

PRO  HUMAN'SCHE
Hauszeitung

März 2000

Nr.2

Impressum:

Die PRO HUMAN'SCHE Hauszeitung erscheint vierteljährlich
und wird an Kunden und Interessierte kostenlos verteilt.

Redaktion: Christopher M. Fischer, Ulrike M. Traub

© 2000 bei PRO HUMAN, Böhringen

Vorwort



Vielen Dank! Wir waren wirklich überrascht, welch positives Echo die erste Ausgabe unserer Heimzeitung im Dezember 99 hatte. Bereits beim hausinternen „Weihnachtsmarkt“ wurden über 70 Exemplare verteilt. Neue Gäste unseres Hauses freuen sich schon vor dem ersten Besuchtag, von uns zu lesen und auch die MitarbeiterInnen von den Sozialdiensten der umliegenden Krankenhäuser „schmökern“ gerne über PRO HUMAN.

Dies hat uns natürlich für die jetzige Ausgabe besonders motiviert und so ist die vorliegende Ausgabe Nr. 2 auch schon um vier Seiten umfangreicher geworden.

Und doch konnten wir für unsere März-Ausgabe noch nicht alle Ideen verwirklichen. So möchten wir einen Vorschlag aus dem Kreise der MitarbeiterInnen aufgreifen und ab der Juni-Ausgabe auch eine Seite zum Gedenken an verstorbene Gäste unseres Hauses einrichten.

Ein weiterer Vorschlag wurde von Angehörigen kurz vor „Redaktionsschluss“ gemacht: Ein- bis zwei Seiten für Kleinanzeigen unserer Gäste, Angehörigen, Ehrenamtlichen und MitarbeiterInnen. Dabei kam auch die Idee auf, Werbeplatz in unserer Heimzeitung an Firmen zu verkaufen, um damit die Druckkosten bei der Vergabe an eine Druckerei zu erwirtschaften.

Dies möchte ich hier gerne zur Diskussion stellen: Wären Sie mit einem vernünftigen Maß an Werbung einverstanden oder möchten Sie lieber weiterhin eine werbefreie Hauszeitung erhalten? Es würde mich sehr freuen, wenn Sie uns ihre Meinung mitteilen würden – und vielleicht fällt Ihnen dabei ja auch noch ein guter Titel anstelle von „Hauszeitung“ ein? Leider haben wir bisher erst einen Vorschlag erhalten.

Nun wünsche ich Ihnen auch im Namen aller MitarbeiterInnen ein farbenfrohes Frühjahr mit viel Sonnenschein für Haut und Herz.



Chr.M. Fischer
(Geschäftsführer)

Nachgefragt...

... hat Frau Freisinger (Altenpflegeschülerin) am 16. Februar 2000 bei Frau Barth (Tagespflegegast bei PRO HUMAN).

Frau F.: Frau Barth, ich möchte heute mit Ihnen über den relativen Begriff „Alter“ sprechen. Ihr **kalendarisches** Alter können wir an Ihrem Geburtstag ablesen.

Frau B.: Ich bin jetzt 100 Jahre und fast vier Monate.

Frau F.: Sie rechnen aber genau. – Ihr **psychisches** Alter zeigt sich in Ihrer Auffassungs- und Erlebnisfähigkeit. Man sagt doch auch: „Ich bin so alt, wie ich mich fühle!“. Wie alt fühlen Sie sich?

Frau B.: Ich fühle mich nicht wie 100, eher zähle ich mich zu den 85-jährigen. Ich bin zufrieden und nehme alles nicht mehr so tragisch. Mir ist ein Tag wie der andere. Dass ich nicht mehr so schaffen kann, ärgert mich manchmal. Schlafen kann ich noch einigermaßen gut, muß aber leider in der Nacht ein paarmal raus. Jeden Tag stehe ich um halb sieben auf, sonntags um acht. Ich richte mich morgens allein und suche aus, was ich anziehe. Kleine Kinder mag ich sehr gern. Ich selbst habe drei Söhne, eine Tochter, zehn Enkel und neun Urenkel.

Frau F.: Das **biologische** Alter zeigt sich hauptsächlich im körperlichen Bereich. Wieviele Jahre würden Sie Ihrem Körper zugestehen?

Frau B.: Vielleicht 85 bis 90. Mir geht es einigermaßen ordentlich. Beim Laufen kommt's auf Wetter an. Mit meinem Wägele geht es gut, manchmal ist es beschwerlich. Dann tun mir die Füße (ein Schwabe meint die Beine) von oben bis unten weh. Kopfweh habe ich selten. Jeden morgen lese ich die Zeitung. Leider kommen so viele Räubergeschichten.

Frau F.: Das **soziale** Alter zeigt sich vor allem an der Anpassungsfähigkeit an andere Menschen. Wie würden Sie Ihre Beziehungen zu anderen, z.B. innerhalb der Familie oder hier in der Gemeinschaft einschätzen?

Frau B.: So ungefähr 80 bis 85. Ich habe mit der ganzen Familie einen guten Kontakt. Meine Tochter kümmert sich sehr um mich und ich bin froh, daß ich bei ihr wohnen kann.

Geboren bin ich ja in Stuttgart als Älteste. Meine Eltern hatten eine Metzgerei. Eigentlich wollte ich Drogistin werden, aber da war mein Vater dagegen. So blieb ich lange im elterlichen Haushalt und ging meiner Mutter zu Hand. Einer meiner Brüder kam vom Feld nicht mehr zurück. Eine Schwester wanderte nach Amerika aus und eine Schwester ist bereits gestorben. Ich hätte nie gedacht, daß ich mal so alt werde.

Frau F.: Sie sind bei uns im Altenhilfezentrum ein gern gesehener Tagespflegegast. Sie nehmen regen Anteil an der Tischgemeinschaft und bereichern unsere Gesprächsrunden und Gruppenstunden. Wir freuen uns, daß Sie bei uns sind und wünschen Ihnen weiterhin ein frohes Alter für Körper, Seele und Geist.

Danke für dieses Gespräch!

Die Kartoffel

unser Koch berichtet

Sie hat eine lange Reise hinter sich – genauer gesagt – kommt die Kartoffel aus Südamerika (Peru und Bolivien). Es war wohl eher ein Zufall, denn die spanischen Entdecker brachten sie 1550 als Zierpflanze mit. Erst in der zweiten Hälfte des 18. Jahrhunderts erkannte man den Wert der Kartoffel als Grundnahrungsmittel. Besonders die Notzeiten, während der Kriege, führten zu einer frühen Verbreitung der Kartoffel in Europa.

Kartoffeln sind gesund! – Doch man sollte dabei auf die richtige Garmethode achten, d.h. dämpfen oder mit der Schale kochen. Ohne Schale verliert sie über die Hälfte an Vitamin C (Vitamin B1 ist auch reichlich in der Kartoffel enthalten; ebenso Mineralstoffe wie Kalium und Calcium). Lagern sollte man die Kartoffel kühl und dunkel. Bei Tageslicht wird sie grün und bildet einen giftigen Stoff - das Solanin.

Ob als Suppe, Beilage, Salat oder Auflauf, die Vielfältigkeit der Kartoffel ist wohl von keinem anderen Lebensmittel zu übertreffen.

In Frankreich war es früher üblich, daß jeder Küchenchef seine eigenen Kreationen der Kartoffel an seine Schüler weitergab. Diese Rezepte durften natürlich nur „im Hause“ gekocht werden (und wehe wenn nicht...).

Meine erste Bekanntschaft mit dem Erdapfel machte ich bei meinen Großeltern. Die ganze Familie war zusammengekommen, um bei der Ernte zu helfen. Die Kinder gingen voraus, um die Ranken aus dem Boden zu ziehen, die Erwachsenen folgten nach, um die Knollen aufzulesen und in Körbe zu füllen. Mein Onkel nahm die Körbe und leerte diese auf dem Anhänger aus. In der Mittagspause wurde bei den Großeltern gegessen. An diesem Tag dankten wir im Tischgebet auch immer für die gute Ernte. Abends nach getaner Arbeit wurden die Ranken zusammengetragen, aufeinander geschichtet und angezündet. Einige Kartoffeln legten wir an den Rand des Feuers. Es dauerte eine ganze Weile bis sie fertig waren. Ich kann mich noch gut erinnern – sie schmeckten richtig gut!

Erinnern Sie sich auch an „Kartoffel-Geschichten“ in Ihrem Leben? Kennen Sie leckere Kartoffelvariationen? Oder haben Sie Kartoffelrezepte, die gut gelingen? Dann lassen Sie uns das wissen! Wir würden uns freuen, beim nächsten Mal etwas aus Ihrem Leben berichten zu können. Gern kochen wir auch für unsere Gäste eines Ihrer Kartoffelrezepte.

Wolfgang Winder

Unser Gedächtnis

Teil 1: Vom Aufbau eines Archivs

In unserer Hauszeitung möchten wir nicht nur über das Leben und Wirken in unserem Hause berichten, sondern Ihnen auch allgemeine Information bieten. Als geronto-psychiatrische Einrichtung ist es für uns naheliegend, hier Themen aus dem Gebiet der dementiellen Erkrankungen zu wählen. Wir starten deshalb in dieser Ausgabe eine vierteilige Serie zum Thema Gedächtnis.

Zur Beschreibung der Funktionen und des Aufbaus unseres Gedächtnisses bietet sich der Vergleich mit einem Archiv an, welchen wir im folgenden beschreiben möchten:

Ein Archiv, so sagt man, ist eine durchaus wichtige Einrichtung, denn es ermöglicht uns aus der Vergangenheit zu berichten und auch aktuelle Ereignisse mit früheren zu vergleichen. Die daraus gewonnenen Erkenntnisse machen es möglich, aus Erfolgen wie auch aus Fehlern zu lernen. Lebensnotwendig ist ein solches Archiv jedoch nicht...

Zunächst gibt eine ganze Reihe Menschen, welche tagtäglich eine riesige Menge mehr oder weniger wichtiger historischer Begebenheiten ins Archiv einsenden. Sie sind meist aufgeschrieben, auf Tonband aufgenommen, photographiert oder auch gefilmt worden. Gerne würde das Team des Archivs alles archivieren was eingesendet wird, doch im Team arbeiten immer nur sieben bis maximal zehn Mitarbeiter. Hinzu kommt noch, dass nicht alle im Team gleich schnell arbeiten. Und somit ist die Menge der archivierten Daten deutlich begrenzt. Deshalb wird das Material von den Sachbearbeitern durchgesehen. Sie entscheiden, was archiviert wird und was nicht. Dinge, die ihnen wichtig erscheinen oder Ereignisse, die für sie besonders eindrücklich sind, werden eingelagert, andere wiederum verworfen. Hinzu kommt, dass dieses Team auch noch andere Aufgaben bewältigen muss: So führt der Abteilungsleiter zusätzlich ein Register, in welchem er sehr sorgfältig notiert, welches Zeitdokument in welchem Raum, Regal und Ordner zu finden ist. Dies sei eine bedeutende Aufgabe meint der Abteilungsleiter, denn die Räume, die zum Lagern zur Verfügung stehen, sind unvorstellbar groß. Er ist ohnehin der Meinung, dass das Archiv verschwenderisch gebaut sei und „im Leben nie vollzubringen“ sei, auch wenn sich sein Team noch so sehr anstrengt. Nun wird dieses Nachschlageregister jedoch nicht etwa alphabetisch oder chronologisch geordnet geführt, sondern nach Wichtigkeit. Denn – so die Begründung - wenn man für eine wichtige Information zuerst kilometerweite Strecken zurücklegen muss, ist es für den Empfänger der Information meist schon zu spät. Ein anderer Mitarbeiter führt zusätzlich noch ein Stichwortverzeichnis, in dem er bestimmte historische Ereignisse unter einzelnen Gesichtspunkten ordnet. Die Art der Zuordnung ist dem Mitarbeiter selbst überlassen.

Nun kann man sicher berechtigt einwenden, dass es wohl sehr von der persönlichen Meinung der Mitarbeiter abhängt, was wichtig und was nichtig erscheint: Erst entscheidet ein Sachbearbeiter was überhaupt archiviert wird und dann sagt ein

Abteilungsleiter auch noch was vorne und was hinten zu liegen hat. Und auch im Stichwortverzeichnis können die Informationen an vollkommen unterschiedlicher Stelle liegen. Somit stehen der Subjektivität alle Türen offen. Der Archivleiter bestätigt diese Kritik, doch habe man in all den Jahren seit man mit Archivieren begonnen hat, noch keine bessere Lösung gefunden. Und so habe sich eben ergeben, dass je größer ein Archiv wird, desto subjektiver erfolgt die Ordnung der Dokumente.

Ein Archiv ist nun nicht nur Selbstzweck, sondern es soll immer auch Informationen liefern können, wenn diese gebraucht werden. Wird nun ein Schriftstück angefordert, so schaut der Abteilungsleiter in seinem großen Register nach, wo sich das Schriftstück befindet. Ein anderer Sachbearbeiter holt dieses dann aus dem Archiv. Um sicherzugehen, dass kein Schriftstück verloren geht, wurde angeordnet, dass immer eine Kopie angefertigt wird und nur die Kopie darf dann das Haus verlassen. Damit stellt man auch sicher, dass niemand an den bereits archivierten Dokumenten nachträglich Veränderungen vornimmt. Im Übrigen: Das Holen von Information ist immer wichtiger als die Neuablage.

Tatsächlich funktioniert unser Gedächtnis sehr ähnlich wie das oben beschriebene Archiv. Während unsere Wahrnehmung durch Sinnesreize wie Gesehenes, Gehörtes, Geschmecktes, Geruchenes, Gefühltes und Getastetes zu jeder Sekunde unseres Lebens eine unvorstellbar große Menge an Information liefert, kann unser Kurzzeitgedächtnis hingegen nur 7-10 Informationen gleichzeitig behalten und bearbeiten. Somit entscheiden wir bewusst und noch weitaus mehr unterbewusst, welche Information gespeichert und welche verworfen wird. Unser Langzeitgedächtnis hingegen ist wiederum annähernd beliebig groß und könnte durchaus unser gesamtes Leben mit sämtlichen Sinneseindrücken speichern. Jede unserer Wahrnehmungen wird durch uns interpretiert und gewertet. Dieser Wertung kann sich unser Gedächtnis nicht entziehen. Dadurch steht uns niemals objektive Information zur Verfügung. Die meisten Informationen werden gemeinsam mit Gefühlen gespeichert. Wir erkennen dies an den Assoziationen, die meist noch vor der Information selbst in uns erweckt werden. Ähnlich einem Register haben wir eine Ortsangabe in unserem Gehirn gespeichert. Zusätzlich ist es uns möglich bestimmte Sachverhalte unter Überbegriffen in unserem Gedächtnis zu suchen.

Biochemisch betrachtet sind unsere Wahrnehmungen elektrische Impulse, die durch Nervenstränge an unser Gehirn geleitet werden. Unter bestimmten Voraussetzungen werden dort chemisch-elektrische Verschaltungen zwischen Gehirnzellen installiert. Man spricht dann vom Kurzzeitgedächtnis. Das Langzeitgedächtnis schließlich speichert Informationen durch Bildung von Eiweißmolekülen.

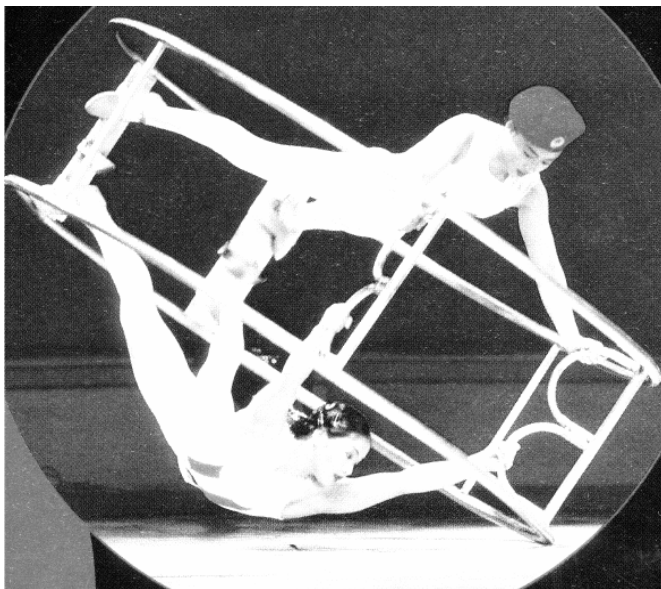
Thema der nächsten Ausgabe sind die Kriterien, zur Speicherung von Information in unser Langzeitgedächtnis und welche Möglichkeiten des Gedächtnistrainings sich daraus ableiten lassen.

Chr.M. Fischer

Besuch beim chinesischen Staatszirkus in Konstanz am 6. Februar 2000

Angehörige brachten die Idee zu uns in Haus, nach Konstanz zum „Zirkus ohne Tiere“ zu gehen. Und da wir gerne solche Ideen verwirklichen, übernahm Frau Traub spontan die Organisation. Sie besorgte Karten und brauchte Herrn Beese jun. und mich nicht lange überzeugen, am Sonntagmittag mit unseren Gästen auf Fahrt zu gehen.

Am Sonntag um 13.00 Uhr war es dann so weit: Gemeinsam mit rund der Hälfte unserer Heimgäste, sowie mehreren Angehörigen fuhren wir mit unserem PRO HUMAN-Bus und mit Privatfahrzeugen nach Konstanz. Dort angekommen erreichen wir nach kurzem Fußmarsch das Zirkuszelt. Die von Frau Traub reservierten Logenplätze befanden sich direkt am Rand der Manege. Hautnah konnten wir dann Zirkusakrobatik vom Feinsten bewundern: atemberaubende



Schleuderbrettnummern, bei denen sechs Frauen aufeinanderstehend in luftiger Höhe noch einhändige Handstände machten oder der zauberhafte „Tanz in Seide“, bei dem die Darsteller an dünnen Drahtseilen wie Vögel am Zirkusdach ihre Kreise zogen, während Lichteffekte eine märchenhafte Stimmung zauberten. Besonders beeindruckend war auch ein kleiner chinesischer Junge, der als „kleiner Buddha“ die Grenzen von Beweglichkeit neu definierte, als er in gebeugter Körperhaltung

mehrfach durch ein enges Rohr schlüpfte. Nach spannenden und abwechslungsreichen 90 Minuten zeigten sich alle Akrobaten nochmals zu Trommelwirbel im großen Finale. Der tosende Applaus, zu dem auch wir reichlich beisteuerten, war sicher hochverdient.

Bei der Heimfahrt waren sich alle einig: Solche Akrobatik hatte keiner von uns je gesehen. Sicher werden die Erinnerungen an dieses Schauspiel noch lange Zeit in uns nachwirken.

Herzlichen Dank allen TeilnehmerInnen und Angehörigen!

Aktuelle Entwicklungen bei PRO HUMAN

Da lag sie also, die Einladung zum „Tag der rauchenden Köpfe“. Herr Fischer, Leiter von PRO HUMAN, hatte die Absage für eine Fortbildung in Stuttgart kurzerhand genutzt und die „eigentlich Wissensdurstigen“ zu einem Klausurtag in die Bibernühle eingeladen. Thema „Erarbeitung des Konzeptes – **Wohngruppe** für dementiell Erkrankte“!

Bereits um 7.00 Uhr trafen wir uns, wir d.s. Herr und Frau Fischer, Frau Kruse-Nieding, Frau Wiebe, Herr Winder, Herr Beese und ich zum Ortstermin, denn eine Wohngruppe braucht eine Wohnung. Und die steht seit Januar 2000 nach dem Auszug von Familie Fischer im 1.Obergeschoss von PRO HUMAN leer.

Vier Zimmer, Küche, Bad und eine große Terrasse.

Im Laufe des Tages entwickelten wir dann unseren Vorschlag für ein Wohngruppen-Konzept. Wichtige Bestandteile dabei sind für uns

- ein großer, gemeinschaftlich genutzter Raum, am besten eine Wohnküche
- ein „heimischer“ Herd, da Wärme, Geräusche und Gerüche Wohnatmosphäre vermitteln
- feste Bezugspersonen, die in der Pflege und Hauswirtschaft gleichermaßen tätig sind
- Angehörige, Ehrenamtliche, Nachbarn, die in der Wohngruppe mithelfen, BewohnerInnen unterstützen und sich aktiv einbringen
- Kleinräumigkeit, in der sich dementiell Erkrankte zunehmend besser zurecht finden
- eigenverantwortliche Lebensgestaltung, d.h. auch, das Maß von Unterstützung und Hilfestellung bestimmt der/die BewohnerIn selbst.

Ausgestattet mit Heimgesetz und Heimmindestbauverordnung, Empfehlungen des Kuratoriums Deutsche Altershilfe, viel gutem Willen und noch mehr Ideen planten und skizzierten wir bis zum Abend.

In Kleingruppen wurden die Ergebnisse dann konkretisiert und am Mittwoch, dem 16. Februar 2000 den BewohnerInnen von PRO HUMAN und deren Angehörigen vorgestellt. Im gemeinsamen Gespräch wurden neben Zustimmung zu diesem Projekt auch wichtige Rück- und Nachfragen gestellt und Bedenken geäußert. Die TeilnehmerInnen der Projektgruppe sind froh über diese Beiträge, denn die Wohngruppe soll im Sinne und zum Nutzen für unsere Gäste sein. Deshalb werden wir uns im nächsten Schritt mit den angesprochenen Bedenken und Einwände auseinandersetzen und die gemachten Änderungsvorschläge in das Konzept einarbeiten.

So rauchen unsere Köpfe weiter.

Ulrike Traub

Drei Geschichten zum 8.Mai

entnommen aus: Blätter, die uns durch das Jahr begleiten, Kreuz-Verlag

Frieden spielen

Da ging ein alter Mann über einen freien Platz. Er beobachtet eine Gruppe Kinder, die offensichtlich „Krieg“ spielten. Mit Stöcken und grellen „PängPängSchreien“ rannten sie aufeinander los. Auch ganz Kleine waren dazwischen.

Nachdenklich stand der Mann eine Weile in der Nähe, dann ging er entschlossen auf die Gruppe zu und sagte bittend: „Spielt doch nicht Krieg, Kinder!“

Der bittende Klang der Männerstimme machte die Kinder betroffen. Sie zogen sich an eine Mauer zurück, berieten eine Weile miteinander, dann kamen sie wieder zu dem Mann, der immer noch dastand, als hoffe er auf etwas, und ein Kind fragte: „Wie spielt man Frieden?“

Nach Jörg Zink

Mann gegen Mann

Vor der Schlacht tritt der Offizier an die Truppe heran und sagt feierlich:
„Soldaten, jetzt geht es Mann gegen Mann!“

Infanterist Rubin: „Zeigen Sie mir bitte meinen Mann! Vielleicht kann ich mich
gütlich mit ihm verständigen.“

Salcia Landmann

Gefangene

Mai 1946. Jemand berichtet aus Berlin: Ein Dutzend verwahrloster Gefangener, geführt von einem russischen Soldaten, gehen durch eine Straße; vermutlich kommen sie aus einem fernen Lager, und der junge Russe muß sie irgendwohin zur Arbeit führen oder, wie man sagt, zum Einsatz. Irgendwohin; sie wissen nichts über ihre Zukunft; es sind Gespenster, wie man sie allenthalben sehen kann.

Plötzlich geschieht es, daß eine Frau, die zufällig aus einer Ruine kommt, aufschreit und über die Straße heranläuft, einen Gefangenen umarmt – das Trüpplein muß stehenbleiben, und auch der Soldat begreift natürlich, was sich ereignet hat; er tritt zu dem Gefangenen, der die Schluchzende im Arm hält, und fragt: „Deine Frau?“ – „Ja.“ Dann deutet er ihnen mit der Hand: „Weg – laufen, laufen – weg!“

Sie können es nicht glauben, bleiben stehen; der Russe marschiert weiter mit den elf anderen, bis er, einige hundert Meter später, einem Passanten winkt und ihn mit der Maschinenpistole zwingt, einzutreten: damit das Dutzend, das der Staat von ihm verlangt, wieder voll ist.

Max Frisch

Vorgestellt

In dieser Rubrik
möchten wir Ihnen
die Mitarbeiterinnen
und Mitarbeiter von
PRO HUMAN vorstellen.



Heute: **Tatjana Wiebe**
(*exam. Altenpflegerin*)

Frage: Frau Wiebe, wie haben Sie Ihren letzten Geburtstag gefeiert?

Frau Wiebe: Da muß ich erst einmal nachdenken. – An meinem letzten Geburtstag hatte ich Dienst. Meine Familie war zunächst erstaunt, daß ich für diesen Tag nicht frei genommen hatte. Aber mir war der Geburtstag nicht so wichtig. Überhaupt habe ich aufgehört, die Jahre zu zählen. An meinem letzten Geburtstag wurde ich von einer Kollegin mit einem Halskette überrascht – nicht unbedingt „materiell wertvoll“, aber für mich als Beschenkte von unendlich großem Wert. Ich habe mich riesig gefreut.

Frage: Welche Eigenschaft schätzen Sie besonders an den Gästen und Bewohnern von PRO HUMAN?

Frau Wiebe: Das kann ich nicht mit einem Wort sagen. Was ich sehr bewundere, ist die Tatsache, daß unsere Gäste trotz Alter, Gebrechlichkeit und Krankheit täglich wieder auf's Neue hier an der Gemeinschaft teilnehmen. Sie verstecken sich nicht. Sie sind dabei und gestalten mit. Das finde ich Klasse! Außerdem bewundere und schätze ich ihre Lebenserfahrung. Manchmal versuche ich mir vorzustellen, wie viele Menschen ein Mensch während seines Lebens trifft und welche Erfahrungen jeder mit dem anderen macht. Da gibt es doch bestimmt so manche Eigenheiten, die dem Menschen Toleranz und Geduld lehren. Die Geduld unserer Gäste und Bewohner - auch uns MitarbeiterInnen gegenüber – finde ich bewundernswert.

Frage: Was sollte im Jahre 2010 unbedingt noch zu PRO HUMAN gehören?

Frau Wiebe: Ich denke, PRO HUMAN ist stets für eine positive Überraschung gut. Immer wieder gibt es Neues, welches zu Beginn unerreichbar scheint. Und doch klappt es dann. Routine kommt da erst gar nicht auf. Deshalb ist für mich PRO HUMAN im Jahre 2010 kaum vorstellbar.

Frage: Wie planen Sie Ihren nächsten Urlaub?

Frau Wiebe: Mein nächster Urlaub ist sicherlich meine letzte Flugreise ins Ausland. Ich kämpfe immer mit meiner Flugangst. – Außerdem habe ich mir fest vorgenommen, danach Deutschland für mich zu entdecken. Es gibt so viele schöne Ecken in Deutschland, die ich gerne noch kennenlernen möchte.

Vielen Dank für das Gespräch!

Die Heimfürsprecherinnen

e
c
k
e

Ehrenamtliche über das Ehrenamt

Ehrenämter sind im Normalfall nicht besonders begehrt. Mann/Frau soll etwas tun, (meistens auch noch regelmäßig) ohne daß eine angemessene Bezahlung erfolgt. Ist man beim Thema Bezahlung auf Geld fixiert, findet man im Ehrenamt wirklich keinen Lohn. Hält man aber auch Freude, Liebe, Glückseligkeit sein und Helfen können für wertvoll, dann wird man im Ehrenamt reich belohnt, nämlich mit dem befriedigenden Gefühl etwas Wichtiges und Schönes getan zu haben bzw. zu tun.

Eine Untersuchung des nordrhein-westfälischen Arbeitsministeriums zum Ehrenamt ergab, daß sich in unserer Gesellschaft bereits sehr viele Menschen ehrenamtlich engagieren.

Fast jeder fünfte Bundesbürger (18,2 %) übt eine ehrenamtliche Tätigkeit aus. Auf die Spitzenreiter Sport (26,2 %) und Kirche (19,7 %) folgen Kultur und Geselligkeit (19,6 %), Politik (14,3 %) und soziales Engagement (11,6 %). Interessant ist auch, daß sich Männer zumeist im Sport und Frauen im kirchlichen und sozialen Bereich betätigen. 58,4 % aller Ehrenamtlichen opfern pro Monat 1-10 Stunden ihrer Freizeit für ihr Amt, 17,8 % sogar über 21 Stunden.

Wie sie wissen ist auch das Amt der Heimfürsprecherinnen ein Ehrenamt. Für uns ist diese Arbeit wirklich sinnvoll und befriedigend.

Außer uns bringen sich bei PRO HUMAN bereits weitere ehrenamtliche Helfer ein. Auch sie haben die Notwendigkeit sich zu engagieren erkannt und tun dies gerne.

Es gibt zum Beispiel einmal wöchentlich einen sehr beliebten Bibelkreis, eine Vorleserunde und im Sommerhalbjahr monatliche Frühschoppenkonzerte. Außerdem helfen Ehrenamtliche bei Festen und Ausflügen mit.

Die jetzt schon aktiven ehrenamtlichen Helfer leisten wertvolle Arbeit für die Bewohner und Gäste von PRO HUMAN.

Aber es gibt noch mehr zu tun!

Hier einige Vorschläge:

- ⇒ Begleitung bei Spaziergängen und Ausflügen
- ⇒ musikalische Unterhaltung am Nachmittag (Konzert oder Singkreis)
- ⇒ musikalische Darbietungen bei sonntäglichen Frühschoppenkonzerten
- ⇒ Aktivitäten mit einzelnen Gästen, wie Brettspiele (Schach) oder Kartenspiele (Skat, Rommé)
- ⇒ Besuchsdienst

Haben wir Ihr Interesse geweckt?

Haben Sie Lust bekommen, sich in dem einen oder anderen Bereich auch zu betätigen?

Kennen Sie jemand, der das gerne möchte, aber nicht weiß wo?

Haben Sie Fragen?

Dann sprechen oder schreiben Sie uns einfach an. Unsere Telefonnummern finden Sie in der Umschlagseite, schriftliche Mitteilungen bitte in unseren Briefkasten!

Auf eine positive Resonanz freuen sich Ihre Heimfürsprecherinnen

Isolde Arnold

Duprid Blawer

Hätten Sie's gewußt?

Die folgenden Wörter lassen sich steigern, indem man ihnen ein anderes Wort voranstellt, z.B. **reich – steinreich**.

Wie können folgende Wörter „gesteigert“ werden?

- 1.gesund - _ _ _ _ _ gesund
- 2.stark - _ _ _ _ _ stark
- 3.glatt - _ _ _ _ _ glatt
- 4.schwer - _ _ _ _ _ schwer
- 5.heiß - _ _ _ _ _ heiß
- 6.weiß - _ _ _ _ _ weiß
- 7.rund - _ _ _ _ _ rund
- 8.dürr - _ _ _ _ _ dürr
- 9.dumm - _ _ _ _ _ dumm
- 10.still - _ _ _ _ _ still

Welche Steigerung paßt denn da am besten?

**siedend, schnee, mäuschen, bären, kern,
stroh, spiegel, kugel, spindel, tonnen**

Die Lösungen können Sie in den Lob-Tadel-Briefkasten werfen oder bei einem Mitarbeiter/einer Mitarbeiterin von PRO HUMAN abgeben. Unter den eingegangenen, richtigen Lösungen verlosen wir einen Preis.

Name/Adresse: _____

Gewinnerin des Rätsels in der letzten Ausgabe ist: **Tanja Albers**
Herzlichen Glückwunsch!

Wenn Sie Fragen und Anregungen haben, neu oder zu Besuch im Haus sind, helfen wir Ihnen gern weiter.

Heimfürsprecherinnen:

Isolde Arnold	Heimfürsprecherin	privat (07732) 56148
Ingrid Blawert	Heimfürsprecherin	privat (07732) 54899

Pflegedienst:

Verena Kruse-Nieding	Pflegedienstleiterin	9230-21
----------------------	----------------------	----------------

Carola Fischer und Heidemarie Ritter zuständig für den Bereich Kurzzeitpflege/Heimpflege		9230-21
----------------------------------------------------------------------------------------------------	--	----------------

Tatjana Wiebe und Marianne Kneifel zuständig für den Bereich Tagespflege		9230-21
------------------------------------------------------------------------------------	--	----------------

Sozialdienst:

Ulrike Traub	Sozialdienst	9230-23
--------------	--------------	----------------

Hauswirtschaft und Küche:

Edith Fox	Hauswirtschaftl. Mitarbeiterin	9230-10
Wolfgang Winder	Koch	9230-10

Fahrdienst:

Rainer Beese	Fahrdienstleiter	9230-18
--------------	------------------	----------------

Leitung und Verwaltung:

Christopher M. Fischer	Leiter von PRO HUMAN	9230-22
------------------------	----------------------	----------------

**Altenhilfezentrum PRO HUMAN
Rickelshausenstr.32
78315 Radolfzell-Böhringen
Telefon (07732) 9230-0
Fax (07732) 9230-50
email: PRO_HUMAN@hotmail.com**

Schon notiert?

Im MÄRZ

ist am Donnerstag, 2.3. und am Montag, 6.3. jeweils nachmittags närrischer Hausball,
am Dienstag, 14.3. führt die Grund- und Hauptschule Böhringen um 15.00 Uhr ein Wintermärchen unter Leitung von Frau Drecksel auf,
am Montag, 20.3. gibt's Gedanken und Musik zum Frühlingsanfang in der Cafeteria,
am Montag, 27.3. findet das 1.Fachgespräch zum Thema „Alter – Vergesslichkeit – Demenz: Verbindungen und Grenzen“ für Angehörige und Interessierte um 18.00 Uhr in der Cafeteria statt,
am Dienstag, 28.3. hält Frau Lenz von pro senior um 14.30 Uhr einen Vortrag zum Thema „Gesundheit und Pflege beim Älterwerden“ in der Cafeteria,
am Mittwoch, 29.3. kommen die Heimfürsprecherinnen zu einem offenen Gesprächsnachmittag ab 14.30 Uhr.

Im APRIL

sind Sie am Mittwoch, 5.4. um 15.00 Uhr eingeladen zur Krankensalbung im Gemeindesaal der Katholischen Kirche in Böhringen (es besteht eine Mitfahrgelegenheit – Anmeldungen erbeten),
am Donnerstag, 13.4. findet um 14.30 Uhr ein Diavortrag zum Thema „Fasten- und Osterzeit“ statt,
am Mittwoch, 19.4. färben wir Ostereier ab 11.00 Uhr in der Besucherküche.

Im MAI

kommen am Donnerstag, 4.5. ab 14.30 Uhr die Heimfürsprecherinnen zu einem offenen Gesprächsnachmittag,
ist am Freitag, 5.5. ab 14.30 Uhr „Mai-Tanz“ im Aufenthaltsraum,
am Donnerstag, 11.5. gibt's Gedanken zum Muttertag,
am Mittwoch, 17.5. ist ein Ausflug geplant,
am Montag, 22.5. findet das 2.Fachgespräch für Angehörige und Interessierte um 18.00 Uhr in der Cafeteria statt.