmbad, Trainingszentrum, Theater, uvm.
- Kurpark Oberlaa, Therme Wien

## Kulturgenuss



Dass Kultur und Genuss nahe beieinander liegen zeigte sich beim Ausflug nach Rohrau. Nicht nur der Besuch von Haydn's Geburtshaus (siehe rechts), sondern auch der anschließende Restaurantbesuch ließ die Herzen höher schlagen.

## Brahms & Schumann



Die Pianistin Yuki Sunamura und Liudmila Kharitonova gaben im Juni eines der ersten Konzerte nach dem Lockdown im Theater in der VITALITY Residenz Am Kurpark. Am Programm standen Werke von Johannes Brahms und Clara Schumann.

## VITALITY Physiotherapie



Seit Juli 2021 bietet „VITALITY Physiotherapie – Ihr Wahltherapeuten-Team.“ in der VITALITY Residenz Am Kurpark Wien ein umfangreiches, hochwertiges, physikalisches Therapieangebot an. Matej Vozár Löwy und sein Team sind schon seit langem sehr erfolgreich in der Therme Wien Med als Physiotherapeuten tätig. Termine können Sie an der Rezeption in der Residenz vereinbaren.

## Haydn's Geburtshaus



In Rohrau im Burgenland steht das Geburtshaus der Gebrüder Josef und Michael Haydn. Das aus dem Jahr 1728 stammende und mit Schilf gedeckte Bauernhaus wurde zum 280. Geburtstag von Michael Haydn renoviert und als Museum eröffnet.

## Blumengärten



Seit 1952 gibt es die Blumengärten Hirschstetten im 22. Wiener Gemeindebezirk. Der kurzweilige Spaziergang führte die Ausflügler der Residenz durch mehrere Themengärten, die auf einer Gesamtfläche von 60.000 m<sup>2</sup> angelegt sind.

## Fotoshooting



Zwei Tage lang rückte Fotograf Bill Lorenz in der VITALITY Residenz Am Kurpark Wien alles ins rechte Licht. Einige Bewohner/-innen wirkten selber als Fotomodel mit und konnten dabei feststellen, dass das richtige Riechen an einer Rose fürs Foto gar nicht so einfach ist. Schließlich und endlich muss alles passen. Die Fotos werden nach und nach in unseren Broschüren und auf unser Homepage zu sehen sein.



Wien

13  
RESIDENZ  
SPIEGEL

VITALITY  
RESIDENZ  
Am Kurpark  
Wien



Jutta  
Jankovic

Ihre Ansprechpartnerin  
in der VITALITY Residenz  
Am Kurpark Wien

Tel. 01 / 68081-0  
jutta.jankovic@  
seniorenresidenzen.co.at

 Soziales  
Wien  
Anerkannte Einrichtung nach den  
Förderrichtlinien des Fonds Soziales Wien,  
gefördert aus Mitteln der Stadt Wien.



BILDNACHWEIS: ARCHIV VA MED CARE (2), WACHTER-STOFFANELLER (6), KK (0)



## Startschuss für neue Aktivitäten. Umfrage als Basis.

TEXT: CARMEN WACHTER-STOFFANELLER

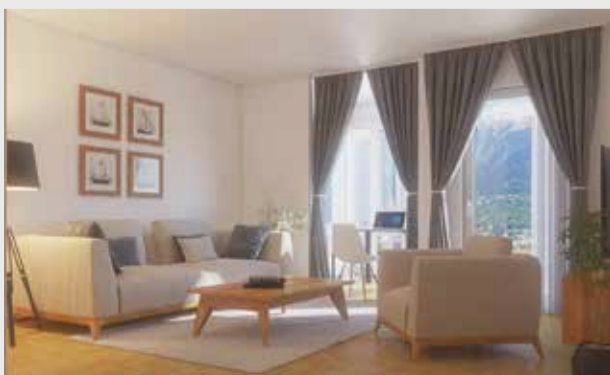
Wir wollen unsere Bewohnerinnen und Bewohner mit unseren Angeboten und Leistungen begeistern. Deshalb haben wir uns Gedanken darüber gemacht, wie wir Dienstleistungen, Gastronomie und Aktivitäten optimieren können und haben sie dazu befragt.

Ein wichtiges Ergebnis der Umfrage im Mai 2021 war, dass sich alle Befragten gerade nach den Covid-19 Lockdowns ein buntes Programm an Aktivitäten wünschen und es gar nicht mehr erwarten können bis es mit den Veranstaltungen wieder losgeht. Aus dem bisherigen Programm wurden am meisten die kulinarischen Ausflüge, Gymnastikstunden, interne kulturelle Abendveranstaltungen (wie Vernissagen & Lesungen), gesellschaftliche Zusammenkünfte wie das Sommer- oder Oktoberfest, Feierlichkeiten zu Weihnachten, Silvester und Ostern geschätzt. Kurse zur Steigerung der körperlichen Fitness sind mit einer Bewertung von 1,35 am besten bewertet, dicht gefolgt von Veranstaltungen zum Thema geistige Fitness, wie Gedächtnis-

training und Sprachkurse. Gewünscht werden mehr Konzerte, Lesungen, Vorträge, Reiseberichte, Besuche von kulturellen Veranstaltungen in- und außerhalb der Residenz, Zusammenkünfte um andere Bewohner/-innen besser kennenzulernen, ein moderner Fitnessraum mit Trainer/-in, ein größeres Gymnastikangebot bzw. Pilates- & Yogakurse. Vorträge zu den Themen körperliche & geistige Fitness bzw. Medizin, kulinarische Abende mit Verkostung biologisch gesunder Produkte, Jazzkonzerte, Matineen und Genusswanderungen bilden die Favoriten für künftige Aktivitäten. Die Befragten würden sich in Zukunft auch über mehr eintägige Reisen freuen bzw. Reisen mit Übernachtung in den Residenzen in Salzburg und Wien.

## VITALITY Residenz Veldidenapark Innsbruck.

Unweit des Innsbrucker Stadtzentrums im Stadtteil Wilten liegt die VITALITY Residenz Veldidenapark Innsbruck. Die Bezeichnung VITALITY – Lebensenergie und Lebensfreude – spiegelt unsere Ideen und Impulse wider. Die urbane Lage und der hohe Standard an Betreuung und Service machen das Haus so beliebt.



### Aktives Wohnen.

Hier können Sie Ihr Leben aktiv und selbständig gestalten, wie es Ihnen gefällt. Sie wohnen wie in einem Hotel. – Genießen Sie die Innsbrucker Bergwelt und lassen Sie sich verwöhnen!

Die Apartments verfügen über eine Küchenzeile, Bad, WC, WLAN und Balkon. Im Preis inbegriffen sind z.B. Concierge-Service, Apartmentreinigung, kulturelle & sportliche Aktivitäten, Betriebskosten.

#### Preisübersicht für Aktives Wohnen.

Zimmer	m <sup>2</sup>	Monatsentgelt in €
1	25 - 44	ab 1.747,05
2	45 - 64	ab 2.281,52
2,5	65 - 71	ab 3.004,52

Aufpreis 2. Person im Apartment € 486,80 / Monat

### Gäste- und Probewohnen.

Lernen Sie uns kennen und wohnen Sie zur Probe ab € 87,90 pro Tag im Einzelzimmer (inkl. Frühstück).



### Betreutes Wohnen.

In schwierigen Lebenslagen bieten wir Ihnen eine an Ihre persönlichen Bedürfnisse angepasste Rundumbetreuung, ob in Ihrem Apartment oder in unserem Pflegebereich.

- **Pflege im eigenen Apartment**  
ab € 25,41 pro Tag zzgl. Apartmentkosten.
- **Kurzzeit- und Urlaubspflege**  
ab € 199,10 pro Tag.



### Aktivitäten in & um die Residenz

Die VITALITY Residenz bietet Ihnen ein großes Spektrum an kulturellen und sportlichen Aktivitäten.

- **Trainingszentrum & ambulante Reha** (ab Herbst)
- **Veldidenapark, 10 Minuten vom Stadtzentrum**

## Wir gratulieren zum 100er



Am 23. März 2021 feierte unsere Bewohnerin Katharina Ladinig ihren 100. Geburtstag. Optimistisch meint sie: „Ich freue mich auf die nächsten glücklichen Jahre.“ Wir wünschen alles Gute und weiterhin eine glückliche Zeit in unserem Haus!

## Alles Gute zum Muttertag



Zum Muttertag am 9. Mai beschenkte die VITALITY Residenz Veldidenapark Innsbruck ihre Bewohnerinnen mit einer Rose und einem Pralinenherz. Seit seiner Einführung in Österreich 1924 wird dieser Tag immer am zweiten Sonntag im Mai gefeiert.

## Ausflug nach Mösern



Am Donnerstag, den 10. Juni 2021, war es soweit. Der erste Bewohnerausflug nach Beendigung des Lockdowns der Covid-19 Pandemie stand am Programm. Astrid Mayr und Carmen Wachter-Stoffaneller führen mit den Bewohnerinnen und Bewohnern der VITALITY Residenz Veldidenapark Innsbruck nach Mösern und genossen Kulinarik und Landschaft.

## Neu im Team



Barbara Siller ist in Südtirol aufgewachsen und Innsbruck nach ihrem Studium der Wirtschaftswissenschaften treu geblieben. Sie übernimmt die Interessenberatung der VITALITY RESIDENZ Veldidenapark Innsbruck. Wir wünschen einen guten Start!

## Kino, Kino, Kino



Einmal im Monat gibt es in der VITALITY Residenz eine Filmvorführung im hauseigenen Kino. Gezeigt werden sowohl Spielfilme als auch Naturfilme. Der Film des Monats Juni entführte die Kinobesucher/-innen zu Europas Küsten und Meeren.

## Innsbruck singt



Am Samstag, den 12. Juni 2021, war das Sextett Heimatklang im Café Veldidena in der VITALITY Residenz Veldidenapark Innsbruck zu Gast. Sie trugen ein buntes Repertoire an Liedern vor. Die Bewohnerinnen und Bewohner konnten auch unter einer Vielzahl an traditionellen Volksliedern auswählen, welche gemeinsam mit dem Sextett gesungen wurde.

Innsbruck

15  
RESIDENZ  
SPIEGEL

VITALITY  
RESIDENZ  
Veldidenapark  
Innsbruck



Mag.<sup>a</sup> Barbara  
Siller

Ihre Ansprechpartnerin  
in der VITALITY Residenz  
Veldidenapark  
Innsbruck

Tel. 0512 / 5302  
barbara.siller@  
seniorenresidenzen.co.at



## Kultur muss Strömungen aufzeigen, aber auch die Seele berühren.

Seit September 2019 wohnt Ursula (88) in der Residenz Mirabell in Salzburg. Kunst und Kultur haben im Allgemeinen einen hohen Stellenwert in ihrem Leben. „Ohne Kunst wären wir arm“, so Ursula.

TEXT & FOTO: DIANA ARSENIC

### Hatte in Ihrer Familie Kunst und Kultur einen hohen Stellenwert?

Ursula: Ich bin im Baltikum geboren, wo zu dieser Zeit die evangelische Kirchengemeinschaft der Kulturträger war. Aber auch die Stadt Riga selbst, wo ich geboren wurde, hatte durch die vielfältige Gesangs- und Traditionskultur einen positiven Einfluss auf mich. Zudem waren die verschiedenen Sprachen und Völker dieser Kommune ebenso wichtige Aspekte, die dazu beigetragen haben, sich eine gewisse „Offenheit“ und sogar „Selbstverständlichkeit“ im Umgang mit Kultur anzueignen. Diese Werte, mit denen ich aufgewachsen bin, die meine Familie geprägt haben, sind richtungsweisend für mein Leben gewesen. Die Zugehörigkeit zu dieser Gruppe hat mich somit kultiviert. Kunst und Kultur hatten im Allgemeinen einen hohen Stellenwert in meiner Familie, sie spiegelte sich in der Denkweise und Werten wider, die ich im Laufe meiner Erziehung vermittelt bekommen habe.

### Hat Corona der Kultur geschadet?

Ursula: Nein. Kultur entwickelt sich durch den Wandel der Gesellschaft, sie reibt sich an den Strömungen und interpretiert das Zeitgeschehen. Die Kunst gestaltet und spiegelt unseren gesellschaftlichen Zustand wider, sowohl gute Zeiten als auch schlechte Zeiten – jeder empfindet das auf individuelle Art und Weise.

### Wie haben Sie persönlich das letzte Jahr erlebt?

Ursula: Ich bin hier in Salzburg und meine Familie lebt im Ausland. Zudem habe ich eine große Familie und bin daher daran gewöhnt immer jemanden um mich herum zu haben

und meine Familie auch regelmäßig zu sehen. Das war in diesem Jahr natürlich sehr schwierig. Prinzipiell beschäftige ich mich aber gut und gerne alleine, indem ich viel lese.

### Können wir ohne Kultur bzw. kulturelle Veranstaltungen leben?

Ursula: Die Pandemie macht sensibler. Kunst ist ein Ventil, wo durch Tanz, Musik und Literatur ausgedrückt wird, was die Umwelt, in diesem Falle die Pandemie, mit einem macht. Ohne Kunst wären wir arm. Kulturelle Veranstaltungen sind wichtig, da zwischen Künstlern und Publikum ein Austausch stattfinden muss.

### Verspüren Sie derzeit eine Aufbruchsstimmung?

Ursula: Ja, die verspüre ich. Es wird nun sehr viel über Kultur und ihre Wichtigkeit gesprochen. Es freut mich am meisten, dass man sich bemüht, das Positive in der Entwicklung zu sehen. Die Neugierde auf die Entwicklung der Welt von morgen ist stets ein Träger der Kultur und Kunst.

### Muss Kultur provozieren oder muss es „schön“ sein?

Ursula: Kultur muss Strömungen aufzeigen, aber auch die Seele berühren. Wo Kunst und Kultur Provokation sind, ist für jeden individuell.

Grenzen setzt sich jeder selbst. Als provokant betitelte Kunstwerke sind stets zeitbezogen, sie spiegeln die Geschehnisse einer Periode wider. Oft dienen solche Kunstwerke als ein Aufruf oder eine Botschaft an die (zukünftige) Gesellschaft und das sowohl im positiven als auch im negativen Sinne – begeistern oder erschrecken, alles ist erlaubt. Kunst und Kultur sollen vor allen Dingen kontemplativ sein.





## Brauchen Schauspieler, Künstler und Museen ein Publikum oder reicht ein virtuelles Konsumieren aus?

Ursula: Es muss einen Austausch zwischen dem Publikum und der Kunst bzw. der kunstaustührenden Person geben. Das Publikum ist notwendig, um die von der Kunst ausgedrückte Botschaft empfangen zu können. Zu der virtuellen Welt habe ich einen begrenzteren Zugang als zum Beispiel meine Enkelkinder sie haben, daher kann ich das schwer beurteilen, ob ein virtuelles Publikum, die Botschaft genau so empfangen könnte, wie das Publikum vor Ort. Dazu muss man die virtuelle Welt im Allgemeinen verstehen können, was in meinem Alter nur noch sehr begrenzt möglich ist. Wenn

mich mein Enkelsohn zu einem Konzert begleitet, dann ist er als junger Mann immer über den Applaus und die offensichtliche Begeisterung des Publikums zu diesem „Sound“ - wie er es nennt - verblüfft, das heißt für mich: der Austausch hat geklappt, ein Gefühl wurde geweckt und somit das Ziel der Kunst erreicht.

## Was waren Ihre Beweggründe in die Residenz Mirabell zu ziehen?

Ursula: Ich kannte das Haus bereits sehr gut, da ich als Sachwalterin für zwei damals hier wohnhafte Herren, tätig war. Die Zufriedenheit der Herren und vor allem die Atmosphäre, die ich selbst beim Besuch stets als sehr positiv empfunden habe, sind der Grund wieso für mich keine andere Residenz in Frage kam.

## Sommerfest – „Residieren mit Herz“



Gemäß dem Motto „Residieren mit Herz und heute einfach dem Regenwetter trotzen“ fand am 1. Juli 2021 das bereits legendäre Sommerfest in der Residenz Mirabell statt. Fast alle Bewohnerinnen und Bewohner kamen der Einladung nach und erfreuten sich der gelungenen Unterhaltung und der äußerst delikaten guten Verpflegung, die das Küchen- und Serviceteam rund um Gastronomieleiter Martin Leue auf die Tische zauberte.

Da dieses Fest nur dann so gut gelingen kann, wenn alle mithelfen, möchten wir uns bei unserem gesamten Mirabell-Team ganz herzlich für diese angenehmen Stunden bedanken.

"Danke" sagen wir auch unserer Musikerin Nane Frühstückl, die mit ihrer musikalischen Darbietung alle Anwesenden zum Lachen, Tanzen und Mitsingen animierte. Schön war es!



Die Residenz Mirabell vereint Eleganz und Gediegenheit mit höchsten Betreuungsstandards. Das Haus, ein Neubau und ein denkmalgeschütztes Gründerzeithaus, liegt mitten im Herzen des Andräviertels. Die hervorragende Lage lädt zum Flanieren im barocken Mirabellgarten ein.

[www.seniorenresidenzen.co.at](http://www.seniorenresidenzen.co.at)



**Margit  
Schwaiger, MBA**

Ihre Ansprechpartnerin  
in der Residenz Mirabell  
in Salzburg

Tel. 0662 / 86910  
mirabell@  
seniorenresidenzen.co.at

## Spitze Feder.

**Neue Freiheit.** Haben Sie sie auch schon die neue App fürs Handy – den „grünen Pass“? Also ich habe nun meinen EU-zertifizierten Impfnachweis. Die sogenannte neue Freiheit fürs Wirtshaus, den Friseur und die Urlaubsfahrt ans Meer. Gerade erst hat man sich daran gewöhnt seine sozialen und gesellschaftlichen Termine nach den zeitlich beschränkten Antigentest-Straßen-Ergebnissen zu planen, ist schon wieder alles anders. Nun braucht man nur noch einen kleinen QR-Code – dieses elektronische quadratische Pünktchenmuster, das es auch zum Ausdrucken gibt – vorweisen und der Heurigenbesuch ist gerettet. Somit kann ich nun nachweisen, dass von mir nur mehr „eine geringe epidemiologische Gefahr“ ausgeht, wie es so schön im Amtsdeutsch heißt.

Und gerade jetzt habe ich mir eine größere Tasche gekauft, wo mein Ordner mit all den Testergebnissen, Impfbefreiungen und dem Nachweis über den Antikörpertest, sowie einige FFP2-Masken – man sollte ja immer eine Reserve mithaben – hineinpassen. Aber so ist es mit den Verordnungen, die ändern sich fast täglich.

**Ohne Maske.** Kaum ist man mal einige Tage auf Urlaub, ist schon wieder alles anders. Unlängst war ich bei unseren kroatischen Nachbarn auf Urlaub. Während in Österreich alle mit FFP2-Masken herumlaufen, brauchen Sie in der kleinen Konoba am Meer keine. Auch das Personal nicht. Einen Virus gibts hier nicht. Und ein Europa, das sich in der Bekämpfung der Pandemie einig ist, gibt es scheinbar auch nicht.

Zurück zu der kleinen Konoba am Meer, wo der Kellner gerade Cevapcici und Calamari vom Grill ohne Maske serviert. Alles wirkt so normal. Fast unrealistisch. Aber man gewöhnt sich recht rasch an diesen „Gesichtstriptease“. Fast hat es etwas Unmoralisches an sich, so ganz „ohne“ herumzulaufen. Es ist ein Stück wiedergewonnene Freiheit.

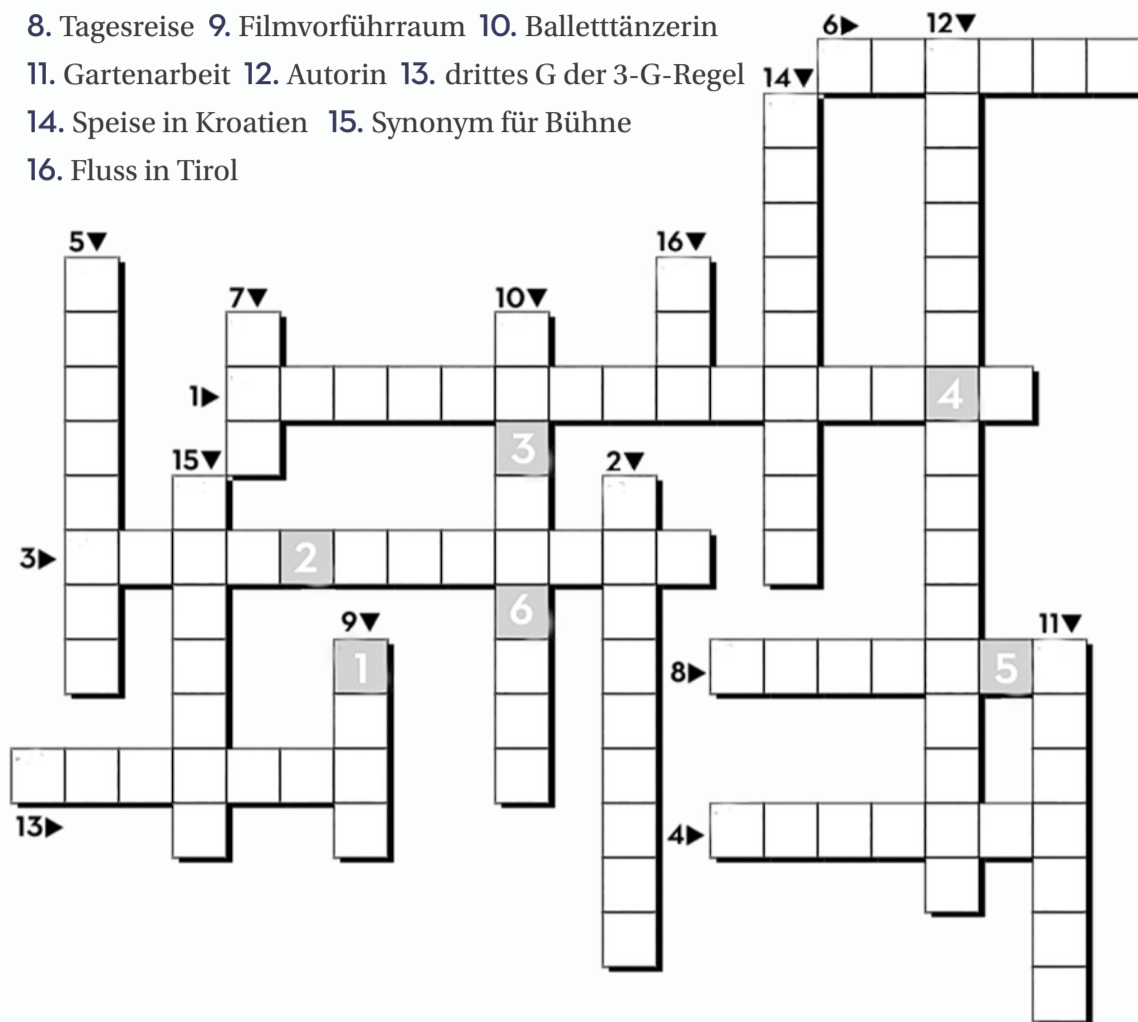
**Maske und 3-G-Regel.** Zurück in der Heimat muss man sich wieder umstellen. Nur mehr einfache Maske im Supermarkt und in den öffentlichen Verkehrsmitteln. Und was mache ich mit den vielen FFP2-Masken nun? Als Kaffeefilter verwenden oder aufheben für die nächste Welle im Herbst? Indien lässt grüßen.

Aber einstweilen gilt ja bei uns die 3-G-Regel. Und diese befolge ich beim Wirt'n ganz penibel: „Drei G'spritzte bitte!“ In diesem Sinn wünsche ich Ihnen einen schönen Sommer. Prost.



## Kreuzworträtsel.

1. MNS-Maske
2. Theaterereignis in Salzburg
3. Künstler
4. Figur in My Fair Lady
5. Sprungschanze in Tirol
6. Flüssigkeit
7. Abk. Jüdisches Museum Wien
8. Tagesreise
9. Filmvorführraum
10. Balletttänzerin
11. Gartenarbeit
12. Autorin
13. drittes G der 3-G-Regel
14. Speise in Kroatien
15. Synonym für Bühne
16. Fluss in Tirol



Lösungswort:

1 2 3 4 5 6

Lösungswort:  
KULTUR



## Karikatur.

„Ach soooo sieht er aus! Ein fescher Mann“, denkt sich die junge Dame beim ersten Treffen.

Zeichnung von Inge Gänßle

## Impressum.

„Residenz Spiegel“, Ausgabe 21 / August 2021

HERAUSGEBER: VAMED CARE gemeinnützige Betriebs-GmbH  
A-1100 Wien, Fontanastraße 10; Tel.: 01/680 81-507; Fax: 01/680 81-700  
redaktion@seniorenresidenzen.co.at  
www.vitalityresidenz.at  
FN 521629b ATU 74955603

REDAKTION: Mag. Georg Amschl (Chefredakteur/Wien), Mag. Maurizio Cirillo (Wien), Mag.ª Alexandra Raidl (Wien), Mag.ª Carmen Wachter-Stoffaneller (Innsbruck) und Margit Schwaiger, MBA (Salzburg)  
Namentlich gekennzeichnete Beiträge (Kolumnen, etc.) müssen nicht die Meinung der Redaktion wieder geben.

ANZEIGENVERWALTUNG: Tel. 01/680 81-507; redaktion@seniorenresidenzen.co.at

FOTOS: Alexandra Raidl, amschl, Archiv, Archiv SRgB, Archiv VAMED CARE, Bill Lorenz, Clemens Fabry, David Bohmann, Diana Arsenic, Gänßle, Innsbruck Tourismus: Christian Vorhofer, Christof Lackner, Monz, Tom Bause, KK, MC, Moritz Schell, pixabay.com, privat, Theater in der Josefstadt, VMS, Wachter-Stoffaneller

ERSCHEINT: 3x pro Jahr (April/August/Dezember)

LAYOUT, GRAFIK: creative-koepfe.at (Salzburg), MC

DRUCK: Medienfabrik Graz | AUFLAGE: 23.000 Stück

# Rund um den Globus.



## Ballett muss für alle Hautfarben offen sein.

USA. – „Wir müssen eine Stimme haben!“, sagen fünf schwarze Ballerinas. Sie alle sind zwischen 64 und 80 Jahren. Die Stars des Dance Theatre of Harlem trafen sich während der Isolation in der Pandemie wöchentlich in gemütlichen, weitläufigen wöchentlichen „Zoom-Meetings“ (Videotreffen) und gelegentlich wurde die Plauderei und das Lachen von Tränen unterbrochen. Vor dem Hintergrund des Mordes an George Floyd und einer Pandemie, die die schwarze Gemeinschaft überproportional betrifft, haben sich die Frauen vorgenommen, eine weitere Ungerechtigkeit zu bekämpfen. Als junge Ballettschüler wussten sie, dass sie nie für Rollen wie Clara in „Der Nussknacker“ oder Odette/Odile in „Schwanensee“ ausgewählt werden würden. Von ihren Lehrern wurde ihnen gesagt, sie sollten zum Modern Dance wechseln, wenn sie professionell tanzen wollten.

## Ein Leben für die Sprache

Österreich. – Friederike Mayröcker (96), vielfach ausgezeichnete Autorin starb im Juni. Sieben Jahrzehnte lang schrieb sie Prosa- und Lyrikbände. Als „bekannt, aber nicht gekannt“ bezeichnete ein Literaturwissenschaftler einmal die mit ihrer schwarz verhüllten Gestalt und ihrer zettelübersäten Wohnung zur Legende gewordene Schriftstellerin. „Ich lebe nur in Sprache“, bekannte Mayröcker, „Ich kann alles durch meine Augen in mich aufnehmen und aus mir herauschreiben. Das Gedichteschreiben ist so eine Art Aquarellieren, das Prosaschreiben ist eine harte Kunst wie eine Skulptur anfertigen.“



## Gärtnern ist gut für die Psyche

Deutschland. – Bessere Stimmung, weniger Stress: Gärtnern ist gut für die Psyche, zeigen wissenschaftliche Studien, wer sich viel mit Pflanzen umgibt, hat beispielsweise den ersten Corona-Lockdown psychisch besser überstanden. Gartenarbeit kommt daher auch bei Therapien zum Einsatz. In Zeiten stark eingeschränkter Freizeitmöglichkeiten haben viele Zuflucht im eigenen Garten gesucht oder den Balkon bepflanzt. Studien belegen nun, dass Menschen, die viele Pflanzen um sich herum hatten, den ersten Lockdown psychisch als weniger belastend bewertet haben. Die positive Wirkung auf das psychische Wohlbefinden haben wissenschaftliche Studien bereits vor der Pandemie belegt. Nicht nur Gartenarbeit, sondern die reine Präsenz von Pflanzen sorgt dafür, dass wir uns wohler fühlen. Pflanzen haben auch eine positive Auswirkung auf die Heilung kranker Menschen.



**GEMEINSAM FÜR  
IHRE GESUNDHEIT.  
7 TAGE DIE WOCHE.**

Direkt bei der  
**THERME WIEN  
OBERLAA/  
U1 STATION**

Team Gesund, ein Medizin Zentrum für Allgemeinmedizin, Hals-Nasen-Ohren-Heilkunde, Innere Medizin und Kardiologie, Orthopädie und weitere Fachrichtungen.

[teamgesund.at](https://teamgesund.at)

Eine Gesundheitseinrichtung der  
**VAMED** und der **Wiener Städtischen**

**TEAM**  **GESUND**  
Medizin Zentrum Wien Oberlaa



## Sie haben es sich verdient!

Lassen Sie sich von uns verwöhnen und genießen Sie Ihr Leben in der Seniorenresidenz.

Stellen Sie sich vor, Sie wachen morgens auf und ein Tag voller Möglichkeiten liegt vor Ihnen. Möchten Sie lieber – vor oder nach Ihrem Frühstück – eine Runde spazieren gehen? Treffen Sie Verwandte auf der Sonnenterrasse der Residenz bei Kaffee und hausgemachtem Kuchen. Genießen Sie ein köstliches Mittagessen im Kreise neugewonnener Freunde und lassen Sie den Tag bei einem Konzert oder Vortrag ausklingen. Ist das nicht fast wie Urlaub? Für unsere Bewohnerinnen und Bewohner ist das gelebter Alltag.

Als Marie aus gesundheitlichen Gründen nicht mehr im eigenen Garten arbeiten konnte, war für sie die Entscheidung gefallen: „Weißt du was, Felix, wir ziehen in die VITALITY Residenz!“ Marie und Felix verkauften ihr Haus – ein wahrer Gewinn bei den derzeitigen Immobilienpreisen – und zogen in die VITALITY Residenz. Nun genießen die beiden ihr Leben. Die Gartenarbeit erledigt nun der Gärtner der Residenz. Felix holt sich hin und wieder eine Flasche aus seinem Weinkeller und Marie trainiert unter Anleitung regelmäßig ihre Rückenmuskulatur im Trainingszentrum der VITALITY Residenz. Gemeinsam gehen sie ins Theater oder fahren einfach mal ein paar Tage auf Urlaub. „Es war die beste Entscheidung unseres Lebens“, sagt Marie.

Vereinbaren Sie einfach telefonisch einen unverbindlichen Besichtigungstermin in der VITALITY Residenz. Wir freuen uns über Ihren Anruf! Bei Vertragsabschluss bis 31. Dezember 2021 erhalten Sie von uns für drei Monate das Frühstücksbuffet kostenlos.



  
**VITALITY  
RESIDENZ**  
Am Kurpark  
Wien

Fontanastraße 10  
1100 Wien

Tel. 01/ 680 81  
amkurpark@seniorenresidenzen.co.at

wien.vitalityresidenz.at

  
**VITALITY  
RESIDENZ**  
Veldidenapark  
Innsbruck

Neuhäuserstraße 5  
6020 Innsbruck

Tel. 0512 / 5302  
veldidenapark@seniorenresidenzen.co.at

innsbruck.vitalityresidenz.at