

NEUES AUS DER SENIORENHILFE

AUSGABE SOMMER 2023

LEBENS**SWERT**

**Sommerliche
Botschaften**



ST. AUGUSTINUS GRUPPE

wegweisend. menschlich. stark.

Fleischkonsum geht langsam zurück

WORAUF ES BEIM ESSEN IN DER SENIORENEINRICHTUNG ANKOMMT

Noch ist es die gutbürgerliche und rheinische Hausmannskost, die die Bewohnerinnen und Bewohner in unserem Haus Maria Hilf am meisten lieben. Aber inzwischen zeichnet sich ein neuer Trend ab: Internationale und fleischlose Gerichte sind im Kommen.

Wenn andere so langsam an ihr Frühstücksbrötchen denken, steht das Team um Küchenleiter Peter Schickel schon vor dampfenden Töpfen und bereitet das Mittagessen für rund 120 Personen zu – die meisten davon gehören der Generation 80plus an: „Bei uns wird jeden Tag frisch gekocht“, sagt der 51-Jährige. Und er weiß genau, welche Gerichte bei den Viersener Seniorinnen und Senioren besonders beliebt sind: „Reibekuchen könnten wir jeden Monat anbieten. Die kommen einfach immer an.“ Eine große Freude macht er den Bewohnerinnen und Bewohnern auch mit Schweine- oder Rinderbraten, Rouladen oder typisch rheinischen Spezialitäten. Aber es entwickeln sich auch ganz neue Vorlieben. So sind zwei der rund 90 Bewohner des Hauses Maria Hilf Vegetarier. Und auch abwechslungsreiche Gerichte aus anderen Ländern wie Couscous oder eine asiatische Pfanne stoßen auf großes Interesse statt auf Ablehnung. „Das Essverhalten unserer Gesellschaft verändert sich ständig. Viele Menschen ernähren sich

heute bewusster und gesünder. Der Fleischkonsum geht zurück, Gemüse und Obst kommen häufiger auf den Tisch“, weiß Schickel. „Klar ist aber auch, dass diese Entwicklungen in Senioreneinrichtungen langsamer vorschreiten. Vielen Seniorinnen und Senioren ist ihr tägliches Stück Fleisch sehr wichtig, und das bekommen sie bei uns auch. Aber es gibt eben auch täglich eine vegetarische Alternative.“ Um genau auf diese Vorlieben einzugehen, spricht das Küchenteam regelmäßig mit den Bewohnerinnen und Bewohnern.

Bei der Planung der Gerichte legen die Köche besonderen Wert auf die Gesundheit. So hat Schickel selbst vor rund 15 Jahren eine zusätzliche Ausbildung zum Diätkoch abgeschlossen. „Dabei geht es weniger ums Abnehmen. Gerade ältere Menschen haben das umgekehrte Problem und essen zu wenig“, so der erfahrene Küchenleiter. Gemeinsam mit dem Pflegefachpersonal und der betroffenen Person werden dann ganz individuell Lösungsvorschlä-

ge erarbeitet. „Wir steigern die Kalorienzufuhr moderat, ohne Zucker und Fett im Übermaß. Dazu müssen wir zunächst erfassen, was der jeweilige Bewohner aktuell zu sich nimmt. Zum Beispiel wird Knäckebrot durch Vollkornbrot mit Konfitüre und Quark ersetzt“, erklärt der Tönisberger. Auch bei der Versorgung von Menschen mit Demenz arbeiten die Teams der Küche und der Pflege eng zusammen. Hierzu bietet unsere St. Augustinus Gruppe regelmäßig Fortbildungen an. Peter Schickel hat sich auch in diesem Bereich weitergebildet und weiß: „Menschen mit Demenz haben oft Schwierigkeiten, neue oder unbekannte Nahrungsmittel zu erkennen oder zu akzeptieren. Es ist daher wichtig, einfache und vertraute Speisen zu wählen, die sie erkennen und gerne essen.“ Zudem sei es hilfreich farbiges Geschirr

und Besteck zu wählen, das sich optisch gut vom Rest des Tisches abhebt. Auch der Einsatz von reinen ätherischen Ölen hat einen gesundheitsfördernden Hintergrund. „Ein paar Tropfen auf Gerichten, zum Beispiel Lemongras auf Reis, mobilisieren insbesondere bei demenziell veränderten Menschen nachweislich die Hirnsynapsen, weil der Geruchssinn angesprochen wird“, erklärt der Koch.

Er selbst ist auch nach 20 Jahren in der Seniorenküche mit seiner Arbeit zufrieden. Und Pläne für die Zukunft im Haus Maria Hilf gibt es auch schon: „Wir wollen noch nachhaltiger und gesünder werden. Dazu wird innerhalb unserer St. Augustinus Service GmbH und in Absprache mit unserem Geschäftsführer gerade ein neues Konzept erarbeitet“, verrät Schickel.



Peter Schickel bekocht seit 20 Jahren die Seniorinnen und Senioren im Haus Maria Hilf.

Doppelt so viele Auszubildende wie im Vorjahr

AZUBIS WOHNEN UND ARBEITEN IM HAUS MARIA HILF

47 Auszubildende starteten im Frühjahr ihre Ausbildung in unserer Seniorenhilfe. Zwölf davon allein in unseren Viersener Einrichtungen. Das sind doppelt so viele wie zur gleichen Zeit vor einem Jahr. Die meisten von ihnen – etwa 70 Prozent – wurden im Ausland geboren. Und das kommt nicht von ungefähr: Denn das Team um Evelyn Klasen, Geschäftsführerin unserer St. Augustinus Seniorenhilfe, hat viel in Bewegung gesetzt, um neue Nachwuchskräfte zu gewinnen. „Wichtig ist, dass sich alle bei uns wohlfühlen und dass wir zeigen, dass wir bunt und vielfältig sind“, betont die Geschäftsführerin.

Najoua Stito freut sich über ihr neues Leben in Deutschland. Seit wenigen Wochen lebt die Marokkanerin in Viersen und startete jetzt ihre dreijährige Ausbildung zur Pflegefachperson im Haus Maria Hilf: „Ich bin sehr glücklich hier und froh, mir meinen Traum erfüllen zu können.“ Damit die neuen Azubis ihre Karriere in der Pflege sorglos starten können, kümmert sich die St. Augustinus Gruppe um optimale Rahmenbedingungen: Sie bietet Ansprechpartner, zusätzliche Sprachkurse und stellt sogar günstigen Wohnraum zur Verfügung. Stito lebt gemeinsam mit 14 weiteren Auszubildenden im Haus Maria Hilf – in Zimmern, die vorher von den Ordensschwestern bewohnt worden sind. „Wir leben hier wie auf einem Campus. So wie man es aus US-Serien kennt“, schmunzelt die 24-Jährige. In der Gemeinschaftskü-

che bereiten sich die Nachwuchskräfte ihr Essen täglich selbst zu, oft sind es Rezepte, die sie aus ihrer Heimat kennen, mit Gemüse, Fisch und Reis. Wenn es schnell gehen soll, gibt es Nudeln mit einer Fertigsoße. Viel Zeit für Freizeit bleibt den jungen Erwachsenen nicht, denn sie nehmen ihre Ausbildung sehr ernst. „Von morgens bis nachmittags sind wir in der Schule. Danach lernen wir noch meist vier bis fünf Stunden, um unser Deutsch weiter zu verbessern“, erklärt Najoua Stito. Die angehende Pflegefachfrau hatte schon gute Sprachkenntnisse, bevor sie sich für die Ausbildung in Viersen entschied – Voraussetzung für ihre Bewerbung war das Sprachniveau B2.

In wenigen Wochen kommt auf sie die praktische Arbeit zu. Die Arbeit bei



In der Gemeinschaftsküche des Hauses Maria Hilf kochen die Azubis zusammen und tauschen sich aus.

der St. Augustinus Gruppe empfahl ihr eine Bekannte: „Ich habe viel Gutes von dem Unternehmen gehört und erfahren, dass sich die Mitarbeitenden gut um uns kümmern, und genauso ist es auch“, freut sich die 24-Jährige.

Für Fragen steht ihr und ihren Kollegen aus dem Ausland mit Fatima Meyer-Hetling sogar eine eigene Integrationsbeauftragte zur Seite. „Eine der größten Hürden für Arbeitskräfte aus dem Ausland ist die Bürokratie. Hierbei und bei vielen weiteren Themen stehe ich ihnen unterstützend zur Seite, begleite sie auch mal bei Besuchen zu den jeweiligen Ämtern“, so Meyer-Hetling. Ganz neu wird den Neuankömmlingen auch ein Mentor angeboten. Nachwuchskräfte aus dem Ausland haben somit Ansprechpartner, die eventuelle Bedenken, Sorgen und Herausforderungen genau nachvollziehen können – weil die Mentorinnen und Mentoren selbst noch in den letzten Zügen ihrer Ausbildung bei der St. Augustinus Gruppe stecken. Denn für den Wohlfühlfaktor zählen eben nicht nur die organisatorischen Rahmenbedingungen, die stimmen müssen,

sondern auch soziale Kontakte. „Das größte Problem, das ich hier nach meiner Ankunft vor zwei Jahren hatte, war die Einsamkeit“, sagt Chaymae Atsouli, selbst aus Marokko und heute Mentorin. „Inzwischen habe ich viele Freunde gefunden und bin hier in Deutschland sehr glücklich. Weil ich anderen Azubis den Start leichter machen will, habe ich mich dazu entschieden, für sie da zu sein.“

Um dem Alleinsein von vornherein entgegenzuwirken, veranstaltete die St. Augustinus Seniorenhilfe für alle 47 Azubis auch aus den Senioreneinrichtungen von Neuss bis Krefeld eine große Willkommensparty. Hier lernten sich Menschen aus Marokko, Tunesien, Indien, Brasilien und anderen Ländern kennen. Daneben gab es gutes Essen, Getränke und ein abwechslungsreiches Unterhaltungsprogramm. „Es war ein rundum gelungener Abend“, freut sich Geschäftsführerin Evelyn Klasen. Und die überdurchschnittlich hohe Bewerbungsquote zeigt, dass die St. Augustinus Gruppe mit ihren besonderen Maßnahmen auf dem richtigen Weg ist.

MUSIK VERBINDET...

Tag der Musik am 21. Juni und Weltmusiktag am 1. Oktober

Musik hat eine ganz besondere Wirkung auf uns Menschen: Sie kann beruhigen, gute Laune machen und Erinnerungen hervorrufen. Sie ist eine universelle Sprache, die trotz unterschiedlicher kultureller Formen für alle zugänglich ist.

Mit dem nationalen Tag der Musik am 21. Juni und dem Weltmusiktag am 1. Oktober haben wir gleich doppelten Anlass, Sie zu fragen: Was ist Ihre Lieblingsmusik? Welche Musikrichtung, welches Lied? Haben Sie einen Lieblingsmusiker oder eine Lieblingsängerin? Machen Sie selbst Musik oder haben Sie ein Instrument gespielt? Warum ist Musik Ihnen wichtig? Gibt es ein Lied, das Ihnen besonders viel bedeutet oder Sie an eine bestimmte Situation erinnert? Ob ein kurzer Text, ein Satz, ein Liedtitel, ein Bild – alle Einsendungen sind willkommen! Senden Sie Ihren Beitrag gerne per E-Mail an s.depping@ak-neuss.de oder geben Sie ihn als Brief am Empfang Ihrer Einrichtung ab.

Seit 2009 wird in Deutschland im Juni der Tag der Musik gefeiert, um die Bedeutung der Musik und die musikalische Vielfalt in Deutschland zu würdigen. Initiiert hat ihn der Deutsche Musikrat, und gefördert wird er unter anderem auch durch die Bundesbeauftragte für Kultur und Medien. Aber auch auf internationaler Ebene wird die Musik jedes Jahr gewürdigt: mit dem Weltmusiktag am 1. Oktober.

Wilma Lorenz, ehrenamtliche Mitarbeiterin im Johannes von Gott Haus, sendete uns folgenden Spruch in Anlehnung an ein Zitat der Musikerin Ina Deter:

Vergangenheit ist Geschichte
Zukunft ist Geheimnis
aber jedes
Augenblick
ist ein Geschenk

IHRE EINSENDUNGEN ZUM WELTTAG DER POESIE

In der Frühjahrsausgabe haben wir Sie anlässlich des Welttages der Poesie gebeten, uns ein Gedicht zu schenken. Leserinnen aus ganz verschiedenen Einrichtungen unserer St. Augustinus Gruppe sind diesem Aufruf nachgekommen – einen ganz herzlichen Dank dafür!

Ursula Wüster aus dem Service Center Leistungsmanagement unserer Behindertenhilfe dichtet seit mehreren Jahren in ihrer Freizeit und hat ein Gedicht aus eigener Feder mit uns geteilt – Sie finden es auf der Rückseite dieses Heftes. Ingrid Zimmermann, eine Gästin der Tagespflege unseres Augustinushauses, hat einige der schönsten Sprüche aus dem Poesiealbum ihrer Mutter ausgewählt und uns zur Verfügung gestellt.

Willst du glücklich sein im Leben,
trage bei zu andrem Glück,
denn die Freude die wir geben
kehrt ins eigne Herz zurück.

Viele Wege gehn durch den Wald,
wer nicht Bescheid weiß, verirrt sich bald;
viele Wege auch durchs Leben gehn –
musst immer den dir ausersehen,
ob mancher auch sonst dich locken möchte,
von dem das Herz sagt: das ist der rechte!

Gut zu denken, gut zu handeln,
mit den Menschen friedlich wandeln
auf der Lebensreise;
nach Vollkommenheit zu ringen,
damit seine Zeit vollbringen:
das sei deine Lebensweise!

Willst du glücklich sein im Leben,
trage bei zu andrem Glück,
denn die Freude die wir geben
kehrt ins eigne Herz zurück.

Ihre Ingrid Zimmermann
am 1. Juni
U. Wüster

Gut zu denken, gut zu handeln,
mit den Menschen friedlich wandeln
auf der Lebensreise;
nach Vollkommenheit zu ringen,
damit seine Zeit vollbringen:
das sei deine Lebensweise!

Ihre voll. Zimmermann
am 1. Juni
Hilke Silbermann.

Kathau,
d. 9. 1. 1928.



Wegbegleiterin am Lebensende

„WIR SCHÄTZEN UND EHREN JEDEN WEITEREN TAG“

Aljana Pellny, Leiterin des Sozialen Dienstes in unserem Augustinus Hospiz, gibt einen spannenden Einblick in ihren ungewöhnlichen Arbeitsalltag.

„Das könnte ich nie!“ ist häufig die erste Reaktion, wenn ich von meinem Beruf erzähle. Die Reaktionen meines jeweiligen Gegenübers reichen von einer spontanen emotionalen Abwehrhaltung über Respekt und Wertschätzung bis hin zu tiefergehendem Interesse und ausgeprägter Neugier. Denn: Seit Juli 2022 bin ich als Sozialarbeiterin im Neusser Augustinus Hospiz tätig.

Oft werde ich gefragt, warum ich mich ausgerechnet in einem Hospiz beworben habe. Für mich ist diese Frage nicht schwierig zu beantworten: Ich möchte dazu beitragen, dass die



schwerstkranken Menschen, die vorübergehend bei uns einziehen, sich bei uns wohlfühlen. Wie viel Zeit Ihnen bleibt – das wissen wir nicht. Was wir aber wissen: Wir möchten unseren

Gästen und auch Ihren Zugehörigen in dieser absoluten Ausnahmesituation Geborgenheit schenken. Dafür steht unser gesamtes Team. Wir arbeiten zusammen: für das Wohl und die Würde unserer Gäste – vom Tag ihrer Ankunft bis zu ihrem letzten Atemzug. Denn ja, bei uns wird gestorben – sozusagen in einer unregelmäßigen Regelmäßigkeit. Und doch ist jeder Tod so individuell wie der Mensch, der ihn stirbt. Die Einzigartigkeit unserer Gäste macht sie alle auf ihre eigene Weise besonders. Diese Vielfalt ist für mich ein schützenswertes Gut, das es sich zu bewahren lohnt.

In meinem Berufsalltag komme ich deswegen gerne ins Gespräch mit unseren Gästen. So erfahre ich über ihr bisher gelebtes Leben, über ihren Charakter – manchmal erzählen Sie mir auch ihre Wünsche, Sehnsüchte oder davon, was sie meinen, im Leben versäumt zu haben und was sie bereuen. Daraus lässt sich häufig ableiten, wie wir ihnen während ihrer Zeit bei uns größere oder kleinere Freuden bereiten können. Und diese Überraschungen sorgen dann für ein Lächeln auf den Lippen, ein Leuchten in den Augen oder auch das eine oder andere Tränchen.

Um den Alltag bei uns etwas bunter zu gestalten, bieten wir unseren Gästen abwechslungsreiche Veranstaltungen an, die direkt bei uns im Foyer stattfinden. Mit der Unterstützung des gesamten Teams werden diese von mir

organisiert: Lesungen, ein Kinonachmittag mit Popcorn und Eiskonfekt bis hin zum monatlichen Hospizcafé. Unsere Türen sind alle breit genug, damit auch Gäste in ihrem Bett problemlos dabei sein können. Immer wichtig bei meiner Arbeit: die Grenzen unserer Gäste. Wir schreiben Selbstbestimmung groß. Wer nicht möchte, muss auch nicht.

Manchmal arbeite ich aber auch eher im Hintergrund. Nämlich dann, wenn es Angelegenheiten mit Behörden zu klären gibt: Dann bin ich Schnittstelle zwischen dem Hospiz und dem Nachlass- oder Betreuungsgericht, dem zuweisenden Krankenhaus, den verschiedenen Krankenkassen oder ich helfe, falls gewünscht, bei der Bestattungsvorsorge. Auch Netzwerken und Öffentlichkeitsarbeit gehört dazu, denn nur so wird unsere wichtige Arbeit außerhalb unseres Hauses sichtbar.

So manchen Menschen ist ein Hospiz nicht recht geheuer: Sie haben einen traurigen Ort vor Augen, an dem die Lebensfreude einer bleiernen Schwere gewichen ist. Tatsächlich aber staunen viele Leute, wenn sie sehen, dass es bei uns ganz anders zugeht: Wir schätzen und ehren jeden weiteren Tag mit unseren Gästen. Das bevorstehende Lebensende kann niemand von uns abwenden. Dieses schwere Päckchen auf dem letzten Teil des Weges tragen helfen – das verstehe ich als meinen Auftrag.

SOMMERLICHER BELUGALINSEN-SALAT

Ein Rezept von Emy Lou Klein, duale
Studentin im Johannes von Gott Haus

Zutaten:

- 1 Strunk Staudensellerie
- 150 g Fetakäse
- Minze nach Belieben
- 250 g Cocktailtomaten
- 2 Schalotten
- 250 g Belugalinsen

Für das Dressing:

- Grobes Salz
- Zimt
- Pfeffer
- Zitronensaft
- Olivenöl

Zubereitung:

1. Belugalinsen und Wasser im Verhältnis 1:2 in einen Topf geben und für ca. 20 Minuten weichkochen.
2. Währenddessen den Sellerie, die Schalotten und die Minze klein hacken und in einer großen Schüssel beiseitestellen.
3. Die Tomaten halbieren und dazugeben.
4. Den Fetakäse darüber streuen.
5. Die Linsen abtropfen und dazugeben.
6. Das Dressing anrühren und darüber geben.
7. Alles vermischen.

Guten Appetit!



wirsuchenpflegefachkräfte.de



Marlen Johrendt
Flexpoolmanagerin

Sie sind examinierte Pflegefachkraft und suchen ein flexibles und wertschätzendes Arbeitsumfeld? Prima, dann sollten wir uns kennenlernen. Wir unterstützen unsere Mitarbeitenden – individuell und familienfreundlich, z. B. durch

- Einsatzorte in der Nähe Ihres Wohnortes in Neuss, Grevenbroich, Dormagen, Krefeld, Viersen, Solingen möglich
- unterschiedliche Einsatzgebiete: Senioreneinrichtungen, Tagespflegeeinrichtungen, unser Hospiz sowie Angebote zum Betreuten Wohnen und Service Wohnen
- attraktive Vergütung nach AVR-C und 30 Tage Urlaub (bei Vollzeit)
- flexible Arbeitszeitmodelle zur Vereinbarkeit von Beruf und Familie
- fachliche und persönliche Weiterentwicklung durch verschiedene Fortbildungen
- eine vertrauensvolle Zusammenarbeit in einem multiprofessionellen Team

Sie haben noch Fragen? Melden Sie sich bei Marlen Johrendt, Flexpoolmanagerin, T 0160 926 93791, m.johrendt@ak-neuss.de oder scannen Sie den nebenstehenden QR-Code.



Immer mehr heiße Tage

SO WAPPNET SICH UNSERE SENIORENHILFE GEGEN DIE HITZE

Unsere Sommer werden immer heißer: Temperaturen jenseits der 30 Grad sind auch hierzulande zur Normalität geworden. Unter diesen extremen Bedingungen leiden insbesondere ältere Menschen. In allen unseren Senioreneinrichtungen werden deshalb Vorkehrungen getroffen, um den Bewohnerinnen und Bewohnern die Hitze erträglicher zu machen.



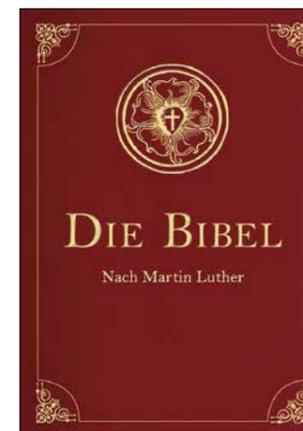
„Für ältere Menschen gilt bei hohen Temperaturen: viel trinken“, betont Evelyn Klasen, Geschäftsführerin unserer Seniorenhilfe. Deshalb achten unsere Pflegefachkräfte an heißen Tagen ganz besonders darauf, dass unsere Bewohnerinnen und Bewohner genügend Flüssigkeit zu sich nehmen. So werden neben Getränken beispielsweise auch Kaltschalen mit besonders wasserhaltigem Obst wie Melone angeboten. Auch der gesamte Speiseplan wird an die Wetterbedingungen angepasst – zum Nachtisch wird zum Bei-

spiel gerne ein kühles Eis angeboten. Zusätzlich werden die Räume unserer Senioreneinrichtungen in den frühen Morgenstunden gut durchgelüftet und die Rollos tagsüber heruntergelassen, sodass im Gebäude möglichst angenehme Temperaturen herrschen.

Für zusätzliche Abkühlung sorgen zum Beispiel wohltuende Fußbäder. „Unser Personal vom Sozialen Dienst lässt sich da immer einiges einfallen, um unsere Bewohnerinnen und Bewohner gut durch die heißen Tage zu bringen“, lobt Evelyn Klasen. So lässt es sich auch an sonnigen Tagen gut aushalten. Und natürlich gilt: Auch für die Mitarbeitenden der Seniorenhilfe ist die Hitze eine zusätzliche Belastung. Umso wichtiger ist es, dass alle gegenseitiges Verständnis füreinander aufbringen, wenn es mal nicht so schnell geht wie gewohnt. So kommen alle mit einem kühlen Kopf und entspannt durch die heiße Jahreszeit!

LIEBLINGSBÜCHER

Bücherwürmer aufgepasst! In unserer Rubrik „Lieblingsbücher“ möchten wir mit Ihnen in den Austausch über dieselben kommen: Welches Buch hat Ihnen besonders gut gefallen oder Sie sogar Ihr ganzes Leben lang begleitet? Welche Geschichte hat Sie besonders bewegt und warum? Schreiben Sie uns gerne ein paar Sätze, und Ihre Beiträge werden in den kommenden Ausgaben auf dieser Seite veröffentlicht. Wir freuen uns auf Ihre Zusendungen per E-Mail an s.depping@ak-neuss.de oder als Brief, den Sie am Empfang Ihrer Einrichtung abgeben können. In dieser Ausgabe haben wir drei Buchempfehlungen aus dem Augustinushaus.



Die Bibel (hier eine Ausgabe des Anaconda-Verlages von 2019)

Diese Empfehlung kommt von einer Bewohnerin des Augustinushauses: „Mein Lieblingsbuch ist die Bibel. Sie ist mir in vielen Situationen Halt und Hilfe, denn die Menschen, von denen die Bibel erzählt, sind wie du und ich, einfache Menschen. Und an ihnen zeigt sich Gottes Nähe und seine Liebe zu uns Menschen. Das macht mich zufrieden und hoffnungsvoll.“



„Elizabeth wird vermisst“ von Emma Healey (2014 erschienen bei Bastei Lübbe)

Die Geschichte wird aus der Perspektive von Maud erzählt, einer 82-jährigen Demenzerkrankten. Das Buch macht auf erschreckend authentische Weise deutlich, wie es Menschen mit Demenz gehen kann. Wir erfahren, was es bedeutet, wenn einem das eigene Leben entgleitet. Es ist eine sehr berührende Geschichte über den Verlust und das Vergessen.

Eine Gästin der Tagespflege antwortete auf die Frage, was ihr Lieblingsbuch sei, ohne zu zögern:

„Soweit die Füße tragen“ von Josef Martin Bauer (zuerst veröffentlicht 1955, diese Ausgabe 2020 erschienen bei Bastei Lübbe)



Ein deutscher Kriegsgefangener bricht 1949 aus einem Gefangenenlager in Ostsibirien aus und begibt sich auf eine abenteuerliche Flucht nach Hause. Der unbändige Wille des Romanhelden, trotz aller Widrigkeiten nicht aufzugeben und ums Überleben zu kämpfen, hat die Menschen in der Nachkriegszeit fasziniert. Nicht aufgeben, „ums Überleben kämpfen“ – ein alltägliches Ziel vieler Menschen damals. Auch für viele Menschen heute?

KOMMUNIKATION BEI DEMENZ: WIE VERSTEHEN WIR UNS?

Bei Menschen, die mit Demenz leben, verändert sich mitunter die komplette Kognition, die Wahrnehmung über alle Sinne. Wie und in welcher Form ist von Einzelfall zu Einzelfall unterschiedlich. Ziemlich sicher ist irgendwann auch die Sprache betroffen, das Sprechen, die Verarbeitung von Sprache. Das erschwert die Kommunikation zwischen dem Menschen mit Demenz und der Umwelt.

„Im Memory Zentrum achten wir in

der Kommunikation mit Menschen mit Demenz darauf sensibel zu bleiben. In Beratungsgesprächen legen wir viel Wert auf nonverbale Zeichen. Wir sensibilisieren uns gegenseitig dafür, Veränderungen in der Mimik wahrzunehmen und so Kommunikation zu ermöglichen, auch wenn der oder die andere nicht mehr die gleiche Sprache spricht“, sagt Angela Spirres, Diplom-Gerontologin im Memory Zentrum, unserem Kompetenzzentrum für Demenzerkrankungen in Neuss.

„Angehörige, die Menschen mit Demenz zu Hause pflegen, müssen sich das Wissen erst einmal aneignen und lernen, sich ganz neu und besonders aufmerksam auf ihr Gegenüber einzustellen“, erklärt Angela Spirres. Auch wenn Menschen in frühen Stadien der Demenz durchaus sprechen und verstehen können, sind Merkfähigkeit, Kurzzeitgedächtnis, Gesprächsfluss und Wortfindung mitunter häufig schon gestört. „Dann ist es wichtig, sich Unterstützung und Hilfe zu suchen und unter Anleitung die Kommunikation neu zu trainieren.“

Schritt eins ist sicherlich erst einmal zu akzeptieren, dass gewisse Fähigkeiten und Fertigkeiten nicht mehr vorhanden sind, dass die Verständigung nicht mehr wie gewohnt klappt und Missverständnisse vorprogrammiert sind – aber mit der Zeit weniger werden können. „In unseren Kursen für pflegende Angehörige geben wir Tipps, worauf beim Sprechen und bei der Ansprache geachtet werden muss. Das sind ganz einfach umzusetzende Hinweise. Es geht darum, sich Zeit zu nehmen und es kurz und einfach zu halten.“, so Angela Spirres.

Elf Tipps für eine bessere Verständigung mit Menschen mit Demenz

1. Führen Sie das Gespräch auf Augenhöhe.
2. Achten Sie auch auf die Gefühle, die mitschwingen.
3. Seien Sie freundlich und zugewandt.
4. Lassen Sie Zeit zum Antworten.
5. Verwenden Sie einfache, kurze Sätze.
6. Hören Sie aufmerksam zu und achten Sie auf die Körpersprache.
7. Sprechen Sie langsam und deutlich.
8. Fragen oder sagen Sie nur immer eine Sache auf einmal.
9. Unterstreichen Sie Ihre Worte durch Gesten und Mimik.
10. Stellen Sie keine „Weshalb-, Warum-, Wann- und Wo-Fragen“.
11. Zeigen Sie Anerkennung für das, was gelungen ist, und weisen Sie nicht auf Fehler hin.

Beratungstermine bekommen Menschen mit Demenz und ihre Angehörigen direkt in der Beratungsstelle des Memory Zentrums mit dem Beratungsteam Kirsten Dönni, Silvia Schramm und Manfred Steiner, T 02131 529 6565 oder per E-Mail an beratung-amz@ak-neuss.de.

Weitere Informationen gibt es auf der Webseite des Memory Zentrums: st-augustinus-memory-zentrum.de

DEIN SOMMERMORGEN AM STRAND

Wir machen heute eine kleine Traumreise in einen wunderschönen Sommermorgen am Strand.

Erinnerst du dich noch an unsere vorherige Reise, durch den Frühling? Sie hat genauso begonnen und hat dich in eine Welt voller Glück und Frieden entführt.

Mach es dir nun wieder bequem und finde eine Position, in der du dich entspannen kannst.

Schließe jetzt deine Augen und spüre deinen Körper, wie er da liegt.

Versuche nun, alle Gedanken und Gefühle des Alltags an dir vorbeiziehen zu lassen, damit du dich ganz auf den Moment und auf deinen Atem konzentrieren kannst.

Atme tief ein und lange aus.

Dein Körper entspannt sich.

Bist du bereit für deine Fantasiereise?

Dann geht es jetzt los.

Stell dir vor, du kannst dir dein eigenes kleines Paradies erschaffen.

Weit weg, an einem Urlaubsort ganz nach deinen Vorstellungen.

Einem sicheren Ort, der nur dir gehört.

Es ist ein wunderschöner Sommermorgen, und du spazierst barfuß am Strand entlang.

Die Sonne geht hinten am Horizont langsam auf.

Sie lässt alles um dich herum orange und gelb schimmern.

Es wirkt magisch. Einzigartig. Schön.

Du spürst eine angenehme Wärme auf deiner Haut und den noch leicht kühlen Sand unter deinen Füßen und zwischen den Zehen.

Um dich herum sind Palmen und Bäume mit vielen bunten Blüten, die ihren Duft verströmen.

Dieser Geruch vermischt sich mit der frischen, salzigen Meeresluft.

Du atmest sie tief ein.

Ein und wieder aus.

Am Morgenhimmel siehst du bunte exotische Vögel, die bereits ihre Runden drehen oder auf den Palmen sitzen.

Du gehst näher ans Wasser und spürst eine angenehm kühle Brise auf deinem Körper.

Rechts und links von dir liegen ganz viele kleine, aber auch größere Muscheln.

Du hebst sie auf und bewunderst die verschiedenen Formen und Strukturen.

Du setzt dich zwischen die Muscheln in den Sand und schaust auf das Meer, das in der Morgensonne funkelt.

Der Sand ist weiß und ganz fein.

Du streichst sanft mit deinen Händen hindurch und spürst die feinen Körner zwischen deinen Fingern.

Sie fühlen sich leicht an.

Genauso, wie du dich selbst in diesem

Moment fühlst.

Leicht und frei.

Du lauschst dem Rauschen der Wellen und genießt die Ruhe und Entspannung, die dieser Moment in dir auslöst. Genieße diesen kurzen Augenblick.

Er gehört ganz allein dir.

Begib dich nun auf deine Heimreise.

Das Gefühl von Geborgenheit und Freude wird dich bis in die Gegenwart weiter begleiten.

Komme langsam wieder ins Hier und Jetzt und verabschiede dich von deiner Urlaubsreise.

Lasse deine Augen ruhig noch einen Moment geschlossen, und beginne ganz vorsichtig deinen Körper wieder aufzuwecken.

Mache die Bewegungen, die dir jetzt gut tun.

Wenn du so weit bist, öffne vorsichtig die Augen und kehre von unserem Sommermorgen am Strand zurück.

Bleibe ruhig noch kurz liegen und spüre, wie die angenehme Ruhe und Zufriedenheit dich aus deiner Traumreise bis hierher begleitet haben.

Denke daran, dass du jederzeit in deiner Fantasiereise an diesen Ort zurückkehren kannst.

| R | Ä | T | S | E | L | & | S | P | A | S | S |

BILDERRÄTSEL

Welcher Bildausschnitt passt in das weiße Quadrat?



WÖRTERSUCHE ZUM SOMMER

Zehn Begriffe werden gesucht (waagerecht und senkrecht)

E	S	A	T	U	I	B	M	R	W	F	S	V	S	C
S	T	W	A	V	E	M	W	U	R	L	A	U	B	P
O	R	E	S	V	X	U	A	P	R	W	N	P	C	F
B	A	D	E	H	O	S	E	U	R	Z	D	U	M	E
R	N	Q	W	E	W	C	R	Q	R	E	B	C	E	W
C	D	G	F	P	F	H	P	D	E	W	U	D	E	P
S	S	K	D	W	G	E	W	B	I	P	R	F	R	D
O	F	P	H	F	B	L	D	M	S	D	G	Y	Q	T
N	V	R	K	P	D	N	J	P	B	F	U	W	D	F
N	U	E	J	E	O	U	K	J	E	D	T	A	P	W
E	W	W	S	O	N	N	E	N	C	R	E	M	E	D
N	Y	B	U	P	N	W	L	O	H	W	Q	S	P	Y
H	K	H	T	T	H	H	I	E	E	P	T	K	P	F
U	P	S	O	N	N	E	N	B	R	A	N	D	A	Q
T	Z	K	P	E	O	P	E	Z	P	D	W	Y	T	D

Lösungswörter:

Strand, Badehose, Sonnenhut, Muscheln, Sandburg, Urlaub, Eisbecher, Sonnencreme, Sonnenbrand, Meer

KENNST DU...?

Kennst Du das,
wenn Du wie ein Wasserfall überströmst
vor lauter Liebe in Dir,
wenn die Liebe aus Dir herausfließt,
wie aus einer unendlichen Quelle...
Wenn Du so viel Liebe in Dir spürst,
dass Du die ganze Welt damit nähren kannst?
DU, ich umarme Dich,
Welt, ich umarme Dich,
ich schenke Dir meine Liebe,
sende sie hinaus und wer und was
auch immer sie möchte – nimm sie,
es ist keine Bedingung daran geknüpft.
Frei sein, wie der Wind, der zärtlich
die Bäume berührt.
Nimm sie einfach, die Liebe,
wenn sie Dir gut tut,
suhle Dich in ihr.
Und nun verströme Du sie in die Welt,
durch Deine Augen berühre einen jeden
Menschen, der Dir begegnet,
gebe sie rein und bedingungslos.

In Liebe, Ursula
18. Februar 2016



IMPRESSUM

Hauszeitung der
St. Augustinus-Seniorenhilfe gGmbH
Stresemannallee 6, 41460 Neuss
T 02131 529 15982
info@st-augustinus-seniorenhilfe.de
st-augustinus-gruppe.de

Redaktionsleitung
Gloria Klümpel (V. i. S. d. P.)
Layout Mantelteil:
Medienproduktionsgruppe im
Quirinus Haus
Meertal 220, 41464 Neuss