

Information für Bewohnende, Angehörige
und Mitarbeitende des Clarenbachwerks Köln

CLARENBACH

Aktuell

42. Jahrgang, Juni 2022



2/22



Reisegruppe aus dem Frida Kahlo Haus auf Mallorca

Clarenbach Aktuell erscheint dreimonatig und wird kostenfrei in den Häusern verteilt

Neue Lebensräume öffnen

Die neue Geschäftsführerin
Ursula Meeth stellt sich vor

Förderkreis Clarenbachwerk

Mitglieder-Exkursionen

RUBRIKEN

Namen & Notizen,
Persönlich gefragt,
Gedächtnistraining,
Aus den Häusern

Inhalt

Editorial	3
Heinrich Püschel Haus feierlich eröffnet	4
Aus den Häusern	8
Schlagerparade im Paul Schneider Haus	8
Gartenarbeiten in der Tagespflege Heinrich Püschel	10
Feste und Feierlichkeiten in Braunsfeld	11
Irland meets Braunsfeld	16
Ukrainische Bewohnerinnen und Bewohner im Haus Stephanus/Paulus.	
Frida Kahlo Haus feiert mit beim Come-Together-Cup.	22
 Geschäftsführerin Ursula Meeth: Portrait und Interview	 25
 Titel: Frida Kahlo Haus-Reisegruppe war auf Mallorca	 30
Endlich wieder Reisen: Städte-Trip nach Hamburg	35
Persönlich gefragt: Claudia Decker	39
Förderkreis Clarenbachwerk e.V.: Mitglieder-Exkursionen	42
Demenz kompakt erklärt	46
Gedächtnistraining	53
Namen und Notizen	55

Impressum

**Herausgeber und Redaktionsanschrift: CBWK Clarenbachwerk Köln gGmbH,
Alter Militärring 94, 50933 Köln; Tel.: 0221/4985170; Fax: 0221/4985148**

Redaktion: M. Klein, U. Meeth, H.-P. Nebelin, I. Rasimus, K. Strimmer, Dr. G. Salzberger (v.i.S.d.P.)

Im Internet: www.clarenbachwerk.de

Druck: Comm Druckservice Jürgen Brandau, 50737 Köln

Auflage: 800 Exemplare

Die Fotos und Abbildungen stammen in der Reihenfolge der Veröffentlichung von: ein Passant in Palma ist für das Titelfoto verantwortlich, Dahmen, Stoye, Salzberger (6), Krebs (2), Lonquich (2), Kancauskaite (7), Klings (2), Krebs (2), Mielchen-Schäfer (2), Bues (2), Salzberger (2), Förderer (5), Rasimus (3), Brauer (13), privat (5), Klein, privat, Rasimus (3), Spekking, Salzberger (2), Kromath (3), Salzberger (3), unbekannt.

Clarenbach Aktuell erscheint alle drei Monate und wird in den Häusern des Clarenbachwerks verteilt. Beiträge von Bewohnenden und Mitarbeitenden der Alten- und Behinderteneinrichtungen sind willkommen und werden, soweit möglich, veröffentlicht. Die redaktionelle Bearbeitung von Einsendungen bleibt vorbehalten.

Liebe Leserinnen, liebe Leser,

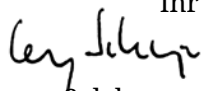
Nach wie vor sind viele von uns ratlos ob des russischen Angriffskriegs auf die Ukraine. Er erscheint wie die Wiederkehr eines Gespenstes aus einer vergangenen Zeit. Und in der Öffentlichkeit wird diskutiert, ob unter anderem Deutschland zu lange an der Illusion festgehalten hat, dass Handel zu einem Wandel in autoritären Staaten führt. Und ob wir dabei nicht auch übersehen wollten, dass die Jahrzehnte nach dem 2. Weltkrieg keineswegs friedlich waren, nicht mal in Europa. Schließlich gab es 1968 die blutigen Niederschlagungen des Prager Frühlings durch Truppen des Warschauer Pakts, in Budapest haben Moskaus Truppen 1956 einen Aufstand niedergeschlagen.

Auch mein uneingestandener Glaube an *unumkehrbare* Fortschritte zu einer friedlichen, chancengleichen, demokratischen Gesellschaft ist unhaltbar geworden. Mit dem Aufkommen der autoritären Rechten selbst in Großbritannien und den USA werden zunehmend Freiheits- und Menschenrechte geschliffen. Wer hät-

te sich vorstellen können, dass mühsam erkämpfte Frauenrechte in vielen Staaten wieder zur Disposition stehen? Wer hätte sich vorstellen können, dass Menschen in Demokratien freiwillig eine sexistische, rassistische und genau genommen sogar faschistische Person wie Trump, der innige Verbindungen zum Putinismus pflegt, wählen könnten? Genauso sprachlos macht mich, dass, wo die Rechten den Frauen den Krieg erklärt haben, die linke Identitätsbewegung dem *Wort* Frauen den Krieg erklärt hat. Wem sollen solche Sprachkämpfe eigentlich helfen?

Eigentlich hatte ich mir vorgenommen, die Politik zu meiden – auch das hat nicht geklappt. Dafür kann ich Ihnen versprechen, dass auf den folgenden Seiten das überwiegend erfreuliche Alltagsleben in den verschiedenen Häusern im Vordergrund steht und hoffentlich für etwas Ablenkung sorgen kann.



Ihr

 Georg Salzberger



Heinrich Püschel Haus neu eröffnet

Zwischen dem Foto vom Spatenstich und dem von der Schlüsselübergabe lagen drei anstrengende Jahre für die Bewohnerinnen, Bewohner und die Mitarbeitenden. Mit etwas Verspätung konnte die längst erfolgte Neueröffnung nun endlich gebührend gefeiert werden.

Auf über 10.000 qm und sechs Etagen bietet das Clarenbachwerk in dieser Einrichtung nun 142 Plätze in der stationären Pflege sowie 32 Tagespflege-Plätze. Die stellvertretende Bezirksbürgermeisterin Helga Blömer-Frerker, der Vorstand und der Geschäftsführer des Clarenbachwerks sowie der Generalunternehmer erinnerten daran, dass die Großbaustelle ein Kraftakt für Mitarbeitende, Bewohner und Angehörige war.

Gut zwei Jahre lang war das Heinrich Püschel Haus eine Baustelle. „Erstaunlicherweise lief aber alles problemlos“, so Geschäftsführer Hans-Peter Nebelin. „Obwohl das Haus im laufenden Betrieb vertikal unterteilt und in zwei Abschnitten umgebaut wurde, Bewohnerinnen und Bewohner zeitweilig umziehen mussten, lief aber alles problemlos ab und wurde pünktlich fertig.“

Nur für die Eröffnungsfeier machte Corona bislang einen Strich durch die Rechnung – das wurde nun nachgeholt: Einrichtungsleiterin Andrea Wehlert bekam symbolisch den „Schlüssel“ übergeben, sie und die Leiterin der Tagespflege im Heinrich Püschel Haus, Lyn Buchardt, freuten sich über die Würdigung für alle Beteiligten.



Jetzt freuen sich alle am Ergebnis: Ein neuer Anbau hält nun auf jedem Stockwerk einen großzügigen Tagesraum mit offener Wohnküche und großem Balkon/Terrasse bereit sowie ein „Wohnzimmer“ mit Sitzgelegenheiten, Flachbild-TV und Kamin. Die großzügigen Gemeinschaftsräume dienen Freizeitaktivitäten, Festlichkeiten und Ent-



Der Vorstandsvorsitzende des Clarenbachwerks und Pfarrer Ernst Fey sprach einen Segen zur Neueröffnung. Unten v.l.n.r. Geschäftsführer Hans-Peter Nebelin, die Leiterin der Tagespflege Lyn Bucharadt, die Einrichtungsleiterin Andrea Wehlert und Geschäftsführerin Ursula Meeth.

spannung. In der Wohnküche wird nicht nur gemeinsam gespeist, es finden auch Angebote wie Waffelbacken, Gedächtnistraining, Bingo oder Vorlesen statt.

Das Haus verfügt nun über 96 Einzelzimmer mit neuen, barrierefreien und geräumigen Pflegebädern und freiem WLAN. Zusätzlich gibt es 23 Doppelzimmer, die insbesondere demenziell veränderten Bewohnern Sicherheit bieten. Die Einrichtung ist in vier Wohnbereiche eingeteilt, auf denen sich Mitarbeitende aus Pflege, sozialer Betreuung, Betreuungsassistenz und Hauswirtschaft um die Bedürfnisse von jeweils 24 bis 48 Bewohnerinnen und Bewohnern kümmern. Das Angebot des neu eröffneten Hauses ergänzt ein hauseigener Friseursalon, die Gartenanlage mit Blumenbeeten, Sitzgruppen, Fitnessgeräten und Vogelvoliere bietet Abwechslung.

Im Gebäude des Heinrich Püschel Hauses wird nun auch eine neue Betreuungsform angeboten: Tagespflege entlastet Familien, die Angehörige zu Hause pflegen. Denn auch wenn pflegebedürftige Menschen in ihren Familien und noch zu Hause leben, brauchen beide Seiten oft Unterstützung. Sei es, weil die pflegenden Angehörigen berufstätig sind, noch für Kinder sorgen oder anderweitig zeitliche Entlastung benötigen. Dabei brauchen besonders Demenzerkrankte, die körperlich noch mobil sind, oft intensive



Betreuung. Die neue Betreuungsform ermöglicht daher noch mehr Familien, ihre Angehörigen wohnortnah bei sich zu haben. Das Clarenbachwerk bietet derzeit 32 Plätze in zwei Gruppen. Montags bis freitags von 8 bis 16 Uhr 30 übernehmen speziell ausgebildete Pflegekräfte die Pflege, Betreuung und Aktivierung der Tagesgäste. Das Angebot ist flexibel: Einzelne Tage können gebucht, Bring- und Abholzeiten abgestimmt werden. Auch ein Fahrdienst durch den Arbeiter-Samariter-Bund ist möglich.

„Wir wollen die Familien nach einer womöglich schwierigen Zeit entlasten“, erklärt Lyn Buchardt, Leiterin der Tagespflege im Heinrich Püschel Haus. „Den Angehörigen gibt es Sicherheit und Kraft im Alltag, wenn sie ihre Lieben in einer warmen, zugewandten Atmosphäre gut betreut wissen.“ Dafür werden täglich Aktivitäten angeboten wie Kochen und Backen, Singen, Spielerunden oder kunsttherapeutische Angebote. Auch Aufenthalte auf den Terrassen und kleine Spaziergänge sind möglich. „Wir wollen die Selbstständigkeit und Ressourcen unserer Gäste erhalten und fördern. Mit den einen kann man noch gärtnern oder kegeln, mit anderen über Politik reden. Damit unterstützen wir die häusliche Umgebung so lange wie möglich.“ Auch Menschen mit Demenz werden gezielt gefördert, etwa mit Gedächtnistraining. Hans-Peter Nebelin: „Wir

Bezirksbürgermeisterin Helga Blömer-Frerker war bei der Eröffnung zugegen und hielt eine kurze Ansprache. Sie darf wohl als der gute Geist gelten, weil sie alle Umbaumaßnahmen des Clarenbachwerks begleitet hat. Auf dem Foto unten Dr. Kracht vom Generalunternehmer Kamü, der zur Eröffnung Außenbänke schenkte.



freuen uns, noch Plätze für Tagesgäste anbieten zu können. Dabei erfüllen wir natürlich alle aktuellen Vorgaben und Hygienekonzepte.“

Irina Rasimus





AUS DEN HÄUSERN

Informatives und Unterhaltsames aus den Häusern

Unser aller Sozialleben hat unter Corona sehr, sehr gelitten. Umso glücklicher sind wir, endlich wieder halbwegs unbeschwert mit anderen Menschen zusammensein zu können. Beachten Sie auch unser Sommer- und Urlaubsspezial weiter hinten im Heft!

„Vom Rhein nach Mendocino“: Schlagerparade im Paul Schneider Haus

Das Schlagerduo „Schatzi & die Schlagerpiratin“ war am 6. April 2022 erstmals zu Gast im Paul Schneider Haus. Der gebürtige Engländer Ian Bishop, alias „Schatzi“, und die Berlinerin Marina Kirsten, alias „Die Schlagerpiratin“, stehen seit dem Jahr 2009 gemeinsam als Paar auf der Bühne. Mit einem pinkfarbenen Pailletten-Sakko und einem türkisblauen Glitzer-Blazer bekleidet startete das Duo optisch und gesanglich mit einem nicht minder bunten Med-

ley der deutschen Schlager aus den 50er, 60er, 70er und 80er Jahren aus ihrem großen Repertoire durch.

Die musikalische Reise begann mit dem bekannten Lied von René Carol, einem Schlager aus dem Jahre 1952, „Rote Rosen, rote Lippen, roter Wein und Italiens blaues Meer im Sonnenschein“. Danach ging es weiter mit „Ein Schiff wird kommen“ und „Du bist die Rose vom Wörthersee“. Später gingen die „Die Hände zum Himmel“, und auch bei unseren Bewohnern gingen





Ian Bishop und Marina Kirsten alias „Schatzi & die Schlagerprivatin“

„die Hände zum Himmel“ und spätestens beim Lied „Ein Prosit der Gemütlichkeit“ kam dann bei sämtlichen anwesenden Seniorinnen und Senioren Stimmung auf.

Bei den Schunkel- und Mitsingliedern „In München steht ein Hofbräuhaus“, „Einmal am Rhein“, „Wenn das Wasser vom Rhein goldener Wein wär“, „Gehen wir mal rüber zum Schmitz seiner Frau“, „Lustig ist das Zigeunerleben“ und „Jetzt trinken wir noch a Flascherl Wein“ sowie „Rut sin de Ruse“, um nur ein paar Lieder aus dem Programm der Schlagerparade zu nennen, wurden unsere Bewohner zum Mitklatschen, Mitsingen und Mit-

schunkeln animiert und es war für zwei Stunden gute Laune gesorgt.

Das Mitsingen unserer Seniorinnen und Senioren war natürlich auch bei Michael Holms Lied „Mendecino“ erlaubt. Und auch „Beim schönen Mädchen von Seite 1“ sowie „Marie, der letzte Tanz ist nur für dich“ gab es zahlreiche textsichere Sängerinnen und Sänger im Saal. Und nicht nur die „Kreuzberger Nächte sind lang“, die Braunsfelder Abende sind es auch. Beim gemeinsamen anschließenden Abendessen bei einem zweiten oder dritten Glas Kölsch oder dem einen oder anderen Gläschen Wein konnte der Abend in gemütlicher Atmosphäre ausklingen.

Das Clarenbachwerk verbindet bekanntermaßen „Alt und Jung“ und Musik als Medium schafft es immer wieder, von jetzt auf gleich eine Brücke zwischen den Generationen herzustellen. Die Schlagerparade war, wie wir finden, eine gelungene Abwechslung und die Bewohnerinnen und Bewohner waren sich schnell einig, wie gut es ihnen gefallen hat. Wie heißt es doch so schön? „Ein Bild sagt bekanntlich mehr als tausend Worte“, anbei ein paar Impressionen der musikalischen Reise „Vom Rhein nach Mendocino“.

Yvonne Krebs

Betreuungsassistentin aus dem Anne Frank Haus & Paul Schneider Haus

Wie von Zauberhand

Wer in den letzten Monaten öfter mal über das Gelände des Clarenbachwerks am alten Militärring gegangen ist, wird gesehen haben, dass die großen Baufahrzeuge Platz gemacht haben für die kleineren Fahrzeuge der Garten- und Landschaftsbauer. Die Umbau- und Sanierungsarbeiten an den Häusern sind abgeschlossen, stattdessen ist die Gestaltung unserer Grünflächen in vollem Gange und die Gärtnerinnen und Gärtner verwandeln das triste Grau und Braun unter anstrengender körperlicher Arbeit und der Liebe zum Detail in bunte Oasen.

Auch wir von der Tagespflege im Heinrich Püschel Haus dürfen uns auf



den Spaziergängen mit unseren Tagesgästen an der neuen Bepflanzung erfreuen. Aber nicht nur das Gelände wird bunter, auch unsere Terrasse bietet so manche Möglichkeit. So haben einige interessierte Tagesgäste selbst Hand angelegt, als es um die Bepflanzung der Blumenkästen und Hochbeete auf unserer Terrasse ging. Wie von Zauberhand entstanden schöne Kompositionen, denn in den helfenden Händen unserer Gäste steckt so mancherlei Erfahrung im Buddeln und Gestalten. Natürlich ergab es sich während der Arbeit auch, sich über die Tricks, das unterschiedliche Schönheitsempfinden oder die verschiedenen Philosophien der Gartengestaltung auszutauschen.

Schön ist unsere Terrasse jetzt schon. Aber auch spannend wird es nochmal werden, nämlich dann, wenn in ein paar Wochen die verschiedenen Kräuter in den Hochbeeten soweit herangewachsen sind, dass wir sie nach und nach ernten können. Ob wir wohl in der Lage sein werden, sie allein über unseren Geruchssinn zu bestimmen?

Wie auch immer, unser Dank gilt an dieser Stelle den tollen Garten- und Landschaftsbauern, den fleißigen Gärtnerinnen und Gärtnern für all ihre wunderbare Arbeit auf dem Gelände und nicht zuletzt unseren lieben Gästen in der Tagespflege, die geholfen haben, unsere Terrasse wieder so richtig schön zu machen.

Gabriel Lonquich,
Betreuungsassistent Tagespflege
Heinrich Püschel Haus

Feste, Feiern und Veranstaltungen im Paul Schneider und Anne Frank Haus

Im Anne Frank und Paul Schneider Haus (wie in allen anderen Clarenbachwerk Häusern) wird gerne gefeiert. Neben den traditionell üblichen Anlässen, von welchen beileibe keiner ausgelassen wird, finden natürlich auch zusätzliche Sonderveranstaltungen statt.

„Gönn’ Dir ’was Gutes, auch wenn Du in Not bist. Was nützt Dir das Leben, wenn Du erst tot bist!“ Unter diesem Motto standen sicherlich auch die vielfältigen Freizeit-Angebote von März bis Mai dieses Jahres, über die wir in einer kleinen Auswahl berichten möchten.



*Käthe Frieß
an ihrem 104.
Geburtstag*

Geburtstage

Am 17. März 2022 ist Käthe Frieß 104 Jahre geworden. Aufgrund von Corona-Infektionen im Haus wurde die Geburtstagsfeier verschoben und später mit Pauken und Trompeten nachgeholt. Frau Frieß war über die vielen Glückwünsche und über die Feier sichtlich gerührt und bedankte sich zur Überraschung bei allen Gästen mit einem Präsent.



Katharina Haase gratuliert Hildegard Bremer

Am 20.03.2022 wurde Frau Hildegard Bremer 90 Jahre jung. Das Jubiläum wurde erst mit ihrer Familie gefeiert, später wurden alle Bewohnerinnen und Bewohner im Speiseraum von Frau Bremer zu einem Sektempfang eingeladen.

Frühlingsfest

Zum Frühlingsfest am 23. März war der Speiseraum festlich mit bunten Tischdekorationen und Blumen geschmückt. Nach dem Winter sollte ein Hauch von Frühling die Gemüter mit einem festlichen Mittagsmenü mit Wein und Softgetränken erfreuen. Aus der Musik-Box erklangen alte Schlager wie „Wenn die kleinen Veilchen blühen“ oder „Wenn der weiße Flieder wieder blüht“. Da wurde die Stimmung sehr schnell vergnügt und die Bewohnerinnen sangen lebhaft die noch gut bekannten Lieder fröhlich mit.



Ostern im Paul Schneider Haus

Einige Tage vor Ostern wurde fleißig für die Osterfeiertage gebastelt, gebacken und Ostereier gefärbt. Ostersonntag fanden sich 53 Gäste im Speiseraum ein, um bei Kaffee und Kuchen einen gemütlichen Nachmittag mit Live-Musik zu erleben. Liebevoll dekorierte Tische mit dem vorher gebastelten Osterschmuck und stimmungsvolle Musik empfangen die Bewohner. Nach der Begrüßung erzählten Bewohner Geschichten über Ostern aus ihrer Kinder- und Jugendzeit und es wurden Osterbräuche aus aller Welt vorgetragen. Anbei einige Beispiele: in Irland findet noch heute das symbolische Heringsbegräbnis statt. Mit den Heringen wird auch die Fastenzeit zu Grabe getragen, die Zeit, in der der Hering früher als Hauptmahlzeit galt. Auch bei traditionellen Tanz-

wettbewerben auf den Straßen feiern die Iren, dass die Zeit des Verzichts mit den Ostertagen vorbei ist.

In Bulgarien werden die Ostereier nicht versteckt, sondern geworfen. Derjenige, dessen Ei bei der Ei-Schlacht nicht zerbricht, ist der Sieger und hat besonders viel Erfolg. Glück soll es zudem bringen, wenn die älteste Frau im Haus allen Kindern mit dem ersten rot gefärbten Ei über das Gesicht streicht. Dieser Brauch soll Gesundheit und Stärke bringen.

In Schweden werden die Wohnungen und Häuser für das Osterfest mit Birkenzweigen und bunten Federbüschen geschmückt. Am Gründonnerstag ziehen Kinder als Osterweiber verkleidet von einem Haus zum nächsten und hoffen auf jede Menge Geld oder Süßigkeiten. Ostereier werden in Schweden von Osterküken gebracht und die beliebteste Farbe für jede Art von Dekoration ist Gelb. Mit Feuerwerk, Böllern und einem Osterfeuer werden zum Frühlingsstart in Schweden die bösen Geister und Osterhexen verjagt.



In Polen und Ungarn müssen die Frauen am Ostermontag Handtücher bereitlegen, denn es wird nass. Der „nasse Montag“ geht auf die mittelalterliche Tradition zurück, bei der Männer in die Häuser der schönsten Frauen am frühen Morgen des Ostermontags eindringen und ihre Herzensdame mit Wasser übergossen. Heute sind es Wasserpistolen, Wasserbomben und Eimer Wasser, die zum Einsatz kommen, aber zum Glück auf



der Straße und nicht mehr im Haus.

Der Schokoladenhase vom Haus wurde dieses Jahr nicht vom Osterhasen, sondern von einer Osterhäsin an alle Bewohner überreicht, worüber sich alle sehr freuten.

1. Mai

Der Mai wurde traditionell vor dem Paul Schneider Haus mit dem Aufstellen des Maibaums begrüßt. Bei herrlichem Maiwetter gingen wir ans Werk. Flotte Musik animierte zum Mitsingen und Schunkeln, ein lecker Likörchen und Softgetränke, sowie Anekdoten aus dem Erfahrungsschatz machten Laune und stimmten die Akteure auf ihr Vorhaben ein. Mailieder und Gedichte waren Balsam für die Seele. Wie immer war die Stimmung auch diesmal fröhlich, laut und feucht. Unter Gelächter und mit gutgemeinten Ratschlägen wurde die junge Birke, die nicht aus dem Stadtwald in einer Nacht- und Nebelaktion herbeigeschafft (wie früher üblich), sondern ganz legal käuflich erworben worden war, vor dem Paul Schneider Haus auf einen Tisch gelegt. Einige Bewohner machten sich sofort an die Arbeit und knüpften bunte Bänder an die Äste. Die anderen Bewohner assistierten, indem sie den Schmückerinnen zuriefen, wo noch welche Farbe von Bändern angebracht werden müsste, um ein harmonisches Farbbild zu bekommen.



Als die Arbeit vollbracht war, wurde das geschmückte Birkenbäumchen am Laternenmast vor dem Paul Schneider Haus aufgestellt und mit einer Kette gesichert. „Schön!“, das war die einhellige Meinung von Bewohnern, Angehörigen und Anwohnern, als die bunten Bänder im Wind flatterten.

Mit dem Multivisions-Vortrag „Abenteuer Weltreise per Rad“ kam bei den Bewohnern Fernwehstimmung auf. Carsten Grüttner berichtet sehr anschaulich über seine 18.000 km lange Tour unter anderem durch Alaska, Bolivien, Australien, Neuseeland und Tibet. Wie fühlt es sich an, allein mit dem Rad durch Alaska zu fahren und dort Bären hautnah zu begegnen? Wie lässt sich die Einsamkeit überwinden, so dass man Alleinsein sogar genießen kann? Fragen wie diese wurden von Carsten Grüttner in seinem Vortrag aufgegriffen

und auf unterhaltsame Weise beantwortet. Er erzählte so anschaulich, so dass einige von uns glaubten, bei seiner Tour dabei gewesen zu sein – bis wir jäh aus unseren Träumen gerissen wurden, weil das Licht wieder anging und wir uns in Köln wiederfanden ...

Jeden Sonntag wird zu Café mit Live-Musik eingeladen. Zahlreiche Bewohnerinnen und Bewohner sitzen fröhlich plaudernd bei Kaffee und Kuchen zusammen. Bekannte Melodien werden von Adriana, einer Pianistin aus Argentinien vorgetragen. Es wird geschunkelt, mitgesungen und zuweilen auch getanzt.

Mit großer Vorfreude erwarteten die Bewohner das alljährliche Spargelessen, welches in den Clarenbachhäusern zum Frühling gehört wie der „Dom zu Köln“. Muss man wirklich betonen, dass es auch dieses Mal allen wieder sehr gut gemundet hat?

Der letzte Mittwoch im Monat wird von viele BewohnerInnen auch der „Waffel-Mittwoch“ genannt. Der verführerische Duft frisch gebackener, knuspriger Waffeln führt Bewohnerinnen und Bewohner schnell auf die richtige Fährte in den Speiseraum. Und einmal ganz ehrlich: Wer kann (oder will) schon ernsthaft Waffeln mit heißen Kirschen und Sahne widerstehen?

**Edita Kancauskaite, Vian Dizayee,
Soziale Betreuung Braunsfeld**



Ausflug in den Aquazoo Düsseldorf

Einem rundum schönen Tag im Aquazoo Düsseldorf mit wunderbaren Einblicken in die geheimnisvolle Unterwasserwelt erlebte die Ausflugsgruppe aus dem Frida Kahlo Haus. Im Anschluss an den sehr interessanten Rundgang durch den Zoo genossen wir noch einen Spaziergang am Hafen. Herr Wilcke als gebürtiger und „bekenrender“ Düsseldorfer wusste natürlich, wo es die beste Currywurst der Stadt gab, die wir uns vor der Rückfahrt noch gönnten.

**Melanie Klings und Andreas Feser,
Frida Kahlo Haus**



Ein Stückchen Irland zu Gast in Braunsfeld

Am 18. Mai war der Wetter-Gott wieder eindeutig Kölner, um nicht zu sagen sogar ein „Braunsfelder Jung“. Bei strahlendem Sonnenschein und sehr sommerlichen 29 Grad hatten wir unser jährliches Grillfest auf der Terrasse vor dem Paul Schneider und Anne Frank Haus in Braunsfeld, dieses Mal mit besonderer musikalischer Unterstützung der bekannten Irish Folk Band „Fragile Matt“.

Unsere Seniorinnen und Senioren wurden von uns bei den sehr warmen Temperaturen fürsorglich im Schatten unter den Sonnenschirmen auf der Terrasse mit ihren Rollatoren und Rollstühlen platziert. Auch in das Foyer des Paul Schneider Hauses hatten wir Tische und Stühle gestellt, damit auch

dort unsere Bewohner und Bewohnerinnen sitzen konnten, denen es „draußen zu warm war“. Als die ersten Getränke wie Wasser, Fanta, Cola und Kölsch vom Team der sozialen Betreuung gezapft und an unsere Bewohner verteilt waren, konnte nach einer kurzen und knackigen Begrüßung durch die soziale Betreuung der musikalische und der kulinarische Teil des Abends beginnen.

Und so kamen plötzlich irische Klänge nach Braunsfeld, das war wohl eine Premiere im Viertel! Auch Radfahrer und Fußgänger blieben stehen und lauschten spontan der Musik. Die fröhlichen und lebendigen Melodien wurden umrahmt von witzigen Geschichten aus dem irischen und deutschen Alltag. „Mein erstes Instrument habe ich von meiner Oma gekriegt“, erzählte der Ire David Hutchinson, „ich war



Fragile Matt traten zwischen dem Paul Schneider und dem Anne Frank Haus auf.

gerne bei ihr.“ Die Band „Fragile Matt“ wurde 2008 in Doolin in Irland von David Hutchinson gegründet. Sie ist mit ihrer Musik in Deutschland, Holland und Irland unterwegs, auch auf bekannten Irish Folk Festivals und wie bei uns auf privaten Feiern. Die drei Bandmitglieder David, Andrea und Katja erfreuten unsere Bewohner mit einer bunten Mischung von deutschen und irischen Liedern, die mit eingängigen Melodien vor dem Anne Frank Haus das ganze Viertel musikalisch unterhielten. David lieferte den Gesang und spielte die Instrumente Bouzouki und Banjo. Mit ihrer wunderbaren Stimme sang dazu Andrea, und sie moderierte zwischen den Liedern deutsche und irische Anekdoten aus dem Alltag der Künstler. Katja spielte zur Freude aller das Instrument Bodhrán, sie trommelte den typischen Rhythmus dazu.

Nach den schönen Liedern und Melodien gab es immer wieder Applaus! Für gute Stimmung war gesorgt. An dieser Stelle gilt es noch einen besonderen Dank auszurichten, nicht nur an die tollen Künstler, die das eine oder andere Lächeln in die Gesichter unserer Senioren und Seniorinnen zauberten, sondern auch an unseren ehrenamtlichen „Grillmeister“. Wir freuten uns sehr darüber, dass wir den neuen Ehrenamtler begrüßen durften, der den verantwortungsvollen Posten des „Grillmeisters“ übernommen hatte.

Somit waren die bestellten Lammkoteletts, die vielen Würstchen, das Hühnerfleisch und der Grillkäse in den besten Händen und wurden „auf den Punkt“ für unsere Bewohner gegrillt. So kamen nach und nach, wie es die Logistik zuließ, diese Leckereien nebst frischen Pommes und Salaten zu unseren Bewohnern, die zahlreich draußen saßen, und natürlich auch zu allen Bewohnern, die aus gesundheitlichen Gründen das Bett hüten mussten bzw. auf ihren Zimmern waren. Bei dem ein oder anderen Kölsch konnte der gemütliche Grillabend mit irischen Klängen bei sommerlichen Temperaturen dann gegen 20 Uhr 30 so langsam ausklingen.

Yvonne Krebs, Betreuungssassistentin im Anne Frank Haus & Paul Schneider Haus



Die wilde Hilde von Haus Deckstein

Ich frage euch, wer kann das denn sein?

Sie ist nicht groß, sondern sehr klein,
Die kölsche Mundart spricht sie sehr rein,
Doch manche Worte sind nicht sehr fein,
Sie lebt ja mitten unter uns, das ist doch klar.

Mit sieben Schlaganfällen - fürwahr,
Doch einmal kam sie auch zu Fall,
Mit blauen Flecken überall
Mit fünf Fuß Größe ist Sie zwar klein,
Doch sehr beliebt ganz allgemein.
Im Karneval kam Sie als Carmen
Wir riefen laut „Herr hab Erbarmen“

Echt kölsch Mädchen ist sie gewiss,
Hat Haare auf den Zähnen, wie ihr wisst.

Fünf Gläser Wein trank Sie allein,
Und fand den Weg trotzdem noch heim
Am Stammtisch in der Runde dort,
Führt Sie allein das große Wort.
Nach all dem ist Sie auch noch nett,
Pflegt Blumen auf dem Fensterbrett.
Auch sieht sie jeden Fleck,
Und macht ihn auch bei anderen weg.
Beim Bingo ist Sie aufmerksam und helle,
Und erhielt darauf die Assistentenstelle.

Im Service ist die Kleine groß,
Betreut nur EINE Dame bloß.
Auch liebt Sie Opern von Guiseppe Verdi
Am liebsten aber Ihren Sohn, den Ferdi.

Wisst ihr es jetzt genauer?

Na klar, es ist HILDE STROHAUER
Der Jubilarin zum Geburtstag am
5.5.2022 gewidmet von Manfred
Karlé



Mit dabei, bei der Singerei, im wunderschönen Mai

Vor zwei Jahren war es noch undenkbar: Ein großes Maifest mit zahlreichen Besuchern und Live-Musik im Speisesaal eines Seniorenheimes. Die Pandemie machte dies unmöglich. Jetzt kommt jedoch die Normalität immer mehr zurück und ein solches Fest fand erfolgreich am 11. Mai im Paul Schneider Haus statt.

Viele begeisterte Bewohner nahmen daran teil und die Stimmung war überragend. Ein ungarisches musikalisches Duo bot mit Klavier und Gesang eine tolle Show. Die Musiker begeisterten mit Hits aus den 50er und 60er Jahren und Wiener

Kaffeehausmusik die aufmerksamen Zuhörer. Die vom Haus selbstgemachten Törtchen mit einer guten Tasse Kaffee und ein wunderschön gestalteter Raum versüßten zusätzlich den Bewohnern ihren Aufenthalt.

Auch an jedem Sonntag findet in dem Speisesaal der „Kaffee mit Live-Musik“ statt, wo regelmäßig eine Pianistin für die Bewohner spielt. Dass bei dem Maifest zu den Klavier- und Akkordeon-Klängen noch Gesang ertönte, war eine Ergänzung und eine Abwechslung, jedenfalls sehr erheiternd. Frau L., die erst seit kurzem in das Paul Schneider Haus gezogen ist, empfand die Veranstaltung als äußerst gelungen. Sie sang und klatschte unter den An-





wesenden besonders viel mit und es ist schön, dass man ihr solch ein schönes „Willkommensgeschenk“ ermöglichen konnte.

Herausgestochen haben auch die verschiedenen Lieder, da die meisten davon von den Gästen wiedererkannt wurden. Dadurch war es ein konstantes Mitsingen und Schunkeln. Jeder Bewohner, der anfangs vielleicht noch etwas müde war, wurde durch die antreibenden Melodien positiv erheitert und motiviert. Die Veranstaltung war von mehr als zwei Stunden gefüllt mit Lebendigkeit, Freude, Appetit und Nostalgie. Dieses Maifest ist nur ein kleines Beispiel dafür, was man zurzeit alles wieder im Clarenbachwerk ermöglichen kann: Geburtstage, Männer-

gruppe, Gottesdienste, Gymnastik, Bastelgruppe und viele andere Möglichkeiten werden wieder angeboten.

Besonders für die nächsten Sommermonate sind noch weitere Sonderveranstaltungen geplant und es sind bereits viele Interessenten dafür „in den Startlöchern“. Da wir bereits sommerliche Temperaturen haben und es gerade mal Mai ist, kann damit schon begonnen werden. Wenn uns „Corona“ nicht wieder einschränken sollte, erwarten wir eine tolle, gemeinsame Zeit, die hoffentlich noch lange anhalten wird.

Ben Bues, Betreuungsassistent im Anne Frank und Paul Schneider Haus

Weltfrauentag am 8. März, auch im Frida Kahlo Haus!

Zu Beginn des Jahres wurde an die Mitarbeitenden der Sozialen Betreuung die Bitte einiger Bewohnerinnen herangetragen, auch den Weltfrauentag einmal in unserem Hause zu gestalten.

Gerne haben wir diese Anregung aufgenommen und überlegt, wie wir die Frauen in unserem Haus in solch einen Tag einbinden können. Im Gegensatz zu unseren Altenheimen sind die Frauen im Frida Kahlo Haus eine Minderheit von ca. einem Drittel der Bewohnerschaft. Seit zwei Jahren wird im Sommer eine *Ladies Night* durchgeführt, da Frauen auch gerne mal beim Singen und Tanzen unter sich sind.

Weltweit gibt es immer noch erhebliche Benachteiligung von Frauen, sei es bei Aufstiegschancen, Selbstbestimmung oder gerechter

Bezahlung. In der Betreuung in unserem Haus glauben wir, auch die Bedürfnisse der hier lebenden Frauen angemessen zu berücksichtigen.

Und so nutzen wir den Weltfrauentag, um jeder Frau im Haus ein kleines Zeichen der Wertschätzung zu überreichen. Dafür hatte Frau Lehnen wunderschöne, kleine Blumensträußchen arrangiert und alle Damen im Haus wurden mit einem persönlichen Satz über ihre Stärken und Besonderheiten überrascht. Diese kleine Geste kam bei allen sehr gut an.

Am Nachmittag wurde durch den Hausbeirat noch ein Film zum Weltfrauentag gezeigt: eine Dokumentation aus der Bonner Republik. Hier waren auch alle interessierten Männer herzlich willkommen und nutzten das Angebot gerne.

Iris Heinisch, Soziale Betreuung

Ukrainische BewohnerInnen im Haus Stephanus und Paulus

Kurz berichten möchten wir noch, dass in 15 Apartments im Haus Stephanus und Paulus ukrainische Flüchtlinge eingezogen sind. Die Stadt Köln hat die möblierten Apartments angemietet und da diese unisono barrierefrei sind, sind vor allem Menschen mit Handicap dort untergekommen,



also beispielsweise Menschen, die auf einen Rollstuhl angewiesen sind oder dialysepflichtig sind. Viele der neuen ukrainischen Bewohnerinnen und Bewohner versorgen sich selbst, einige werden durch das Clarenbachwerk unterstützt. Natürlich gibt es noch viele Probleme, die zu bewältigen sind. Hilfreich sind vor allem die zweimal pro Woche stattfindenden Beratungen durch die Caritas. Die beiden Damen berichten, wie viele ungeklärte Dinge zu bedenken und bearbeiten sind, angefangen von Aufenthaltsgenehmigungen und vielen anderen Behördenangelegenheiten, der medizinischen Versorgung, über das Einrichten und sich im Alltag zurechtfinden bis hin zur Kontaktpflege. Viele Dinge im Alltag funktionieren noch mehr schlecht als recht und so gibt es für Silvia Sand-

*Silvia Sandbrink
und Katharina
Merkowski*



brink und Katharina Merkowski mehr als genug zu tun. Sie beschreiben, dass die Beschäftigung mit vielen Alltagsorgen im Moment ganz im Vordergrund steht und manchmal sogar eine Ablenkung der ukrainischen Bewohner von den Gedanken an die Verwandten und Sorgen um ihre Heimat Ukraine bedeutet.

Erfreulicherweise sind die ukrainischen Bürgerinnen und Bürger untereinander gut vernetzt, sodass sie viele Kontakte haben. Auch eine Reihe von Clarenbachern hilft tatkräftig mit, so zum Beispiel hat Frau Klimmecki, Mitarbeiterin in der Küche im Haus Andreas, gerade Marmelade eingekocht und verteilt.

Frida Kahlo Haus feiert mit beim Come-Together-Cup

An Christi Himmelfahrt machten sich die Bewohner*innen des Frida Kahlo Hauses und ihre Begleiter*innen auf den Weg zu den Vorwiesen vor dem Rhein-Energie-Stadion, um, wie im Vorjahr auch, wieder am Come-Together-Cup teilzunehmen. Der Come-Together-Cup (kurz: CTC) ist eine jährlich stattfindende Benefiz-Veranstaltung, die mit einem vielfältigen Veranstaltungsprogramm ein Zeichen für Vielfalt, Toleranz und gegen jede Art von Diskriminierung setzen möchte. Im Mittelpunkt der Ver-

anstellung steht das weltoffene Fußballfest, mit einem Freizeit-Fußballturnier auf 14 Kleinspielfeldern. In diesem Jahr gingen insgesamt 78 Teams, parallel in einem Frauen- und in einem Männer-, in Mixed- und in Inklusions-Turnier an den Start. Neben dem Fußball erwartete die Besucher*innen des CTC auch wieder ein buntes Rahmenprogramm mit Promi-Spaßkick, Bühnenprogramm und einem Boulevard der Vielfalt, auf dem Stände unterschiedlicher Institutionen und Organisationen besucht werden konnten. Beim mittlerweile 28. Come-Together-Cup in Köln begegneten sich auf den Stadionvorwiesen wieder ca. 10.000 Menschen (vor der

Corona-Pandemie waren es ca. 25.000 Menschen), mit unterschiedlichster Herkunft, sexueller Orientierung, Glaubensrichtung und körperlicher Beeinträchtigung, um durch Sport und ein gemeinsames Miteinander Diskriminierung und vermeintliche oder auch tatsächliche Gegensätzlichkeiten von Gesellschaftsgruppen zu überwinden. „Dafür wollen wir mit unserem Kommen ein Zeichen setzen!“, sagten die Bewohner*innen des Frida Kahlo Hauses. Obwohl das Gelände durch die vielen Besucher*innen zeitweise etwas unübersichtlich war, fand unsere Kleingruppe doch noch einen Platz am Rand der Spielfelder, sodass die Bewohner*innen mit Freude den aus-





gelassenen Fußballspielen zugucken und mitfiebern konnten. Während die Spiele in die Endrunde gingen, machten wir uns auf in Richtung der großen Bühne, um dem vielfältigen Bühnenprogramm mit Live-Musik und anschließender Preisverleihung zuzuschauen. Mit guter Sicht auf die Bühne und versorgt mit reichlich Verpflegung von den Foodtrucks auf dem Gelände, konnten die Bewohner*innen und ihre Begleiter*innen das abendliche Showprogramm genießen.

Lisa Förderer



Das Orgateam, die Sponsoren, die lokalen Veranstalter und Dienstleister wie auch die beteiligten Helfer*innen nehmen den Grundgedanken des Come-Together-Cups zum Anlass, jährlich gemeinnützige, soziale Einrichtungen und Initiativen in Köln mit finanziellen Zuwendungen zu unterstützen. So wurden im diesem Jahr insbesondere der anyway e.V. (ein in Köln ansässiges Jugendzentrum, das LGBTIQ-Personen einen Raum zum Austausch bietet) und die Aidshilfe Köln e.V. mit großzügigen Spenden bedacht. Besondere Solidarität fand in diesem Jahr aber auch die mit dem Come-Together-Herz ausgezeichnete gemeinnützige Organisation des Blau-Gelben Kreuz e.V. Köln, die sich für humanitäre Hilfe der Ukraine einsetzt.



URSULA MEETH

Neue Lebensräume öffnen

Seit April ist die neue Geschäftsführerin im Amt – Zeit, sie und ihre Ideen näher kennenzulernen!

Seit 2015 hat das Clarenbachwerk unter der Leitung von Geschäftsführer Hans-Peter Nebelin die Einrichtungen umgebaut, saniert und modernisiert. In diesem Sommer werden alle Bauarbeiten abgeschlossen sein (mehr dazu in der nächsten Ausgabe). Die Freude an den neuen ansprechenden Räumen ist groß – baulich ist das Clarenbachwerk damit für die Zukunft gut aufgestellt. Nun sollen die Einrichtungen – auch nach den coronabedingten Einschränkungen – neu mit Leben gefüllt werden. Dazu passt, dass für die neue zweite Geschäftsführerin Ursula Meeth (seit April im Amt), „Räume“ ebenfalls eine zentrale Rolle spielen – auch im übertragenen Sinn.

Wer die Ideen verstehen will, die Ursula Meeth an ihre neue Wirkungsstätte Clarenbachwerk mitbringt, muss wohl ihre letzte Station kennen – „Raum“ ist dabei ein Schlüsselwort. Am Anfang stand sehr viel davon: ein altes Klostergebäude mit 11.000 qm Fläche, das die *Gesellschaft der Franziskanerinnen*

zu Olpe geerbt hatte. Raum, den Ursula Meeth als Leiterin der Altenhilfe in Bornheim und Bonn mit ihren Mitarbeitenden gestalten durfte.

Ein Lebensort im Klostergarten

„Wir haben zunächst geschaut: Was braucht es in der Region?“ erzählt sie. Ein Kindergarten wurde benötigt, vom Träger gab es Zuspruch, „und so waren die Kinder die ersten, die im Kloster eingezogen sind.“ Da zur GFO auch eine große Kinder- und Jugendhilfe gehört, wurden 2015 unbegleitete, minderjährige Geflüchtete aufgenommen. Ein Mutter-Kind-Haus folgte.

Für die Altenhilfe wurden ein Seniorenzentrum und Betreutes Wohnen angesiedelt sowie eine WG für Ältere. „Wir haben ein Präsenzsystem für bedarfsgerechte Begleitung etabliert, auch für Menschen mit Demenz oder schwerster Pflegebedürftigkeit.“ Vor Ort entstanden Begegnungsstätten, wie ein Café, ein Atelier und ein Beratungsbüro. Für einen ambulanten Pflegedienst wurde auch die Nachbarschaft einbezogen. „Mir war wichtig: Egal, wo die Leute leben, es gibt im-

„Eine Kultur zu schaffen für die Frage: ‚Wo können wir hinhören, was braucht wer?‘ – das ist so wichtig.

mer ein Netzwerk.“ Kurz vor ihrem Weggang im März 2022 eröffnete noch eine Tagespflege. Im Dorf wurde auf diese Weise ein Lebensort geschaffen, in dem die Versorgung ineinander greift und Menschen in unterschiedlichsten Formen zusammenleben, begleitet oder betreut werden.

Eine Kultur des Hinhörens

Bei all dem ist Ursula Meeth der systemische Ansatz auf Augenhöhe wichtig, das Hinhören: „Im Seniorenzentrum haben wir regelmäßig Bewohner-Angehörigen-Gespräche angesetzt. So hatten die Anliegen ein Zuhause.“ Austausch half auch in der Pandemie, wo Angehörige zeitweise ausgeschlossen waren. „Ich habe mich gefragt: Was kann hier Ohnmacht vermeiden?“ erzählt sie. „Das war Wissen

Nach dem Abitur absolvierte **Ursula Meeth** eine Ausbildung zur examinierten Krankenschwester, arbeitete in der ambulanten Pflege und in Pflegegemeinschaften und studierte Sozialpädagogik an der FH Köln. Sie leitete verschiedene Pflegeeinrichtungen, zuletzt war sie für die Gesellschaft der Franziskanerinnen zu Olpe (GFO) als Leiterin der Altenhilfe in Bonn und Bornheim tätig. Ursula Meeth ist seit 29 Jahren verheiratet, hat zwei erwachsene Söhne und lebt in Brühl.

und die Möglichkeit, Anteil zu nehmen. Also haben wir jeden Tag eine Mail mit Informationen geschrieben, den ‚Gruß aus dem Klostersgarten‘. Eine Kultur zu schaffen für die Frage ‚Wo hören wir hin, was braucht wer?‘, ist so wichtig.“

Die Arbeit lieferte schließlich handfeste Ergebnisse: „Wir waren wirtschaft-

lich gut aufgestellt, mussten keine Mitarbeitenden suchen.“ Am Ende ihrer Zeit in Bornheim stand die Feststellung: Jetzt ist es rund, alles greift ineinander. Und die Überlegung: Es muss möglich sein, diese Ideen weiterzutragen – ob im Dorf oder in einem Kölner Großstadtveedel.

Neue Lebensräume im Clarenbachwerk

In diesem Sinne will Ursula Meeth ihre Erfahrungen nun im Clarenbachwerk einbringen: „Dass ich die Aufgabe der Geschäftsführung hier übernehmen darf, empfinde ich als großes Geschenk. Denn das Clarenbachwerk ist ein starkes Unternehmen mit vielen sehr guten Ausrichtungen und sehr offenen Kolleginnen und Kollegen. Vieles ist hier schon verwirklicht, und in vielen Ansätzen war und ist das Clarenbachwerk seiner Zeit voraus.“ Nach der Bauphase und umso mehr nach Corona soll sich das Clarenbachwerk wieder mehr öffnen: vor Ort, aber auch ins Quartier hinein. „Unsere Bewohnerinnen und Bewohner sollen wieder spüren: Es gibt hier ein Angebot von Aktivitäten und Menschen, und ich bin ein Teil davon.“

Denn wer in eine Pflegeeinrichtung zöge, habe oft das Gefühl: ‚Jetzt wird es eng, es geht nichts mehr, es ist die letzte Station‘, erzählt Ursula Meeth, und erklärt ihre Haltung dazu: „Ich bin ja im christlichen Glauben sozialisiert.

Einen Ausschnitt aus dem Buch der Psalmen empfinde ich als Verheißung und Auftrag: ‚Ich setze Deine Füße auf weiten Raum.‘ Es beschreibt das, was ich mir für die Menschen im Clarenbachwerk wünsche: Es soll sich ein weiter Raum für alle auftun. Der kann für den Einzelnen unterschiedlich aussehen: Er kann Orientierung, Schutz und Sicherheit bieten, oder Möglichkeiten der Entfaltung und Entwicklung.“ Anschaulich erklärt sie das anhand von Hobermans Sphären-Modellen (s. Foto).



Ob Schutzraum oder Freiraum – die Weite, in der Menschen Räume erleben und ausloten können oder wollen, ist ganz unterschiedlich. Das zeigt Ursula Meeth mit diesen Modellen.

Lebenslange Entwicklung:

„Wir alle träumen nach vorne“

Daneben bezieht sich Ursula Meeth auf die *Entwicklungspsychologie nach Erickson*, der die Identitätsentwicklung über den gesamten Lebenslauf hinweg beschreibt: „Das Alter ist die Phase der Integration. Die Aufgabe ist, einen durchgängigen Lebensfaden zu spinnen und das Gefühl zu bekommen: So wie es ist, ist es schlüssig. Dazu gehört auch Versöhnung.“

Gleichzeitig sei das Alter nicht nur rückwärts gewandt: „Menschen hören nicht auf nach vorne zu träumen – und diese Fülle braucht Ausdruck.“ Neue Träume könnten geweckt werden. „Alte Menschen werden vielleicht nicht mehr Fallschirmspringen, aber sie können sich immer wieder selbst überraschen: ‚Das geht ja noch!‘“

Deshalb möchte Ursula Meeth den Bewohnerinnen und Bewohnern

Ängste nehmen und ihnen helfen, Barrieren zu überwinden. Auf diese Weise sei eine Entwicklung bis zum Lebensende möglich. „Wir alle ‚verarbeiten nach hinten‘ und ‚träumen nach vorne‘ – und dazwischen ist das ganz normale Leben!“

Dies gelte auch für die Mitarbeitenden: „Jeder darf und soll sich entwickeln können und handlungsmächtig sein. Ein hierarchisches Durchregieren entspricht nicht der Zeit. Ebenso ein ‚versäultes‘ Arbeiten – Pflege, soziale Betreuung, Hauswirtschaft – alles sollte ineinandergreifen.“

Entwicklung im Clarenbachwerk

Ein weiteres Ziel der Geschäftsführung ist, die Schwerpunkte der einzelnen Einrichtungen wieder zu schärfen und weiterzuentwickeln. So sollen zunächst

”Menschen hören nicht auf, nach vorne zu träumen – und diese Fülle braucht Ausdruck.

im Heinrich Püschel Haus „Türen aufgestoßen“ werden: Die Einrichtung, die als eine der ersten in Köln einen Demenzschwerpunkt hatte, soll wieder zum „Demenzhaus“ werden. Ab Januar sollen die sechs Wohnbereiche durch einen Präsenzdienst aus allen Professionen abgebildet werden. Denn: „Menschen mit Demenz können nicht warten – für sie zählt das Hier und Jetzt“, so Ursula Meeth.

Wertschätzende Kommunikation über Lebensthemen

Dabei spielen Ansätze der Validation eine Rolle und eine Haltung, die sich an den Ressourcen der Menschen mit Demenz orientiert, ohne die Krankheitsprozesse zu verleugnen. Zentral sind dabei Anerkennung und Respekt gegenüber der Individualität und der Würde des Einzelnen. Eine wertschätzende Kommunikation über die Lebensthemen und positive emotionale Momente tragen dazu bei, Vertrauen zu schaffen und die Beziehungen zwischen Menschen mit Demenz, den Pflegenden und dem sozialen Umfeld zu verbessern – und damit die Lebensqualität. Auch das Haus Deckstein möchte auf einem Wohnbereich die Demenzbetreuung intensivieren.

Im Haus Andreas wird die kultursensible Pflege, die dort bereits unter dem früheren iranischen Einrichtungsleiter Mohammed Pourmizaie konzipiert und gelebt wurde, gemein-

sam mit den Mitarbeitenden, den Bewohnerinnen und Bewohnern weiterentwickelt. Ein Wunsch wäre neben dem muslimischen Gebetsraum auch ein überkonfessioneller ‚Raum der Stille‘, für Ruhe, Begegnung und ‚Seel-Sorge‘ im Clarenbachwerk.

Die Häuser Stephanus und Paulus wiederum sind mit der Pflegeschule und dem Service-Wohnen ein echter Begegnungspunkt – Bewohnerinnen, Bewohner und Mitarbeitende wünschen sich dort zum Beispiel eine Kneipe, etwa zum gemeinsamen „FC schauen“. Das Frida Kahlo-Haus wird einige Doppelzimmer in Einzelzimmer umwandeln und das wertvolle Angebot der „jungen Pflege“ in gewohnt hoher Qualität weiter stärken.

Das Paul-Schneider-Haus liegt mitten im Quartier. Netzwerkarbeit, aber auch die Überlegung, die Gehörlosenpflege wieder zu intensivieren, stehen dort im Mittelpunkt. Die beiden Tagespflege-Einrichtungen in Deckstein und Müngersdorf werden einen generationsübergreifenden Ansatz verfolgen. Anderes wird sich vielleicht noch entwickeln, so spielt die Palliativpflege für alle Häuser eine große Rolle.

„All das soll im Clarenbachwerk gemeinsam entwickelt werden und weiter stärken: den Selbstwert und die Kompetenz der Mitarbeitenden, das Vertrauen der Angehörigen und die Nachfrage von außen: ‚Da will ich hin!‘“, wünscht sich Ursula Meeth.



Frau Meeth, was gefällt Ihnen am Clarenbachwerk?

Die Schwerpunkte und die vielfältigen Möglichkeiten in einem Unternehmen, das Akzente in der Pflege und Begleitung setzen kann. Besonders schön finde ich, dass das Clarenbachwerk auch eine Pflegeschule hat!

Was ist Ihnen für Bewohnerinnen und Bewohner wichtig?

Ich finde es wichtig, dass die Menschen das Clarenbachwerk als einen Lebensort begreifen, an dem sie bis zum Lebensende Erfüllung und Geborgenheit erfahren können. Dass ihnen auf Augenhöhe begegnet wird und Selbstbestimmung möglich ist.

Und für die Angehörigen?

Angehörige sehe ich als Teil der Hausgemeinschaft. Sie sind wichtigster Bezugspunkt! Ich wünsche mir eine intensive und offene Kommunikation mit ihnen – und zwar strukturiert, nicht erst anlassbezogen.

Und für die Mitarbeitenden?

Für die Kolleginnen und Kollegen wünsche ich mir, dass sie ihren Arbeitsplatz als einen weiten Raum erleben und einen Handlungsspielraum vorfinden, der ihrer Professionalität und Einsatzfreude gerecht wird – und den sie auch nutzen! Ich möchte, dass alle Mitarbeitenden die Möglichkeit haben, ihre Arbeit

zu reflektieren und über ihre Fachlichkeit ins Gespräch kommen, auch Fortbildungen von Kollegen für Kollegen stattfinden.

Was sind Ihre Visionen für Ihre Arbeit im Clarenbachwerk?

Ich will mit meiner Arbeit dazu beitragen, dass durch unsere Angebote Orte entstehen, die Lebensfreude ausstrahlen, das Mögliche im Blick haben – und da, wo es nötig ist, auch Grenzen überschreiten. Bewohnerorientierte Konzepte dürfen ihrer Zeit voraus sein und können dann durch ihre Wirkung überzeugen und „prüfsicher“ werden, z. B. bei der unkonventionellen Begleitung von Menschen mit Demenz.

Wie sehen Sie die Zukunft der Pflege im Clarenbachwerk?

Ich möchte, dass das Clarenbachwerk als Kompetenzzentrum für unterschiedliche Schwerpunkte in der Pflege wahrgenommen wird. Mit der Umsetzung von guten Konzepten können wir Realitäten schaffen, die auch eine Wirkung auf Gesetzgeber und Kostenträger haben. Dafür ist es notwendig, auch trägerübergreifend gut zusammenzuarbeiten, um zusammen kraftvoll für eine zukunftsfähige Pflege einzustehen. Wenn wir so unterwegs sind und Handlungsspielraum einräumen, gewinnen wir auch junge Menschen für die Pflege!

SOMMERZEIT IST URLAUBSZEIT

Endlich wieder verreisen!

Zwei Jahre ist die Reise für die Bewohnerinnen und Bewohner des Frida Kahlo Hauses ausgefallen, in diesem Jahr war das Reisen endlich wieder möglich, die erste Flugreise stand an! Außerdem berichtet Gülsen Inan von einer Städtereise nach Hamburg.

Mallorca Reise

Nach zwei Jahren Corona war es endlich soweit, die lang ersehnte und geplante Reise nach Mallorca konnte stattfinden. Am Montag, den 6. Mai 2022, machten sich vier Bewohner*innen und ihre Begleiter*innen auf den Weg zum Köln-Bonner Flughafen. Die Aufregung und Spannung war riesig – wir fragten uns, wird alles reibungslos klappen, auch der Flug mit vier Rollstuhlfahrer*innen und mit unserem vielen Gepäck? Die Mitarbeitenden am Flughafen standen auch das erste Mal vor die-



ser Situation und waren motiviert, alles schnell und richtig über die Bühne zu bringen. Nachdem das Gepäck aufgegeben und alle eingchecked waren, trennte uns nur noch der Weg vom Terminal in den Flieger. Die Mitarbeitenden des Roten Kreuz waren dazu engagiert und sorgten dafür, dass die Bewohner*innen in den Flieger gelangten, dort auf einen Transportrollstuhl und später auf die Flugzeugsitze umgesetzt wurden.

Zwei Stunden später landeten wir auf Mallorca, in der Hauptstadt Palma. Dort wurden wir bereits vom Gepäcktransfer erwartet und unsere Habseligkeiten wurden in die Finca in Can Picafort gebracht. Wir suchten den Autovermieter auf und holten unsere Leihwagen ab. Dann galt



Cynthia Springob mit den Tickets in die Sonne; Foto rechts ist kurz vor dem Abflug aufgenommen.

es, alle Rollstühle, unser Handgepäck und uns acht Personen unterzubringen, was ein wenig an das bekannte Spiel Tetris erinnerte. Nach einer Stunde Fahrt waren wir in unserem Domizil. Es erwartete uns eine toll ausgestattete Finca für acht Personen. Ein hauseigener Pool, eine riesige Terrasse mit Tischtennisplatte, Kinderspielplatz, Grillecke und eine große, toll ausgestattete Küche begeisterten uns alle sofort.

Zunächst genossen wir die Flora und Fauna und vor allem die Tatsache, dass die Anreise reibungslos funktioniert hatte, mit dem ersten Estrella bzw. San Miguel Bier. Am Abend wurde gleich die Grillecke eingeweiht und der Tag klang gemütlich aus. Da die Anreise doch so ihre Spuren hinterlassen hatte, genossen wir uns am Dienstag einen gemeinsamen Pooltag: es wurde geschwommen, sich gesonnt, Musik gehört.



Frau Kretz war die erste, die sich traute, den Pool zu testen. Mit Hilfe eines hydraulischen Stuhles, war es möglich die Bewohner*innen ohne Probleme ins Wasser zu lassen.

In den nächsten Tagen besuchten wir verschiedene Orte und Strandpromenaden. Can Picafort, Alcudia und Palma gehörten zu unseren Ausflugszielen. Die kleinen Gassen, die Häuser in hellem Backstein im Stil des „katalanischen Modernisme“ erzeugten eine vollständige Urlaubsidylle. Viele Palmen, Kakteen, Oliven- und Granatapfelbäume, sowie Geranien und Petunien schmückten die kleinen verwinkelten Orte. Die Kathedrale der Heiligen Maria in

Der erste Tag im Garten der Finca. Foto links unten zeigt Gabi Kretz, die direkt den eigenen Pool ausprobierte.

Die Reisegruppe vor dem Panorama von Palma. Unten die Gruppe beim ersten Blick auf das Meer.



Palma gehörte zu den Highlights der Urlaubswoche, fasste Herr Bialowons zusammen.

Die Temperaturen zwischen 24 und 26 Grad waren ebenfalls perfekt, so dass sowohl das Sightseeing über die Insel als auch das Baden im Mittelmeer sehr angenehm waren. Nur Herr Rothardt war zum Baden nicht zu bewegen, lieber genoss er die Strandschönheiten und den Ausblick auf das offene Meer. Er erzählte, dass schon seine Eltern verzweifelt versucht hatten, ihn in Kindertagen zum

Schwimmen zu bewegen, was nicht einmal an den heißesten Tagen in Südfrankreich gelang. Nur eine von vielen Geschichten, über die sich die Bewohner*innen und ihre Begleiter*innen in der Urlaubswoche austauschten.

Am Badestrand waren die Mallorquiner*innen sehr freundlich und hilfsbereit. Obwohl die Saison noch nicht begonnen hatte und die entsprechenden Vorkehrungen noch nicht getroffen waren, wurde für uns der Strandrollstuhl zusammenge-





baut und zum Einsatz vorbereitet. Frau Springob, die das erste Mal in ihrem Leben das Meer sah und nicht nur das, sondern auch darin schwimmen ging, war begeistert. Eine eigene Plattform für Rollstuhlfahrer*innen ermöglichte uns, den Strand ohne Probleme zu betreten und die ganze Zeit im Schatten verweilen zu können.



Foto links oben: Auf der Terrasse der Finca, unten beim Abendessen mit Tapas. Rechts Fotos von den Schwimmausflügen im Meer





MALLORCA

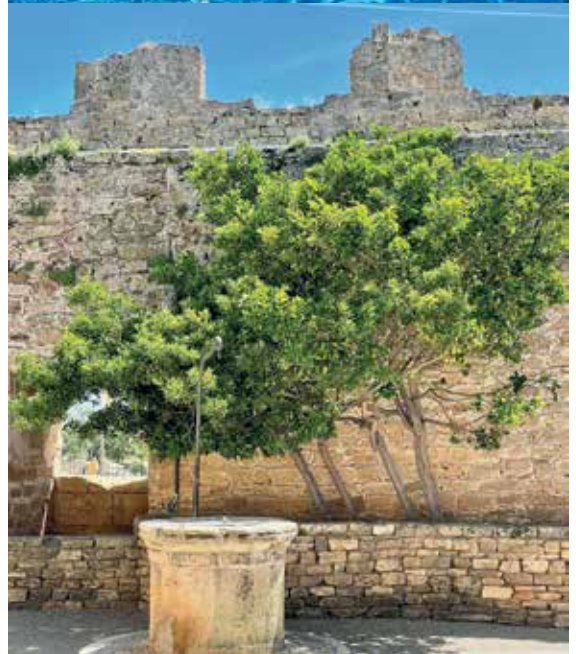
Dank an den Förderkreis Clarenbachwerk e.V., der die Reise unterstützt hat

Was natürlich keineswegs fehlen durfte, waren die landestypischen Tapas. In der Stadt Alcudia erlebten wir dieses kulinarische Highlight. Verschiedene Köstlichkeiten ließen unsere Herzen höher schlagen, auch vegetarische Varianten konnten überzeugen. Zu guter Letzt ließ Herr Rothardt es sich nicht nehmen, auf den erfolgreichen Aufstieg von Schalke 04 ein Eis für die Urlaubstruppe auszugeben und den Erfolg zu feiern.

Wir können sagen, es war eine tolle Woche, die wir dort verbracht haben und ein riesiges Dankeschön an den Förderverein und die Geschäftsführung, die uns in dem Plan, sogar mal eine Flugreise zu unternehmen, so toll unterstützt haben. Allerdings hat dieser schöne Ausflug auch direkt weitere Begehrlichkeiten geweckt, so meint die Reisegruppe, dass wir in unserem Innenhof dringend einen beheizten Pool benötigen ...

Oben rechts: Santa Maria, die beiden Fotos unten sind in Alcúdia gemacht worden.

Heilerziehungspflegerin Stefanie Schlag Frida Kahlo Haus



Vier-Tage-Trip nach Hamburg

Endlich ist es soweit, mein Kurzurlaub nach Hamburg startet. Am 2. Mai 2022 bin ich auf meine Abenteuerreise gegangen. Aufmerksam geworden bin ich auf die Reise durch Facebook. Die Organisation heißt Heiko Rollstuhlerlebnisreisen. Und los geht's! Gestartet bin ich am Hauptbahnhof Köln, mit einer direkten Zugverbindung nach Hamburg. Vorher hatte ich mich mit der Assistentin am Hauptbahnhof Köln getroffen. Als wir in der schönen Stadt Hamburg angekommen sind, wurden wir von dem Organisator Heiko, in Empfang genommen. Da wir so einen Hunger hatten, haben wir erst mal einen Kebab-Imbiss besucht. Offenbar sind die Kebabs in Hamburg noch besser als in Köln, ich kann die nur weiterempfehlen! Dann neigte sich auch der Tag dem Ende zu und wir suchten unser Hotel auf. Ich war direkt von Hamburg angetan und fühlte mich nach noch nicht einmal zwölf Stunden wie Zuhause. Auch die Assistentin und Heiko haben sich Mühe gegeben, damit ich mich wohl fühlte. Nach einem aufregenden Tag sind wir dann früh schlafen gegangen.

Am ersten ganzen Tag meiner Hamburg-Reise standen folgende Ziele auf dem Plan: wir besichtigten



Gülsen Inan mit ihrer Assistentin



Vor der berühmten Davidswache auf St. Pauli



Im neuen Wahrzeichen Hamburgs, der Elbphilharmonie

den Hamburger Hafen und machten eine Hafentrundfahrt. Es war sehr beeindruckend, die ganzen Schiffe und Kräne zu sehen. Er ist der größte Seehafen in Deutschland und nach Rotterdam sowie Antwerpen der drittgrößte in Europa. Wo ein Hafen ist, da sind die Fischbuden nicht weit. Das mussten wir probieren und frischer Fisch ist einfach köstlich!

Natürlich waren wir auch im Elbtunnel. Der Neue Elbtunnel ist ein Autobahntunnel in Hamburg, der die Elbe im Hafengebiet in Nord-Süd-Richtung kreuzt. Der Tunnel führt die Bundesautobahn 7 auf bis zu acht Fahrstreifen in vier Tunnelröhren und nimmt eine Schlüsselfunktion im internationalen Reise- und Güterverkehr ein. Der Tunnel ist einer der längsten vierröhriigen Unterwasserstraßentunnel weltweit und der viertlängste Straßentunnel in Deutschland. Erste Planungen einer „Elbhochbrücke“ gehen auf die Jahre 1934–1937 zurück. Als Vorbild diente die damals längste Hängebrücke, die George-Washington-Brücke in den USA. Nach dem Zweiten Weltkrieg wurde die Autobahn-Trassenplanung im Westteil Hamburgs weitgehend übernommen, jedoch die Elbe stattdessen untertunnelt. Der in der Nähe liegende Alte Elbtunnel von 1911 dient nur dem innerstädtischen Verkehr.



Weiter sind wir dann zur Sankt Michel Kirche gefahren. Die evangelische Hauptkirche Sankt Michaelis ist der bekannteste Kirchenbau von Hamburg und gilt als bedeutendste Barockkirche Norddeutschlands. Für die Schifffahrt auf der Elbe stellt der weithin sichtbare Sakralbau mit seiner markanten Architektur seit langem das Wahrzeichen der Hansestadt dar. Die Kirche ist nach dem Erzengel Michael benannt, der als große Bronzestatue über dem Hauptportal als Sieger im Kampf mit Satan dargestellt ist. Der Kirchbau steht in der südlichen Neustadt zwischen Ludwig-Erhard-Straße, Krayenkamp und Englischer Planke. Der Kirchturm hat eine Höhe von 132,14 Metern. Das heutige Bauwerk ist ein Wiederaufbau von 1912, nachdem die Kirche 1906 abgebrannt war. Es ist ein bekanntes Wahrzeichen der Stadt.

Was ich auch sehr schön fand, war der Park in Hamburg, der sogenann-



te „Planten un Blumen“ (Pflanzen und Blumen). Der Besuch war wie eine Entdeckungstour, es gibt dort Pflanzen aus allen möglichen Regionen zu sehen. Sehr gut angelegt und gepflegt. Die frische Luft macht natürlich auch hungrig und den hatten wir dann in einem türkischen Restaurant gestillt. Der Abend war noch nicht zu Ende, sodass wir noch im Reggae Konzert waren. Die Band heißt „Steel Pulse“, sie haben sogar irgendwann mal einen Grammy gewonnen. Mir hat es sehr gut gefallen! So ging auch dieser Tag anregend und unterhaltsam zu Ende.

Am nächsten Tag sind wir gleich mit einem Fahrdienst losgedüst. An der Hamburger Promenade gab es das überaus typische „Fish & Chips“ zum Mittag. Direkt danach fing dann unsere Stadtführung an. Was darf bei einer Stadtreise in Hamburg nicht fehlen? Ja, es ist die Besichtigung von St. Pauli und der Reeperbahn. Die Reeperbahn ist die zentra-

le Straße im Vergnügungs- und Rotlichtviertel des Hamburger Stadtteils St. Paulis. Sie ist etwa 930 Meter lang und verläuft vom Millerntor in Richtung Westen bis hin zum Nobistor (Hamburg-Altona), wo sie in die Königstraße übergeht. Die große Anzahl an Bars, Nachtclubs und Diskotheken, vor allem aber das auf und um die Reeperbahn konzentrierte Rotlichtmilieu, hat ihr den Spitznamen „die sündigste Meile der Welt“ eingebracht.

Zu diesem Tag meiner Hamburg-Reise gehörte auch die Besichtigung des Miniaturwunderlandes. Das ist die größte Modelleisenbahnanlage der Welt. Sie befindet sich in der historischen Speicherstadt und wird von der Miniatur Wunderland Hamburg GmbH betrieben. Wie das alles zusammengebaut worden und zusammengefügt ist, hat mich sehr umgehauen, im positiven Sinne natürlich! Was mich besonders fasziniert hat, ist folgendes: wie die Mitarbeiter Tag- und Abendlicht miteingebracht hatten. Sollte man mal erleben, ganz Hamburg auf nur wenigen Quadratmetern!

Noch eine Besichtigung stand bevor. Und zwar die Elbphilharmonie, auch Elphi genannt. Die Elbphilharmonie ist ein im November 2016 fertiggestelltes Konzerthaus in Hamburg. Sie wurde mit dem Ziel geplant, ein neues Wahrzeichen der Stadt

und ein „Kulturdenkmal für alle“ zu schaffen. Das 110 Meter hohe Gebäude im Stadtteil HafenCity liegt am rechten Ufer der Norderelbe zwischen den Mündungen der Hafenbecken Sandtorhafen und Grasbrookhafen. Es wurde unter Einbeziehung der Hülle des früheren Kaispeichers (Baujahr 1963) errichtet. Auf diesen Sockel wurde ein moderner Aufbau mit einer Glasfassade gesetzt, der an Segel, Wasserwellen, Eisberge oder einen Quarzkristall erinnert. Die Lage am Kaiserhöft ist von der einstigen industriellen Hafennutzung und der neugotischen Backsteinarchitektur der Speicherstadt geprägt. Die Aussichtsplatte fand ich umwerfend, wo einem ganz Hamburg zu Füßen liegt. So genoss ich noch den abendlichen Sonnenuntergang über dem Hafen und der Stadt. Zu guter Letzt hatten wir ein klassisches Konzert in der Elbphilharmonie besucht, das von Operngesang begleitet wurde. Ungewöhnlich für mich und ungewöhnlich gut.

Jede Reise hat auch ein Ende! Somit musste ich mich schweren Herzens von Hamburg verabschieden. Ich hatte sehr schöne Erlebnisse in

Hamburg. Die vier Tage haben mir sehr gut getan, nicht nur die Stadt hat mir gut gefallen. Auch die Organisation kann ich nur empfehlen, sogar die Hin- und Rückfahrt war prima geplant. Dank der verlässlichen Assistenten, die mir zur Seite standen, fühlte ich mich sicher. Ich kann nur allen Menschen mit Handicap eine solche Reise empfehlen. Denn bei aller Assistenz ist es eben eine Reise, die man alleine macht. Wie auch die vielen Erfahrungen in Hamburg. Das hat mich nochmal gestärkt, auch mal alleine in den Urlaub zu fahren. Ein Erlebnis, das ich nicht vergessen werde!

Gülzen Inan, Frida Kahlo Haus

Wer sich für diese Art des Reisens interessiert, kann auf www.rollstuhlerlebnisreisen.de mehr erfahren.

E-Mail-Adresse: giambo@web.de

Facebook:

Heiko Rollstuhlerlebnisreisen

Instagram:

@rollstuhlerlebnisreisen

PERSÖNLICH GEFRAGT

Claudia Decker

Die Pflegedienstleiterin Claudia Decker beantwortet die persönlichen Fragen, die von *Martin Klein* gestellt wurden.

Seit wann arbeiten Sie im Clarenbachwerk?

Ich arbeite jetzt seit November 2021 als Pflegedienstleitung im Heinrich Püschel Haus.

Was war Ihr erster Berufswunsch?

Wenn ich an meine Kindheit denke, ist die erste konkrete Erinnerung, dass ich unbedingt Floristin werden wollte. Das hat ganz viel mit meiner Oma zu tun, mit der ich viel Zeit verbracht habe. Sie ist Floristin und früher durfte ich oft auf ihrer Arbeit mit ihr zusammen sein und ihr dort helfen. Das fand ich richtig toll und eine meiner „Hauptaufgaben“ war die Mitgestaltung von Kranzgebinden für Beerdigungen.

Als junge Frau war ich dann schnell bei meiner jetzigen Tätigkeit und wollte Krankenschwester werden und setzte diesen Wunsch auch um. Nach der Ausbildung zur Gesundheits- und Krankenpflegerin habe ich direkt in einem Seniorenheim angefangen. Berufsbegleitend absolvierte ich anschließend eine 4-jährige Ausbildung als Marte-Meo-Praktikerin und Fachberaterin. Sehr großen Spaß hat es mir dann gemacht, Mitarbeiter in Marte-Meo zu schulen.

Was gefällt Ihnen an Ihrer Arbeit im Clarenbachwerk?

Einiges, sonst wäre ich nicht geblieben!

Erst einmal wurde ich hier einfach von vielen nett aufgenommen. Das allein hat schon einen Wert. Besonders gefällt mir das Miteinander auf der Leitungsebene und auch hier im Haus. Das funktioniert einfach! Schön finde ich, dass das Heinrich Püschel Haus jetzt ein Haus für Menschen mit Demenz werden soll. Die Arbeit mit demenziell veränderten Menschen liegt mir einfach am Herzen, ist sozusagen mein Steckenpferd.

Morgens nach dem Aufstehen ...

... brauche ich erst mal zehn Minuten für mich. Das ist besser für alle Beteiligten! Dann geht es an die Butterbrote für die Familie.

Haben Sie Hobbys?

Da sind an erster Stelle die kreativen: Fotografieren, Nähen und Malen. Und dann natürlich Lesen!



Haben Sie einen Lieblingsurlaubsort?

Auf jeden Fall ein Lieblingsland: Thailand! Zwei Mal war ich schon dort. Jeweils in Richtung Phuket. Und dabei wird es bestimmt nicht bleiben. Sehr gerne würde ich einmal eine Rundreise durchs ganze Land machen. Vielleicht auch mit einem Schiff. Von einem traumhaften Fleck zum nächsten.

Welche Musik hören Sie gerne?

Tatsächlich überwiegend deutschen Pop. Jahrelang war ich großer Rosenstolz-Fan. Aber da gibt es aktuell natürlich noch viele andere Interpreten, die mir gefallen.

Ansonsten hat es mir die bilaterale oder auch „Wing-Wave“-Musik sehr angetan. Das ist Musik zum Entspannen, die nur über Kopfhörer funktioniert. Durch die auditiven Signale rechts und links werden die Gehirnhälften stimuliert, die Hemisphären werden dadurch synchronisiert und eine wirkliche Entspannung tritt ein. Muss man einfach mal probieren! Aktuell begeistert mich noch Musik aus dem Genre „Neoklassik“ oder „New Classic“. Hier höre ich den norwegischen Pianisten und Komponisten Ola Gjeilo sehr gerne. Musik zum Wegträumen!

Welches Buch haben Sie zuletzt gelesen?

Ich lese immer mehrere gleichzeitig. Vor kurzem war es „Der Fotograf von Auschwitz“ von Reiner Engelmann

und „Der Tätowierer von Auschwitz“ von Heather Morris. Beides sind biografische Romane, in denen die Protagonisten gezwungen sind, ihre Berufe für die Unmenschlichkeit herzugeben und dabei doch versuchen, Mensch zu bleiben.

Im Moment lese ich „Eierlikörtage. Das geheime Tagebuch von Hendrik Groen, 83 ¼ Jahre“ von Hendrik Groen und „Der Gesang der Flusskrebse“ von Delia Owens. „Eierlikörtage“ ist das Tagebuch eines Mannes, der in Amsterdam in einem Seniorenheim lebt. Sein Körper gehorcht ihm nicht mehr, aber aufgeben will er nicht, setzt sich hin und beginnt ein Tagebuch über den Alltag im Seniorenheim zu schreiben. Im Roman „Der Gesang der Flusskrebse“ ist die Hauptfigur ein zunächst 7-jähriges Mädchen in North-Carolina, das in schwierigen familiären Verhältnissen aufwächst und in einen Kriminalfall verwickelt wird. Das, was mir daran unter anderem sehr gefällt, ist, dass die Autorin, eine Zoologin, sehr detailliert Beschreibungen der Natur benutzt und viele Vergleiche mit der Natur zieht.

Was mögen Sie gar nicht?

Unehrllichkeit! Was mich in unserem Berufsfeld der Pflege stört, ist dieses „Ich bin besser als du!“, „Der Bewohner hat's besser bei mir“ ... Dieses permanente Vergleichen im negativen Sinne, dabei sind wir doch so unter-



schiedlich und jeder hat seine Qualitäten, von denen wir alle profitieren können. Ansonsten hasse ich Spinat und dicke Bohnen!

Was ist Ihr Lieblingsfilm?

Mein absoluter Mädchenfilm: „Die fabelhafte Welt der Amelie“. Und dann noch „Ich bin dann mal weg“. Den habe ich schon ganz oft geschaut, genau wie „Amelie“ auch. Ansonsten fällt mir noch ein Dokumentarfilm ein, der mich sehr beeindruckt hat: „Women: 2000 Frauen, 50 Länder, 1 Stimme“. Hier wurden insgesamt 2.000 Frauen aus 50 Ländern interviewt. Natürlich vieles zu feministischen Themen. Für mich eine Gänsehautreportage.

Was ist für Sie die wichtigste Erfindung?
Brille, ich kann ohne Brille nichts sehen. Und die Hängematte!! Am besten noch mit Wing-Wave Musik auf den Ohren.

Haben Sie einen Traum oder eine persönliche Leidenschaft?

Tatsächlich ist meine Leidenschaft beruflicher Natur: die Pflege. Dafür brenne ich! Und die Mitarbeitenden so zu leiten und zu begleiten, dass sie ihre Arbeit so ausführen können, dass der Bewohner davon bestmöglich profitiert. Mein Traum ist es, auch mal ein Stück vom Jakobsweg zu gehen. So eine Woche für mich alleine, das wäre schön!

Was mögen Sie an Köln besonders?

Köln nimmt jeden schnell auf und nach 18 Jahren gehöre ich schon längst dazu! Die Vielfalt, das Bunte, die verschiedenen Veedel, dass du so sein kannst, wie du bist und nicht so schnell eine Schublade da ist, in die du reingesteckt wirst. Das ist Köln! Und in Köln gibt es ein Katzencafé! Ich liebe Katzen und zu Hause geht das nicht wegen Allergien in der Familie.

Mit wem würden Sie gerne einen Kaffee trinken gehen?

Mit meinem Vater. Er ist leider gestorben, als ich zwei Jahre alt war und ich habe null richtige Erinnerung an ihn und besitze genau ein Foto. Ich würde ihn unglaublich gerne kennenlernen und dabei noch ein Stück weit herausfinden, warum ich so bin, wie ich bin. Das kommt ja irgendwo her. Ansonsten gerne mit Bruce Darnell!

Was soll später mal über Sie gesagt werden?

Dass meine Freunde später sagen, dass es schön war, ein Stück ihres Weges gemeinsam mit mir gegangen zu sein. Das wir uns eine Stütze und Bereicherung waren, uns gefördert und gefordert haben.



*Die Mitglieder
des Förder-
kreises beim
Besuch der
Designabteilung
im MAKK*

FÖRDERKREIS CLARENBACHWERK

Mitglieder-Exkursion zum Museum für Angewandte Kunst

Im Förderkreis engagieren sich Privatpersonen und Unternehmer, die sich dem Clarenbachwerk sowie der Alten- und Behindertenhilfe besonders verbunden fühlen. Mit ihrem Beitrag bereichert der Förderkreis das soziale und kulturelle Angebot im Clarenbachwerk, etwa durch die Ausstattung von Festen, behindertengerechte Fahrzeuge oder Spiel- und Sportgeräte. Zweimal im Jahr treffen sich die Mitglieder zum Austausch im Rahmen einer Exkursion. – Hier stellen wir die zwei letzten Exkursionen vor. Wer Lust hat, dabei zu sein: Der Förderkreis sucht weitere Mitglieder!

Das Museum für Angewandte Kunst unweit des Doms ist das zweitälteste Museum Kölns – 1888 wurde es als „Kunstgewerbe-Museum“ gegründet. Es präsentiert Sonderausstellungen zu aktuellen Designthemen. Sein umfangreicher Bestand aber basiert auf Sammlungen von Mäzenen wie Ferdinand Franz Wallraf oder Matthias Joseph de Noël und wird bis heute durch Stiftungen aus der Kölner Bürgerschaft ergänzt. Was könnte also passender sein für eine Exkursion des Förderkreises als ein Haus, das ebenfalls geprägt ist von Menschen, die engagiert unterstützen und mitgestalten wollen?



*Ganz links das Art Déco-Radio aus „Catalin“, einem gegossenem, polierten Kunstharz –
Fotos: I. Rasimus*

So besuchten die Mitglieder des Förderkreises Ende 2021 das Museum und erhielten eine exklusive Führung

durch die Designabteilung, was allen Beteiligten viel Freude bereitete. Hier zeigt das MAKK viele Beispiele aus dem stilistisch so vielfältigen 20. Jahrhundert, dem Zeitalter des Designs, bis hinein in die Gegenwart. Der Rundgang begann mit innovativen Möbelkonzepten von Frank Lloyd Wright, Gerrit Thomas Rietveld oder Le Corbusier. Es folgten weitere Design-Größen wie Mies van der Rohe oder Walter Gropius mit Beispielen aus dem Bauhaus, wo Stahlrohre das Größte waren: etwa für einen „hinterbeinlosen“ Stuhl wie dem Freischwinger von Marcel Breuer.

Der Förderkreis durfte Besonderheiten kennenlernen wie den „Urgroßvater des Billy-Regals“: Ein Möbelsystem – ebenfalls von Marcel Breuer –, das 1926 für den Landeskonservator von Dessau entworfen wurde. Ebenso Stücke aus dem Art Déco der amerikanischen Moderne: Dazu findet sich im MAKK die größte Sammlung chromblitzender Objekte außerhalb Amerikas, etwa das Cocktailset „Blue Moon“ – nach Ende der Prohibition besonders begehrt. Oder Radios aus Catalin: Einem gießbaren Kunstharz, das in einer bunten Farbpalette herstellbar war und die Epoche glanzvoll prägte.

Im „Mid-Century Modern“ tauchten alte Bekannte auf, wie der Nierentisch oder der bis heute hergestellte Eames-Chair. Legendär auch das in den 1960ern aufkommende Design der Firma Braun nach dem „form follows function“-Prinzip. Im „Radical Design“ und der Pop Art kam es in den 1960er/70ern zu einer Werteverstärkung – hier repräsentiert durch einen riesigen Kaktus aus Polyurethanschaum als Garderobenständer. Oder durch die Sitzmöbel von Werner Pantoni, die er „so einfach wie einen Putzeimer“ produzieren lassen wollte – ein aus Kunststoff gepresster grauer Stuhl war sein Ziel.

Und dann die Postmoderne der 1980er: mit wohlbekanntem Alltagsgegenständen wie dem ersten Mac, einem Walkman oder einer „Ritschratschkamera“. Im „neuen deutschen Design“ kam bereits der Recycling-Gedanke auf, etwa bei einem als Sitz umfunktionierten Einkaufswagen. Mit Verweis auf die Zukunft konnte das Publikum schließlich den Stuhl-Prototypen „Generico“ aus 2014 betrachten, der im 3D-Druck nach ergonomischen Prinzipien auf eine Person vermessen erzeugt wurde (Kosten: 16.000 Euro).

Der Rundgang durch die Epochen ist unbedingt empfehlenswert! Unser Dank dafür gilt dem Vorsitzenden des Förderkreises Clarenbachwerk, Dr. Dirk Bartels, der auch zum Förderverein des MAKK, der Overstolzengesellschaft von 1888, gehört. Irina Rasimus



Foto: Raimond Spekking

FÖRDERKREIS

Besuch des Historischen Archivs der Stadt Köln



Viele Kölnerinnen und Kölner haben das Historische Archiv der Stadt Köln vor seinem Einsturz im März 2009 nur wenig wahrgenommen. Der Einsturz wurde nicht nur in der Stadt Köln als Zäsur empfunden. Umso glücklicher sind viele KölnerInnen über den kürzlich eröffneten Neubau am Eifelwall.

Die Mitglieder des Förderkreises konnten sich bei einer Führung im Mai nicht nur einen Eindruck von der beeindruckenden Architektur machen, sondern sie erlebten auch, dass das an sich ja hermetische Archiv ein wirkliches Bürgerarchiv ist. Es öffnet sich weit über die traditionellen wissenschaftlichen Benutzergruppen hinaus seinen Bürgerinnen

und Bürgern und vermittelt Kölner Stadtgeschichte aktiv und attraktiv.

Das eigentliche Archiv befindet sich in einem Kubus inmitten des rechteckigen, langgestreckten Hauses und ist mit seinen ca. 30 Regalkilometern nur den Mitarbeitenden des Archivs zugänglich. Allerdings können wie gesagt nicht nur Wissenschaftler, sondern auch Bürgerinnen und Bürger im Erdgeschoss Archivalien einsehen. Dazu beantragt man eine Einsicht und bekommt die Archivalien vorgelegt. Das darf sehr wohl auch ein rein privates Interesse sein. Die Räume bieten eine angenehme Atmosphäre zum Erkunden der historischen Quellen, im Untergeschoss des Gebäudes gibt es weitere für die Öffentlichkeit zugäng-



Die Aufbereitung und Restaurierung der Archivalien ist teilweise sehr aufwändig – Fotos: G. Salzberger

liche Räumlichkeiten, in denen regelmäßig Ausstellungen des Archivs und Vorträge präsentiert werden.

Der weitere Verlauf unserer Führung widmete sich der beispiellosen Aufgabe, das nach dem Einsturz geborgene Archivgut wiederherzustellen. Das bedeutet, jedes einzelne Blatt muss von dem allgegenwärtigen Betonstaub gereinigt und in seinen Kontext zurückgeführt werden, bevor es wieder benutzt werden kann. Einige Archivalien haben schwerere Schäden davongetragen und müssen aufwändiger restauriert werden, wobei unter anderem auch ein Computerpro-

gramm zum Einsatz kommt, das eine Vielzahl von zerfetzten Schnipsel nach dem Scannen einem Dokument zuordnen kann und welches in einer früheren Version zum Zusammensetzen der geschredderten Stasi-Unterlagen genutzt wurde. Oberstes Ziel des Archivs ist es, in möglichst kurzer Zeit möglichst viele Archivalien wieder benutzbar zu machen. Wie viel Arbeit und Akribie dazu notwendig ist, vermittelte die Führung sehr gut. Und sie zeigte, mit welcher Leidenschaft sich Menschen dieser – in diesem Fall nicht nur metaphorisch – staubtrockenen Arbeit widmen. Das Archiv besteht seit dem 15. Jahrhundert und blieb über alle folgenden Jahrhunderte lebendig, vermied eine einseitige Ausrichtung und verfügt daher heute über ein fast einzigartiges Ensemble an Beständen. Eine tolle Führung und ein kurzweiliger Nachmittag! Georg Salzberger

Engagieren Sie sich im Förderkreis des Clarenbachwerks!



Wir suchen Unterstützung, Mitglieder und Fördernde!

Schon ab 10 Euro pro Monat leisten Sie einen wertvollen Beitrag für die Menschen im Clarenbachwerk. Als Mitglied des Förderkreises erhalten Sie Einladungen zu kulturellen Aktivitäten des Clarenbachwerks und die Hauszeitschrift „Clarenbach Aktuell“. Der Förderkreis organisiert außerdem regelmäßig besondere Exkursionen für seine Mitglieder.

Weitere Informationen unter:

Förderkreis Clarenbachwerk Köln e.V.

Büro der Geschäftsführung

Telefon: 0221 49 85-102

Mail: klemm@clarenbachwerk.de

www.foerderkreis-clarenbachwerk.de

Demenz kompakt erklärt

Die Demenz ist eine Gedächtnisstörung (amnestische Störung) und wird im folgenden ausführlich beschrieben und erläutert.

In den vergangenen Jahren habe ich viele Beiträge zur Demenz hier in der Clarenbach Aktuell geschrieben, allerdings habe ich bei den Diskussionen um Demenzmetaphern, falschen Ursachenzuschreibung und anderem mehr die sogenannten *basics* vernachlässigt. Das will ich in dieser und der kommenden Ausgabe nachholen. Es soll also um eine Beschreibung der Krankheit Demenz gehen und um Grundlagen für eine gute Betreuung und Begleitung von Menschen mit Demenz.

Die senile Demenz ist eine der gefürchtetsten und häufigsten Erkrankungen im Alter. Sie ist zunächst einmal für die von ihr betroffenen Menschen eine überaus dramatische Erkrankung, bei der die Welt zunehmend als instabil erlebt wird, als ein Rätsel, welches man nicht mehr versteht. Aber auch für die Zugehörigen bedeutet die dementielle Erkrankung eine schwere Belastung: Nicht nur irren die an einer Demenz erkrankten Personen durch ihre Umgebung, im-

mer auf der Suche nach Etwas, welches sie weder benennen können noch je finden, nicht nur stellen sie immer wieder die gleichen Fragen, sondern im fortgeschrittenen Stadium erkennen viele von ihnen sogar ihre Angehörigen (und ihr eigenes Spiegelbild) nicht mehr. Das Verhalten und Erleben des dementiell Erkrankten ist nicht vorhersagbar, der Mensch verändert sich massiv, sodass auch die Angehörigen ein Fremdheitsgefühl dem Demenzen gegenüber entwickeln.

Inzwischen ist die Demenz längst auch zum Gegenstand von ideologischen Auseinandersetzungen geworden, wird instrumentalisiert, politisiert und metaphorisiert. Da liest man zum Beispiel, die Demenz wäre eine Krankheit, die ein Gegenbild zu unserer leistungsorientierten Gesellschaft darstellt, die von Schönheit, Perfektion, Gesundheit etc. beherrscht wäre. Das gilt aber für alle Krankheiten: Schon eine fiebrige Erkältung widerspricht dem menschlichen Selbstverständnis des souveränen, unabhängigen und perfekten Individuums. Deshalb ist die Demenz längst kein „Menetekel unserer Zeit“, es ist auch nicht die schlimmste Krankheit überhaupt, als die sie manchmal dargestellt wird. Dass die Zahl der Demenzkranken stark zugenommen hat, liegt schließlich auch nicht daran, dass

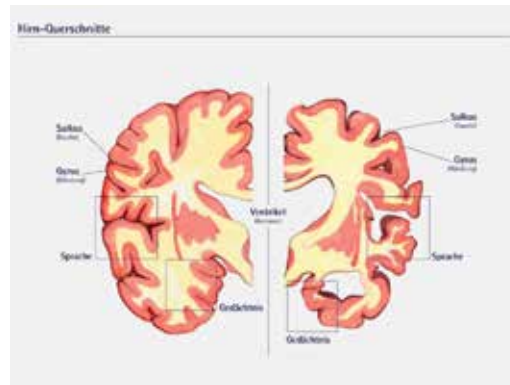
Demenz ist ein Syndrom, das unabhängig von den verschiedenen Ursachen (die bekannteste ist der oft synonym verwendete Morbus Alzheimer) in etwa gleich aussieht. Deshalb macht es Sinn, das Syndrom zu beschreiben und nicht die zugrundeliegende Krankheit!

die Krankheit aggressiver geworden wäre, sondern daran, dass immer mehr Menschen immer älter werden. Und das hohe Alter ist nun mal die wahrscheinlichste Ursache für die Krankheit.

Manchmal können Informationen über eine Erkrankung auch den Umgang mit derart erkrankten Menschen vereinfachen und für beide Seiten befriedigender machen, weshalb hier über das typische Aussehen der Demenz berichtet werden soll. Zunächst zur Epidemiologie, das ist die Verbreitung der Demenz. Während bis zum 65. Lebensjahr die Wahrscheinlichkeit einer dementiellen Erkrankung (präsenile Demenz) bei unter einem Prozent aller Menschen liegt, steigt sie danach deutlich an: Ab dem 65. Lebensjahr verdoppelt sich die Wahrscheinlichkeit einer dementiellen Erkrankung ca. alle fünf Jahre. Das heißt zum Beispiel, dass ein 70-jähriger Mensch bereits eine Wahrscheinlichkeit von 5 Prozent hat, an Demenz zu erkranken, ein 80-jähriger 20 % und bei den 90-jährigen steigt die Wahrscheinlichkeit auf 40 Prozent. Damit ist die Demenz im hohen Alter *die* Erkrankung schlechthin.

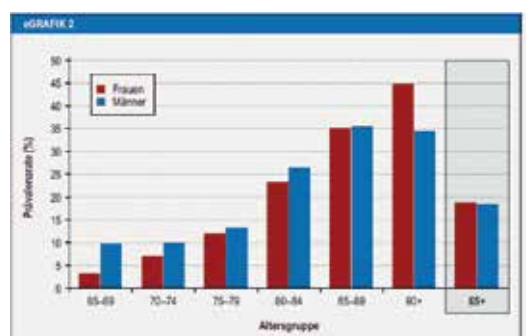
Was ist Demenz und was sind ihre Ursachen?

Demenz ist laut WHO „eine erworbene, globale Beeinträchtigung der höheren Hirnfunktionen ein-

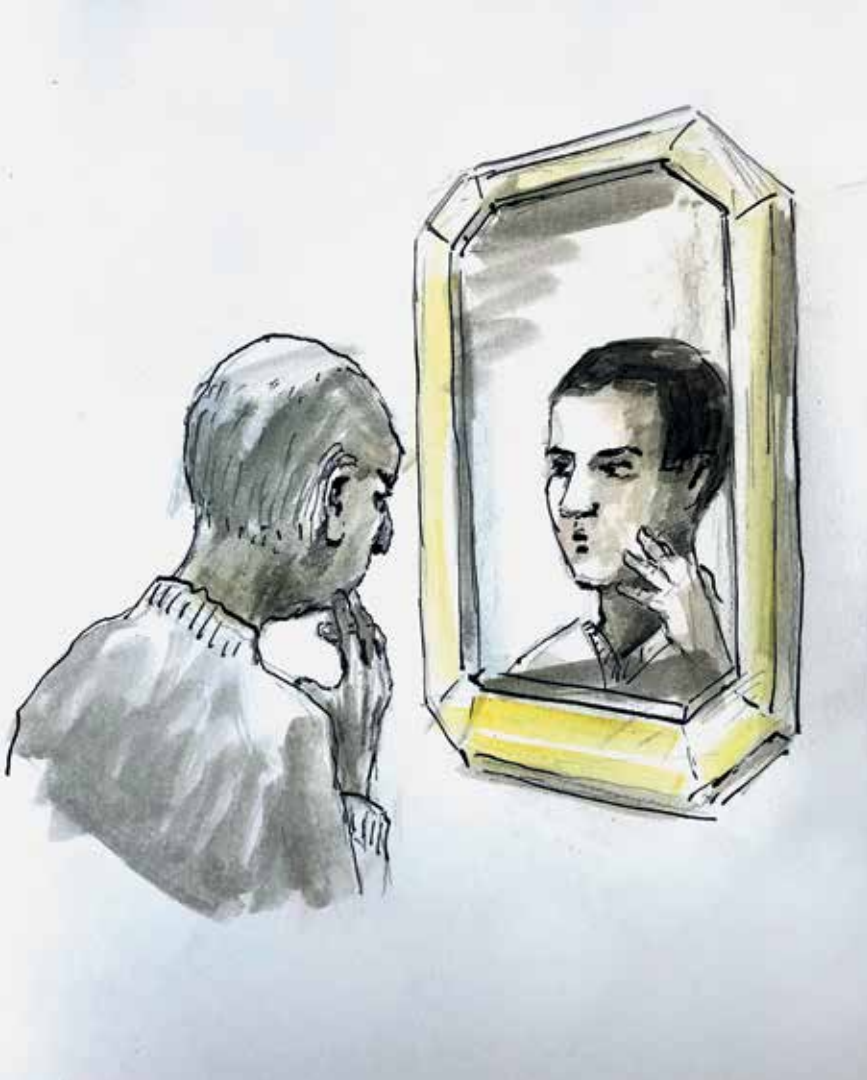


Immer korrelieren die Gedächtnisstörungen mit unterschiedlichen Formen einer Hirnatrophie

schließlich des Gedächtnisses, der Fähigkeit, Alltagsprobleme zu lösen, der Ausführung sensomotorischer und sozialer Fertigkeiten, der Sprache und Kommunikation sowie der Kontrolle emotionaler Reaktionen ohne ausgeprägte Bewusstseinsstrübung.“ Demenz hat grundsätzlich körperliche Ursachen! Eine psychogene Entstehung der Demenz wird zwar immer mal wieder behauptet, ist aber falsch. Tilman Jens beispielsweise hat die schwere Demenzerkrankung seines prominenten Vaters, des Rhetorikprofessors Walter Jens, psychogen gedeutet und behauptet, sein Vater habe die Verdrängung der unliebsamen Vergangenheit, die kurze Zugehörigkeit zur NSDAP, nicht mehr ausgehalten und habe sich aus Selbstschutz in die in das Vergessen geflüchtet. Diese Erklärung steht in einer



Die Verbreitung der Demenz nimmt mit dem Alter rasant zu.



Im späten Verlauf der Demenz kann es dazu kommen, das betroffene Menschen ihre Angehörigen nicht mehr erkennen oder sich selbst im Spiegel nicht mehr, weil sie sich selbst als jünger im Gedächtnis haben -

Zeichnung von Christian Kromath

langen und schlechten Tradition, die die Demenz als Metapher auffasst, die einen psychologischen Sinn machen soll. Auch Naomi Feil, eine der bekanntesten Demenzforscherinnen, wurde nicht müde zu behaupten, Demenz sei die Flucht vor einer unerträglichen Realität, beziehungsweise käme die Demenz durch die Wiederkehr von verdrängten Kindheitsereignissen zustande. Dass die erstere Erklärung nicht stimmig ist, versteht wohl jeder, der demenzkranke Menschen erlebt: Denn die Demenz ist in der Regel schlimmer als die Realität, die sie verdrängen soll. Auch die These von der Wiederkehr des Verdrängten ist falsch: Demenz ist keine Störung der „Software“, der Programmierung infolge der Lebensgeschichte, sondern bei allen Demenzen gibt es

eindeutige hirnorganische Befunde, sprich eine nachweisbare Störung der „Hardware“, des Gehirns, insbesondere des Kortex.

Allerdings tendieren insbesondere Zugehörige von Demenzkranken zu einer ähnlichen Fehleinschätzung, indem sie zuweilen mutmaßen, dass bestimmte Persönlichkeitseigenschaften, die sich im Verlauf der Demenz immer mehr in den Vordergrund schieben, als Verlängerung des schon vorher vorhandenen Charakters interpretieren. Natürlich „arbeitet“ die Krankheit mit der Persönlichkeit, aber welcher Persönlichkeitszug auf einmal dominant wird und warum andere Persönlichkeitszüge in den Hintergrund treten, hat keinen psychologischen Grund, sondern einen kaltherzigen, medizinischen Grund: Entscheidend ist hier, welche Regionen im Kortex von der Demenz besonders betroffen sind. Dies ist aber zufällig und sagt eben nichts über die betroffene Persönlichkeit aus. Das sollte man gerade Angehörigen immer wieder erläutern, damit sie Distanz zur Krankheit bekommen und deren Auswirkungen nicht persönlich nehmen, nicht darüber grübeln, ob es einen versteckten Sinn hat, dass ihr erkrankter Verwandter zunehmend weniger differenziert ist, weniger kultiviert, stärker affektgesteuert. Das alles sind Folgen der Demenz und nicht etwa verstehbare Persönlichkeitsentwicklungen.

Klinisches Aussehen der Demenz

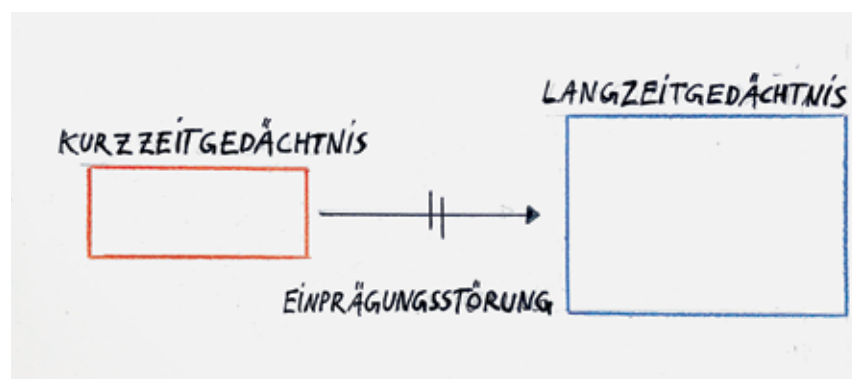
Huib Buijssen spricht von den *zwei Gesetzen der Demenz*, die zusammen das Krankheitsgeschehen kurz und prägnant beschreiben können. Und der Niederländer verdeutlicht, dass Demenz primär eine Gedächtnisstörung ist und keine Intelligenzstörung. Das erkennt man im Alltag auch daran, dass Menschen mit Demenz oft sehr kreative Ausweichbegriffe für Dinge erfinden, die ihnen entfallen sind. Um sich vorstellen zu können, was genau bei der Demenz passiert, muss man sich zunächst die Funktion des gesunden Gedächtnisses klarmachen. Man kann grob zwischen einem Kurzzeit- und einem Langzeitgedächtnis unterscheiden. Das Kurzzeitgedächtnis kann Inhalte für ca. 20-30 Sekunden behalten, danach gelangt es je nach dem in das Langzeitgedächtnis oder fällt dem Vergessen anheim. Dort können Inhalte, sofern der Mensch auch weiterhin von ihnen Gebrauch macht, sprich sie abrufen und reproduziert, ein Leben lang aufbewahrt werden. Den Prozess, der dafür sorgt, dass Inhalte in das Langzeitgedächtnis überführt werden, nennt man Einprägung, Merkfähigkeit.

Und genau diese *Merkfähigkeit* ist zu Beginn der Demenzkrankheit gestört. Nicht etwa das Gedächtnis versagt, sondern die Einprägung klappt nicht mehr wie sie soll. Nur noch wenige, vor allem emotional bedeutsame

Informationen werden ins Langzeitgedächtnis überführt.

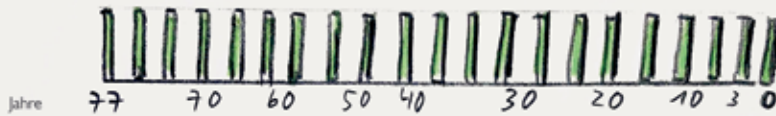
Was passiert nun bei einem Menschen, der eine *gestörte Einprägung* hat? Die direkten Folgen sind für die mitmenschliche Umgebung sichtbar: Er ist desorientiert in unbekannter Umgebung, desorientiert hinsichtlich der Zeit, er vergisst die eigenen, gerade gestellten Fragen, erzählt dieselbe Geschichte mehrmals, verliert rasch den Faden, kann keine Fragen zur just vergangenen Vergangenheit beantworten, lernt nichts Neues. Die Desorientierung zu Raum und Zeit entsteht durch die Unfähigkeit, sich neue Inhalte einzuprägen, zu merken. Hingegen wird sich ein Mensch, der eine gestörte Einprägung hat, sehr wohl in ihm seit langer Zeit bekannter Umgebung orientieren können, d. h. beispielsweise in der eigenen Wohnung.

Indirekte Folgen der Merkfähigkeitsschwäche sind: Rückzug, Kontakte werden vermieden, Aufbau einer Fassade, um so Fragen besser ausweichen zu können, körperliche Unruhe, stark verändertes Essverhalten, zum Teil auch Aggressivität, Depressivität und vor allem Misstrauen. Diese hier indirekt genannten Folgen sind nicht direkte Folgen der Merkfähigkeitsstö-

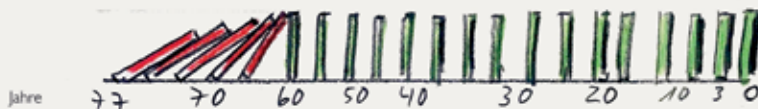


Schematische Darstellung des Abbaus des Langzeitgedächtnisses bei der Alzheimerschen Krankheit.

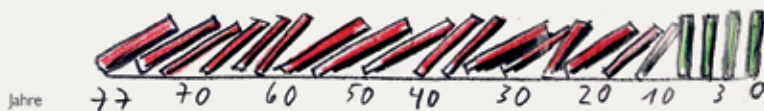
1. Das Gedächtnis eines nicht-dementen 77-jährigen: alle Bücherbretter mit Tagebüchern, in denen die Erinnerungen des ganzen Lebens gespeichert sind, stehen noch.



2. Das Gedächtnis eines 77-jährigen Dementen: die Erinnerungen der letzten 17 Jahre sind weg. Die Bücherbretter fallen um, zuerst das letzte, dann das vorletzte, usw.



3. Das Gedächtnis eines 77-jährigen mit fortgeschrittener Seniler Demenz: Nur die Erinnerungen der frühesten Lebensphase sind noch vorhanden.



rung (die körperlich verursacht ist), sondern sind eine verständliche, psychologische Reaktion darauf, dass der dementiell erkrankte Mensch seine Desorientierung noch bemerkt und sie vor sich und seiner mitmenschlichen Umwelt zu verbergen sucht.

Im weiteren Verlauf der Erkrankung kommt es dann auch zu einem Abbau des *Langzeitgedächtnisses*, also des vormals „unlöschar Gespeicher-ten“. Und zwar ist das Auffällige daran, dass der erkrankte, alte Mensch zunächst die neuesten, frischesten Gedächtnisinhalte vergisst, nicht mehr zugänglich hat und erst später dann bei Fortschreiten der Erkrankung gehen auch die früheren Gedächtnisinhalte verloren. Typisch ist deshalb,

dass ein dementiell erkrankter Mensch nicht mehr sagen kann, wie alt er ist (er wird sich jünger schätzen, weil er z.B. die Erinnerung an die letzten 14 Jahre verloren hat), allerdings wird er sein Geburtsdatum noch kennen. Erneut könnte hier die Vermutung naheliegen, dass es hierfür eine psychologische Erklärung gibt, betonen doch Psychologen seit Sigmund Freud, dass die frühen Erinnerungen lebensbestimmend sind. Doch auch hier gibt es eine neurologische Erklärung: Frühere Erlebnisse sind üblicherweise nicht an einer Stelle im Gehirn abgespeichert, sondern an vielen. Jedes sich Erinnern ist nicht nur das Lesen einer Gedächtnisspur, sondern es entsteht eine neue Gedächtnisspur im Gehirn. Genauso verhält es sich, wenn man Erlebtes nacherzählt, auch hier wird die Erinnerung nicht nur abgerufen, sondern gleichzeitig neu gespeichert. Entsprechend ist die Chance groß, dass auch bei Zelluntergang immer noch Zellen übrigbleiben, die die frühen Erinnerungen bewahren.

Den Abbau des Langzeitgedächtnisses kann man sich (metaphorisch) so vorstellen, als wäre das Gedächtnis eine Bibliothek mit einzelnen Büchern. Jedes Buch enthält die gespeicherten Erinnerungen eines Jahres: Dann sind zuerst die Erinnerungen der z.B. letzten 14 Jahre verschwunden, später dann eventuell auch die der letzten 30, 40 oder sogar 60 Jahre.

Die direkten Folgen des Verlustes des Langzeitgedächtnisses sind noch dramatischer als bei der Merkfähigkeit: Fertigkeiten wie Kaffee kochen, Staubsaugen, Auto fahren sind nicht mehr aus dem Gedächtnis abrufbar, Verlust auch der sozialen Verhaltensregeln (durch den Verlust der sogenannten höheren Gefühle wie Sitte und Anstand verliert der dementiell erkrankte Mensch sein Schamgefühl und wird die WC-Tür nicht mehr schließen, auch kann er auf unhöfliche Art und Weise Dinge ansprechen, die vorher von der „Bewusstseins-Zensur“ zurückgehalten wurden), Wortfindungsstörungen, er vergisst, dass Freunde und Angehörige bereits gestorben sind und glaubt deshalb, sie lebten noch, er kann nicht mehr für sich selber sorgen, bei schwerem Verlauf kann der Demente nicht einmal mehr ihm vertraute und jahrzehntelang bekannte Personen wie z.B. die eigenen Kinder erkennen.

Die indirekten Folgen sind dann erstaunlicherweise nicht mehr so dramatisch: Der dementiell Erkrankte vergisst seine Vergesslichkeit und nimmt deshalb die eigene Erkrankung nicht mehr so bewusst wahr. Entsprechend leidet er weniger und wird höchstens mitleidig feststellen, dass sich seine Mitmenschen in einer „anderen Realität“ befinden. Allerdings sind „lichte Momente“ immer möglich, sodass die Betroffenen sehr wohl wei-

terhin unter ihrer Erkrankung leiden. Meist bleibt eine Unruhe übrig, auch eine depressive Angespanntheit ist typisch: der Demente befindet sich auf einer Reise, die für Außenstehende kaum nachzuvollziehen ist.

Bis hierhin sollte deutlich geworden sein, dass man aus den beiden „Gesetzen“ der Demenz, die Merkfähigkeitsstörung und der zunehmende Schwund des Langzeitgedächtnisses, das Verhalten und Erleben des Menschen mit Demenz ableiten kann, erklären kann. In der kommenden Ausgabe wird es um das Selbsterleben des Menschen mit Demenz gehen und um Grundlagen für die Betreuung und Begleitung.

Verlauf der Demenzen, Phasen des Krankheitsverlaufes

Genau genommen sieht die Krankheit bei jedem Betroffenen anders aus. Das heißt auch, der Verlauf lässt sich nur schwer vorhersagen. Dennoch existieren eine Reihe von Phasenmodellen, die als grobe Orientierung dienen können, will man sich den Verlauf der Krankheit verdeutlichen. Die nicht selten miteinander konkurrierenden Modelle unterscheiden fast immer drei Phasen oder Stufen, was natürlich genau genommen falsch ist, da die Krankheit nicht in Phasen oder Stufen verläuft, nicht mit diskreten Übergängen, sondern kontinuierlich und uneindeutig, auch Verbesserungen

sind zwischenzeitlich möglich. Eine meiner Ansicht nach hilfreiche Phaseinteilung stammt von den niederländischen Gerontologen Engelen und Peters.

In der ersten, frühen Phase, die besagte Gerontologen das „*bedrohte Ich*“ nennen, weiß der Betroffene noch von seinen Gedächtnisdefiziten, sie sind ihm allzu bewusst. Aufgrund des Wissens um die regelmäßige und fortschreitende Vergesslichkeit entsteht eine fundamentale Ungewissheit und Unsicherheit, etwas Fremdartiges, Unheimliches geschieht. Angst und Verleugnung sind entsprechend die begleitenden Gefühle in der frühen Phase der Demenz, nicht ungewöhnlich sind auch Depressionen.

Die zweite Phase des „*verwirrten Ichs*“ beschreibt den Moment, von dem an die Betroffenen nicht mehr allein leben können, ein größeres Maß an Hilfe und Aufsicht benötigen. In dieser Phase wird das Gedächtnis immer lückenhafter, immer häufiger misslingt ein Wiedererkennen von Dingen und Personen, das Gehirn sucht oftmals vergeblich nach Anknüpfungspunkten. Der Erkrankte ist gewissermaßen verirrt. Überall kann sich der Demente verirren, verlaufen, den Faden verlieren, bei Plänen, die in die Zukunft weisen, genauso wie bei Erinnerungen oder eben in der Umwelt. In dieser Phase konfabulieren die Betroffenen, das heißt sie ersetzen das, was ihr Ge-

dächtnis nicht mehr freigibt, mit Fantasien und Ausgedachtem. In das aktuelle Erleben mischen sich womöglich immer mehr Teile der vergangenen Lebensgeschichte, Zeit und Raum vermischen sich genauso wie Vergangenheit und Gegenwart. Wenn man will, ist in der ersten Phase vor allem das Kurzzeitgedächtnis betroffen, in der zweiten zerfällt auch das Langzeitgedächtnis. Nicht ungewöhnlich ist auch in dieser Phase, dass verdrängte, traumatische Erlebnisse wieder ans Tageslicht kommen.

Erst in der letzten Phase, das „*versunkene Ich*“ genannt, verlieren die Erkrankten zunehmend auch die Mobilität und Aktivität, auch die nicht zielgerichtete der zweiten Phase. Der Zusammenhang zwischen Worten und Dingen geht verloren, der Demente kann sich nicht mehr ausdrücken, auch keine Wünsche oder Gefühle mehr äußern. Die Gefühle treten endgültig in den Vordergrund des Erlebens, intuitives Reagieren und vitales, physiologisches Handeln überwiegen das vernunftgesteuerte ganz und gar.

Dr. G. Salzberger

In der nächsten Ausgabe geht es um das Selbsterleben des Menschen mit Demenz und um Betreuungskonzepte bzw. -grundsätze.

GEDÄCHTNISTRAINING

Übungen und Logeleien: „Am Strand und in der Sonne“

Bald beginnt die schönste Jahreszeit, der Sommer. Schön, endlich wieder Sonnenstrahlen auf der Haut zu spüren. Auch unser Gedächtnistraining – zusammengestellt von *Karin Lingen* – widmet sich dem Sommer.

1. Übung: Redewendungen

Diese Sprüche kennen Sie sicherlich alle. Ergänzen Sie bitte die fehlenden Wörter.

Den ___ in den Sand stecken.

Sand in die Augen ___.

Auf ___ bauen.

Wie ein ___ sein

Wie Sand am ___.

Wie Sand durch die ___ rinnen.

Etwas in den Sand ___.

Sand in die ___ tragen

Im ___ verlaufen

Da kommt das ___.

Sand ins ___ streuen.

Wie ___ im Sand.

2. Übung: Strandspiele

Was man alles am Strand machen kann! Allerdings ist am Strand mächtig was durcheinandergeraten. Finden Sie es heraus!

Einen Sonnenschirm schlecken.

Ein Badetuch schwimmen.

Ein Eis aufspannen.

Mit Sonnencreme laufen.

Ins Meer einreiben und ausbreiten.

Eine Sandburg lesen oder im Sand graben.

Eine Muschel aufheben und ausruhen.

Ein Buch bauen und dabei die Seiten umblättern.

Sich im Schatten ans Ohr halten.

3. Übung: Sonnengelb

Welche Dinge sind sonnengelb? Unterstreichen Sie alle Begriffe, die gelb sind. Wenn sie einen gelben Stift zur Hand haben, umso besser! Aber es geht natürlich auch mit allen anderen Stiften.

Zitrone – Gras – Himmel – Spinat

– Meer – Tanne – Sonne – Lippen –

Frosch – Safran – Gurke – Ruß – Efeu

– Blut – Banane – Salat – Rabe –

Dotter – Milch – Rose – Klee – Schnee

– Löwenzahn – Rubin – Kapern –

Zucker – Zitronenfalter – Kohle –

Kirsche – Schnittlauch –

Sonnenblume – Tomate – Moos –

Erbsen – Farn – Küken.

4. Übung: Verstecktes gelb

Hier hat sich das Wörtchen „gelb“ versteckt. Lesen Sie die Begriffe laut vor und unterstreichen Sie die Silbe gelb!

Bügelbrett, Dschungelbuch,
Gängelband, Hagelbildung,
Kegelbahn, Mängelbeschreibung,
Regelbereich, Nagelbrett, Nagelbett,
Ringelblume, Segelboot, Spiegelbild,
Tragflügelboot, Vogelbeere,
Ziegelbrennerei.

Ein Mann sitzt im Zug und kaut schweigend an seinem Kaugummi. Ältere Dame gegenüber: „Junger Mann, es ist ja sehr freundlich von Ihnen mir soviel zu erzählen! Leider bin ich völlig taub.“

In diesem Jahr mache ich nichts im Urlaub. Die ersten Tage liege ich einfach nur im Schaukelstuhl. „Wird dir da nicht langweilig?“ „Hm, wenn es soweit ist, fange ich mit dem Schaukeln an.“

Wie findet ihr denn die Berge?“ „Wir fuhren die Straße immer geradeaus und da waren sie dann plötzlich!“

Wie konnten Sie es schaffen, Mailand in nur drei Tagen komplett kennenzulernen?“ „Meine Frau hat die Bauwerke und Museen besichtigt, meine Tochter die Boutiquen und ich die Kneipen!“

Lösungen

blume, Küklen,
wenzahn, Zitronenfalter, Sonnen-
Zitrone, Sonne, Satran, Dotter, Lö-

Dritte Übung:

Einem /Sich im Schatten ausruhen.
lesen und dabei die Seiten umblät-
ten und ans Ohr halten. /Ein Buch
Sand graben. /Eine Muschel aufhe-
men. /Eine Sandburg bauen oder im
den. /Ins Meer laufen und schwim-
schlecken. /Mit Sonnencreme einrei-
Ein Badetuch ausbreiten. /Ein Eis
Einen Sonnenschirm aufspannen. /

Zweite Übung:

männchen, Getriebe, Spuren
Finger, setzen, Wüste, Sande, Sand-
Kopf, streuen, Sand, Sandsack, Meer,

Erste Übung:

NAMEN & NOTIZEN

Drei Verabschiedungen in den Ruhestand

Von drei Verabschiedungen in den Ruhestand lesen Sie auf den letzten Seiten der Clarenbach Aktuell.

Brigitte Hemken be- ging ihren Abschied vom Clarenbachwerk mit einer kleinen Feier

Brigitte Hemken wurde am 18. März 2022 in ihren Ruhestand verabschiedet. Frau Hemken hat dem Clarenbachwerk seit 1996 angehört, auch schon vorher hat sie mit Unterbrechungen wie der Ausbildung zur examinierten Altenpflegerin im Clarenbachwerk gearbeitet.

Sie hat erst viele Jahre im Haus Andreas gearbeitet, seit 1999 als Pflegedienstleiterin. Dann wechselte sie 2001 als Einrichtungsleiterin ins Paul Schneider und Anne Frank Haus. 22 Jahre war sie in den Braunsfelder Häusern und hat entsprechend eine ganze Menge an Wechseln und Veränderungen mitgetragen. Die Arbeit in dem schönen Haus, welches von Beginn an nur Einzelzimmer hatte, hat Frau Hemken viel Freude bereitet, war immer abwechslungsreich und spannend, nicht selten auch fordernd wie beispielsweise in den letzten zwei Jahren die Corona-Pandemie. Auch die Veränderungen, die die Pflegeeinrichtungen im Zuge der Pflegeversicherung und diverser an-



derer Reformen durchgemacht haben, galt es zu meistern.

Hans-Peter Nebelin bedankte sich für das Engagement und die Leitung der Häuser Paul Schneider und Anne Frank und blickte auch noch mal auf einige Stationen des Berufsweges von Brigitte Hemken zurück. Frau Hemken bedankte sich bei ihren Kolleginnen und Kollegen und vor allem bei denen, mit denen sie in Braunsfeld zusammengearbeitet hat. An-



Viele KollegInnen waren gekommen, um sich von Brigitte Hemken zu verabschieden. Foto unten: Lena Klemm übergibt Geschenke

schließlich gab es noch Gelegenheit, sich persönlich von Brigitte Hemken zu verabschieden, die Kolleginnen und Kollegen hatten ihre Geschenke an dem Hobby des Brotbackens ausgerichtet. Trotz Ende März noch sehr virulenter Corona-Pandemie konnte

noch eine Weile gefeiert werden, das „Maske Auf – Maske Ab“ wird uns noch geraume Zeit begleiten.

Wir wünschen Brigitte Hemken alles Gute für ihren Ruhestand und hoffen auf gelegentliches Wiedersehen!

Georg Salzberger

.....

Unsere liebe Kollegin Malihe Nikkhou geht in den Ruhestand

Frau Malihe Nikkhou war seit 2015 im Clarenbachwerk als Betreuungsassistentin tätig. Ihr Engagement, ihre Freundlichkeit, Höflichkeit und Hilfsbereitschaft gegenüber Bewohnerinnen und Bewohnern, aber auch gegenüber Kolleginnen und Kollegen war einmalig. Bei ihrer Abschiedsfeier waren viele Kolleginnen und Kollegen zugegen und haben sie mit verschiedenen und zahlreichen Speisen überrascht. Von allem hat Herr Torsten Monsieur mit seiner Gitarre einen Song für Malihe geschrieben, den alle bewundert haben. Hier ist der Text:



Ein kleines Stück von Himmel

Deine Seele sehnt sich nach Frieden
in einer Welt ohne Schmerz
Du hast dich lange schon entschieden
und folgst, so gut es geht, Deinem Herz

Hier bist Du Sonnenlicht – ein sattes
Wort und bist auch lang schon dabei
Jetzt machst Du die Leinen los und
gehst an Bord

Das Schiff heißt Zukunft- Auf Wiedersehen!
Good Bye!

Malihe, was hast Du Dir nur dabei
gedacht?

Malihe – wir vermissen Dich jetzt
schon!

Malihe – wir haben zusammen so oft
gelacht!

Malihe – die Hoffnung stirbt immer
zuletzt – Oh!

Du verlässt uns für Dein Glück
Doch uns fehlt dann ein kleines Stück
... von Himmel

Deine Seele ist die Gute hier im Haus
Deine Augen blicken in uns hinein
Du bringst die Sonne rein, fegst Dunkelheit
hinaus

Malihe, warum lässt Du uns allein?
Deine Sorge gilt den Menschen überall

Du bist immer für uns da
Eine Rose auch mit Dornen und einen kleinen
Krall

Einfach toll und einfach wunderbar
Malihe, was hast Du Dir nur dabei
gedacht?

Malihe, wir vermissen Dich jetzt



schon!

Malihe- wir haben zusammen so oft
gelacht!

Malihe- die Hoffnung stirbt immer
zuletzt- Oh!

Für uns bleibst Du immer Topp

Hier hast Du einen Mini Job... fürs
Leben!

Torsten Monsieur

Liebe Mali, wir wünschen Dir für die Zukunft alles Gute! Auch wenn du nicht mehr hier bist, deine Hilfsbereitschaft und deine nette Art waren immer Anlass zum Staunen und werden uns fehlen. Wir freuen uns mit dir und wünschen dir das Beste für deinen Ruhestand. Genieße nun die wohl verdiente Rente! Wir haben schöne Momente mit dir erlebt, beneiden dich ein bisschen und wir werden dich vermissen. Wenn Menschen auseinandergehen, so sagen sie „Auf Wiedersehen“!

Sophie Neumann, Betreuungsassistentin Anne Frank und Paul Schneider Haus

.....

Elke Mahr hat ihren letzten Arbeitstag absolviert

Am gleichen Datum wie Frau Hemken beginnt Elke Mahr ihren letzten Arbeitstag. Sie hatte eine Feier zur Verabschiedung abgelehnt, verabschiedete sich aber doch persönlich bei vielen Weggefährten. Bei einer Betriebszugehörigkeit von fast 40 Jahren – die Aushilfszeit mitgerechnet – sind es naturgemäß sehr, sehr viele Kolleginnen und Kollegen, von denen sich Elke Mahr verabschiedet hat. Sie selber sagt, dass sie in all den Jahren im

Clarenbachwerk so viele tolle Menschen kennen und schätzen gelernt und wirklich sehr, sehr viel erleben durfte!

Elke Mahr schrieb in ihrer Abschiedsmail an die KollegInnen: „Jetzt wird es Zeit, mich einer neuen Herausforderung zu stellen. Ich werde in meinem Ruhestand versuchen etwas ganz kostbares – die Zeit – zu genießen. Zeit für z.B. meinen Enkelsohn, Zeit, um Freundschaften zu pflegen und Zeit für tolle Reisen (Afrika lockt ja schon länger)“

Wir wünschen Elke Mahr alles Gute für die kommende Zeit! (Und ich wünsche mir, dass Elke Mahr mir nicht böse ist, wenn ich von ihrem Abschied, den sie gerne leise gestaltet hat, hier kurz berichte.)

Georg Salzberger



Gemeinschaft aktiv leben & unterstützen



Engagieren Sie sich im Förderkreis des Clarenbachwerks!

Jede gemeinnützige Organisation benötigt ideale und materielle Unterstützung durch Dritte. Angesichts enger kalkulierter Pflegesätze wird die Fürsorge für pflegebedürftige Menschen zu einer Aufgabe, die uns alle angeht.

Wer sind wir?

Der Förderkreis Clarenbachwerk Köln e. V. ist ein Zusammenschluss hilfsbereiter BürgerInnen, die sich dem Clarenbachwerk verbunden fühlen. Mit unserem Engagement ergänzen und bereichern wir das soziale und kulturelle Angebot des Clarenbachwerks.

Beispiele für unsere Unterstützung:

- Kleinbus für Gruppentransport, Behindertenfahrzeuge
- Sportgeräte für SeniorInnen
- Ausbau des Blumen-/Gemüsegartens
- Holzhaus, Gartenmöbel, Sonnenschirme
- transportable Bühne für Feste
- Zuschüsse zu Festen



Mitglieder und Förderer gesucht!

Schon ab 10 Euro pro Monat leisten Sie einen wertvollen Beitrag für die Menschen im Clarenbachwerk. Als Mitglied erhalten Sie Einladungen zu kulturellen Aktivitäten des Clarenbachwerks und die Hauszeitschrift „Clarenbach Aktuell“. Der Förderkreis organisiert außerdem regelmäßig besondere Exkursionen für seine Mitglieder.

Bankverbindung: Sparkasse KölnBonn, BLZ 370 501 98, Kto-Nr. 24072951, IBAN DE19 3705 0198 0024 0729 51, SWIFT-BIC: COLSDE33

(Spendenquittung wird automatisch zugestellt)

Bei Interesse freuen wir uns über Ihre Kontaktaufnahme. Weitere Informationen unter:

www.foerderkreis-clarenbachwerk.de

Förderkreis Clarenbachwerk Köln e. V.

c/o CBWK Clarenbachwerk Köln gGmbH

Büro der Geschäftsführung

Alter Militärring 94 | 50933 Köln

Telefon: 0221 49 85-102 (Frau Voßmann), Fax: -106



CLARENBACH AKTUELL STELLT VOR: **Service-Wohnen: Freiraum & Unterstützung**

Barrierefreie Apartments für Seniorinnen und Senioren – Pflegegrad nicht erforderlich

- 1–3 Zimmer, großer Balkon, tw. Domblick, Kleine Einbauküche, Senioren-/behindertengerechtes Bad/barrierefreie Dusche, Aufzug
- Videogegensprechanlage, Telefon, TV, Videoüberwachung im Eingangsbereich
- Diverse Basis- und Wahlleistungen
- Nutzung der Gemeinschaftseinrichtungen auf dem Campus
- Zusätzliche Angebote



NEU:
Barrierefreie
Apartments für
Senioren

Kontakt Service-Wohnen:

aufnahme@clarenbachwerk.de
Tel. 0221 4985-215, -308, -452

Mehr Info:

[www.clarenbachwerk.de/
angebot/service-wohnen](http://www.clarenbachwerk.de/angebot/service-wohnen)

