Wohlfühlzeit

Ausgabe 44 • Winter 2026

Frau Anita Oligschläger: "Im Rampenlicht – dennoch stets geerdet"

PFLEGEDIENSTE Kuijpers

STATIONÄR · AMBULANT · TAGESPFLEGE · BETREUTES WOHNEN

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

Und wieder erklingt eine erwartungsvolle Ouvertüre, die das neue Jahr mit verschiedenen Rhythmen begrüßt.

Wir wünschen Ihnen allen, Bewohnenden, Angehörigen, Besuchern und Mitarbeitenden, ein gutes und gesegnetes neues Jahr.

Für sie alle sollen 2026 sowohl die leisen Töne als auch die beschwingten Melodien und die begeisternden Rhythmen zum Klingen kommen. Denn Leben ist Musik.

Wir wünschen Ihnen Musik, die sie umarmt wie eine wärmende Decke, Lieder, die Sie mitsingen können, und Melodien, die Sie für immer mit ihren Lieblingsmenschen verbinden, Rhythmen, die Sie tanzend durch das Jahr tragen.

Denn wie Sie in der ***Wohlfühlzeit*** lesen können, ist Musik eine außerordentliche Kraft, die unser Leben beeinflusst und auf jeden Fall ein kleines Stück besser macht. In diesem Sinne: Lasst das Jahr beginnen!

(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:
Mara Diart (md)
Janine Fischer (jf)
Carina Cholewa (cc)
Stefanie Ostermann (so)
Marina Lang (mnl)
Heike Simons (hs)
Marika Lang (mkl)
Klaudia Joschko (kj)
Titus Reinmuth (tr)

Fotografie:
Seite 1, 4, 5, 6, 7: Archiv, Frau Oligschläger
Seite 3, 4, 6, 7, 13, 18, 25: Klaudia Joschko
Seite 8, 9, 11: Inge Pieters, Janine Fischer, Corinna Jendrytzko
Seite 12, 13, 20: Carina Cholewa
Seite 10, 11, 20, 21, 27, 30, 31: Canva
Seite 12, 13, 14, 15: Olga Gladka
Seite 14, 15: Felix Bitter
Seite 16, 17: Stefanie Ostermann
Seite 19: Varinka Silva-Mücke
Seite 20: Janine Fischer
Seite 22, 26: Heike Simons
Seite 23: Marina Lang
Seite 29: Schüler der JCS Gesamtschule
Seite 32: AOK

Winterrätsel

Finden Sie diese Wörter: Glatteis, Mütze, Ofen, Stiefel, Rodeln, Schnee

G	M	P	S	N	G	S	O
S	L	O	F	E	N	C	R
T	S	A	D	M	S	H	O
I	C	I	T	Ü	C	N	D
E	H	O	F	T	H	E	E
F	R	S	T	I	E	E	L
E	M	Ü	T	Z	E	I	N
L	Y	R	O	D	U	B	S

© Goldjahre.de • Wortgitter Winter • V234.1.0

Lösung

G	M	P	S	N	G	S	O
S	L	O	F	E	N	C	R
T	S	A	D	M	S	H	O
I	C	I	T	Ü	C	N	D
E	H	O	F	T	H	E	E
F	R	S	T	I	E	E	L
E	M	Ü	T	Z	E	I	N
L	Y	R	O	D	U	B	S

Frau Knoll aus Lieck möchte gerne ihren Lieblingsspruch mit Ihnen teilen:

Je schöner die Erinnerung, desto schwerer ist die Trennung, aber die Dankbarkeit verwandelt die Erinnerung in eine stille Freude.
Man trägt das Vergangene nicht wie einen Stachel, sondern wie ein kostbares Geschenk in sich.

(Irisches Sprichwort)

Frau Oligschläger: "Im Rampenlicht – dennoch stets geerdet"

Frau Anita Oligschläger, 85 Jahre jung, wohnt im Haus Elisabeth in Heinsberg-Lieck. Sie ist eine starke Persönlichkeit und trotzdem sehr bodenständig. Dass sie eine Karriere als Sängerin hinter sich hat und auf den Bühnen der deutschen Großstädte stand, weiß bislang kaum jemand. Auch ich habe es erst erfahren, als ich sie nach ihrer Bereitschaft gefragt habe, mir etwas aus ihrem Leben zu erzählen. Sie erfreue sich an ihren Erinnerungen, vor allem, wenn es ihr mal nicht gut geht: Damit hole sie sich aus jedem Tief, prahlen müsse sie nicht damit und wirklich glauben würde man ihr eh nicht.

Um so schöner, dass wir hier in der Wohlfühlzeit ein bisschen was von ihrer Lebensgeschichte aufarbeiten dürfen: "Begonnen hatte alles in der Fimina-Bar in Aachen, einem Varité und Nachtclub am Kapuzinergraben, in dem die Stars der Pop und Schlagerwelt auftraten. Eine Freundin hatte mich ausgerechnet in diesem Haus, wo Marika Röck, Vico Torriano, Freddy Quinn und viele mehr ein und aus gingen, einfach zu einem Gesangswettbewerb angemeldet und mir blieb nichts anders übrig, als auf die Bühne zu gehen. Damals war ich 17 Jahre alt und konnte es kaum glauben, als ich den Wettbewerb schließlich gewonnen hatte. Der Gewinn sollte ein Plattenvertrag mit Ariola sein. Den lehnte ich aber ab. Denn noch am selben Abend bekam ich ein Engagement beim Aachener Domgrafen Ensemble angeboten. Dem konnte ich nicht widerstehen – obwohl ich damals ehrlich gesagt nicht einmal wusste, was ein Ensemble ist. Aber damit war mein musikalischer Werdegang besiegelt. Ich reiste mit dem Ensemble durch ganz Deutschland, von Hamburg bis München füllten wir die Säle. Im Ensemble sangen wir gerne auch zusammen, aber jedes Mitglied hatte vor allem eine Solostimme. So konnten wir viele Musikrichtungen bedienen. Für mich waren aber die Operetten, die wir spielen durften, immer etwas ganz Besonderes. Auch als Solistin konnte ich mich gut verkaufen. Ich habe mit dem Publikum gespielt, mit ihm interagiert. Das kam sehr gut an.

Die Linke bin ich – bei meinem ersten Auftritt im Wettbewerb

Anlässlich eines Auftritts für die Firma Ford in Köln wurde extra ein italienisches Lied für mich geschrieben. Eigentlich konnte ich es auswendig, habe mich aber wohl zu sicher gefühlt, und als das Klavier zu

spielen begann, war mein Kopf plötzlich leer. Ich hätte im Boden versinken können. Doch statt dessen sagte ich: "Ich muss erst mal sehen, was ich jetzt singen muss!" Ich blieb ganz locker und natürlich, schritt zum Klavier und habe mir meinen Text angesehen. Das gefiel dem Publikum, es verzieh mir und ablaudierte. Und dann startete ich mit Erfolg neu durch und sang italienisch.

Da ich auch die tiefen Töne treffe, war ich außerdem für Lieder von Hildegard Kneef, Zara Leander und Dunja Reiter gefragt. Mit Letzterer wurde ich übrigens oft verwechselt. Einmal stand ich an einer Fußgängerampel und wurde angesprochen, ob ich ein Autogramm geben würde. Ich habe erklärt, dass ich nicht Dunja Reiter sei, aber die Damen lachten nur und wollten es mir nicht glauben. Ich habe dann mit A. Paoli, meinem Künstlernamen, unterschrieben. Das war dann auch okay.

Ich habe gerne Stimmung in die Säle gebracht und doch war es für mich immer etwas Besonderes Opernarien zum Besten zu geben. Das hatte so etwas Erhabenes. Dabei konnte meine Stimme glänzen. Eigentlich hätte ich abheben können, und ich wundere mich selbst, dass ich immer auf dem Boden geblieben bin. Daran hatte wohl auch meine Familie einen großen Anteil.

Aachener Domgrafen Ensemble:
Frau Oligschläger sitzt unten links

Ich stamme aus einfachen Verhältnissen und mit 25 Jahren heiratete ich meinen Mann, einen Landwirt. Ich liebte das einfache Leben. Mein Taum war es schon immer gewesen, einmal oben auf einem Strohwagen zu sitzen, und der Wunsch wurde war. Ich weiß noch, wie zerstochen ich anschließend gewesen bin. Ich war mir auch nicht zu schade, unsere Schweine zur Auktion zu führen. Ein Auktionator sagte einmal: "Wen sollen wir jetzt prämieren, das Schwein oder seine Begleiterin?"

Frau Oligschläger lacht über sich selbst, als sie mir die Geschichten erzählt. Sie habe ihr Leben mit ihrem Mann geliebt, aber ihre Welten seien wohl zu unterschiedlich gewesen und die Ehe habe den Herausforderungen nicht standgehalten. Aber eine wundervolle Tochter sei aus ihrer Liebe entstanden. Sie sei das Beste.

Und dann fällt ihr noch eine Anekdote ein: "Morgens klopft es an der Haustüre und ich öffne in dicken Wollsocken, Pantoffeln und Morgenmantel. Es war der 'Wasseruhrableser'. Ich ging mit ihm in den Keller und wir unterhielten uns. Plötzlich meinte der Herr, ihm käme meine Stimme bekannt vor, ob

es möglich sein könne, dass er mich am Vorabend hätte singen hören. 'Ja. Wissen Sie' sagte ich, 'privat sehe ich eben manchmal so aus wie jetzt.' Wir lachten beide und er lobte meinen Auftritt vom Vortag.

Ich weiß nicht, wie ich das alles unter einem Hut gebracht habe. Meine Ausbildung habe ich nach der Schule in einer Bank in Aachen gemacht. Als ich dann mit 17 zu singen begonnen hatte, war mein Chef sehr begeistert und gab mir immer frei, wenn ich zu Auftritten musste. Meine Arbeit habe ich trotzdem nie vernachlässigt. Außerdem habe ich meine Garderobe für meine Auftritte komplett selbst genäht. Nicht ein Kleid habe ich gekauft. In erster Linie war ich stolz auf meine eigenen Abendkleider und Bühnenoutfits, die ich selbst gestaltet habe. Sie gaben mir Sicherheit auf den Brettern, die mir die Welt bedeuteten.

"Paola" in einem Rüschenkleid für einen Auftritt zu ihrem 50. Geburtstag

Später war ich dann als Chefsekretärin an der Volkshochschule Aachen beschäftigt und dann gab es ja noch die Familie, den Hof und vor allem meine Tochter, der ich gerecht werden wollte. Ich hatte genug Zeit am Tag, die ich sinnvoll auszufüllen wusste. Ich war wohl ganz gut darin, meine Zeit zu organisieren und damit zu jonglieren. Ich war zufrieden mit dem, was ich hatte und konnte. Überfordert habe ich mich nie gefühlt. Es ging mir eigentlich alles leicht von der Hand. Mein Leben hat sich einfach gut zusammengefügt. Und die Liebe zu meiner Tochter und zu meinem Mann gab mir Halt und stärkte mich zusätzlich. Und das Leben auf dem Bauernhof hat mich immer erfüllt und geerdet. Klar, es gab Herausforderungen, ja, aber auch Aufgaben, die mich am Boden hielten, und solche, die mir als Ausgleich dienten. Beim Nähen z. B. kam ich wirklich zur Ruhe und ich freute mich immer am Ergebnis. Sogar Zeit zum Malen räumte ich mir ein.

Selbst gemaltes Bild zum Hochzeitstag

Heute glaube ich, dass mein Weg auf die Bühne sich schon als Kind abgezeichnet hat. Zusammen mit meinen zwei Ge-

schwistern, fünf und sieben Jahre jünger als ich, habe ich im Garten eine Bühne aufgebaut, ein Laken diente, als Vorhang. Die Nachbarskinder mussten alle zehn Pfennig bezahlen, um unser Theaterstück zu sehen. Das war für uns alle sehr lustig. Und ich war schon früh sehr geschäftsfähig. Wenn wir zu Hause Besuch hatten, kam oft die Aufforderung: 'Sing doch mal was'. Das tat ich gerne, am liebsten sang ich 'Tabak und Rum, das braucht der Cowboy' aber nur im Flur, weil es da so schön hallte. Das fing schon früh bei mir an, da war ich so fünf Jahre alt.

Stargast bei RTL in Geilenkirchen: Anita Paoli, bekannte Sängerin aus dem Grenzland, wurde in ihrer Heimatstadt begeistert gefeiert, als sie am Donnerstag während der Gemeinschaftssendung unserer Zeitung mit Radio-Tele-Luxemburg zum Mikrofon griff.

(Foto: Manfred Kistermann)

Zeitungsartikel aus der Aachener Zeitung

Dass ich später so sehr in der Öffentlichkeit stand, war für mich nie ein Problem. Außerdem war ich ja unter dem Namen Anita Paoli bekannt, das klang etwas interessanter und war vor allem kürzer als Oligschläger. Als RTL einmal auf unserem Hof in Frelenberg eine Doku über mich gedreht hat, war das ganze Dorf auf den Beinen und wollte ein wenig vom Glamour abhaben.

Es gab auch Menschen, die sich in meinen Ruhm sonnen wollten, und auch privat immer Leute, die sagten: 'Sing uns mal was!' Aber da war auf der einen Seite mein Privatleben und auf der anderen mein Künstlerdasein. Es ist ein großer Unterschied, ob du eine Bühnentreppe hinunterschreitest, in einem Saal mit 1000 Zuhörern schaust und mit einem Orchester im Rücken performst oder ob du in irgendeinem Wohnzimmer einen Schlager trällerst. Das habe ich, wenn möglich, strikt auseinandergehalten. Nicht alle konnten das verstehen. Das ist auch der Grund, warum ich nie viel über diese Zeit erzähle. Die Leute können sich das nicht vorstellen und glauben es mir meistens nicht mal. Also behalte ich die Zeit in meinen Erinnerungen wach und versuche, vor allem, wenn es mir nicht so gut geht, mich daran zu erinnern. Meistens muss ich dann lächeln, weil alleine die Vorstellung an diese Zeit, an den Glamour, an die Musik, mir ein gutes Gefühl gibt. Die Musik hat mich immer glücklich gemacht und das tut sie auch heute noch.

Mein Lebensmotto ist: Glücklich alt werden! Und bis jetzt ist mir das gelungen."

(kj)

Mit Liebe gekocht – aus kleinen Dingen Großes zaubern

Gerade in den kälteren Monaten des Jahres spielt Essen eine besondere Rolle. Wenn es draußen früh dunkel wird und die Tage kürzer werden, sind es oft die kleinen Genüsse, die Wärme und Geborgenheit schenken. Manchmal entstehen die leckeren Momente ganz spontan, mit einfachen Zutaten und viel Herzblut.

Auf einem unserer Wohnbereiche sorgt eine engagierte Pflegekraft regelmäßig für besondere Genussmomente: Aus übrig gebliebenem Brot, Aufschnitt und frischen Zutaten zaubert sie abends überbackene Brote aus dem Ofen. Der köstliche Duft zieht durch die Flure und schon bald kommen die ersten neugierigen Nasen aus den Zimmern. „Das riecht so gut, da muss ich einfach probieren!", hört man dann häufig. Die Bewohner genießen diese kleinen warmen Mahlzeiten sehr – besonders jetzt in der kalten Jahreszeit.

Auch andere Mitarbeitende des Hauses haben sich etwas einfallen lassen, um vorhandene Ressourcen sinnvoll zu nutzen. Nach einer Fehllieferung erreichte uns ein riesiger Sack voller Kartoffeln. Statt die Knollen beiseitezulegen, schwangen wir kurzerhand die Bratpfanne! Gemeinsam mit einer Bewohnerin aus dem Erdgeschoss bereitete der Soziale Dienst für das gesamte Haus – stolze 90 Bewohnende – köstliche Bratkartoffeln zu. Auf drei Wohnbereichen wurde gleichzeitig gebrutzelt. Es duftete herrlich nach gebratenen Zwiebeln, Speck und Kartoffeln, sodass es kaum jemanden in den Zimmern hielt.

Bratkartoffelduft ist Kindheitserinnerung in köstlichster Form

Der Duft lockte alle in die Gemeinschaftsräume, und am Ende ließen sich alle diese deftige wie köstliche Mahlzeit schmecken.

Popkorn duftet nach Weihnachtsmarkt und Kinobesuch

Ein weiteres Highlight war der Samstagmorgen im CAP: Schon wenn man das Haus betrat, lockte ein verführerischer Duft: der nach frischem Popcorn! Eine Mitarbeiterin hatte sich etwas Besonderes für den Damenstammtisch einfallen lassen und überraschte die Teilnehmerinnen mit dieser duftenden Leckerei. Bei Popcorn, Likörchen und guten Gesprächen war die Stimmung wunderbar.

Weil das gemeinsame Zubereiten und Genießen so gut ankommt, hat der SD beschlossen, in den kommenden Herbst-, Winter- und Frühlingsmonaten regelmäßig Kochaktionen anzubieten. Als erstes gemeinsames Projekt wurde eine köstliche Kürbissuppe gekocht. Mit vereinten Kräften wurde geschält, geschnibbelt, gerührt und abgeschmeckt – und am Ende war die Suppe nicht nur ein Gaumenschmaus, sondern auch ein echtes Gemeinschaftserlebnis.

Die Beschäftigung macht Spaß, stärkt die Gemeinschaft und das Selbstbewusstsein

So zeigt sich immer wieder: Mit ein wenig Fantasie, Engagement und Freude am Tun lässt sich aus einfachen Zutaten ein Gaumenschmaus zaubern. Und das Schönste daran: Der Duft, das gemeinsame Tun und der Genuss bringen Leben, Wärme und Lächeln in unser Haus.

Das Ergebnis kann sich sehen lassen – und schmecken tut es auch noch!

Wir machen aus dem Kochen
keine Kunst,
aber etwas Köstliches.
Das Tun ist für uns keine Arbeit,
sondern es macht uns glücklich.
Das Zusammensein ist kein Muss,
für die meisten ist es ein Geschenk.

(jf, md)

Musik bedeutet Erinnerung

Musik bewegt die Seele
im Rhythmus der Erinnerungen

Musik geht ins Ohr. Aber da bleibt sie nicht. Sie nistet sich ein und nimmt den ganzen Körper in Besitz.

Musik geht durch Mark und Bein. Dort sorgt sie vor allem für Bewegung. Im aktivsten Fall ist dann Tanzen angesagt. Aber auch ein leichtes Wiegen drückt die Kraft gefühlvoller Musik aus.

Musik geht unter die Haut. Sie erzeugt nicht selten sogar Gänsehaut und bewirkt ein lebendiges Kribbeln.

Ich hab Musik im Blut, sie geht mir durch und durch und bestimmt den Rhythmus meines Leben. Ohne sie bleibt mein Herz stehen. Ja, sogar meinen Herzschlag kann die Musik beeinflussen.

Musik fließt durch meine Adern wie das Wasser des Lebens. Sie durchströmt mich durch und durch. Aber wenn sie in meinem Kopf angelangt ist, explodiert ihre Wirkung: Emotionen fließen über, nicht selten mit Tränen im Gepäck, – vor allem Freudentränen, aber auch Tränen der Trauer, der Wut und Tränen des Trostes. Es gibt Musik, die hat sich in meiner Seele eingebrannt und verbindet mich mit Menschen und Ereignisse. Immer wieder weckt sie Erinnerungen.

Wenn ich singe, atme ich die Musik ein und aus. Meine Lungen, mein Bauch und meine Atemwege werden von ihr durchströmt. Und wenn die Töne dann geformt und kontrolliert meinen Mund verlassen, schwingen sie noch nach und entspannen meine verkrampften Muskeln. Auch meine Körperhaltung, mein Immunsystem und meine Atmung profitieren vom Singen und werden aktiviert.

Musik ist ein Geschenk und jeder freut sich über ein Geschenk. Glück macht sich breit und entsprechende Hormone bevölkern unser Gehirn, dann vergessen wir die Welt um uns herum. Sogar Schmerzen können dadurch gelindert werden oder gar zeitweise verschwinden, sodass wir befreit tanzen können.

Ja, Musik ist zu Unglaublichem fähig. Sie verbindet Menschen, Generationen und Kulturen. Sie drückt Gefühle aus, wo Worte versagen. Eine Melodie kann ausdrücken, was der Verstand nicht begreifen kann. Sogar Feinde wurden schon zu Freunden, nur durch eine Melodie.

Singen Sie! Erinnern Sie sich noch an die Texte der Lieder, die Sie gerne gesungen haben? Sie werden staunen, wie schnell Sie wieder präsent sind. Versuchen Sie's! Singen Sie! Ihr Gedächtnis wird es Ihnen danken.

Singen Sie! Singen Sie, was Ihnen einfällt, so, wie Kinder es tun, die sich selbst irgendetwas vorsingen. Egal, was Sie singen: Ihre Glückshormone werden dazu Samba tanzen, sich breit machen und Angst und Stress verdrängen.

Das alles schafft Musik!

Kein Wunder, dass sich die meisten unserer Senioren auf den regelmäßig angebotenen Singkreis freuen. Auch die musikalischen Darbietungen verschiedener Ortsvereine sind eine Bereicherung und das Singen und Tanzen mit den Unterhaltungsmusikern in all unseren Häusern begeistern und beleben. Vielen Bewohner*innen ist Musik ein inneres Bedürfnis, das sie stärkt, glücklich macht und Erinnerungen weckt.

Wenn Sie zu den Musikmuffeln gehören sollten, probieren Sie die Wirkung der Musik einfach mal aus. Es muss keine laute Musik sein. Wenn eine Melodie sich ganz leise einschleicht, kann das auch Sie ergreifen und möglicherweise süchtig nach mehr machen. Hören Sie Lieder aus Ihrer Jugendzeit und Sie werden sich in Ihren Erinnerungen wiederfinden.

Ganz aktuell: Hören sie Karnevalslieder, viele haben mehr zu sagen, als man zur ausgelassenen Karnevalszeit erwarten würde. Für Stimmung aber sorgen Sie allemal.

Musik ist ein Fenster in die Vergangenheit,
das sich zu jeder Zeit
in jedes Jahrzehnt öffnen lässt.

(kj)

Alte Lieblingsrezepte

Kürbissuppe mit Ingwer

Rezept für 4 Portionen

1 kleiner Kürbis Hokkaido, 1 kg
3 kleine Kartoffeln, 200 g
2 mittelgroße Möhren
1 mittelgroße Zwiebel oder
3 Schalotten
2 mittelgroße Knoblauchzehen
ein halber Teelöffel Paprikapulver edelsüß
1 EL Currypulver scharf
1 Stück Ingwer, etwa walnussgroß
200 ml Weißwein, gerne fruchtiger Grauburgunder
1000 ml Hühnerfond
100 ml Kochsahne
2 EL Olivenöl
1 Messerspitze Muskat

Zubereitung:

Den Kürbis halbieren, mit einem Löffel entkernen, in kleine Teile (Boote) schneiden, dann schälen.
Die Kartoffeln schälen und klein schneiden.
Die Zwiebel und den Knoblauch fein hacken und in 2 EL Olivenöl anschwitzen.
Kürbis, Möhren und Kartoffeln zugeben und leicht anbraten.
Nach 3 Minuten mit 200 ml Weißwein ablöschen und die Gewürze zugeben.
Den Hühnerfond angießen und das Ganze, bei mittlerer Hitze 45 Minuten garen.
Mit einem Pürierstab fein sämig pürieren.
Die Konsistenz prüfen, eventuell etwas einkochen lassen und mit Sahne, 1 Messerspitze Muskat, Salz und frischem Pfeffer aus der Mühle abschmecken.

Guten Appetit

(jf)

Auswanderer – von Lieck nach Witten-Stockum

Mit einem herzlichen Empfang durften wir Anfang September fünf neue Bewohner*innen im Seniorenhaus Witten-Stockum begrüßen. Aufgrund eines unerwarteten Wasserschadens in der Einrichtung Haus Elisabeth in Heinsberg-Lieck war ein vorübergehender Umzug notwendig. Glücklicherweise konnte dieser reibungslos organisiert werden: Ein großes Dankeschön an alle Mitarbeitenden beider Häuser für die Planung und Umsetzung!

Am Ankunftstag waren alle Bewohnende sehr aufgeregt, freuten sich jedoch über den herzlichen Empfang. Die Mitarbeitenden aus Heinsberg haben die eigenen Möbel der Bewohner mitgebracht. So blieb ein Stück Zuhause erhalten und half dabei, sich in der neuen Umgebung schnell zurechtzufinden.

Frau Zerbe und Frau Plömacher mit Betreuungskraft Stefan Pospiech

Am Nachmittag berichtete Bewohnerin Frau Plömacher mit einem Lächeln: „Ich fühle mich sehr wohl in diesem Zimmer. Durch meine eigenen Möbel kommt es mir fast wie zu Hause vor."

Während in Heinsberg die notwendigen Reparaturarbeiten auf Hochtouren laufen, haben sich die Bewohner*innen schnell in das Alltagsleben im Seniorenhaus Witten-Stockum integriert. Sie haben nicht nur ihre neuen Zimmer bezogen, sondern auch schnell Kontakte zu den anderen Bewohner*innen geknüpft und wurden herzlich aufgenommen. Auch für die Gemeinschaftsangebote haben die "Zuzügler" bereits ab dem ersten Tag Interesse gezeigt und daran teilgenommen.

„Wir schätzen die Zeit mit unseren neuen Bewohnern sehr. Auch wenn sie sich nur vorübergehend in Witten-Stockum aufhalten, sind sie Teil der Gemeinschaft geworden. Es ist uns eine Freude, ihnen während der Umbaumaßnahmen ein zweites Zuhause zu bieten", berichtet Stefanie Suppa, Einrichtungsleitung der solitären Kurzzeitpflege in Witten-Stockum.

Natürlich gibt es für Frau Plömacher und die Eheleute Zerbe auch Besuch aus Heinsberg, der mit offenen Armen empfangen wird. Frau Zerbe sagt in einem Video an die

Frau Zerbe und Wohnbereichsleiterin Saskia Peters aus Lieck hängen aneinander

Liecker Bewohnenden: "Hallo Leute! Uns geht es hier sehr gut. Hauptsächlich, weil wir Besuch hatten. Danke schön für alles."

Und Frau Plömacher fügt hinzu: "Hallo ihr Lieben! Wir sind hier wirklich gut aufgehoben, aber trotzdem sehnen wir uns nach Zuhause, und ich freue mich, wenn es wieder so weit ist. Aber dass wir Besuch bekommen haben, ist einfach herrlich, herrlich, herrlich, herrlich. Danke schön."

Für die Kommunikation zwischen den beiden Häusern kommt das Projekt Auswanderung genau richtig. Es ist eine Möglichkeit, die Kolleg*innen mal kennenzulernen und die Art und Weise, wie ein anderes Haus geführt wird. Man kann sich das ein oder andere abgucken und so für unsere Bewohner*innen immer besser werden.

Und gleich wurden wir positiv überrascht. In Witten-Stockum wurden im Herbst Vogelscheuchen aufgestellt – selbst hergestellte, versteht sich. Unser Pflegedienstleiter war sehr begeistert von dieser Idee und drückte das auch aus. Bei einem weiteren Besuch hatten die Mitarbeiter*innen und Bewohner*innen eine Elisabeth für unser Haus angefertigt und an uns weitergegeben. Die Überraschung war wirklich gelungen. Herr Odinius war ganz gerührt und wollte Elisabeth gar nicht mehr loslassen. Bis zur Dekorierung für die Vorweihnachtszeit stand Elisabeth im Eingangsbereich des Hauses Elisabeth und begrüßte alle, die bei uns ein und aus gingen. Das war eine Tolle Aktion, die verbindet.
Danke schön!

André Odinius in inniger Umarmung mit Vogelscheuche "Elisabeth" ☺☺☺

Die Bewohnenden aus Lieck schickten den Auswanderern liebe und farbenfrohe Grüße: "Wir freuen uns, wenn ihr wieder mit uns an den Angeboten teilnehmen könnt. Mit euch ist die Gemeinschaft einfach bunter. Eure Stimmen fehlen uns, beim Singen, aber auch in den Gesprächskreisen. Bleibt gesund und kommt bald wieder." (cc, kj)!

Die Maks-m-Gruppe winkt euch mit großem bunten Tuch zu. Auf bald!

Mitarbeiterfest unter dem Motto: Black and white

Mitteilung an alle Kolleg*innen, die nicht am Fest teilnehmen konnten: Ihr habt definitiv etwas verpasst! Schade, dass ihr nicht dabei sein konntet. Wir haben euch vermisst!

Nicht das geniale Essen, nicht das spannende Kickerspiel, nicht der musikalische Karaoke-Part, nicht die verdienten Ehrungen und die beeindruckenden Kostüme standen im Mittelpunkt der Veranstaltung. Aber alle Programmpunkte hatten Anteil daran, dass sich Kolleg*innen aus allen Häusern der Kuijpers-Gruppe nähergekommen sind.

Das Miteinander-in-Verbindung-Treten war das Highlight des Abends und beim Durchsehen der Fotos ist das unverkennbar. Gegenseitiges Verständnis, gemeinsamer Spaß und immer ein Lächeln für den anderen.

Das Organisationsteam, bestehend aus Denise Rafael und Oliver Krings, hat ganz offensichtlich einen sehr guten Job gemacht. Das Mitarbeiterfest ist ihnen wieder einmal hervorragend gelungen. ***Danke!!!***

Natürlich gehören Ehrung für langjähriger Mitarbeitende zu einem solchen Abend dazu und so blieb es für die

Jubilare nicht nur bei einem herzliches Dankeschön und vielen Blumen.

Außerdem galt es, die Gewinner im Karaoke- und Kostümwettbewerb und beim Kickerturnier zu küren, die ansehnliche Preise entgegennehmen durften. Aber der größte Gewinn war das Fest selbst, das unter dem Motto "Black and white" stand und damit nicht nur für würdevollen Glamour sorgte, sondern auch viele kreative Kostüme zum Vorschein brachte. Die Gewinner*innen waren: Satan höchstpersönlich, ein Dienstmädchen und ein kleines Schaf. Unter dieser Maske hat sich seine Trägerin den ganzen Abend versteckt. Der Hauptgewinn für das Schaf war definitiv verdient. Viele Kolleg*innen hätten gerne gesehen, wer sich wohl darunter verbergen mochte. Deshalb findet ihr oben ein Foto von Rabeja Thierfelder. Sie verbindet euch in der Verwaltung mit dem gewünschten Gesprächspartner.

Das Fazit: genial, lustig, köstlich, überraschend, wiederholungwürdig ...

Die Mitarbeitenden bedanken sich für ein außergewöhnlich verbindendes Fest. (kj)

Adventszeit im Seniorenhaus Mauritius

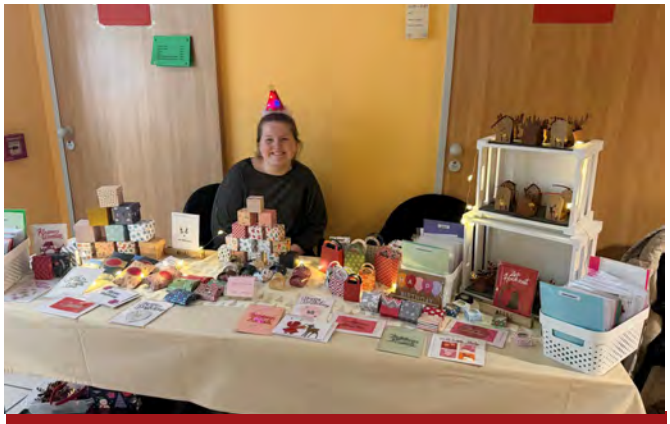
Die Adventszeit ist im Seniorenhaus Mauritius jedes Jahr eine ganz besondere Zeit – eine Zeit der Begegnung, der Erinnerungen und der gemeinsamen Vorfreude auf Weihnachten.

In diesem Jahr wurde die Vorweihnachtszeit durch zahlreiche Aktivitäten, neue Angebote und emotionale Momente besonders intensiv und abwechslungsreich gestaltet.

Ein besonderes Highlight war der erste Adventsbasar, der in unserem Haus stattfand. Mit viel Engagement und Liebe zum Detail wurde dieser Tag von Mitarbeitenden, Bewohnerinnen und Bewohnern vorbereitet. An den verschiedenen Ständen konnten handgefertigte Dekorationen, kleine Geschenkideen und selbst gemachte Leckereien bestaunt und erworben werden. Der Basar lud zum Verweilen, Austauschen und gemeinsamen Genießen ein und soll einen festen Platz im Jahreskalender des Seniorenhauses Mauritius bekommen.

Ein besonders herzliches Erlebnis war der Besuch in der Kindertagesstätte, bei dem unsere Bewohner gemeinsam mit den Kindern Plätzchen backten. Mit großer Freude wurde Teig geknetet, ausgestochen und verziert. Das gemeinsame Lachen, Erzählen und Arbeiten schuf eine warme, lebendige Atmosphäre. Zu einem emotionalen Höhepunkt wurde die Teilnahme eines Bewohners, der die Kita im Jahr 1972 mit aufgebaut hatte. Für ihn war es ein ganz besonderer Moment, diesen Ort nach so vielen Jahren erneut zu besuchen und die Entwicklung mitzuerleben. Auch für die Kinder war es spannend, zu erfahren, dass einer der Gäste selbst an der Entstehung ihrer Kita beteiligt war. Dieses Zusammentreffen zeigte auf eindrucksvolle Weise, wie wertvoll generationenübergreifende Begegnungen sind und wie sehr sie alle Beteiligten bereichern.

Zur Einstimmung auf die Adventszeit haben einige gemeinsam Tannenbäume für die einzelnen Wohnbereiche ausgesucht.



Erster Adventsbasar im Seniorenhaus Mauritius

Weihnachtsbäume für die Wohnbereiche werden zusammen ausgesucht

Schon das Aussuchen der Bäume sorgte für Vorfreude und lebhafte Gespräche. Anschließend wurden die Tannen festlich geschmückt. Kugeln, Lichterketten und andere vertraute Dekorationen weckten Erinnerungen an frühere Weihnachtsfeste im eigenen Zuhause. Das gemeinsame Schmücken stärkte das Gemeinschaftsgefühl und ließ die Wohnbereiche in warmem, festlichem Glanz erstrahlen.

Auch musikalisch hatte die Adventszeit im Seniorenhaus Mauritius viel zu bieten. Unsere Bewohnerinnen und Bewohner besuchten ein Adventskonzert, das für besinnliche Stimmung sorgte und viele bekannte Melodien bereithielt. Musik hat eine besondere Kraft – sie berührt, verbindet und ruft Erinnerungen wach.

Ein weiterer musikalischer Höhepunkt war der Besuch eines Chores, der gemeinsam mit unseren Bewohnern traditionelle Weihnachtslieder sang. Viele Bewohner stimmten freudig mit ein, sangen aus voller Brust oder summten die vertrauten Melodien mit. Die Freude am gemeinsamen Singen war deutlich spürbar und sorgte für eine ausgelassene und zugleich besinnliche Atmosphäre.

Für einen besonders ruhigen und stimmungsvollen Moment sorgte ein Harfen-Konzert, das tief berührte. Die sanften, klaren Klänge der Harfe erfüllten die Räume und schufen eine Atmosphäre der Ruhe und Besinnlichkeit. Viele Bewohnende hörten aufmerksam zu, schlossen die Augen oder ließen die Musik einfach auf sich wirken. Dieses Konzert war für viele ein sehr berührender Moment, der noch lange nachklang.

Die Adventszeit im Seniorenhaus Mauritius war geprägt von Gemeinschaft, Herzlichkeit und vielen kleinen wie großen Momenten des Glücks. Die vielfältigen Angebote zeigten einmal mehr, wie wichtig gemeinsame Erlebnisse, Traditionen und Begegnungen – besonders auch zwischen den Generationen – für das Wohlbefinden unserer Bewohnerinnen und Bewohner sind.

Mit diesen wertvollen Erinnerungen blicken wir dankbar auf eine besondere Adventszeit zurück und freuen uns auf ein neues Jahr in Verbundenheit untereinander. (so)

Eine Adventszeit voller Gemeinschaft und Wärme, Besinnung und einfühlsamen Klängen

Zeit teilen

Mit einem Lied auf den Lippen schmecken Kaffee und Kuchen nochmal so gut

Immer einen besonderen Moment schaffen, das gelingt Monika von den Driesch mit ihrem Akkordeon. Regelmäßig besucht unsere langjährige ehemalige Mitarbeiterin ihre Mutter in unserer Einrichtung und weiß nicht nur sie zu unterhalten. Sie nimmt sich immer wieder auch Zeit für die Mitbewohner*innen ihrer Mutter im ganzen Wohnbereich.

Schon früher hat Monika die Leute mit ihrer Art zu musizieren erreicht und erfreut. Dass sie die Menschen im Haus Elisabeth immer noch auf diese Weise glücklich macht, ist ja keineswegs selbstverständlich, und daher für uns eine besondere Ehre.

Die Bewohner*innen danken es ihr mit ihrer Aufmerksamkeit. Sie singen, klatschen und schunkeln. Manchmal ist sogar ein Tänzchen dabei. Die Zeit vergeht dabei im Flug und geteilte Zeit ist die beste Zeit.

Nicht alle Bewohner*innen können noch laut singen, aber Frau Wambach, eine sehr aktive Mitbewohnerin genießt diese Nachmittage und stellt sich gerne zum Vorsingen zur Verfügung. Und das macht sie sehr gut, denn auch sie erntet Applaus.

Die stolzeste Frau in der Runde ist allerdings Frau Buding, die ihrer Tochter beim Musizieren gerne zuhört und zusieht. Sie ist gebannt und kann die Augen kaum von ihrer Tochter lassen.

Und auch am Personal geht diese Stimmung nicht spurlos vorbei. Einen Moment innehalten, zuhören, die Begeisterung wahrnehmen und sich daran erfreuen. Da bleibt manchmal kein Auge trocken und jeder Muskel schreit nach Bewegung. Das Vergnügen zu tanzen genießen allerdings nur die noch rüstigen Zuhörer. Aber der Spaß dabeizusein, zuzuhören und zuzuschauen, das ist ein Genuss, der alle Teilnehmenden erreicht.

An Monika ein großes Dankeschön, dass sie ihr musikalisches Talent und ihre Zeit für unsere Bewohner*innen ehrenamtlich einsetzt. (kj)

Ein Tänzchen in Ehren kann niemand verwehren

Wintermarkt im Seniorenhaus Witten-Stockum

Für ein Fest der Freude und Gemütlichkeit erstrahlte am vorletzten Novemberwochenende das Seniorenhaus Witten-Stockum in festlichem Glanz: Der alljährliche Wintermarkt öffnete die Pforten. Es gab eine Vielzahl von Ständen, die mit Lichtern, Tannenzweigen und weihnachtlichen Dekorationen liebevoll geschmückt waren und eine gemütliche Atmosphäre schufen.

Lecker! Die Stände waren bestückt mit Leckereien wie gebrannten Mandeln und Spritzgebäck, die in der kalten Winterluft besonders gut schmeckten. Auch die selbst gemachten Kerzen wie auch die weihnachtlich gestalteten Gestecke fanden großen Anklang. Die stimmungsvolle Leuchtdekoration und die kunstvoll gestalteten Holzarbeiten zogen die Blicke der Besucher auf sich und luden zum Stöbern und Entdecken ein. Die Bewohnenden und Gäste bewunderten die Vielfalt der Angebote. Zudem gab es eine verlockende Auswahl an Kaffee und Kuchen so wie natürlich auch den klassischen Glühwein, der im Festsaal zum Verweilen einlud. Zum weiteren kulinarischen Angebot gehörten die klassischen Pommes, Currywurst und frisches Popcorn.

Es gab reichlich Grund zur Freude. Die fröhlichen Gesichter der Bewohner spiegelten die Stimmung wider, die der Wintermarkt verbreitete. Viele nutzten die Gelegenheit, sich mit Angehörigen, Freunden und Nachbarn auszutauschen, während sie die festliche Atmosphäre genossen. "Unsere Bewohnerin Frau Schneider hatte besonderen Grund zur Freude, denn sie hat beim Gewinnspiel unserer monatlichen Hauszeitung ein Drei-Gänge-Menü für sich und ihre Angehörigen gewonnen", berichtet Einrichtungsleiterin Helena Haupt.

Frau Schneider nimmt ihren Gewinn entgegen

In der Tat: Der Wintermarkt war ein voller Erfolg. Die Mitarbeitenden des Hauses hatten ganze Arbeit geleistet. Die Kombination aus festlicher Dekoration, köstlichem Essen und der Möglichkeit, Zeit mit geliebten Menschen zu verbringen, machte diesen Tag zu einem besonderen Ereignis. Helena Haupt: "Insgesamt war der Wintermarkt im Seniorenhaus Witten-Stockum ein voller Erfolg. Gerne möchte ich meine Mitarbeitenden – und insbesondere unseren sozialen Dienst – loben. Ohne ihr Herzblut, ihr Engagement und ihre Initiative wären solch schöne Feiern für unsere Bewohnerinnen und Bewohner gar nicht möglich. Die positive Resonanz der Bewohnenden und Besuchenden hat gezeigt, wie wichtig solche Veranstaltungen für die Gemeinschaft sind. Die Vorfreude auf die kommenden Feiertage wurde durch die Stimmung und die vielen kleinen Freuden des Marktes noch verstärkt."

(cc)

Musik, die mir etwas bedeutet

Musik ist eine Sprache, die jeder versteht, auch ohne Worte. Musik beeinflusst uns, das nutzt vor allem die Werbung aus. Aber Musik beeinflusst auch unsere Stimmung – sie kann Angst hervorrufen, Mut machen, traurig und tröstend wirken, aufmuntern und überglücklich machen. Wir tanzen durchs Leben nach der Stimmung der Musik, die uns bewegt.

Maria Woiteck aus dem Wohnbereich Klatschmohn in der Seniorenresidenz am Carl-AlexanderPark betrachtet ein für sie besonderes musikalisches Werk.

"Freddy Mercury war nie meine Musikrichtung, das war ja ein ganz extremer Typ. Der Sänger der Band Queen war ja eher ein Rockstar", so Frau Woitzeck.

"Und dann gab es da diese wunderbare Opernsängerin Montserrat Caballé. Ich liebe Opern und hätte mir nie im Leben vorstellen können, dass zwei so unterschiedliche Musikstile so wunderbar harmonieren. Das Duett Barcelona mit Caballé Montserrat und Freddy Mercury hat mich so ergriffen. Diese wundervollen Stimmen, sie berühren mich heute noch sehr.

Immer wieder freue ich mich, wenn ich dieses Musikstück im Fernsehen erleben darf."

(jf)

In unserem Haus in Witten Stockum wohnt derzeit eine Dame, die beim Klang der Musik in eine andere Welt eintauchen kann. Sie sagt sie schließe ihre Augen und beginne dann, sich alles bildlich vorzustellen, und manchmal schlafe sie dabei in ihrem gemütlichen Sesel ein. Besonders gerne hört sie russische Volkslieder. „Wenn ich diese Chöre höre, bekomme ich direkt eine Gänsehaut." Die Musik von Peter Orloff mit dem Kosakenchor, so sagt sie, trage sie mit diesen fantastischen Stimmen in eine andere Welt. Bereits in ihrer Kindheit habe sie gemeinsam mit ihrer Mutter russische Lieder gehört. Auch wenn sie nie ein Wort verstanden hätten, habe ihnen diese Sprache sehr gut gefallen.

Frau Plömacher kommen auch bei deutschen Liedern mit tiefgründigen Texten des Öfteren die Tränen. Besonders beim Lied „Stille Nacht, heilige Nacht" von Ivan Rebroff bleibt ihr Taschentuch nicht trocken. Dies ist eins ihrer Lieblingslieder, bei dem sie sich einen wundervollen Weihnachtsabend ausmalt mit einem schön geschmückten Tannenbaum und dem Duft nach Orangen und Zimt. Draußen vor den Fenstern fällt der Schnee leise auf die Erde. „Ja dann fühle ich mich geborgen und glücklich, genau in dieser, meiner eigenen Traumwelt bin ich zu Hause. Ich liebe diese schöne Musik!"

(cc)

Unser Erzähler aus Lieck möchte anonym bleiben, und doch hat er etwas zu sagen:
"Musik ist Ausdruck von Gefühl. Bei mir ist es so, dass ich Filme mag, aber erst durch die Musik, die den Film untermalt, werde ich so sehr angerührt, dass mir die Tränen kommen. So ist das bei der Filmmusik von Titanic, aber auch bei den Serien, die ich gerne schaue; Der Bergdoktor, Sturm der Liebe, Rote Rosen und wie sie alle heißen. Ich habe ja viel Zeit. Die Szenen in den Episoden sind nett, aber die Musik ergreift mich und lässt mich mitfühlen. Mein Lieblingslied ist aus dem Film "Der Mann mit der eisernen Maske" mit Leonardo DiCaprio "Heart Of A King" von Nick Glennie-Smith, 1998. Diesem einen Stück gelingt es, in verschiedenen Szenen unterschiedliche Gefühle wachzurufen. Dieselbe Melodie, mit anderen Instrumenten gespielt und mit unterschiedlichen Bildern untermalt, drückt sowohl Liebe und Leidenschaft als auch Heldenmut, Traurigkeit, Besinnlichkeit und Herzschmerz aus. Ich liebe es, dass Musik diese Stimmungen hervorrufen kann.
Ich höre aber auch gerne Musik im Radio und freue mich, wenn nochmal etwas richtig Altes gespielt wird, das ich von früher kenne. Die Stücke von Glenn Miller zum Beispiel oder das Lied "Lilli Marleen" rühren mich immer an. Wenn ich die Augen schließe, sehe ich dann Bilder aus der Vergangenheit. Wie ich selbst, mit Kribbeln im Bauch, an der Laterne an der Kirche gestanden habe und auf meine damalige Freundin, die später meine Frau geworden ist, gewartet habe. Das sind Bilder, die mich glücklich machen und die Musik holt sie irgendwie aus mir heraus."

(kj)

Herr Wilhelm Haubrichs aus dem Haus St. Josef hört insgesamt gemischte Musik, aber vor allem Schlager. Fast jedes Schlagerlied kann er auswendig und manchmal singt er leise für sich im Zimmer mit. Denn bis heute liebt und fühlt er die Musik. Eine ganz bestimmte Erinnerung hat Herr Haubrichs an die Lieder von Heino. Davon erzählte er mit glänzenden Augen und strahlen im Gesicht: "Heino erinnert mich an meine Jugendzeit. Ich war sehr viel mit meinem Vater unterwegs, und zwar mit der Kutsche. Wir fuhren von Dorf zu Dorf und mein Vater hat immer alte Sachen verkauft, die er gefunden oder selbst besessen hat. Mein Lieblingspferd Moritz war vor die Kutsche gespannt. Er war ein brauner Kaltblutmix, ein liebes Tier, an das ich schöne Erinnerungen habe. Ich erinnere mich, dass mein Vater und ich auf dem Kutschbock saßen und durch die Lande fuhren. Da gab es immer was zu sehen und Langeweile kam nie auf. Wenn wir mal nichts zu erzählen hatten, haben wir zusammen die Lieder von Heino gesungen. Wir hatten richtig Spaß dabei. Musik macht einfach glücklich. Wenn wir am Abend zurückkamen, wurde selbst im Pferdestall noch das alte Radio angestellt. Damit lief die Arbeit im Stall wie von selbst. Und auch später, wenn ich mit meinem Motorrad unterwegs war und ich ein Mädchen dabeihatte, waren die Lieder von Heino auch immer mit dabei."

(mnl)

Besuch mit Herz

Einen besonderen Glanzmoment erlebten die Bewohnerinnen und Bewohner des Hauses am Waldrand: Die bekannte Sängerin Anni, mit bürgerlichem Namen Anja Sylvia Schäfer, stattete der Einrichtung einen Besuch ab und sorgte mit ihrer warmherzigen Art und ihrer ausdrucksstarken Stimme für unvergessliche Stunden.
Schon beim Betreten des Gemeinschaftssaals wurde die Künstlerin mit strahlenden Gesichtern empfangen. „Es ist mir eine Herzensangelegenheit, Orte wie diesen zu besuchen", erklärte Anni. „Musik verbindet – und manchmal sagt ein Lied mehr als viele Worte."

Unter dem Motto „Von Marlene bis Helene" war für alle etwas dabei. Viele sangen mit oder wiegten sich im Takt – die Atmosphäre war spürbar bewegt.

Ausgelassene Stimmung und mitsingen ausdrücklich erwünscht …

Für unsere Bewohnerinnen und Bewohner bedeuten solche Begegnungen unglaublich viel. Anni hat nicht nur gesungen, sondern sich für jeden Einzelnen Zeit genommen. Das war ein Geschenk.

Nach dem kleinen Konzert blieb die Sängerin noch für persönliche Gespräche. Einige Bewohner nutzten die Gelegenheit, um Erinnerungen aus früheren Zeiten auszutauschen oder eigene musikalische Wünsche zu äußern.

Zum Abschied versprach Anni, bald wiederzukommen – vielleicht sogar für ein gemeinsames Sommerfest im kommenden Jahr. Die Freude darüber war im gesamten Haus deutlich zu spüren.

Sängerin Anni nimmt alle mit auf ihre musikalische Reise

Mit ihrem Besuch hat die Sängerin nicht nur musikalische Klänge, sondern auch Wärme und Lebensfreude in das Haus am Waldrand gebracht – ein Erlebnis, das sicher noch lange nachhallt.

(hs)

Weihnachtliche Einstimmung

Wir, das Haus St. Josef, sind mit unseren demenziell erkrankten Bewohnenden zum Gartencenter Daniels gefahren, um sie weihnachtlich einzustimmen.

Das Gartencenter hat nicht nur einfache Weihnachtsdeko zu bieten, sondern es baut eine kleine Weihnachtswelt auf, in die man abtauchen kann.

Jegliche Erinnerungen über die eigenen Weihnachtsfeste mit der Familie, mit Freunden und den eigenen Kindern kommen wieder auf und auch die Erinnerungen an die eigenen Kindheit werden erweckt.

Nach einem guten Frühstück sind wir ins Auto gestiegen. Wir haben Schlagermusik angestellt und fröhlich mitgesungen. So sind wir gut gestimmt im Gartencenter angekommen. Erst waren die Damen etwas skeptisch, aber schon im Eingang fingen die Augen an zu leuchten. Die Farben, Lichter, Figuren und Gerüche brachten schnell Freude und Erinnerungen. Die Liebe zum Detail brachten alle zum Staunen.

Den Tag über wurde sehr viel angeregt erzählt. Frau Ohlig war selbst überrascht, wie viel ihr wieder einfiel. Sie erzählte mit einem gewinnenden Lächeln, wie sie den Weihnachtsbaum mit ihren Kindern geschmückt und wie viel Mühe sie sich bei der Zubereitung des Weihnachtsessens gegeben hatte. Sie erinnerte sich an die Feste mit der Familie, dass glückliche Beisammensein und wie die Kinder Weihnachtslieder gesungen hatten, an die liebevoll verpackten Geschenke, mit denen sie den Liebsten eine Freude machen konnte, und auch über die Freude, selbst Geschenke zu erhalten.

Jeder hörte sich die Geschichten der anderen an. Jeder konnte mitreden und fühlte sich verstanden.

Von den kleinsten Weihnachtskugeln bis zum größten Weihnachtsstern, sie brachten ein Funkeln in den Augen, die Figuren ein Staunen und die geschmückten Weihnachtsbäume luden zum Träumen ein. Die Gerüche zauberten ein warmes, wohliges Gefühl, der Glitzer auf den Händen ein Lächeln.

Je länger wir durch das Center gingen, umso mehr ist unsere kleine Gruppe zusammengewachsen, es wurde aufeinander geachtet und die verschiedenen Interessen an der Deko respektiert und geteilt.

Zum Abschluss gab es leckere niederländische Pommes, bei der die Bewohner den Tag ausklingen lassen konnten. (mnl)

Wie viel mehr sind
wir mit all unseren Erinnerungen

Unser Gärtner, Georg Michaely, stellt sich vor

Im Mai 2025 bin ich, Georg Michaely, im Hausmeisterteam angekommen und vorwiegend als Gärtner für die Anlagen in Wassenberg, Kückhoven, Baesweiler und Lieck zuständig. Weil ich jetzt meinen Platz gefunden habe, an dem ich gerne noch lange tätig sein möchte, freue ich mich, mich mal etwas ausführlicher vorstellen zu dürfen. Ich finde es einfach gut, wenn Menschen, die mir regelmäßig begegnen, wissen, mit wem sie es zu tun haben.

Also ich bin Georg und bin der "Mör...", nein, der Gärtner. Ursprünglich habe ich aber Metallbauer gelehrt. Der Beruf hat mein technisches Verständnis geschärft und von den erlernten Fähigkeiten profitiere ich heute noch. Einige Jahre war ich allerdings bei einer Produktionsfirma angestellt, in der ich sehr monotone Fließbandarbeit verrichtet habe. Vor allem die ständig gleiche Körperhaltung hat mir nicht gutgetan und so war mein Bandscheibenvorfall und eine kaputte Schulter vorprogrammiert.

Nach langer Krankheit, Reha und Wiedereingliederung habe ich endlich eine neue Aufgabe gefunden. Über die Rentenkasse habe ich an einer Maßnahme zur Teilhabe am Arbeitsleben eines leidensgerechten Berufes teilgenommen. Das war mein großes Glück, denn hier verwies man mich an die Kuijpers-Gruppe. Da habe ich mich vorgestellt und eine Chance als Gärtner im Hausmeisterteam und auch eine neue Perspektive für mein Leben bekommmen. Natürlich ist aller Anfang schwer, und ich wusste nicht, ob ich den Anforderungen gerecht werden würde. Aber wenn man es nicht versucht, hat man schon verloren. Also habe ich die Herausforderung angenommen und bin dafür belohnt worden.

Ich habe einen Arbeitgeber und ein Team gefunden, bei dem ich mich gesehen fühle. Meine Arbeit wird wertgeschätzt und ich kann mir ohne Druck die anstehenden Aufgaben kräftemäßig einteilen. So komme ich mit meinen Herausforderungen prima klar und das hat positiven Einfluss auf meinen Körper und meine Leistungsfähigkeit. Ich hatte noch nie einen Job, bei dem ich mal fünf Minuten Dehnübungen einlegen konnte, um meinen Rücken zu schonen oder zu stärken. Das finde ich schon bemerkenswert. Ich bin stolz und dankbar, dass es im Kuijpers-Unternehmen Menschen gibt, die Verständnis für meine Stärken und Schwächen haben, aber dennoch wissen, was ich kann.

Das Gärtnern habe ich zwar nicht von der Pike auf gelernt, aber ich habe selbst einen großen Garten, ein Gewächshaus und Nutzgarten: Eine gewisse Vorkenntnis kann ich mir also schon zuschreiben, und wenn ich auf Probleme stoße, die einer Löung bedürfen, ist Aufgeben keine Option für mich. Ich greife gerne auf hilfreiche Tipps im Internet zu. Und so konnte ich beispielsweise eine verdorrte Rasenfläsche retten und mich über die unterschiedlichen Schnittzeiten verschiedener Bäume und Sträucher informieren. Man lernt nie aus und ich finde es so spannend, mich mit diesen Sachen zu beschäftigen und dazuzulernen.

Jetzt im Winter gibt es im Garten nicht sehr viel zu tun. Die Natur ruht sich aus. Mir gibt das die Möglichkeit, in der Haustechnik einzuspringen. Da ich ein technisches Verständnis mitbringe, kann ich mich in viele technische und handwerkliche Aufgaben schnell reindenken und die Hausmeister im Notdienst und bei den täglichen Herausforderungen unterstützen. Auch dadurch bin ich jetzt im Team richtig angekommen. Wir sprechen uns jeden morgen ab. Das finde ich richtig super, weil wir uns kollegial oder sogar freundschaftlich austauschen und gemeinsam entscheiden, wer welche Aufgaben übernimmt und wer wobei Unterstützung benötigt. Ich würde sagen, dass dieses reibungslose Hand-in-Hand-Arbeiten unser Team auszeichnet.

So habe ich im letzten Jahr einen Neuanfang gewagt, der mich fordert, aber nicht überfordert, sodass ich mein Privatleben und meine Hobbys wieder genießen kann. Meine Freizeit verbringe ich gerne mit meinem Sport, der mir geholfen hat, gesund zu werden. Außerdem bin ich Mitglied der freiwilligen Feuerwehr, und ich liebe es, gesund zu kochen. Aber am liebsten verbringe ich meine Freizeit mit meiner Lebenspartnerin und ihrem Kind. Seit sechs Jahren genieße ich jeden Augenblick, den wir zusammen verbringen. Ich bin stolz auf meine Freundin, dass sie mich so sehr unterstützt hat, als ich drei Jahre lang meine Mutter gepflegt habe. Sie hatte viel Verständnis und hat sich nie beschwert. Dafür bin ich ihr sehr dankbar. Ich fühle mich rundum wohl – privat und beruflich.

Ich habe meine "Achse", mein inneres Gleichgewicht gefunden. Ich habe früher diese Work-Life-Balance für totalen Blödsinn gehalten und deshalb habe ich nicht genug auf mich selbst geachtet und mich kaputtgemacht. Heute habe ich für mich entschieden, dass ich lieber auf etwas Luxus verzichte, dafür aber gesund, zufrieden und glücklich bin. Und so gehe ich, seit ich in der Kuijpers-Gruppe angestellt bin, jeden Morgen mit großer Lust auf den Tag zur Arbeit. Das hat vor allem mit den Menschen zu tun, denen ich begegne. Egal, wen ich in den Häusern antreffe, Bewohner*innen oder Mitarbeite*innen: Ich spüre immer eine gewisse Empathie. Der freundliche Umgang untereinander motiviert mich jeden Tag, das Beste daraus zu machen. Danke dafür und bis bald!

Liebe Grüße
Georg

(kj)

Tierische Glücksmomente

Im Haus Am Waldrand gab es in den vergangenen Wochen besondere Begegnungen, die für viel Freude und zahlreiche berührende Momente sorgten. Zwei ehrenamtliche Besuchsteams (eines auf vier Pfoten, eines auf vier Hufen) machten Halt in der Einrichtung und ließen die Bewohner*innen an der besonderen Kraft der Tiere teilhaben. Den Anfang machte Nastaschja Blum mit ihrem Hund Suki – einem Glücksbringer auf leisen Pfoten. Die beiden sind ehrenamtlich über den Kirchenkreis Jülich aktiv. Dort werden sogenannte Hunde-Menschen-Teams zu „GlücksBringern" ausgebildet – ein Angebot, das tiergestützte Begegnungen professionell begleitet und gezielt auf Menschen in sozialen Einrichtungen ausrichtet ist.

„Es ist immer wieder schön zu sehen, wie leicht Tiere Brücken bauen", sagte Nastaschja Blum. „Ein Hund nimmt Menschen so an, wie sie sind – das schafft Wärme, Nähe und oft ein kleines Stück Leichtigkeit im Alltag."

Ein weiteres Highlight folgte kurz darauf, als Niko Kästner mit seinem imposanten, aber ausgesprochen sanftmütigen Pferd Abraxas vorbeischaute. Der Besuch eines Pferdes ist in einer Pflegeeinrichtung keineswegs alltäglich, entsprechend sorgte es für große Vorfreude, Neugier und Staunen. Auf dem Außengelände konnten die Bewohner*innen und Bewohner Abraxas aus nächster Nähe erleben. Viele nutzten die Gelegenheit, die weichen Nüstern des Pferdes zu streicheln, das Fell zu berühren oder einfach neben dem Tier zu stehen und den Moment zu genießen. Die ruhige und souveräne Art von Abraxas beeindruckte alle Beteiligten.

Für das Haus Am Waldrand haben solche tiergestützten Begegnungen einen hohen Stellenwert. Sie fördern Aktivität, soziale Interaktion und emotionales Wohlbefinden. Unsere Bewohner*innen profitieren enorm von diesen besonderen Erlebnissen. Tiere erreichen Menschen auf eine Weise, wie es Worte oft nicht können.

Deshalb sollen Besuche wie die von Suki und Abraxas auch in Zukunft regelmäßig stattfinden. Die Einrichtung bedankt sich herzlich bei den Ehrenamtlichen, die mit ihrem Engagement Zeit, Freude und Wärme schenken.

„Es ist wunderschön zu sehen, wie viel Glück ein Tier bringen kann", resümiert eine Bewohnerin. „Solche Tage vergisst man nicht." (hs)

Mehr als nur ein Besuch – echte Lebensqualität

Empathie – stille Kraft der Seniorenbegleitung

Empathie ist mehr als ein freundliches Lächeln oder ein offenes Ohr. Sie ist die Fähigkeit, den anderen wirklich zu fühlen, ohne sich dabei selbst zu verlieren. In der Seniorenbegleitung ist Empathie kein Luxus – sie ist das Herzstück jeder würdevollen Begegnung.

Empathie bedeutet, die Gefühle eines anderen mitzufühlen, ohne sie zu übernehmen. Sie entsteht , wenn wir zuhören, statt zu bewerten. Wenn wir uns fragen: Was bewegt diesen Menschen gerade wirklich? Empathie baut Brücken – zwischen Generationen, Lebenswelten und Emotionen. Ein empathischer Begleiter erkennt nicht nur, dass ein Bewohner traurig ist, er spürt, was hinter dieser Traurigkeit steht: Einsamkeit, Angst, Verlust, Scham oder Sehnsucht. Empathie ist die Sprache der Seele, die auch dann verstanden wird, wenn Worte fehlen.

Empathie bedeutet nicht, dass man jedes Gefühl des anderen zu seinem eigenen macht. Wer zu viel aufnimmt, verliert Energie – wer zu wenig verspürt, verliert die Verbindung. Echte Empathie lebt vom Gleichgewicht zwischen Nähe und Distanz. Sensibilität ist nicht gleich Empathie. Sensibilität bedeutet, das jemand feinfühlig, offen und empfänglich für Stimmungen ist, (manchmal geht es dabei auch um seine eigenen Empfindlichkeiten).

Sie verbindet Wahrnehmung mit Verständnis, Achtsamkeit mit Handlung. Sensibilität ist das Werkzeug, Empathie ist die Handlung. Es nützt aber das beste Werkzeug nichts , wenn die Haltung fehlt! Und beides zusammen macht einen Menschen stark in seiner Menschlichkeit.
Kann man Empathie entwickeln?
Ja. Empathie ist trainierbar. Sie wächst mit Erfahrung, Bewusstsein und der Bereitschaft, sich selbst zu reflektieren.

1. Achtsamkeit üben: Je bewusster du deine eigenen Emotionen wahrnimmst, desto leichter erkennst du die anderer.
2. Aktiv zuhören: Nicht nur die Worte, sondern auch Ton, Körperhaltung und Zwischentöne wahrnehmen.
3. Perspektive wechseln: Frag dich: Was würde ich an ihrer/seiner Stelle fühlen?
4. Selbstschutz wahren: Empathie braucht Pausen. Nur wer seine Energie schützt, kann langfristig geben.
5. Übungen im Alltag: Beobachte kleine Gesten, mimische Veränderungen, Körperhaltung und lerne darauf feinfühlig, aber klar zu reagieren.

Empathie ist kein Talent – sie ist eine Entscheidung. Eine Entscheidung, Menschen in ihrem Ganzen zu sehen, ohne sich selber zu verlieren.

In der Seniorenbegleitung ist sie wie ein unsichtbares Band zwischen Herz und Herz. Sie macht Betreuung zu Begegnung und Pflege zu Menschlichkeit. Gerade bei uns im Haus St. Josef, in dem ca. 80 % der Bewohnenden dementiell verändert sind, ist Empathie ein wichtiges Thema, das alle Mitarbeitenden sich zu Herzen nehmen. "Sensibilität fühlt – Empathie versteht. Beides zusammen heilt." (mkl)
Quelle: Der Gerontotherapeut

Generationen im Dialog über Religion

Gegen Ende des Jahres fand eine besondere generationenübergreifende Begegnung statt, die eindrucksvoll zeigte, wie wertvoll der Austausch zwischen Jung und Alt ist. Mehrere Bewohnerinnen und Bewohner des Seniorenhauses Mauritius besuchten den Religionskurs des 11. Jahrgangs der Johann-Conrad-Schlaun-Gesamtschule. Ziel dieses Treffens war es, Schülerinnen und Schülern einen authentischen Einblick in gelebte Glaubensbiografien früherer Generationen zu ermöglichen und den Dialog über Religion, Kirche und persönliche Lebensfragen zu fördern. Somit stand der Religionsunterricht ganz im Zeichen des persönlichen Austauschs. Statt ausschließlich aus Lehrbüchern zu lernen, erhielten die Schülerinnen und Schüler die Möglichkeit, Geschichte und Glauben aus erster Hand zu erfahren. Die Bewohnerinnen und Bewohner des Seniorenhauses Mauritius brachten ihre individuellen Lebensgeschichten mit und berichteten offen von ihren Erfahrungen mit Religion und Kirche.

Schon zu Beginn war eine große Offenheit und gegenseitige Wertschätzung spürbar. Die Begegnung schuf einen Raum, in dem Fragen gestellt, Erinnerungen geteilt und unterschiedliche Sichtweisen respektvoll nebeneinanderstehen konnten. Die Schülerinnen und Schüler zeigten großes Interesse und stellten zahlreiche Fragen, unter anderem zu folgenden Themen:

- Welche Bedeutung hatten Kirche und Religion in der Jugend der Bewohner?
- Wie selbstverständlich war der Kirchgang im Alltag?
- Welche Rolle spielte der Glaube in Familie, Schule und Gesellschaft?
- Welche Erfahrungen prägten das persönliche Glaubensleben?
- Wie hat sich das Verhältnis zur Kirche im Laufe der Zeit verändert?

Die Antworten der Bewohnerinnen und Bewohner waren ehrlich, differenziert und persönlich. Viele berichteten davon, dass Kirche früher einen festen Platz im gesellschaftlichen Leben einnahm. Der sonntägliche Kirchgang war selbstverständlich, kirchliche Feste strukturierten das Jahr und religiöse Rituale gehörten zum Alltag. Gleichzeitig sprach man auch über Pflichten, Erwartungen und Veränderungen, die das religiöse Leben begleiteten.

Besonders wertvoll für die Schülerinnen und Schüler waren die Einblicke in die individuellen Glaubenswege der Bewohner. Sie erzählten von Kindheitserinnerungen, religiöser Erziehung, kirchlichen Festen wie Weihnachten, Ostern, Konfirmation oder Firmung, aber auch von Zweifeln, Brüchen und Entwicklungen im Laufe ihres Lebens. Dabei wurde deutlich, dass Glaube nicht statisch ist, sondern sich mit den persönlichen Lebensumständen und gesellschaftlichen Veränderungen weiterentwickelt. Einige Bewohner beschrieben den Glauben als tragende Kraft, andere berichteten von einer kritischeren Auseinandersetzung mit Kirche und Religion. Gerade diese Vielfalt machte den Austausch besonders authentisch und lehrreich. Während des gesamten Treffens entwickelte sich ein lebendiger Dialog auf Augenhöhe. Die

Schülerinnen und Schüler hörten aufmerksam zu, stellten vertiefende Nachfragen und zeigten großen Respekt gegenüber den Erzählungen der älteren Generation. Für viele Jugendliche wurde deutlich, wie stark sich gesellschaftliche Werte, religiöse Praxis und persönliche Freiheiten im Laufe der Jahrzehnte verändert haben. Gleichzeitig zeigte sich, dass grundlegende Fragen nach Sinn, Orientierung und Glauben zeitlos sind und Menschen jeden Alters beschäftigen – wenn auch in unterschiedlichen Ausdrucksformen.

Die Begegnung war für beide Seiten ein großer Gewinn. Die Schülerinnen und Schüler erhielten lebendige, praxisnahe Einblicke, die den Religionsunterricht nachhaltig bereicherten. Die Bewohnerinnen und Bewohner des Seniorenhauses MAURITIUS erlebten Wertschätzung und Anerkennung für ihre Lebensleistungen und Erfahrungen. Viele äußerten im Anschluss, wie bereichernd es für sie war, gehört zu werden und mit jungen Menschen ins Gespräch zu kommen. Solche generationenübergreifenden Projekte stärken nicht nur das gegenseitige Verständnis, sondern fördern auch soziale Kompetenzen, Empathie und gesellschaftlichen Zusammenhalt.

Der Besuch im Religionskurs der JCS Gesamtschule ist ein gelungenes Beispiel für gelebte Kooperation zwischen Bildungseinrichtung und Seniorenarbeit. Er zeigt, wie durch persönliche Begegnungen Brücken zwischen den Generationen gebaut werden können und wie wichtig der Austausch über Werte, Glauben und Lebenserfahrungen in unserer Gesellschaft ist.

Das Seniorenhaus Mauritius bedankt sich herzlich bei der JCS Gesamtschule für die Einladung und die offene, wertschätzende Atmosphäre. Solche Begegnungen sollen in Zukunft ein fester Bestandteil der Öffentlichkeits- und Bildungsarbeit bleiben.

(so)

Ich liebe dich

Es ist nur ein Satz. Drei Worte. Die berühmtesten drei Worte.
Ich kann mich nicht erinnern, dass irgendjemand zu Hause das mal gesagt hat: Ich liebe dich. Meine Eltern? Vater zu Mutter oder Mutter zu Vater: Ich liebe dich?
Wie gesagt, ich kann mich nicht erinnern. Wenn meine Mutter mich mal in den Arm genommen und getröstet hat, weil das Knie mal wieder aufgeschlagen war oder die Großen im Schulbus mich mal wieder geschubst hatten, dann hat sie bestimmt gesagt: "Ich hab dich lieb." Jedenfalls legt sich meine Erinnerung das so zurecht, im Rückblick. Das hat sie doch hoffentlich gesagt?
Mit meinem Vater habe ich in den Ferien Ecken getreten oder Elfmeter geübt auf dem großen, leeren Fußballplatz. Mit ihm konnte ich über alles reden. Ich fühlte mich sicher und geborgen, das schon. Aber die drei Worte oder ein "Ich hab dich lieb", das fiel damals nicht. "Vater" und "Mutter" – so wollten sie übrigens genannt werden. Eine Frage des Respekts.
Als ich selbst Vater werde, die eigene Tochter unbedingt gewollt und lang ersehnt, sagt meine Mutter lakonisch: Bei uns damals war das gar keine Entscheidung. Man hat geheiratet, man hat Kinder bekommen. So war das halt. So hat sich das auch angefühlt, denke ich leise, ganz für mich. Wir waren eben da. Weil man das so machte.
Ein warmes leuchtendes Gegenbild waren die besten Freunde meiner Eltern. Sie hatten zwei Töchter. Alle drückten und küssten sich bei jeder Gelegenheit, alles war so herzlich und voller Gefühl. Mit Sarah gehe ich damals in denselben Kindergarten. Es sind die 60er, "All you need is love" spielt das Autoradio, wenn Familien zusammen in den Urlaub fahren, nach Schweden oder Italien. Als ich 15 bin und Sarah 13 – wir sitzen am Meer und schauen in den Sonnenuntergang – komme ich das erste Mal in Kontakt mit diesem Gefühl von "Ich liebe dich", habe aber noch lange nicht den Mut, auch nur eine kleine Annäherung an

die großen drei Worte auszusprechen, wie: "Ich mag dich sehr" oder "Ich bin so gern mit dir zusammen". Wie macht man das, Gefühle in Worte?
Ein paar Jahre später, ich bin 19, verliebe ich mich in Susanne. Irgendwann schreibe ich den Satz in mein Tagebuch. Als wir schon längst ein Paar sind und uns jeden Tag "Ich liebe dich" sagen, schaue ich nochmal nach, wann ich mir zum ersten Mal sicher war. 1985 – wir Verliebten sind eine Woche lang getrennt – schreibe ich den Refrain von "Dein ist mein ganzes Herz" auf eine Postkarte. Der erste Hit von Rudolf Kunze läuft jeden Tag im Radio und ich leihe mir ein paar neue Worte für "Ich liebe dich".
Mit Sarah, meiner Freundin aus Kindheits- und Jugendtagen, verbindet mich heute eine ganz besondere Freundschaft. Als ich schwer krank werde mit Mitte 50, gibt es viele, die mich durch die Zeit tragen. Meine Frau, meine Tochter, meine Freunde hier vor Ort, Sarah aus der Ferne, die Familie. "Brudi! Ich liebe dich!", ruft meine kleine Schwester dann ins Handy und schickt mir eine Voicemail, wenn ihr Herz mal wieder voll ist und das einfach rausmuss.
Wenn meine Frau und ich heute mit unserer Tochter sprechen (sie wohnt 8 Stunden mit dem Zug entfernt), dann wird erzählt und gelacht und manchmal fließen auch ein paar Tränchen. Alles per Video auf facetime und oft über zwei Stunden lang. Zum Schluss fliegen Küsse durch die Luft und ein "Hab euch lieb" und ein "Wir haben dich lieb". Mindestens.
Meine Mutter wird bald 90. Wenn wir uns in den Arm nehmen, hält sie inne und sagt: "Mein lieber Sohn". So ist sie groß geworden. Das sind ihre Möglichkeiten. Das sind ihre drei Worte.
Sarah und ich haben uns lange nicht gesehen, bestimmt zwei Jahre.
Neulich teilt sie ein Bild auf Insta. Eine Tür in einem Berliner Club. Viele bunt gesprayte Graffiti und darüber mit schwarzem Klebeband in großen Letter:
"Tell poeple you love them" – "Sag anderen, dass du sie liebst!"

(tr)

AOK

Rücken-tipps auf AOK sein Nacken.

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

AOK. Die Gesundheitskasse.