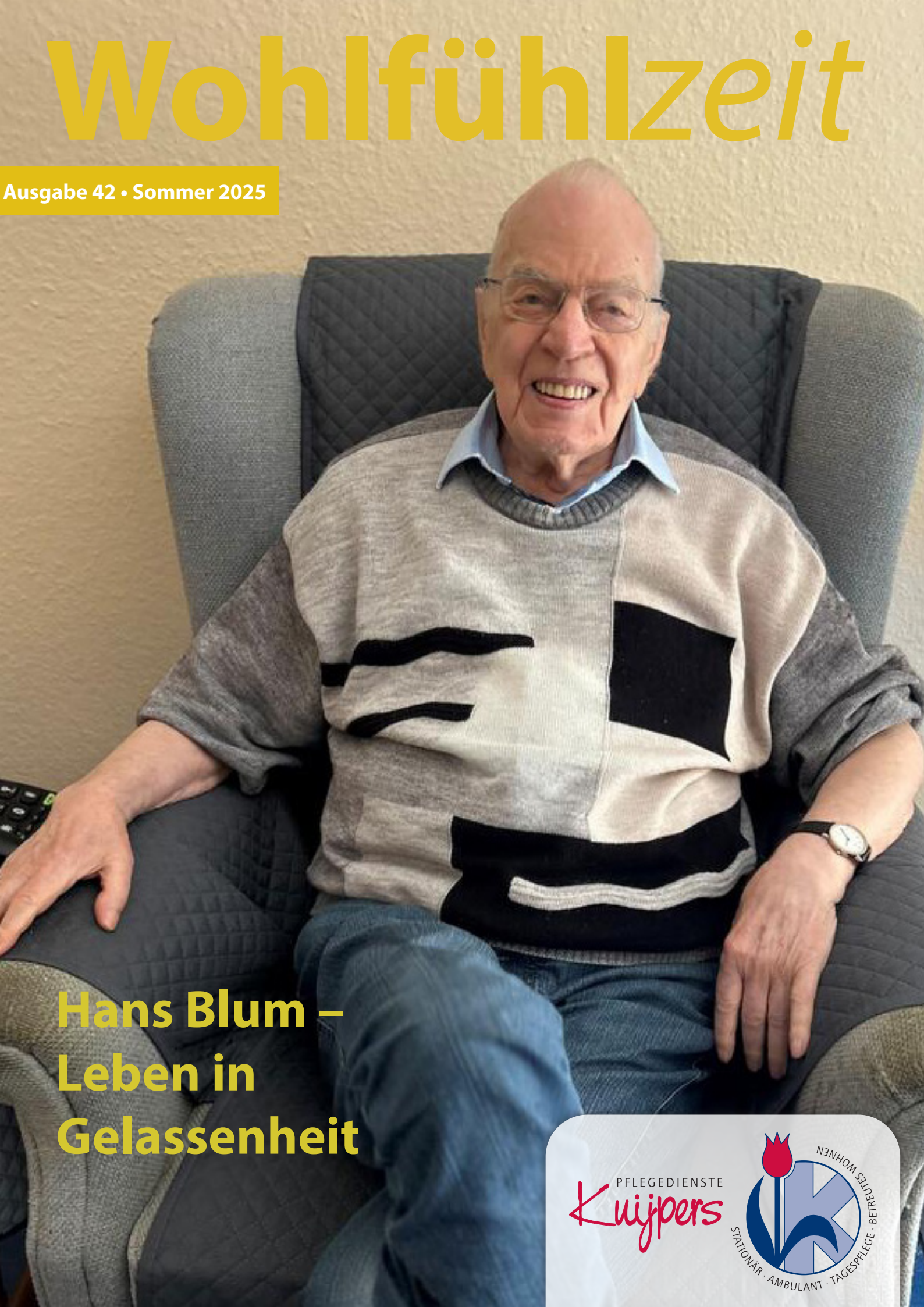
Wohlfühlzeit

Ausgabe 42 • Sommer 2025



Hans Blum – Leben in Gelassenheit

PFLEGEDIENSTE Kuijpers

STATIONÄR · AMBULANT · TAGESPFLEGE · BETREUTES WOHNEN

Liebe Leserin, lieber Leser, herzlich willkommen zu Ihrer *Wohlfühlzeit.*

Annehmen, was uns das Leben bietet, ist eine Entscheidung, die in unserer Hand liegt. Wir können mit den Dingen hadern, sie verfluchen, an ihnen zerbrechen oder ihnen mit Hoffnung begegnen, sie als Teil von uns sebst annehmen. Und genau das sind unsere Erlebnisse, unsere Erfahrungen und die Entscheidungen, die wir in jedem Moment treffen – Teile unseres Selbst. An ihnen richten wir uns aus, an ihnen wachsen wir und aus ihnen ziehen wir unsere Kraft.

In unserer ***Wohlfühlzeit*** lesen Sie auch von Entscheidungen, privater und beruflicher Natur, die positiven Einfluss auf das Leben unserer Bewohner*innen nehmen: dass Mitarbeitende an Lehrgängen teilnehmen, dass Kinder und Jugendliche der älteren Generation zuhören. Sie lesen, welche persönliche Entscheidungen das Leben unserer Bewohner*innen beeinflusst haben. Und jede unserer Entscheidungen erzählt von unserer Haltung.

(kj)

Impressum

Pflegedienste Kuijpers
Auf der Heide 33
41849 Wassenberg

Kontakt:
Klaudia Joschko
Tel.: 0151 64916868
Mara Diart
Tel.: 02401 8048225
E-Mail: medien@kuijpers.de

Design und Gestaltung:
Klaudia Joschko

Autoren:
Stefanie Ostermann (so)
Jennifer Kranz (jk)
Carina Cholewa (cc)
Verena Rauschen (vr)
Heike Simons (hs)
Marika Lang (mkl)
Varinka Silva-Mücke (vsm)
Janine Fischer (jf)
Marina Lang (mnl)
Christa Bako (cb)
Denise Rafael (dr)
Oliver Krings (ok)
Klaudia Joschko (kj)

Fotografie:
Seite 1, 4, 5, 6, 7: Archiv Herr Blum
Seite 3, 9, 18, 19, 26, 27, 30, 31: Canva
Seite 8: Jennifer Kranz
Seite 9, 19, 24, 25: Janine Fischer
Seite 10 : Stefanie Ostermann
Seite 11, 28: Carina Cholewa
Seite 13: Verena Rauschen, Klaudia Joschko
Seite 14: Nezacet Berisha
Seite 15, 19: Marina Lang
Seite 16, 29: Olga Gladka
Seite 17, 27: Heike Simons
Seite 18: Varinka Silva-Mücke
Seite 20: Marika Lang
Seite 21: Frau Bültel
Seite 22, 23: Oliver Krings
Seite 25: Frau Wilk
Seite 32: AOK

Ethische Haltung hinsichtlich Situationen am Lebensende

In der Fortbildung "Ethische Haltung und Reflexion hinsichtlicher herausfordernder Situation am Lebensende" machen wir Teilnehmenden aus der Kuijpers-Gruppe uns ein Bild darüber, was wir selbst am Lebensende für unser Leben und Sterben erwarten. Die Sicht auf uns selbst und die unterschiedlichsten Erwartungen machen uns sehr ausdrücklich bewusst, wie aufmerksam wir unseren Schutzbefohlenden zuhören müssen, um ihre Wünsche zu verstehen, ihrem Willen gerecht zu werden.

Und was, wenn der Bewohnende sich nicht mehr mündlich oder schriftlich äußern kann? Eine Patientenverfügung könnte in diesem Fall sehr hilfreich sein. Darin können Ärzten, Pflegepersonal und vor allem den Angehörigen schwere Entscheidungen abgenommen oder erleichtert werden und – was noch wichtiger ist – dem Wille des Patienten kann entsprochen werden.

Existiert eine solche Verfügung nicht, braucht es viel Empathie, um zu verstehen, was für jeden einzelnen Bewohnenden zu welchem Zeitpunkt das Beste ist. Dabei steht zunächst unsere eigene Haltung außen vor. Der Blick ist nur auf die Schutzbefohlenen gerichtet. Schon ihre Körperhaltung erzählt uns viel über ihr Wohlbefinden. Kleine Gestern, das Verkrampfen der Stirn oder das Entspannen der Hände, lassen uns spüren, wie zufrieden sie sind. Darauf können wir positiv Einfluss nehmen.

Von großer Bedeutung sind für uns die religiöse Haltung, Werte und Erwartungen eines jeden Einzelnen, die wir respektieren und auf die wir individuell eingehen möchten. Auch dann, wenn uns das nicht selten in einen inneren Konflikt bringt, wenn die Wünsche des Sterbenden möglicher Weise nicht unserer eigenen religiösen Haltung und unseren Werten entsprechen.

Und dennoch: Unsere Bewohnenden wachsen uns im Laufe der Zeit ans Herz. Es schmerzt, sie leiden zu sehen, und es schmerzt, sie gehen lassen zu müssen. Aber das liegt nicht in unserer Hand. An uns ist es, da zu sein, Hilfe zu leisten, liebevoll zu pflegen und zu erspüren, was dem Sterbenden jetzt guttut. Wenn es das Eis ist, worauf er Lust hat, obwohl er an Zucker erkrankt ist, dann schadet das Eis jetzt weniger als das unbefriedigte Verlangen danach. Der eine verlangt nach religiösem Beistand, ein anderer möchte einem alten Ritual aus seiner Heimat folgen. Es ist uns ein Bedürfnis, solche Wünsche nach besten Wissen, Gewissen und Vermögen zu erfüllen. Sagen Sie uns, was ihnen wichtig ist.

Vielleicht ist es einfach nur Ruhe, nach der sie sich sehnen. Gerne beten wir aber auch mit ihnen oder für sie. Wir sorgen für ihre Lieblingsmusik oder für meditative Musik, die sie begleitet von unserer in eine andere Welt. Aber wer weiß, vielleicht sind wir auch nur viel zu klein, um das Ende als Anfang zu erkennen, den Tod als Leben zu benennen? (kj)

Hans Blum – Leben in Gelassenheit

„So wie es kommt, so nehme ich es“

Wenn man an Lebensweisheit denkt, stellt man sich vielleicht einen gelehrten Mann mit vielen Büchern vor – oder einen großen Redner mit tiefen Gedanken. Doch wahre Weisheit zeigt sich oft im Leisen, im Bedächtigen, im Besonnenen. Bei uns im Seniorenhaus Maurizius lebt ein Mann, der genau das verkörpert: Hans Blum, geboren am 4. Mai 1923 in Bork, ist mit 102 Jahren der älteste Bewohner – und vielleicht auch einer der Gelassensten.

„Ich habe keine Erwartungen und keine Ansprüche“, sagt er. Und wenn man ihn fragt, ob er mit seinem Leben hier zufrieden sei, antwortet er ruhig, aber bestimmt: „Sieben Jahre bin ich jetzt hier – und ich habe noch keinen Tag bereut.“

102 Geburtstage feierte Hans Blum mehr oder weniger ausgiebig, denn es gab auch schwere Jahre, die es zu überstehen galt. 102 Jahre – eine beeindruckende Zahl, hinter der ein bemerkenswertes Leben steht. Doch Herr Blum macht nicht viele Worte daraus: „So wie es kommt, so nehme ich es“ – das ist schon immer sein Lebensmotto. Heute lebt er im Seniorenhaus, in dem er nach eigenem Bekunden „keine Erwartungen und keine Ansprüche“ hat. Und wer ihm begegnet, spürt sofort: Hier sitzt ein Mann, der mit sich im Reinen ist.

Eine Kindheit mit Verantwortung

Hans Blum wurde 1923 in Bork als ältestes von vier Geschwistern geboren. Seine

Hans (oben rechts)
mit Mutter und Geschwistern

Kindheit war von Verantwortung geprägt: Als er acht Jahre alt war, verlor er seinen Vater. Von da an war es die Mutter, die die Familie durch schwierige Zeiten führte – mit Entschlossenheit, klarem Blick und einem starken Herzen. „Sie hat nie geklagt“, erinnert sich Hans. „Und vielleicht habe ich mir das abgeschaut.“ Es sind diese frühen Erfahrungen, die ihn geprägt haben.

Schon als Jugendlicher war Hans ein stiller, aber wacher Beobachter seiner Welt. Mit nur 16 Jahren legte er sein Abitur in Dortmund ab – ungewöhnlich früh, doch für ihn ein Schritt, der selbstverständlich war.

Ein Krieg, der Spuren hinterließ – aber nicht verbitterte

Der Zweite Weltkrieg riss ihn in jungen

Jahre aus dem Alltag, unterbrach jede Planung. Wie viele junge Männer seiner Generation wurde auch Hans zum Militär eingezogen und nach Nordafrika geschickt. Dort geriet er in amerikanische Gefangenschaft – ein Moment, der sein Leben verändern sollte. Vier Wochen dauerte die Überfahrt ins Kriegsgefangenenlager Fort Robinson im US-Bundesstaat Nebraska: Nicht jeder überstand die Schiffspassage unbeschadet. Was nach Leid und Entbehrung klingt, wurde für Hans zu einer überraschenden Erfahrung menschlicher Würde. „Wir wurden gut behandelt", erzählt er. „Manchmal hat der Lagerkoch uns sogar gefragt, was wir gerne essen würden."

Seine sehr guten Englischkenntnisse machten ihn schnell unentbehrlich: Er wurde als Dolmetscher eingesetzt, eine Rolle, die ihm nicht nur Respekt, sondern auch menschliche Nähe brachte. Weihnachten 1943 war er sogar Gast beim Lagerkommandanten Buddy Elfert und dessen Familie – ein denkwürdiger Abend mit geliehener Krawatte und einem Platz am Tisch. „Es war nicht Glück – aber es war Nähe. Wärme. Und das vergisst man nicht."

Zurück ins Leben – und ein neues Kapitel beginnt

Als Hans Weihnachten 1945 in seine Heimat und endlich wieder zu der Familie zurückkehren durfte, war er erleichtert – aber auch verändert. Die Erlebnisse der letzten Jahre hatten ihn geformt. Ohne lange zu zögern übernahm er Verantwortung und stieg sofort ins Berufsleben ein: Seine gestärkten und im Lager ausgebauten Englichkenntnisse waren als Übersetzer für den britischen Kreis-Residenz-Offizier in Lüdinghausen sehr nützlich. Zunächst galten seine Aufgaben dem schnellen Wiederaufbau in der Region.

Bald folgte der Wechsel in die Amtsverwaltung Bork. Dort arbeitete er viele Jahrzehnte in der Finanz- und Steueramtsverwaltung, wo er sich bis zum Amtsrat hocharbeitete. 1989 trat er seine wohlverdiente Penson an. „Ich war kein Mann der großen Träume", sagt Hans. „Ich habe meine Arbeit getan – zuverlässig, mit klarem Verstand und gern." 1989 trat er seine wohlverdiente Pension an.

Hans mit Tochter Mechthild beim Sommerfest 2024

Ein ruhiges Familienglück

Neben der Arbeit war es die Familie, die

sein Leben erfüllte. Sein Privatleben war von Liebe und Beständigkeit geprägt. Im Mai 1948 heiratete er seine große Liebe Mathilde – „eine kluge, humorvolle Frau mit starkem Willen“, wie er sagt. Ein Jahr später kam Tochter Mechthild zur Welt. Ein großes Glück, das behütete und geschützt werden sollte, denn Geborgenheit überdauert die Zeit. Das gemeinsame Leben in der Familie war schlicht, aber erfüllt. „Wir hatten nicht viel, aber wir hatten uns“, erinnert sich Hans. Und das reichte.

Auch nach dem Tod seiner Frau, mit der er über sechs Jahrzehnte verbunden war, fühlt er sich ihr immer noch nah. Seine Treue zu ihr lebt er weiter – in Erinnerung, im täglichen Ritual: Jede Woche stellt er zum Beispiel frische Blumen neben ihr Bild in seinem Zimmer. „Sie fehlt mir – aber ich bin nicht einsam“, sagt er. „Sie ist bei mir – auf ihre Weise. Glücksgefühle gibt es zwar nicht mehr, aber Geborgenheit und Selbstzufriedenheit“, sagt Hans Blum – und das klingt nicht traurig, sondern ehrlich und tief zufrieden.

Ein Leben für die Gemeinschaft – ohne großes Aufheben

Wer glaubt, dass Hans Blum nur für sich lebt, täuscht sich. Jahrzehntelang war er das Rückgrat vieler ehrenamtlicher Initiativen in Bork: Er war aktiv im Schützenverein, sang im Männergesangsverein, arbeitete in der Kirchengemeinde mit. 20 Jahre lang organisierte er den Martinsumzug – mit viel Organisationstalent und einem festen Sinn für Gemeinschaft. Er war mit Hingabe und Herzblut Vereinsmensch, doch alles hat seine Zeit – heute sucht er keine Kontakte mehr: „Ich strebe nicht nach Freundschaften – ich bin mir selbst genug.“ Das sagt er ohne Bitterkeit, ohne Rückzug. Es ist einfach eine nüchterne Feststellung. Er ist gerne allein. In seiner Ruhe findet er Zuflucht und Frieden, die er genießt.

Aber Familienfeste gehen immer: Weihnachten 2024 feierte Hans Blum mit Tochter, Schwiegersohn, Enkelkindern und deren Ehemännern sowie seinen beiden Urenkeln

Gelassenheit im Alter – kein Platz für Grübeleien

Bis 2018 lebte Hans Blum noch in seiner eigenen Wohnung – selbstbestimmt, organisiert, unabhängig. Der Einzug ins Seniorenhaus war seine Entscheidung. „Ich freue mich auf meine kleine Bude“, sagte er damals – und diese Freude hat er bis heute nicht verloren. Nächtliche Grübeleien

Seine Enkel Kathrin und Johanna gratulieren zum 100. Geburtstag

kennt er nicht. Mit sich selbst ist er im Reinen. „Ich habe Glück gehabt, ja. Aber nicht das laute Glück. Sondern das stille." Auf die Frage, ob es etwas gibt, das er noch erreichen möchte, winkt er ab. „Nein. Ich strebe nicht nach Dingen, die ich nicht erreichen kann. Warum auch?" Was bleibt, ist die Gegenwart. Und die genießt Hans Blum mit einer bemerkenswerten Ruhe.
„Immer heute ist der beste Tag", sagt Hans. Das ist kein Spruch – das ist seine Haltung. In einer Welt, die oft vom Wunsch nach "mehr", nach "schneller", nach "weiter" geprägt ist, lebt er ganz im Jetzt. Ohne Hast. Ohne Bedauern. Ohne Drang.

Ein Leben mit Klarheit und Würde

Hans Blum ist kein Mann großer Gesten. Aber ein Mann beständiger Substanz. Sein Lebensweg erzählt von Pflichtbewusstsein, von Liebe, von Familie, von Arbeit und von innerer Freiheit. Er zeigt uns, dass Glück nicht immer laut sein muss. Und dass Zufriedenheit oft dort beginnt, wo man aufhört, zu viel zu wollen. Wenn man ihm zuhört, wird einem klar: Das Leben ist nicht immer einfach – aber es kann gelingen. Und manchmal ist der größte Luxus, einfach sagen zu können: „Ich werde gerne in Ruhe gelassen."

102 Jahre – ein beeindruckendes Alter. Aber was noch viel beeindruckender ist, ist die Haltung, mit der Hans Blum durchs Leben geht. Sein größtes Geschenk an seine Familie und an alle, die das Glück hatten, sein Leben zu begleiten: zu zeigen, wie viel Weisheit, Würde und Humor in der stillen Akzeptanz des Lebens liegen. Und vielleicht ist genau das die leise Botschaft, die er uns allen mit auf den Weg gibt:

„So wie es kommt, so nehme ich es."

(so)

Der Gemeindekindergarten besucht Villa Viva

Der Gemeindekindergarten Haaren mit einer Gruppe Vorschulkinder und auch jüngerer Kinder besuchte die Villa Viva. Der Ausflug war nicht nur ein spannendes Erlebnis für die Kinder, sondern auch eine schöne Gelegenheit für die Gäste der Tagespflege, etwas Neues zu erleben und von der Kreativität der Kinder zu profitieren, von Aktivitäten und Begegnungen.

Die Kinder hatten im Vorfeld viele Bastelarbeiten vorbereitet, die sie voller Begeisterung den Gästen der Tagespflege überreichten. Diese liebevoll gestalteten Kunstwerke (von selbst gemalten Bildern bis hin zu Ostergrüßen) zauberten ein Lächeln auf die Gesichter der älteren Menschen und schufen eine herzliche Atmosphäre des Gebens und Empfangens. Die Gäste der Tagespflege freuten sich sichtlich über die strahlenden Gesichter der Kinder. Die Begegnung zwischen den Kindern und den älteren Menschen in der Villa Viva zeigte, wie wichtig es ist, den Austausch zwischen den Generationen zu fördern. Die Kinder waren neugierig und stellten Fragen, während die Tagespflegegäste Geschichten aus ihrer eigenen Kindheit teilten. Dies schuf nicht nur eine wertvolle Lerngelegenheit für die Kinder, sondern ermöglichte es auch den älteren Menschen, in Erinnerungen zu schwelgen und sich wieder lebendig zu fühlen.

Fazit: Der Besuch des Gemeindekindergartens in der Villa Viva war ein voller Erfolg. Sowohl die Kinder als auch die Gäste der Tagespflege haben von dieser Erfahrung profitiert. Der kreative Austausch und die positiven Begegnungen haben den Tag zu etwas Besonderem gemacht. Solche Veranstaltungen sind eine wertvolle Möglichkeit, das Miteinander und den Respekt zwischen den Generationen zu fördern.

Wir hoffen, dass solche Besuche auch in Zukunft fortgeführt werden und noch viele weitere Herzen erwärmen können. (jk)

Rätsel

Finden Sie das zusammengesetzte Wort, dass sich aus den Bildern einer jeden Spalte ergibt!

1.

Eistüte

2.

Schildkröte

3.

Schaukelstuhl

Helga Ruiz vom CAP, erzählt ihren augenblicklichen Lieblingswitz:

Ein Mann steht im fahrenden Bus und hält eine Mark in der Hand. Als der Bus plötzlich bremst, fliegt das Markstück in den tiefen Ausschnitt einer drallen Blondine. Diese möchte aussteigen, der Mann eilt ihr hinterher und ruft: „Meine Dame, mir ist da eine Markmünze in ihren Ausschnitt gefallen.
Die Blondine bewegt ihre Rundungen und plötzlich fallen ihr unten zwei fünfzig Pfennig Stücke aus dem Rock. Da wundert sich der Mann und merkt an, dass ihm doch ein Markstück in ihren Ausschnitt gefallen war. Die Blonde erwidert: „Guter Mann, was erwarten Sie? Ich bin schließlich in den Wechseljahren."

Zwitschern, Rätseln, Staunen

Veronika vom sozialen Dienst lud zu einer besonderen Rätselrunde ein, die unter dem fröhlichen Motto „Alle Vögel sind schon da“ stand. Der Frühling zeigte sich draußen von seiner schönsten Seite – und drinnen wurde passend dazu gesungen, geraten, gelacht und gestaunt.

Mit viel Liebe zum Detail hatte sie die Veranstaltung vorbereitet. Schon beim Betreten des Raums fiel die stimmungsvolle Gestaltung auf: bunte Bilder von heimischen Vogelarten, kleine Deko-Vögel auf den Tischen und sogar echtes Anschauungsmaterial zum Anfassen – von Vogelfedern über Nester bis hin zu naturgetreuen Modellen. Das Thema war also nicht nur hör- und sichtbar, sondern auch greifbar!

Die Rätselrunde selbst war abwechslungsreich und unterhaltsam. Gemeinsam wurde gerätselt: Wie viele Vogelarten leben in Deutschland? Welcher Vogel brütet im Baumstamm? Wer ist der Meister im Singen? Mit einem Augenzwinkern und viel Humor führte Veronika durch die Fragen, bei denen nicht nur Wissen, sondern auch Erinnerungen gefragt waren. Ein besonderes Highlight war das Vogelstimmen-Quiz: Mit gespitzten Ohren lauschten alle den eingespielten Vogelrufen – von der Amsel über das Rotkehlchen bis zum Kuckuck. Gar nicht so einfach, alle Arten richtig zu erkennen! Doch viele erinnerten sich an vertraute Töne aus Kindheitstagen oder Spaziergängen im Wald.

Natürlich durfte auch die Musik nicht fehlen: Gemeinsam stimmte man bekannte Frühlings- und Vogellieder an – darunter Klassiker wie „Alle Vögel sind schon da“, „Kuckuck, Kuckuck, ruft’s aus dem Wald“ oder „Ein Vogel wollte Hochzeit machen“. Die Freude am Singen war spürbar und so manche Strophe wurde sogar noch ergänzt oder in die eigene Jugendzeit zurückgeführt.

Auch die Sprache kam nicht zu kurz: Gemeinsam wurde eine bunte Wörtersammlung rund um das Thema „Vogel“ erstellt – vom Spatz bis zur Schwalbe, vom Nest bis zum Zwitschern. Schnell füllte sich die Tafel mit Begriffen und Assoziationen – ein kreativer Ausflug in die Welt der Sprache und der Erinnerung.

Die rund einstündige Rätselrunde verging wie im Flug. Alle Teilnehmenden waren mit Begeisterung dabei und am Ende waren sich alle einig: Das war nicht nur eine unterhaltsame Stunde, sondern auch ein kleiner Ausflug in die Natur – direkt aus dem Wohnzimmer heraus. Die Rätselrunde „Alle Vögel sind schon da“ hat uns gezeigt: Mit ein wenig Fantasie, Musik und Neugier können wir nicht nur den Frühling zum Greifen nah in unsere Gedanken und Gesprächen zaubern. (so)

Ein besonderer Meilenstein

In unserem Seniorenhaus stand ein ganz besonderes Ereignis auf dem Programm: Wir feierten das fünfjährige Jubiläum unserer Einrichtung! Dieses Jubiläum bot nicht nur Anlass zur Freude, sondern auch Gelegenheit, innezuhalten und auf die vergangenen Jahre voller gemeinsamer Erlebnisse, Herausforderungen und Erfolge zurückzublicken.

Unser Haus öffnete seine Türen zu einer Zeit, die niemand so schnell vergessen wird: mitten in der Corona-Pandemie – in einer Zeit, die geprägt war von Unsicherheit, Abstand und vielen Einschränkungen. Die geplante Eröffnungsfreude wurde gedämpft von Schutzmaßnahmen und Besuchsbeschränkungen. Der Start war daher alles andere als leicht, doch gemeinsam haben wir diese schwierige Phase mit viel Zusammenhalt, Geduld und Engagement gemeistert. Umso mehr erfüllt es uns mit Stolz, heute auf fünf Jahre gelebtes Miteinander zurückblicken zu dürfen. Denn über die Zeit ist aus unserem Seniorenhaus weit mehr geworden als nur ein Ort zum Wohnen – es ist eine Familie gewachsen, die sich durch Fürsorge, Vertrauen und gegenseitige Unterstützung auszeichnet.

Um diesen Meilenstein zu feiern, versammelten sich Bewohnende, Angehörige sowie Mitarbeitende. Ein Höhepunkt der Feier war die Ehrung jener Menschen, die seit der Gründung Teil unseres Hauses sind. Sowohl langjährige Bewohnende als auch Mitarbeitende, die uns seit fünf Jahren mit ihrem Engagement begleiten, wurden mit Urkunden, einem Blumenstrauß und herzlichen Worten für ihre Treue und Mitgestaltung geehrt.

Frau Gronowski - eine unserer ersten Bewohnerinnen im Seniorenhaus Witten-Stockum

Für das leibliche Wohl wurde gesorgt und wir haben in geselliger Runde gelacht, uns erinnert und voller Zuversicht in die Zukunft geschaut.

Ein herzliches Dankeschön an alle unsere Bewohnenden, Angehörigen und Mitarbeitenden für ihr Vertrauen, die lieben Worte und die großartige Gemeinschaft. Dieses Jubiläum hat uns noch einmal deutlich gemacht, wie wertvoll das Miteinander in unserem Haus ist. Wir blicken voller Stolz auf das, was wir gemeinsam erreicht haben, und freuen uns auf viele weitere Jahre des Zusammenlebens und des Miteinanders. (cc)

Frau Pomaska – seit fünf Jahren unsere gute Seele an der Rezeption

Familien-Gesundheitstag

Auch die Gesundheit der Kuijpersfamilie liegt dem Unternehmen am Herzen. Die unterschiedlichsten Angebote am Familien-Gesundheitstag, einem Event für Mitarbeitende und ihre Familien, ließen darauf schließen, wie viele Gedanken die Organisatoren sich im Vorfeld gemacht hatten.

Als Mitarbeiterin habe ich die Gelegenheit genutz und mich informiert. Am erste Stand, den ich mir angeschaut habe, begrüßte mich Herr Detlef Perrey, Vorsitzender des DJK-Verein Wassenberg, und stellte mir viele Sport- und Freizeitmöglichkeiten des Sportvereins vor. Und tatsächlich überraschte er mich mit einem Kurs, nach dem ich in Heinsberg schon lange vergeblich gesucht hatte. Einem Probetraining steht nun nichts mehr im Wege.

Birgit Ollesch und Anke Gehring berieten mich ausführlich zum Thema Hautschutz und Hygiene. Dabei erfuhr ich, dass häufiges Desinfizieren der Hände die Haut weniger belastet als ständiges Händewaschen. Außerdem versorgten sie mich mit einer sehr guten Handcreme, die mir zu helfen scheint.

Ein Reaktionstest wurde am Stand des BGF-Institutes der AOK angeboten und mit Begeisterung genutzt. Es entwickelte sich sogar ein Battle: Wer bringt die grünen Lichter am schnellsten zum Erlöschen?

Zum Thema Transfer stand das Sanitätshaus Lettermann mit Rat und Tat zur Seite. Es präsentierte verschiedene Rollstuhlsysteme und Hebevorrichtungen, die dabei unterstützen, Menschen mit Behinderung vom Bett in den Rollstuhl oder in den Stand zu bringen. Als Laie war ich sehr davon angetan, was alles möglich ist und wie inovativ geholfen werden kann. Solche Hilfsmittel müssten viel intensiver eingesetzt werden, um Betroffene und Pflegende zu unterstützen. Deshalb fand ich es gelungen, dass der Stand der AOK und der des Sanitätshauses Lettermann nebeneinander standen und so ein Gespräch entstand über sinnvolle Hilfsmittel und deren Genehmigungen.

Unser Kooperationspartner "Annanas-Gym & BALLance", über den wir in der Wohlfühlzeit schon berichtet haben, war ebenfalls vor Ort und sorgte im Rahmen des Events für die nötige BALLance und Fitness.

Christina Geradts ließ ihr Publikum altern. Wer den Weg zu ihrem Stand gefunden hatte, durfte in einen Alteranzug steigen. Beschwert mit Gewichten, mit Kopfhörern und VR-Brille ausgestattet bekamen die Testenden einen guten Einblick in die Herausforderungen der älteren Generation.

Bei der Ernährungsberaterin Anke Blank haben Mitarbeitende nützliche Tipps und praktische Ratschläge zur gesunden Ernährung eingeholt. Einige haben sich sogar für einen Bluttest entschieden, um genauestens feststellen zu lassen, was ihrem Körper fehlt und wie eine Ernährungsumstellung positiv eingreifen kann.

Auch die Heilpraktikerin Heidi Cieslok hatte wertvolle Ratschläge und bietet ein umfangreiches Angebot im Bereich Naturheilkunde an. Ich selbst habe starkes Interresse an der Kältekammer entwickelt und werde ihre positive Wirkung in Kürze testen.

Mir hat an diesem Event besonders gefallen, dass die Familien der Mitarbeidenden mit eingeladen waren, teilzunehmen. Mit Kind und Kegel fühlten sich alle wohl. Dafür waren vor allem die Kinderaktivitäten verantwortlich. Auf der Hüpfburg, in der Malecke und am Glücksrad waren die Kleinen in ihrem Element. Ein Leuchten zauberten die Glitzertattoos nicht nur in den Augen der Kids. Die Schusskraftmessung machte nicht nur den Kindern viel Spaß, sondern vor allem auch den Junggebliebenen. Ob Frau, Mann oder Kind, ein Ball und ein Tor lädt immer alle zu Spiel und Spaß ein und hier konnte zusätzlich die Power in den Beinen spielerisch ermittelt werden.

Besonders freuen konnten sich die Besuchenden auf ein buntes Büffet zahlreicher gesunder Snacks. Salate, Wraps, Obst und Gemüse waren nicht nur schmackhaft zubereitet sondern auch farbenfroh und appetitlich angerichtet. Damit hat sich unser Küchenteam aus Lieck selbst übertroffen.

Der Höhepunkt des Tages war ohne Zweifel die Team-Challenge, die am Nachmittag stattfand. Drei Teams traten gegeneinander an und meisterten verschiedene Aufgaben, die Geschicklichkeit, Logik und Teamarbeit erforderten. Dabei motivierte der Preis von 500 Euro für die Teamkasse noch zusätzliche. Mit viel Gelächter und Teamgeist konnte sich am Ende das Team der Haustechnik über den ersten Platz freuen. Herzlichen Glückwunsch! Doch alle Teams haben sich über ihre Preise gefreut und das Event zu einem unvergesslichen Erlebnis gemacht.

Ein herzliches Dankeschön an alle, die mit ihrem Engagement dazu beigetragen haben, dass dieses Event zu einem Tag des Lachens, der Gemeinschaft und der Gesundheit werden konnte. (kj, vr)

Maifest im Haus "Am Waldrand"

Auch in diesem Jahr haben wir wieder zünftig gefeiert. Traditionell fand das Maifest statt. Nachdem am 30.04.25 der Maibaum aufgesetzt worden war, fand eine Woche später das Maifest statt. Bei Maibowle und anderen kühlen Getränken, Knabbereien und Berlinern wurde der Wonnemonat Mai gefeiert. Musikalische Unterhaltung durfte natürlich auch nicht fehlen: Unser Kollege Alfred, der vielen bekannt ist als Fahrer bei den Pflegediensten Kuijpers, sorgte als DJ für die passende Musik. Die Stimmung war ausgelassen und alle hatten sichtlich Spaß. Auch das Tanzbein wurde geschwungen.

Ausgelassene Stimmung im Haus Am Waldrand

Wenn die passende Musik läuft, hält es den einen oder die andere nicht mehr auf seinem bzw. ihrem Stuhl. Erinnerungen werden geweckt, wie es früher einmal war, wenn es zum Tanz in den Mai ging. Auch die große Liebe haben einige beim Tanz in den Mai gefunden – nicht selten eine Liebe, die ein Leben lang gehalten hat.

Natürlich darf auch die Kür des Maikönigs

Frau Kaiser wagt ein Tänzchen mit unserem Pflegedienstleiter Dominik Fernandes-Falé

und der Maikönigin nicht fehlen. Unsere diesjährige Maikönigin Frau Collin hatte an diesem Tag doppelten Grund zum Feiern, denn sie konnte außerdem ihren 99. Geburtstag begehen. Als Maikönig wurde Herr Offergeld gekürt. Beide zeigten sich sichtlich erfreut über diese Auszeichnung.

Unser Maikönigspaar Frau Collin und Herr Offergeld bei der Kür durch unsere Leiterin des sozialen Dienstes Heike Simons

Ein herzliches Dankeschön an alle fleißigen Helfer*innen, die zum Gelingen des Festes beigetragen und unseren Bewohnenden eine große Freude bereitet haben. (hs)

Tuff, tuff, tuff, die Eisenbahn

Dicht vor der niederländischen Grenze fährt die Selfkantbahn, die letzte schmalspurige Kleinbahn Nordrhein Westfalens, die den Weg ins 21. Jahrhundert gefunden hat. Alles ist wie früher: Die Dampflokomotive vor dem Zug, der Wasserkran, aus dem der Wasservorrat befüllt wird, die Personenwagen mit ihren Holzbänken, die Fahrkarten aus Pappe, die Schaffner in ihren Uniformen mit der Lochzange und die Läutesignale der Lok vor den Bahnübergängen.

Im Jahr 1900 wurde die 38 km lange Eisenbahnstrecke Alsdorf-Geilenkirchen-Tüddern der Geilenkirchner Kreisbahnen eröffnet. Sie diente der Verbindung des ländlichen Selfkantkreises Geilenkirchen-Heinsberg ,mit dem Aachener Kohlenrevier und beförderte mehr als 50 Jahre lang Arbeiter, Kohle, Kartoffeln, Getreide, Kisten, Zuckerrüben, kurz gesagt: alles, was heute auf der Straße fährt. Zwischen 1949 und 1973 wurde die Strecke abschnittweise stillgelegt. Bis heute wird die Selfkantbahn überwiegend ehrenamtlich unterhalten und betrieben. Die Lokführer, Heizer, Schaffner, die Bedienung im Büffetwagen, Gleisbauer, Schlosser und auch die Museumsmitarbeiter sind alles Mitglieder des Fördervereins Interessengemeinschaft Historischer Schienenverkehr e. V. (IHS, gegründet 1969). Im Laufe von 50 Jahren Forschung- und Sammlungstätigkeit konnten mehr als 70 Kleinbahnfahrzeuge vor der Vernichtung gerettet werden. Ein Teil davon dient dem Fahrbetrieb und ein anderer Teil wird mit dem Ziel der Restaurierung und Inbetriebnahme aufgearbeitet. Das heute noch befahrene Teilstück zwischen Gillrath und Schierwaldenrath wäre längst Vergangenheit, wenn die IHS im Dezember 1969 diese Strecke nicht übernommen hätte, um hier einen musealen Kleinbahnbetrieb einzurichten. Unter dem Namen Selfkantbahn ist die Museumseisenbahn weit über die Grenzen des Landes bekannt.

Übers Jahr verteilt finden immer wieder besondere Veranstaltungen statt, passend zu den Jahreszeiten, für Groß und Klein. Die Fahrt mit der Bahn dauert ca. 1 Stunde. Es gibt auch in fast allen Dampfzügen einen rollstuhlgerechten Wagen.

Unseren Bewohnern*innen hat die Fahrt sehr viel Freude bereitet. Während der Fahrt kam es zu vielen schönen Gesprächen und viele Erinnerungen an frühere Reisen kehrtzen zurück. Alle waren einfach nur glücklich. Ein wirklich schöner Tag.

(mkl)

Frau Buschau, dahinter Frau Müller-Merkey, Frau Lauterbach und Herr Kuhl

Wir stehen im Leben und sind dabei

Bei Ausflügen in die Außenwelt fühlen sich die Bewohnenden jung

Am Leben teilnehmen heißt: dabei sein, lachen und genießen

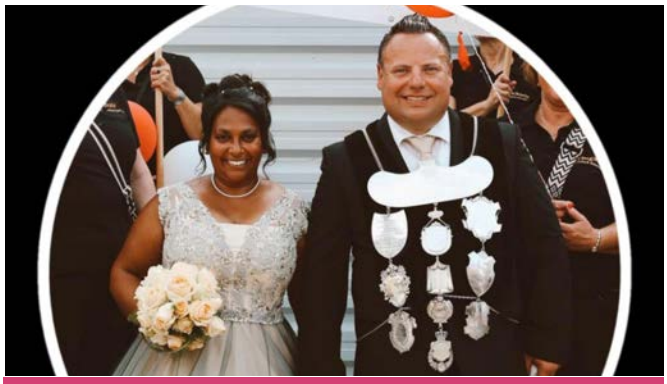
Mal aus dem gewohnten Trott raus kommen: Darüber freuen wir uns doch alle. Auch unsere Bewohnenden sind gerne unterwegs. Ein Besuch im Blumencenter ist immer heiß begehrt. Und Männer und Frauen sind da gleichermaßen begeistert.

Eine Bewohnerin äußerte sich völlig enthusiastisch: "Wenn wir unterwegs sind, fühle ich mich zur Gesellschaft dazugehörig und ehrlich gesagt auch wieder ziemlich jung. Ich vergesse einfach mein Alter und das fühlt sich wirklich gut an."

Und genau solche Aussagen sind unser schönster Lohn. Wenn wir vom sozialen Dienst es schaffen, dass sich unsere Bewohnenden zufrieden, vital und schwungvoll fühlen, dann haben wir schon vieles richtig gemacht. Das ist unser Weg: Wir möchten, dass unsere Aktivitäten unsere Bewohnenden beseelen, sie aufmuntern und motivieren aktiv am Leben teil zu nehmen.

Ein Mensch, der sich dazugehörig fühlt, hat sehr viel mehr Lebensmut und -freude als jemand, der sich einsam fühlt. Deshalb greifen wir die Gelegenheiten, die sich uns bieten, beim Schopf und sind so viel wie möglich unterwegs. Es muss nicht immer weit weg sein. Ein Cafébesuch am Lago, ein Stadtbummel, ein Besuch bei einem Fest im Ort. Gerne geben wir unseren Bewohnenden das Gefühl, mitten drin zu sein.

Und das wird im Lieck sehr geschätzt. So sehr, dass sogar der Kirmesaufzug immer direkt an Haus Elisabeth vorbeizieht, sodass wir wieder mittendrin im Ortsgeschehen sind. Danke auch dafür! (kj)



In diesem Jahr beehrt uns das Königspaar Martin Knop und Reeja Richter

Tierischer Besuch im Haus Am Waldrand

Herr Kryk mit unserer Bewohnerin Frau Heikes beim Füttern und Streicheln eines Kaninchens

Es mag für Außenstehende verwunderlich erscheinen, wenn sich die Aufzugstüre in einem Pflegeheim öffnet und Alpakas, Hühner, Enten, Gänse, Kaninchen und ein Hund den Aufzug verlassen. Doch diese tierischen Freunde hat Herrn Kryk mitgebracht, um unseren Bewohnenden eine Freude zu bereiten. Kaum auf dem Wohnbereich angekommen, sieht man die freudigen Augen unserer Bewohnenden. Und schon kann nach Herzenslust gestreichelt und liebkost werden.

Das Ganze nennt sich „Panuba“ und ist eine tiergestützte Therapie. Sie bietet die Möglichkeit, Tieren hautnah zu begegnen. So können Alpakas, Gänse, Ziegen, Hühner, Minischweine, Kaninchen etc. beobachtet, gefüttert und gestreichelt – das heißt mit allen Sinnen erlebt werden. (hs)

Herr Giesers ist ganz erstaunt, wie ruhig die Gans auf seinem Schoß verweilt und sich auch noch streicheln lässt

Frau Strauch hat gleich zwei tierische Besucher zum Liebkosen

Meine beste Entscheidung

Gute Entscheidungen geben Rückenwind, beflügeln und machen Mut fürs Leben. Es sind unsere Entscheidungen, die uns ausmachen, die zeigen wer wir sind und welche Werte wir vertreten. Es gibt gute und weniger gute Entscheidungen und in dem Moment, in dem ich mich für etwas entscheide, entscheide ich mich automatisch gegen etwas anderes. Es gilt also ständig abzuwägen. Selbst, wenn ich mich für nichts entscheide, ist das eine Entscheidung. Das ist nicht immer leicht – und um so wertvoller sind die guten Entscheidungen. Sie machen unser Leben kostbar. (kj)

Ein Blick zurück von Lydia F., einer Bewohnerin aus dem Seniorenhaus Witten-Stockum: Als ich 33 Jahre alt war, mietete ich gemeinsam mit meinem Mann in Ottensen, Hamburg-Altona, einen kleinen „Tante-Emma-Laden". Wir hatten sehr liebe Kunden und ich war gerne jeden Tag von 7 bis 19 Uhr im Laden. Urlaub hatten wir in den nächsten 10 Jahren keinen einzigen Tag. Wenn ich die Pausenglocken der drei umliegenden Schulen hörte, steckte ich mir immer ganz schnell ein paar Münzen in die Tasche, damit ich schnell das Wechselgeld rausgeben konnte, wenn die ganzen Kinder kamen. Meistens kauften sie Brötchen mit Schokoküssen drin. Ich erinnere mich noch daran, dass die Kinder mir ein Schild für den Laden gebastelt hatten, das ich natürlich ins Fenster gehängt habe. Die Kinder haben sich jeden Tag gefreut, wenn sie gesehen haben, dass es noch hängt. Wir schlossen den Laden bereits um 7 Uhr auf, damit die Mitarbeiter der Firma Asche ihre Tabakwaren und Ähnliches kaufen konnten. Als die Firma ihr vierzigstes Jubiläum feierte, kam der Chef persönlich zu mir, um mir einen Blumenstrauß und eine Goldmünze als Dank dafür zu geben, dass ich immer für seine Mitarbeiter da war. Von meinem Ersparten kaufte ich mir in Kleinalmerode in Hessen ein kleines Lehmhaus, das ich komplett allein renoviert habe. Ich setzte sogar neue Fenster ein und baute einen neuen Schornstein. Es hat mir große Freude bereitet. Wir hatten einen wunderschönen Garten, in dem Obstbäume wuchsen und in dem wir auch Gemüse anbauten. Somit kann man sagen, dass durch meine Entscheidung, den Laden zu führen, ich es mir leisten konnte, ein kleines Paradies zu kaufen und aufzubauen. (vsm)

Frau Eisbein erzählt mir in einem schönen Gespräch, dass die beste Entscheidung ihres Lebens die für ihren Mann war. Sie lernte ihn mit 21 Jahren kennen. Sie war mit

ihren Eltern essen, als sie ihn in dem netten Restaurant zum erste Mal sah. Der Zufall wollte es, dass sie sich des Öfteren begegneten. Die Liebe war auf beiden Seiten gleich da. Es war eine sehr schöne Ehe mit Hürden, wie sie das Leben mit sich bringt. Die glückliche Ehe beschenkte das Ehepaar Eisbein mit vielen Kindern. Frau Eisbein lächelt, als sie in Erinnerungen schwelgt. Weiter erzählt sie, dass Sie vielleicht bald vor ihrer zweitbesten Entscheidung in ihrem Leben stehen könnte – nämlich der, noch einmal nach Irland zu reisen. Ich vom sozialen Dienst konnte sie in diesem Plan nur bestärken und wünsche mir für Frau Eisbein, das dieser Plan Realität wird. (jf)

"Mein Name ist Magrit Müller Merkey. Ich erzähle euch eine Geschichte, die ich nie vergessen werde, da dieses Ereignis etwas sehr Besonderes für mich war und immer bleibt, da sie mit meinen Herzen verwachsen ist: Der Liebe wegen bin ich nach Amerika ausgewandert, dort habe ich mit meinem Sohn und meinen Mann in Utah gelebt und gearbeitet. Die Familie von meinem Mann lebt dort und wir wollten wieder beisammen sein. Mit einem großen Familien- Truck haben wir die Familie, Freunde und auch Ranches besucht. Auf einer Ranch waren große Büffel, mein Mann hat sogar einen mal gestreichelt. Ich habe mich das nicht getraut. In Amerika lernte ich verschiedene Indianerstämme kennen und ich war fasziniert von ihrer Lebensart. Noch heute lese ich Bücher über das Thema und erweitere mein Wissen. Vor allem die Sternenbilder sind für mich was Einzigartiges. Mein Mann hatte mir selber Fingerschmuck (Ringe, Armbänder und Ketten) aus Silber angefertigt, der dem Schmuck der Indianer ähnlich sehen sollte. Er gab sich sehr viel Mühe, mir damit eine große Freude zu machen. Und: Diesen Schmuck trage ich heute noch jeden Tag. Er erinnert mich an die aufregende und schöne Zeit, die mir so viel gegeben hat und mich so hat wachsen lassen. Durch Amerika bin ich jetzt der Mensch, der ich bin, und diese Zeit werde ich nie vergessen. (mnl)

NEUROvitalis sinnreich

"NEUROvitalis sinnreich" ist ein kognitives Stimulationsprogramm zur Förderung der geistigen Leistungsfähigkeit und wird angewendet bei Menschen mit leichter bis mittelschwerer Demenzerkrankung. Es hat positive Effekte auf die relevanten Bereiche Wahrnehmung und Lebensqualität.

Die Übungsangebote bei "NEUROvitalis sinnreich" sind für eine Gruppe von 3 bis 6 Personen ausgelegt, dauern ca. 1 Stunde und sind in 5 Phasen eingeteilt.

1. Phase: Eingangsritual: Begrüßung und Stimmungsbarometer (ca. 5 Minuten). Jede Sitzung beginnt mit einem wiederkehrenden Ritual. Zuerst wird die Karte mit dem Stimmungsbarometer auf den Tisch gelegt. Jede/-r Bewohner*in erhält eine Spielfigur. Dann wird die Gruppe gefragt, wie die heutige Stimmung und Situation ist. Sie werden aufgefordert, ihre Spielfigur auf das Stimmungsbarometer zu stellen. Dabei erzählen sie, wie sie sich fühlen, oder setzen die Figur einfach nach Gefühl auf das Barometer.

2. Phase: Stimulation wahrnehmender Funktionen (ca. 25 min).
In dieser Phase stehen vier Funktionen im Vordergrund: Gedächtnis, Sprache, soziale Wahrnehmung oder exekutive Funktion (höhere Wahrnehmunsprozesse, die es uns ermöglichen, zielgerichtet zu handeln, unser Verhalten zu steuern und uns an neue Situationen anzupassen). Als Übungsanregung können hier z. B. Würfelspiel, Bilder oder ein Spielbrett dienen.

3. Phase: Entspannungsübung (ca. 10 min). Hierbei handelt es sich um leichte Gymnastikübungen und feinmotorische Aktivierung im Sitzen. Dabei geht es darum, das sich die dementiell erkrankten Bewohner*innen nach der Anspannung der ersten Übung über die allgemeine Lockerung des Körpers wieder entspannen. Diese Entspannung kann positiven Einfluss auf die Konzentration haben.

4. Phase: multisensorische Stimulation (ca. 15 min). Dabei geht es um die Aktivierung der Wahrnehmung durch die Körpersprache, den Hörsinn, den Geruchssinn und den Tastsinn. Dies kann eine Übung mit Bewegungsgeschichten, mit Düften oder mit Fühlmaterialen sein.

5.Phase: Abschlussritual: Stimmungsbarometer/Verabschiedung (ca. 15 min). Zum Abschluss geht es darum, dass die Bewohner*innen ihre persönliche Stimmung nach der Sitzung reflektieren. Dazu verschieben sie ihre Spielfiguren auf dem Stimmungsbarometer. Ein dementiell veränderten Bewohner*innen verinnerlichen schnell das feste Ritual, zum Anfang und Abschluss der Einheit. (cb)

Das Stimmungsbarometer verändert sich während der Einheit meist zum Positiven

Zeitreise im Klassenzimmer

Am 28. Mai 2025 wurde der Gesellschaftslehre-Unterricht der Klasse 10A der Johann-Conrad-Schlaun-Schule zu einem ganz besonderen Erlebnis: Drei Bewohnerinnen des Seniorenhauses Mauritius: Frau Aich, Frau Berkenberg und Frau Schlierkamp, besuchten die Schule, um als Zeitzeuginnen aus ihrem Leben zu berichten. Thema des Unterrichts war „Deutsche Teilung, Mauerbau, Mauerfall" – und statt trockener Theorie stand an diesem Tag das persönliche Gespräch im Mittelpunkt.

Die Idee zu diesem besonderen Besuch entstand im Rahmen eines kreativen Geschichtsprojekts unter dem Motto „Alles – außer Referate!". Drei Wochen lang setzten sich die Schüler*innen individuell und auf vielfältige Weise mit der deutsch-deutschen Geschichte auseinander – ob in Form eines Tagebuchs, eines Theaterstücks oder eines Modells der Berliner Mauer. Besonders engagierte sich dabei der Schüler Darian Dreher, der eigenständig den Kontakt zum Seniorenhaus aufnahm und den Besuch der Zeitzeuginnen organisierte. Unterstützt wurde er dabei von Frau Ostermann vom sozialen Dienst.

Die Zeitzeuginnen (aus den Jahrgängen 1935, 1941 und 1951) berichteten eindrucksvoll von ihren persönlichen Erfahrungen: vom Alltag in der alten Bundesrepublik, vom Bau der Berliner Mauer, von der Sicht auf die DDR aus westlicher Perspektive, aber auch von der Nachkriegszeit und dem Mauerfall. Themen wie Informationslage, Kontaktmöglichkeiten zu Ostdeutschland, Ängste im Kalten Krieg und die überraschende Wiedervereinigung wurden gemeinsam besprochen.

Für die rund 30 Schüler*innen war es besonders spannend, Geschichte nicht aus dem Lehrbuch, sondern aus erster Hand zu erfahren. In angenehmer Atmosphäre bei Kaffee und Gebäck entwickelte sich ein lebendiges und respektvolles Gespräch zwischen den Generationen. Die Jugendlichen zeigten großes Interesse, stellten viele Fragen und begegneten den Zeitzeuginnen mit Offenheit und Neugier. Auch die Besucherinnen freuten sich über den Austausch und den herzlichen Empfang, den ihnen die Klasse 10A und ihre Lehrerin Frau Bültel bereiteten. Die Schule plant, diese Form der Zusammenarbeit mit dem Seniorenhaus im Rahmen des Sozialprojekts weiter auszubauen – vielleicht sogar mit einer Wiederholung des Zeitzeugengesprächs im kommenden Jahr.

Ein Nachmittag voller Erinnerungen, Verständnis und Dialog – der zeigt, wie wertvoll gelebte Geschichte sein kann. (so)

Schüler und Schülerinnen treffen Zeitzeugen der deutschen Geschichte

Besuch der Altenpflegemesse

Die Altenpflegemesse 2025 war für uns ein schönes Ereignis, das vom 08.04. bis zum 10.04.2025 in Nürnberg stattfand. Die Messe zog wie immer Fachbesucher, Pflegekräfte, Anbieter von Pflegeprodukten und -dienstleistungen sowie Entscheidungsträger aus der Altenpflegebranche aus ganz Deutschland und darüber hinaus an. Natürlich waren auch wir dabei – wenn auch nur am 09. und 10.04.2025.

Oliver Krings (Geschäftsführer), Patrick Scheel (VidaCura), Melanie Lütkemeyer (Personalabteilung Verwaltung), Naef El-Hallani (Azubi), Barbara Stornello (Verwaltungsleitung), Saskia Pillich-Gerike (Qualitätsbeauftragte), Annabell Erbs (Azubi)

Annabell Erbs und Naef El-Hallani unterstützten das Team der Verwaltung bei der Verteilung der Visitenkarten „Beruf mit Sinn“, um unseren Verbund bekannter zu machen. Auch an unseren tollen Pullis mit dem Logo von „Beruf mit Sinn“ hat man uns erkannt. Was repäsentiert „Beruf mit Sinn“? Wir sind ein Unternehmensverbund von 150 Pflegeeinrichtungen in ganz Deutschland, die das wertschätzende Miteinander von pflegenden und hilfebedürftigen Menschen fokussieren – nicht als leere Versprechung, sondern als Auftrag, um der Arbeit in der Pflege in der Gesellschaft wieder den Stellenwert zurückzugebnen, den sie verdient.

Unsere Azubis, Naef E-Hallani und Annabell Erbs repräsentieren "Beruf mit Sinn"auf dem Titelblatt der "Altenheim"

Auf der Messe präsentierten Aussteller ihre neuesten Produkte und Dienstleistungen und boten eine Plattform für innovative Technologien, Pflegekonzepte und Schulungsangebote, die darauf abzielen, die Qualität der Altenpflege zu verbessern. Be-

sonders hervorzuheben waren Aussteller, die sich auf digitale Lösungen spezialisiert haben, wie z. B. auf Telemedizin und digitale Dokumentationssysteme, die den Pflegealltag erleichtern sollen.

Ein zentrales Element der Altenpflegemesse waren die zahlreichen Fachvorträge und Workshops, die von Experten der Branche gehalten wurden. Themen wie „Zukunft der Altenpflege: Digitalisierung und Innovation“ und „Qualitätssicherung in der Altenpflege“ stießen auf großes Interesse. Man hatte die Möglichkeit, sich über aktuelle Trends und Herausforderungen in der Altenpflege zu informieren und sich darüber auszutauschen. Gerade in den Bereichen Hilfsmittel und Unterhaltung findet eine ständige Weiterentwicklung statt. Hier ist der Fantasie keine Grenze gesetzt. Ob Spieltische, moderne Kopfkissen, intelligente Wäschesysteme und Reinigungsroboter, ob gar Inkontinenzeinlagen mit Füllstandsanzeige auf dem Tablet: Nahezu alles ist zu bekommen, wenn der entsprechende Preis gezahlt wird.

Die KI ist auch in der Pflege vollumfänglich angekommen. Sie bereichert und hilft den Pflegenden bei der Erstellung von Dienst- und Tourenplanungen. Die Speiseplan-Erstellung oder die Order von Wäsche ist ebenfalls schon KI-unterstützt. Kleine Roboter, die wie nette kleine Gestalten über die Flure laufen und sich in Gemeinschaftsräumen aufhalten, können Unterhaltungen führen oder sogar an das Trinken erinnern.

Die künstliche Intelligenz ist schon jetzt kaum aus der Pflege wegzudenken und weiter auf dem Vormarsch

Die Messe bot auch für uns hervorragende Gelegenheiten, zu networken, Erfahrungen auszutauschen und potenzielle Kooperationen zu besprechen.

Die Altenpflegemesse 2025 in Nürnberg war ein voller Erfolg und hat einmal mehr gezeigt, wie wichtig der Austausch und die Vernetzung in der Altenpflege sind. Die Messe bot nicht nur eine Plattform für Innovationen, sondern auch einen Raum für Diskussionen über die Zukunft der Altenpflege.

Wir verließen die Messe mit neuen Ideen, wertvollen Kontakten und einem gestärkten Bewusstsein für die Herausforderungen und Chancen in der Altenpflege. Wir freuen uns bereits auf die nächste Altenpflegemesse und darauf, die Entwicklungen in der Branche weiter zu verfolgen!

(dr, ok)

Frau Lindemann und ihre Puppen

Frau Lindemann mit einer ihrer selbstgemachten Puppe

Als Renate Lindemann im letzten Jahr in unsere Residenz zog, war bei der Zimmereinrichtung klar, dass sie nicht alleine bleibt in ihrem Zimmer. „Meine Kinder kommen auch noch.“ Mit den Kindern waren ihre Puppen gemeint. In den 80er Jahren gab es bei der Sparkasse eine Ausstellung. Puppen aus einem VHS-Kurs waren dort zu sehen.

Frau Lindemann erzählt, dass sie gleich Feuer und Flamme war. Sie hat sich verguckt in die hübschen Puppen. Sofort hat sie sich die kreative Dame für eben diesen Kurs angemeldet. Kurze Zeit später war es so weit: Unter dem Kursnamen "Porzellanpuppen" ging es los. „Ich habe mich gleich wohl gefühlt in der Gruppe mit den anderen Frauen."

In Erinnerungen schwelgend, erzählt sie, wie so eine Puppe entsteht. Der Kopf war als Rohling vorhanden, mit Ton, der erst einmal weich und geschmeidig geknetet werden musste, wurden dann die feinen Gesichtszüge modelliert. Frau Lindemann gibt zu, dass dies gar nicht so einfach war, mit einem scharfen Skalpell wurde gearbeitet, ein falscher Schnitt und das Werk war ruiniert. Aber Übung macht den Meister.

Der Körper wurde aus einem groben Leinenstoff gefertigt. Bevor die Porzellanrohlinge der Arme und Beine an den großen Leinenbalg genäht wurden, mussten diese noch gebrannt werden. Nun wurde dem Püppchen langsam Leben eingehaucht. Eine Vielzahl verschiedenster Augenfarben standen zur Verfügung. Nun musste man sich langsam entscheiden, welche Erscheinung die Puppe haben sollte.

Nachdem die Augen eingelassen wurden, wurden die Wimpern angeklebt. "Das war für mich eine echte Herausforderung", so Frau Lindemann. "Beim ersten Mal brauchte ich Unterstützung. Mit der Auswahl der Echthaarperücke wurde nun auch das Geschlecht bestimmt. Wird es ein Bübchen oder doch ein kleines Mädel? Die handgenähten Puppenkleider machten das wundervolle Wesen dann perfekt."

Puppe "Kathrinchen" liegt dekorativ in einem antiken Kinderwagen

Frau Lindemann berichtet, dass sie die kleinen niedlichen nackten Füßchen mit Socken wärmte. Jedes Puppenkind erhielt von ihr eigens gestrickte Söckchen. Mit einer Bekannten machte Frau Lindemann weiter. Erst aus Freude und später aus Leidenschaft. Viele wollten auch so eine Puppe haben. Unzählige entstanden durch ihre Hand.

"Das war viel Zeit und Geld, die investiert wurden, aber es hat sich gelohnt. Kosten zwischen 500 und 800 Mark kamen für eine Puppe zusammen, wenn man Material und Arbeitsstunden zusammennimmt", kann sich Frau Lindemann erinnern.

Der soziale Dienst war ebenfalls fasziniert von den Puppen. Die babygroßen Püppchen liegen einem im Arm wie ein Neugeborenes und die Mimik ist so liebevoll gestaltet. Der SD organisierte einen nostalgischen Puppenwagen, dort thront ihr „Kathrinchen“ und fügt sich somit liebevoll in das harmonisch und wohnlich gestaltete Zimmer von Frau Lindemann ein.

„Heute habe ich die Liebsten bei mir und sie schenken mir wundervolle Erinnerungen an eine unvergessliche Zeit.“ (jf)

Diese Puppe hat Frau Lindemann eigens für ihre Schwester angefertigt und sie ihr geschenkt. Ein Geschenk, das nach wie vor die Geschwister verbindet.

Gesundheit

Gesundheit ist nicht alles,
aber ohne Gesundheit ist alles nichts.
Arthur Schopenhauer

Die Gesundheit ist mein allerwertvollstes Gut. Es ist also von größter Bedeutung, meine Gesundheit zu pflegen. Doch wer ist für meine Gesundheit verantwortlich? In erster Linie bin ich selbst verantwortlich, und ich weiß genau, wann ich meinem Körper und meinem Geist Gutes oder auch weniger Gutes tue.

Gesundheit schätzt man erst,
wenn man sie verloren hat.
Deutsches Sprichwort

Großen Einfluss auf meine Gesundheit haben eine gesunde Ernährung und Bewegung. Doch was, wenn ich nicht mehr in der Lage bin, alleine auf meine Gesundheit zu achten, wenn abwechslungsreiches Kochen mich überfordert, wenn der Einkauf mich zu sehr belastet? Und wenn eine Bestellung beim Lieferdienst nur noch digital möglich ist? Das schaffe ich nicht. Was, wenn viele unterschiedliche Medikamente, die auch noch alle ähnlich aussehen und winzig sind, das Stellen der Medikamente erschweren? An wen kann ich die Verantwortung abtreten?

Wenn nicht die Kinder, Verwandte oder Nachbarn einspringen und hier und da unter die Arme greifen, ist ein ambulanter Pflegedienst möglicherweise eine Alternative. Essen auf Rädern kann ebenfalls hilfreich sein. Auch ein Umzug in eine Senioreneinrichtung wäre denkbar und hätte Vorteile.

In einer Einrichtung, ob im Seniorenheim oder in Seniorenwohnungen, wo der Service an meine Bedürfnisse angepasst wird, hätte ich das Rundum-sorglos-Paket. Professionell geschultes Personal sorgt für die Pflege, für das Stellen der Medikamente und die Gesundheit. Arztbesuche brauche ich nicht mehr alleine zu bewältigen. Wenn nötig kommt der Doktor direkt ins Haus. Für ausreichende gesunde und ausgewogene Mahlzeiten ist der Küchenchef mit seiner Crew zuständig. Kontakte, alte und neue, geben mir ein sicheres Gefühl und lassen mich nicht vereinsamen. Angebotene Aktivitäten helfen mir, den Tag zu gestalten. Und was mir noch selber möglich ist, kann ich sinnbringend einsetzen.

Bewegung hilft gegen Kraftlosigkeit, regt den Kreislauf an und stärkt Körper und Geist. Auch hier ist es ein Vorteil, wenn ich mich nicht alleine aufraffen muss. Ein klei-

ner Anstoß reicht oft schon, um an der Gymnastik im Altenheim teilzunehmen oder einem Spaziergang zuzustimmen, den ich alleine nicht unternommen hätte.

Lachen ist eine körperliche Übung von großem Wert für die Gesundheit.
Aristoteles

Nicht zu unterschätzen ist die eigene GESUNDE Einstellung zum Leben. Wer viel lacht und positiv denkt, ist hoffnungsvoll und lässt sich nicht so schnell aus der Bahn werfen. Wer Kontakte pflegt, an Aktivitäten teilnimmt, mit Freunden spielt, sich vorlesen lässt oder vorliest, wer es genießt in Kleingruppen zu meditieren, in Gemeinschaft Erinnerungen zu teilen oder zu diskutieren, in großer Runde zu beten, zu singen, zu feiern oder zu tanzen, der tut sich selbst etwas Gutes. Und wenn ich all dem auch noch mit Freuden zustimme, mich dafür begeistere, aktiv mitmache, die Aktivität, gleich welcher Art, genieße, dann habe ich bestimmt so manches Mal was zu lachen. Wer lacht, ist zufrieden, glücklich und lebt gesünder.

Da es sehr förderlich für die Gesundheit ist, habe ich beschlossen, glücklich zu sein.
Voltaire

(kj)

Alte Lieblingsrezepte

Rezepte aus früheren Tagen

Im Frühjahr, wenn der Rhabarber reif war, hat unsere Bewohnerin Frau Meier gerne Rhabarberkuchen mit Streusel gebacken. Ihre Kinder und nachher auch die Enkelkinder wurden mit diesem leckeren Kuchen verwöhnt. An die Zutaten und die Zubereitung kann Frau Meier sich noch genauestens erinnern:
Man benötigt 1 kg Rhabarber, der geschält und in kleine Stücke geschnitten wird.
Mit 2 Päckchen Vanillezucker besteut stellt man die Stückchen erst einmal beiseite.
Für den Teig benötigt man
400 g Mehl
250 g weiche Butter
200 g Zucker
1 Prise Salz
1 Tütchen Backpulver
80 ml Milch
5 Eier.
Aus diesen Zutaten wird ein Rührteig hergestellt. Der Teig kommt auf ein gefettetes oder mit Backpapier ausgelegtes Backblech.
Auf den Teig dann die gezuckerten Rhabarberstücke verteilen.
Aus 120 g Butter,
120 g Zucker und
200 g Mehl
mit den Fingern Streusel herstellen und diese dann auf den Teig geben.
Den Backofen auf 180 Grad Ober-/Unterhitze (oder 160 Grad Umluft) vorheizen und den Kuchen dann ca. 40 Minuten backen. Im Anschluss mit Puderzucker bestreuen.

Viel Spaß beim Nachbacken und guten Appetit. **(hs)**

Sommer, Sonne, Cocktails

Mit einem Lächeln und einem Cocktail – so lässt sich der Sommer feiern!

Ein unvergesslicher Abend für unsere Bewohnenden. Im Seniorenhaus Witten-Stockum fand kürzlich ein ganz besonderes Event statt: ein stimmungsvoller Grill- und Cocktailabend, der für viele glückliche Gesichter bei den Bewohnerinnen und Bewohnern sorgte. In entspannter Atmosphäre kamen alle zusammen, um den lauen Sommerabend bei guter Musik, leckeren Speisen und erfrischenden Getränken zu genießen.
An unserer liebevoll gestalteten „Cocktailbar“ wurden bunte Cocktails frisch gemixt – ergänzt durch eine Auswahl weiterer kühler Getränke, die für zusätzliche Erfrischung bei sommerlichen Temperaturen sorgten. Für das leibliche Wohl sorgte schmackhafte Bratwurst mit Kartoffelsalat – ein echter Sommerklassiker, der großen Anklang fand.

Die fröhliche Stimmung war deutlich spürbar: Es wurde gelacht, gesungen, erzählt und sogar getanzt. Viele Bewohner nutzten die Gelegenheit, um sich in geselliger Runde auszutauschen und den Alltag hinter sich zu lassen. Die Begeisterung über die gelungene Veranstaltung war groß: Viele erinnerten sich noch Tage später mit einem Lächeln an den besonderen Abend.

Schon jetzt ist die Vorfreude auf kommende Feste und Veranstaltungen im Haus spürbar. Insbesondere das bevorstehende Sommerfest am 30. August sorgt für große Erwartungen: Auch Angehörige, Nachbarn und Freunde des Hauses sind herzlich eingeladen, um gemeinsam mit den Bewohnern zu feiern und die lebendige, offene Atmosphäre kennenzulernen, die das Seniorenhaus Witten-Stockum auszeichnet.

Einmal mehr zeigt sich damit, dass wir nicht nur ein Ort der Pflege und Betreuung sind, sondern auch ein Ort des gemeinsamen Feierns und der Freude. Die Bewohnenden wissen das sehr zu schätzen – und freuen sich schon jetzt auf viele weitere schöne gemeinsame Erlebnisse. (cc)

Auf dem Balkon genoss man die letzten Sonnenstrahlen des Abends

In Lieck heimisch sein

Die Aufmerksamkeit, die uns entgegengebracht wird, ist ein Geschenk

Die Einweihung des Festzeltes in Lieck kam als Anlass gerade recht, um sich unter die Leute zu mischen und wieder ein heimisches Gefühl zu bekommen. Für die alten Lieckerinnen war es ein großes Vergnügen, persönlich von Bekannten begrüßt zu werden und Erinnerungen auszutauschen. Aber auch Bewohnerinnen, die von außerhalb ins Alten- und Pflegeheim nach Lieck gezogen sind, trafen auf Bekannte und wurden herzlich begrüßt.

Zunächst hat Pfarrer Houf das feststehende Zelt feierlich eingeweiht. Natürlich ließen es sich im Anschluss daran Michael Kohnen, Vorsitzender der Schützenbruderschaft Lieck, Josef Jansen-Wallraven, Vorsitzender des Ortsringes Kirchhoven/Lieck, Patrick Räde, Liecker Ortsvorsteher, und sogar der Bundestagsabgeordnete Wilfied Ollers nicht nehmen, Glückwünsche zu übermitteln und ein paar Worte zur Entstehung der Halle zu sagen. Dabei haben sie die vielen ehrenamtlichen Helfer gelobt und ihnen gedankt. Auch den kleinen und großen Spendern galt ein gebührendes Dankeschön. Unter anderem wurden sogar Geschenke an den Verein zur Verschönerung der Halle übergeben. Nicht zuletzt gab es noch gute Wünsche für alle kommenden Feiern unter dem sicheren Dach der neuen Festzelthalle.

Nach dem offiziellen Teil der Veranstaltung war für musikalische Unterhaltung gesorgt. Der Spielmannszug Grün-Weiss Kirchhoven e. V. gab ein Ständchen und der Instrumental-Verein Kirchhoven e. V. präsentierte ein abwechslungsreiches musikalisches Programm zur Unterhaltung des Publikums.

Um die Zusammenstellung eines bunten und vielseitigen Kuchenbüffets haben sich treue Helfer*innen verdient gemacht und damit einen wertvollen Beitrag zum Gelingen des Festes geleistet. Die Festivitäten waren ein voller Erfolg und hätten im Freien wegen Regen nicht stattfinden können. So hat sich das Festzelt schon für dieses Fest bezahlt gemacht. (kj)

Bei Festlichkeiten in heimeliger Atmosphäre sind wir mitten im Ortsgeschehen

Spiel des Sommers

Sonne, wie habe ich dich im Winter herbeigesehnt. Und jetzt, im Sommer, brennst du mir zu doll. Seit Tagen verstecke ich mich vor dir. Aber selbst im vermeintlich kühlen Schatten strecke ich alle viere von mir. Deine Hitze trocknet mich aus. Nicht mal mehr klar denken kann ich. Meine Gedanken kreisen um Abkühlung jeglicher Art. Doch finden kann ich sie nirgends. Und draußen wabert die Luft. Auf den Straßen liegen Spiegel, die mir zeigen, was nicht ist. Wasser.

In der Nacht liege ich auf dem Bett, die Hitze klebt auf meiner Haut und ich schreie tonlos nach Schlaf. Fenster und Türen reißen weit die Mäuler auf, um frische Luft zu atmen. Doch nur schwere Stille dringt durch sie hindurch zu mir. Die Zeiger der Uhr drehen unermüdlich ihre Runden und lachen mich aus, weil ihnen weder Sommerhitze noch Eiseskälte etwas anhaben können. Das Karussell der Zeit bewegt sich stetig im gleichen Takt: ticktack, ticktack, ticktack. Wie oft wohl, tickt und tackt es wohl in der Nacht, die nicht enden will, in der ich schon das Tageslicht herbeisehne, um endlich wieder aufstehen zu können. Die Nacht wird mir wohl wieder keine Entspannung schenken.

Doch was war das? Ein leichter Hauch streichelt meine erhitzte Haut. Bin ich doch eingeschlafen und habe geträumt? Da, schon wieder. Wind. Die Gardinen beginnen leicht zu tanzen. Mich schaudert ein wenig und ich werfe mir eine leichte Decke über. Ich beginne mich wohlzufühlen. Und dann: Ein rauschen dringt an mein Ohr. Ein leises Prasseln: Unregelmäßig und hypnotisierend eintönig betäubt es meinen müden Geist. Es regnet. Ruhig klopfen Regentropfen auf das Fensterbrett, auf die Bäume vor meinem Fenster. Sie sammeln sich auf den Blättern und fließen in feinen Rinnsalen von ihnen herab, wie kleine Wasserfälle. Das unrhythmische Klopfen deckt mich zu, umhüllt mich wie mein schönstes Wiegenlied. Es wiegt mich in den Schlaf und lässt mich morgens erfrischt aufwachen.

Es regnet immer noch. Die Luft ist erfüllt von Frische und duftet nach Sommerblumen, nach Leben. Ich schaue aus dem Fenster und erfreue mich an der Natur, gereinigt von Staub, von dicker Luft. Die Blätter der Bäume sind grüner als gestern. Die Farben der Blumen leuchten wieder lustig und frisch. Ich will raus. Ohne Schirm stelle ich mich unter den Baum vor dem Haus und genieße den Sommerregen. Das leise Prasseln der Regentropfen überzieht mich und alles um mich herum mit überfließender Harmonie. Ich fühle mich wohl. Und dann reißen die Wolken wieder auf und die Sonne erstrahlt in neuem Glanz. Der Asphalt dampft. Ich atme tief durch. Die frische Luft kitzelt meine Nase und Sonnenstrahlen wärmen meine nasse Haut. Das diamantene Blitzen der Regentropfen in der Sonne verzaubern mir den Morgen. Sonne und Regen verzaubern das Spiel des Sommers.

(kj)

AOK

Rücken-tipps auf AOK sein Nacken.

In 6 Wochen den Rücken stärken:
aok.de/rueckentrainer

AOK. Die Gesundheitskasse.