

# „Karla ist mein Achtsamkeitscoach“

Julia Zambonin aus Bregenz schaufelt für das „Ehrenamt mit Kind“ gerne Zeit frei.

**BREGENZ** Teilzeitbeschäftigt in der betrieblichen Gesundheitsförderung und nebenbei ein Start-up für die Belieferung von Schulen mit gesunder Jause gegründet: Irgendwann ging Julia Zambonin (27) in ihrer Business-Blase die Luft aus. Sie suchte nach etwas, das wieder ein bisschen Leichtigkeit in den Alltag bringen sollte. Bei der Recherche nach ehrenamtlichen Tätigkeiten stieß die Bregenzerin im Internet auf das „Ehrenamt mit Kindern“, ein Angebot des Vorarlberger Kinderdorfs. Nach einem Erstgespräch war die Sache auf Schiene, und Karla trat in das Leben von Julia Zambonin. Einmal in der Woche unternimmt sie mit der Sechsjährigen, was deren Herz begehrt und lernt zudem fleißig Deutsch mit ihr. „Karla ist mein kleiner Achtsamkeits-Coach“, sagt Julia zufrieden, während die Kleine in ihrem leuchtend rosa Tüllröckchen munter über den Spielplatz flitzt.



Bei Karla wird Julia Zambonin fast wieder selbst zum Kind.

VN/PAULITSCH

## Familien auf der Warteliste

Karla und Melissa (3) entstammen einer rumänischen Familie. Die Eltern zogen nach Vorarlberg, um den Töchtern eine gute Schulbildung zu ermöglichen. Drei Stunden pro Woche entlastet Julia Zambonin die Mutter, indem sie Karla unter ihre Fittiche nimmt. Aktuell sind 104 Freiwillige für das Ehrenamt mit Kindern im Einsatz. 98 Familien und 383 Kinder erhalten so Unterstützung in vielfältiger Art. Im vergangenen Jahr wurden fast 16.000 Stunden an freiwilliger Hilfe ge-

leistet. Dennoch ist es nicht genug. „Wir haben immer zu wenige Ehrenamtliche“, räumt Jasmin Neu-

„Ich freue mich auf jeden Tag, an dem ich mit Karla zusammen sein kann.“

Julia Zambonin  
Ehrenamtliche

mayer vom Vorarlberger Kinderdorf ein. Derzeit stehen 47 Familien

auf der Warteliste. Sie alle hoffen auf Menschen, die ihren Kindern Zeit und Aufmerksamkeit schenken und auf diese Weise ihren Alltag erleichtern. „Alle Familien eint, dass ihnen ein soziales Netz fehlt“, erklärt Neumayer. Trotzdem sei die Hemmschwelle, um Hilfe zu fragen, immer noch da. „Junge Familien sollten solche Belastungssituationen jedoch nicht alleine stemmen müssen“, bekräftigt sie.

Julia Zambonin spricht von einem guten Verhältnis zu den Eltern von Karla. „Ich wurde mit offenen

legen wollen: „Die Freiheit der Entscheidung muss da sein.“ Zambonin hat ihren Entschluss nicht bereut.

## Kraft und neue Blickwinkel

Es macht ihr trotz des Jobs auch keine Mühe, Zeit für das Mädchen einzuplanen: „Karla zeigt mir andere und neue Blickwinkel, sie gibt mir Kraft. Ich freue mich auf jeden Tag, an dem ich mit ihr zusammen bin.“ Neben dem Internet ist Mundpropaganda das bevorzugte Instrument, das Ehrenamtliche ins Kinderdorf führt. „Viele kennen uns, das kommt uns zugute“, weiß Neumayer. Die jüngste freiwillige Helferin ist 17, die älteste 84 Jahre.

Nach etwa ein- und ein halbes Jahr endet ein solches Engagement offiziell. Oft entstehen aber Freundschaften und Beziehungen zu Kindern und Eltern, die weiterlaufen, wenn die Freiwilligen schon nicht mehr im Programm sind. Neumayer merkt noch lockend an: „Es ist nicht nur gefühlt eine tolle Sache,

die positiven Auswirkungen auf alle Beteiligten sind auch wissenschaftlich bewiesen.“ **VN-MM**

Weitere Infos zum Ehrenamt mit Kindern: [www.vorarlbergerkinderdorf.at](http://www.vorarlbergerkinderdorf.at)



An Ideen für Aktivitäten mangelt es Julia Zambonin und Karla nicht. Am liebsten tollt das Mädchen auf dem Spielplatz herum.

Armen empfangen.“ Es passte von Anfang an. „Eine gute Abklärung ist wichtig“, betont Jasmin Neumayer.

Es sei legitim, wenn sich Interessierte nach dem Erstgespräch ihr Engagement noch einmal über-



Es werden weiterhin Impfungen gegen Covid, Influenza, MMR, Hepatitis B, Meningokokken und HPV angeboten.

APA

## Die Impfordination zieht um

**SCHWARZACH** Die Impfordination wechselt ins Dornbirner Element. Die Landesregierung mietet sich ein, um dort ab 3. Oktober aktiv zu werden. Im Protokoll zur entsprechenden Regierungssitzung wird darauf verwiesen, dass die Landesimpfordination eine zentrale Rolle spiele, das öffentliche Impfprogramm umzusetzen. „Es werden weiterhin Impfungen gegen Covid, Influenza, MMR, Hepatitis B, Meningokokken und HPV angeboten“, heißt es im Büro von Gesundheitslandesrätin Martina Rüscher auf VN-Anfrage. Sollten Personen mit selbst gekauftem Impfstoff in die Ordination kommen, können diese ebenso geimpft werden. Selbstbehandelte sind wie in einer niedergelassenen Ordination zu bezahlen.

## 6837 Impfungen seit Juni 2023

Bis dato ist die Impfordination des Landes im Rhomberg-Areal angesiedelt. Die Einrichtung wird übernommen. Für Umzug, Elektroarbeiten und sonstige kleinere Anpassungen fallen Kosten von rund 12.000 Euro an. „Insgesamt wurden seit Juni 2023 in der Impfordination 6837 Impfungen verimpft.“

In den neuen Räumlichkeiten werden drei Mal pro Woche je zwei Ärzte/Ärztinnen anwesend sein, am Montag von 12 bis 13 Uhr, am Dienstag von 9 bis 11 Uhr und am Donnerstag von 16 bis 18 Uhr. Bei Bedarf werden die Impfzeiten flexibel verlängert. Die Anmeldung ist über das Anmeldeportal des Landes ([vorarlberg.at/-/impftermine](http://vorarlberg.at/-/impftermine)) oder telefonisch (05574/51128610) möglich. Bei den impfenden Ärztinnen und Ärzten handelt es sich um niedergelassene und Spitalsärzte.

„Die erste Anlaufstelle für Impfungen ist immer der Hausarzt oder die Hausärztin“, teilt das Büro von Landesrätin Rüscher mit. „Die Impfordination des Landes richtet sich an alle impfwilligen Personen, die keinen Hausarzt/keine Hausärztin haben oder die sich für eine Impfung nicht in Warteräumen mit erkrankten Personen aufhalten wollen.“

Besonders häufig kämen junge Menschen in die Impfordination, die nicht mehr zum Kinderarzt gehen oder die Schulimpfungen versäumt haben; ebenso Personen, denen eine Impfung – zum Beispiel gegen Masern – fehlt. **VN-EBI**

## POLITIK IN KÜRZE

### Wahlkarten werden bereits ausgestellt

**BREGENZ** Seit Montag läuft die Wahlkartenausstellung in den Gemeinden für die Landtagswahl am 13. Oktober. Landeshauptmann Markus Wallner appellierte an die wahlberechtigten Landesbürgerinnen und -bürger, „ihre Stimme zu nutzen“. Die Ausstellung einer Wahlkarte kann bei der zuständigen Gemeinde bis 9. Oktober schriftlich per Brief, E-Mail oder per Online-Antrag auf [www.meinewahlkarte.at](http://www.meinewahlkarte.at) oder mündlich bis Freitag 12 Uhr beantragt werden.

### Van der Bellen reist nicht nach New York

**NEW YORK** Bundespräsident Alexander Van der Bellen hat angesichts der Wettersituation mit Dauer-



Aufgrund der angespannten Lage wird Van der Bellen in Österreich bleiben. APA

regen, Hochwasser und Stürmen seine ab Ende der Woche geplante Reise zur UNO-Vollversammlung abgesagt. Van der Bellen hätte von

Freitag bis Dienstag an dem alljährlichen UNO-Spitzenreffen teilnehmen und am Sonntag auch ein Statement auf dem „Summit of the Future“ abgeben sollen. Ziel des „Summit of the Future“ ist die Verabschiedung eines Zukunftspakts unter dem Motto „Multilaterale Lösungen für ein besseres Morgen“.

## 30 Jahre FH

**WIEN** Mit den Fachhochschulen (FH) begeht der nach den Unis zweitgrößte akademische Bildungssektor sein 30-Jahr-Jubiläum. Im Herbst 1994 starteten die ersten zehn Studiengänge mit rund 700 Studentinnen und Studenten – mittlerweile studieren 59.000 Personen in mehr als 530 Studiengängen an 21 FHs. Eine Festveranstaltung im Parlament wurde hochwasserbedingt abgesagt.

# Dornbirnerin erobert Europa

Auf dem Campus der FHV ist ein Stimmengewirr unterschiedlichster Sprachen zu hören. Menschen verschiedenster Nationen treffen sich anlässlich der Students Week in Dornbirn und tauschen sich aus. Und Julia ist mit-tendrin.

Julia ist 23 Jahre alt und hat gerade ihren Bachelor in „Umwelt und Technik“ an der FHV – Vorarlberg University of Applied Sciences abgeschlossen. Nun startet sie das weiterführende Masterstudium. Dass sie einen technischen Weg einschlagen wird, war nicht von Anfang an klar: „Meine Matura habe ich an der Tourismusschule Bludenz gemacht. Darum hatte ich was Physik, Chemie oder Mathe



anbelangt nur wenige Vorkenntnisse.“

**Vom Tourismus in die Technik**  
„Mit 14 war mein Interesse an technischen Berufen noch nicht ausgeprägt, daher besuchte ich die Tourismusschule“, erinnert sie sich. Doch das Leben ...

Hier gehts zur ganzen Story!



Erfahre mehr über Julias Geschichte!

ANZEIGE