Lesezeit

DIE HAUSZEITUNG **HAUS ARCA FRENKINGS HOF | AUSGABE 2.2016**

Geplante Events:

- Wellnesswoche in der 48.KW/ Ende November mit dem Motto: „Neues wagen - Vielfalt entdecken“
- Stimmungsvolle Stunden an den Adventssonntagen
- Weihnachtswerkstatt – Wir werden kreativ
- Weihnachtsfeier mit Angehörigen am 18.12.2016 im Bürgerzentrum
- Silvesterparty im Haus: Wir feiern gemeinsam ins Neue Jahr hinein....

„Ich weiß, man kann nicht nur von der Hoffnung allein leben, aber ohne Hoffnung ist das Leben nicht lebenswert.“

Harvey Bernard Milk (1930 – 1978)
US-amerikanischer Politiker und Bürgerrechtler

HAUS ARCA
Frenkings Hof

AUF EIN (VOR)WORT!

Liebe Bewohnerinnen und Bewohner, liebe Angehörige und MitarbeiterInnen und alle Freunde unseres Hauses,

herzlich willkommen zur neuen Herbstausgabe der Lesezeit.
Noch vor wenigen Tagen konnten wir im Garten ungewöhnlich viel Sonnenschein und hohe Temperaturen genießen. Selbst in den späten Abendstunden war es noch so warm, dass wir unsere 70er/80er Jahre Party draußen Garten feiern konnten. Im warmen Kerzenlicht konnte so zur Musik von Harpo, Nena und Co geschwoft werden. Hierzu lesen Sie weiter hinten im Heft mehr.
Ebenso berichten wir in dieser Ausgabe über unser Oktoberfest mit der unvergleichlichen Martina Katrinzki.
Besonders möchte ich Ihnen den persönlichen Bericht unserer Bewohnerin Frau Jödicke ans Herz legen. Sie beschreibt ihren langen Weg aus dem aus dem Locked-in-Syndrom sehr anschaulich und macht uns damit allen erneut deutlich, dass die Hoffnung auf Veränderung und Weiterentwicklung immer Teil unseres Lebens sein sollte.
Wir wünschen uns, dass unsere Hauszeitung weiterhin Ihr Interesse findet und mit Freude gelesen wird.

Mit herzlichen Grüßen Ihre
Martina Bosse, Einrichtungsleiterin

INHALT

2 Auf ein (Vor)Wort
Inhalt, Impressum

3 Wir sind für Sie da
Das Pflegeteam vom WB 2stellt sich vor

Wir gratulieren zur bestandenen Prüfung

4-5 Was gibt es neues?
Die neue Chefin Frau Bosse zieht eine erste Bilanz

6 Bei uns ist was los ...
Abschiedstreffen mit den Katechumenen der evangelischen Kirchengemeinde

7 Wir stellen uns vor
Der aktuelle Beirat
Veränderungen im Betreuungsteam

8-9 Bei uns ist was los...
Unsere erste 70er/80er Jahre Party

10-11 Gedankliches
Zerplatzte Träume

12 Bei uns ist was los...
O'zapft ist – Oktoberfest im Frenkings Hof

13 Interessante Einblicke
Was ist eigentlich Logopädie?

14 Jahreszeiten
Herbstzeit ist Kürbiszeit

15 Leben im Haus
Der Singekreis schafft Freude
Wer findet es? – Unser Suchbild

16 Rätsel und mehr
Wiederkehrende Angebote

IMPRESSUM

Herausgeber: Haus ARCA Frenkings Hof I Schulze Frenkings Hof 20 I 48301 Nottuln-Appelhülsen
Fon 02509/9900-100 I E-Mail frenkingshof@arca-kg.de

Redaktion: Petra Rommeswinkel (V.i.S.d.P.) Auflage: 250

Fotos wurden, wenn nicht anders gekennzeichnet, privat zur Verfügung gestellt.

Das Pflegeteam vom Wohnbereich 2 stellt sich vor.

von links nach rechts: ***Linda Otte*** *(Pflegefachkraft),* ***Polina Obermann*** *(Pflegehelferin),* ***Sabine Bertels*** *(Pflegefachkraft)*

von links nach rechts: ***Saada Opacsiti*** *(Pflegehelferin),* ***Ingrid Hülsbusch*** *(Pflegefachkraft)*

von links nach rechts: ***Ilona Tibus*** *(Pflegeassistentin),* ***Beate Hör*** *(Pflegefachkraft),*

Ulrike Römer *(Pflegeassistentin)*

Wir gratulieren zur bestandenen Prüfung!

von links nach rechts: ***Frau Elena Eggersmann*** *(stellvertr. Pflegedienstleitung Münsterstrasse),* ***Frau Antje Toeppner*** *(nun Altenpflegerin) vom Haus ARCA Münsterstrasse,* ***Frau Alina Schneider*** *(nun Altenpflegerin) vom Haus ARCA Frenkings Hof und* ***Frau Martina Bosse*** *als Hausleitung beider Häuser.*

Alle Sprüche in diesem Heft stammen von unserem Haus- und Hofdichter, Hausphilosoph, Hofnarr, Zusammenhexer und Sprücheklopfer **Bernd Rux**.

Interview mit Frau Bosse – Eine erste Bilanz

Der sommerlich warme Spätherbstnachmittag lud dazu ein, das Treffen mit Frau Bosse nach draußen in den Garten vom Frenkings Hof zu verlagern. Der Beirat vom Frenkings Hof war komplett vertreten, von der Münsterstraße kamen Frau Agnes Steinkamp und Frau Gertrud Krevert in Begleitung von Frau Schweigert hinzu. Alle waren schon gespannt auf die Antworten von Frau Bosse.

Herr Deerhake als 1.Vorsitzender des Beirates stellte die Fragen, die zuvor gesammelt worden waren.
Zunächst wurde es privat. Frau Bosse berichtet, das sie mit ihrem Ehemann in Greven wohnt.
Auf die Frage, welchen Sport sie betreibt, antwortete Frau Bosse, dass sie je nach Wetterlage mit dem Fahrrad über den Emsdeich oder auch in die Grevener „Püppkesberge“ fährt. Frau Bosse berichtet, das sie zwar schwimmen kann, es sie aber nicht wirklich ins Wasser zieht. In der Freizeit gesteht sie ihre Vorliebe für kulinarische Genüsse und ihre Leidenschaft fürs Kochen und Backen. Sie erwähnte insbesondere die „Mandelsplitterplätzchen nach Karl“, ein besonderes Rezept ihres Schwiegervaters. Sogleich wurde Frau Bosse dazu eingeladen, in der Weihnachtszeit diese besonderen Plätzchen mit BewohnerInnen zu backen. Zudem hat sie eine Schwäche für lauwarmen Apfelkuchen mit Sahne. Frau Bosse arbeitet gern auf ihrer Dachterrasse. Hier gestaltet und dekoriert sie ihre Balkonkästen und Töpfe gerne jahreszeitlich. Die Arbeit mit Pflanzen und Erde schafft für sie einen guten Ausgleich zur Arbeit am PC und Schreibtisch. Frau Bosse reist gerne, besonders angetan hat es ihr die Ostsee in den neuen Bundesländern, da dort die Strände noch ursprünglicher sind. Regelmäßig reist sie

auch nach Südtirol. Dort mag sie die Landschaft, Kultur und Mentalität der Menschen.
Kirschen sind ihr Lieblingsobst aus der Kindheit, sie liebt die bodenständige Küche mit Schnibbelbohneneintopf und hat ein besonderes Faible für die indische Küche.
Musikalisch hört sie souligen Jazz, auch gerne Rock-Jazz. Von Doldinger über Sade bis hin zu Earth, Wind and Fire reicht ihre Palette.
Den „Tatort“ am Sonntag verpasst sie selten, sie ist erklärter James-Bond-Fan und geht gerne mit einem Thriller ins Bett.
Danach ging es um Fragen bezüglich ihrer neuen Aufgabe. Nach dem Grund des Wechsels befragt, antwortete Frau Bosse nachvollziehbarerweise, dass der bisherige Arbeitsweg von 2 x 70 km täglich doch sehr aufwändig gewesen sei und sie sich zudem gerne einer neuen Herausforderung stellen wollte. Sie hat sich sehr über die herzliche Aufnahme von allen gefreut und komme ausgesprochen gerne zur Arbeit.
Für Frau Bosse ist Arbeit ein lebenslanges Lernen und sie stellt sich gerne den neuen Aufgaben. Die nächsten Projekte für Haus ARCA Frenkings Hof sind der Weg in den Garten, der angehoben werden muss, die zweite Absperrung im Eingangsbereich und neue Verteilerküchen auf der mittleren und oberen Etage. Außerdem kann sich Frau Bosse gut farbiges Geschirr auf den Ebenen vorstellen.
Frau Bosse wird eine Anschaffungsliste verteilen, auf der von den einzelnen Bereichen Wünsche und Anregungen formuliert werden können.
Der mitgebrachte Gasthund von Frau Schweigert führte zur letzten Frage, ob für Frau Bosse Besuchshunde in den Häusern vorstellbar sind. Damit habe sie keine Probleme, wenn die Hunde regelmäßig geimpft und die Hygienevorschriften eingehalten werden.

Herr Deerhake bedankt sich im Namen aller für die informative und gesellige Stunde und wünscht Frau Bosse gutes Gelingen für ihre weiteren Aufgaben.

Abschiedstreffen mit den Katechumenen der evangelischen Kirchengemeinde

Es ist eine schöne Tradition geworden: In jedem Jahr kommen Katechumenen in unser Häuser und verbringen einige Stunden bei den BewohnerInnen mit Spielen, Spaziergängen, Einführungsstunden in den Computer usw.

Zum Ende dieser Zeit gibt es einen gemeinsamen Abschied.

In diesem Jahr aufgrund der großen Gruppe der Katechumenen in beiden Häusern. Am Dienstag, den 5. Juli 2016 trafen wir uns vom Haus ARCA Frenkings Hof nachmittags im Gemeindezentrum, um den jungen Menschen einen guten Start in ihr weiteres Leben, nun als Konfirmanden zu wünschen.

Die Familienangehörigen spendierten wieder reichlich Kuchen, und man genoss die gemeinsame Zeit. Inspiriert wurden wir von Frau Pastorin Stübecke und Frau Rosi Gaffrey.

Vielen Dank für die nette Zeit. Gerne laden wir auch nächstes Jahr wieder junge Menschen ein.

Petra Rommeswinkel
Leitender Sozialdienst Frenkings Hof

Der aktuelle Beirat des Hauses Frenkings Hof

Durch den Auszug eines Bewohners kam es erneut zu einer Veränderung im Beirat. Frau Christiane Becker rückt nach und sorgt dafür, dass der Beirat wieder 5 Mann bzw. Frau stark ist.

Der aktuelle Beirat:
Herr Jürgen Deerhake (1.Vorsitzender),
Frau Sigrid Hill (2.Vorsitzende),
Frau Kerstin Jödicke, **Frau Karin Feldbrügge** und **Frau Christiane Becker**.

Wir wünschen dem Beirat weiterhin eine aktives Schaffen und bedanken uns für die vertrauensvolle Zusammenarbeit.

Frau Christiane Becker

Veränderungen im Betreuungsteam

Frau Jenny Schulze Dieckmann ist ausgeschieden, um eine Ausbildung als Altenpflegerin zu beginnen. Wir wünschen ihr alles erdenklich Gute und hoffen, dass wir auch weiterhin in Kontakt bleiben.
Neu zum 1.10.2016 begrüßen wir **Frau Angelika Strotmann**, die schwerpunktmäßig im Erdgeschoss arbeiten wird. Da sie bereits ein Praktikum in unserem Hause gemacht hat, wird ihr der Einstieg sicherlich gut gelingen. Wir freuen uns auf sie.

Wer morgens zerknittert aufsteht, kann sich tagsüber besser entfalten.

„Die Hütte rockt, der Garten bebt……“ Unsere erste 70er/80er Jahre Party

Am Freitag, den 2.September 2016, war es endlich so weit: Es sollte unsere erste Motto-Party starten, die in den Abend hineingehen und draußen stattfinden sollte.

Den ganzen Tag über war die Aufregung im Haus zu spüren. Der Mehrzweckraum im Keller verwandelte sich bereits am Nachmittag zum Schmink- und Verwandlungszimmer: Es wurde lackiert und gestylt, Haare geplättet und gekräuselt, das Outfit aufpoliert. Deep Purple und ABBA, Michael Jackson und Modern Talking konkurrierten lautstark auf den verschiedenen Wohnbereichen miteinander.

Vorsichtshalber wurden die Nachbarn informiert wegen der erhöhten Dezibelzahl im musikalischen Bereich am Abend. Die Bäume im Garten wurden behängt, die Discokugel ausgepackt.

Doch zunächst gab es ein gemeinsames Abendessen mit herzhaftem Backschinken und Rosmarinkartoffeln im EG/Foyer für die solide Grundlage diverser, folgender alkoholischer Getränke.

Draußen im Garten dann startete die eigentliche Party mit viel Tanz, guter Laune und leckerer Früchtebowle. Herr Eberhardt als Geschäftsführer und Frau Bosse als Hausleitung ließen es sich nicht nehmen, auch selbst das Tanzbein zu schwingen. Schließlich lief ja auch „ihre“ Musik.

Der Eierlikör machte so seine Runden, die Stimmung stieg. Es war faszinierend zu sehen, wie die Musik dieser Zeit ein Leuchten in die Augen vieler zauberte und alte Erinnerungen wach wurden. Wo war ich doch noch gewesen, als ich diesen Song zum ersten Mal gehört habe?

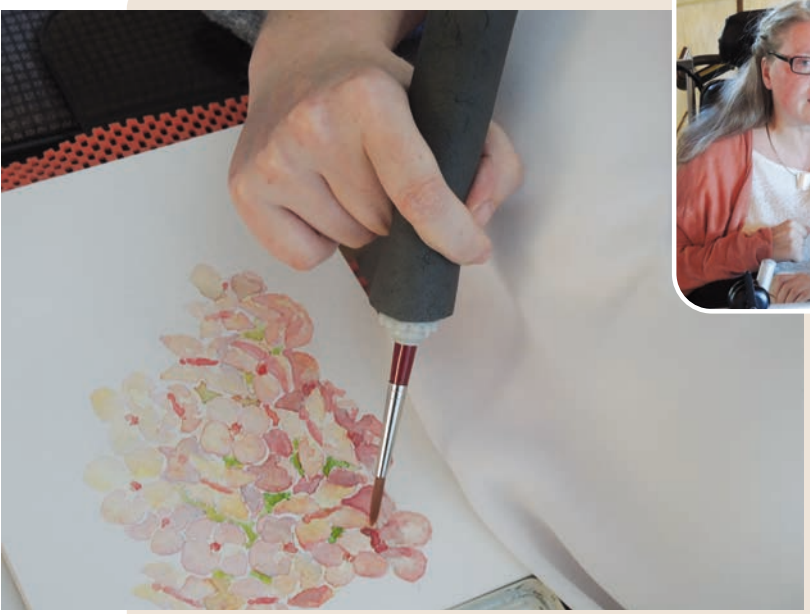
Die Party war eine rundherum gelungene Veranstaltung, die Lust auf „mehr“ gemacht hat. Keine Sorge, die ersten Pettycoats sind bereits bestellt, damit auch die nächste Party dann mit Musik der 50er/60er Jahre ein voller Erfolg wird.

Zerplatzte Träume

1986 erkrankte ich im Alter 17 Jahren an einer Basilaris- Thrombose (sprichwörtlich Schlaganfall) und leide seitdem am Locked in Syndrom. Ein wacher Geist in einem vollständig gelähmten Körper.

Die Oktobersonne tauchte das weiße Krankenhauszimmer in einen warmen Gelbton. Noch ahnte ich nicht, dass dieser Tag mein ganzes Leben verändern würde…
Dies sind die ersten zwei Sätze meines Buches. Aber fange ich von vorne an.

Als ich nach einigen Wochen des Tiefschlafs wieder zu mir kam, musste ich mit erschrecken feststellen, dass ich nicht mehr in der Lage war, auch nur einen Muskel zu bewegen. Außer meinen Augenlidern … und das war auch die einzige Möglichkeit, um mit der Außenwelt in Kontakt zu treten.
In den Wochen des Klinikaufenthaltes dekorierte meine Mutter die Wände des Zimmers mit meinen selbstgemalten Bildern. Die Malerei gehörte seit meinem zweiten Lebensjahr zu mir, und auch wenn es nur ein Hobby war, ich musste wohl der Tatsache ins Auge sehen, dass ich in diesem Leben nie wieder ein Bild malen würde. Der Gedanke machte traurig und um so mehr freute es mich, als die Ergotherapeutin in der Rehabilitationsklinik mir vorschlug, es einmal aus zu probieren. In der Zwischenzeit konnte ich meinen Kopf wieder selbstständig bewegen und der rechte Arm gehorchte mir auch wieder ein wenig. Als ich vor dem leeren Blatt Papier saß und mir jemand einen Pinsel mit Farbe in die Hand drückte, fuhr meine Hand sehr zittrig über dieses weiße Etwas. Dieses Geschmiere war mit meinen früheren Bildern nicht zu



vergleichen, und jeder dreijährige hätte es wahrscheinlich besser gekonnt. Wenn ich in der Lage dazu gewesen wäre, dann hätte ich den ganzen Krempel wahrscheinlich in eine Ecke geschmissen. So malte ich brav weiter und war am Ende doch irgendwie stolz auf mein Werk. Obwohl außer mir mit großer Gewissheit niemand die Kleckse deuten konnte.

Einige Wochen später, als ich wieder zuhause wohnte und von meiner Mutter gepflegt wurde, war die Malerei täglicher Bestandteil meines Übungsplans. Mit einer Engelsgeduld kümmerte sich meine Mutter um mich, und mit jedem weiteren Bild wurde sie für ihre Mühe belohnt, denn große Verbesserungen waren nicht von der Hand zu weisen. Bald schmückten meine Bilder die Wände des ganzen Hauses. Dennoch brauchte ich Jahre bis zum heutigen Stand.

Manchmal lassen sich zerplatze Träume
doch etwas reparieren!

***Kerstin Jödicke**, im August 2016*

O'zapft is – Oktoberfest im Frenkings Hof

Schon in den Wochen zuvor war das Oktoberfest 2016 im Bürgerzentrum immer wieder Thema:
Im Kunstkreis wurde an der Deko gemalt, Einladungen geschrieben, Frau Katrinski geordert und die Kleiderfrage diskutiert: Was ziehe ich an, Dirndl oder Nichtdirnl, und „Wen lade ich ein?“ waren häufig gestellte Fragen.
Der Sonntag (9.10.2016) war schnell da. Viele Hände packen parallel an: Tische rücken und dekorieren, Schnittchen vorbreiten und ganz wichtig: Schminken und Stylen.
Gut 120 BewohnerInnen mit Angehörigen waren der Einladung gefolgt, der Saal war voll und mit musikalischer Unterstützung von Frau Katrinski stieg die Stimmung schnell. Noch skeptisch wurden die Schnittchen mit Obatzer begutachtet, auch dem bayrischen Biercocktail begegnete man zunächst mit Misstrauen: Die Vorbehalte waren schnell überwunden, und es wurde herzhaft zugelangt.
Ein gelungener Nachmittag, der uns lange in Erinnerung bleiben wird.
Ein großes Dankeschön an alle HelferInnen!!!

Was ist eigentlich Logopädie?

„Worte sind Luft. Aber die Luft wird zum Wind und Wind lässt Schiffe segeln“
(Gotthold Ephraim Lessing)

Der deutsche Bundesverband für Logopädie e.V. gibt folgende Definition heraus:
„Die Logopädie ist sowohl ein wissenschaftlicher Fachbereich als auch eine eigenständige Profession. Als interdisziplinäre wissenschaftliche Disziplin grenzt sie an Teilgebiete der Medizin, der Linguistik, der Pädagogik sowie der Psychologie und beschäftigt sich dabei mit der Ätiologie, Diagnostik und Intervention hinsichtlich aller Kommunikations – und Schluckstörungen.“ (dbl e.V., 2011)

Und was machen wir LogopädInnen jetzt genau?
Viele BewohnerInnen aus Haus ARCA kennen uns als die Mädels, die u.a. Übungen zur genauen Aussprache, zur Stimme, zur Wortfindung, zur Atmung und zum Schlucken machen. Wir kommen mit angedickten Getränken und immer wieder neuen Ideen um die Ecke, arbeiten mit unseren PatientInnen im Gesicht oder im Mund und lassen sie dann auch noch Wörter finden bzw. nachsprechen, die mal mehr, mal weniger Sinn ergeben.

Aber warum machen wir das eigentlich?
Aus Platz- und Zeitmangel lasse ich jetzt einmal die ganzen fachlichen Sachen heraus und komme zum Wesentlichen: Wir LogopädInnen arbeiten in den Bereichen Sprache, Sprechen, Stimme und Schlucken. Uns geht es darum, die Kommunikationsfähigkeit eines jeden Einzelnen individuell zu fördern und zu verbessern.
Unter Kommunikationsfähigkeit verstehen wir aber nicht nur das Sprechen, sondern auch das Verstehen von dem, was der Andere gesagt hat und das richtige Reagieren darauf. Außerdem beschäftigen wir uns mit dem Schreiben und Lesen und dem Verstehen des Gelesenen.
Aber nicht nur das Sprechen und Verstehen alleine macht unsere Kommunikationsfähigkeit aus, auch unsere Stimme, das Betonen, das Tempo und das deutliche Sprechen helfen uns, an einem Gespräch teilzunehmen. Beispielsweise schränkt leises und undeutliches Sprechen die Möglichkeit ein, an einem Gespräch mit vielen Leuten teilzunehmen.
Um das zu ändern, gibt es unfassbar viele Übungen, Methoden, Tests usw., die den PatientInnen teilweise aus den Ohren wieder herauskommen, die aber sehr effektiv sind. Ganz beliebt und immer wieder verwendet sind Zungenübungen für ein deutlicheres Sprechen, Dinge beschreiben oder Sätze vollenden, für das Finden von Wörtern, aber auch Singen zur Kräftigung der Stimme und Entspannungsübungen zum Erspüren des eigenen Atems.

Neben der Kommunikation gibt es den Bereich des Schluckens.
Im Alter oder durch eine schwere Erkrankung kann es passieren, dass das Schlucken kleine oder große Probleme bereitet. Z.B. verschluckt man sich häufiger beim Essen und muss stark husten, das Schlucken tut weh oder man kann die Nahrung nicht mehr herunterschlucken. Dann sind wir LogopädInnen zur Stelle und versuchen, durch gezielte Übungen wie Zungenübungen, Andicken von Getränken, Atemübungen und Kräftigungsübungen der Rachenmuskulatur die Schluckfunktion wieder zu verbessern. Ziel ist es, dass der Patient auch ohne unsere Hilfe, Schluckregeln oder Konsistenzanpassungen essen und trinken kann.
Es die Aufgabe von uns LogopädInnen – in Absprache und Zusammenarbeit mit dem Patienten – die Kommunikationsfähigkeit eines Jeden zu verbessern und wenn möglich wieder herzustellen. Außerdem streben wir bei unseren PatientInnen die bestmöglichste Nahrungsaufnahme an.
All das braucht seine Zeit, aber unser Anspruch ist es, dass die Lebensqualität unserer PatientInnen durch unsere Förderung erhöht und die bestmöglichste Teilhabe an der Gesellschaft ermöglicht wird.

Anna Dickhardt (Externe Logopädin)

Herbstzeit ist Kürbiszeit!

Der biodynamische Kürbis vom Hochbeet des Sozialdienstes Frau Rommeswinkel ahnte nicht, dass es ihm schon so bald an den Kragen gehen würde.
Am Morgen des 11.10. wurde er noch im Frühnebel abgeschnitten und befand sich schon bald mit Messern gespickt im Haus ARCA Frenkings Hof wieder. Unter Mithilfe von BewohnerInnen wurde er zerkleinert, püriert und zur Suppe verarbeitet.
Ein herrlicher Genuss für alle, die Kürbissuppe mögen!

Der Singekreis schafft Freude

Der Singekreis mit Herrn Flötenmeyer, der jeden Donnerstagnachmittag im Frenkings Hof stattfindet, hat seinen treuen Fanclub. An dieser Stelle bedanken wir uns besonders herzlich bei Herrn Flötenmeyer für seinen engagierten Einsatz und für seine Treue zu unserem Haus.

Wer findet es?

Ein Suchbild der besonderen Art gemalt von Frau Kerstin Jödicke. Wie viele Schmetterlinge sind im Bild versteckt?

Bitte geben Sie Ihre Lösung bis zum 31.12.2016 beim Sozialdienst ab.

Der Gewinner erhält das Originalbild von Frau Jödicke.

Wenn mehrere richtige Lösungen eingehen, wird öffentlich an einem Dämmerschoppenabend ausgelost.

Herbstliche Schüttelwörter für Knobelfüchsinnen

Die folgenden 12 Worte sind vom Herbstwind mächtig durcheinandergeschüttelt worden. Wer sie alle wieder richtig zusammensetzt und beim Sozialdienst bis zum 31.12.2016 einreicht, kann gewinnen…und zwar eine Einladung ins Eiscafe mit unserer Hausleitung Frau Martina Bosse. Natürlich zahlt die Chefin! Auf geht's!

MÄULEBUAB _____

GRONNEBLEME _____

KRENNADET _____

STEHTKLEBÄR _____

NEBELNEDWASCH _____

STHERBLAUB _____

BÜSKREIS _____

BROMENEV _____

KLEITEHUND _____

FASTFELAP _____

SAFTSERPES _____

GREWEIBN _____

Offene Redaktionsgruppe „Lesezeit"

Wer Lust hat, an der nächsten „Lesezeit" mitzuwirken, ist herzlich eingeladen. Wir treffen uns jeden **2. Mittwoch im Monat um 16.30 Uhr im Mehrzweckraum** und tauschen uns aus.

Und: Vor dem Büro des Sozialdienstes steht eine Ideenbox. Einfälle, Anregungen und Wünsche für die Zeitung werden gerne gelesen und aufgenommen.