11. Jahrgang
Ausgabe 1
Mai – Oktober 2020

Augenblick – Bethesda

Wohnen im Alter

Unsere Themen:

- Hallo liebe Leser 2
- Nathalie stellt sich vor 3
- Rückblick 4/5
- Weniger ist manchmal mehr 6/7
- Einblicke in die Lebensgeschichte von M. Zebunke 8/9
- Wir mussten Abschied nehmen/ Wir begrüßen 10
- Ausblicke 11
- Rätselspaß 12

Leben im Alter Theodor Fliedner Stiftung

Hallo liebe Leser,

in diesen schweren Zeiten der Corona-Krise ist es schwer, ein Vorwort zu schreiben für unsere Hauszeitung. Wir hoffen, dass es Ihnen gut geht.

Die Mitarbeitenden unserer Einrichtung haben in dieser sehr schweren Zeit bewiesen, dass sie einen tollen Job machen. Im größten Krisengeschehen kümmern sie sich unbeirrt liebevoll und aufmerksam um die Bewohnerinnen und Bewohner, verlieren nicht den Mut und ihre Motivation. Ich bin sehr stolz, mit diesen Menschen arbeiten zu dürfen!

Weihnachten 2019 verzichtete ja das Personal von Haus Bethesda auf Weihnachtsgeschenke, das Geld sollte gespendet werden. Auch Sie als Angehörige beteiligten sich an dieser Sammelaktion, dafür ein großes Dankeschön. Am 28.02.2020 konnten wir die erste Hälfte der Spende übergeben:

700 Euro übergaben wir der Leiterin des Frauenhauses Kreis Mettmann. Sie erzählte viele interessante Aspekte ihrer Arbeit, die uns tief beeindruckten. Respekt auch vor dieser Tätigkeit.

Die Übergabe der restlichen 700 Euro an „Ärzte ohne Grenzen“ wurde in beiderseitigem Einverständnis verschoben auf einen Zeitpunkt nach der Corona-Krise.

Auch für diese Aktion ein Dank an unsere Mitarbeitenden. Schön, dass sie trotz ihres anspruchsvollen Jobs noch an andere Menschen denken, die hilfebedürftig sind.

Bitte passen Sie gut auf sich auf und bleiben Sie gesund. Wir hoffen, dass wir nach dieser Krise wieder persönlich mit Ihnen ins Gespräch kommen können.

Herzlichst Ihre

Gisela Neldner

-Einrichtungsleitung

Nathalie Thomé stellt sich vor

Hallo liebe Leserinnen und Leser, mein Name ist Nathalie Alexandra Thomé. Ich bin 26 Jahre alt und arbeite seit fünf Monaten als examinierte Altenpflegekraft im Haus Bethesda. Davor absolvierte ich meinen Bundesfreiwilligendienst von eineinhalb Jahren und auch meine 3-jährige Ausbildung zur Pflegefachkraft im Haus Bethesda.

Während meiner Schulausbildung war ich mir noch sehr unsicher über meine Berufswahl. Jedoch nach meinem Wirtschaftsabitur entschied ich mich bewusst dazu, etwas Sozialengagiertes zu machen.

Das Haus Bethesda ermöglichte es mir, durch den Bundesfreiwilligendienst, erste Eindrücke in der Pflege und Betreuung zu sammeln. Diese Gelegenheit hatte weitreichende Konsequenzen für mich. Ich merkte schnell, dass mir diese Arbeit sehr viel Spaß macht und die Begegnungen mit Menschen meine Berufung ist. Dies bestärkte mich im Anschluss an den Bundesfreiwilligendienst, die Ausbildung als Altenpflegerin zu beginnen. Die Vielfältigkeit, die diesen Beruf ausmacht, inspiriert mich jeden Tag aufs Neue, meine Kompetenzen persönlich wie auch beruflich immer weiter zu entwickeln. Ich möchte, so abgedroschen es auch klingen mag, dem Leben meiner Mitmenschen nicht nur beiwohnen, sondern es positiv beeinflussen.

Meine Authentizität im Umgang mit den Bewohnern liegt mir dabei sehr am Herzen. Es ist mir ein dringendes Bedürfnis nicht nur für die alltäglichen Nöte der Bewohner da zu sein, sondern sie mit Wertschätzung und Empathie zu umgeben. Wer sich hier verstellt, wird kaum wahrgenommen. Die feinen Antennen der Bewohner sind es, die uns jeden Tag fordern und vor Augen führen, dass wir es mit realen Menschen zu tun haben. Wir sind der Anker in einer Welt, die für die Betroffenen immer verwirrender wird. Ich habe gelernt, dies zu verinnerlichen und darüber bin ich sehr froh.

Die Erfahrungen der letzten Monate haben mich stark geprägt und mir vor allem die Zuversicht gegeben, die aktuelle Krise zu bewältigen. Gerade in der jetzigen Situation sollte uns allen bewusst sein, nicht nur Hoffnung zu haben, sondern sie vielmehr mit anderen zu teilen.

Viele liebe Grüße,
Nathalie Thomé

Rückblick ...

Das Leben im Haus Bethesda

Liebe Leserinnen und Leser,

wir haben wieder ein paar Eindrücke der letzten Monate für Sie fest gehalten.

Mit Erstaunen und großer Freude wurde auf den Besuch von Gabis mobiler Tierfarm reagiert. Sowohl Bewohner als auch Kollegen hatten Spaß. Ein umsichtiger Esel mit Stoppersocken in der Wohngemeinschaft, damit das Parkett nicht zerkratzt wird, das erlebt man nicht jeden Tag. Zur großen Überraschung von Frau Burgsmüller machte er auch Bettbesuche. Etwas störrisch aber immer gut beeinflussbar durch Möhrchen und Äpfel.

Maus, Frettchen, Pony und Kaninchen waren ebenfalls zu Besuch. Mit Fürsorge wurde auf die Kaninchen eingegangen, neben Futtergabe kamen auch die Streicheleinheiten nicht zu kurz.

Ein beeindruckender Besuch, der auf Wunsch der Bewohner und Kollegen in diesem Jahr auf jeden Fall wiederholt wird.

Ein weiteres Highlight ist u.a. unsere Wellnessoase, die seit ein paar Monaten angeboten wird.

Zur Einstimmung gibt es Fingerfood und natürlich auch ein Glas Sekt. Die Gurken- und die Honigmaske werden anschließend liebevoll aufgetragen. Danach, so die einstimmige Meinung der Bewohnerinnen, ist die Haut samtig weich und wie man an den Bildern sieht, die Stimmung äußerst entspannt.

Ihre Susanne Schmalenberg und Sigrid Wedding (Fotos)

„Weniger ist manchmal mehr“

Die Arbeit mit Menschen mit Demenz wird in den letzten Jahrzehnten immer häufiger in den Medien thematisiert, da die Zahl der Betroffenen immer größer wird. Gut ist, dass die reine Körperpflege nicht mehr übermächtig im Vordergrund. Es geht eben nicht mehr darum, einen Menschen mit Demenz ordentlich aussehen zu lassen, sondern sich auch um sein Befinden zu kümmern. Leider ist die Palette an Therapien und Trainings für die Betroffenen immer unübersichtlicher geworden. Die meisten Ansätze sind hierbei von einem pädagogischen Geist beseelt, der von seinem Selbst- verständnis her eine Haltung vermittelt in dem Sinn, zu wissen, was gut für einen Menschen mit Demenz ist.

Aber können wir das wirklich von außen erkennen und bestimmen? Darf eine Therapie für Menschen mit Demenz nach dem Kredo aufgestellt werden: „Bitter für den Mund – für den Körper gesund!“. Sicherlich nicht.

Was erleben die Betroffenen?

Seit gut 25 Jahren wird nun in der Demenzforschung auch die Sicht der Betroffenen einbezogen. Immer häufiger fragt man bei Menschen mit Demenz nach:

- „Wie fühlt sich Demenz an?“
- „Was sind Ihre vornehmsten Befürchtungen?“
- „Wie können wir Ihnen helfen?“

Aus Interviews, Erzählungen und aus der praktischen Arbeit mit Menschen mit Demenz ist mittlerweile eindeutig klar, dass die meisten Betroffenen voll sind mit: Angst, Unsicherheit und Hilflosigkeit. Diese emotionale Gemengelage muss unbedingt berücksichtigt werden bei allen Ansätzen und Angeboten für die Betroffenen.

Was wünschen sich Angehörige?

Angehörige von Menschen mit Demenz wünschen sich ihrerseits, dass der Mensch mit Demenz sich nicht verändert und das der Zustand der Demenz sich nicht verschlechtert. Warum wünschen Angehörige dieses? Weil sie deutlich miterleben, dass der Betroffene sich verändert und sie Sorge haben, ihn zunehmend zu verlieren. Hieraus erwächst nun der verständliche Wunsch alles zu tun, um die Veränderung aufgrund der Demenz bei den Betroffenen nicht weiter fortschreiten zu lassen. Die Devise lautet hierbei: „Wenn der Betroffene nur genügend trainiert wird, dann wird alles wieder gut!“. Aber ist das wirklich so? Nach heutigem Wissen muss klar gesagt werden: Das sind unrealistische Therapiewünsche.

Demenz lässt sich nicht therapieren!

Im kurativen (heilenden) Sinne lässt sich Demenz nicht therapieren. Weder Medikamente noch intensives Training (z.B. Aktivierung) kann das zunehmende Fortschreiten einer Demenz aufhalten. Hingegen zeigen z.B. Gedächtnistraining und Realitätstraining dem Betroffenen täglich auf, was er alles nicht mehr kann und weiß. Das wiederum erzeugt bei ihm Frustration.

Autonomie trotz Demenz!

Der englische Demenzexperte Kitwood hat Ende der 1990er Jahre aus seiner praktischen Arbeit mit Betroffenen mit Demenz seinen berühmten „Personzentrierten Ansatz“ in der Betreuung von Menschen mit Demenz entworfen. Zunehmend orientieren sich auch deutsche Demenzexperten an diesem Ansatz. Das Innovative hieran war und ist, dass es nicht den „Königsweg“ in der Arbeit mit Menschen mit Demenz gibt. Ein Mensch mit Demenz bleibt individuell und einzigartig.

Seine Wohlbefindensäußerungen bei bestimmten Angeboten und Aktivitäten lenken das Pflege- und Betreuungsprogramm. Das bedeutet, die emotionalen Äußerungen der Betroffenen lenken die Maßnahmen und Interventionen.

Ziel: Wohlbefinden und Lebensqualität

Kitwood ist in seiner Arbeit aufgefallen, dass die Betroffenen täglich um ihre Integrität und Autonomie ringen. Sie möchten in dem Maße trainiert und therapiert werden, wie sie es selber bestimmen. Entsprechende Assessments zur Erfassung von Wohlbefinden (z.B. die Skala der Bradford Dementia Group) helfen dann den Teams ihre beobachteten Reaktionen bei Menschen mit Demenz miteinander zu vergleichen, um dann die Maßnahme entsprechend anzupassen. Hieraus entsteht dann ein zirkulärer Prozess: Angebot als Versuch – Erfassung von Wohlbefinden bei dem Betroffenen – erneutes Angebot bzw. Verstetigung des Angebots.

Weniger ist manchmal mehr!

Dieser Leitsatz ist Programm für Menschen mit Demenz. Die letzten Jahre haben nämlich deutlich gezeigt, dass es zu viele Angebote für die Betroffenen gibt, die einen pädagogischen Anspruch vertreten, nämlich zu wissen, was gut für die Betroffenen ist. Hiervon muss unbedingt abgerückt werden, damit die Betroffenen nicht bevormundet und entmündigt werden.

Mit Ruhe und Bedacht einem Menschen mit Demenz zu begegnen, seine Befindlichkeit zu erfassen und ihm solidarisch zur Seite zu stehen (bzw. zu sitzen), sind wohl angemessener als Trainings und Therapien.

„Gammeln“ statt „Leistung erbringen“ ist hierbei die wohl bessere Devise.

Kontakt:

Stephan Kostrzewa
st.kostrzewa@arcor.de

(exam. Altenpfleger; Dipl. Sozialwissenschaftler); Institut für palliative und gerontopsychiatrische Interventionen in Mülheim an der Ruhr; Chefredakteur „Palliativpflege heute“; Fachbuchautor

Rätselseite

Schlagerhitparade

1. *Das kann einen Seemann doch nicht erschüttern* … wie geht die Zeile weiter? Wer hat das Lied gesungen?
2. *„Ich bin von Kopf bis Fuß auf Liebe eingestellt.“* Marlene Dietrich singt dieses Lied in welchem Film? Welche Rolle spielt sie?
3. Wer wollte mit Theo nach Lodz?
4. Wer hatte ein Bett im Kornfeld?
5. Was will mein Süßer am Sonntag, *„sofern die Winde weh'n“*?
6. Wer ging „ohne Krimi nie ins Bett“ und wer hat das Lied gesungen?
7. Wer wollte „nen Cowboy als Mann“?

Lösungen: 1. Heinz Rühmann, … Keine Angst, keine Angst, Rosemarie! • 2. Der blaue Engel, Lola • 3. Vicky Leandros 4. Jürgen Drews • 5. Am Sonntag will mein Süßer mit mir segeln geh'n • 6. Bill Ramsey, Mimi • 7. Gitte

Mein Name ist Manfred Zebunke...

... hier ein kleiner Einblick in mein Leben.

Am 21. März 1957 wurde ich in Gelsenkirchen geboren. Unser Zuhause war aber in Altenessen, das ist im Norden von Essen. Meine Eltern und mein sieben Jahre älterer Bruder Helmut und ich wohnten in einer schönen Wohnsiedlung. Dort verbrachte ich meine Kindheit und meine Jugend bis zum Alter von 25 Jahren.

Als Kind besuchte ich auch oft meine Großeltern in Karnap, das ist der Nachbarort von Altenessen. Ich hatte eine sehr schöne Kindheit. Bei uns zuhause war immer etwas los. Mein Vater Artur hatte viele Freunde und war sehr beliebt. Wir hatten bei uns in der Siedlung als erste Familie einen Fernseher und somit war klar, bei wem immer Fußball geschaut wurde.

In unserer Familie drehte sich alles um Fußball, vor allem um FC Schalke 04, dem mein Vater von frühester Jugend an verbunden war. Der Schalker Fan-Club-Verband wurde gegründet und mein Vater war der 1. Vorsitzende.

Auch meine Leidenschaft zum Fußball und zum Verein FC Schalke 04 wurde durch meinen Vater und meinen Bruder Helmut geprägt. Bis zum Bruch meines rechten Handgelenks 1990 auf vereistem Boden, spielte ich regelmäßig Fußball im Verein Schwarzweiß Altenessen. Danach durfte ich nicht mehr. Ich trainierte dann unsere Fan-Club-Mannschaft.

Meine Interessen waren sehr vielfältig. Hier möchte ich einige nennen. Die Musik spielte in meinem Leben auch eine große Rolle. Leider spiele ich kein Instrument, obwohl ich mir mal eine E-Gitarre kaufte, um darauf zu spielen. Mein Kumpel Andreas hatte sie sich ausgeliehen und ich sah sie nie wieder, allerdings Andreas dann irgendwann auch nicht mehr. Eines Tages spielte ein Freund mir etwas von David Bowie vor, da war es um mich geschehen. Er wurde mein Idol und ich hatte mich in ihn und seine Musik verliebt. Ich besuchte zwei Konzerte von ihm. Das letzte Konzert in Köln mit meiner Frau Harriet war das Beste, was ich an Konzerten erlebt habe.

Ich interessierte mich auch für Autos, so kaufte ich mir einen alten Mercedes, an dem wir, mein Freund Uwe und ich, immer in der Freizeit herum schraubten. Wir hatten uns dafür sogar eine Garage gemietet. Mein ganzer Stolz allerdings war, mein Opel Kadett Coupé mit schwarzem Rallye Streifen.

Freitags trafen wir uns bei meinen Eltern. Mein Vater, mein Bruder Helmut und ich machten Wetträtseln. FAZ oder Zeit-Rätsel lösen in einer vorgegebenen Zeit. Die Rätsel heißen, um die Ecke gedacht. Es hat immer riesen Spaß gemacht!

Ende 1986 habe ich meine große Liebe getroffen. Sie kommt aus Heidelberg und ich sang das Lied: „Ich hab mein Herz in Heidelberg verloren …“. Ich studierte Verwaltungswirtschaft in Mannheim und lernte meine zweite Frau, Harriet, dort kennen. Ich habe mich, in die damals Rothaarige, sofort verliebt. Wir zogen 1988 gemeinsam nach Altenessen, gründeten unsere Patchwork Familie und am 06. 03. 1989 heirateten wir. Ich habe aus meiner vorherigen Beziehung zwei Kinder, Sabrina und André und Harriet aus ihrer, Steffi und Susanna.

Nach meinem Studium (davor machte ich erst eine Ausbildung zum Industriekaufmann bei Krupp Widia) orientierte ich mich aber wieder um und wechselte 1990 lieber in die IT Branche. Für diesen Bereich konnte ich mich am meisten begeistern und er entsprach auch meinen Interessen.

Wir waren auch gerne auf Reisen, oft in Europa, aber auch in USA und Kanada. Ein besonderes Erlebnis war der

Besuch der Southfork Ranch ca. 40 km von Dallas entfernt, da ich die Serie „Dallas“ immer im Fernsehen schaute. Von New York und Cape Cod waren wir auch begeistert. Cape Cod, „Kap Kabeljau“, ist eine große Halbinsel und liegt südöstlich von Massachusetts, USA, am Atlantik. Wir waren auch oft an Nord- und Ostsee, vor allem mit unseren Kindern. Kühlungsborn an der Ostsee ist seit Jahren ein sehr beliebtes Urlaubsziel von uns geworden.

Mein Leben war rückblickend ein schönes Leben. Meine Familie ist großartig. Unsere wunderbaren Kinder haben mir immer sehr viel Freude bereitet. Unsere Familie wurde größer und größer und wir freuen uns auch sehr über unsere drei entzückenden Enkelinnen, Linn, Paula und Philippa.

Wir hatten immer viel Spaß! Haben schöne Urlaube zusammen gemacht. Als die Kinder alle klein waren, hatten wir einen Nissan-Vanette-Bus. Es sollten ja alle Kinder mit uns in ein Auto passen bei unseren Urlauben und Ausflügen und manchmal war sogar noch die Cousine Laura dabei. Auch unsere Hündin „Lady“ eine Foxterrier Dame war mit von der Partie. Wir haben auch immer viele schöne Feste gefeiert. Zusammenhalten war und ist mein Motto!

Danke an das Haus Bethesda! Es ist großartig was jeder Einzelne von Ihnen täglich leistet. Die Fürsorge und sehr gute Pflege, die ich hier bekomme und die liebevolle, familiäre Betreuung, die den Bewohnern entgegengebracht wird, gibt nicht nur den Bewohnern, sondern auch den Angehörigen ein gutes Gefühl.

Ganz herzlichen Dank dafür!

Wir mussten Abschied nehmen

Am 22. November 2019 von Karl-Heinz Piske, WG Dürer

Am 5. Januar 2020 von Gisela Schwenzer, WG Picasso

Am 14. Februar 2020 von Anna-Maria Piske, WG Dürer

Am 3. März 2020 von Udo Najorka, WG Spitzweg

Am 4. März 2020 von Helgart Lischka, WG Picasso

Am 24. März 2020 von Gisela Goergen, WG Dürer

Die Trauer hört niemals auf, sie wird ein Teil unseres Lebens.
Sie verändert sich und wir verändern uns mit ihr.

Wir begrüßen

Im Dezember 2019 Herr Manfred Zebunke, WG Dürer

Im Januar 2020 Frau Renate Köstring, WG Picasso

Im Februar 2020 Frau Rosemarie Draszba, WG Dürer

Im März 2020 Herr Joachim Rezny, WG Picasso

Ausblicke

Feste und Veranstaltungen im Haus Bethesda

Tanz-Café mit DJ Mirco

Jeden Monat nächste Termine:
Donnerstag, den 7. Mai
Dienstag, den 19. Mai
Donnerstag, den 4. Juni
Dienstag, den 16. Juni
Jeweils um 15:30 Uhr in der WG Klee für alle Bewohner

Singkreis mit Brigitta Hansen

Jeden Monat, nächste Termine:
Donnerstag, den 14. Mai
Donnerstag, den 28. Mai
Donnerstag, den 18. Juni
Donnerstag, 25. Juni
Jeweils um 15:30 Uhr in der WG Klee für alle Bewohner

Clownsbesuch

Am Mittwoch, den 13. Mai
Mittwoch, den 17. Juni

Großes Sommerfest

Am Samstag, den 8. August um 15:00 Uhr
im Garten des Hauses Bethesda
DJ Mirco führt durch das Programm

Herbstfest

Am Dienstag, den 13. Oktober um 15:00 Uhr
im Festsaal mit DJ Mirco

ÄNDERUNGEN VORBEHALTEN!

Leider ist nicht klar in welchem Umfang die geplanten Veranstaltungen in Zeiten der Corona-Epidemie stattfinden können.

Bitte informieren Sie sich im weiteren Verlauf über Aushänge in den Wohnbereichen.

Die Rätselseite

1. Welches Gericht wird aus diesen Zutaten zubereitet?

Kartoffeln, 1 kg
Brühe, 125 ml
Essig, 3–5 EL
Rapsöl
Radieschen, 2–3 Bund
Schnittlauch, 2 Bund
Zucker, 1 TL
Pfeffer und Salz

Lösung: Kartoffelsalat

2. Bild + Wort
Bilde ein sinnvolles Wort

. . . . . baum

. . . . uhr

Ohr . . . . . .

Traum . . . . . .

3. Ergänze die Sprichwörter:

Zeit ist	Geld spielt keine ...
Reden ist Silber, Schweigen ist	Geld regiert die ....
Auf Heller und Pfennig	Beim Geld hört die .....
Es ist nicht alles Gold, was	Morgenstund hat Gold im ....

Lösung: ...Geld/ ...Gold/ ...zurückzahlen/ ...glänzt/ ...Rolle/ ...Welt/ ...Freundschaft auf/ ..Mund

Impressum

Augenblick – Bethesda

Theodor Fliedner Stiftung
Haus Bethesda –
Wohngemeinschaften für
Menschen mit Demenz

Thunesweg 58

40885 Ratingen

Tel.: (02102) 303-701

Fax: (02102) 303-733

info.haus-bethesda@fliedner.de

www.bethesda.fliedner.de

Redaktionsteam

Susanne Schmalenberg
Gisela Neldner

Verantwortlich:

Gisela Neldner
Einrichtungsleitung

Susanne Schmalenberg
Leitung Sozialer Dienst

Nächster Erscheinungstermin
November 2020