

kursana  
**MAGAZIN**

Winter 2018 / Frühling 2019

A young woman with blonde hair, wearing a grey cap with a white 'A' logo, a white shirt, a blue and white striped tie, and a black suit jacket, is pointing her right index finger towards the camera. She is holding a black electric guitar. In the foreground, an older woman with white hair and sunglasses is playing a red acoustic guitar. She is wearing a white t-shirt with a floral pattern and a black leather jacket. The background is a warm, orange-toned setting with string lights and a banner that partially shows the letters 'U' and 'A'.

# ZUSAMMEN-HALT

Gemeinsam neue Wege gehen



Liebe Leserin, lieber Leser,

*die Menschen, die im meist hohen Alter in einer Kursana-Einrichtung wohnen, haben ein arbeitsreiches Leben hinter sich – oft geprägt von der Sorge um die Zukunft der eigenen Kinder. Im Alter dreht sich die Verantwortung um: Jetzt kümmern sich die Kinder um die Eltern.*

*Mehr denn je gefordert ist in dieser Zeit das gegenseitige Verständnis zwischen Jung und Alt für die Sorgen, Hoffnungen und Erwartungen des Anderen. Das ist nicht immer einfach und kann zu Konflikten zwischen den Generationen führen.*

*Kursana leistet einen wichtigen Beitrag für den Zusammenhalt der Generationen. Denn mit unseren Einrichtungen sind wir für die Senioren da, wenn die Belastungen für die Jungen zu groß werden. Wir übernehmen Verantwortung für ein würdiges Leben der Eltern im Alter und möchten den Jüngeren ein Gefühl der Sicherheit geben: Hier ist jemand, der sich um Ihre Lieben kümmert.*

*Ihr Vertrauen darauf, dass die Eltern oder Verwandten bei Kursana gut aufgehoben sind, ist Motivation und Ansporn für unsere Mitarbeiter. Dafür danken wir mit dem Versprechen, dass wir Ihre Sorgen ernst nehmen, und Ihre Sorgen immer auch unsere sind. Gemeinsam finden wir Wege.*

*In diesem Sinne grüßt Sie herzlich*

**Jörg Braesecke**

Vorsitzender der Geschäftsführung Kursana

# Inhalt

## Titelthema ZUSAMMEN-HALT

**Nicht allein gelassen werden, gemeinsam neue Wege wagen – Wir zeigen Beispiele, wie Menschen bei Kursana aufgenommen werden und Mut für die Zukunft fassen.**

### 06 Herzlich willkommen!

Wir begleiten einen neuen Bewohner und eine neue Mitarbeiterin in ihren ersten Monaten im Kursana Domizil Seelze

### 10 Helfende Hände

Eine große Zahl von Ehrenamtlichen trifft sich regelmäßig im Domizil Friesenheim

### 14 Neue Heimat

Danish Mirza findet beim Sport und im Domizil Schwedt neue Perspektiven

### 16 „Kursana rockt“ (siehe Titel)

Zu alt zum Abrocken? Nicht im Kursana Domizil Meerane. Hier fand bundesweit das erste Open-Air-Rock-Konzert einer Senioreneinrichtung statt

### 20 Ältesten-Rat

Über 100-Jährige, denen man es nicht ansieht – Zwei Bewohnerinnen verraten ihr Lebensrezept

### 22 Gemischtes Doppel

Wie eine Freundschaft neuen Lebensmut schafft – ein Beispiel aus der Residenz Wedel

*Titelbild: „X-Hells“-Gitarristin Alexa und die rockbegeisterte, 89-jährige Irene Böttger aus dem Kursana Domizil Meerane*

- 24 Alte Heimat**  
Spätaussiedler pflegen im Domizil Rastatt ihre Traditionen und sind offen für Neues
- 26 Kleine Helferlein**  
Wenn Bücken und Greifen schwerfällt: Diese Hilfsmittel erleichtern den Senioren-Alltag
- 28 Richtiges Kauen hilft**  
Jeder fünfte Senior leidet unter Schluckbeschwerden. Ratschläge fürs richtige Essen
- 29 Rechtzeitiges Impfen schützt**  
Jedes Jahr erkranken über 100.000 Menschen an Grippe. Vorbeugen würde helfen
- 30 Umschülerin mit Ausdauer**  
Ein Berufswechsel ermöglicht einer Pflegekraft im Domizil Schneeberg den Neustart
- 32 Familiäre Gemeinschaft**  
Das neue Domizil Hamminkeln – mit konsequentem Wohngruppenkonzept
- 34 Streiflichter**  
Ein kleiner Ausschnitt aus der Vielfalt an Aktivitäten der 116 Kursana-Einrichtungen
- 38 Rätseln & Gewinnen**
- 39 Kursana-Standorte**
- 40 Impressum**



# ZUSAMMEN-HALT

---

## Gemeinsam auf neuen Wegen

Gemeinsamkeiten und Zusammenhalt sind in jeder Lebensphase wichtig. Aber im Alter werden Verbündete noch bedeutsamer. Es sind häufig ähnliche Probleme, die gemeinsam besser bewältigt werden können. Gegenseitige Motivation, Hilfestellung und Erfahrungsaustausch machen das Leben lebenswerter. Davon handeln die Geschichten, Porträts und Reportagen auf den nächsten Seiten.

„Gemeinsam neue Wege gehen“ bleibt nie eine Einbahnstraße. Das Leben bei Kursana ist bunt und lebendig, ein reger Austausch. Jede und jeder kann etwas einbringen – auch wenn sie es sich vielleicht zuerst gar nicht zugetraut haben.

So entsteht eine starke Gemeinschaft. Das soll diese Magazin-Ausgabe zeigen.

*„Humanes Zusammenleben, Integration,  
braucht zuerst und vor allem Raum in den Köpfen  
und Herzen der Menschen“*

Richard von Weizsäcker (1920 – 2015)







# Herzlich willkommen!

Damit sich neue Bewohner und Mitarbeiter gut in die Kursana-Familie einleben können, bekommen sie viel Unterstützung. So hat Werner Schulz, 96, im Domizil Seelze neuen Lebensmut geschöpft. Und Fachkraft Daniela Gläsing-Dietrich, 37, hat schnell ihren Platz im Team gefunden.

„**Hallo Herr Schulz**, ich möchte Sie zum Frühstück abholen“, ruft Joanna Possen, 34, beim Betreten des Zimmers. Als die Wohnbereichsleiterin sieht, dass der neue Bewohner im Kursana Domizil Seelze Tränen in den Augen hat, nimmt sie Werner Schulz, 96, in die Arme. „Kommen Sie, wir haben eine Überraschung für Sie vorbereitet“, sagt sie. Langsam führt sie den sehbehinderten Senior, dessen langjährige

Lebensgefährtin gerade verstorben ist, an seinem Rollator zur ersten Mahlzeit mit den Mitbewohnern.

Im Restaurant vom Wohnbereich Klosterfeld wartet bereits ein ehemaliger Nachbar aus dem Kleingartenverein auf ihn. „Werner, da bist du ja“, sagt Peter Lehmann, 77, der seine Frau täglich im Domizil besucht und bei den Mahlzeiten unterstützt. Mit der Wahl

des Ehepaares als Tischnachbarn macht die Pflegekraft dem neuen Bewohner eine Freude. Als Joanna Possen dann noch eine Milchsuppe serviert, huscht sogar ein Lächeln über sein Gesicht. „Sie haben mir aber gut zugehört, als ich von meinem Leibgericht erzählt habe“, sagt er gerührt.

„**Werner, da bist du ja!**“

Gleich nach der Ankunft hat sich Joanna Possen mit Werner Schulz und



Direktorin Elisabeth Mechelhoff begrüßt die neue Mitarbeiterin Daniela Gläsing-Dietrich. (Bild links). „Patin“ Anna Kammermeier (l.) erläutert der neuen Fachkraft den Medikamentenplan von Gertraud Baaz, 79. (Mitte). Werner Schulz ist auf dem Wochenmarkt in seinem Element (rechts)



Daniela Gläsing-Dietrich, 37, atmet tief durch, als sie das Domizil in Seelze betritt. Vor ihr liegt der erste Arbeitstag als Pflegefachkraft. Viele Gedanken gehen ihr durch den Kopf: Werde ich mit der papierlosen Pflegedokumentation am Computer zurecht kommen? Wen kann ich ansprechen, wenn ich nicht mehr weiter weiß? Ihre Anspannung löst sich, als die Direktorin mit einem Blumenstrauß auf sie zukommt. „Herzlich willkommen“, sagt Elisabeth Mechelhoff. „Haben Sie letzte Nacht vor Aufregung überhaupt schlafen können?“ Im Büro von Pflegedienstleiterin Annika Jordan, 31, lernt Daniela Gläsing-Dietrich bei einem Kaffee die umfangreiche Checkliste kennen, ►

der Tochter seiner Lebensgefährtin zusammengesetzt, um über seine Bedürfnisse zu sprechen. Die Angehörigen wollten Werner Schulz anfangs zu einem Umzug zu sich nach Berlin bewegen. Doch der ehemalige Mitarbeiter der Stadtwerke Hannover wollte in seinem Heimatort bleiben. Das Domizil in Seelze hatte er bereits 2012 bei einem Aufenthalt zur Kurzzeitpflege kennengelernt. Weil er dort damals nach einer Erkrankung erfolgreich aufgepäppelt wurde und die freundliche Atmosphäre in Erinnerung behalten hatte, fiel die Wahl auf Kursana. Haustechniker Karl-Heinz Feie, 58, packte beim Umzug mit an und unterstützte die Angehörigen dabei, das Zimmer gemütlich einzurichten.

„Wir führen am Anfang viele Gespräche, um die Geschichte eines Menschen und seine Vorlieben und früheren Rituale kennenzulernen und einen Maßnahmenkatalog zu erstellen“, erklärt Direktorin

Elisabeth Mechelhoff, 65. „Herr Schulz ist durch seine Trauer in sich gekehrt. Wir werden ihn jetzt mit vereinten Kräften motivieren, an passenden Freizeitangeboten teilzunehmen und seine Mitbewohner kennenzulernen.“

## Wege zur Pflegefachkraft

Wer gern mit Menschen zusammen ist, Teamfähigkeit, Verantwortungsbewusstsein, Kontaktfreude und Belastbarkeit mitbringt, ist in der Altenpflege genau richtig. Voraussetzung für die dreijährige Ausbildung zur Pflegefachkraft ist mindestens der erweiterte Hauptschulabschluss oder ein gleichwertiger Bildungsabschluss. Auch wer bereits Berufserfahrung als Pflegeassistent oder Pflegehelfer gesammelt hat, kann sich bei Kursana mit einer drei- oder verkürzten zweijährigen Ausbildung zur Pflegefachkraft weiterqualifizieren. Die angehenden Pflegefachkräfte werden

während ihrer Ausbildung in den Häusern durch qualifizierte Mentoren begleitet. Spezielle Seminare und Azubi-Workshops im ersten und dritten Ausbildungsjahr an der Kursana-Akademie machen die Berufseinsteiger fit für den Berufsalltag und alle Prüfungen. Den ausgebildeten Pflegefachkräften stehen viele Weiterbildungsmöglichkeiten und Karrierewege im Unternehmen offen. Wer erst einmal hineinschnuppern möchte, kann ein Praktikum in einer Kursana-Einrichtung absolvieren. Weitere Informationen: <https://karriere.dussmannngroup.com/kursana/alle-jobs/>

mit deren Hilfe sie in den nächsten Monaten eingearbeitet werden soll.

„Keine Sorge, mit der erfahrenen Kollegin haben Sie stets eine Patin an Ihrer Seite. Und mich können Sie im Notfall jederzeit auf dem Diensthandy erreichen“, sagt Annika Jordan.

Dann ist schon Zeit für die morgendliche „Blitzrunde“ der Fachkräfte, in der Daniela Gläsing-Dietrich ihre „Patin“ und die Kollegen von allen fünf Wohnbereichen kennenlernt. Sie bieten ihr das „Du“ an und wollen sie unterstützen. „Diesen Teamgeist habe ich bereits im Kursana Domizil Wittenberg schätzen gelernt, in dem ich früher als Mitarbeiterin einer Zeitarbeitsfirma gearbeitet habe“, erzählt die Mutter von zwei Söhnen. Deshalb war für sie beim Umzug nach Seelze klar, dass sie im Domizil vor Ort arbeiten möchte.

An der Seite ihrer erfahrenen „Patin“ Anna Kammermeier, 30, lernt

**„Sie haben gut zugehört“**

Daniela Gläsing-Dietrich die 35 Bewohner in ihrem Wohnbereich kennen. Anna erläutert in den ersten Tagen die Medikamentenpläne, gibt eine Einführung in die Branchensoftware „Vivendi“, demonstriert die Pflegestandards und leitet die neue Fachkraft bei wichtigen Maßnahmen an. Bei Bewohnerin Almuth Schmidt, 77, erklärt sie, wie die Pumpe für die künstliche Ernährung funktioniert. Dann schließt Daniela Gläsing-Dietrich die Magensonde an. Almuth Schmidt beobachtet genau, wie einfühlsam die Neue arbeitet. „Du bist ein liebes Mädchen“, meint sie lächelnd.

\*

Auf dem Wochenmarkt in Seelze ist Werner Schulz in seinem Element, schließlich hat er hier viele Jahre mit seiner Lebensgefährtin die Einkäufe erledigt. Jetzt kauft er mit Irina Wagner, 39, Erdbeeren und

Nektarinen. Bei einer Currywurst spornt ihn die Leiterin der Sozialen Betreuung an, die Sitzgymnastik-Gruppe zu besuchen. Dort platzieren ihn die Mitarbeiter neben der kontaktfreudigen Jutta Alt, 79. Als beide ihren Ball mit Schwung in den Korb werfen, ist Werner Schulz zum ersten Mal zu Späßen aufgelegt. „Trainieren Sie auch für Olympia?“, fragt er schmunzelnd.

\*

Daniela Gläsing-Dietrich hat ihre Feuertaufe überstanden: Der erste Nachtdienst, in dem sie die verantwortliche Leitung der Pflegekräfte für alle 135 Bewohner übernommen hat, ist gut gelaufen. „Ich habe mich zum ersten Mal intensiv um einen Bewohner gekümmert, der über ein Trachostoma [über einen chirurgischen Zugang zur Luftröhre, d. Red.] beatmet wird“, erzählt sie. Ihre „Patin“ zieht eine positive Bilanz. „Daniela hat die Versorgung des Bewohners mit Hilfe einer erfahrenen Fachkraft

Bei einer Currywurst kommt Werner Schulz mit Irina Wagner von der Sozialen Betreuung ins Gespräch. (Bild links) Daniela Gläsing-Dietrich checkt den Blutdruck von Werner Schulz. (Mitte) Der Innenhof des Domizils in Seelze ist ein beliebter Treffpunkt (rechts)





intensiv geübt, um im Nachtdienst sicher mit der Situation umgehen zu können“, lobt Anna Kammermeier.

★

Für Werner Schulz hat sich eine gesellige Männerrunde zum Höhepunkt der Woche entwickelt. „Na, wie viele Liegestütze hast du heute geschafft?“, begrüßt ihn sein ehemaliger Gartennachbar Hans-Dieter Knoke, 80, der mittlerweile auch im Domizil lebt. Wenn die Männer ihr alkoholfreies Bier genießen, dreht sich alles um Sport, Autos und die frühere Gartenarbeit. „Ich kann gar nicht fassen, wie Werner hier in kurzer Zeit aufgeblüht ist“, staunt die Berliner Angehörige, die einmal im Monat zu Besuch kommt.

★

Nach zwei Monaten trifft sich Daniela Gläsing-Dietrich mit Annika Jordan zum Auswertungsgespräch. Die Pflegedienstleiterin bescheinigt der

Fachkraft hohe Einsatzbereitschaft und Zuverlässigkeit. Daniela Gläsing-Dietrich liegt am Herzen, sich für die bisherige Unterstützung zu bedanken. Als ihr Mann erkrankt war, hatte sie Schwierigkeiten, eine Betreuung für ihren fünfjährigen Sohn zu finden. „Dass ich Adrian in Notlagen mitbringen durfte und er hier mit Ihrem Hund Sammy spielen oder mit Bewohnern basteln durfte, war eine Riesenhilfe“, sagt sie.

★

Wenn Daniela Gläsing-Dietrich im Wohnbereich Klosterfeld aushilft, begegnet sie auch Werner Schulz. Heute misst sie bei ihm den Blutdruck. „Mit 120 zu 80 haben Sie Werte wie ein junger Hüpf“, sagt sie. „Ich freue mich, dass es Ihnen so gut bei uns geht.“ „Sie alle haben mir geholfen, über meinen Schatten zu springen und hier neu anzufangen“, meint Werner Schulz. ■

## „Du bist ein liebes Mädchen“

## Ein Domizil für Seelze

Die Kursana Domizile vereinen alle Pflegeformen unter einem Dach. Die Bewohner werden professionell gepflegt und umsorgt. Ihre Ressourcen und Fähigkeiten sollen durch aktivierende und fördernde Pflegemaßnahmen erhalten und verbessert werden – immer mit dem Ziel, die Selbstständigkeit und die individuelle Lebensqualität zu sichern. Die Mehrzahl der Kursana Domizile verfügt außerdem über einen speziellen Wohnbereich für demenziell erkrankte Menschen.

Nur wenige Kilometer von Hannover entfernt, liegt das 2009 neu erbaute Kursana Domizil Seelze. Es verfügt über 113 Einzel- und 11 Doppelzimmer. Besonderer Wert wird in der großzügig ausgebauten Seniorenwohnanlage auf das Leben in der Gemeinschaft gelegt: Wer will, kann unter zahlreichen Aktivitäten wählen. Das Haus pflegt eine enge Zusammenarbeit mit Seniorenvereinen und Selbsthilfegruppen, aber auch Kontakte zu Schulen und Kindergärten in der Umgebung. Weitere Informationen unter: [www.kursana.de/seelze](http://www.kursana.de/seelze)



*„Du bist die Beste.“ Annette Wehrle, 50, freut sich über das Kompliment von Bewohner Fabian-Sebastian Scheller, 82*



# Helfende Hände

Wie sich ehrenamtliche Alltagsbegleiter mit ihren Fähigkeiten einbringen können, wie sie das Leben einer Senioreneinrichtung bereichern und zur „Familie“ gehören – das zeigt sich am Kreis der Aktiven im Kursana Domizil Friesenheim.



Wenn Ulli Bauer, 59, musiziert, regt Liesel Kiesele, 74, die Zuhörer zum Mitsingen an (links). – Bei den regelmäßigen Ehrenamtler-Treffen sind auch Bewohner aufmerksame Zuhörer – wie Maria Reinholz, 79 (2. von links)

„Das kriegen wir hin“, ist der häufigste Satz in der Runde. Regelmäßig treffen sich die freiwilligen Helfer im Restaurant des Domizils, um organisatorische Aufgaben zu besprechen und Rückmeldung zu laufenden Aktivitäten abzugeben. „Wir haben uns immer viel zu sagen, aber es wird auch viel gelacht“, meint Christian Fünfgeld, mit 89 der Senior in der Ehrenamtler-Runde. Er ist

evangelischer Pfarrer im Ruhestand und hilft nach wie vor als „Seelenröster“ im Haus aus. Erfahrungen werden ausgetauscht, neue Ideen entwickelt. Schwerpunkt dieses Mal: das Ausflugsprogramm. Dazu gibt es Dias vom zurückliegenden Besuch im Europa-Park.

„Diese Treffen sind Teil unserer Wertschätzung für das freiwillige Engagement“, sagt Domizil-Direktor

Rudolf Edelmann, 63. „Auch scheinbare Selbstverständlichkeiten, wie Glückwünsche an Geburtstagen, Namensschilder und Dankeschön-Abendessen mit den Pflegefachkräften, gehören dazu.“

Die Ehrenamtler-Kultur (siehe Infokasten auf Seite 13) hat in Friesenheim eine große Tradition. „Jeder bringt seine Stärken und Fähigkeiten ein“, meint Simone Homberg, 40, ►

die Leiterin der Sozialen Betreuung. „Und gemeinsam geht’s halt besser.“ Die Bewohner des Domizils im badischen Ortenaukreis freuen sich über die Ergebnisse: Das Angebot reicht von Gymnastik-Kursen über Kochnachmittage und Gedächtnistraining bis hin zu Volksmusik.

Da ist zum Beispiel Annette Wehrle, 50, die ihren Beruf als Pflegefachkraft aus gesundheitlichen Gründen vor drei Jahren aufgeben musste. Aber nur vorübergehend. Seit April gehört sie wieder zur Kursana-Familie: **„Die Dankbarkeit ist unbezahlbar“** jetzt als Ehrenamtliche. „Als Betreuerin habe ich viele Freiheiten. Manchmal sitze ich nur am Bett einer Bewohnerin und halte ihre Hand.“ Heute Nachmittag hat sie zunächst einen Spaziergang mit Fabian-Sebastian Schneller, 82, im geschützten Garten

des Domizils gemacht und ihn nun zu einer Partie „Mensch ärgere dich nicht“ aufgefordert. Da ist er ganz bei der Sache und freut sich, denn er hat wieder „das Annette rausg’schmieße.“ Sie lacht dazu; sie weiß, dass Zahlen nicht mehr seine Stärke sind. Am Schluss darf er sie sogar einmal kurz in den Arm nehmen: „Bischt die Besch“, freut er sich.

Seit mehr als fünf Jahren als Ehrenamtler dabei ist Ulli Bauer, 59. Der ehemalige Postbeamte spielt begeistert Akkordeon. Er kommt alle 14 Tage ins Haus und musiziert – zum Zuhören oder Mitsingen. Ulli Bauer besucht auch die Bewohner in ihren Wohnbereichen oder setzt sich im Garten auf eine Bank zu ihnen. Häufig begleitet ihn Liesel Kiesele, 74. Auch heute

hält die frühere Erzieherin ihm den schweren Ordner mit den Liedtexten und ermuntert Bewohner mitzusingen. Nach einigem Zögern stimmt eine Gartenbesucherin in „Die Vogelhochzeit“ mit ein. „Sonst kommt sie ganz selten aus sich heraus“, sagt Pflegedienstleiter Stefan Lott, 35, der aus der Ferne die Szene beobachtet.

„Helfen macht mir immer wieder Spaß“: Gabriele Höhn, 67, hat mehrere Schicksalsschläge gemeistert und freut sich inzwischen auf jeden Besuch im Kursana Domizil. Sie ist die geborene Zuhörerin. Ob Tagesgeschehen oder Erinnerungen an vergangene Zeiten: Interessant geht es zu bei ihren Unterhaltungen mit den Bewohnern. „Und natürlich können wir auch manches voneinander lernen. Heute Nachmittag haben wir zum Beispiel Rezepte ausgetauscht.“



*„Mensch ärgere dich nicht“ gehört zum festen Programm während der Besuche der ehrenamtlichen Betreuerin Annette Wehrle, 50, bei Bewohner Fabian-Sebastian Scheller, 82*



Zu ihr gesellt man sich gern: Ehrenamtlerin Gabriele Höhn, 67 (Mitte), im Gespräch mit Sigrith Roth, 67, und Gerhard Kohler, 70. „Helfen macht mir immer wieder Spaß“, sagt die gelernte Bibliothekarin

Gabriele Höhn bringt zusätzliches Leben ins Haus – Einsamkeit ist hier kein Thema. „Außerdem bekommt man so viel zurück. Die Freude der Bewohner und ihre Dankbarkeit sind unbezahlbar“, sagt die gelernte Bibliothekarin.

Seit 2006 gibt es den Ehrenamtler-Kreis im Friesenheimer Domizil. Direktor Rudolf Edelmann macht sich regelmäßig gezielt auf die Suche nach neuen freiwilligen Helfern. Er schreibt Briefe an die Kirchengemeinden, verteilt Aufrufe in Vereinen und lokalen Einrichtungen. Mit für ihn immer wieder überraschend positivem Ausgang. „Ich glaube, das liegt daran, dass wir Badener gesellige Menschen sind und anderen einfach gern helfen“, sagt er und

### „Jeder bringt seine Stärken ein“

ergänzt: „Wir Badener sind nicht gern allein.“

Das zeigt sich auch während der Erfahrungsrunde an diesem frühen Abend im Restaurant. Neugierig schauen Bewohnerinnen um die Ecke. „Kommen Sie zu uns“, winkt Betreuerin Simone Homberg sie heran. Interessiert hören sie zu und verfolgen anschließend die Diapäsentation, bei der auch neue Bewohner, neue Mitarbeiter und neue ehrenamtliche Helfer vorgestellt werden. „Denken Sie“, ruft Bewohnerin Maria Reinholz, 79, auf einmal, „der ist nett.“ „Und wir anderen nicht?“, fragt Simone Homberg scheinbar empört. „Natürlich – ihr alle. Ihr seid doch meine Familie!“, entgegnet die Seniorin. ■

## Glücksbringer gesucht!

Für die Kursana-Mitarbeiter sind freiwillige Helfer eine große Unterstützung, für die Bewohner ein großes Glück. Denn sie bringen zusätzliche Abwechslung in den Alltag, fördern den Kontakt zum gesellschaftlichen Leben außerhalb der Einrichtung und erhöhen so die Lebensqualität aller Bewohner.

### Ehrenamt tut gut

Sie möchten spannende Geschichten hören, Dankbarkeit erfahren und Lächeln ernten? Sie wollen Erfahrungen austauschen und gewinnen, neue Kontakte knüpfen, freie Zeit sinnvoll nutzen und Anerkennung erhalten? Sie können auf vielfältige Weise in der Seniorenbetreuung mitwirken – durch Besuchsdienste für Spaziergänge, Begleitung zu Ärzten oder kulturellen Veranstaltungen, Treffen zum Singen, Handarbeitsclub und Handwerk, Gymnastik, Lesekreis für Literaturfreunde und vieles mehr. Kontaktieren Sie Ihr nächstes Kursana-Haus. Sie sind herzlich willkommen!

# Neue Heimat

So flink er beim Badminton ist, so ruhig und besonnen zeigt er sich bei seiner Arbeit im Kursana Domizil Schwedt. Durch beides zusammen hat Danish Mirza, 28, aus Pakistan in Deutschland ein Zuhause gefunden.



„**Danish war sehr** schüchtern. Und wir konnten uns nur auf Englisch miteinander verständigen“, erinnern sich die Sportkameraden vom TSV Blau-Weiß in Schwedt. Eines sahen sie aber sofort: „Im Badminton ist er ein Ass.“ Kein Wunder: In Danish Mirzas Heimatland Pakistan gilt der Kampf um den Federball als Volkssport. In Deutschland konnte er mit überraschenden Ball-Tricks in seinem neuen Verein glänzen und anderen etwas beibringen. Im Austausch halfen ihm die Mitspieler beim Deutsch-Lernen.

Das war 2016. Danish Mirza war aus politischen und religiösen Gründen nach Deutschland geflohen. Schwedt an der Oder sollte sein neues Zuhause werden. Den

TSV Blau-Weiß lernte er schon im Asylbewerberheim kennen. Im Rahmen des bundesweiten Projekts „Integration durch Sport“ des Deutschen Olympischen Sportbundes (DOSB) suchte der Verein dort Kontakt

zu jungen Leuten. Danish Mirza war damals 26, allein und vollkommen unerfahren in und mit diesem Land Deutschland. Schon bald ging es mit der Mannschaft zu den ersten Turnieren. Und auch in Hinblick auf die deutsche Sprache klappte das Zusammenspiel. Danish Mirza lernte schnell, fand Freunde in der Gruppe, war in der Freizeit dabei.

Auch beruflich fand er Boden unter den Füßen – bei Kursana. Den ersten Schritt hatte er dazu vorher

selbst getan: mit einer Qualifizierungsmaßnahme in der Altenpflegeschule Lobetal, danach mit der Praktikumsbewerbung im Kursana Domizil Schwedt. Dabei waren Altenpflegeeinrichtungen für ihn etwas komplett

Neues. In Pakistan, wo er als Krankenpfleger gearbeitet hat, kümmert sich ausschließlich die Familie um die Älteren.

Elisabeth Mirow, die Direktorin des Domizils, erkannte sofort, dass der junge Mann aus Pakistan und Bewohner wie Mitarbeiter gut zueinander passen: „Er sorgt für eine Anti-Hektik-Lebenshaltung: den stressigen Alltag mit einem Lächeln zu erledigen.“ Ansonsten brachte er die meisten Voraussetzungen

## „Ein Lächeln im stressigen Alltag“

## Wie Kursana einen Neustart unterstützt

Für neue ausländische Mitarbeiter – Zuwanderer, aber auch für Umschüler generell – hat Kursana ein Konzept entwickelt, das Katja Zessin, Hauptabteilungsleiterin Personal, so zusammenfasst:

### **Wohnraum:**

Kursana stellt für Pflegefachkräfte einen Wegweiser zur Unterstützung bei der Wohnraumanmietung zur Verfügung. Außerdem gibt es einen zweckgebundenen Gehaltsvorschuss für die Kautions- und die erste Miete.

### **Sprache:**

Kursana übernimmt für Fachkräfte aus dem Ausland 50 Prozent der Teilnahmegebühren eines Deutschkurses, bei erfolgreichem Abschluss auch mehr. Das Kursbuch „Deutsch B1/B2 in der Pflege“ wird durch die Einrichtung kostenlos gestellt, um im Selbststudium die Sprachkenntnisse zu verbessern.

### **Schulungen/Integrationsförderung:**

Für ausländische Mitarbeiter gibt es die Schulungen „Dokumentierter Pflegeprozess für Pflegefachkräfte aus dem Ausland“ und „Interkulturelles Kommunikations- und Fachtraining für den Pflegealltag“.

für einen beruflichen Neustart mit: „Sein Deutsch war schon recht passabel“, erinnert sich die Direktorin. „Er hatte eine Wohnung gefunden, und wir sahen sofort, wie einfühlsam er mit pflegebedürftigen Menschen umgehen kann.“

Als Glücksfall erwies sich dann, dass ihm für die fachliche Seite eine „Patin“ zugewiesen wurde, die seine Mutter hätte sein können: Heidi Rennhak, 63. „Mütterlicher Stolz“ schwingt tatsächlich mit, wenn sie über seine Anfangszeit spricht: „Als er in unseren Wohnbereich kam, war er sehr ruhig und zurückhaltend. Er hat zugehört und zugeschaut.“ Sein Deutsch wurde von Tag zu Tag besser – vor allem, weil viele der Bewohner ihm sehr geduldig „Unterricht“ gaben. „Man merkte

ihm an, wie glücklich er war, immer mehr selbst und im Team machen zu können. Ich erinnere mich, wie er das erste Mal unter Aufsicht Blutdruck messen durfte, da strahlte er“, erinnert sich Heidi Rennhak.

Inzwischen ist Danish Mirza voll anerkanntes Mitglied im Mitarbeiterteam des Hauses und als Pflegeassistent fest angestellt. So oft es geht, sucht er das Gespräch

mit den Bewohnern. Sie erzählen von ihrem Leben, ihrer früheren Arbeit, den Kindern und Familien. Und erweitern so seine schon guten Sprachkenntnisse – und seine Kenntnisse von dem inzwischen nicht mehr fremden Land.

Elisabeth Mirow ermutigt und bestärkt ihn weiter. Er solle sich noch mehr zutrauen, rät sie, und als nächstes eine Ausbildung zum examinierten Altenpfleger beginnen. „Power beim Smash habe ich ja, aber ich muss auch die Baseline beachten“, entgegnet er im typischen Badminton-Slang. Will heißen: Ich mache meinen Weg, aber noch kenne ich auch meine Grenzen. ■



*Trickreich beim Sport, geschickt und gut gelaunt bei der Arbeit:  
Danish Mirza, 28*

*Ausgelassene Stimmung, generationenübergreifend: Die Kursana Open-Air-Rocknacht brachte mehrere Bands auf die Bühne, und das Publikum rockte mit*





# Kursana rockt

Das Kursana Domizil Meerane brachte Jung und Alt zusammen: beim bundesweit ersten Open-Air-Rock-Konzert einer Senioreneinrichtung. Das Domizil lud Bewohner und die Bevölkerung ein unter dem Motto: „Zwar in die Jahre gekommen, aber nicht zu alt zum Abrocken.“

**Auf den Sitzplätzen** oberhalb des Meeraner Marktplatzes ist an diesem Abend die Hölle los. Gemeinsam wird gerockt – das Alter spielt keine Rolle. Auf der Bühne jagen die Power-Frauen der Rockband „X-Hells“ wie Derwische über die Bretter, dröhnende Bässe lassen das Zentrum der Stadt erbeben. Kursana rockt zu Hits der legendären Hard-Rock-Band „AC/

## „Mein erstes Rockkonzert“

DC“ – und etwa tausend Konzertbesucher rocken mit.

So wie die 89-jährige Irene Böttger: „Dass ich hier bin, verrückt, was?“, sagt die gelernte Textilarbeiterin, die seit sechs Jahren im Kursana Domizil lebt. „Vielleicht können die Mädels auf meinem 90. Geburtstag spielen?“ Gar nicht so abwegig, schließlich stand sie selbst gerade mit Alexa,

alias „Little Miss Angus“, der Leadgitarristin, beim Soundcheck auf der Bühne – eine besondere Einladung und Geste der Band. „Ist doch cool. Hardrock und Altenheim, das haben wir auch noch nicht erlebt. Aber warum eigentlich nicht? Altersheim ist doch nicht nur Volksmusik“, meint Alexa, greift ihre Gitarre und ist mit einem Sprung auf der Bühne.

Das sieht auch Andrea Tannert, 60, die Direktorin des Meeraner ▶

*Beifall und Begeisterung auch im Sitzen: Christa Rieger, 73, Wolfgang Ruby, 84, und der Heimbeiratsvorsitzende Klaus Veith, 70 (v.l.n.r.). Für sie und die anderen Bewohner war ein Pendelbusverkehr vom Domizil eingerichtet; die Mitarbeiterinnen Jeanette Barthel (links) und Jennifer Baumgart (rechts) von der Sozialen Betreuung halfen mit*





*Für Irene Böttger, 89, waren Lederweste und Gitarre ein etwas ungewohntes Outfit, aber zusammen mit „Little Miss Angus“ von der Band „X-Hells“ ergab das ein schönes Bild (links)*

Domizils, so: „Wenn ein Mick Jagger mit 75 noch auf der Bühne steht, dann ist das doch die Generation, die jetzt bei uns einzieht. Bieten wir ihr also was!“ Damit war die Idee ein Jahr zuvor geboren. „Danach wurde ich nebenberufliche Event-Managerin.“ Einer der ersten Schritte führte sie ins Rathaus. Da zahlte es sich aus, dass die Kursana-Einrichtung in der westsächsischen 15.000-Einwohner-Stadt sehr gut vernetzt ist. „Der Bürgermeister hat uns von

Anfang an unterstützt und organisatorische Hürden beseitigt“, berichtet sie. „Denn das Rock-Festival war ja für Bürger der Stadt und Bewohner des Domizils gleichermaßen gedacht – und ist eine Riesenwerbung für Meerane.“

Direktorin Andrea Tannert ist froh über so viel Unterstützung. Und konkretisiert noch einmal: „Mit dem Rock-Konzert wollten wir nach außen zeigen, dass Kursana jung

geblieben ist und Neues wagt – auch für die Bürger der Stadt.“

Sie organisierte gemeinsam mit Stefanie Thormann, 34, Leiterin vom Sozialdienst, alles, was zu so einer Veranstaltung gehört. „Von der Elektrik- und Lichttechnik, dem Catering, der Bühne, der Sponsorensuche bis hin zu den Standorten der Toiletten“, zählen die beiden auf. Hinzu kam die Werbung mit Plakaten und Presseartikeln. „Ab

▪ TAUSEND KONZERTGÄSTE AUF DEM MARKTPLATZ ▪ MIT FAST 90 JAHREN



Premiere vor historischer Kulisse: Die Band „X-Hells“ rockte den Marktplatz von Meerane



Andrea Tannert, Direktorin des Kursana Domizils Meerane, ließ es sich nicht nehmen, die Konzertbesucher zu begrüßen (Bild unten)

da standen die Telefone bei uns im Domizil nicht mehr still“, sagt die Direktorin und freut sich: „Die meisten Anrufe kamen von Interessenten, die Genaueres über das Wohnen in unserer Pflegeeinrichtung wissen wollten.“

Samstagnachmittag, 18:00 Uhr: Im Kursana Domizil warten Bewohner auf die Abfahrt zum Marktplatz. Beim Einsteigen in die Kleinbusse und in den speziellen Kleintransporter

für Rollstühle helfen die Mitarbeiterinnen Jennifer Baumgart, 32, Jeanette Barthel, 34, und Stefanie Thormann. Da es für die meisten Bewohner zu anstrengend wäre, das Konzert komplett zu verfolgen, gibt es einen Pendeldienst und bei Bedarf einen „Schichtwechsel“.

Nach mehr als zwei Stunden machen sich die Konzertbesucher langsam

auf den Heimweg. Wolfgang Ruby, 84, schwärmt: „Ich wollte immer mal auf ein Rock-Konzert. Wie Jung und Alt heute mitgegangen sind – das war stark!“ Auch Bewohner Klaus Veith, 70, ist begeistert. „Wie eine Rückkehr in die Jugendzeit.“ Das MDR-Fernsehen brachte es in einem Bericht am nächsten Tag über die Begeisterung der Oldie-Rock-Fans auf den Punkt: „Besser als jede Medizin“. ■

### „Eine Rückkehr in die Jugendzeit“

# Ältesten-Rat

---

## „... nie die Hände in den Schoß gelegt“

„Mein erster Mann fiel im Krieg, mein zweiter ist auch lange tot. Ich gehöre zur Generation, die viel arbeiten musste, um die Familie durchzubringen. Vielleicht hat mich das auch so alt werden lassen. Ruhezeiten kenne ich bis heute nicht – außer beim Fußball. Unsere ganze Familie war ballverrückt. Ich bin es immer noch.“

*Margarete Schremp ist im August 100 geworden. Seit 2013 lebt die gebürtige Schlesierin im Kursana Domizil Nürtingen. Sie sei, sagt Betreuerin Tina Schneider, ein fröhlicher Mensch, immer optimistisch, und sie nehme an vielen Aktivitäten im Haus teil: „Ein Gewinn für uns alle.“ Eine Stütze ist für sie – außer den Kindern, sechs Enkeln und vier Urenkeln – der Gottesdienst im Haus.*



**„... nie ein Krankenhaus von innen gesehen“**

„Ich bin über 100 Jahre alt. Ich kann es noch nicht glauben. Erst der Bombenkrieg, der meine Heimatstadt Emden in Schutt und Asche legte. Dann starben zwei meiner Geschwister, auch mein Mann lebt nicht mehr. Und doch bin ich zufrieden mit meinem Leben. Vielleicht auch deshalb, weil ich nie ein Krankenhaus von innen gesehen habe.“

*Meta Krasselt ist 100. Seit der Eröffnung im Jahr 2011 lebt sie im Kursana Domizil Dachau. Die gebürtige Ostfriesin aus Emden ist inzwischen in Bayern heimisch geworden. Nur beim nachmittäglichen Besuch von Tochter Rosemarie kommt die norddeutsche Heimat durch: Die „Koppke Tee“ wird traditionell serviert mit „Kluntje“ (Kandis) und einem Löffelchen Sahne.*



# Gemischtes Doppel

Sie liebt seine Verlässlichkeit, er mag ihr fröhliches Wesen. Anita Tams und Horst Bachmann fanden in der Kursana Residenz Wedel eine neue Freundschaft. Anita Tams formulierte das in Versform.

**Es geschah im** März. Die neue Direktorin gab einen Empfang für die Bewohner. Anita Tams, 87, saß im Foyer der Residenz Wedel auf dem Sofa. Allein? Nicht ganz. Neben ihr saß Horst Bachmann, 82. Man hatte sich im Haus immer mal gesehen, aber einen weiteren Kontakt gab es nicht. Und jetzt saßen beide nicht nur nebeneinander, sondern buchstäblich auf dem Trockenen. Die Gläser waren leer. Das bemerkte die ehemalige Direktorin Anne Schnieber und stellte den beiden noch eine halbe Flasche Sekt auf den Tisch. „Wir tranken den aus – und danach war es dann so“, erzählt Anita Tams hanseatisch nüchtern über die Entstehung einer neuen Freundschaft in ihrem neuen Leben.

Hier hatten sich zwei nicht gesucht, aber wirklich gefunden. „Ich wusste plötzlich, ich bin nicht mehr allein“, sagt Anita Tams glücklich. Mit Horst Bachmann war jemand da, mit dem sie viele Interessen teilen konnte: Das Meer, das Segeln – und das war nur ein Anfang. Denn von da an konnten

die vielen Möglichkeiten, die in der Residenz angeboten werden, ganz anders genutzt werden.

*„Nach einem Jahr in diesem Haus sieht die Welt ganz anders aus – Gut versorgt und angenommen, bin ich endlich angekommen“*

verlässig“, ergänzt Anita Tams. Sie nennt damit auch gleich eine besondere Eigenschaft, die sie sehr an ihm schätzt. Der ehemalige Techniker am Forschungszentrum „Desy“ in Hamburg wiederum ist von der positiven, gewinnenden Art seiner Freundin angetan. „Ich mag ihr herzliches Lachen.“

Aber die langjährige Mitarbeiterin des Altonaer Museums hat noch mehr zu bieten. Ihre frühere Tätigkeit, unter anderem an einer Kunstschule, hat sie für kulturelle Themen sensibilisiert. Das führt auch heute noch zu immer neuen Gesprächsthemen. Dennoch – die sportliche Betätigung ist für die Freunde ein ganz

„Ich rufe Anita morgens an, dann gehen wir erstmal gemeinsam schwimmen“, erzählt Horst Bachmann. „Und das macht er sehr zu-

*„Wir spielen mit Hanteln, Stab und Ball – es macht uns Spaß und hält uns fit – Und Parkinson macht alles mit“*

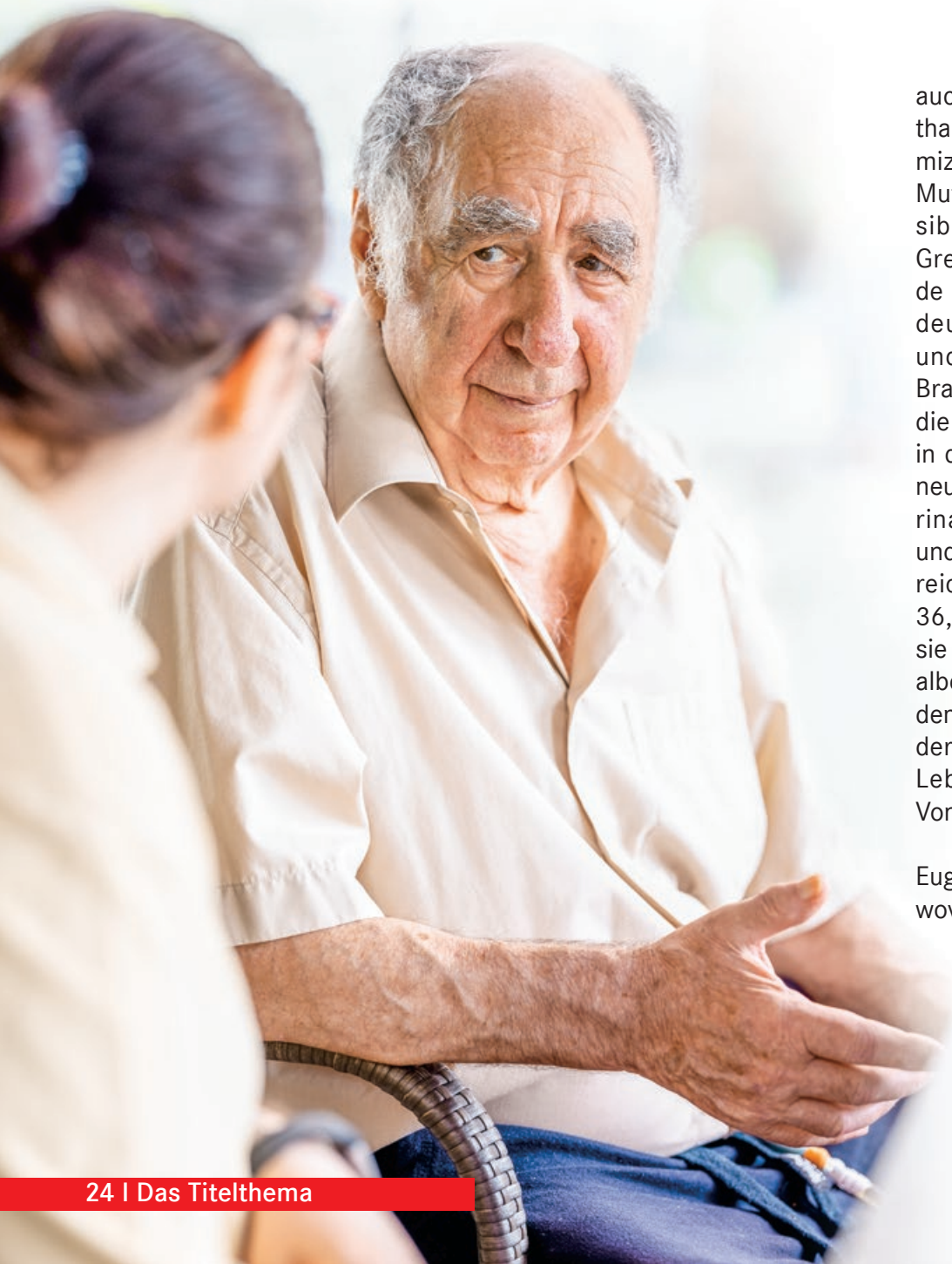
wichtiger Bestandteil des Zusammenlebens. Außer im Schwimmbad treffen sie sich noch zur Physiotherapie und zur Sitzgymnastik. Und kommen die Familien mit der neuen Bekanntschaft zurecht? „Wir haben gemeinsam meine Tochter besucht. Sie hat sich richtig gefreut“, erzählt Horst Bachmann, dessen Ehefrau vor 13 Jahren starb. Und die drei Söhne von Anita Tams meinten spontan: „Gut, dass Du nicht allein bist.“

Gerade der letzte Vers des Freundschaftsgedichts zeigt, wie positiv Anita Tams mit dem Leben und mit Krankheiten umgeht – ihr zweiter Mann starb im Februar 2017. Vor drei Jahren diagnostizierten die Ärzte die Parkinson-Krankheit bei Horst Bachmann. Das macht sich im Alltag immer stärker bemerkbar – die Bewegungen werden langsamer, er ist oft müde. Mit ihrer Fröhlichkeit macht ihn Anita Tams schnell wieder munter. Und so geht jeder Tag mit einem gemeinsamen Ritual zu Ende – dem Abendessen zu zweit – im Appartement statt im Residenz-Restaurant. Horst Bachmann bringt dazu einen Korb mit Essen und Bier mit. Pünktlich und zuverlässig – wie er nun einmal ist. ■

# Alte Heimat

---

Auch viele Spätaussiedler und Gastarbeiter der so genannten ersten Generation wohnen inzwischen in Kursana-Einrichtungen. Wie haben sie sich eingelebt? Was ist ihnen in der neuen Umgebung wichtig? Beobachtungen aus dem Domizil in Rastatt.



**Russisch sei schön**, aber auch schwer zu lernen, meint Katharina Peters, Bewohnerin im Domizil in Rastatt. Für sie ist es die Muttersprache: Die aus der westsibirischen Region Altai an der Grenze zu Kasachstan stammende 67-Jährige kam 1997 mit ihrem deutschstämmigen Mann, Sohn und Tochter nach Deutschland. Bramsche und Hügelsheim waren die Stationen, bevor das Ehepaar in der badischen Barockstadt eine neue Heimat fand. Obwohl Katharina Peters Deutsch gelernt hat und alles versteht: Wenn Wohnbereichsleiterin Eugenia Oniscenko, 36, mit ihr russisch spricht, blüht sie richtig auf. Sie zeigt ihre Fotoalben und beginnt zu erzählen. Von dem Dorf, aus dem sie kommt. Von der schönen Landschaft und vom Leben in der ländlichen Region. Von den Seen, den Feldern.

Eugenia Oniscenko weiß nur zu gut, wovon Katharina Peters schwärmt,

*Der gebürtige Moskauer Yury Gonych, 82, liebt russische Volkslieder. Und die unerwartete Gemeinschaft im Kursana Domizil*





*Wohnbereichsleiterin Eugenia Oniscenko, 36, nimmt sich Zeit, wenn Katharina Peters, 67, in alten Fotoalben blättert. Mit den Erinnerungen fließen bei der Bewohnerin schon mal ein paar Tränen*

stammt sie doch aus einem Ort nicht weit davon. Aufgewachsen und in die Schule gegangen ist sie allerdings in Deutschland. Mit einer solchen Biografie ist sie nicht die Einzige im Kursana Domizil: Mindestens 15 Kolleginnen und Kollegen fallen ihr auf Anhieb ein, die ebenfalls aus den Staaten der früheren Sowjetunion stammen. Dass es gerade im Rastatter Domizil so viele von ihnen gibt, ist kein Zufall: In der Region leben überdurchschnittlich viele Spätaussiedler. Die meisten von ihnen kamen um die Jahrtausendwende nach Deutschland.

Katharina Peters genießt die Gemeinschaft mit den anderen Bewohnern in ihrem Wohnbereich. Wenn sich die Gelegenheit bietet, bringt sie ihre „russischen“ Erfahrungen ein. Beim gemeinsamen Kochen hat sie gezeigt, wie

Pelmeni – Nudelteigtaschen gefüllt mit Fleisch oder Gemüse – zubereitet werden. Alle wollten das Rezept, wobei der Unterschied zu den badischen Maultaschen gar nicht so groß sei, berichtet sie lachend.

Auch Yury Gonych, 82, der aus Moskau stammt, hat schon neue Freunde gefunden. Ihnen leiht er bisweilen seine russischen Musik-CDs aus. Als Gegenleistung erhielt er eine Sammlung CDs mit badischer Blasmusik. Und gemeinsam hätten sie zusammengesungen, als ein russischer Chor im Domizil aufgetreten sei, erzählt er.

Im Veranstaltungsprogramm des Hauses werde natürlich auf die Herkunft der Bewohnerinnen und Bewohner Rücksicht genommen, sagt Vivienne Sturm, 30, Leiterin des

Sozialen Dienstes. „Viele sind erst als Erwachsene nach Deutschland gekommen und haben somit spät Deutsch gelernt. Mit fortgeschrittenem Alter und wachsender Pflegebedürftigkeit kann die Sprache wieder verlorengehen“, ergänzt Domizil-Direktorin Katharina Rusche, 47. Dies könne zu Verunsicherung und Ängsten führen.

### „Muttersprache gibt Heimatgefühl“

„Das sprachliche Potenzial unserer Mitarbeiter mit Migrations-

hintergrund setzen wir für die Bewohner ein. Denn wenn sie sich in ihrer Muttersprache verständigen können, erleben sie trotz möglicher Sprachbarrieren Normalität und fühlen sich angenommen.“ Das Engagement des Hauses trägt Früchte. Yury Gonych bringt es auf den Punkt: „Ich fühle mich hier geborgen.“ ■

# Kleine Helferlein

Wenn die Kraft in den Händen nachlässt, das Bücken schwerfällt oder die Schultern nicht mehr so beweglich sind, bringen schon kleine Hilfsmittel spürbare Erleichterung im Alltag – eine Auswahl:



## TIPP 1

### Reißverschlusshilfen

Mit zusätzlichen Ringen und Anhängern lassen sich die Schiebergriffe an Reißverschlüssen schnell und unauffällig vergrößern. Sie sind einfacher zu greifen und ermöglichen es, schon mit geringer Kraft die Reißverschlüsse an Kleidungsstücken wieder ohne fremde Hilfe auf- und zuzuziehen.

## TIPP 2

### Elastische Schnürsenkel

Schnürschuhe müssen nicht gleich entsorgt werden, wenn es schwerfällt, sich zu bücken oder eine Schleife zu binden. Werden normale gegen elastische Schnürsenkel ausgetauscht und einmalig gebunden, können sie anschließend einfach wie Slipper an- und ausgezogen werden. Ähnliche Wirkung erzielen Schnürsenkel mit Schnellverschluss.

### TIPP 3

#### Strumpfanzieher

Ohne Hüfte und Knie stark zu beugen, können Strümpfe im Sitzen mit einem faltbaren Strumpfanzieher angezogen werden. Mit wenig Kraft lässt sich der Strumpf darüber stülpen. Weiterer Vorteil: Die Strümpfe werden nicht so schnell überdehnt und halten länger.

### TIPP 4

#### Langstielige Haarbürste

Im Alter fällt es zunehmend schwer, Arme und Schultern zu heben. Um sich trotzdem noch selbstständig frisieren zu können, werden leichte, langstielige Haarbürsten und -kämme angeboten. Sie sind etwas gebogen und passen sich der Kopfform an, so dass nur kleine Bewegungen zum Bürsten nötig sind.

### TIPP 5

#### Greifzangen

Eine praktische Armverlängerung. Ohne Bücken und viel Kraftaufwand lassen sich Gegenstände mit der Greifzange vom Boden aufheben. Bei vielen Modellen kann der Greifer gedreht und angepasst werden. Ein zusätzlicher Magnet hilft, heruntergefallene Münzen ohne Mühe zu greifen.

### TIPP 6

#### Die sprechende Brille

Zeitungsartikel und Speisekarten wieder lesen können, Personen wieder erkennen – ein Traum, den sich manche Sehbehinderte und Blinde mit einem Mini-Computer erfüllen können. Das fingergroße „OrCam MobileEye“ wird mit einem Magneten am Brillengestell befestigt. Texte werden von einer integrierten Kamera fotografiert, von der Texterkennungssoftware erkannt und per Lautsprecher vorgelesen. Bei Gesichtern arbeitet eine spezielle Gesichtserkennungssoftware. Mit 3.000 bis 5.000 Euro sind die sprechenden Brillen ein (noch) sehr teurer Helfer. Allerdings wurden sie 2017 in das Hilfsmittelverzeichnis der gesetzlichen Krankenkasse aufgenommen.



Weitere Informationen:  
[www.orcam.com/de/](http://www.orcam.com/de/)  
bzw. bei Ihrer  
Krankenkasse

### TIPP 7

#### Koffer für den Notfall

Wenn der Notarzt kommt, muss es schnell gehen: Senioren und Angehörige sollten das Nötigste für ein paar Tage im Krankenhaus packen. Aber was wird gebraucht? Ähnlich wie werdende Mütter mit einer Kliniktasche, kann sich auch jeder Senior mit einem Notfallkoffer vorbereiten. Besonders einfach geht dies mit einem fertig bestückten Exemplar, das bereits wichtige Artikel enthält: Hygieneartikel, Handtücher, Frotteelatschen und vieles mehr. Außerdem: ein Fach für die Dokumentenmappe mit Patienteninformation, Vorsorgevollmacht, Betreuungs- und Patientenverfügung.



Mehr Informationen: [www.sozius24.de](http://www.sozius24.de)

# Richtiges Kauen hilft



Jeder fünfte ältere Mensch leidet an Kau- und Schluckbeschwerden. Wer beim Essen auf ein paar Regeln achtet, kann gefährlichen Komplikationen vorbeugen. Harmlos sind „Dysphagien“ nämlich nicht.

**Für Christa Thomsen** steht eins fest: Essen ist das halbe Leben. Eine leckere Mahlzeit mit Freunden – für die 40-jährige Bielefelderin gibt es kaum etwas Schöneres. Umso trauriger ist sie, dass ihre Tante in letzter Zeit lange an jedem kleinen Häppchen herumkaut. „Schmeckt es dir denn gar nicht?“ Stets kommt die gleiche Antwort: „Doch, aber ich habe einfach nicht mehr so viel Appetit.“ Ob ihre Tante nicht doch ernsthaft krank ist? Schließlich hat sie auch deutlich an Gewicht verloren.

Appetitverlust wird häufig als „normale“ Begleiterscheinung des Alters hingenommen und nicht weiter hinterfragt. Übersehen werden dabei oft schwerwiegende Kau- und Schluckbeschwerden, von der Medizin als „Dysphagien“ bezeichnet. Professor Rainer Dziewas vom Universitätsklinikum Münster: „Vielen Patienten ist gar nicht bewusst, dass sie an einer Dysphagie leiden. Aber eine frühzeitige Diagnose ist wichtig, um

einen guten Ernährungszustand zu erhalten und Komplikationen zu vermeiden.“ Denn wenn Speisereste oder Speichel in die Atemwege gelangen, bilden sich Entzündungsherde. Daraus kann sogar eine schwere Lungenentzündung entstehen. Kau- und Schluckbeschwerden dürfen also nicht auf die leichte Schulter genommen werden.

Das Zerkleinern der Nahrung im Mund ist ein komplexer Vorgang und enorm wichtig. Nach einem Schlaganfall, eine der häufigsten Ursachen für Dysphagien, muss der Patient richtiges Essen erst einmal wieder lernen.

Überhaupt sollte man sich fürs Essen ausreichend Zeit nehmen. Die Deutsche Gesellschaft für Ernährung (DGE) empfiehlt, jeden Bissen so lang zu kauen, bis er zu einer breiigen Masse geworden ist. Dann hat sich ausreichend Speichel für den Schluckvorgang gebildet. Bei ausgeprägter Mundtrockenheit lassen

sich Geruchs- und Geschmackssinn mit frischen Kräutern und stärkeren Gewürzen so anregen, dass die Speichelbildung zunimmt.

Für Menschen, die in ihrem Pflegebett die Mahlzeit zu sich nehmen, hat die Kursana-Pflegedienstleiterin Petra Kemper aus dem Domizil Gütersloh einen zusätzlichen Rat: „Es ist wichtig, beim Essen möglichst gerade zu sitzen. Der Kopf darf nicht in den Nacken rutschen, das Rückenteil sollte möglichst aufrecht gestellt sein.“

Kaputte bzw. fehlende Zähne oder ein schlechtsitzendes Gebiss beeinträchtigen das Kauen besonders stark. Regelmäßige Besuche beim Zahnarzt und der Ersatz fehlender Zähne bringen schnell Besserung. Auch bei der Tante von Christa Thomsen waren die Zähne der eigentliche Grund für die Appetitlosigkeit. Das Gebiss lockerte sich, sie konnte nicht mehr richtig kauen, aß immer weniger. Nach einem Termin beim Zahnarzt hoffen jetzt Christa Thomsen und ihre Tante, dass der Appetit bald zurückkehrt. ■

**„Beim Essen gerade sitzen“**

# Rechtzeitiges Impfen schützt

Sie kommt so sicher wie das Amen in der Kirche: die nächste Grippewelle. Jedes Jahr erkranken über 100.000 Menschen schwer an einer Influenza. Dabei kann man sich durch eine Impfung schützen.

## **Wer sollte sich gegen Grippe impfen lassen?**

Zu den Risikogruppen, für die die Experten der Ständigen Impfkommission (STIKO) beim Robert-Koch-Institut eine jährliche Gripeschutzimpfung empfehlen, gehören alle über 60-Jährigen, Schwangere, Kinder und Menschen, die an einer chronischen Erkrankung leiden. Aber auch pflegende Angehörige, die Betreuer und Mitarbeiter in Senioreneinrichtungen sowie Personen, die häufig Kontakt mit Senioren oder kranken Menschen haben, sollten sich impfen lassen. Grundsätzlich gilt dabei: Je mehr Menschen einen Impfschutz haben, desto geringer ist die Ansteckungsgefahr für den Einzelnen, wenn die Grippewelle ins Rollen kommt.

## **Wann sollte man sich impfen lassen?**

Die beste Zeit für die Impfung ist im Herbst und frühen Winter. Dann ist man auf der sicheren Seite und gut geschützt, wenn die Grippewelle eintrifft. Zuletzt begann das massive Ansteigen von Grippeerkrankungen am Ende des Jahres. Einen besonderen Höhepunkt erreicht die

Erkrankungswelle in der Regel nach Karneval und Fasching.

## **Wie oft sollte die Impfung wiederholt werden?**

Die Impfung muss jedes Jahr wiederholt werden. Diese jährliche Auffrischung ist wegen der begrenzten

Impfung leichte Beschwerden auftreten, wie ein Juckreiz auf der Haut. Das gibt sich aber nach zwei Tagen. In selteneren Fällen kommt es kurzzeitig zu Unwohlsein oder Abgeschlagenheit.



Wirkung und der schnellen Veränderung der Virenstämme notwendig.

## **Sind die Impfstoffe gut verträglich?**

Für ältere Menschen sind die gängigen Impfstoffe in der Regel gut verträglich. Es können nach der

## **Werden die Impfkosten von den Krankenkassen übernommen?**

Auch in der „Impfsaison 2018/2019“ von Oktober bis März tragen die meisten Krankenkassen die Kosten; eine Nachfrage beim Hausarzt lohnt sich. Viele Hausärzte haben übrigens das Impfserum vorrätig. ■



*Kerstin Seidel begutachtet mit Bewohnerin Hannelore Strobel, 87, deren Porzellansammlung. „Für so ein Gespräch muss immer Zeit sein.“*

# Umschülerin mit Ausdauer

Nach einer Umschulung hat Kerstin Seidel, 55, ihre berufliche Heimat bei Kursana gefunden – die passionierte Marathonläuferin ist „die gute Seele“ des Domizils in Schneeberg und Vorbild für viele Jüngere.

**Bernd Meyer, 83**, (Name geändert) will sich an diesem Morgen einfach nicht waschen. Erst als Kerstin Seidel ihm gut zuredet, willigt er ein. Und genau diese ruhige Art ist es, die im Kursana Domizil Schneeberg an ihr besonders geschätzt wird. „Sie ist die gute Seele des Hauses“, bringt es Direktorin Katrin Rings, 56, auf den Punkt. „In meiner Freizeit laufe ich viel, das macht den Kopf frei“, erklärt Kerstin Seidel. Ihr Mann Bernd hat sie vor Jahren für das Laufen begeistern können. „Ich hätte nie gedacht, dass ich einmal den New-York-Marathon laufen werde“, berichtet sie. Kurzurlaube verbindet das Ehepaar mittlerweile mit einem Marathon – „Der muss dann aber auch etwas Besonderes bieten.“

Kraft und Ausdauer schöpft Kerstin Seidel auch aus ihrer beruflichen Umgebung: „Mich befriedigt die Arbeit hier ganz einfach, weil wir ein gutes Team sind“, sagt die stellvertretende Leiterin des Demenzwohnbereichs. Sie arbeitet seit 2011 im Haus und hat sich seit damals schnell in die Kursana-Familie eingelebt.

Die gelernte Textilfacharbeiterin stand nach der Wende vor dem beruflichen Neuanfang. Eine Umschulung zur examinierten Pflegefachkraft bot ihr neue Möglichkeiten. Zunächst im ambulanten Pflegedienst beschäftigt, sah sie mit der Eröffnung des Kursana Domizils in ihrem Heimatort Schneeberg eine langfristige Perspektive: „Es ist nicht meine Sache, heute mal hier

### „Wir sind ein gutes Team“

und morgen da zu arbeiten. Was ich anpacke, soll von Dauer sein. Und dafür bietet mir das Kursana Domizil gute Voraussetzungen.“

„Ein Quereinstieg in die Altenpflege ist aus allen Berufen und auch in späteren Berufsjahren möglich



*Gute Stimmung trotz schwerer Arbeit - Kerstin Seidel (2. von rechts) im Kreis ihrer Kollegen*

und sogar willkommen“, ergänzt die Schneeberger Direktorin. Auch Kerstin Seidel war schon Ende 40. „Wenn ältere Mitarbeiter hier anfangen“, meint Katrin Rings, „hoffen sie auf ein harmonisches Team. Sie wollen ‚ankommen‘ und den Rest ihres Arbeitslebens in diesem Unternehmen verbringen. Deshalb wählen sie sehr sorgfältig aus. Aufgrund ihrer Lebens- und Berufserfahrung sind sie in vielen Situationen ruhiger und gelassener. Auch belastbarer: Sie übernehmen zuverlässig zusätzliche Aufgaben mit Verantwortung.“

So war und ist es auch bei Kerstin Seidel. Ihre Arbeit im Demenzbereich fordert die „ganze Frau“. „Ich stelle mich flexibel auf die Wünsche und Bedürfnisse der dementen Bewohner ein“, verrät sie ihr Erfolgsrezept. Wohnbereichsleiter Christian Winkler, 31, hat erkannt: „Durch unsere tägli-

che Zusammenarbeit weiß ich, dass Kerstin eine so viel Ruhe ausstrahlende Art hat, dass davon sowohl die Bewohner als auch wir jüngeren Kollegen profitieren.“

Obwohl sie von Anfang an im Schichtsystem arbeitet, schaffte Kerstin Seidel es, Familie, zwei Kinder und die Arbeit miteinander zu vereinbaren. Nicht immer allerdings kann sie sich den bewegenden Schicksalen von Bewohnern entziehen. „Dann laufe ich erstmal eine Runde, und es geht mir wieder besser“, sagt sie. ■

# Familiäre Gemeinschaft

„Hier können Sie wie in einer familiären Gemeinschaft leben – in acht Wohngruppen mit Einzelzimmern und Tagesräumen“, begrüßt Steffen Hamann zukünftige Bewohner und ihre Angehörigen im neuen Kursana Domizil Hamminkeln an der niederländischen Grenze.

**Die neue Senioreneinrichtung** in Hamminkeln für 80 Bewohner ist das jüngste Mitglied der Kursana-Familie. Steffen Hamann, 45, hat als Projektmanager für das so genannte Pre-Opening in den letzten Jahren das Entstehen vieler Kursana-Einrichtungen mitgestaltet und mitverfolgt. „In diesem Domizil haben wir als Besonderheit das Wohngruppenkonzept konsequent umgesetzt. Die acht Wohngruppen sind für je fünf bis dreizehn Bewohner geplant, in denen

man familiär zusammenwohnen und den Alltag gemeinsam gestalten kann – sofern man möchte.“ (siehe Infokasten)

Ziel sei es, trotz vorhandener Pflegebedürftigkeit, so viel Selbstbestimmung und Selbstständigkeit wie möglich zu bewahren. Bei Tätigkeiten der Hauswirtschaft, des Kochens, Einkaufens und der normalen Abläufe eines häuslichen Alltags werden die vorhandenen Fähigkeiten der Bewohner genutzt und gefördert.

Jedem Bewohner steht ein Einzelzimmer mit barrierefreiem Badezimmer zur Verfügung. Die Zimmer sind gleichzeitig Rückzugs- und Ruheraum, der als privater Bereich respektiert wird. Jede Wohngruppe verfügt über einen eigenen Tagesraum mit einer voll ausgestatteten Küchenzeile, gemütlicher Sitzecke und Zugang zu einem gemeinsamen Balkon oder einer Sonnenterrasse. Zusätzlich gibt es für alle Bewohner eine Gartenanlage mit Kräuter- und Hochbeeten im Innenhof.

## Das Wohngruppenkonzept im Domizil Hamminkeln

Das Kursana Domizil Hamminkeln ist die erste stationäre Pflegeeinrichtung im Ortsteil Mehrhoog. Auf dem angrenzenden Gelände hat der Bauträger RTLL (s. rechte Seite) zusätzlich einen Gebäudekomplex mit 27 barrierefreien Eigentumswohnungen zwischen 51 und 104 Quadratmetern Größe errichtet. Bei Bedarf ist ein Wechsel ins Kursana Domizil möglich; dazu gibt es ein Vorbelegungsrecht.

Das Kursana Domizil gehört zu einer neuen Generation von Pflegeeinrichtungen und besteht nach dem Leitbild einer Familie aus kleinen Wohngruppen. Dahinter steht die Erkenntnis, dass sich Menschen in einer gemeinsamen und überschaubaren Umgebung geborgener und sicherer fühlen als in offenen, oft sehr großen Wohnbereichen klassischer Pflegeeinrichtungen. In den Wohngruppen treten die vollstationären Abläufe in den Hintergrund. Stattdessen stehen die aus dem häuslichen Umfeld bekannten Abläufe und Tätigkeiten im Vordergrund und bestimmen soweit möglich die Tagesstruktur.





Die pflegerische Betreuung ist rund um die Uhr gewährleistet und wird von Pflegepersonal erbracht. Darüber hinaus gibt es in den Wohngruppen so genannte Präsenzkräfte. Diese haben sowohl Kompetenzen im hauswirtschaftlichen Bereich als auch im Bereich der sozialen Betreuung. 55 Mitarbeiter sind vorgesehen für das Haus.

Dass bei Kursana mit über 30-jähriger Erfahrung die Betreuung stimmt, ist für Steffen Hamann selbstverständlich. „Alle Pflegeformen sind möglich: Kurzzeit- und Verhinderungspflege, leichte Pflege, die Pflege Schwerstpflegebedürftiger und die Betreuung von Menschen mit Demenz.“

### „Wie eine kleine Stadt“

„Wie eine kleine Stadt“ sei das Domizil organisiert, sagt der Kursana-Manager, mit eigenem Friseur, Restaurant, hauseigener Küche und Wäscherei. Auch Verträge mit einem Hausarzt und einer Apotheke wurden abgeschlossen. Der Bürgerbus fährt die Pflegeeinrichtung an, die Integration der Bewohner ins Gemeindeleben ist sichergestellt.

Steffen Hamann erlebt es mit: „Wer in eine Pflegeeinrichtung umzieht, lässt zwar viel Vertrautes zurück, kann sich aber auf viel Neues und Schönes freuen. Es gibt viele Beispiele bei Kursana, bei denen Senioren regelrecht aufgeblüht sind.“ ■



*Bauunternehmer Gunter Lewerenz, 60: „Wir arbeiten schon seit dreizehn Jahren zusammen, da hat sich eine freundschaftliche Geschäftsbeziehung entwickelt.“*

## „Bedürfnisse der Bewohner berücksichtigen“

### Fragen an Gunter Lewerenz von der RTLL Lewerenz Gruppe in Kirchberg bei Zwickau.

Das Partner-Unternehmen von Kursana hat jahrzehntelange Erfahrung als Generalunternehmer für die komplette Bauleistung, insbesondere für Bauten des Gesundheitswesens. Im Juni 2018 feierte das Unternehmen sein 30. Bestehen – und Firmeninhaber Gunter Lewerenz zugleich den 60. Geburtstag. Sein Motto: „Wir sind Lieferanten von Sorglos-Paketen.“

### Was ist das Besondere an einem Bau für Senioren?

Dass es immer neue Herausforderungen gibt. Die gehen über das barrierefreie Bauen weit hinaus. Es werden immer wieder neue Lösungen für altersgerechte Wohngebäude und Pflegeeinrichtungen entwickelt, welche die Bedürfnisse der Bewohner berücksichtigen. Zudem ist es wichtig, dass die Bewohner ihre gewohnte Umgebung und die damit verknüpften Netzwerke nicht aufgeben müssen.

### Was bedeutet das?

Das bedeutet, jede einzelne Einrichtung muss die kulturellen und geographischen Gegebenheiten der Gegend aufgreifen und im Gebäude widerspiegeln.

### Was hat sich gegenüber früher geändert?

Der Bedarf an seniorengerechten Wohnungen wird sich aufgrund der demografischen Entwicklung weiterhin stark erhöhen. Im Vergleich zu früher haben sich die Konzepte der Betreuung verändert. Das zeigt sich auch bei den Baukonzepten – zum Beispiel bei den Einbett-Appartements oder den Gemeinschaftsräumen.



# Streiflichter

Ein Ausschnitt aus der Vielfalt der Veranstaltungen, Aktivitäten und Engagements der 116 Kursana-Häuser.

## Aus den Domizilen

Kursana Domizile bieten pflegebedürftigen Senioren aller Pflegestufen ein sicheres und selbstbestimmtes Leben. Die Häuser entsprechen dem neuesten Stand an Wohnkomfort und Funktionalität. Zentraler Bestandteil: die 24-Stunden-Betreuung. Angeboten werden auch beschützende Wohnbereiche für Menschen mit Demenz.

## „Schräge Vögel“



„Ihr seid ja putzig.“ Inge Fuß, 84, freut sich über die beiden Kakadus, die auf ihrer Schulter sitzen. Wenn im **Kursana Domizil Markkleeberg** gefeiert wird, ist Rene Lips mit seinen „schrägen Vögeln“ fest eingeplant. Denn die zutraulichen Tiere überraschen mit Rechenkünsten oder als geschickte „Radfahrer“. „Die Kakadus sind die große Attraktion“, sagt Direktor Uwe Ebert.

## Blutspenden rettet Leben



Diese „Vampire“ sind im **Kursana Domizil Stavenhagen** herzlich willkommen und nutzen die Räumlichkeiten und die Gastfreundschaft: Einmal im Monat kommt der Blutspendedienst des Deutschen Roten Kreuzes ins Haus. Regelmäßig dabei ist auch Mario Lessner aus der Nachbarschaft. Seine Begründung für die gute Tat: „Jeder kann in die Situation kommen, in der er dringend Blut braucht.“

## Entdecker auf Tour



Wenn das Wetter mitspielt, sind viele Bewohner des **Kursana Domizils Wittenberg** jede Woche auf Tour, um die Stadt zu erkunden. Da geht es mit Begleitung zum Markt (Foto), in den Luthergarten, zum Wittenberger

Schloss oder in den Tierpark. „Bei den Ausflügen entdecken unsere Bewohner immer etwas Neues“, erklärt Kathrin Dörstling, Leiterin der Sozialen Betreuung.

## Wellness für Seniorinnen

„Schön fühlt sich das an.“ Gerda Keil, 95, genießt die Rückenmassage mit dem Igelball. Das spürt auch die 16-jährige Aleksandra Jovanovic. Die Schülerin an der Stadtteilschule Öjendorf besucht dort den Wahlpflichtkurs „Kosmetik“. Was sie dabei gelernt hat, kann sie jetzt im **Kursana Domizil Billstedt** praktisch anwenden. „Das Mädchen ist sehr gefühlvoll“, lobt die Seniorin.



## Das Schlagerrad dreht sich

„Theo, wir fahr'n nach Lodz.“ Wenn dieser Schlager durch die Gänge des **Kursana Domizils Dreieich** schallt, wissen alle, dass Stephanie Schraeder und Holger Bayerköhler, beide Mitarbeiter der Sozialen Betreuung, unterwegs sind. Sie singen für alle, die an einem „Schlagerrad“ drehen. Damit werden die Wunschlieder ermittelt. Aber bei „Theo“ bleibt das Rad besonders häufig stehen.



### Greifswalder Korbflechterei

Gelacht wird auch, aber ansonsten herrscht emsige Stille. Denn das Flechten von Körben und Tabletts aus Peddigrohr verlangt viel Konzentration und Geschicklichkeit. Einmal pro Woche kommen etwa jeweils zwölf – meist männliche – Bewohner des **Kursana Domizils Greifswald** zusammen, um diesem uralten Handwerk nachzugehen: ein beliebter Zeitvertreib mit therapeutischem Aspekt.



### Freie Wege für den Rollator

Abgesenkte Bordsteinkanten, von Sträuchern befreite Wege. Wer hier mit dem Rollator unterwegs ist, muss keine Hindernisse fürchten. Verantwortlich dafür ist die Gruppe „Barrierefreies Kriftel“, die sich regelmäßig im **Kursana Domizil Kriftel** trifft. Bürgermeister Christian Seitz: „Wir haben schon acht Bushaltestellen barrierefrei umgebaut.“



### Rekordsumme erlaufen



Da fühlte sie sich wieder wie zu Schülerinnenzeiten: Heike Born, inzwischen 46 und Pflegeassistentin im **Kursana Domizil Mömbris**, lief 65 Runden beim Sponsorenlauf der städtischen Grundschule ihres Jüngsten und erzielte eine Spendensumme von 1.000 Euro. Rekord. Noch mehr Rekorde und Medaillen errang sie in ihrer Aktiven-Zeit als Marathonläuferin und Triathletin.

### Musical in Buchholz



Überraschung für die Bewohner des **Kursana Domizils Buchholz**. Denn Nils Schwarzenberg, 33, ist nicht nur Mitarbeiter der Sozialen Betreuung, sondern auch ausgebildeter Opernsänger. Mit 14 Kolleginnen und Kollegen hatte er das Schneewittchen-Musical „Hinter den sieben Bergen“ entwickelt und in monatelangen Proben einstudiert. Er selbst übernahm die Rolle der bösen Königin. Direktorin Andrea Buro spielte auch mit – als gute Fee.

### Talent vererbt

„Die Malerei ist ein guter Ausgleich und entspannt mich“, sagt Künstlerin Simone Weichelt, 52. Im Hauptberuf ist sie Leiterin des Demenzwohnbereichs des **Kursana Domizils Künzell**. Mit im Künstler-Team: Tochter Aileen. Beide stellten jetzt ihre Werke in der Ausstellung „Bewegende Gestaltungsformen“ im Foyer des Domizils aus. „Unsere Bilder sind Ausdruck von Lebensfreude“, sagen sie.



### Projekt mit der Uni Göttingen

Wie ist es möglich, für Bewohner von Pflegeeinrichtungen die Krankenhausaufenthalte zu verringern? Damit beschäftigt sich die Universitätsmedizin Göttingen. 24 Bewohner des **Kursana Domizils Bad Lauterberg** nehmen an dem Forschungsprojekt teil. Ziel ist es, die Zusammenarbeit von Pflegekräften und Hausärzten zu verbessern. Dadurch soll die medizinische Versorgung für die Bewohner gestärkt werden.



## Aus den Residenzen

Residenzen haben einen hotelähnlichen Charakter, es gibt Ein- bis Drei-Zimmer-Appartements. Bei Bedarf steht eine Vielzahl an Serviceleistungen zur Verfügung – bis zur Pflege im Appartement oder im integrierten Pflegewohnbereich mit komfortablen Einzel- und Doppelzimmern.

## Das digitale ABC



„Wir sollten uns nicht selbst vom Fortschritt abhängen“, meint Lieselott Naether. Und so war die 93-jährige sofort dabei, als der Verein „Wege aus der Einsamkeit e. V.“ in der **Kursana Residenz Hamburg** einen Schnupperkurs für den Umgang mit Smartphone und Tablet anbot. In Kleingruppen mit sechs Personen lernten sie auch das digitale ABC – von „App“ bis „W-Lan“.

## Kreativ ohne Grenzen



Ob das Thema „Herbst“ lautet oder „Liebe“ – der Phantasie der Teilnehmer beim Kreativ-Kurs in der **Kursana Residenz Wedel** sind keine Grenzen gesetzt. Unter der Anleitung von Nicola Baumgarth wird gemalt oder gebastelt, je nach Lust und

Laune. „Jeder kann mit verschiedenen Materialien experimentieren und seinen Gefühlen freien Lauf lassen“, sagt die Kunsttherapeutin.

## Ein Hausorchester in Fürth

Einen hohen Stellenwert hat die Musik traditionell in der **Kursana Residenz Fürth**. Jetzt gibt es sogar ein eigenes Hausorchester. Unter der Leitung von Monika Gierlich von der Sozialen Betreuung engagieren sich 16 Bewohner im hauseigenen Musikkreis. Die Ältesten sind zwei 96-jährige Damen. Das Repertoire reicht von beliebten Volksliedern bis zu kleinen klassischen Titeln.



## So ein Theater

Selbst agieren statt nur konsumieren: Diese Idee hatten Bewohner und Mitarbeiter in der **Kursana Residenz Prien**. So entstand in gemeinsamer Arbeit ein Theaterstück. Der Inhalt: Die Bewohner einer Senioreneinrichtung beschließen, eine Reise zu unternehmen. Doch das entpuppt sich als schwierig. Als Schauspieler standen die Residenz-Bewohner selbst auf der Bühne.



## Entspannt regenerieren



In entspannter Atmosphäre neue Kräfte sammeln. So beschreibt Angelika Hensen, Direktorin der **Kursana Residenz Krefeld**, ihr Konzept eines „Pflege-Hotels“. Dabei werden Menschen angesprochen, die nach einer Erkrankung noch nicht fit genug sind, um in die eigene Wohnung zurückzukehren. Mit ihren Appartements bietet die Residenz den idealen Komfort für ein „Pflege-Hotel“.

## Farbenfroher Auftritt



Ob Tango oder Bauchtanz: Der Auftritt der weißrussischen Tanzgruppe „Kryzhachok“ begeisterte die Bewohner der **Kursana Residenz Regensburg**. Und nicht nur die folkloristischen Tänze und Gesänge, sondern auch die farbenfrohen Kostüme sorgten dabei für Aufsehen. Die Gruppe wurde in ihrer Heimat übrigens mit dem Titel „Tanzensemble der Nation“ ausgezeichnet.

### **Aus den Villen**

Außergewöhnliche Lage und exklusive räumliche Ausstattung zeichnen die acht Villen aus. Jede bietet drei individuelle Wohnformen: Premium-Wohnen, Komfortpflege und spezielle Komfort-Demenzpflege. Die Senioren leben in stilvollem Gründerzeit-Ambiente mit höchstem Wohnkomfort.

### **Oldies auf Spritztour**



Mal eine Spritztour in einem chromblitzenden Oldtimer machen? Diesen Wunsch konnten sich die Bewohner der **Kursana Villa Bonn** erfüllen. Es hat schon Tradition, dass einmal im Jahr die Oldtimer-Freunde aus Siegburg ihre Schmuckstücke nicht nur zeigen, sondern Bewohner auch zum Mitfahren einladen. Weiterer Blickfang: Models führten Mode aus den 40er bis 60er Jahren vor.

### **Wunder der Technik**



Die Nachrichten verpasst? „Das ist kein Problem“, erklärt der zehnjährige Mathis. „Dann gucken Sie die einfach in der Mediathek.“ Da konnte Ursula Koller, 85, aus der **Kursana Villa Reinbek** nur staunen. „Toll, was ihr jungen Leute heute könnt.“ Was

alles möglich ist, erklärten den Senioren Schüler aus der Grundschule Mühlenredder – und weckten bei ihnen Begeisterung für den PC.

### **Auf einer Wellenlänge**

Es gibt einfach Menschen, zu denen fühlt man sich hingezogen. So erging es Renate Hoffmann, 81, und Elfriede Boeck, 83, seit sie sich 2017 in der **Kursana Villa Hannover** begegneten. Gleiche Interessen, der Austausch von Gedanken und Erinnerungen – ihnen geht der Gesprächsstoff nicht aus. „Man fühlt sich in einer Freundschaft nicht allein“, sagt Elfriede Boeck.



### **Fahrt im Adenauer-Mercedes**

In den 1960er Jahren war es ein VW-Käfer, später dann ein Mercedes. Autofahren – das bereitete Ilona Noske schon immer besonders viel Vergnügen. Zu ihrem 104. Geburtstag schenkte die **Kursana Villa Oberursel** ihr eine Stadtrundfahrt in einem Adenauer-Mercedes 300 D, Baujahr 1961. Ilona Noske genoss die Rundfahrt auf der komfortablen Rücksitzbank aus feinstem Leder.



### **Was für ein Schelm!**



Keiner konnte sich so brillant verhaspeln und mit Worten jonglieren wie Heinz Erhardt. Sein Witz ist noch heute Vorbild für moderne Comedians. In der **Kursana Villa München** ließen Schauspielerinnen Claudia Zimmer und Pianist Herwig Rutt den „Schelm“ der 50er Jahre (Foto) in einem Wechselspiel von Versen, Chansons und Klaviereinlagen wiederaufleben – sehr zur Freude des Publikums.

### **Viele Achten zum 88.**



So viele Achten zum Geburtstag! Am 18.8.18 wurde Luise Schulz aus der **Kursana Villa Wiesbaden** 88 Jahre alt. Wenn das kein Grund zum Feiern ist, zumal die Zahl Acht Glück bringen soll. Aus Sicht der Christen ist die Acht eine heilige Zahl. „Beachtung“ fand der Geburtstag nicht nur in Wiesbaden – zum Gratulieren reisten Kinder und Enkel aus ganz Deutschland an.

# Rätseln & Gewinnen

## Kennen Sie des Rätsels Lösung?

Dann schicken Sie eine Postkarte an:  
Kursana Magazin, Kölner Straße 99,  
51429 Bergisch Gladbach.

Oder mailen Sie uns:

Kursana-Magazin@media-team-gaarz.de

Oder: Geben Sie Ihre Postkarte einfach an der  
Rezeption einer der Kursana-Einrichtungen ab.

Einsendeschluss ist der 28. Februar 2019.

Mit etwas Glück gewinnen Sie ein Vierteljahr lang  
jeden Monat einen Blumenstrauß.

Herzlichen Glückwunsch: Frau Gisela Schiemann aus  
Berlin ist die Gewinnerin der vorigen Ausgabe. Das  
Lösungswort lautete: „Frauenpower“.

Bergwerkschacht	ein Sportpferd	▼	ganz und gar	Richtung und Ort bestimmen	▼	▼	Bindewort	deutsche Pop-sängerin	pazifische Inselwelt	▼	Kanton der Schweiz
▶	▼						Vorname der Minelli	▶		○	▼
span. surreal. Maler † 1989		○	Kalb-, Ziegen- o. Schafleder	▶			Ahnherr aller griech. Götter		Abk.: Eintrittsalter	▶	
▶				Kinderbaustein		Ost-europäer	▶	○			
Radmantel			Aussatz	▶	○				höchster altröm. Justizbeamter		
▶	○					Lebensumfeld		Frauenkurzname	▶	○	
▶			weibliche Rinder			illoyal, abtrünnig	▶			○	
schlimm	plötzlicher Stoß	schwarzer Wasservogel	▶				○				Geheimschriftschlüssel
rissig, nicht glatt	▶			Abk.: Langwellensender	▶		○	Pfefferstrauch		leblos	▼
▶				Initialen des Malers Dix	▼	Kfz-Z. Lindau	▶	ein Trillionstel Teil	▶		
schmale Vertiefung		US-Filmzentrum	○					○			
‚Plastikgeld‘	▶	○									○

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----	----	----	----

## Deutschland



## Standorte

- Residenz
- ◆ Villa
- Domizil für Senioren
- ▲ Domizil für Behinderte
- Domizil in Bau
- ◇ Quartier im Bau
- ▼ Privatklinik

## Schweiz



## Österreich



### Kursana Domizil – Betreuung & Pflege

Die Kursana Domizile bieten Betreuung und Pflege in einer gemütlichen Wohnatmosphäre. In komfortabel ausgestatteten Einzel- und Doppelzimmern, mit eigenem barrierefreiem Duschbad, werden die Bewohner individuell gepflegt und umsorgt.

### Kursana Residenz – Servicewohnen & Pflege

In der Kursana Residenz erwartet die Bewohner unabhängiges und komfortables Wohnen im Appartement mit zahlreichen Serviceleistungen inklusive. Bei Bedarf können auch Pflegedienstleistungen in Anspruch genommen werden.

### Kursana Villa – Premium-Wohnen & Komfortpflege

In der Kursana Villa genießen die Bewohner Premium-Wohnen und Komfortpflege in einem stilvollen Gründerzeit-Ambiente. Eine maßgeschneiderte Rundum-Betreuung und ein erstklassiger Service suchen ihresgleichen.

# KURSANA

- ~ Aktiv am Leben teilnehmen
- ~ Unterstützung in jeder Lebenslage
- ~ Sicherheit und Geborgenheit
- ~ Service und Komfort genießen
- ~ Gemeinschaft macht stark

Kursana GmbH  
Schützenstraße 25  
10117 Berlin

Telefon 0 30 . 20 25 - 20 00  
Telefax 0 30 . 20 25 - 20 99

kursana@dusmann.de  
www.kursana.de

Ein Unternehmen der Dusmann Group



## Impressum

Kursana Magazin

Kursana GmbH  
Schützenstraße 25, 10117 Berlin,  
Telefon 0 30 . 20 25 – 25 25

Herausgeber  
Jörg Braesecke (V.i.S.d.P.)

**Chefredaktion**  
Michaela Mehls  
E-Mail: michaela.mehls@dusmann.de

**Redaktion**  
Dieter Gaarz  
E-Mail: gaarz@media-team-gaarz.de

**Redaktionelle Mitarbeit**  
Antje Berger, Kerstin Dreßler, Kerstin &  
Michael Hedrich, Diana Kaloev, Martina  
Krüger, Kerstin Mülder-Gaarz, Jürgen Oehler,

Martina Petersen, Christine Reguigne,  
Achim Ritz, Marion & Dirk Schariott,  
Susanne Wetterich

**Fotos und Illustrationen**  
Tobias Bugala, Fotolia, Petra Homeier,  
Christian Jungeblodt, Thomas Klitzsch,  
Mirko Krenzel, Martina Krüger, Kursana,  
Bernd Kusber, Gregor Lorenz, Medienhaus  
Main-Echo/Marion Stagl, Catharina Peppel,  
Martina Petersen, Achim Ritz, RTLL-Gruppe,  
Michael Spiegelhalter, Olaf Staschik, United

Archives GmbH/Alamy, Oliver Weiner,  
Andreas Weitzel

Titelfoto: Christian Jungeblodt

**Layout und Satz**  
Dusmann Stiftung & Co. KGaA  
Abteilung Marketingkommunikation

**Druck und Versand**  
ARNOLD group – Großbeeren