



Willy-Köhen-Seniorenzentrum
Neukirchen-Vluyn

Ehemals: Herbstsonne

Dezember 2011

Leben mit Herz

Die Zeitschrift der Arbeiterwohlfahrt in Neukirchen-Vluyn

Nr. 52

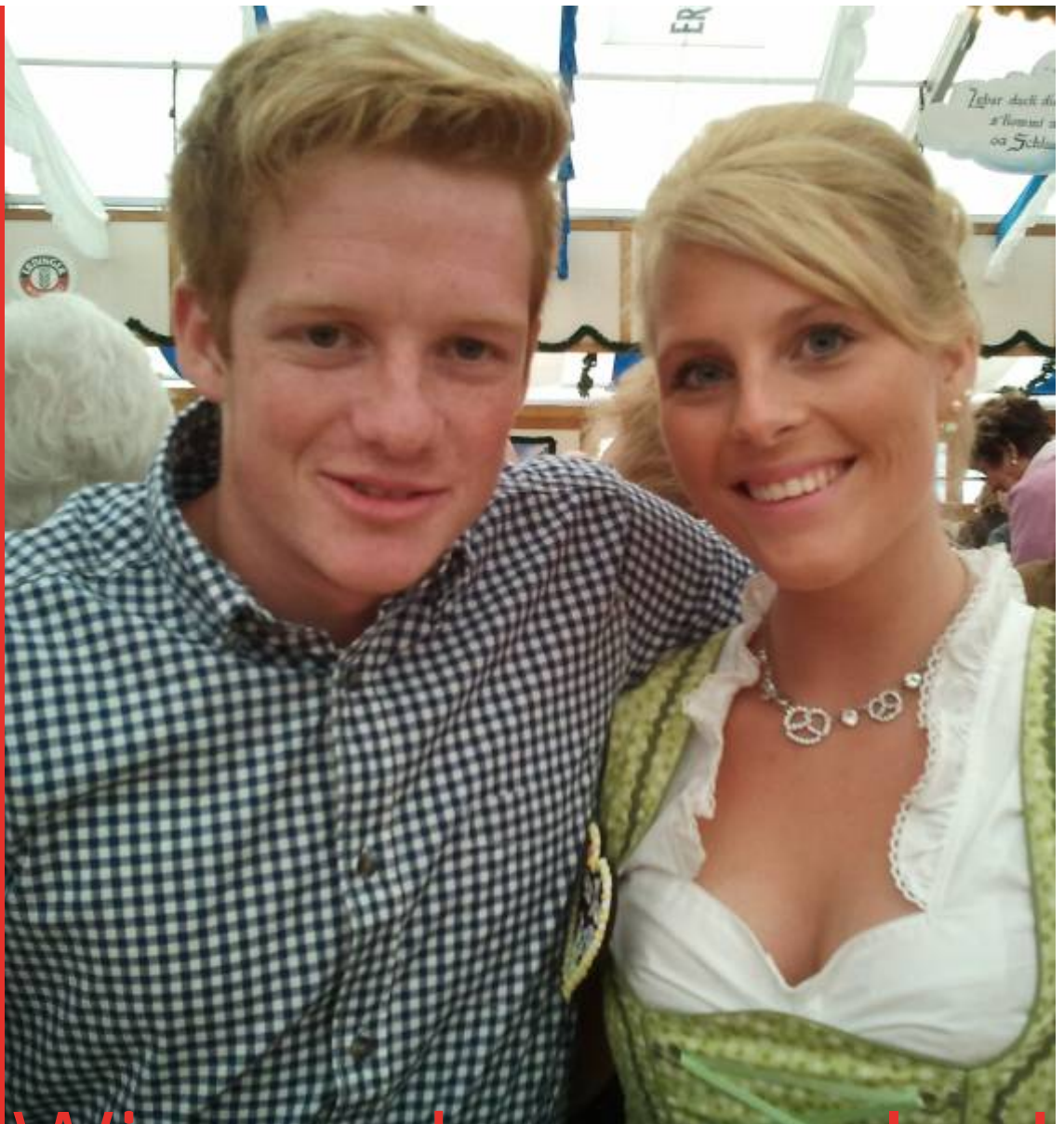
Ihre Partner vor Ort:

AWO-
Seniordienste
Niederrhein
gGmbH

Willy-Köhen-
Seniorenzentrum
Fürmannsheck 31
47506 Neukirchen-Vluyn
Tel.: 0 28 45-91 30-0

AWO-Ortsverein
Neukirchen-Vluyn
Max-von-Schenkendorf-
Straße 9
47506 Neukirchen-Vluyn
Tel.: 0 28 45-4 23 0

*Die
Arbeiterwohlfahrt:
Freundlich,
zuverlässig &
fachlich
ganz vorne!*

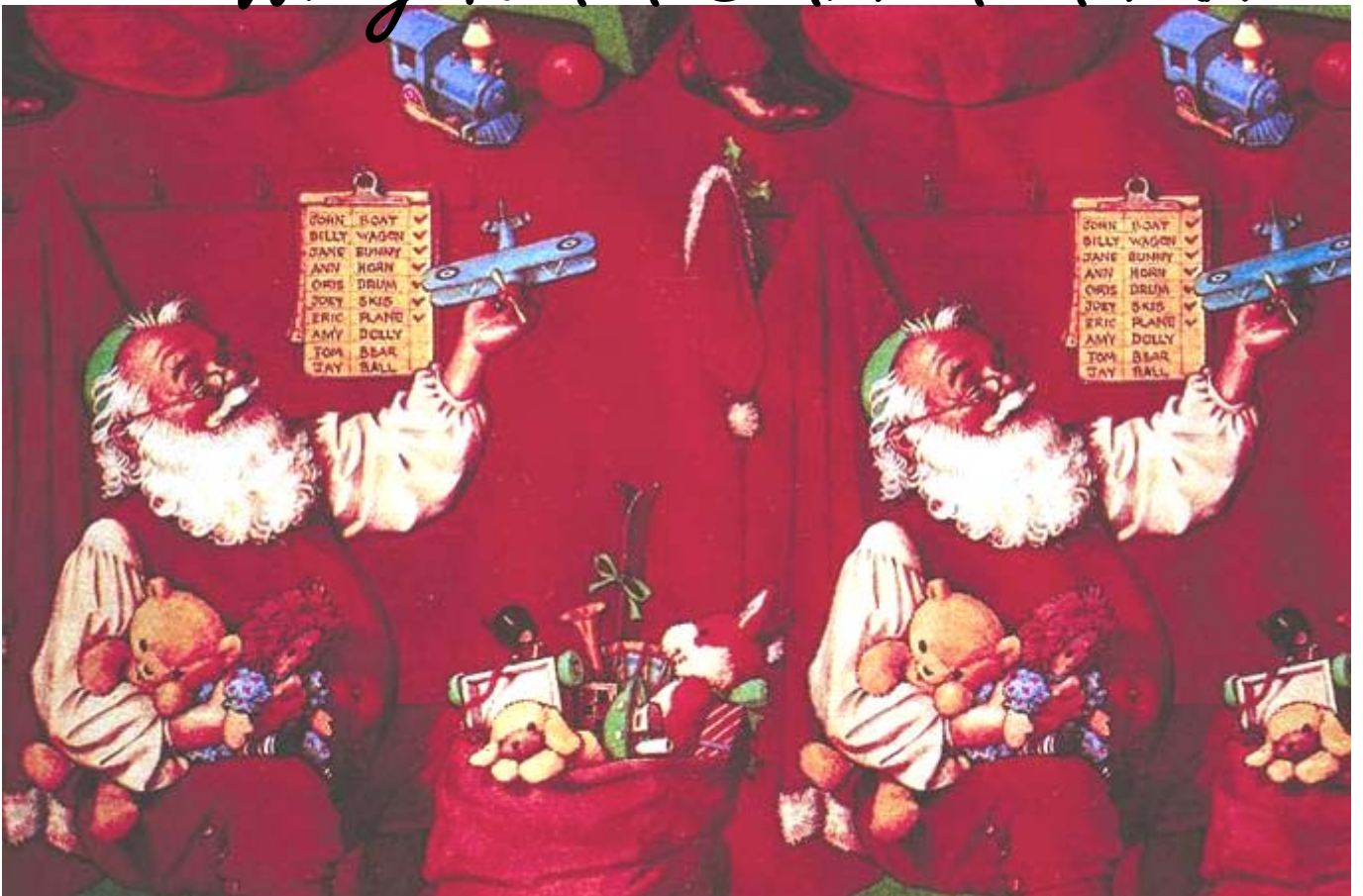


Wir machen was los!

Wir läuten die Winter- &
Weihnachtszeit ein!



Winter- & Weihnachtszeit im Willy-Könen-Seniorenzentrum



Folgender wichtiger Termin steht an:

Weihnachtsfeier:

*Donnerstag, 22. 12. 2011
für Bewohnerinnen & Bewohner in ruhiger Atmosphäre*

Auf ein Wort...

Einleitende Worte zur neuen Ausgabe unserer Hauszeitung

| Marina Schoofs



Liebe Leserinnen, liebe Leser, immer wenn viele Menschen auf engem Raum zusammenleben und -arbeiten, können unvorhersehbare Situationen entstehen. Eine solche führte dazu, dass unsere traditionelle Nikolausfeier am 6. 12. 2011 nicht stattfinden konnte. Deshalb möchte ich Sie auch auf diesem Wege noch einmal wissen lassen, dass wir diese Entscheidung nicht leichtfertig, sondern nach bestem Wissen und Gewissen und zum Wohle aller unserem Hause nahe stehenden Personen getroffen haben.

Es tut mir ganz besonders für alle Angehörigen und Betreuer leid, bei denen wir uns nicht, in einem persönlichen Gespräch in gemütlicher Atmosphäre, für die gute Zusammenarbeit bedanken konnten. Nehmen Sie bitte an dieser Stelle unsere herzlichen Grüße und besten Wünsche entgegen, denn wir freuen uns auf jeden Fall auf die weitere Kooperation im nächsten Jahr.

Das nächste gemeinsame Fest, welches wir auf jeden Fall feiern werden, ist unsere Weihnachtsfeier mit allen Bewohnerinnen und Bewohnern und unseren geladenen Gästen. Wir werden alles dafür tun, dass wir bis dahin wieder größere Veranstaltungen stattfinden lassen können.

Die Adventszeit lädt zum Nachdenken ein und so ist auch unsere heutige Ausgabe wieder voll mit Erzählungen, aber auch mit besinnlichen

und jahreszeitlichen Beiträgen. Der große Jahresrückblick wird in der ersten Ausgabe 2012 nachzulesen sein und damit hätten wir dann alle Veränderungen an und in unserer ehemaligen Herbstsonne vollzogen. Deshalb wird zukünftig dieser Untertitel von dem Deckblatt entfernt und unsere Hauszeitung trägt dann nur noch den Titel **Leben mit Herz**.

Diese Zeitschrift lebt mehr denn je von Ihrer Beteiligung, weshalb ich Sie bitten möchte, sich auch zukünftig aktiv in die Gestaltung einzubringen. Teilen Sie sich uns mit oder recherchieren Sie zu einem besonderen Thema, das Sie gerne mit anderen diskutieren möchten. Wenn Sie den Stift nicht mehr selber führen können, dann wenden Sie sich an unsere Redaktionsmitglieder, die Ihnen dann mit Rat und Tat zur Seite stehen.

In der Hoffnung, dass uns unser alter Leserstamm erhalten bleibt und mit der Zuversicht, neue Interessenten anzusprechen, wünsche ich Ihnen viel Freude bei der Lektüre der heutigen Ausgabe unserer Hauszeitung **Leben mit Herz**.

Ihre

Marina Schoofs

- Leiterin des Seniorenzentrums -

Unsere letzte Ausgabe in diesem Jahr



3 **Vorwort**
Auf ein Wort...
| Marina Schoofs, Einrichtungsleitung

6 **Rückblick I**
Ein „ausverkauftes“ Haus
| Felix von Zabiensky

8 **Innenblick**
Wer sind Sie, und was machen Sie eigentlich hier?
| Felix von Zabiensky

9 **Rückblick II**
Oktoberfest in Xanten
| Leonore Lellmann

12 **Besinnliches**
Die Sterntaler
| Gebrüder Grimm

13 **Rückblick III**
Schöne Stunden mit Leckereien beim Herbstfest
| Christa Klose

16 **Rückblick IV**
Es ist wieder Zwiebelkuchenzeit
| Christa Klose

18 **Siegmars Kolumne**
Tach zusammen!
| Siegmar Moos

22 **Fachliches**
Sturzprophylaxe
| Marion Alosery

25 **Besinnliches II**
Die zwölf Apostel
| Gebrüder Grimm



- 26** **In Gedenken I**
Ein Tag zum Nachdenken
l Leonore Lellmann
- 29** **Innensicht (*)**
Herzlich Willkommen
l Neue Bewohnerinnen & Bewohner im Haus
- 31** **Innensicht (*)**
Herzlichen Glückwunsch
l Die Geburtstage Oktober, November, Dezember, Januar
- 34** **Innensicht (*)**
In Gedenken
l Wer hat uns verlassen?
- 36** **Unterhaltung**
Viel Spaß beim Knobeln...
l Gerhard Schrader

- | | |
|-----------|-----------------------------------------------------------|
| 38 | Besinnliches III
Marienkind
l Gebrüder Grimm |
|-----------|-----------------------------------------------------------|

- 43** **In Gedenken II**
Abschied nehmen können
l Marion Alosery
- 43** **Rückblick V**
Es weihnachtet sehr...
l Marion Alosery
- 45** **Redaktion**
Zum Schluß
l Gerhard Schrader & Marion Alosery



- 45 KORREKTUREN
- 47 IMPRESSUM, BEZUGSMÖGLICHKEITEN & HINWEISE

Unser Titelbild...

...zeigt das „Wiesenmadel“ Kim Bergevoet und Herrn von Zabiensky auf der Oktoberfest-Veranstaltung in Xanten. Natürlich statteten wir mit Bewohnerinnen & Bewohnern dem Oktoberfest einen Besuch ab (siehe Seite 9)! Danke für die Erlaubnis, das wirklich schöne Foto abdrucken zu dürfen!



Ein „ausverkauftes Haus“

Traditioneller Besuch unserer Bewohnerinnen & Bewohner des Seniorennachmittages in der Kulturhalle am 20. September

| Text und Foto: Felix von Zabiensky

Wow! Angekommen in der Kulturhalle staunte man nicht schlecht, als man den Saal betrat und die große Menschenmasse erblickte! Ein „ausverkauftes Haus“ würde man wohl umgangssprachlich sagen, denn nahezu jeder Platz war belegt.

Bei Kaffee und Kuchen konnte gemütlich beisammen gesessen und gelacht werden, begleitet von der Band „Blue Boys“, die altbekannte Musik

spielte und großen Anklang fand.

Zum weiteren Programm gehörte eine Gruppe der Kindertagesstätte Diesterwegstraße, welche einen glanzvollen Auftritt hinlegte und jung und alt berührte.

Den Abschluss stellte die Klassik-Darbietung der Opern-Sängerin Gesche Bauer dar, die, am Flügel begleitet, den Saal mit ausdrucksstarker

Stimme gekonnt ausfüllte.

Ein abwechslungsreicher Nachmittag mit abwechslungsreichem Programm, zu dem die meisten Besucherinnen & Besucher, antwortend auf die Frage, was ihnen denn am besten gefallen hätte, zufrieden strahlend nur noch „alles“ sagen konnten.

Eines ist klar, bei dem Erfolg wird es im nächsten Jahr einen weiteren traditionellen Senioren-

Nachmittag in der Kulturhalle geben, und ebenso sicher wird die erneute Vorfreude und Teilnahme unserer Bewohnerinnen & Bewohner und auch von mir sein!

*Ihr
Felix von Zabiensky*

Anzeige



Holterbosch

Die Wäscherei für die Altenhilfe



Wir sorgen für Ihr Wohlbefinden.

Mit frischer Wäsche. Schonend gewaschen, handgebügelt,
persönlich sortiert und pünktlich geliefert.

Holterbosch GmbH | Kuhleshütte 109 | 47809 Krefeld
Telefon 0 21 51 / 96 86 - 0 | Telefax 0 21 51 / 96 86 - 20 | www.holterbosch.de

Wer sind Sie, und was machen Sie eigentlich hier?

**„Helfen“ hat auch in der heutigen Zeit eine Bedeutung:
Der Bundesfreiwilligendienst hat ein neues Gesicht**

| Text & Foto: Felix von Zabiensky



Eine sehr gute Frage! Zumal bereits ein paar Wochen ins Land gezogen sind und ich mich immer noch nicht vorgestellt habe...

Ich heiße Felix von Zabiensky, bin 20 Jahre alt und leiste den Bundesfreiwilligendienst im AWO-Seniorenzentrum.

Völlig zurecht werden sie sich fragen: Was ist das denn? Der Bundesfreiwilligendienst (BFD) kann als Nachfolger des Zivildienstes angesehen werden, der mit dem Aussetzen der Wehrpflicht

zum Jahr 2011 ebenfalls wegfiel. Das Ganze ist also für Sie ebenso neu und unbekannt wie für mich und alle anderen.

Wo komme ich her und wo möchte ich hin? Ich habe im Juli 2011 mein Abitur am Julius-Stursberg-Gymnasium Neukirchen-Vluyn erworben und mich entschieden, vor dem Start ins Studium noch Erfahrungen und Erlebnisse im sozialen Bereich zu sammeln. In Zukunft könnte ich mir ein Sportstudium an der Deutschen Sporthochschule Köln vorstellen, wodurch ich meine Hobbys zum Beruf machen würde.

Ich bin ehrlich, hilfsbereit und zuverlässig und freue mich schon, Sie bald alle kennenzulernen!

Weiterhin lerne ich bereits eifrig Ihre Namen, hoffe jedoch, dass Sie nachsichtig mit mir sein können, sofern ich mal angestrengt nachdenkend umherschau..

Anzutreffen bin ich fast überall, vor allem jedoch im Wohnbereich I. Sollten sie noch Fragen haben, so können sie jederzeit gerne auf mich zukommen!

Und so leben wir frei nach dem Motto:
Ein Tag ohne Lächeln ist ein verlorener Tag.

*Ihr
Felix von Zabiensky*



Oktoberfest in Xanten

**Was liegt näher, als am Niederrhein das Oktoberfest zu feiern?
Wir waren am 6. 10. 2011 natürlich dabei!**

| Text: Leonore Lellmann Fotos: Felix von Zabiensky

Eins, zwei, g`uffa: Oktoberfest in Xanten, das größte Oktoberfest außerhalb Bayerns. „Bunt sind die Wälder und gelb die Stoppelfelder; und der Herbstwind weht.“ So heißt es im Gesang. Der Herbst hat im Lied, so geht es weiter, Einzug gehalten – aber eben auch bei uns am Niederrhein.

Herbstanfang, die Verfärbung des Laubes – und o weh! – das Laub fällt mächtig von den Bäumen. Drum fahren wir noch einmal in froher Run-

de nach Xanten zum Oktoberfest.

Wir freuen uns auf diesen schönen Ausflug. Mit Bangen schauen wir zum Himmel, denn die letzten zwei Tage waren regnerisch. Ob die Sonne noch einmal lacht? Wir steigen in den Bus und siehe, es wird hell und klar. Petrus hat ein Einsehen.

Los geht die Fahrt, und alle schauen munter drein. Die Fahrt ist sehr schön, in Xanten ange-

kommen, große Einladung zum Oktoberfest auf den „Nordsee-Wiesen“ (die werden wirklich so genannt!) am Freizeitzentrum Xanten.

Langweilig wird es nicht werden. Staunend schaut Pater Josef Mathew dem bajuwarischen Treiben zu. Eine große Bühne mit bayrischen Klängen der drei Ruhrpottsteirer, die allerdings zu zwei Drittel vom Niederrhein kommen und Oberkrainer-Musik spielen. Oder wie der Bayer sagt: „Mia san mia.“ Die Musikanten in krachledernen Hosen. Große lange Tischreihen füllen das Zelt. Tolle Ausschmückung des Zeltes.

Jetzt füllt sich das Zelt. Viele Gruppen mit „gesunden“ und behinderten alten Menschen. Es ist eine schöne Tanzfläche. Besonders angetan hat es ein fesches Madel einem jungen Burschen. Verliebt schauen sich die beiden an. Ein hübsches Madel in Tracht. Kellnerinnen und Kellner gehen herum und fragen nach unseren Wünschen.

Kühle Getränke und leckerer Kuchen werden serviert an den Tischen. Brezeln, Apfelkuchen, Käse und Kirschkuchen.

Man schaut glücklich drein durch die Gegend und betrachtet das im bayrischen Stil geschmückte Zelt. Lustig spielt die Musik, frohes Mitsingen. Ein herzliches „Grüss Gott“ und „Guten Appetit“ prangt auf den Servietten. Viele ältere Menschen schwingen das Tanzbein und singen die Volksweisen mit. Die Zeit vergeht wie im Flug beim Tanz und Gesang.



Vorherige Seite 9: Wie man sieht, schunkeln alle gerne mit: Hier sind es stellvertretend Frau Salla und Frau Pudritz.

Diese Seite oben: Der „gemeine“ Xantener ist beim Oktoberfest in Xanten natürlich dabei, wie auch anders. Hier in Gestalt von Frau Alosery.

Diese Seite links: Das Foto gibt einen kleinen Eindruck von der Atmosphäre im Festzelt. Gerade ist der Tanzboden recht leer, dies hängt damit zusammen, daß die anwesenden Reporter der lokalen

Gegen 17.00 Uhr kommt die Aufbruchstimmung. Froh gelaunt und zufrieden schauen alle drein. Ein schöner Tag geht zu Ende, und man dankt dem Seniorenzentrum und den Betreuerinnen & Betreuern



für diesen schönen Tag. Auch in unserem Seniorenzentrum gibt es somit viele schöne Abwechslungen für uns ältere Menschen.

Besten Dank!

Ihre
Leonore Lellmann



Presse bemüht sind, ein ansprechendes Bild von der Veranstaltungseröffnung zu erhalten. Zu sehen ist ebenso unser Kellner, der uns die ganze Zeit über bediente. Irgendwie passt er doch gut in die „bajuwarische Szene“, oder?

Diese Seite oben: Daß die Veranstaltung den Beteiligten großen Spaß machte, sieht man nicht zuletzt anhand von Frau Luttermann.

Diese Seite ganz oben: Was darf traditionell auf gar keinen Fall fehlen?

Anzeige

Zentrale
 VitalCentrum HODEY AG
 Kruppstraße 19
 47475 Kamp-Lintfort
 Ruf 02842 / 9132-0
 Fax 02842 / 9132-226
 www.hodey.de
 vitalcentrum@hodey.de

Niederlassungen

Moerser Straße 295
 47475 Kamp-Lintfort
 Ruf 02842 / 9132-50
 Fax 02842 / 9132-55

Augustastr. 2a
 47441 Moers
 Ruf 02841 / 1492-104
 Fax 02841 / 1492-114

Niederrheinallee 345
 47506 Neukirchen-Vluyn
 Ruf 02845 / 9153-0
 Fax 02845 / 9153-20

Hoffmannallee 103
 47533 Kleve
 Ruf 02821 / 450150
 Fax 02821 / 450151

HODEY

Der Spezialist für Rehabilitation · Orthopädie · Pflege

Leichter Leben

Rehabilitations-Medizin-Technik
 → alles für Rehabilitation und Mobilität

Orthopädie-Schuh- & Orthopädie-Technik
 → moderne Technik für mehr Lebensqualität

HomeCare
 → Beratung & Service zur häusl. Krankenpflege

Sanitätshaus
 → das Beste für Ihre Gesundheit

Die Sterntaler

Immer wieder gerne gelesen: Ein „klassisches“ Märchen zum Ende des Jahres, passend zur Jahres– und zur Weihnachtszeit

| Text: Jakob Ludwig Karl und Wilhelm Karl Grimm

Es war einmal ein kleines Mädchen, dem war Vater und Mutter gestorben, und es war so arm, daß es kein Kämmerchen mehr hatte, darin zu wohnen, und kein Bettchen mehr hatte, darin zu schlafen, und endlich gar nichts mehr als die Kleider auf dem Leib und ein Stückchen Brot in der Hand, das ihm ein mitleidiges Herz geschenkt hatte. Es war aber gut und fromm.

Und weil es so von aller Welt verlassen war, ging es im Vertrauen auf den lieben Gott hinaus ins Feld. Da begegnete ihm ein armer Mann, der sprach:

„Ach, gib mir etwas zu essen, ich bin so hungrig.“ Es reichte ihm das ganze Stückchen Brot und sagte: „Gott segne dir's!“ und ging weiter.

Da kam ein Kind, das jammerte und sprach: „Es friert mich so an meinem Kopfe, schenk mir etwas, womit ich ihn bedecken kann.“ Da tat es seine Mütze ab und gab sie ihm.

Und als es noch eine Weile gegangen war, kam wieder ein Kind und hatte kein Leibchen an und fror: Da gab es ihm seins; und noch weiter, da bat eins um ein Röcklein, das gab es auch von sich hin.

Endlich gelangte es in einen Wald, und es war schon dunkel geworden, da kam noch eins und bat um ein Hemdlein, und das fromme Mädchen

dachte: „Es ist dunkle Nacht, da sieht dich niemand, du kannst wohl dein Hemd weggeben“, und zog das Hemd ab und gab es auch noch hin.

Und wie es so stand und gar nichts mehr hatte, fielen auf einmal die Sterne vom Himmel, und waren lauter blanke Taler; und ob es gleich sein Hemdlein weggegeben, so hatte es ein neues an, und das war vom allerfeinsten Linnen. Da sammelte es sich die Taler hinein und war reich für sein Lebtag.





Schöne Stunden mit Leckereien beim Herbstfest

**Unser traditionelles Herbstfest –
Diesmal wird wohnbereichsbezogen gefeiert**

| Text: Christa Klose

Fotos: Angelika Caspers

Unser diesjähriges Herbstfest sollte aktuell ganz anders gestaltet werden als im vorigen Jahr. Es sollte nämlich auf den jeweiligen Etagen eine kleine Feier stattfinden; gleichzeitig fuhr eine kleine Bewohnergruppe zum Oktoberfest nach Xanten.

Schon am frühen Mittag wurden die Tische im Eingangsbereich liebevoll mit Herbstmotiven dekoriert. Hier möchte ich mal der Frau Josten ein dickes Lob aussprechen, sie gibt sich immer sehr viel Mühe.

Mit zünftiger Musik ging es dann um 15.00 Uhr los, wo die Stimmung schon sehr gut war. Wir rätselten noch, was es wohl zum Kaffee geben würde, um so mehr wurden wir überrascht, als es hieß: „Heiße Waffeln mit heißen Kirschen, Sahne und Eis“. Das war ja was für uns, aber auch für die schlanke Linie; wobei wir daran nicht mehr denken, und so gab es noch eine Portion.

Danach sollte gesungen werden, aber da alle nicht mehr so fit im Singen waren, weil die Stimmbänder eingerostet sind, kam die Musik



von den Kassetten.

Für die durstigen Kehlen gab es diverse Getränke, darunter auch Rotwein sowie Fruchtwein, wobei wir nach geraumer Zeit feststellen mussten, daß die Flasche ein Loch hatte – sie war leer.

Aber es wurde natürlich für Nachschub gesorgt. Die Jungen wurden nun auch lockerer, und hier und da fiel schon mal ein Witz, aber leider kann man die nicht aufschreiben! Ja, was meint ihr warum? Ganz klar, ich habe sie vergessen. Oder doch aus einem anderen Grund?

Um 18.00 Uhr trudelten unsere illustren Bewohnerinnen & Bewohner vom Oktoberfestbesuch wieder ein, und der eine oder andere wirkte doch geschafft.

In gemütlicher Runde berichteten sie vom Oktoberfest und meinten, dass es sehr schön war. Die Stunden rannten nur so dahin und es war an der Zeit, das Abendbrot einzunehmen. Umso größer war die Freude, als wir sahen, dass es Kartoffelsalat mit Würstchen gab; und wer wollte, konnte dazu ein Gläschen Bier oder Dunkelbier bekommen, um den Appetit anzuregen.

Es schmeckte mal wieder alles sehr gut.





Es war 20.30 Uhr, und so nach und nach löste sich die Runde auf, denn einige hatten die nötige Bettstühle. Aber wir dachten noch nicht daran, unsere Zimmer aufzusuchen, und so machten wir es

Personal, denn sie konnten nun in die Hände spucken und ans Aufräumen denken.

Dann ging es rund, und im Handumdrehen sah man nicht mehr, daß hier noch vor kurzem gefeiert wurde.

Es ist nun auch schon 21.00 Uhr geworden, als wir den Abend beendeten, und jeder suchte seine vier Wände auf. Aber wir waren alle einer Meinung, dass es wieder mal ein schöner und auch gelungener Nachmittag war. Bis zum nächsten Mal.

*Auf Wiedersehen,
Ihre
Christa Klose*

uns noch in der Sitzecke im Eingangsbereich gemütlich. Nun war die Bahn frei für unser fleißiges

Aus dem Fotoalbum im Uhrzeigersinn v. o. l.:



*Frau Kuhfuß,
Ehepaar Mayes mit
Kollegin Pagor,
Frau Gaffi und Herr
Buchholz bei der
Arbeit, Frau Bostel
und Herr Alfert
Frau Schirmer, Herr
Gabriel, Frau Weid-
lich, Frau Woiwood-
Wackers & Frau
Klose*



Es ist wieder Zwiebelkuchenzeit

Fast schon traditionell: Das gemeinsame Backen und Verzehren des Zwiebelkuchens

| Text: Christa Klose

Fotos: Coleen Weiner

Frau Alosery machte uns darauf aufmerksam, daß es mal wieder Zeit wird für einen Früh-
schoppen und daß sie Freiwillige sucht beim
Zwiebeln schneiden. Denn es sollte wieder unse-
ren bekannten Zwiebelkuchen geben.

Es waren sehr viele fleißige Hände da. Es
musste eine ganze Menge vorbereitet werden,
und alle gaben sich große Mühe. Als ich doch
einmal in die Runde schaute, musste ich doch
schmunzeln, jeder wischte sich die Augen tro-

cken. Die Zwiebeln sorgten dafür, daß die Tränen
liefen, aber das gehört nun einmal dazu. Jeder,
der bei uns an dem Raum vorbeikam, blieb ste-
hen und schaute, was da geboten wurde.

Als nun alle Zwiebeln fertig geschnitten waren,
ging es mit einigen Bewohnerinnen & Be-
wohnern in die Küche, um den Teig vorzuberei-
ten. Dann hieß es, alle Zwiebeln anbraten: Na
mal los, denn es waren ja nicht wenig. Ich stellte

mich der Aufgabe und briet Zwiebeln an, während es zum Mittagessen ging. Nach einer kleinen Ruhepause ging es wieder weiter, denn der Rest der Zwiebeln musste ja auch noch gebraten werden. Der Teig war auch lange genug gegangen und konnte ausgerollt werden. Danach kam die Zwiebelmasse auf den Teig. Endlich war auch das letzte Blech belegt und wir waren alle stolz, daß alles



so gut geklappt hat. Insgesamt haben wir vier Bleche

belegt. Nun ging es ans Aufräumen und der Duft von Zwiebeln hing in der Teeküche. Der Raum war wieder so hergestellt, wie wir ihn vorgefunden hatten, keiner hatte was daran auszusetzen.

Am nächsten Morgen wurde um 10.00 Uhr der Frühschoppen eingeleitet, alle waren in guter Stimmung. Mit einigen Liedern und Gedichten wurde es feierlich und dann war es endlich soweit: Als die Tür vom Speisesaal aufging, stieg aus der Küche ein leckerer Duft von Zwiebelkuchen. „Wenn er so schmeckt, wie er aussieht, ist alles okay“, dachte ich. Uns lief schon das Wasser im Mund zusammen, nun konnten wir unser Werk auch probieren. Dazu gab es dann auch einen Federweißen, aber auch andere Getränke. Keiner sprach jetzt mehr, man hörte nur ein „Hm-hm, lecker, toll, gut“.

Die Zeit verging wie im Fluge, und es wurde schon wieder Zeit, das Mittagessen einzunehmen. Der ein oder andere war jedoch schon satt. Zum Abschluss wurde noch ein Lied gesungen

und dann war der schöne Morgen auch schon wieder vorbei.

So hatte die Zwiebelkuchenbackerei einen einschlagenden Erfolg gehabt, und ich kann aus meiner Sicht sagen, daß alle rundherum zufrieden waren. Also können wir doch noch etwas auf die Beine stellen, und ich finde, daß diese Aktion beibehalten werden sollte. Auch im nächsten Jahr sollten sich wieder so viele dazu bereit erklären, mitzuhelfen.

Ich hoffe, daß unsere Zwiebelkuchen-Aktion keinen Bläserchor verursacht hat...

Ihre

Christa Klöse

Linke Seite: Typisch für den Umgang mit Zwiebeln: die Tränen bleiben nicht aus, wie Frau Klöse „demonstriert“

Diese Seite unten: Die gemeinsamen Vorbereitungen für den Kuchen laufen: Frau Stephani (l.), Frau Schroers (r.) und Frau Weiner



Tach zusammen!

Sigmars Gedanken über einen wichtigen Punkt in unserem Alltag, der kaum noch wegzudenken ist

| Text: Siegmars Moos

Tach zusammen, ah, da sind Sie ja wieder. Gut so. Seien Sie versichert, dass ich mich darüber freue, dass Sie für einen Moment bei meinen Zeilen verweilen.

Heute möchte ich Sie mal etwas fragen. Wie gehen Sie eigentlich mit dem Fernsehen um? Und damit meine ich jetzt nicht, sich irgendwo hinzusetzen und in die Ferne zu sehen oder von der Terrasse in den Himmel zu schauen, weil sich dort vielleicht einige Ballonfahrer aufhalten. Nee, ich meine diesen Kasten mit dem flimmernenden Bild.

Sicherlich fehlt er heutzutage in keinem Haushalt mehr, und ich kann mir auch nicht vorstellen, dass es hier, im Haus, auch nur ein Zimmer geben würde, wo nicht dieser magische Kasten steht, der von – wo auch immer – Bilder und Kommentare in das eigene Heim liefert.

Sie ahnen sicherlich schon, beim Lesen meiner ersten Zeilen, dass ich eine sehr gespaltene Meinung zu diesem Medium habe. Aber versuche ich mal – für meine Verhältnisse – ganz von vorne anzufangen.

Ich selbst bin Jahrgang 1964, und nehmen wir einfach mal an, dass ich mich im zarten Alter von sechs Jahren zum ersten Mal an Begegnungen mit dem Fernseher erinnern kann. Also ist es 1970. Wir, zuhause, haben einen Schwarzweiß-Fernseher, und es gibt schon drei Programme. Zu Ihrer Zeit war das alles sicherlich noch ganz anders – sagen Sie es mir.

Später durfte ich dann auch Serien schauen, und ich weiß auch noch, dass meine Lieblingsserie „Westlich von Santa Fee“ war. Mit Chuck



Conners in der Hauptrolle. Ich erinnere mich auch noch an den „Leutnant von Rotteck“, „Belfy Gohr“ und „Percy Steward“. Erst später – so nach meiner Erinnerung – kamen dann „Lassie“, „Flipper“, „Skipper“, „Bonanza“ und „Daktari“ hinzu.

Sie denken jetzt sicherlich: „Der Arme musste vor dem Fernseher groß werden“. Aber so war das nicht. Meine Mutter war da schon sehr resolut. Aber es gab damals einfach so wenige Sendungen, dass man sich alle merken konnte. Ich möchte auch jetzt nicht „Rauchende Colts“, oder „High Chaperall“ und schon gar nicht „die Leute von der Shiloh Ranch“ vergessen. Es gab aber nicht nur Western oder Tierfilme. Es gab auch „Der Kommissar“ mit Erik Ode. Oder, was mir spontan einfällt – das haben meine Großeltern so sehr gemocht –, „Die unglaublichen Methoden des Franz Josef Wanniger“ mit Beppo Brem als Kommissar. Erinnern Sie sich?

Aber, was es auch immer sonst noch gab, was ich immer auch vergessen habe. Irgendwann war Schluss mit Fernsehen, da gab es dann nur noch das Testbild oder Schnee. Etwas später gab es dann vor Sendeschluss noch die Nationalhymne und dann, noch etwas später, erst die Nachtgedanken mit Kuli und dann die Nationalhymne. Und dann war Schluss – danach kam nichts mehr. Bis zum nächsten Tag.



Heute gibt es keinen Sendeschluss mehr. Ich weiß auch gar nicht mehr, wie das anfing. Irgendwann wurden dann in der Nacht Zugfahrten durch das Allgäu

oder sonst wo gezeigt. Und dann kamen die privaten Fernsehsender, RTL, Sat 1, Pro 7, Kabel 1 und wie sie alle heißen mögen hinzu. Und auch sie, oder gerade sie, senden 24 Stunden non-stop.



Ich kann mich noch daran erinnern, zu meinen Zeiten als Fernsehjunkie, dass ich Fernseh Nächte regelrecht zelebriert habe. Dann gab es Bier, Salzstangen, Chips und Schokolade. In meinem Fernsehsessel saß ich dann wie Kapitän Kirk in seiner Kommandozentrale.

In einem extremen Fall war es so, das ich in der Nacht bei einem Film (es war ein Western – wahrscheinlich mit John Wayne) irgendwann eingeschlafen bin; und wieder erwachte, und der Film war an einer Stelle ca. 10 Minuten, bevor ich eingeschlafen war. Darüber war ich sehr verwirrt, denn die Szenen hatte ich doch gerade eben erst gesehen. Erst der Blick in die Fernsehzeitschrift gab mir dann Aufklärung. Der Sender zeigte diesen Film gleich zwei Mal hintereinander. Ich wusste nun also, dass ich fast eineinhalb Stunden geschlafen hatte, um bei fast der gleichen Stelle wieder zu erwachen.

Nicht sehr ruhmreich – das sehe ich heute ein.



meine konspirativste und kreativste Zeit.

Unter anderem habe ich das (Fach-)Abitur zu dieser Zeit auf dem zweiten Bildungsweg gemacht. Dann starb meine Oma, und ich habe Ihren Fernseher geerbt. Aber niemals wieder war ich dieser Fernsehjunkie.

Ich erzähle mal wieder nur von mir. Sie habe ich doch gefragt, wie Sie mit dem Fernseher umgehen.

Da ich nicht weiß, wie Sie damit umgehen, erzähle ich Ihnen mal, wie andere damit umgehen. Oft höre ich: „Und dann schaue ich erstmal meine Sendungen“.

Mich macht so eine Aussage tief betroffen. Denn die eigene Identifikation an eine Fernsehserie zu knüpfen, die Mann/ Frau sie „meine Sendung“ nennt, kann nicht gesund sein. Die Fernsehmacher sicherlich haben alles richtig gemacht und ein Suchtverhalten erzeugt, dass der einzelne bloß nicht die nächste Sendung verpassen

Umso mehr spielte mir das Schicksal in die Karten, als ich im Alter von ca. 25 Jahren die Möglichkeit bekam, meinen Fernseher abzuschaffen. Glücklicherweise habe ich diese Chance genutzt und war dann gut zwei Jahre ohne dieses Gerät. Die freie Zeit, die sonst das Fernsehprogramm einnahm, musste gefüllt werden, und so war es

will. Auch solche Geschichten wie: „Deutschland sucht den Superstar“ oder das „Supertalent“ oder oder oder wollen nur Massen binden. Nach meiner Meinung kommt es auf die einzelnen Kandidaten überhaupt gar nicht an. Es geht nur um Einschaltquoten und das Konzept, was dahinter steht.

Und leider geht das auf. Wenn ich mit meinen Kollegen in der Pause bin, erzählen diese oft über solche Sendungen und auch wie schlecht manche Teilnehmer sind. Ich versuche Ihnen dann zu erklären, dass genau dieses zu diesem Konzept gehört. Denn es geht doch darum, dass darüber geredet wird. Egal ob im positiven oder im negativen Sinn.

Erinnern Sie sich an die „Benetton-Werbung“ vor einigen Jahren? Da waren ölverschmierte Vögel auf großen Leinwänden zu sehen, brennende Autos oder trostlose Gettos. Negative Werbung halt. Es ging nicht darum zu begeistern, sondern im Gespräch zu sein. Genau so hat es der Mineralwasser-Hersteller Perrier Anfang der 90er Jahre gemacht. Er startete eine riesige Rückrufaktion, weil angeblich die Flaschen beim Reinigen verunreinigt worden wären. Nix war. Außer ein Werbegag. Es ging nur darum, im Gespräch zu sein – und sei es noch so negativ.

Es tut mir leid, ich bin mal wieder total abgerutscht – das kennen Sie ja von mir. Dabei will ich nichts schlecht machen und auch nichts verteufeln – auch den Fernseher nicht. Ich frage mich nur, wie gehen Sie damit



um. Was gibt es denn sonst noch?

So weiß ich zum Beispiel, dass es jemanden unter Ihnen gibt, der sich gerne mit Briefmarken beschäftigt. Auch weiß ich von einer Frau, die sehr gerne liest und außerdem gibt es auch Damen, die gerne stricken. Was haben Sie sonst noch für Interessen?

Wir befinden uns in der letzten Zeit dieses Jahres und das heißt auch, das Weihnachten quasi vor der Türe steht. Das Fernsehen bietet uns nun besondere Leckerbissen an. „Die 10 Gebote“, „Jesus von Nazareth“ oder „Ben Hur“. Das Leben der Menschen, die real oder scheinbar Gott gefolgt sind, wirkt bis heute eine große Anziehung auf uns aus. Wir sehnen uns nach „dem Guten“ und in dieser Zeit wird es uns verstärkt präsentiert.

Auch der kleine Lord, der seinen griesgrämigen Großvater besänftigt oder der Engel Charly, der sich seine Flügel noch verdienen muss und deshalb James Steward (nicht ihn selbst, sondern die Figur die er spielt) vom Selbstmord abhält, rührt uns gerne zu Tränen.

Ich glaube, das „Gute“, das „Göttliche“ steckt in uns selbst. Wir müssen es nur rauslassen. Wir müssen uns nur trauen, es raus zu lassen. Das nicht nur zu Weihnachten, sondern wir haben 365 Tage im Jahr dazu Zeit.

Irgend ein weiser Mensch hat mal gesagt: „Feinden zu verzeihen heißt nicht kleinmütig zu sein, sondern eine starke Seele zu besitzen.“

Und auch im Vaterunser heißt es: „...und vergebe uns unsere Schuld, wie auch wir vergeben un-

sern Schuldigern ...“ Bringen Sie sich auf „Null“. Es ist jetzt die richtige Zeit dazu.

Der erste Advent dieses Jahr ist vorbei. Und ob mit oder ohne Fernseher wünsche ich Ihnen eine schöne Adventszeit und gesegnete Weihnachten. Danach ist Silvester nicht mehr fern und somit beginnt ein neues Jahr.

Ich bedanke mich für Ihre Zeit und Aufmerksamkeit.

Bleiben Sie gesund.

*Ihr
Siegmar Moos*





„Sturzprophylaxe“: Kein neues Thema, aber...

...immer aktuell! Informationen zu unserem neuen Angebot seit Herbst letzten Jahres in unserem Haus mit Namen „Kraft-Balance-Training“

| Text: Marion Alosery

Foto: Angelika Caspers

Von ca. 800.000 Bewohnerinnen & Bewohnern stationärer Einrichtungen der Altenhilfe in der Bundesrepublik Deutschland stürzt statistisch gesehen jeder zweite einmal im Jahr. Von 120.000 Oberschenkelhalsfrakturen der Gesamtbevölkerung finden 30.000 in Pflegeeinrichtungen statt (Becker^{2006 & 2010}).

Neben erheblichen Kosten für die Volkswirtschaft sind die psychischen und sozialen Folgen für die Betroffenen gravierend. Gestürzte Bewohnerinnen & Bewohner verlieren oft das Vertrauen in die eigene Leistungsfähigkeit, werden ängstlich, vermeiden Bewegung und ziehen sich zurück. Diese körperliche Passivität ist häufig Ursache für weitere Stürze. Bewegungsangst

und Unsicherheit führen zu Bewegungsvermeidung. Es entsteht ein Teufelskreis, der zu psychischen und sozialen Beeinträchtigungen und zur Verminderung der Lebensqualität führt.

Vor diesem Hintergrund fanden in den letzten Jahren weitgehende wissenschaftliche Untersuchungen statt, um Ursachen zu ergründen und Maßnahmen zu entwickeln.

Es werden *externe* und *interne* Risikofaktoren unterschieden, die zu umfangreichen Maßnahmen in stationären Einrichtungen führen. Hierbei sind die *externen* Faktoren (Faktoren, die aus der Umwelt auf den Menschen einwirken) in wohl fast allen Einrichtungen umfassend berücksichtigt. Bauliche Maßnahmen führen zu optimalen Lichtverhältnissen, ausreichend Hilfen durch Geländer und Rampen usw. Das Personal in stationären Einrichtungen wird geschult, externe Risikofaktoren zu erkennen und auszuschließen (angepasste Sehhilfen, Schuhwerk, Vermeidung von Stolperfallen etc.) und eine entsprechende Dokumentation zur Sturzprophylaxe durchzuführen.

Hierbei finden besonders die *internen* Risikofaktoren Berücksichtigung. Nach Runge²⁰⁰⁶ werden nur 10% der Stürze durch äußere Einwirkungen verursacht, weitere 10% durch Schwindel oder Bewusstseinsstörungen, aber etwa 80% durch altersbedingte, funktionale Gehstörungen. Dies bedeutet, dass nicht das Stolpern über eine Kante zum Sturz führt, sondern die mangelnde Fähigkeit, dieses Stolpern auszugleichen. Der altersbedingte Kraftverlust, mangelndes Gleichgewichtsvermögen und Koordinationsprobleme sind hauptsächlich für einen Sturz verantwortlich.

Dies findet auch Ausdruck in der Kernempfehlung des „Nationalen Expertenstandards zur Sturzprophylaxe“, Stand 2006. Es gilt, regelmäßi-

ge Bewegung im Alltag zu ermöglichen, um die Mobilität zu fördern und Gangsicherheit zu schaffen. An der Universität Ulm wurde unter Leitung von Dr. Clemens Becker ein Konzept entwickelt, das neben den normalen Bewegungsfeldern eine intensive Stärkung der Muskulatur und des Gleichgewichtsvermögens durch aktives Krafttraining mit Gewichtsmanschetten und Hanteln beinhaltet.

Eine Weiterführung des Ulmer Modells bietet das Schulungskonzept „Sicher und mobil bleiben“ der AOK. Hierbei wird das eigentliche Krafttraining erweitert. Beim *Kraft-Balance-Training* handelt es sich um ein Bewegungsprogramm in Gruppenform mit Krafttraining, gymnastischen Übungen, Gleichgewichtsübungen und Gedächtnistraining, das von ausgebildeten Übungsleitern regelmäßig durchgeführt wird.

In den Schulungsunterlagen zum Kraft-Balance-Training der AOK werden die Ziele wie folgt



formuliert:

Durch ein regelmäßig durchgeführtes Kraft-Balance-Training lässt sich bis ins hohe Alter hinein:

die Mobilität und das allgemeine Aktivitätsniveau der Bewohner fördern/ unterstützen erreichen, dass Bewohner von Pflegeeinrichtungen über mehr Sicherheit und Kontrolle im Stand und beim Gehen sowie beim Aufstehen und Hinsetzen verfügen, die soziale Interaktion fördern und der Isolierung und Vereinsamung entgegenwirken, Spaß und Freude an der Bewegung erlebbar machen, das Selbstvertrauen und die Zuversicht in die eigene körperliche Leistungsfähigkeit stärken, indem Erfolgserlebnisse sichtbar gemacht werden.

Zur Umsetzung ihres Trainingsprogramms bietet die AOK Schulungsseminare für Mitarbei-



terinnen & Mitarbeiter von stationären Einrichtungen der Altenhilfe an.

Dieses Seminar besuchten vier Mitarbeiterinnen & Mitarbeiter unseres Hauses, und die Einrichtungsleitung ermöglichte die Anschaffung des notwendigen Materials. So können Frau Schwarz, Frau Krömer, Herr Gores und ich (Frau Alosery) mit der Unterstützung aller Kolleginnen & Kollegen seit Mitte September im Wechsel zwei mal wöchentlich dieses Training für Bewohnerinnen & Bewohner unseres Hauses anbieten.

Durch festgelegte Testmethoden werden wir den Verlauf überprüfen und zu einem späteren Zeitpunkt darüber berichten.

Eine alte Lebensweisheit kann jedoch jetzt schon bestätigt werden: „Wer rastet, der rostet“.

*Ihre
Marion Alosery*

Literaturhinweise:

Becker, C. (2006):

Sturzprophylaxe. Sturzgefährdung und Sturzverhütung in Heimen, Hannover, 2. Aufl.

Klemens, G. (2010):

Wo Sport Spaß macht: Sturzprophylaxe-Training, Aachen.

Runge, M. (2006):

Die Vibrationsbehandlung – neue Wege in Therapie und Training, Hannover.

Die zwölf Apostel

Die zweite „klassische“ Geschichte in dieser Ausgabe zum Ende des Jahres, passend zur Jahres- und zur Weihnachtszeit

| Text: Jakob Ludwig Karl und Wilhelm Karl Grimm

Es war dreihundert Jahre vor des Herrn Christi Geburt, da lebte eine Mutter, die hatte zwölf Söhne, war aber so arm und dürftig, daß sie nicht wußte, womit sie ihnen länger das Leben erhalten sollte. Sie betete täglich zu Gott, er möchte doch geben, daß alle ihre Söhne mit dem verheißenen Heiland auf Erden zusammen wären. Als nun ihre Not immer größer ward, schickte sie einen nach dem andern in die Welt, um sich ihr Brot zu suchen.

Der älteste hieß Petrus, der ging aus, und war schon weit gegangen, eine ganze Tagreise, da geriet er in einen großen Wald. Er suchte einen Ausweg, konnte aber keinen finden und verirrte sich immer tiefer; dabei empfand er so großen Hunger, daß er sich kaum aufrecht erhalten konnte. Endlich war er so schwach, daß er liegen bleiben mußte und glaubte, dem Tode nahe zu sein. Da stand auf einmal neben ihm ein kleiner Knabe, der glänzte und war so schön und freundlich wie ein Engel. Das Kind schlug seine Händchen zusammen, daß er aufschauen und es anblicken mußte. Da sprach es: „Warum sitztest du da so betrübt?“ „Ach“, antwortete Petrus, „ich gehe umher in der Welt und

suche mein Brot, damit ich noch den verheißenen lieben Heiland sehe; das ist mein größter Wunsch.“ Das Kind sprach: „Komm mit, so soll dein Wunsch erfüllt werden.“ Es nahm den armen Petrus an der Hand und führte ihn zwischen Felsen zu einer großen Höhle. Wie sie hineinkamen, so blitzte alles von Gold, Silber und Kristall, und in der Mitte standen zwölf Wiegen nebeneinander. Da sprach das Englein: „Lege dich in die erste und schlaf ein wenig, ich will dich wiegen.“ Das tat Petrus, und das Englein sang ihm und wiegte ihn so lange, bis er eingeschlafen war.

Und wie er schlief, kam der zweite Bruder, den auch sein Schutzenglein hereinführte, und ward wie der erste in den Schlaf gewiegt, und so kamen die andern nach der Reihe, bis alle zwölf dalagen in den goldenen Wiegen und schliefen. Sie schliefen aber dreihundert Jahre, bis in der Nacht, worin der Weltheiland geboren ward. Da erwachten sie und waren mit ihm auf Erden und wurden die zwölf Apostel genannt.





Ein Tag zum Nachdenken

Leben und Tod gehören zusammen und finden ihren passenden Raum und Rahmen

| Text: Leonore Lellmann Foto: Coleen Weiner

Allerheiligen! Was ist Allerheiligen? Ein Tag, an dem man über Leben und Tod nachdenkt. Oft wird dieser Tag in den Familien verbracht. Fröhliche Stunden und dann auch leichte Einkehr für das Traurige in der Familie. Freude und Krankheit, Glück und Leid liegen dicht beieinander. Ein gemeinsamer Gang zum Friedhof zum Gedenken an die lieben Verstorbenen.

Diejenigen, die Allerheiligen nicht in den Familien verbringen konnten, fanden sich im Speisesaal zu einem Gedenkkaffee ein. Frau Alosery las eine Geschichte vor, und das ist geschehen:

Max, ein Junge von 17, ist verunglückt; und ein halbes Jahr nach seinem Tode stehen die Eltern



Mit den Steinen geht man hinunter in den Park, legt dort die Gedenksteine nieder und entzündet eine Kerze. In der Dunkelheit leuchten die Lichter auf – ein letzter Gruß.

Gemeinsam wird dann ein großes Buch in die Gedenkecke gelegt, wo eine große Kerze steht. Vorne hat Frau Schoofs einige würdige Sätze geschrieben. Hier kann man nun Abschied nehmen.

mit der kleinen Schwester vor seinem Grab. Das Grab ist geschmückt, man bringt einen großen Blumenstrauß und zündet eine Kerze an. Ein stilles Gebet und ein Rückblick auf die vergangene schöne Zeit. Der Wunsch ihn wieder zu sehen gehört zu unserer Trauer, aber auch die Freude über das schon Erlebte.



Alle Bewohnerinnen & Bewohner hören still und teilnahmsvoll zu. Ehrentoll wird danach der Verstorbenen in unserem Seniorenzentrum gedacht. Musik erklingt, die einzelnen Namen der Verstorbenen werden genannt, und neben dem Stein der jeweiligen Bewohner/-innen wird ein Licht angezündet – eine Zeit des würdigen Gedenkens.

Danke, dass wir nicht nur miteinander lachen, sondern auch miteinander weinen können.

*Ihre
Leonore Lellmann*



*Impressionen:
Linke Seite und rechte Seite ganz oben: Frau Stephani, Frau Alosery und Frau Maslowski bereiten die Gedenksteine vor
Oben und links: Gedenksteine und Lebenslichter ermöglichen das Abschiednehmen*

Wir alle sollten uns um die Zukunft sorgen, denn wir werden den Rest des Lebens darin verbringen. *Charles Kettering*



Die wenigsten machen sich frühzeitig klar, wie viel für die Zeit des Lebensendes vorgesorgt und geregelt werden kann. esCor bietet die Chance, dies rechtzeitig und umfassend zu tun, um menschliche und praktische Hilfe sicherzustellen, wenn sie erforderlich wird. Wir informieren Sie gerne:

esCor

ESCOR eG
AWO-Begleitdienste in Abschiedszeiten

Lützwstr. 32, 45141 Essen
Tel.: 0201/ 3105 226

Holterbosch 
Die Wäscherei für die Altenhilfe



Wir sorgen für Ihr Wohlbefinden.

Mit frischer Wäsche. Schonend gewaschen, handgebügelt,
persönlich sortiert und pünktlich geliefert.

Holterbosch GmbH | Kuhleshütte 109 | 47809 Krefeld
Telefon 0 21 51 / 96 86 - 0 | Telefax 0 21 51 / 96 86 - 20 | www.holterbosch.de

WWW.ENNI.DE

ENNI
Energie & Umwelt Niederrhein

Einfach leichter leben!

Entdecken Sie die neue ENNI – aus der ENNI Wasser Niederrhein wird jetzt die neue Energie & Umwelt Niederrhein. Das heißt für Sie: neue Angebote im Bereich regenerativer Technologien und maßgeschneiderte, schnell abrufbare Produkte sowie bewährte Angebote – immer im Hinblick auf die Einhaltung aktueller Umweltstandards. Die neue ENNI ist da!

WEITERE INFOS
0800 222 1040
(kostenfrei)

Viel Spaß beim Knobeln...

Diesmal sind Sie gefordert: Haben Sie unsere Hauszeitung In diesem Jahr wirklich gelesen?

| Text: Gerhard Schrader

Liebe Freunde der Kurzweil und der Unterhaltung, kurz: liebe Rätselfreunde. Vor der Vorstellung der diesmaligen Rätselaufgabe steht natürlich die Auflösung unserer Frage, wo das Foto mit Frau Pudritz und Frau Alosery aufgenommen wurde. Ganz einfach: Natürlich auf dem Moerser



Geleucht, eine Installation des Künstlers Otto Piene. Für die Leserinnen & Leser unserer Hauszeitung war dies sicherlich eine einfache Herausforderung, schließlich berichteten wir in der gleichen Ausgabe über einen Bewohnerausflug just zu dem gefragten Ort.

Nun denn: Die heutige Frage bezieht sich auf ein besonderes Ereignis, das wir in diesem Jahr feiern konnten, nämlich ein besonderes Jubiläum unseres Seniorenzentrums:

Hier die zu beantwortenden Fragen:

1. ***In welchem Jahr ging das Willy-Könen-Seniorenzentrum offiziell an den Start?***
2. ***Welchen besonderen Komfort zur damaligen Zeit boten die Bewohnerzimmer?***

Die Lösung tragen Sie bitte versehen mit Ihrem Namen in den Coupon auf dieser Seite ein, den Sie an der Information abgeben können. Aus den gesammelten richtigen Einsendungen wird dann per Los der glückliche Gewinner ermittelt.

Die Mitarbeiterinnen & Mitarbeiter des Seniorenzentrums sind natürlich gerne bereit, Ihnen bei dieser Knobelaufgabe zur Seite zu stehen.

Viel Spaß!

Und hier die glücklichen Gewinner der letzten Ausgabe:

1. Frau Meyer

2. Frau Flex

3. Frau Lellmann

Herzlichen Glückwunsch!

Lösungscoupon Ausgabe 52:

Lösung: 1. _____

2. _____

Name: _____



LOTTO AM KÖ

Hamberger Str. 10, 47441 Moers

T a b a k w a r e n
Zeitschriften / Glückwunschkarten
Tischdekoration / Geschenkartikel

DAS TEAM -
THERESIA GATERMANN, MARION JETTEN,
ANGELA HÄRTLEIN, GABY KOLLOCH
FREUT SICH AUF IHREN BESUCH

....bei uns lacht nicht nur das Glück



aktiv *fm-solution* GmbH
Gebäudereinigung & Dienstleistung



aktiv *plus* GmbH
Gebäudereinigung & Dienstleistung



aktiv *rhain-ruhr* GmbH
Gebäudereinigung & Dienstleistung



aktiv *consulting* GmbH
Inhaber M. Boersma



Kruppstraße 58 • 47475 Kamp-Lintfort
Telefon 028 42/97 37-0 • Telefax 028 42/97 37-10
info@aktiv-boersma.de • www.aktiv-boersma.de

Marienkind

Das dritte „klassische“ Märchen in dieser Ausgabe zum Ende des Jahres, passend zur Jahres– und zur Weihnachtszeit

| Text: Jakob Ludwig Karl und Wilhelm Karl Grimm

Vor einem großen Walde lebte ein Holzhacker mit seiner Frau, der hatte nur ein einziges Kind, das war ein Mädchen von drei Jahren. Sie waren aber so arm, daß sie nicht mehr das tägliche Brot hatten und nicht wußten, was sie ihm sollten zu essen geben.

Eines Morgens ging der Holzhacker voller Sorgen hinaus in den Wald an seine Arbeit, und wie er da Holz hackte, stand auf einmal eine schöne große Frau vor ihm, die hatte eine Krone von leuchtenden Sternen auf dem Haupt und sprach zu ihm: „Ich bin die Jungfrau Maria, die Mutter des Christkindleins: du bist arm und dürftig, bring mir dein Kind, ich will es mit mir nehmen, seine Mutter sein und für es sorgen.“

Der Holzhacker gehorchte, holte sein Kind und übergab es der Jungfrau Maria, die nahm es mit sich hinauf in den Himmel. Da ging es ihm wohl, es aß Zuckerbrot und trank süße

Milch, und seine Kleider waren von Gold, und die Englein spielten mit ihm.

Als es nun vierzehn Jahr alt geworden war, rief es einmal die Jungfrau Maria zu sich und sprach: „Liebes Kind, ich habe eine große Reise vor, da nimm die Schlüssel zu den dreizehn Türen des Himmelreichs in Verwahrung: zwölf davon darfst du aufschließen und die Herrlichkeiten darin betrachten, aber die dreizehnte, wozu dieser kleine Schlüssel gehört, die ist dir verboten: hüte dich, daß du sie nicht aufschließtest, sonst wirst du unglücklich.“

Das Mädchen versprach, gehorsam zu sein, und als nun die Jungfrau Maria weg war, fing sie an und besah die Wohnungen des Himmelreichs: jeden Tag schloß es eine auf, bis die zwölf herum waren. In jeder aber saß ein Apostel, und war von großem Glanz umgeben, und es freute sich über all die Pracht und Herrlichkeit, und die Eng-



lein, die es immer begleiteten, freuten sich mit ihm.

Nun war die verbotene Tür allein noch übrig, da empfand es eine große Lust zu wissen, was dahinter verborgen wäre, und sprach zu den Englein: „Ganz aufmachen will ich sie nicht und will auch nicht hineingehen, aber ich will sie aufschließen, damit wir ein wenig durch den Ritz sehen.“ „Ach nein,“ sagten die Englein, „das wäre Sünde: die Jungfrau Maria hat's verboten, und es könnte leicht dein Unglück werden.“ Da schwieg es still, aber die Begierde in seinem Herzen schwieg nicht still, sondern nagte und pickte ordentlich daran und ließ ihm keine Ruhe.

Und als die Englein einmal alle hinausgegangen waren, dachte es, „nun bin ich ganz allein und könnte hineingucken, es weiß es ja niemand, wenn ich's tue.“ Es suchte den Schlüssel heraus, und als es ihn in der Hand hielt, steckte es ihn auch in das Schloß, und als es ihn hineingesteckt hatte, drehte es auch um. Da sprang die Türe auf, und es sah da die Dreieinigkeit im Feuer und Glanz sitzen. Es blieb ein Weilchen stehen und betrachtete alles mit Erstaunen, dann rührte es ein wenig mit dem Finger an den Glanz, da ward der Finger ganz golden. Alsbald empfand es eine gewaltige Angst, schlug die Türe heftig zu und lief fort. Die Angst wollte auch nicht wieder weichen, es mochte anfangen, was es wollte, und das Herz klopfte in einem fort und wollte nicht ruhig werden: auch das Gold blieb an dem Finger und ging nicht ab, es mochte waschen und reiben, soviel es wollte.

Gar nicht lange, so kam die Jungfrau Maria von ihrer Reise zurück. Sie rief das Mädchen zu sich und forderte ihm die Himmels-



schlüssel wieder ab. Als es den Bund hinreichte, blickte ihm die Jungfrau in die Augen und sprach: „Hast du auch nicht die dreizehnte Tür geöffnet?“ „Nein,“ antwortete es. Da legte sie ihre Hand auf sein Herz, fühlte, wie es klopfte und klopfte, und merkte wohl, daß es ihr Gebot übertreten und die Türe aufgeschlossen hatte. Da sprach sie noch einmal: „Hast du es gewiß nicht getan?“ „Nein“, sagte das Mädchen zum zweitenmal. Da erblickte sie den Finger, der von der Berührung des himmlischen Feuers golden geworden war, sah wohl, daß es gesündigt hatte, und sprach zum drittenmal: „Hast du es nicht getan?“ „Nein“, sagte das Mädchen zum drittenmal. Da sprach die Jungfrau Maria: „Du hast mir nicht gehorcht, und hast noch dazu gelogen, du bist nicht mehr würdig, im Himmel zu sein.“

Da versank das Mädchen in einen tiefen Schlaf, und als es erwachte, lag es unten auf der Erde, mitten in einer Wildnis. Es wollte rufen, aber es konnte keinen Laut hervorbringen. Es sprang auf und wollte fortlaufen, aber wo es sich hinwendete, immer ward es von dichten Dornhecken zurückgehalten, die es nicht durchbrechen konnte. In der Einöde, in welche es eingeschlossen war, stand ein alter hohler Baum, das mußte seine Wohnung sein. Da kroch es hinein, wenn die Nacht kam, und schlief darin, und wenn es

stürmte und regnete, fand es darin Schutz: aber es war ein jämmerliches Leben, und wenn es daran dachte, wie es im Himmel so schön gewesen war, und die Engel mit ihm gespielt hatten, so weinte es bitterlich. Wurzeln und Waldbeeren waren seine einzige Nahrung, die suchte es sich, so weit es kommen konnte. Im Herbst sammelte es die herabgefallenen Nüsse und Blätter und trug sie in die Höhle, die Nüsse waren im Winter seine Speise, und wenn Schnee und Eis kam, so kroch es wie ein armes Tierchen in die Blätter, daß es nicht fror.

Nicht lange, so zerrissen seine Kleider und fiel ein Stück nach dem andern vom Leibe herab. Sobald dann die Sonne wieder warm schien, ging es heraus und setzte sich vor den Baum, und seine langen Haare bedeckten es von allen Seiten wie ein Mantel. So saß es ein Jahr nach dem andern und fühlte den Jammer und das Elend der Welt.

Einmal, als die Bäume wieder in frischem Grün standen, jagte der König des Landes in dem Wald und verfolgte ein Reh, und weil es in das Gebüsch geflohen war, das den Waldplatz einschloß, stieg er vom Pferd, riß das Gestrüppe auseinander und hieb sich mit seinem Schwert einen Weg.

Als er endlich hindurchgedrungen war, sah er unter dem Baum ein wunderschönes Mädchen sitzen, das saß da und war von seinem gol-



denen Haar bis zu den Fußzehen bedeckt. Er stand still und betrachtete es voll Erstaunen, dann redete er es an und sprach: „Wer bist du? Warum sitztest du hier in der Einöde?“ Es gab aber keine Antwort, denn es konnte seinen Mund nicht auftun. Der König sprach weiter. „Willst du mit mir auf mein Schloß gehen?“ Da nickte es nur ein wenig mit dem Kopf.

Der König nahm es auf seinen Arm, trug es auf sein Pferd und ritt mit ihm heim, und als er auf das königliche Schloß kam, ließ er ihm schöne Kleider anziehen und gab ihm alles im Überfluß. Und ob es gleich nicht sprechen konnte, so war es doch schön und holdselig, daß er es von Herzen lieb gewann, und es dauerte nicht lange, da vermählte er sich mit ihm.

Als etwa ein Jahr verflossen war, brachte die Königin einen Sohn zur Welt. Darauf in der Nacht, wo sie allein in ihrem Bette lag, erschien ihr die Jungfrau Maria und sprach: „Willst du die Wahrheit sagen und gestehen, daß du die verbotene Tür aufgeschlossen hast, so will ich deinen Mund öffnen und dir die Sprache wiedergeben: verharrst du aber in der Sünde und leugnest hartnäckig, so nehm ich dein neugeborenes Kind mit mir.“

Da war der Königin verliehen zu antworten, sie blieb aber verstockt und sprach: „Nein, ich habe die verbotene Tür nicht aufgemacht,“ und die Jungfrau Maria



nahm das neugeborne Kind ihr aus den Armen und verschwand damit.

Am andern Morgen, als das Kind nicht zu finden war, ging ein Gemurmeln unter den Leuten, die Königin wäre eine Menschenfresserin und hätte ihr eigenes Kind umgebracht. Sie hörte alles und konnte nichts dagegen sagen, der König aber wollte es nicht glauben, weil er sie so lieb hatte.

Nach einem Jahr gebar die Königin wieder einen Sohn. In der Nacht trat auch wieder die Jungfrau Maria zu ihr herein und sprach: „Willst du gestehen, daß du die verbotene Türe geöffnet hast, so will ich dir dein Kind wiedergeben und deine Zunge lösen: verharrst du aber in der Sünde und leugnest, so nehme ich auch dieses neugeborne mit mir.“ Da sprach die Königin wiederum: „Nein, ich habe die verbotene Tür nicht geöffnet,“ und die Jungfrau nahm ihr das Kind aus den Armen weg und mit sich in den Himmel.

Am Morgen, als das Kind abermals verschwunden war, sagten die Leute ganz laut, die Königin hätte es verschlungen, und des Königs Räte verlangten, daß sie sollte gerichtet werden. Der König aber hatte sie so lieb, daß er es nicht glauben wollte, und befahl den Räten bei Leibes- und Lebensstrafe, nicht mehr darüber zu sprechen.



Im nächsten Jahr gebar die Königin ein schönes Töchterlein, da erschien ihr zum drittenmal nachts die Jungfrau Maria und sprach: „Folge mir.“ Sie nahm sie bei der Hand und führte sie in den Himmel, und zeigte ihr da ihre beiden ältesten Kinder, die lachten sie an und spielten mit der Weltkugel.

Als sich die Königin darüber freute, sprach die Jungfrau Maria: „Ist dein Herz noch nicht erweicht?

Wenn du eingestehst, daß du die verbotene Tür geöffnet hast, so will ich dir deine beiden Söhnlein zurückgeben.“ Aber die Königin antwortete zum drittenmal: „Nein, ich habe die verbotene Tür nicht geöffnet.“ Da ließ sie die Jungfrau wieder zur Erde hinabsinken und nahm ihr auch das dritte Kind.

Am andern Morgen, als es ruchbar ward, riefen alle Leute laut: „Die Königin ist eine Menschenfresserin, sie muß verurteilt werden,“ und der König konnte seine Räte nicht mehr zurückweisen. Es ward ein Gericht über sie gehalten, und weil sie nicht antworten und sich nicht verteidigen konnte, ward sie verurteilt, auf dem Scheiterhaufen zu sterben.



Das Holz wurde zusammengetragen, und als sie an einen Pfahl festgebunden war und das Feuer ringsumher zu brennen anfang, da schmolz das harte Eis des Stolzes und ihr Herz ward von Reue bewegt, und sie dachte, „könnt ich nur noch vor meinem Tode gestehen, daß ich die Tür geöffnet habe,“ da kam ihr die

Stimme, daß sie laut ausrief: „Ja, Maria, ich habe es getan!“

Und alsbald fing der Himmel an zu regnen und löschte die Feuerflammen, und über ihr brach ein Licht hervor, und die Jungfrau Maria kam herab

und hatte die beiden Söhnlein zu ihren Seiten und das neugeborene Töchterlein auf dem Arm. Sie sprach freundlich zu ihr: „Wer seine Sünde bereut und eingesteht, dem ist sie vergeben“, und reichte ihr die drei Kinder, löste ihr die Zunge und gab ihr Glück für das ganze Leben.

*Die Redaktion wünscht allen
Leserinnen & Lesern ein frohes Fest*



*und einen
guten
Rutsch
in das
neue Jahr
2012!*

Abschied nehmen können

Der Tod findet einen Ort, die Erinnerung und das Andenken finden einen Ort: Unsere Gedenkecke

| Text und Foto: Marion Alosery

Im Rahmen unseres Gedenkkaffees wurde unten im Foyer die Gedenkecke ihrer Bestimmung übergeben. Es wurde ein Kondolenzbuch ausgelegt, indem jeder, ob Bewohner/-in, Mitarbeiter/-in oder Besucher/-in, die persönliche Anteilnahme beim Tod einer Bewohnerin oder eines Bewohners zum Ausdruck bringen kann.

Das Leuchten der nebenstehenden Kerze zeigt an, wann ein Todesfall eingetreten ist. Wir wünschen uns, dass diese Gedenkecke von vielen angenommen wird und uns in unserer Trauerarbeit als Ritual unterstützen kann.

*Für den Qualitätszirkel „Leben und Sterben“
Here
Marion Alosery*



Gedenkecke im Foyer des Hauses und Kondolenzbuch für die persönliche Anteilnahme

Es weihnachtet sehr...

Die Vorbereitungen auf die weihnachtliche Zeit sind schon mittendrin, wie der folgende Artikel deutlich macht

| Text: Marion Alosery

Foto:

Es weihnachtet sehr... Spätestens, wenn in allen Wohnbereichen fleißige Hände malen, schneiden, kleben und Frau Joosten mit vollgepackten Wagen dekorierend über die Flure schreitet, weiß man: „Es weihnachtet sehr“. In diesem Jahr wurden wir bei unseren Arbeiten von Praktikanten des Hermann-Gemeiner-Berufskollegs und der Haarbeck-Schule unterstützt. Gemeinsam mit Bewohnerinnen & Bewohnern wurden Päckchen gepackt, Sterne gebastelt Zapfen besprüht, so dass pünktlich zum 1. Advent der Tannenbaum vorm Haus geschmückt werden konnte.

In diesem Jahr ist unser Baum von der Kategorie „Klein aber Fein“ und steht in einem hervorragenden Größenverhältnis zu seinen Schmückern, wie Frau Klose und Frau Weiner bestätigen können. Im Foyer trafen sich viele Bewohne-



rinnen & Bewohner, um auf aktive oder auch zuschauende Weise am Geschehen teilzunehmen. Ein besonderes Highlight war das Entwirren der Lichterkette. Mit voller Konzentration, unter Einsatz aller feinmotorischen Fähigkeiten und mit musikalischer Unterstützung der anderen Bewohner/-innen, gelang es schließlich nach einer Stunde, die Kette wieder in ihren Originalzustand zu versetzen. Aber wie so häufig steckte der Teufel im Detail. Nachdem die Kette am Baum liebevoll angebracht war, streikte die Technik und die Lichter versagten das ersehnte Leuchten. Also wurde alles wieder abgenommen, zu Plan B übergegangen und das neu erworbene Lichternetz angebracht. Danach konnte dann endlich der selbstgefertigte Baumschmuck angehängt werden. Am Ende hatte sich aber alle Mühe gelohnt und am Abend erstrahlte der Weihnachtsbaum in weiß-goldenem Glanz.



Advent, Advent ein Lichtlein brennt
 Trotz der Erfahrungen beim Baumschmücken am vorherigen Tag, oder vielleicht gerade wegen dieser, fanden sich am 1. Adventmorgen zehn Bewohnerinnen hochmotiviert im Gemeinschaftsraum ein, um gemeinsam für die Wohnbereiche Adventskränze herzustellen. Die einen schnitten das Tannengrün, andere stellten kleine Tannensträuße zusammen und wieder andere steckten diese auf die Rohlinge.

Und diesmal wurde die Teamarbeit sofort belohnt. Bis zum Mittagessen waren vier Kränze gesteckt und ausgestellt, so dass zum Adventskaffee in jedem Bereich die 1. Adventskerze am selbstgestalteten Adventskranz leuchtete.

*Hore
 Marion Alosery*

Linke Seite:

Das Gestalten liegt nicht zuletzt in den Händen von Frau Klose (links). Frau Dilger ist mit den Fortschritten sichtlich zufrieden!

Diese Seite im Uhrzeigersinn v. l.:

Frau Faist, Frau Coubal und Frau Michalak sind sehr konzentriert bei der Sache. Natürlich genau so wie Frau Kuhfuß und Frau Holländer. Auch Frau Meyer und Frau Rehberg haben das Material bereitgelegt. Ganz unten ist das Ergebnis aller gern geübten Mühe zu sehen: Der fertige Adventskranz!



Zum Schluß

Titelbild und so

Eine Besonderheit gibt es im Hinblick auf unser aktuelles Titelbild zu vermerken: Stehen sonst Bewohnerinnen und Bewohner im Mittelpunkt, so ist es diesmal die „Jugend“. Und doch Teil des Lebens in unserem Seniorenzentrum. Schließlich entstand die Aufnahme auf dem Oktoberfest-Ausflug nach Xanten.

Ganz klar: für die Aufnahme wird posiert. Ganz klar aber auch: das Foto ist nicht gestellt. Es ist ein Auszug aus dem, was das Wohnen und Leben in unserem Haus für die Bewohnerinnen & Bewohner ausmacht bzw. ausmachen kann.

An dieser Stelle wird deutlich, wie häufig Kontakte nach innen und außen real stattfinden, wie vielseitig der „Alltag“ sein kann, wir keine „Insel“ in Neukirchen-Vluyn darstellen. Dies drückt das Foto aus, und damit hat es sich seinen Platz auf der Titelseite verdient.

Noch kurz berichtet

Im September besuchte uns unsere ehemalige Auszubildende Janine Schwartz und präsentierte glücklich ihr gutes Abschlussexamen. In den drei Jahren ihrer Ausbildung arbeitete sie auf dem Wohnbereich II und wurde von Herrn Carsten Buchholz als Praxisanleiter begleitet. Besonders Frau Faist, die an der praktischen Prüfung maßgeblich beteiligt war, hatte Janina für die Prüfung die Daumen gedrückt und war stolz auf das gute Ergebnis. Wir alle wünschen Janina alles Gute für ihren weiteren Lebensweg und viel Erfolg in ihrem neuen Wirkungsfeld.

Korrekturen

Liebe Leserinnen, liebe Leser!

Wie uns berichtet wurde, nehmen Sie gerne diese neue Rubrik an. Danke dafür! Vielleicht eine allgemeine Bemerkung zu kleineren Fehlern, die immer wieder vorkommen, und die sich wohl nicht ganz werden vermeiden lassen: Ich meine Zahlenangaben im Rahmen von Geburtstagen etc. Hier sind einzelne Übertragungs- und Umrechnungsfehler nie ganz auszuschließen. Immerhin finden sich in den Kernrubriken wie „Hauseinzug“, „Geburtstage“ und „Sterbefälle“ in der letzten Ausgabe sage und schreibe 189 Daten und Zahlen zu Kalenderangaben Zimmer-Nummern usw.! Wir setzen hier auf Ihr Verständnis!

Platz für Korrekturen!

Ihre

Redaktion



Foto: Marion Alosery

Impressum

Herausgeber:

| Willy-Könen-Seniorenzentrum
der Arbeiterwohlfahrt

Verantwortlich:

| Marina Schoofs,
Einrichtungsleitung

Redaktionsteam:

| Marina Schoofs/ Marion Alosery/ Siegmund Moos/
Jürgen Mattheis/ Gerhard Schrader
Unterstützung: Angelika Glass/ Angelika Caspers/
Coleen Weiner/ Christine Düding/ Diethard
Bohlen/ Felix von Zabiensky
*Besonderer Dank an die Bewohner-Autoren:
Leonore Lellmann, Christa Klose*

Gestaltung:

| Gerhard Schrader

Erscheinungsweise & Auflage

| quartalsweise/ 350

Druck:

| Seniorenzentrum Stadt Hilden GmbH/ Erikaweg
9/ 40723 Hilden/ Fon: 0 21 03-90 2-0 Bernd
Düster

Anschrift:

| Willy-Könen-Seniorenzentrum
der Arbeiterwohlfahrt
Fürmannsheck 31/ 47506 Neukirchen-Vluyn
Fon: 0 28 45-9 13 0-0
Fax: 0 28 45-2 80 60
E-Mail: sz-willy-koenen@awo-niederrhein.de

Anfragen

Bitte richten Sie alle Anfragen (Ideen, Leserbriefe; Fragen zum Bezug, Anzeigenschaltung) an die nebenstehende Anschrift. Wir werden Ihre Wünsche umgehen beantworten.

Gerne nimmt das Redaktionsteam Ihre Meinung zur neuen Gestaltung und Struktur der Hauszeitung entgegen.

Haben Sie grundsätzlich Interesse an unseren Serviceleistungen? Dann wenden Sie sich bitte an die Mitarbeiterinnen unserer Verwaltung Frau Glass und Frau Eichler unter der Nummer **0 28 45-9 13 0-11**.

Zum Schluß...

...ein Dankeschön an alle, die durch ihre Mithilfe diese Ausgabe möglich gemacht haben. Ein Dankeschön ebenso an diejenigen, die mit der Veröffentlichung ihrer Aufnahmen einverstanden waren!

Fotos:

| Titelseite: Marion Alosery
Seite 1, 2, 4, 5, 12, 18, 19, 20, 21, 24, 25, 38, 39,
40, 41, 42 © 2011 Gerhard Schrader
und seine Lizenzgeber