



Die Teamprüfung!

BITTE WERFEN SIE DIESE BROSCHÜRE NICHT WEG!!

Machen Sie diese Zeitung Ihren Patienten, Gästen und Mitarbeitern zugänglich. Sie helfen damit blinden und körperbehinderten Menschen, welche von Seite an Seite unterstützt werden.





INHALT

3 VORWORT

4 VON HEUTE AUF MORGEN

Update von Klara und Lilly

- die Team-Prüfung

8 EMPFEHLUNG

Buchempfehlung: Heilende Haustiere

9 SCHON GEWUSST?

Wie eine Assistenzhund-Teamprüfung aussieht?

15 THEMEN VON HEUTE

Mehr als nur Technik

- Impulse für einen gesunden Umgang mit Medien

17 NEUES AUS DEM VEREINEN

Neues Gesicht im Verein

Jahresrückblick

21 KINDERGESCHICHTE / RÄTSEL

Stella und Stern

IMPRESSUM

Seite an Seite Magazin 4/2025

Erklärung über die grundlegende Richtung gem. § 25 Mediengesetz vom 12.6.1981: Das Aufgabengebiet des Magazins „Seite an Seite – Verein zur Förderung von auf Dauer beeinträchtigten Menschen“ ist die Berichterstattung sowie Information über die Tätigkeit des Vereins Seite an Seite. Erscheinungsweise viermal jährlich.

Medieninhaber und Herausgeber: Verein Seite an Seite, ZVR Nr. 053868287
Eigenverlag: Seite an Seite – Verein zur Förderung von auf Dauer beeinträchtigten Menschen

Adresse: Dr. Groß-Straße 24 b | 4600 Wels

Tel. zu erreichen über 0681 / 84 88 99 06

Mail: office@seiteanseite.org, Web: www.seiteanseite.org

Inserate, Satz & Layout:

Sirius Werbeagentur GmbH, Wolfenstrasse 46, 4400 Steyr,
Tel.: +43 (0) 5 016 701

Copyright Text, Fotos und Illustrationen: Seite an Seite

Foto Titelseite: ©Klara Zösmayr

Druck: Ferdinand Berger & Söhne GmbH, Wiener Straße 80, 3580 Horn

VORWORT

Liebe Leserinnen und Leser,

manchmal sind es die kleinen Momente, die ein Jahr besonders machen: ein mutiger Schritt nach vorn, ein erstes „Ich schaff das“ oder einfach eine stille Umarmung im richtigen Augenblick.

2025 war voll solcher Momente. Und wir durften viele davon begleiten.

Wir erzählen in dieser Ausgabe von Klara und ihrer Hündin Lilly – ein starkes Team, das gezeigt hat, was Vertrauen bewirken kann. Wir blicken zurück auf Projekte, die gewachsen sind. Auf Kinder, die wieder lachen können. Und auf viele Menschen, die uns mit offenen Herzen begegnet sind.

Was uns alle verbindet? Der Wunsch, da zu sein, wenn Hilfe gebraucht wird.
Und die Überzeugung: Gemeinsam geht mehr.

Danke, dass ihr diesen Weg mit uns geht.
Danke für euer Vertrauen, eure Spenden, euer Dabei sein.

Lasst uns das neue Jahr mit derselben Kraft beginnen, mit der wir dieses beendet haben:
Seite an Seite.

Euer Kevin



UNSERE SOCIAL MEDIA KANÄLE



SEITE *an* SEITE

Verein zur Förderung von auf Dauer beeinträchtigten Menschen

Spendenkonto: Oberbank AG
IBAN: AT58 1500 0006 6114 4568

- Die Team Prüfung -

Von Lampenfieber bis Erleichterung



Herzklopfen. Nervosität. Freude.

Diese drei Gefühle begleiteten mich, als es endlich so weit war: Zum zweiten Mal in meinem Leben stand ich mit meinem Hund vor der Assistenzhundeprüfung. Das erste Mal hatte ich diese Erfahrung mit meiner geliebten Ylvi gemacht – damals, als es noch keine Prüfungsordnung für PTBS-Assistenzhunde gab und niemand so genau wusste, wie das Ganze ablaufen würde. Wir waren damals das allererste Team, das für PTBS/KPTBS geprüft wurde.

Heute ist vieles anders: Es gibt eine klare Prüfungsordnung – an deren Entstehung ich sogar mitarbeiten durfte – und inzwischen auch einen theoretischen Teil, in dem das Wissen der Assistenznehmer getestet wird.

Vorbereitung ist alles – und trotzdem ist man nervös

Bevor ich mich überhaupt anmelden konnte, musste ich wie alle anderen den verpflichtenden vierstündigen Vortrag absolvieren – online oder vor Ort in Wien. Dort wird der Prüfungsablauf erklärt und der Inhalt des Wiener Sachkundenachweises besprochen.

An meinem Prüfungstag war die Aufregung trotzdem riesig.

Klar, ich kannte die Prüfungsordnung inzwischen in- und auswendig – immerhin habe ich schon einige Prüfungen als Prüferin selbst abgenommen. Doch genau das machte mich fast noch nervöser: Von mir würde man sicher mehr erwarten als von anderen Assistenznehmern.

Letzte Minuten vor dem Start

Bevor die Prüfer eintrafen, ging ich mit Lilly noch einmal auf die Wiese. Die Erinnerung an Ylvis Prüfung kam mir ins Gedächtnis – wie sehr man sich unter Beobachtung manchmal unter Druck gesetzt fühlt, selbst bei solch banalen Dingen wie dem Gassigehen.

Dann war es endlich so weit:

Ich begrüßte die Prüfer Paul Schreihöfer und Nicole Lachmair sowie die Prüfungsaufsicht Mag. Karl Weissenbacher. Gemeinsam besprachen wir die drei Assistenzleistungen, die ich zur Prüfung angemeldet hatte. Die „Medikamententasche apportieren“-Übung konnte ich gleich demonstrieren und legte außerdem mein detailliertes Anzeigeprotokoll der letzten Wochen vor.

Der theoretische Teil

Danach startete der theoretische Abschnitt der Prüfung. Ich durfte mir Fragen aus mehreren Fragebögen aussuchen – zuerst beantwortete ich einige mündlich, danach folgte ein Multiple-Choice-Test. Alle Fragen stammen aus dem offiziellen Handbuch für Assistenznehmer, das auf der Messerli-Webseite zu finden ist.

Der Praxisteil – unterwegs mit Lilly

Für den praktischen Teil hatte ich eine Route geplant, die alle geforderten Prüfungspunkte abdeckte:

Start zur FH – dort testeten wir das Verhalten auf Gitterrampen. Der Weg kam mir vor lauter Aufregung endlos vor.

Glatte Boden – diesen Nachweis konnten wir schon im Haus erbringen, als wir die Treppe hinuntergingen.

Schlosspark – hier demonstrierten wir den Grundgehorsam.

Lebensmittelgeschäft – das Personal kannte uns schon, was vieles erleichterte. Lilly legte sich zuverlässig ab, auch als ich außer Sicht war, und zeigte perfektes „Blocken“.

Bürogebäude – da wir zu Hause keinen Aufzug haben, erledigten wir die Aufzugsfahrt hier. Anschließend ging es ins angrenzende Lokal, während sich die Prüfer zur Besprechung zurückzogen.



Klara und Assistenzhündin Lilly im Restaurant – in gespannter Erwartung des Prüfungsergebnisses



Zertifiziert: Lilly darf Klara nun ganz offiziell begleiten
(Assistenzhundezertifikat vom 10.07.2025)

Das Ergebnis – und ein riesiger Stein, der vom Herzen fiel

Nach gefühlten Ewigkeiten kam endlich die erlösende Nachricht: Alles mit der Bestnote „A“ bestanden! Keine Anmerkungen, keine Verbesserungsvorschläge – die Prüfer nannten es eine perfekte Prüfung.

Ich konnte es kaum fassen. All die Vorbereitung, die schlaflosen Nächte, die Aufregung – alles hatte sich gelohnt. In diesem Moment war da nur noch Erleichterung, Stolz und das tiefe Wissen: Wir haben das gemeinsam geschafft. Lilly hat gezeigt, dass sie nicht nur bereit ist – sondern dass sie an meiner Seite genau richtig ist.

Mein persönliches Fazit:

Auch wenn ich die Prüfungsordnungen und selbst schon Prüfungen abgenommen habe, ist es eine völlig andere Sache, selbst vor den Prüfern zu stehen. Die Aufregung macht diesen Tag zu etwas Besonderem – und **das Gefühl, gemeinsam mit Lilly bestanden zu haben, war einfach unbezahlbar.**

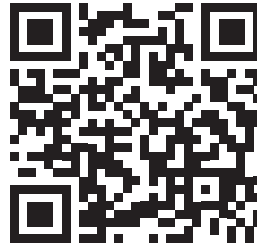
Mit herzlichen Grüßen,

Klara und Lilly

Deine Hilfe zählt noch immer

Klara und Lilly haben die Assistenzhundeteam-Prüfung mit Bravour gemeistert – ein großer Schritt in Richtung Selbstständigkeit.

Doch ein Teil der Spendensumme für Lillys Ausbildung und Ausstattung ist noch offen.



Hilf mit, dieses besondere Projekt vollständig zu ermöglichen – Seite an Seite.

JETZT SPENDEN



© Bilder von Tanja Modita

„Unsere Buchempfehlung“

Heilende Haustiere von Marty Becker



Was Tiere mit unserer Seele machen?

Dass Haustiere uns guttun, spüren viele jeden Tag – aber was genau passiert da eigentlich? In seinem Buch „Heilende Haustiere“ geht Tierarzt Marty Becker dieser Frage wissenschaftlich und mit viel Herz nach. Er zeigt anhand neuester Forschung und berührender Geschichten, wie Tiere nicht nur Trost spenden, sondern nachweislich unsere Gesundheit fördern: Sie senken Stress, stärken das Immunsystem und helfen uns, uns weniger allein zu fühlen.

Ob Hund, Katze oder Kaninchen – dieses Buch macht deutlich, dass die Verbindung zwischen Mensch und Tier eine therapeutische Kraft haben kann. Besonders für Menschen mit psychischen Belastungen oder in schwierigen Lebensphasen kann ein Haustier weit mehr als nur Gesellschaft sein.

Ein stärkendes Buch für alle, die mit Tieren leben – oder darüber nachdenken. Perfekt für die kälteren Tage im Winter.

@ Text von Tanja Madita

@ Coverbild: © riva Verlag @ Bild von www.freepik.com

- Schritt für Schritt geprüft - Wie eine Assistenzhund-Teamprüfung aussieht?

Wenn ein Assistenzhund in das Leben eines Menschen einzieht, bringt das nicht nur Sicherheit, Struktur und Selbstständigkeit – sondern auch Verantwortung. Damit ein Mensch-Hund-Team offiziell anerkannt wird, muss es zeigen, dass es im Alltag miteinander funktioniert.

Genau das soll die sogenannte Assistenzhund-Teamprüfung überprüfen – und zwar nicht unter künstlichen Bedingungen, sondern mitten im echten Leben.

Da bei der offiziellen Prüfung keine außenstehenden Personen teilnehmen dürfen, hat sich Klara bereit erklärt, die komplette Prüfungstour im Anschluss noch einmal mit uns gemeinsam abzugehen – an genau denselben Orten, mit allen Details, Abläufen und Hilfsmitteln.

So ist dieser Bericht entstanden – als authentischer, ehrlicher Einblick in das, was ein Assistenzhund im Alltag wirklich leistet.

Anhand von Klara & Lilly zeigen wir, wie so ein Prüfungstag abläuft – und was dabei wirklich zählt.

Ein ganz normaler Tag – oder doch nicht?

Die Prüfung beginnt nicht auf einem Übungsplatz, sondern mit dem Start in einen scheinbar ganz normalen Tag. Von zu Hause aus geht es los – mit klarer Struktur und Vorbereitung.

Noch vor dem offiziellen Start lässt Klara

Lilly auf einer Wiese kurz frei laufen – damit sie sich lösen kann und anschließend konzentrierter bei der Sache ist.



Diese kleine Routine gehört für die beiden einfach dazu und hilft, einen ruhigen, fokussierten Einstieg zu finden.

Unterwegs – Alltag als Prüfungsinhalt

Statt Kommandos oder Tricks geht es bei der Teamprüfung um echte Alltagssituationen:

Gehwege, Begegnungen, wechselnde Umgebungen und potenzielle Reize.



Bei einer schmalen Rampe wird überprüft, ob Lilly ruhig und sicher darüber gehen kann – ohne sich ablenken zu lassen oder zu erschrecken. An diesem Tag klappt das problemlos. Doch nur wenige Schritte danach zeigt sich, wie aufmerksam sie auf Klara reagiert.



Stressanzeige – wenn Lilly übernimmt

Lilly legt ihre Pfote auf Klaras Oberschenkel – ihr eindeutig erlerntes Signal: „Achte auf dich, du wirkst gestresst.“

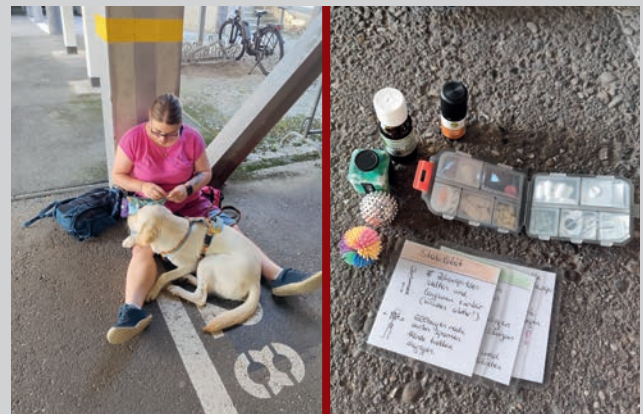
Klara erkennt das sofort, lobt Lilly für das zuverlässige Anzeigen und zieht sich mit

ihr an einen ruhigeren Ort zurück. Dort setzt sie sich hin und öffnet ihre vorbereitete Notfalltasche. Darin: ein beruhigendes Duftöl, ein kleiner Igelball zur sensorischen Regulation, Schmerzmittel für Lilly – für alle Fälle. Auch die Notfallkarten sind dabei: Sie enthalten einfache Bewegungsübungen wie Fußwippen, bewusstes Atmen oder Armkreisen. All diese Hilfsmittel unterstützen Klara dabei, beginnende Überforderung frühzeitig zu erkennen und wieder zu sich zu finden.

Zusätzlich nutzt Klara ihre Bearable-App, um Symptome zu dokumentieren und langfristige Entwicklungen besser verstehen zu können.

Erst, als sie sich wieder stabilisiert hat, setzen die beiden die Prüfung fort.

Lilly hat ihre Aufgabe perfekt erfüllt – frühzeitig, ruhig und verlässlich.



Kennzeichnung & Freilauf mit Rückruf

Bevor es weiterging, bekam Lilly eine spezielle Kenndecke mit Kennzeichnung angelegt – als sichtbares Zeichen, dass sie im Einsatz ist.

Bei der offiziellen Prüfung hätte sie eine Kenndecke mit der Aufschrift „Assistenzhund in Ausbildung“ getragen, doch

diese musste Klara direkt nach der Prüfung wieder zurückgeben, da sie dringend anderweitig benötigt wurde.

Die Kennzeichnung an sich ist zwar nicht gesetzlich verpflichtend, aber in vielen Situationen äußerst sinnvoll:

Gerade in Lebensmittelgeschäften oder anderen Bereichen mit besonderen Zutrittsrechten wie bei Ärzten, hilft sie dabei, Missverständnisse zu vermeiden.

Gerade bei von der Leinenpflicht befreiten Assistenzhunden hilft die Kennzeichnung dabei, Missverständnisse zu vermeiden und das Umfeld zu sensibilisieren.



In Klaras Fall dient die Kennzeichnung zusätzlich dazu, Lilly visuell auf ihre Aufgabe einzustellen.

Für Lilly ist die Kenndecke ein klares Zeichen: Jetzt bin ich im Dienst.

Begegnungen, Spiel & Rückruf im Schlosspark

Nach der Kennzeichnung spazierten Klara und Lilly gemeinsam weiter in den Schlosspark – einem öffentlichen Ort mit vielen Reizen, Geräuschen und Begegnungen.

Dort durfte Lilly noch einmal freilaufen,

sich bewegen und spielen.

Doch auch diese Situation ist Teil der Prüfung:

Reagiert der Hund zuverlässig, wenn er aus seiner Freizeit heraus zurückgerufen wird?

Nach kurzer Zeit rief Klara Lilly – und Lilly kam sofort, ohne Zögern, aufmerksam und direkt zu ihr zurück.

Ein stiller, aber starker Moment: Er zeigt, wie klar Lilly ihre Aufgabe versteht – und wie tief die Verbindung zwischen den beiden ist.

Zweite Stressanzeige – Zeit für Nähe

Kurz darauf zeigte Lilly erneut, dass sie auf Klara achtet: Sie gab ihr ein Signal, dass Klara gestresst ist – diesmal wieder durch das Auflegen der Pfote.

Sofort wurde eine kleine Pause eingelegt.

Klara setzte sich mit Lilly auf eine Bank im Park, holte ihre Notfalltasche hervor und gab sich und Lilly ein paar Minuten Ruhe.

Lilly wurde natürlich belohnt – nicht nur mit einem Leckerli, sondern auch mit Nähe und einer liebevollen Kuscheleinheit.





Weiter geht's – Autofahrt als Teil des Alltags

Nach der kurzen Pause auf der Parkbank ging es für Klara und Lilly mit dem Auto weiter.

Das Ein- und Aussteigen ist grundsätzlich Teil der offiziellen Prüfung.

Je nach Lebensrealität der geprüften Person wird dabei entweder der Ein- und Ausstieg im Auto oder bei öffentlichen Verkehrsmitteln beobachtet – beides ist im Prüfprotokoll vorgesehen.

Die Fahrt zum Supermarkt zeigte, wie strukturiert Klara mit ihrer Assistenzhündin unterwegs ist:

Lilly ist im Auto gut gesichert, ruhig und kennt das Ein- und Aussteigen genau. Auch hier kommt ihre gewohnte Struktur zum Einsatz: klare Abläufe, Sicherheit, gegenseitiges Vertrauen.

Ein kleiner Hinweis mit großer Wirkung:

Viele Assistenzhundeteams bringen einen gut sichtbaren Aufkleber am Auto an.



Er macht deutlich: Hier fährt ein Assistenzhund mit – und schafft im Alltag wie im Notfall schnell Klarheit.

Wichtig: Den offiziellen Aufkleber mit der Aufschrift „Assistenzhund on board“ erhält man nach bestandener Prüfung vom Messerli Forschungsinstitut.

Dadurch soll sichergestellt werden, dass der Hinweis nicht missbräuchlich verwendet wird oder von Unbefugten nachgemacht wird.



Am Parkplatz angekommen, war alles bereit für den nächsten freiwillig gezeigten Prüfungsteil:

den Supermarktbesuch – ein Ort voller Reize, Menschen und potenzieller Herausforderungen.

Im Supermarkt – Nähe, Fokus, Schutz

Der Supermarktbesuch ist ein wesentlicher Bestandteil der offiziellen Assistenzhund-Teamprüfung – denn hier zeigt sich, wie das Mensch-Hund-Team in einer echten Alltagssituation funktioniert:

enge Gänge, viele Menschen, laute Geräusche, plötzliche Bewegungen.

Schon vor dem Eingang hält Klara mit Lilly kurz inne.

Dieser Moment hilft Lilly, sich mental auf den Einsatz einzustellen.

Der Supermarkt ist außerdem mit einem Hinweis-Aufkleber an der Tür ausgestattet, der deutlich macht: Assistenzhunde sind hier willkommen. Ein wertvolles Zeichen für alle Betroffenen.



Im Inneren bleibt Lilly nah an Klaras Seite, bewegt sich ruhig, reagiert nicht auf fremde Reize.

Besonders beobachtet wird hier: Wie verhält sich der Hund, wenn die Bezugsperson kurz außer Sicht ist?

Lilly bleibt souverän, zeigt keine Unsicherheit, wartet ruhig und aufmerksam.



Eine von Klaras geprüften Assistenzleistungen ist das sogenannte „Abblocken“: Wenn sich eine fremde Person nähert, positioniert sich Lilly automatisch schützend hinter Klara – nicht aggressiv, sondern ruhig, respektvoll und deutlich. Diese Technik entlastet Klara besonders in stressreichen Situationen, zum Beispiel bei unerwarteter Nähe oder Gedränge.

Wichtig zu wissen: Nicht alle Assistenzhundeteams zeigen dieselben Leistungen – geprüft wird, was für die jeweilige Person im Alltag relevant ist. Bei Klara gehörten neben dem Abblocken auch das gezielte Anzeigen von Belastungssymptomen (per Protokoll nachgewiesen), das Apportieren der Medikamententasche und das Aufheben von Gegenständen vom Boden zu den geprüften Fähigkeiten.

Für Lilly sind diese Aufgaben längst Routine – und für die Prüferin ein klares Zei-

chen: Dieses Team funktioniert.

Wie immer nach einer erfolgreich gemeisterten Situation gibt es für Lilly ein Lob, ein Leckerli – oder einfach ein paar liebevolle Worte.

Mit dem Lift – Konzentration bis zum Schluss

Zum Abschluss der offiziellen Prüfung stand noch eine letzte Alltagssituation auf dem Programm: die Fahrt mit dem Lift.

Dabei wurde genau beobachtet, wie Lilly auf den Einstieg, die Geräusche und die ungewohnte Bewegung reagiert. Für viele Hunde kann das eine Herausforderung sein – doch Lilly zeigt sich souverän.

Wie immer achtet Klara bewusst darauf, dass Lilly zuerst in den Lift geht. So vermeidet sie, dass Lilly versehentlich von der Tür eingequetscht wird. Im Inneren bleibt Lilly ruhig, dreht sich zu Klara um und wartet auf das, was als Nächstes kommt.



Weder das ruckartige Anfahren noch die ungewohnte Enge machen ihr sichtbar etwas aus. Sie kennt diese Situation – und sie meistert sie genauso ruhig wie alle anderen Aufgaben an diesem Tag.

Am Ende dieser Fahrt – und damit am Ende der gesamten Prüfung – wird Lilly natürlich belohnt.



@ Bilder von Klara Zösmayr

Nicht vergessen: Es ist eine Momentaufnahme

Die Assistenzhund-Teamprüfung gibt einen wichtigen Einblick in das Zusammenspiel von Mensch und Hund – aber sie bleibt dennoch genau das: eine Momentaufnahme.

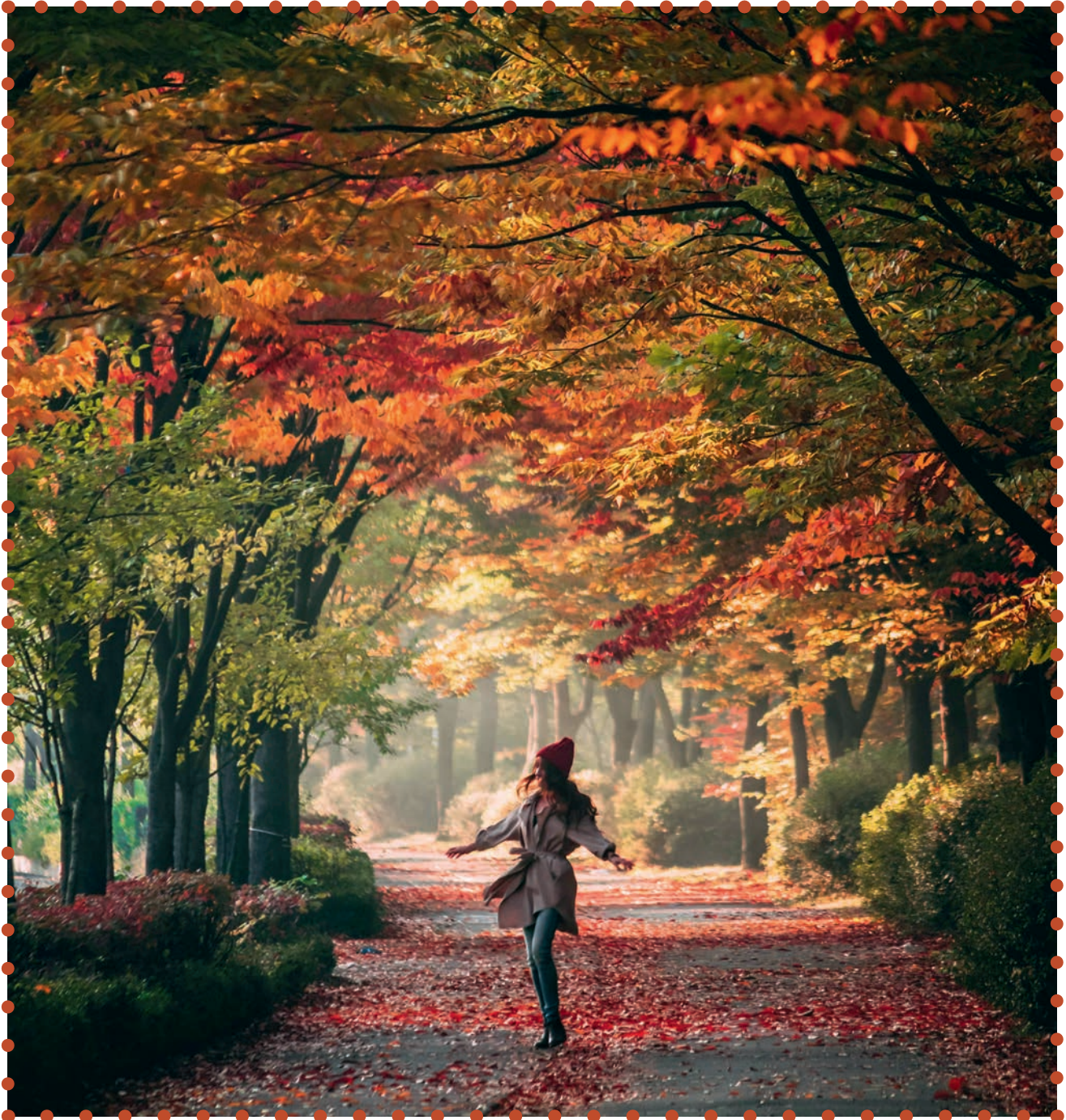
Auch gut eingespielte Teams haben einmal einen schlechten Tag oder eine herausfordernde Situation.

Bestehen oder Durchfallen sagen deshalb nicht alles – wichtig ist der gemeinsame Weg, das Lernen, Wachsen und Vertrauen, das sich im Alltag entwickelt.

@ Text von Tanja Madita

- Mehr als nur Technik -

Impulse für einen gesunden Umgang mit Medien



© Bild von www.pexels.com - Taryn Elliot

Impulse für mehr Balance im Alltag

Sie wischen, tippen, scrollen. Von klein auf bewegen sich Kinder und Jugendliche ganz selbstverständlich in digitalen Welten.

Smartphones, Tablets und soziale Medien gehören für viele zum Alltag – in der Schule, im Freundeskreis, zu Hause. Und ja: Technik kann verbinden, inspirieren und helfen, kreativ zu sein. Doch sie kann auch überfordern.

Gerade bei jungen Menschen, deren Gehirn und Persönlichkeit sich noch entwickeln, hat die ständige Reizflut Auswirkungen: auf Konzentration, Schlaf, Selbstbild – und auf das Miteinander.

Reizüberflutung statt Ruhe

Was viele unterschätzen: Der menschliche Körper braucht Auszeiten. Besonders das kindliche Gehirn, das noch lernt, Reize zu sortieren, sich abzugrenzen und sich auf eine Sache zu fokussieren.

Zuviel Bildschirmzeit kann innere Unruhe verstärken, Ängste begünstigen oder emotionale Reaktionen verstärken – vor allem dann, wenn der digitale Konsum unreflektiert oder unstrukturiert passiert.

Kleine Pausen, große Wirkung

Aber: Es braucht keine radikalen Verbote. Es braucht Struktur, Verständnis – und Vorbilder.

Wenn Erwachsene vorleben, wie Offline-Zeiten den Alltag entschleunigen können, entsteht Raum für mehr Verbindung – zu sich selbst und zueinander.

Ein paar einfache Ideen, die helfen können:

- Handyfreie Familienzeiten, z. B. beim Essen oder beim gemeinsamen Abendritual
- Offline-Zonen im Alltag, wie z. B. das Kinderzimmer oder der Spaziergang
- Achtsame Übergänge, z. B. 15 Minuten ohne Bildschirm vor dem Schlafen
- Digitalfreie Nachmittage, z. B. 1–2 Mal pro Woche gemeinsam draußen, im

Spiel oder mit Tieren

Ruhe durch echte Verbindung

Gerade für Kinder mit Entwicklungsverzögerungen, Wahrnehmungsstörungen oder psychosozialen Belastungen kann bewusste Reizreduktion Wunder wirken.

Was für die Erwachsenen wie eine Kleinigkeit wirkt – etwa ein ruhiger Spaziergang ohne Handy, gemeinsames Kochen, ein Puzzle mit Musik – ist für viele Kinder der Moment, in dem sie auftanken.



@ Bild von www.pexels.com
- Kaboompics.com

Was wirklich zählt

Am Ende geht es nicht darum, Technik zu verteufeln – sondern darum, den Blick wieder auf das zu richten, was uns Menschen wirklich verbindet.

Kindern zu zeigen, dass sie mehr sind als ihr Profilbild. Dass echte Nähe zählt. Dass Zuhören stark macht. Und dass Langeweile nicht gefüllt, sondern gelebt werden darf – als Raum für Ideen, Gespräche und neue Gedanken.

Gerade jetzt, wenn draußen alles ruhiger wird, kann auch unser Miteinander langsamer, bewusster und echter werden.

Vielleicht bei einem Tee, einem gemeinsamen Spiel oder einfach mit dem Gefühl: „Ich sehe dich – ganz ohne Bildschirm.“

@ Text von Tanja Madita

- Vorstellung -

Klara als neues ehrenamtliches Mitglied



Liebe Leser*innen,

mit großer Freude darf ich mich als neues ehrenamtliches Mitglied für den Verein Seite an Seite vorstellen – künftig unterstütze ich den Verein als Fachberaterin im Bereich Assistenzhunde

Mein Name ist Klara Zösmayr, ich bin 38 Jahre alt und lebe mit meiner Familie in Oberösterreich. Von Beruf bin ich diplomierte Gesundheits- und Krankenpflegerin. Seit 2016 arbeite ich als Sachverständige sowie Prüferin für Assistenzhunde und Therapiebegleithunde.

Das Thema Assistenzhund begleitet mich auch ganz persönlich, denn aufgrund

meiner chronischen Erkrankung steht mir seit 2014 meine treue Labrador Retriever-Hündin Ylvi als Assistenzhündin zur Seite. Mit inzwischen 11 Jahren darf Ylvi ihren wohlverdienten „Ruhestand“ antreten. Im Frühjahr 2025 trat ihre Nachfolgerin Lilly, eine freundliche Labrador-Golden Retriever-Mischung, in ihre Pfotenstapfen. Zu meiner Familie gehören außerdem mein Mann Max und unser Rüde Medic, ein Podenco Maneto-Mix. Medic war mein erster Hund; er wurde als Therapiebegleithund ausgebildet und genießt heute seine Pension.

Nachdem ich krankheitsbedingt meinen Beruf in der Pflege nicht mehr ausüben konnte, habe ich meine Energie in das

Thema Hundetraining gesteckt und mir in den vergangenen Jahren viel Wissen angeeignet. Medic war dabei mein „Lehrmeister“, an dem ich viele Fehler, aber auch viele wertvolle Erfahrungen sammeln durfte – immer unterstützt durch großartige Trainerinnen und Trainer.

Heute profitiere ich nicht nur durch meine eigenen Assistenzhunde von diesem Erfahrungsschatz, sondern auch in meiner Tätigkeit als Prüferin. Ich bilde mich regelmäßig auf Fortbildungen weiter, was mir durch die Unterstützung meiner Assistenzhündin Lilly wieder gut möglich ist. Menschen beschreiben mich als offene, hilfsbereite Persönlichkeit – manchmal vielleicht etwas zu direkt –, aber immer ehrlich und engagiert.

Mein Leben dreht sich rund um meine Hunde. Am liebsten bin ich mit ihnen in der Natur und im Wald unterwegs. Daneben betreibe ich Aufklärungsarbeit, schreibe auf meiner eigenen Homepage und in einem Blog, und stehe auch für Vorträge zur Verfügung. Es macht mir große Freude, mein Wissen weiterzugeben und neue Menschen kennenzulernen – auch wenn ich mir aufgrund meiner Erkrankung Namen nicht immer leicht merken kann.

Ich freue mich sehr auf viele bereichernde Begegnungen und gemeinsame Projekte im Verein!

eure *Klara*



@ Bilder von Klara Zösmayr

- 2025 im Rückblick -

Seite an Seite

Gemeinsam Leben verändern

Auch 2025 war ein Jahr voller Begegnungen, Herausforderungen – und echter Veränderung.

Und genau das war nur möglich, weil ihr an unserer Seite wart.

Mit eurer Hilfe konnten wir konkrete Unterstützung leisten – schnell, unkompliziert und direkt dort, wo sie gebraucht wurde.

Luis – kleine Schritte, große Wirkung

Der vierjährige Luis wurde 2025 erneut mit gezielter Ergotherapie gefördert.

Für ihn sind Bewegungen, die für andere Kinder selbstverständlich sind, ein täglicher Kraftakt. Doch Luis gibt nicht auf – und genau das ist es, was wir unterstützen wollen: Mut, der wächst, wenn man ihn begleitet.

Mit eurer Hilfe konnten wichtige Therapieeinheiten ermöglicht werden – und wir bleiben auch 2026 an seiner Seite.



© Bild von Tanja K.

Marvin – mit jedem Löffel mehr Lebensqualität

Essen ist für viele ein Genuss – für Marvin war es lange eine Belastung.

2025 konnte er dank eurer Spenden an der spezialisierten „Train to Eat“-Therapie teilnehmen. Dort lernte er nicht nur neue Lebensmittel kennen, sondern auch, seinem eigenen Körper wieder zu vertrauen.

Die Entwicklung, die er gemacht hat, ist bewegend – und zeigt, was möglich ist, wenn man einen Menschen nicht aufgibt.



© Bild von Anna Herzig



Klara & Lilly – ein Team mit Herz

Klara und ihre Assistenzhündin Lilly haben 2025 einen riesigen Meilenstein erreicht: Sie haben gemeinsam die offizielle Assistenzhund-Teamprüfung bestanden.

Ein Moment, den sie sich mit Ausdauer, Mut und Geduld erarbeitet haben – unterstützt von vielen, die an sie geglaubt haben.

Doch so schön dieser Erfolg auch ist: Die Finanzierung des Projekts ist noch nicht abgeschlossen.

Ein wesentlicher Teil der Kosten für Lillys Ausbildung, Versorgung und fortlaufende Betreuung steht noch aus.

Deshalb bitten wir euch heute ganz konkret:

Helft uns, Klara und Lilly auch weiterhin Seite an Seite begleiten zu können.

Gerade jetzt – nach der bestandenen Prüfung – ist es wichtiger denn je, dass die Unterstützung nicht endet.

Jede Spende zählt. Jeder Beitrag wirkt.
Jeder Schritt hilft.

Sei ein Teil von etwas Großem



JETZT SPENDEN

Was wir gemeinsam geschafft haben

2025 war ein Jahr, das uns gefordert – und zugleich getragen hat.

Wir haben erlebt, wie viel möglich wird, wenn Menschen zusammenstehen – mit Mitgefühl, Offenheit und der Bereitschaft zu helfen.

Ob eine kleine Spende, eine liebe Nachricht oder stilles Mittragen im Hintergrund: All das hat Kraft geschenkt.

Denn Hoffnung braucht keine großen Gesten. Sie braucht Menschen, die hinschauen.

Danke, dass ihr dabei seid.
Auch 2026 – Seite an Seite.

@ Text von Tanja Madita

Stella und Stern

Ein Herz auf vier Pfoten



Stella war neun Jahre alt – und meistens spürte sie alles ein bisschen mehr als andere Kinder.

Wenn sie Angst bekam oder wenn es um sie herum zu hektisch wurde, veränderte sich plötzlich etwas in ihr. Manchmal wurde es still in ihrem Kopf, als würde jemand alle Geräusche ausschalten. Dann hörte sie die Stimmen der anderen nur noch wie durch Watte. Oder sie fühlte sich, als würde sie in ihrem eigenen Körper feststecken – ohne richtig da zu sein. Das war unheimlich.

Stellas Eltern machten sich große Sorgen. Sie hatten schon mit vielen Fachleuten gesprochen, waren bei Ärztinnen und

Psychologen gewesen. Schließlich erklärten ihnen die Therapeutinnen: Stella leidet an einer posttraumatischen Belastungsstörung – kurz: PTBS. Das bedeutet, dass ihre Seele sich schützt, wenn sie überfordert ist – manchmal so sehr, dass sie sich komplett zurückzieht.

Eines Abends saßen Stella und ihre Eltern in der Küche. Es war warm, der Tee dampfte in den Tassen, aber es lag etwas Unausgesprochenes in der Luft.

„Wir haben heute etwas gelesen...“, begann ihre Mutter vorsichtig.

„Es gibt Hunde, die speziell ausgebildet werden, um Menschen wie dir zu helfen. Sie spüren, wenn etwas nicht stimmt – oft sogar früher als man selbst.“

Stella sah auf. „Ein Hund? Meinst du... einen eigenen?“

Ihr Vater nickte. „Ja. Aber das ist kein gewöhnlicher Hund. Es dauert lange, ihn auszubilden. Und nicht jeder passt zu jedem Menschen.“

Stella war still. Dann sagte sie leise: „Ich wäre bereit zu warten.“

Einige Wochen später besuchten sie gemeinsam ein Assistenzhundezentrum. Es war ein freundlicher Ort, mit vielen Wiesen, kleinen Holzhäusern, Trainingsplätzen und – natürlich – Hunden. Große und kleine, junge und schon erfahrene.

Dort begegnete Stella einer Frau, die ganz ruhig wirkte – fast wie ein warmer Sommertag. Ihr Name war Klara, und an



ihrer Seite ging eine goldene Hündin namens Ylvi.

„Ylvi ist mein Assistenzhund“, erklärte Klara. „Sie merkt, wenn ich beginne zu dissoziieren – das ist, wenn man innerlich abschaltet. Dann stupst sie mich an oder holt meine Notfalltasche.“

Ylvi legte sich ganz sanft neben Klara und sah Stella mit großen, wachsamen Augen an.

„Sie hilft mir, in der Welt zu bleiben, wenn alles zu viel wird. Und sie gibt mir Sicherheit – auch wenn ich alleine unterwegs bin.“

Stella hörte gebannt zu.

„Ich möchte auch so jemanden“, flüsterte sie.

Die Trainerin des Zentrums nickte verständnisvoll. „Das kann ich gut verstehen. Aber es dauert – manchmal viele Mona-

te, sogar über ein Jahr – bis der passende Hund gefunden und ausgebildet ist. Es ist ein Weg voller Geduld.“

Stella schluckte. Doch dann sagte sie mutig: „Ich warte. Solange es eben dauert.“

Die Wartezeit war schwer. Es gab gute Tage – und solche, an denen Stella sich am liebsten unter ihrer Decke versteckt hätte. Manchmal war sie wütend, manchmal traurig. Aber ihre Therapeutin half ihr mit kleinen Übungen, wenn sie spürte, dass sie „verschwand“. Und jedes Mal, wenn sie durchhielt, dachte sie an Ylvi. Und an den Hund, der vielleicht bald an ihrer Seite wäre.

Und dann – viele Monate später – kam der Anruf.

„Wir glauben, wir haben den richtigen Hund für Stella gefunden.“

Sein Name war Stern. Er war jung, hatte weiches, weißes Fell und große, bernsteinfarbene Augen. An seinem Halsband hing ein kleiner Anhänger in Sternform – ganz dezent, aber glänzend im Sonnenlicht.

Beim ersten Treffen passierte etwas Magisches: Stern kam ruhig auf Stella zu, setzte sich neben sie – und legte seine Pfote ganz sanft auf ihr Bein.

„Das hat er noch nie bei jemandem gemacht“, flüsterte die Trainerin.

In den nächsten Wochen lernten Stella und Stern einander richtig kennen. Sie machten viele Übungen, übten das „Checken“ – also das sanfte Anstupsen, wenn Stella zu erstarren drohte. Stern lernte, auf Veränderungen in Stellas Atmung oder Körperhaltung zu achten, ihre Notfalltasche zu bringen, oder mit seiner ru-

higen Präsenz Sicherheit zu geben.

Er wurde zu einem Teil von Stellas Alltag – wie eine zweite Stimme, die sagte: Ich bin bei dir. Du bist nicht allein.

Und schließlich begleitete Stern sie auch zur Schule. Stella hatte ein bisschen Angst vor dem ersten Tag mit ihm dort.

„Heute wird's laut“, flüsterte sie ihm am Eingang zu. „Bleibst du bei mir?“

Stern stupste sie leicht an – ganz sanft.

Am Ende des Tages kam die Lehrerin zu ihr.

„Stella, ich glaube, Stern ist ein ganz besonderer Freund. Ich habe dich heute ganz anders erlebt – ruhiger, mutiger.“
Stella lächelte.

„Er weiß, wann ich mich verliere – und hilft mir, zurückzukommen.“

Die Bilder wurden mithilfe einer KI generiert
© Text von Tanja Madita

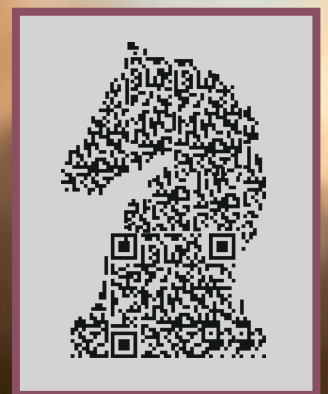
Hast du auch gut aufgepasst?



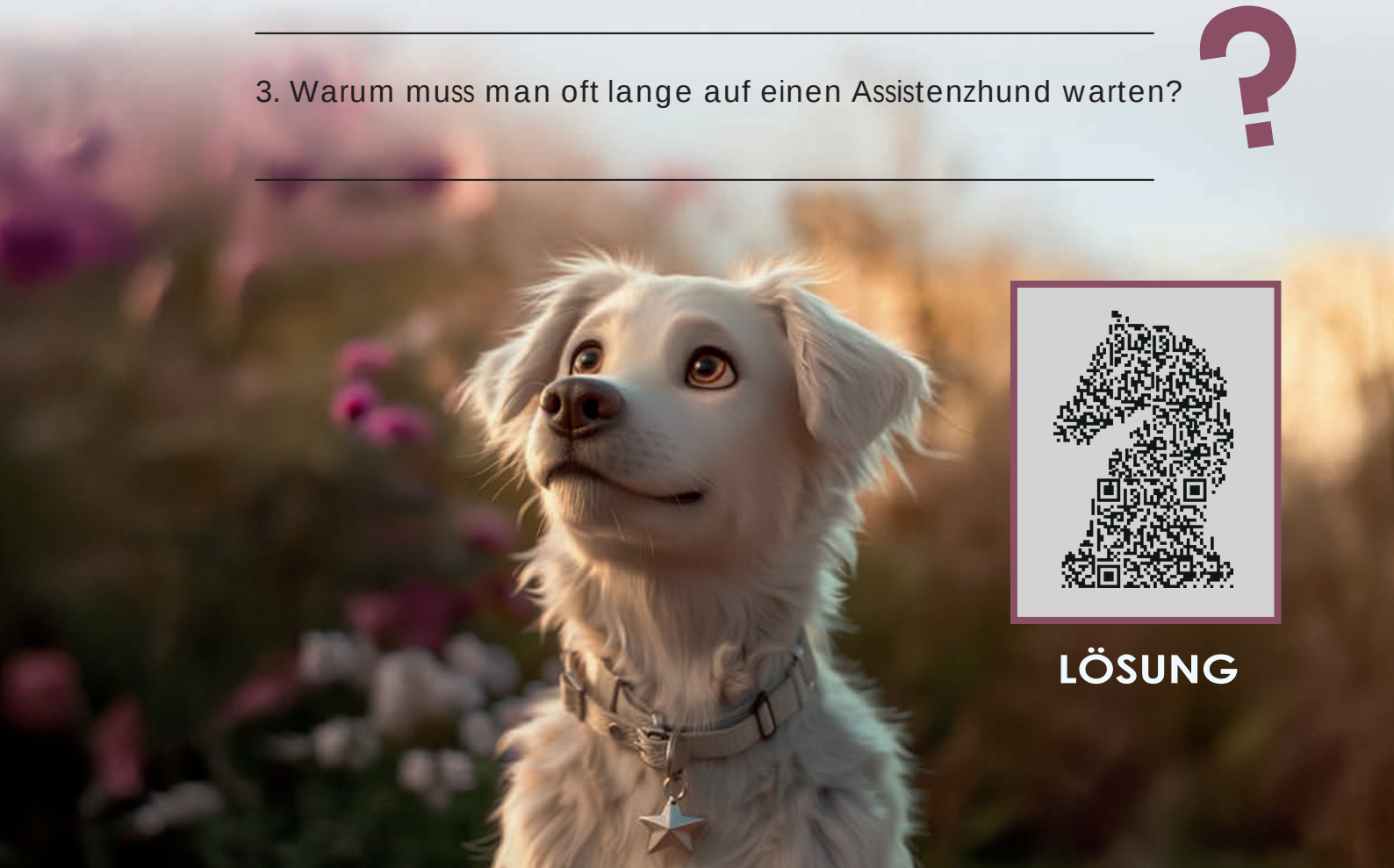
1. Wie heißt Stellas Assistenzhund?

2. Was macht Stern, wenn Stella sich überfordert fühlt?

3. Warum muss man oft lange auf einen Assistenzhund warten?

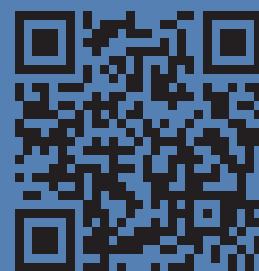


LÖSUNG



Gemeinsam für Klara & Lilly
- jede Spende zählt!

SCAN ME



JETZT QR CODE SCANNEN
UND DIREKT SPENDEN



Deine Spende wird automatisch bei deiner
Einkommenssteuererklärung berücksichtigt!

IBAN: AT58 1500 0006 6114 4568

Retouren an Postfach 555; 1008 Wien