

CLARENBACH Aktuell

1.21 41. Jahrgang, März 2021



2021: Das Jahr,
in dem wir Co-
rona hinter uns
ließen...?

Essay

Leben wir im
Zeitalter der
Depression?

Aus den Häusern

Feiern auf Abstand, „Karneval to go“

Interviews

Die Sache mit
der Liebe

Live Music Now

20-jähriges Jubiläum
wird still gefeiert

Corona Virus

„Wir sind geimpft!“

Clarenbach Aktuell

Inhalt und Impressum

| | | |
|---|-------|-------|
| Aus den Häusern | Seite | 4-17 |
| Cöllnische Stiftung sorgt für Freude | Seite | 4 |
| Silvester im Frida Kahlo Haus | Seite | 5 |
| Braunfeld verzaubert... | Seite | 6 |
| Nachruf auf eine an COVID verstorbene Bewohnerin | Seite | 7 |
| Klingende Töne in der Tagespflege | Seite | 11 |
| 100. Geburtstag Frau Walkhoff | Seite | 13 |
| Impfungen: Die Erleichterung ist riesig! | Seite | 14 |
| Hassan Tawakol an COVID verstorben | Seite | 17 |
| | | |
| Live Music Now feiert - still - 20-jähriges Jubiläum | Seite | 18-22 |
| Seniorenberatung demnächst auch im Heinrich Püschel Haus | Seite | 29 |
| | | |
| Neues vom Bau: Die Zielgerade ist schon zu sehen! | Seite | 24-25 |
| | | |
| Fotoseite zu Weiberfastnacht | Seite | 26 |
| Psychologie: Leben wir im Zeitalter der Depression? | Seite | 27-31 |
| | | |
| „Die Sache mit der Liebe“ | Seite | 32-33 |
| Persönlich gefragt: Wilma Berg | Seite | 34-35 |

Impressum

| | |
|---|--|
| Herausgeber und Redaktionsanschrift: | Clarenbachwerk Köln gGmbH, Alter Militärring 94, 50933 Köln; |
| Redaktion: | Tel.: 0221 / 4985170; Fax: 0221 /4985148 |
| Im Internet: | M. Duchon, T. Jost, M. Klein, Hans-Peter Nebelin, Dr. G. Salzberger (v.i.S.d.P.), K. Strimmer www.clarenbachwerk.de |
| Druck: | Print:Comm Druckservice Jürgen Brandau, 50737 Köln |
| Auflage: | 750 Exemplare |

Die Fotos und Abbildungen stammen in der Reihenfolge der Veröffentlichung von: Salzberger (2), Brauers, Krebs (2), Klemm (2), Salzberger (3), Engelberg (3), Salzberger (2), Albuera-Hanoumis (2), Salzberger, Engelberg (3), Lingen, live musicc now, Salzberger (9), unbekannt (2), Schlag (2), privat (2), Salzberger (4), Mielchen-Schäfer (6), Engelbert, Albuera-Hanoumis (2), Städel Museum (3), Wiki-media, privat (2), Klein, Salzberger.

Titelbild: Foto von Jan Bachor

CLARENBACH AKTUELL erscheint alle drei Monate und wird in den Häusern des Clarenbachwerks verteilt. Beiträge von BewohnerInnen und MitarbeiterInnen der Alten- und Behinderteneinrichtungen sind willkommen und werden, soweit möglich, veröffentlicht. Die redaktionelle Bearbeitung von Einsendungen bleibt vorbehalten.

Liebe Leserinnen, liebe Leser,

Das Jahr 2020 ist Geschichte, das Corona-Virus leider noch immer nicht. Und zurzeit sieht es so aus, als würde sich die Pandemie bis in den Herbst ziehen und unser normales Leben weiterhin verunmöglichen. Kein Wunder, dass bei vielen die Nerven intermittierend „blank liegen“, das ständige nur mit sich und seinem engsten Kreis beschäftigt sein, die fehlenden Kontakte und Ablenkungen zerran an unser aller Nervenkostüm.

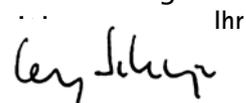
Hinzu kommt auch Enttäuschung darüber, dass die Politik die Krise schlechter managt als zu Beginn. Dass die Nationalstaaten ihre Verpflichtung für die sog. Volksgesundheit auf die EU übertragen haben und sich damit nicht selbst um die Bestellung der Impfdosen gekümmert haben, stößt vielen besonders auf und es überwiegt inzwischen die Freude darüber, dass es diversen Labors so schnell gelungen ist, hochwirksame Impfstoffe zu entwickeln.

Das Clarenbachwerk ist bislang vergleichsweise glimpflich durch die Krise gekommen. Trotzdem sind auch hier einige Bewohnerinnen und Bewohner an COVID 19 gestorben, auch die Mitarbeiterschaft war von vielen Infektionen mit zum Teil schweren Verläufen betroffen. Ein besonders beliebter Kollege ist im Herbst seiner Infektion mit dem Corona-Virus erlegen, was große Bestürzung ausgelöst hat. Trotzdem ist uns bislang ein großer Ausbruch erspart geblieben. Das haben wir dem umsichtigen Verhalten der gesam-

ten Mitarbeiterschaft sowie der Bewohnerinnen und Bewohner zu verdanken - und natürlich glücklichen, sagen wir besser, glimpflichen Umständen. Besonders erleichtert sind wohl alle Clarenbacher, dass Bewohner wie Mitarbeitende bereits geimpft wurden. Das hat zu einer spürbaren Entlastung geführt und die Zahl der Erkrankten ist aktuell Null.

Trotzdem werden noch einige Monate ins Land gehen, in denen wir uns in Geduld üben müssen. Immerhin gehören Berufe im Pflegesektor nicht zu denen, die runtergefahren werden können, sodass den Clarenbachern die wirtschaftlichen Sorgen erspart bleiben, die viele Menschen zurzeit zusätzlich umtreiben.

Es bleibt mir noch, unseren Leserinnen und Lesern im Namen der gesamten Redaktion eine anregende Lektüre unserer Clarenbach Aktuell zu wünschen und einen guten Start in die wärmere Jahresz

Ihr

Dr. Georg Salzberger



Aus den Häusern Informatives und Unterhalt- sames aus den Häusern

Was in den Häusern auf die Beine gestellt wird, um trotz der Hygienemaßnahmen ein Miteinander aufrechtzuhalten, davon lesen Sie auf den folgenden Seiten.



Carmen und Julia Brucherseifer

Eine ganze Wagenladung Freude

Kurz vor Weihnachten bekam das Frida Kahlo Haus Besuch von den beiden Vorstandsfrauen der Cöllnischen Stiftung, Julia und Caren Brucherseifer. Die Stiftung – ein reiner „Familienbetrieb“ des Unternehmers Marc Brucherseifer, seiner Frau Sabine und deren beiden Töchtern – unterstützt unsere Einrichtung seit vielen Jahren. So sponsert

sie beispielsweise die Karnevalssitzungen mit Bewirtung und diverse Freizeitausflüge.

Dieses Jahr war gerade für Menschen mit Pflegebedürftigkeit und Behinderung nicht einfach – durch die Kontaktbeschränkungen, die Sorge um die eigene Gesundheit und die Einschränkungen der Freizeitangebote. Da war es umso wohltuender, dass die Cöllnische Stiftung zu Weihnachten nun jeden Bewohner und jede Bewohnerin des Frida

Aus den Häusern

Kahlo Hauses mit einem Geschenk bedacht hat – jeweils in einem Wert von bis zu 30 Euro.



Die beiden Vorstandsdamen lieferten die vielen Pakete selbst aus!

2012 wurde die Cöllnische Stiftung mit dem Ziel gegründet, Menschen zu unterstützen, die nicht aus eigener Kraft an den Freuden des alltäglichen Lebens oder des kölnischen Brauchtums teilhaben können – etwa durch wirtschaftliche Not, soziale Abgrenzung oder Krankheit. So stellte die Stiftung in der Corona-Krise beispielsweise Tablets für Senioren- und Behinderteneinrichtungen zur Verfügung, damit Bewohnerinnen und Bewohner Kontakt zu ihren Angehörigen halten konnten.

Die Mitarbeitenden im Frida Kahlo Haus, die die Weihnachtsgeschenke entgegen nehmen durften, waren begeistert – denn die Vorstandsfrauen lieferten sie sogar eigenhändig aus: mehrere Küchenwagen voll, mit einem Gewicht im dreistelligen Kilobereich. Alle Geschenke waren liebevoll verpackt und mit Namensschildchen versehen. Zumindest mit einem Blumenstrauß und einem „Empfangskomitee“ konnten wir den Damen danken!

Das Motto der Cöllnischen Stiftung „Einfach ein Lächeln schenken“ wurde an Heilig Abend dann erfüllt – und mehr als das: Die Freude im Frida Kahlo Haus war riesig!

Irina Rasimus, Georg Salzberger

Silvester im Frida Kahlo Haus

Silvester ausfallen lassen? So ganz konnte es das Frida Kahlo Haus nicht übers Herz bringen. Obwohl es keine große Party wie an den vorherigen Jahren gab, überlegte sich die Soziale Betreuung des Frida Kahlo Hauses ein alternatives Angebot für den diesjährigen Silvesterabend. Ähnlich wie beim rollenden Weihnachtsmarkt, gab es einen rollenden Silvesterwagen. Dieser wurde liebevoll mit Präsenten für die jeweiligen Bewohner*innen individuell zusammengestellt und geschmückt.



Danile Schmidt freut sich über sein Silvester-Care-Paket

Aus den Häusern

Ein Präsent beinhaltete eine Menge Konfetti, eine Tüte Chips, einen Glückskeks und einen Prosecco mit oder ohne Alkohol. Für die, die keinen Sekt mochten, wurde Orangensaft angeboten. Das Verteilen der Silvester-Präsente wurde an die aktuellen Hygienemaßnahmen angepasst und wurde durch Mitarbeiterinnen der Sozialen Betreuung und Heilerziehungspflege durchgeführt. Auch im Foyer des Hauses wurde das neue Jahr mit großen Luftballons mit der Aufschrift „2021“ begrüßt. Nachdem alle Präsente eingepackt und fertig zum Verschenken waren, rollte der Silvesterwagen auf die jeweiligen Wohnbereiche los.

Die Bewohner*innen freuten sich sichtlich über ihr Präsent und äußerten, dass ihnen die Geste gefiel. Die Überraschung war gelungen und so konnten den Bewohner*innen ein Lächeln ins Gesicht gezaubert werden und einen schönen Ausblick auf das Jahr 2021 gegeben werden. Gemeinsam verabschiedeten wir uns von diesem schwierigen Jahr und schauen hoffnungsvoll auf das Kommende.

Francisca Albuera-Hanoumis,
Frida Kahlo Haus

Braunfeld verzaubert...

Durch seine ruhige, besonnene und humorvolle Art ist unser examinierter Kollege Torsten Monsieur, scherzhaft genannt „Magic Torsten“ allen Bewohnern, Angehörigen und Kollegen auf der 1. und 2. Etage im Paul Schneider Haus bestens bekannt. An manchen Tagen bringt er unsere Bewohner und Kollegen auf eine besondere, fast schon magische Weise zum Staunen und Verblüffen, aber auf alle Fälle zum Lächeln und Schmun-



Torsten Monsieur links, als „Magic Torsten“

zeln. Es gelingt ihm immer wieder, Kartentricks und kleine Zauberkunststücke in die alltäglichen Abläufe einzubauen und so für einige Momente Freude zu schenken. Natürlich nur, wenn unsere Bewohner es gar nicht erwarten und offen sind für die Welt der Illusion. Dem ein oder anderen schleicht sich ein ungläubiges Lächeln ins Gesicht, wenn der Zaubertrick scheinbar keine plausible Erklärung hat und so kommt es zu Momenten, die keiner Worte bedürfen, die einfach Freude vermitteln und alle wieder in das Gefühl des fast kindlichen Staunens versetzen.

Wie hat er das nur wieder gemacht? lässt sich als Frage in den Gesichtern ablesen. Inzwischen ist der Kollege so geschickt, dass er auch mit dem Material zaubert, das spontan da ist: Kugelschreiber, ein leeres Medikamentendöschen, eine Serviette... Hierzu der Kollege: „Die kleinen Zaubertricks verbinden, schaffen Vertrauen und fügen dem Miteinander eine Komponente hinzu, die das Arbeitsverhältnis wunderbar entzerzt. Das schaffe ich sonst nur mit meiner Gitarre.“

„Ein echter Zauberer würde die Hände über dem Kopf zusammenschlagen, sähe er meine Taschenspieler-Tricks. Zerrissene Servietten, die plötzlich wieder unversehrt sind oder Medikamenten-Pöttchen, die vor aller Augen verschwinden und an ganz anderer Stelle wiederauftauchen oder eine Spielkarte, die in der Hand des Zuschauers unbemerkt

Aus den Häusern

die Farbe wechselt – sowas kann ich. Man sollte mir auch keine Münzen geben. Ein Euro wird da schnell zu 5 Cent oder verschwindet einfach ganz..."



Es folgt schon der nächste Trick!

Die kleine Unterbrechung des oft eng getakteten Pflegealltags ist willkommen und schafft einen Moment der Abwechslung und Freude, die das Paul Schneider Haus in Braunsfeld ein bisschen magischer und lebensfroher gestaltet. Vielleicht sind ja deshalb einige Damen so hochbetagt bei uns (mehrere Bewohnerinnen sind über 100 Jahre alt), weil der Humor und die Lebensfreude nicht zu kurz kommen, wie sie mir alle glaubhaft versichert haben. Sie sind das tägliche Lebenselixier und Teil des Geheimnisses, zufrieden älter zu werden.

Yvonne Krebs,
Betreuungsassistentin in Braunsfeld

Corona hat bei uns im Paul Schneider Haus einen Namen: Elisabeth „Liesel“ Helga Kiehn

Als die Dame vor neun Jahren zu uns kam, konnte sie noch mit ihrem Rollator laufen, erzählte von ihrer Arbeit in einem renommierten Kölner Schuhgeschäft in der Innenstadt, ihrer Kindheit in Lindenthal, von ihrem Mann und ihrem Sohn. „Heißen Sie Elisabeth?“ wurde sie gefragt. „Ja, aber ich bin die Liesel, so wurde ich immer genannt“ kam als Antwort von ihr. Sie hörte gerne Schlagermusik aus den 50er bis 70er Jahren, sang dabei laut mit, schaute oft TV in ihrem rotkarierten Ohrensessel oder saß auf ihrem Balkon und genoss den Sonnenschein und die Aussicht, beobachtete die Passanten und Anwohner. Auch bei Ausflügen und Museumsbesuchen war sie immer gerne dabei, freute sich über das Erlebte. Sie war liebenswert, freundlich zu Jedermann und auf ihre Art bescheiden, lachte gerne und scherzte. Sie hatte Freude an den kleinen Dingen. „Ist das für mich? Das ist aber schön, danke.“ Sie freute sich darüber, im Foyer des Hauses zu sitzen, oder wenn sie einfach mal bei einer Begleitung oder von der Pflege liebevoll am Arm, an der Schulter oder am Rücken geknuddelt oder berührt wurde. „Kind, das tut gut“, sagte sie mit rheinischem Tonfall.

Sie erzählte von ihrer Oma Berta, dem Birnbaum im Garten, von früher, als sie nach Feierabend mit den Kolleginnen im Früh ein Kölsch trinken ging. Alle Mitarbeiter mochten sie, selbst für kleine Hilfestellungen bedankte sie sich. Im Laufe der Jahre ihres Aufenthaltes bei uns wurde sie eine von den „Alteingesessenen“, gehörte „zur alten Garde“. Sie kannte

Aus den Häusern

uns und wir sie. Irgendwie gehörte sie einfach dazu.

In den letzten Monaten hatte sie täglich ein Stückchen abgebaut, ihre Kraft wurde weniger und dann, im Dezember 2020, wurde sie plötzlich richtig krank. Sie kämpfte tapfer gegen das Virus an, kam ins Krankenhaus und wieder zurück zu uns, aber als der Lebensweg zu steil wurde und das Atmen ihr immer schwerer fiel, konnte sie am Ende ruhig einschlafen, „nach Hause gehen“, wie sie immer zu sagen pflegte.

Eines ihrer Lieblingslieder war von Catarina Valente „Ganz Paris träumt von der Liebe“. Das sang sie laut mit und mit sämtlichen Strophen. Und dann bekam sie beim Singen verträumte Augen. Ob sie wohl je da war, in Paris? Wer weiß das schon. Ich für meinen Teil werde sie in liebevoller Erinnerung behalten und hoffe, dass es im Himmel einen so guten Kaffee und leckeren Käsekuchen gibt, wie ihn ihre Oma Berta zu ihrer Zeit gebacken hat. Gute Reise, liebe „Liesel“.

Sie war die erste Bewohnerin, die bei uns an oder mit Covid 19 gestorben ist, wie es in irgendeiner Statistik heißt. Wir erinnern uns liebevoll an sie, sie ist nicht vergessen. Und die anderen auch nicht!

Yvonne Krebs,
Betreuungsassistentin in Braunsfeld

Das Gefühl, da denkt jemand an mich, ist das größte Geschenk

Eine Körper-Lotion, eine Leselupe, ein Katzenkalender oder eine Schlager-CD – die Wünsche der pflegebedürftigen Seniorinnen und Senioren, die sich an der Wunschzettel-Aktion der Seniorenbetreuung Home In-



stead beteiligt haben, sind bescheiden. Gerade in diesem Jahr, das für Pflegebedürftige oft mit Sorge um die eigene Gesundheit, den Kontaktbeschränkungen und dem Wegfallen vieler Angebote einherging, haben die Geschenke eine besondere Bedeutung.

In der Vorweihnachtszeit schmückte das Rhein-Center in Weiden daher wieder einen Weihnachtsbaum mit Wunschzetteln von Seniorenheimen, Pflegediensten und Hospizen. Menschen, die das Einkaufszentrum besuchten, konnten sich einen Zettel vom Baum nehmen und den darauf notierten Weihnachtswunsch erfüllen. „Gerade in diesem Jahr der vielen schlechten Nachrichten sind solche kleinen Freuden und der damit symbolisierte Zusammenhalt ganz wichtig“, erklärt Darius Schäfer, Pflegedienstleister von Home Instead Köln-West. „Besonders dankbar sind wir daher den Menschen, die durch den Kauf der Geschenke diese Aktion möglich gemacht haben und unseren Mitarbeitenden.“



Aus den Häusern

Diese übergaben in der Weihnachtswoche rund 350 liebevoll verpackte Geschenke an das Clarenbachwerk. Geschäftsführerin Manuela Duchon freute sich: „Gerade, wo aktuell so viele Veranstaltungen wie unsere Weihnachtsessen leider ausfallen müssen, ist das ein besonderes Highlight für unsere Bewohnerinnen und Bewohner.“ Die Bescherung sehnten vor allem diejenigen herbei, die keine Angehörigen mehr haben. „Das Gefühl, ‚da denkt jemand an mich, ich werde nicht vergessen‘, ist für sie das größte Geschenk.“

Home Instead ist in Deutschland seit 2008 vertreten. 130 Betriebe in Deutschland bieten stundenweise Betreuung und Pflege zu Hause sowie in betreuten Wohneinheiten an. Rund 30.000 Kunden werden derzeit ambulant versorgt.

Irina Rasimus

Nicht einmal zum einjährigen Corona-Jubiläum gab es eine Party: Die letzten Monate im Frida Kahlo Haus

Die meisten von uns haben vermutlich wahrgenommen, dass sich die Corona-Pandemie geährt hat. Aber das auch noch feiern, ist das nicht zynisch? Nein, gemeint ist mit der Überschrift, dass wir alle so wenig Feste und Feierlichkeiten, Partys und fröhliche „Zusammenrottungen“ erlebt haben, dass wir womöglich jede Gelegenheit, wenn wir sie denn hätten, nutzen würden. Und dafür wäre uns jeder Anlass recht und entsprechend egal. Deshalb: Es hat natürlich im Frida Kahlo Haus keine Party zum Corona-Geburtstag gegeben, es gab überhaupt gar keine Party. Die letzte Party, das letzte größere Fest war der Karneval

2020. Das haben wir mehrheitlich noch unbeschwert und ausgelassen gefeiert, danach aber war – Stichwort Heinsberg – Schluss mit Lustig.

So traurig das heruntergefahrenere Sozialleben für alle ist, längst hat sich das Frida Kahlo Haus darauf eingestellt und versucht, das menschliche Miteinander auch unter Hygienebedingungen aufrecht zu erhalten: Alltagsauflockerungen anzubieten, Zusammenkünfte in kleineren Kreisen zu ermöglichen und vieles mehr. Besonders schmerzhaft empfanden Bewohner wie Mitarbeiter die Weihnachtszeit und die fünfte Jahreszeit, für einige die einzig wahre.

Den Ausfall der Weihnachtsessen, bei denen die Bewohnerinnen und Bewohner Angehörige oder Freunde einladen, konnte kaum kompensiert werden, trotzdem gab es für alle das festliche Abendessen mit Gans und Klößen. Nur eine Etage konnte gemeinsam feiern, da zu der Zeit Bewohner infiziert waren und so Quarantänen verhängt worden waren. So musste dort auf den Zimmern gefeiert werden und das Essen wurde von maskierten Mitarbeitern serviert. Es hatte schon etwas Unwirkliches, trotzdem war mein Eindruck,



Das Servicepersonal In Quarantänezeiten

Aus den Häusern

dass wir den Abend nicht nur für das festliche Menü genutzt haben, sondern für intensive Zweiergespräche, die keinen Zeitkorridor einhalten mussten.



Kathrin Eigendorf mit sichtbarem „Gesangesverbot“

Der Wohnbereich 2 konnte sogar zusammen in der Cafeteria feiern, wir saßen mit mehr Abstand zueinander und der Raum wirkte lichter. Dank Kathrin Eigendorf, die den Abend musikalisch begleitete, wurde es noch ein überaus stimmungsvoller, beschwingter Abend. Und das, obwohl Kathrin Eigendorf nicht nur selbst nicht singen durfte, sondern auch bei ihrer Stückeauswahl beachtete, dass diese nicht zu bekannt waren und so zum Mitsummen und Singen animierten. Seitdem wir wissen, dass die Aerosole und das Virus

das Singen besonders schätzen, ist auch das weitgehend verboten. Immerhin konnten wir feststellen, dass Frau Eigendorf ohne Gesang eine tolle Pianistin ist und fast alle haben den Abend wirklich genossen. Wie gesagt, ein bisschen komisch ist es dann doch, je schöner der Abend wurde, umso mehr mussten wir alle uns zurückhalten, um nicht zu sehr in Feierlaune zu geraten – was dem Virus so gepasst hätte.

An der Stelle darf erwähnt werden, dass im Frida Kahlo Haus nur zwei Bewohnerinnen an Covid 19 erkrankt waren, und beide haben die Erkrankung gut überstanden. Dass wir im Haus von einem großen Ausbruch verschont geblieben sind, ist ein wirklicher Segen. Dazu hat das umsichtige Verhalten aller Bewohnerinnen und Bewohner genauso wie das der Mitarbeitenden beigetragen, eine große Portion Glück gehört sicherlich auch dazu. Jedenfalls hat dieser Erfolg alle im Haus bestärkt und das Durchhalten der Maßnahmen erleichtert.

Der hl. Abend konnte auch begangen werden, aber wie bei anderen Festen wurden der Nachmittag und Abend nicht mehr im Erdgeschoss mit allen gefeiert, sondern jede Etage für sich, wodurch größere Abstände eingehalten werden konnten, ohne dass das Zusammengehörigkeitsgefühl ganz verloren ging.

Besonders bitter war dann der Karneval, der in ganz Köln ausgefallen ist. Dass das die Kölner Seele, die zu einem nicht geringen Prozentsatz aus Fastelovend besteht, mitgemacht hat, ist wirklich beeindruckend und hat Köln im Vergleich zu anderen Großstädten eine geringere Inzidenz beschert. Trotzdem, ein weiteres Jahr ohne den Kölner Karneval will sich niemand ausmalen. Im Frida

Aus den Häusern

Kahlo Haus kam der Karneval dann in die einzelnen Zimmer, wie auch Silvester erhielten die Bewohnerinnen und Bewohner sozusagen ein Karnevals-Care-Paket (siehe unten).



Klänge und Percussion stehen jetzt im Mittelpunkt. Pascal Braun und im Hintergrund der Leiter der Gruppe, Georg Roloff

Dank veränderter Konzepte konnten auch eine Reihe von Gruppen aufrechterhalten werden. Dazu zählt unter anderem die Singgruppe, die sich aber ganz auf die Percussion und die unstimmlichen Klänge verlagert hat. Nur so war eine Fortsetzung der Gruppe überhaupt denkbar, den Teilnehmenden jedenfalls gefällt es und der Zuspruch ist unverändert. Aus anderen geselligen Gruppen wurden lockere Gruppierungen, viele fanden auch nur noch auf einem Wohnbereich statt. Ich habe sicher andere Aktivitäten vergessen, eine Großveranstaltung aber möchte ich unbedingt noch erwähnen: das ist die Impfung,

die Bewohner wie Mitarbeiter erhielten. Die Impfbereitschaft bei den Bewohnern lag bei annähernd 100 Prozent, die Mitarbeiterschaft schaffte diese Traumquote nicht ganz, aber wir alle sind heilfroh und hoffen, dass wir demnächst vielleicht sogar Licht am Ende des Tunnels sehen können.

Georg Salzberger

Klingende Töne in der Tagespflege Heinrich Püschel Haus

Einer der zentralen Gedanken der Tagespflege ist, die pflegenden Angehörigen einer pflegebedürftigen Person zu entlasten. Dies mag jedoch nur gelingen, wenn die Angehörigen den uns anvertrauten Menschen gut aufgehoben wissen. Genau auf dieser Verantwortung baut die Arbeit im Team aus Pflege- und Betreuungskräften in der Tagespflege auf.

Jeder Mensch, ob demenziell verändert oder nicht, bedarf der Wertschätzung, ohne die er sich niemals wohlfühlen könnte. Für uns Betreuungsassistent*Innen bedeutet dies, unsere Angebote stets mit Bedacht zu wählen, denn wir möchten beim Gast – auch in Zeiten der Corona Schutz- und Hygienemaßnahmen – Gefühle der Zufriedenheit und Geborgenheit herstellen und eine Überforderung unbedingt vermeiden.

Musik eignet sich hierbei sehr gut, unsere Gäste aktiv einzubinden. Dass uns das gemeinsame Singen derzeit nicht gestattet ist, bedeutet keineswegs auf Musik verzichten zu müssen. Ein bewährtes Angebot ist beispielsweise das Spiel mit Perkussionsinstrumenten, das ich hier einmal vorstellen möchte. Unsere



mentariums zu vereinen.

Beim Spiel mit der Dynamik - laut und leise, schneller und langsamer - sind sowohl die Wahrnehmung als auch

Instrumente bestehen aus hölzernen klingenden Shakern, metallenen Schellen und Glöckchen, wie auch aus lang klingenden kleinen Metallgegenständen. Jeder Gast erhält ein Instrument und kann sich nach kurzer Hörprobe dem vorgegebenen Rhythmus anschließen.

Aus manchmal anfänglicher Zurückhaltung wird schnell eine freudige Beteiligung. Nach kurzer Zeit des Zusammenspiels werden die einzelnen Instrumente gesondert vorgestellt. Jedes für sich hat einen charakteristischen Klang, lässt sich aber gut einer Gruppe zuordnen. Im fließenden Rhythmus werden dann zum Beispiel die hölzernen raschelnden und die lang klingenden Instrumente herausdirigiert und die metallenen Rasseln bleiben übrig. Nach einiger Zeit bitet man nun die glockenartigen Instrumente wieder hinzu, die mit lang klingenden Tönen eine fast solistische Rolle übernehmen und die Aufmerksamkeit auf sich ziehen.

Hierauf finden dann allein die hölzernen Instrumente ihren Raum, um sich irgendwann wieder mit dem Klang des gesamten Instru-

eine flexible Motorik gefragt, die auf spielerische Weise trainiert werden. Die unterschiedlichen Klangwelten, die beim Musizieren entstehen, wecken die Neugier aller Beteiligten und schärfen die Sinne. Gelegentlich kommt es vor, dass jemand über das Zuhören vergisst, selbst mitzuwirken. Dies ist ein schönes Zeichen, zeigt es doch, wie aktiv diese Person gerade beim Erforschen oder Genießen eines Klangs ist.

Es ist immer wieder etwas Besonderes, Freude oder auch einen gewissen Stolz aus den Augen der Beteiligten herauslesen zu dürfen, denn, sich als Teil eines kreierenden Orchesters zu begreifen lässt sich eben mit nichts vergleichen und bekräftigt einmal wieder: Musik verbindet!

Gabriel Lonquich,
Betreuungsassistent Tagespflege Heinrich Püschel Haus





Erika Walckhoff nimmt die Glückwünsche von Einrichtungsleiterin Asita Abdollahi und von Claudia Becker entgegen

Wir gratulieren Frau Erika Walckhoff zum 100. Geburtstag

Zu ihrem 100. Geburtstag am 2. März 2021 gratulieren wir Erika Walckhoff ganz herzlich. Für ihr neues Lebensjahr und darüber hinaus wünschen wir alles erdenklich Gute, vor allem viel Freude und Gesundheit! Wir freuen uns herzlich mit Ihnen, Frau Walckhoff und sind stolz, dass Sie bei uns im Haus Andreas leben.

Rafael Engelberg und
das gesamte Haus Andreas



Kathrin Eigendorf spielt ein Ständchen zum Geburtstag von Erika Walckhoff

Wintergrillen im Haus Andreas

Die spontanen Aktionen sind meist die besten. Getreu diesem Motto entschlossen wir uns kurzerhand, die Bewohnerinnen und Bewohner des Haus Andreas, die Corona bedingt auf den Speiseraum verzichten mussten, mit einem Grillabend zu überraschen. Am Freitag, 29. Januar, bei angenehmen acht Grad feuerte Herr Halbe den Grill an. Mit leckeren Koteletts, Würstchen und Hähnchenschnitzel wurde die Grillsaison rekordverdächtig früh eröffnet!



Thomas Halbe am Grill

Herr Ladermann bereitete seinen spektakulären, selbstgemachten Nudelsalat und Äpfelschlot vor, alles wurde zusammen mit einem schönen Kölsch, einer Limonade auf den Zimmern serviert. Von dem deftigen Duft geweckt, tönte es in den Innenhof: „Hallo Grillmeister, bekommen wir auch et-

Aus den Häusern

was?" Frau Güldner, unsere kölsche Seele von Wohnbereich 1, meldete sich am Fenster und gab ihre Bestellung bei Grillmeister Halbe auf.

Rafael Engelberg,
Soziale Betreuung

Impfungen: Die Erleichterung ist groß!

Am 13. Januar ging es los: Nach ausführlicher Vorbereitung von Räumen, Personal, Kühlmöglichkeiten, Aufklärung und Einwilligungen konnten die ersten Personen im Clarenbachwerk geimpft werden. Die Impf-Teams der Kassenärztlichen Vereinigung und die Vorarbeiten in den Häusern sorgten für einen reibungslosen Ablauf. Mittlerweile sind alle Impfwilligen bereits zum zweiten Mal geimpft worden.



Hier erhält Dirk Wilcke die erste Impfdosis, die in den Häusern des Clarenbachwerks verimpft wurde. Wer Gesichter lesen kann, auch wenn sie „maskiert“ sind, erkennt Frau Dr. Lösch, die als Fachärztin für Bewohner des Clarenbachwerkwerks tätig ist.



Für den Impfschutz nimmt Marcel Cigan den kurzen Piks gerne in Kauf

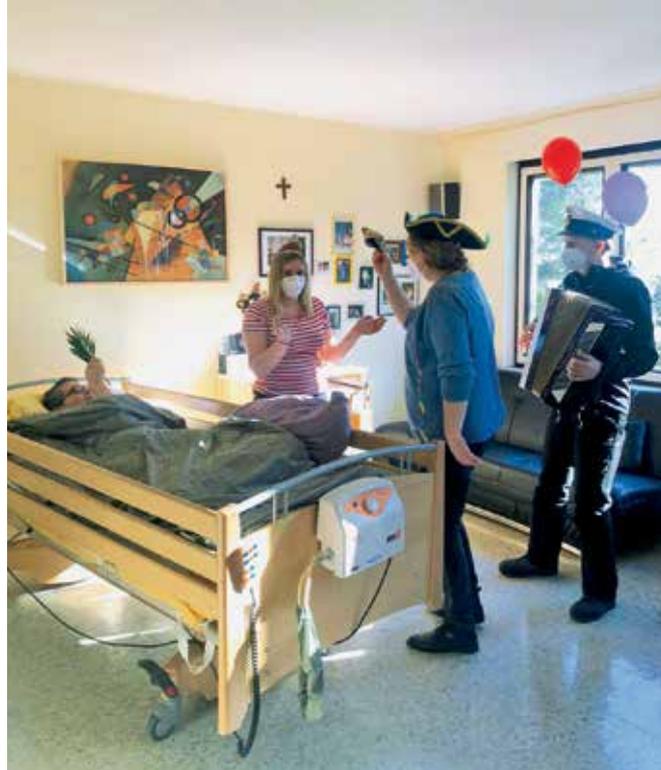
Allen Menschen im Clarenbachwerk stand es natürlich frei, sich für oder gegen die Impfung zu entscheiden. Dennoch entschlossen sich nahezu 100 Prozent der Bewohnerinnen und Bewohner unserer sechs Einrichtungen dazu, und rund 70 Prozent der Mitarbeitenden. Manche Mitarbeitenden haben bereits eine Infektion durchgestanden, andere wollten aus gesundheitlichen Gründen wie einer akuten Erkrankung oder Allergien noch abwarten. Von den Geimpften gab es nur vereinzelt Rückmeldungen über Kopfschmerzen, Schwindel oder Schmerzen im Arm.

Nun ist die Erleichterung groß, haben die Schutzimpfungen doch bereits zu einem spürbaren Rückgang an Infektionen und Erkrankungen geführt. Sämtliche Hygienekonzepte bleiben bis auf Weiteres bestehen, dennoch versprechen sich viele ein Stück Normalität und hoffen auch, dass einige Besuchsaufgaben demnächst wieder gelockert werden.

Irina Rasimus

Frida Kahlo Haus ALAAF

Das Frida Kahlo Haus gestaltete an Weiberfastnacht einen Karnevalszug durch das Haus. Mitarbeitende der Sozialen Betreuung, Heilerziehungspflege und Sozial Assistenten erstellten den karnevalistisch geschmückten Wagen und verkleideten sich. Auf den Wagen gab es Kamelle, Strüßje, ein gutes kühles Kölsch, Softgetränke, Konfetti und Luftballons. Als Highlight gab es noch eine musikalische Life-Performance von Herrn Roloff.



„Corona-Durchhalte“-Button. Durch den Zug konnte jeder Bewohner erreicht werden. Der Karnevalszug war eine schöne Pause von der Pandemie und die Bewohner*innen erfreuten sich sehr. Sie jubelten und schunkelten uns entgegen.

Francisca Albuera-Hanoumis



Den Orden haben sich alle verdient!

Aufgrund der aktuellen Situation ging der Zug über alle Wohnbereiche und die Bewohner*innen konnten mit Einhalten der Corona-Schutz-Maßnahmen an ihren Zimmereingängen das jecke Geschehen verfolgen. Da dieses Jahr für alle eine Herausforderung war und sie dieses beeindruckend gemeistert haben, gab es für die Bewohner*innen einen, von den Mitarbeitenden selbstgestalteten,





„Denn wenn et Trömmelche jeiht“ – 2021 einmal anders

Am Weiberfastnacht, 11.2.2021, keine Veedelszöch, keine Veranstaltungen, keine Feste, keine Feiern. Menschenansammlungen auch für alle Kölner Jecken und Karnevalsliebhaber verboten. Der rheinische Karneval fällt aus, das erste Mal seit 1991, seit dem Golfkrieg. Damals wurde aber doch der Kneipenkarneval gefeiert und es war die Geburtsstunde des Geisterzuges.

Und nun, Februar 2021, entscheidet unsere Bundesregierung aufgrund der Ansteckungsgefahr große Veranstaltungen und Menschenansammlungen bundesweit abzusagen. Aber wir ließen uns was einfallen und zogen kurz entschlossen durch das Haus

Andreas. Ausgestattet mit Musik, Kamelle, lecker Kölsch und alles im 1,5 Meter-Abstand wurden unsere Bewohner und Kölner Jecken auf dem Zimmer überrascht: Kölle Alaaf! Anders als in der Spange auf der Etage 2 und dem Nachbarhaus Stephanus konnten unsere BewohnerInnen in Abstand auf dem Balkon feiern. Nachdem Kollege und Alleinunterhalter Guido Scherer die Musikanlage in Betrieb setzte, war keiner mehr zu bremsen und alle tanzten mit.



Aus den Häusern

Frau Blumenberg dekorierte den Balkon und sorgte für die richtige Stimmung. Und somit konnte trotz der Lage Weiberfastnacht unter besonderer Verhältnissen ein bisschen gefeiert werden. Aber wir freuen uns, wieder

unter normalen Bedingungen Weiberfastnacht und die Karnevalssitzung mit der Ehrenfelder Bürgergarde zu feiern. Und hoffen, dass wir alle gesund bleiben und das Virus verschwindet.

Rafael Engelberg,
Soziale Betreuung

Mohammad-Hassan Tawakol verstorben

Mohammad-Hassan Tawakol ist viel zu früh an einer COVID 19-Erkrankung verstorben. Seit dem 1.1.1999 arbeitete Herr Tawakol im Clarenbachwerk Köln, von Anfang an im Haus Stephanus /Paulus, wo er mit einer kurzen Unterbrechung im Heinrich Püschel Haus bis zu seinem tragischen, viel zu frühen Tod gearbeitet hat. Herr Hassan Tawakol wurde 64 Jahre alt und stand kurz vor seinem Renteneintritt.

Er war ein besonders zuverlässiger Mitarbeiter und bei BewohnerInnen, deren Angehörigen und bei den KollegInnen sehr beliebt. Nicht nur Einrichtungsleiter Dariosh Karbasi beschreibt ihn als die gute Seele des Hauses, zu dem ihn unter anderem seine besonnene, ruhige Art gemacht hat.

Die Bestürzung über den Tod ist im Haus anhaltend zu spüren, Hassan Tawakol fehlt! Alle Clarenbacher werden ihm ein ehrendes Andenken bewahren. Unser Mitgefühl gilt seiner Frau und seinen beiden Kindern.

G. Salzberger für alle Clarenbacher



Live Music Now feiert – still – 20-jähriges Jubiläum

Der gemeinnützige Verein Live Music Now-Köln begeht in diesem Jahr sein 20-jähriges Jubiläum. Nicht wie geplant mit einem großen Konzert, sondern in aller Stille. Wir gratulieren und lassen unter anderem die besondere Verbindung des Vereins zum Frida Kahlo Haus Revue passieren.

Der Spirit des berühmten Stardirigenten und Geigers Yehudi Menuhin gab den Start für diese außergewöhnliche Initiative. Yehudi Menuhin Live Music Now e.V. organisiert in sozialen und medizinischen Einrichtungen eintrittsfreie Konzerte mit ausgewählten hochbegabten Musikstudenten. Die Synthese von Künstlerförderung und sozialem Engagement geht zurück auf Sir Yehudi Menuhin. Seine Konzerte in Gefängnissen in Südafrika zu Zeiten der Apartheid haben ihn tief beeindruckt und waren eine prägende Erfahrung für den weltberühmten Geiger. Der Humanist und Weltbürger Yehudi Menuhin verstand Musik nicht nur als Kunst, sondern als Beitrag zu einer besseren Gesellschaft.

Dieser Gedanke liegt der von ihm selbst 1977 in Großbritannien gegründeten Organisation *Live Music Now* zu Grunde. Schon bald gründeten sich in weiteren Ländern gemeinnützige Vereine YEHUDI MENUHIN *Live Music Now*. Die Kölner Sektion wurde im Dezember 2001 gegründet und ist mit Hilfe einiger Sponsoren gleich in der Lage gewesen, erfolgreich zu starten und sich bis jetzt erfolgreich weiterzuentwickeln. Das erste Benefizkonzert von Live Music Now-Köln fand im Jahr 2002 statt. Die hochkarätigen Benefizkonzerte finden einmal jährlich statt. Leider fällt es in diesem

Jahr aus und so kann das Jubiläum nur still mit einem newsletter gefeiert werden.

Live Music Now wendet sich an Menschen, die aufgrund ihrer Lebensumstände nicht in Konzertsäle gehen können. Mit Konzerten werden Brücken zu den sozial Schwachen, den Sterbenden, den Behinderten, Alten und Kranken gebaut, die meist außerhalb unseres Blickfeldes in Krankenhäusern, Behinderten-, Alten- und Pflegeheimen, im Hospiz, aber auch in Strafanstalten leben. Für diese Menschen bedeutet ein Konzert Zugang zur Welt. Ebenso wenden wir uns an Kinder in Brennpunktschulen und wollen sie mit unserer Begeisterung für Musik anstecken.

Die durch die Jury nach strengen Kriterien ausgewählten hochbegabten jungen Musiker finden vor teils herausforderndem Publikum ihren Weg zu menschlicher und künstlerischer Reife und erleben berührende Bereicherung. Alle im Zusammenhang mit den Konzerten entstehenden Aufwendungen und Sachkosten werden finanziert durch Spenden, Sponsorenzuwendungen und den Erlös der Benefizkonzerte.

Von Anfang an startete Live Music Now auch im Frida Kahlo Haus des Clarenbachwerk Köln. Das erste Konzert fand bereits 2002 statt und es folgten jährliche Konzerte im Haus,

LIVE
YEHUDI
MUSIC
MENUHIN
NOW



dank der großen Resonanz waren es schon bald sogar zwei Konzerte, eines im Frühjahr und eins zu Beginn des Winters. Das Frida Kahlo Haus für Menschen, die nach Unfall oder Krankheit pflegebedürftig sind, ist nach der mexikanischen Malerin Frida Kahlo benannt, die sich in ihrer Kunst mit ihrer eigenen Behinderung auseinandersetzte und so ein Vorbild für viele Bewohnerinnen und Bewohner geworden ist, ihr jeweiliges Schicksal aktiv meistern zu können. Klassische Konzerte erweitern das Interesse für das Heil-

same in der Kunst und sie waren von Anfang an gut besucht, und sind bis heute für viele Bewohnerinnen und Bewohner ein Highlight im Jahreskalender. Es gibt eine Reihe von Bewohnern, die seit den ersten Konzerten dabei sind.

Und es hat im Verlauf der beiden Jahrzehnte viele bewegende Reaktionen der Bewohner auf die Musik gegeben. Da gibt es die Bewohner, die sich besonders für klassische Musik interessieren und es entsprechend bedauern, nur mühsam oder gar nicht mehr



Live Music Now



Cellistin Amarilis Dueñas im Duett mit Geigerin Linda Guo.



öffentliche Konzerthallen besuchen zu können. Umso mehr freuen sie sich, wenn die klassische Musik zu ihnen kommt. Auch die, die ursprünglich vielleicht wenig Affinität für klassische Musik hatten, besuchen die Konzerte gerne, schließlich eröffnen Konzerte, wo man hören und sehen kann, einen ganz anderen, intensiveren Zugang zur Musik. Jedenfalls schauen alle im Frida Kahlo Haus inzwischen neugierig auf die Ankündigungspakete: „Was wird dieses Mal gegeben?“

Dass die Begegnung mit klassischer Musik ein wirklicher Gewinn für die Bewohner des Hauses ist, liegt auch daran, dass sich

die Künstler im Anschluss an die Konzerte Zeit nehmen, bei einem Glas Sekt, Brause und Schnittchen, ganz so, wie es sich für ein klassisches Konzert „gehört“, mit den Bewohnerinnen und Bewohnern ins Gespräch zu kommen. Sie beantworten Fragen und sprechen auch davon, was ein Konzert in ungewohnter Umgebung für sie selbst bedeutet.

„Sonst heißt es ja: Auf die Bühne, spielen und dann weg“, erklärte die Cellistin Amarilis Dueñas nach einem Konzert im Jahr 2019. „Man ist viel näher am Publikum. Diese Konzerte sind sehr speziell – im positiven Sinne.“ Natürlich beherrschen die



Franziska Staubach und Yizhuo Meng bei ihrem Konzert im April 2019 (links), Baronin Eltz mit der Pianistin Tamara Serikova

Nachwuchskünstler ihr Instrument, doch bei Live Music Now brauchen sie gleichzeitig ein hohes Maß an Empathie sowie die Fähigkeit, mit dem Publikum zu kommunizieren. Das zwingt die jungen Menschen auch dazu, ihre Komfortzone zu verlassen. Selbst wenn das Deutsch noch nicht perfekt war, fiel der Spanierin die Unterhaltung mit dem Publikum leicht: „Ich habe keine Angst davor, Fehler zu machen. Denn die Musik ist eine universelle Sprache, die versteht man überall.“

Ludgera Freifrau v. Eltz-Rübenach, seit Gründung Vorsitzende der Kölner Sektion und fast immer auch bei Konzerten im Frida Kahlo Haus dabei, ergänzt: „Wer solch ein schwieriges Publikum überzeugen kann, der erreicht jeden.“

Live Music Now und das Frida Kahlo Haus

Das Frida Kahlo Haus, seine Bewohnerinnen und Bewohner, aber auch viele Mitarbeitende, sind froh und stolz, ein Teil der von Yehudi Menuhin gegründeten Bewegung zu sein und so viele und so viel besondere Konzerte des gemeinnützigen Vereins Live Music Now erlebt zu haben. Und wir freuen uns nach einem Jahr Unterbrechung schon darauf, hier weitere junge Künstler an den unterschiedlichen Instrumenten mit ihrem jeweiligen Repertoire begrüßen zu dürfen. Kaum ein Künstler, ein Duo oder Trio kommt ohne eine Zugabe aus und so teilen wir im Haus die Erfahrung Yehudi Menuhins, dass „Musik heilt, Musik tröstet, Musik macht Freude“!

Live Music Now Köln veranstaltet jährlich 140 Konzerte, insgesamt sind das seit Bestehen 2.500 Konzerte. „Und diese Zahl wollen wir halten“, betont Freifrau von Eltz-Rübenach, auch wenn das nicht ganz



Dimitra Kalaitzi-Tilikidou und Eleni Anastasiadou 2014

Jubiläum *Live Music Now*

einfach sei. Das Interesse der Musiker bleibe zwar groß, das der Sozialeinrichtungen ebenfalls. „Wir bekommen immer wieder Anfragen: Sowas hätten wir bei uns auch gerne“, erwähnt Baronin Eltz. Aber dem Team der ehrenamtlichen Vereinsmitglieder, die den Betrieb aufrechterhalten, fehlt der Nachwuchs. „Dabei gibt uns jedes Konzert so viel Kraft, so viel Bestätigung“, so Baronin von Eltz-Rübenach. Dass die Konzerte für alle ein Gewinn sind, sollte vielleicht weitere Mitstreiter und Spender motivieren.

Zusammengestellt von
Dr. Georg Salzberger



Eine Art Symbolbild für die besonderen Bedingungen der Konzerte von *Live Music Now*



Links: Nach dem Konzert gibt es für die Künstler Blumen und für das Publikum Brause und Schnittchen



Ansprechpartnerinnen für Senioren im Stadtbezirk Lindenthal jetzt mit einer Sprechstunde im Heinrich Püschel Haus

Pandemiebedingt ist der genaue Start der Sprechstunde noch nicht bestimmbar. Wir informieren die Bewohnerinnen und Bewohner per Aushang über die erste Sprechstunde.

Jedes Lebensalter hat seine besonderen Herausforderungen und Fragen. Wer hatte nicht schon Schwierigkeiten mit Behörden und Ämtern oder Fragen zu Formularen, wer hat sich nicht schon mit finanziellen Sorgen und persönlichen Problemen herumgeschlagen oder wem hat nicht schon etwas auf dem Herzen gelegen, aber keinen Zuhörer gefunden?

Das Team der Seniorenberatung des Diakonischen Werkes für den Stadtbezirk Lindenthal – Kerstin Prenzel und Irina Drachenberg, die bereits seit vielen Jahren in der Seniorenberatung im Auftrag der Stadt Köln arbeiten – ist die Kontaktstelle, die Ihre Fragen gerne beantwortet und mögliche Hilfen koordiniert.

Die Seniorenberatung versteht sich als eine wichtige Anlaufstelle für Seniorinnen und Senioren, deren Angehörige, Freunde, Nachbarn aus dem Bezirk Lindenthal, zu dem auch Braunsfeld und Müngersdorf gehören, und bietet Informationen, Orientierung und Beratung zu allen Fragen rund ums Alter.

Frau Prenzel und Frau Drachenberg beraten und unterstützen z. B. bei der Beantragung von Sozialleistungen wie Grundsicherung im Alter oder Wohngeld, Beantragung eines Schwerbehindertenausweises, der Rundfunkgebührenbefreiung oder Befreiung von Zuzahlungen für die Medikamente, etc. Sie informieren über die Ansprüche auf So-

zialleistungen bei Krankheit und Pflegebedürftigkeit, helfen beim Ausfüllen von Formularen und Anträgen, bei der Suche nach altersgerechten Diensten wie z. B. hauswirtschaftlichen Diensten, Hausnotrufsystem oder Mahlzeitendiensten und/oder nach Angeboten im Freizeit-, Kultur- und Bildungsbereich. Sie beraten ausführlich bei Fragen der Vorsorge, bieten psychosoziale Beratung in schwierigen Lebenssituationen, etc. an.

Die Beratung ist trägerunabhängig, kostenlos und freiwillig. Grundsätzlich sind telefonische oder persönliche Beratungstermine in ihrem Büro in Sülz, Berrenrather Str. 136, 50937 Köln, Tel. 0221/28 58 18 10 oder bei Bedarf auch Hausbesuche möglich.

Als ein zusätzliches Angebot bieten Frau Prenzel und Frau Drachenberg demnächst jeden 3. Mittwoch im Monat von 10-12 Uhr im Heinrich Püschel Haus, Erdgeschoss, Raum 0101.E40 eine offene Sprechstunde an. Eine Terminvereinbarung ist nicht erforderlich. Innerhalb der o. g. Sprechzeit können die Senioren und Seniorinnen unbürokratisch, in einer vertrauensvollen Atmosphäre Zeit und Raum für ihre persönlichen Anliegen und Fragen rund ums Alter und Älterwerden finden.

Kartin Prenzel und
Irina Drachenberg
Berrenrather Str. 136,
50937 Köln
Tel. 0221/28 58 18 10
E-Mail: sb-lindenthal
@diakonie-koeln.de



Katrin Prenzel



Irina Drachenberg



Die Zielgerade ist schon zu sehen!

Geschäftsführer *Hans-Peter Nebelin* erläutert, wie es in diesem Jahr mit den Baustellen weitergeht. Die Zielgerade ist nur noch eine Kurve entfernt!

Nach fast 10 Jahren Beschäftigung mit dem Bauen und 5 Jahren Bautätigkeit biegen wir langsam auf die Zielgerade ein. Was bedeutet das?

Zunächst möchte ich allen Beteiligten, vor allem unseren Bewohnern und Mitarbeitern danken, dass sie Lärm, Dreck und gelegentliches Chaos mit so viel Gelassenheit und Humor ertragen haben.

Die Bauvorhaben Haus Deckstein und Heinrich Püschel Haus sind abgeschlossen. Die Sanierung des Paulus wurde letzten Sommer gestartet. Hier werden für 15 Bewohner die Zimmer komplett neu gestaltet. Dies bedeutet neben einer neuen Gebäudeinfrastruktur vor allem neue Bäder und grundsanierte Zimmer. Aus den restlichen Zimmern entstehen 23 Wohneinheiten für betreutes Wohnen/

Servicewohnen. Die Fertigstellung des Paulus ist voraussichtlich im April 2021.

Im Zentrum unseres Campus nimmt der Neubauteil des Hauses Andreas weiter Gestalt an (siehe Foto unten). Wo im letzten Jahr noch ein großes Loch klaffte, steht jetzt ein 5-stöckiger Gebäudekomplex, der 24 neue Einzelzimmer sowie drei neue Aufenthaltsbereiche mit Wohnküchen auf drei Etagen für das Haus Andreas beheimatet. Daneben wird es dann eine Zentralverwaltung im Clarenbachwerk geben und im Erdgeschoss ein Café/Kiosk mit Terrasse.

Zeitgleich wird der Altbau des Hauses Andreas saniert. Äußerlich ist dies nur an neuen Fenstern zu erkennen, die wesentlich zu einem erhöhten Energiestandard beitra-





gen. Innen wirkt unsere technische Abteilung, die das Haus Andreas komplett modernisiert.

Der Neubau und die Sanierung soll Mitte dieses Jahres abgeschlossen werden. In diesem Zuge beginnt dann auch die Wiederherstellung ursprünglicher Strukturen, d.h. der Interimgang zum Speisesaal wird entfernt und die Grünanlage zwischen Martin Luther King, Frida Kahlo und Haus Andreas wird wiederhergestellt.

Die letzte Etappe unserer aktuellen Bauvorhaben wird die Sanierung des Stephanus. Diese wird wie im Paulus verlaufen. Danach beinhaltet das Haus Stephanus auf 3 Etagen Platz für 15 Bewohner im stationären Bereich sowie 16 Wohneinheiten im betreuten Wohnen/Servicewohnen sowie eine physiotherapeutische Praxis. Diese letzte Baustelle startet nach Fertigstellung des Paulus und soll bis Ende dieses Jahres bzw. Anfang nächsten Jahres beendet sein.

Dies alles bedeutet auch, dass uns noch die eine oder andere Entrümpelung oder Umzug (an dieser Stelle sei stellvertretend das Archiv im Keller des Stephanus genannt) neben den Bewohnerumzügen bevorsteht. Da wir in den letzten Jahren auch in diesen Dingen Erfahrungen gesammelt haben, kann uns dies nicht schrecken.

Abschließend bleibt noch ein wesentlicher Punkt erwähnenswert. Heute in einem Jahr werden wir dann gemeinsam über die Ziellinie gelaufen sein, hoffentlich nicht nur mit dem Gedanken, dass die Bauanstrengungen notwendig waren, sondern auch, dass die Ergebnisse gut geworden sind.

Hans-Peter Nebelin
Geschäftsführer



Die renovierten Zimmer im Haus Andreas erkennt man von außen an den neuen Fenstern mit weißen Rahmen.



Blick in ein fast fertiges Apartment im Haus Stephanus, 6. Etage



Blick in ein großzügiges Badezimmer in den Apartments des Stephanus, zum Teil sogar mit Fenster



**Karnevals-
impressionen
aus dem Haus
Deckstein und
dem Frida Kahlo
Haus**



Leben wir im Zeitalter der Depression?

Einige Sozialpsychologen machen für den eklatanten Anstieg an Erkrankungen des depressiven Formenkreises auch die „moderne Zeit“ verantwortlich. Georg Salzberger fragt, was an diesem Verdacht dran ist.

Bis zum Ende des 20. Jahrhunderts war die Depression fast unsichtbar, heute steht sie im Focus der Aufmerksamkeit und gilt als *die* Krankheit des 21. Jahrhunderts. Nicht wenige Experten gehen von einer weiteren Zunahme aus, je nach Schätzung könnten bis zu 20 Prozent der Bevölkerung betroffen sein.

Je höher die Zahl der Betroffenen ist, umso schillernder wird diese Störung, diese Krankheit, wird dieser Zustand. Und es ist längst nicht klar, ob alles, was da Depression genannt wird, ein und demselben Krankheitsbild angehört. Dafür ist die Vielfalt der depressiven Zustände zu groß: Da gibt es die schwer von Depression betroffenen Menschen, die ihre Arbeitsfähigkeit längerfristig oder dauerhaft verlieren, da gibt es aber auch die, die nach einer kurzen oder längeren Krise wieder vollständig genesen, da gab es einen Nationaltorwart, der trotz einer schweren Depression über viele Jahre hinweg Höchstleistungen gebracht hat und dem niemand seine Depression angemerkt hat. Nicht wenige Künstler verdanken ihrer Depression zwar nicht ihr Talent, aber ihre motivationale Kraft, um Werk auf Werk zu schaffen. Und auch bei den Politikern gibt es hin und wieder Melancholiker (eine poetischere Bezeichnung für Depression), man denke an Willy Brandt.

Offensichtlich ist dieser Zustand nicht grundsätzlich pathologisch, es gibt Depression als eine fast schon freigewählte, die von den Betroffenen jedenfalls als kulturelle Leistung angesehen wird: „Diese Traurigkeit hat man sich irgendwann ausgesucht, wenn man ihr nicht geradezu nachgelaufen ist, ja ihr zuliebe auf das so naheliegende, so leicht verfügbare Glück verzichtet hat“, so jedenfalls sagt das der Schriftsteller Martin Kohan. Die französische Schriftstellerin Françoise Sagan (*Bonjour Tristesse*) drückt das nämliche so aus: „Die Grundlage aller Dinge ist meine Müdigkeit, mein Über-



Die Melancholie hat vielfachen Niederschlag in der bildenden Kunst gefunden. Hier das Bild *Melancholie* von Lucas Cranach d.Ä. (Städel Museum Frankfurt a.M.)

druss. Übrigens eine solide Grundlage. Man kann dauerhafte Bindungen darauf aufbauen: Einsamkeit und Überdruß geben wenigstens nicht nach.“

Selbst in Medizin und Psychologie spricht man, wenn von Depression die Rede ist, nicht immer von derselben Sache, schon bei den Begriffen herrscht Wirrwarr: Da wird von neurotischer und psychotischer Depression gesprochen, von reaktiver und endogener, von klimakterischer, involutiver, pharmakogener, laviert, agitierter, somatisierter Depression. Eindeutig ist nur die Zunahme des klinischen Bildes Depression: So wurden 2010 in Deutschland mehr als doppelt so viele Antidepressiva wie im Jahr 2000 verschrieben.

Die Vielfalt und das Schillernde der Depression liegen auch darin begründet, dass jeder Mensch Traurigkeit und Deprimiertheit, Resignation etc. kennt. Insofern ist bedenkenswert, dass derartige Zustände zunächst einmal zu jedem Leben dazugehören. Wann genau derartige Zustände nicht mehr „normal“, sondern krank sind, lässt

Essay

sich nicht zweifelsfrei klären. Hier ist – wie oft im Psychischen – der Leidensdruck der Betroffenen ausschlaggebend. Von *der* Depression kann nicht gesprochen werden, sondern von einer Vielfalt an Phänomenen, die sowohl in den Bereich des Gesunden als auch den der Neurose und Psychose fallen. Als *die* Krankheit der Wohlstandsländer wird die Depression sogar zum *Merkmal unserer Epoche* stilisiert. Was soll das depressiv machende unseres „depressiven Zeitalters“ sein?

Unsere Zeit ist eine so noch nie gekannte der menschlichen Selbstbehauptung gegen eine Welt, die vor 100 Jahren noch als nicht beherrschbar angesehen wurde. Die Moderne, das 20. Jahrhundert, ist mit dem Vorsatz angetreten, es mit der diesseitigen Wirklichkeit aufnehmen zu können und entsprechend das Jenseitige für die Erfüllung menschlicher Bedürfnisse nicht mehr bemühen zu müssen. Selbstverwirklichung, das Machbare des Lebens waren noch vor wenigen Generationen undenkbar und wären als menschliche Selbstüberhebung, als Hybris angesehen worden. Noch bis Mitte des 20. Jahrhunderts war es Konsens, dass einem auf Erden nicht zu helfen ist, und dass deshalb die Gemeinschaften, die das Individuelle nicht an die erste Stelle setzten, zusammenstanden gegen die Übermächte des Vorgegebenen.



Tatsächlich steckt auch ohne religiösen Hintergrund in der Selbstermächtigung des Menschen ein Stück Überheblichkeit. Schon der aufrechte Gang ist physiologisch anspruchsvoll bzw. ungesund und wird von vielen Menschen mit chronischen Rückenbeschwerden bezahlt. Erst recht scheint den Menschen zu belasten, *allein* für sein Glück wie sein Unglück verantwortlich zu sein – und bei Versagen nicht mehr bei Tröstungen Zuflucht finden zu können. Zunächst erscheint der Schlachtruf der Moderne, „Fürchtet Euch nicht, es gibt ein Leben vor dem Tod“, wie ein fast schon wieder religiöses Versprechen, aber er bedeutet auch, dem Menschen *muss* auf Erden zu helfen sein. Wenn das nicht so recht klappt, gibt es kaum kulturelle Werkzeuge, um Frustrationen, Hilflosigkeit, Niederlagen auszuhalten. Stattdessen bleibt nur die Zuschreibung des Scheiterns als selbstverschuldetes Versagen.

Die Ideologie der Selbstverwirklichung verlangt, das Beste aus sich zu machen, etwas Besonderes zu sein, nie Durchschnitt zu sein. So wird das Individuum in einen Wettbewerb der Selbstoptimierung verstrickt, nicht nur in Leistungsdingen, sondern auch in der Freizeit, sogar in der Liebe. Laut dem Psychologen Barry Schwartz ist ein Gemeinwesen, welches auf ständiges Vergleichen mit anderen beruhe, ein „Generator negativer Emotionen“ – nicht nur bei den eklatanten Verlierern, sondern sogar für die vermeintlichen Gewinner. Schwartz zeigt auf, dass die Grenzenlosigkeit der Möglichkeiten die Menschen unglücklich macht. Wer ständig mit grenzenlosen Erwartungen durch die Welt geht, kann nur enttäuscht werden. Man wird immer im Zweifel sein, ob man gut genug ist, ob man alle Möglichkeiten ausgeschöpft hat, ob andere nicht besser sind. Zurück bleiben als Bewältigungsstrategien von Enttäuschungen dann ausschließlich die depressive Resignation oder gar wütende, aggressive Rundumschläge.

Melancholia von Albrecht Dürer, der hier Wissenschaft und Melancholie verbindet. © Wikimedia

Ähnlich argumentiert auch der französische Sozialpsychologe Alain Ehrenberg, für den die Karriere der Depression beginnt, „wenn das disziplinarische Modell der Verhaltenssteuerung, das autoritär den sozialen Klassen und Geschlechtern ihre Rolle zuwies, zugunsten einer Norm aufgegeben wird, die jeden dazu verpflichtet, er selbst zu sein.“ Diese eigentlich begrüßenswerte Freiheit wird schon bald zu einem Problem, das Individuum leidet unter der Freiheit, vor allem darunter, den unendlichen Möglichkeiten der Selbstverwirklichung nicht genügen zu können. Der Depressive ist dann der, der erschöpft ist von der Anstrengung, er selbst sein zu müssen, der erschöpft ist von der Anstrengung, aus sich etwas ganz besonderes machen zu müssen.

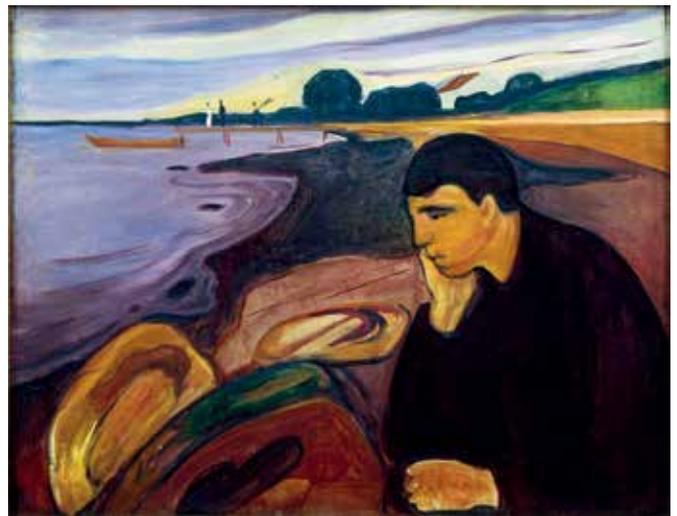
Depression ist hier nicht nur die „Krankheit der Ideale“, sondern eine „Krankheit der Verantwortlichkeit, in der das Gefühl der Minderwertigkeit vorherrscht.“ Nicht gesellschaftliche Korsetts sind das Problem, sondern die Freiheit, weil Freiheit heißt, ohne Orientierung und Disziplinierung zu sein, ohne Bindung und Tradition. Dann gibt es keine Regularien mehr für das Individuum. Die Suche nach sich selbst endet nicht selten in der Depression. Melancholie ist „unglücklicher Ausdruck eines extrem zugespitzten Selbstbewusstseins, des Bewusstseins, *nur* man selbst zu sein.“

Der Mensch wird demnach depressiv, weil er die Illusion ertragen muss, dass ihm alles möglich ist. Schon Kinder müssen, um aus sich was machen zu können, allerhand Kurse besuchen, nur so können sie später, wenn sie nur wollen und andere Schranken als das eigene Wollen gibt es angeblich nicht, alles werden. Wenn Initiative statt Unterordnung gefordert ist, dann leidet das Individuum unter der Schwierigkeit, unter allen Möglichkeiten die richtige Wahl zu treffen.

Anders gesagt: das Individuum verfügt über nichts mehr als sich selbst, es verfällt, ohne äußere Grenzen, der Sinnlosigkeit. So wird die Depression zur „Lektion“ für den Menschen, der glaubt,

alles sei möglich und das Individuum allmächtig. Die Depression kehrt diese illusionäre Allmacht um und sagt „Nichts ist möglich“: „Im Zeitalter der unbegrenzten Möglichkeiten symbolisiert die Depression das Unbeherrschbare.“

Diese Sicht von Soziologen und Sozialpsychologen auf die Depression kann nach meiner Ansicht zumindest zum Teil den starken Anstieg bei den Erkrankungen des depressiven Formenkreises erklären. Betrachtet man den lebensgeschichtlichen Konflikt bei Depressionen, dann ähnelt dieser besagter „Müdigkeit, man selbst zu sein“, ähnelt dem Hadern mit den vielen Möglichkeiten und der Entscheidung für nur eine. Selbstzweifel und Minderwertigkeitsgefühle sind immer zentral für Depressionen.



Edvard Munch: *Melancholy* (© Städel Museum)

Der Depressive leidet nicht unter der „schlechten“ Welt, sondern er stellt sich selbst, seine Tauglichkeit in Frage, der depressive Mensch hadert mit sich, mit der Person, die er nun mal ist. Wir alle wünschen uns hin und wieder, jemand anderes zu sein, womöglich ein zweites, ganz anderes Leben zu führen oder auch einfach nur schöner, schneller, schlauer, zufriedener zu sein. Für den Depressiven aber ist das nicht nur ein vorübergehender Wunsch, sondern er hadert derart mit sich, dass er meint, er müsse *unbedingt* ein Anderer sein.

Das *Unversöhntsein mit sich* kann man als *Weigerung, erwachsen zu werden*, verstehen. Camus hat gesagt, ab dem 40. Lebensjahr ist man sogar für sein Gesicht verantwortlich. Damit ist gemeint, dass der Erwachsene die Verantwortung auch für das zu übernehmen hat, was er nicht selbst gemacht hat, was er vorgefunden hat. Dazu gehört vor allem die Person, die man nun einmal ist und die man ja gerade nicht selbst gemacht hat. Ob man Frau oder Mann ist, schön oder weniger schön, klug, sportlich usw., gehört gerade zu den Eigenschaften, auf die man keinen Einfluss hat. Und trotzdem muss man sich mit ihnen arrangieren. Es wird zwar propagiert, man könne alles erreichen und alles sein, selbst Geschlecht und Aussehen gelten inzwischen als selbstgemacht, aber das ist ideologischer Blödsinn: Der Mensch ist mehr das Vorgefundene als das Selbstgemachte, das fängt mit dem Aussehen an und hört mit der Herkunftsfamilie noch längst nicht auf.

Typischerweise besteht der Weg, das Leiden am Erwachsensein abzuwehren, darin depressiv zu werden. Unstrittig ist, dass das erwachsene Leben weit hinter unseren jugendlichen Träumen von Karriere und Weltverbesserung zurückbleibt. Besonders schmerzlich ist, dass in einer Welt, die uns die permanente Verfügbarkeit von allen Optionen vorgaukelt, mit jeder Entscheidung für eine bestimmte Option naturgemäß auf alle anderen verzichtet werden muss. Der Verzicht wird oft zu wenig oder gar nicht betrauert. So ist beispielsweise der Beruf selten die Erfüllung unserer Träume von Selbstverwirklichung und Weltverbesserung, sondern eine Nische, die wir auf dem Arbeitsmarkt gefunden haben. Der Wunsch nach freier Entfaltung endet an den Vorgaben des Geldverdienens und der Leistungskonkurrenz. Die vielen Reste unserer Antriebe, die im Beruf nicht unterzubringen sind, werden auf den Privatbereich verschoben. Dann ist es die Intimbeziehung, die für alles Unmögliche und Versagte zu entschädigen hat. Damit aber wird die Partnerschaft hoffnungslos

überfordert, denn ein anderer Mensch kann nicht für alles und jedes „taugen“. Wie man es dreht und wendet, das Erwachsenwerden bringt eine ganze Reihe von Einschränkungen und Frustrationen mit sich.

Zusammenfassend für das *Graue des Erwachsenendaseins* lässt sich festhalten, dass der Mensch sich nicht nur nicht selbst aussucht, sondern er sucht sich nicht einmal aus, ob er auf die Welt kommt. Natürlich ist das eine Kränkung: Dort, wo man nicht freiwillig hingekommen ist, auch noch „Eintritt“ bezahlen zu müssen, indem man für seinen Lebensunterhalt kämpfen muss.

Eine angemessene Art, diese Restriktionen zu verarbeiten, ist, dass man sich die Verfehlung von Lebensträumen, Karriereplänen etc. eingesteht und darüber trauert. Depressionen entstehen nicht aus „zu viel“ Trauer, sondern aus „zu wenig“. Wer nicht getrauert hat, kann die Träume der Kindheit nicht der Erwachsenenvernunft opfern, will immer noch ein kompromissloses Leben mit umfassender Selbstverwirklichung und ohne Schmerz, Angst und Leiden. Eine solche Haltung ist stolz und unbeugsam, entsprechend ist sie aber auch (selbst)zerstörerisch.

Damit ist die Depression ein Versuch, Verluste nicht zu akzeptieren, sie nicht zu betrauern. In der Hingabe an das Leiden, die bei Depressiven oft beobachtet werden kann, dient das Leiden als Ersatz für verlorene (Versorgungs-)Paradiese. Durch die Depression hält man diesen Paradiesen die Treue statt sie als verlorene zu betrauern. Es ist einfacher, sich als der „schlechteste, kleinste und schwächste“ Mensch überhaupt zu bezeichnen, als einzusehen, dass man ein durchschnittlicher, normaler Mensch ist.

Gegen ein gewöhnliches Leben mit Frustrationen, Widersprüchen und (faulen) Kompromissen rebelliert der süchtige Mensch, der depressive Mensch kapituliert davor. So halten beide hartnäckig an der Erreichung des Unmöglichen fest. Mit dem negativen Superlativ „schlechtester Mensch“

Auch die Bilder von Caspar David Friedrich lassen sich als Allegorien der Melancholie lesen. „Der Mönch am Meer“ (© Städel Museum)

hält man den Größenfantasien die Treue. Fachsprachlich formuliert: Depression ist eine regressive Reaktion auf Verluste bzw. eine narzisstische Kränkung bei hohem Ich-Ideal. Depressionsauslösend ist letztlich die Enttäuschung über das eigene, nicht allmächtige Ich, sodass es zu Selbstwürfen, Selbstanklagen, Nahrungsverweigerung, Selbstverstümmelung und Suizid kommen kann. Der entwicklungsgeschichtliche Hintergrund der Selbstabwertung ist so individuell wie die Menschen selbst: Selbstannahme braucht immer die Anerkennung der nächsten Bezugspersonen, deren bedingungsloser Liebe. Alle Umstände der Kindheit, vor allem Traumata, gehören zur individuellen Vorgeschichte einer Depression. Von den genauen Umständen der Kindheit, die zur Depression beitragen, muss in Psychotherapien die Rede sein, hier kann ich sie nur summarisch erwähnen.

Die Charakterisierung der Depression als Weigerung, erwachsen zu werden, sollte nicht als Schuldzuschreibung missverstanden werden, sie soll betonen, dass der depressive Mensch verstehen lernen sollte, warum er in die Depression geraten ist und was sein aktiver Teil daran ist. Und das Erwachsenwerden steht für die resignative Erfahrung, dass es keinen Sinn macht, auf eine Welt zu warten, die einen zufriedenstellt, sondern dass sich der Depressive selbst zufriedengeben sollte, sich versöhnen sollte.

Ich meine, dass die sozialpsychologische Herangehensweise, die ich skizziert habe, einen Beitrag dazu leisten kann, die Depression zu verstehen, zu zeigen, dass depressive Zustände zur menschlichen Erfahrung des Lebens gehören und nicht sinnlose Krankheitszeichen sind. Ehrenberg und Schwartz sprechen davon, dass der Selbstoptimierungswahn eine Anleitung zum Unglücklichsein



ist. Zum Erwachsensein gehört eher die stoische, leicht resignative Haltung, dass nicht alles vom Individuum kontrolliert und gemacht wird. Längst nicht alle Ereignisse lassen sich beeinflussen, es gibt vieles, was nicht kontrollierbar ist. Wer das in sein Selbstbild integriert und nicht etwa am Wahn festhält, alles im Leben sei selbstgemacht und liege ausschließlich in eigener Verantwortung, bewahrt sich davor, im Lebenslauf *unvermeidbare* „Niederlagen“ als individuell verursacht zu interpretieren und damit sich selbst abzuwerten. Wer glaubt, für alles selbst verantwortlich zu sein, hält *verzweifelt* an einer Kontrollillusion fest. Über den Wahn dieser Machbarkeitsillusion belehrt uns zurzeit und sehr massiv ein winziges Virus.

Wer also einen psychologischen, verstehenden Zugang zur Depression präferiert, der kann schlussfolgern, dass die heutige Zeit das mangelnde Versöhntsein mit sich selbst, welches für die Depression zentral ist, besonders „triggert“. Selbstverständlich sind für die depressive Selbstablehnung vor allem Erfahrungen in der Kindheit maßgeblich, aber das Zeitalter des Individualismus, indem dem Einzelnen alles möglich sein soll, wenn er nur will, erschwert die Selbstannahme. Das ständige sich mit anderen vergleichen, das sich Darstellen in den Sozialen Medien, der Glaube, man könne alles „gendern“, alles wäre selbstgemacht, auch die Natur wäre nur das, was wir aus ihr machen, die ständige Selbstoptimierung, all das kann schnurstracks in die Depression führen.

Dr. Georg Salzberger

Liebe und Leben

Die Sache mit der Liebe...

Charlotte Bartels aus dem Haus Deckstein hat mit vier Bewohnerinnen über die Liebe in ganz anderen Zeiten gesprochen. Unbedingt lesenswert!

Frau B.:

Ich weiß noch, dass es in Braunsfeld war. Mein Mann fragte mich: „Kommst du heute zu mir nach Huss?“. Es war damals so, dass Unverheiratete nicht zusammen in einem Bett schlafen durften. Wir haben uns nachts immer zu dem jeweiligen anderen geschlichen.

Weißt du, wenn man jung und verliebt ist, dann hört man manchmal nicht auf seine Eltern. Ach Gott, wie verliebt ich war!

Ich bin dann zu meinem Mann nach Hause gefahren und wir legten uns ins Bett. Plötzlich krachte das Bett in sich zusammen. Seine Mutter platzte durch die Tür und schrie: „Häste nichts zu tun, Jung?!“. Da entgegnete mein Mann seiner Mutter: „Nee Mutter, bei ihr ist das Bett kaputt jeje, und jetzt helfe ich ihr das zu flicken...“

Seine Mutter verabschiedete sich: „Achsooo, ja jut, dat is wat anderes.“

So haben wir meine Schwiegermutter veräppelt. Als sie aber ins Zimmer kam, ist mir das Herz ganz schön in der Hose jerutscht, dat kannst du mir jläuve, Kind.

Mein Mann arbeitete in Junkersdorf in einem Goldgeschäft. Zum Feierabend sagte mein Schwiegervater zu ihm: „Nimm dir wat du

willst, da kannst du deiner Freundin was nettes schenken“.

Abends sind wir am Lövenicher Friedhof spazieren gewesen. Da war es totenstill. Wir waren ganz alleine. Er holte aus seinem Mantel eine kleine Schatulle raus und plötzlich gab er mir einen goldenen Ring. Einfach so. Mitten auf der Straße. Ja, wir haben uns geküsst und ab dem Zeitpunkt an waren wir dann offiziell verlobt.

Frau K.:

„Lass bloß die Finger davon!“. Das sagte mir meine Mutter, als ich sie fragte, ob der Nachbarsjunge zum Essen kommen dürfe.

Ich war damals 19 Jahre. Für meine Mutter kam sowas wie Liebe nicht in Frage. Sie sagte immer wieder „Es gibt wichtigeres als die Liebe, mein Kind.“

Ich habe mich auf leisen Füßen, still und heimlich mit ihm getroffen. Wirklich getraut habe ich mich auch nicht, denn meine Eltern waren sehr konservativ. Es war eine andere Zeit. Nicht so wie heute. Es waren immer nur kurze Begegnungen, nichts Ernstes. Das war alles nicht erlaubt. Wir waren schließlich nicht verheiratet und mit der Zeit kam auch das schlechte Gewissen.



Liebe und Leben

Mein Vater, das Familienoberhaupt, hatte immer das letzte Wort. Auf den Druck meiner Mutter habe ich es dann beendet und mich lieber auf die Arbeit konzentriert, so wie meine Eltern es wollten.



Frau D.:

Wir sind damals ins Kino gegangen. Meistens auch in die letzte Reihe, weil da konnte man knutschen, Händchen halten und solche Sachen. Da störte man keinen. Als wir rauskamen, sah ich meinen Vater schon kommen. Ich war damals 17 und das Kino hatte zu dieser Zeit recht lange auf.

Meinen Mann allerdings lernte ich mit 25 Jahren kennen. Wir waren über 40 Jahre verheiratet. So eine Ehe ist ein „Geben und Nehmen.“ Wir sind beide vom Sternzeichen Steinböcke, dennoch total verschieden. Wir haben uns zwar selten in die Haare gekriegt, aber wenn es dann mal krachte, ging mein Mann in den Keller, drehte an seinen Fahrrädern rum und kam dann erst wieder hoch, als sich meine Laune wieder gelegt hatte.

Geheiratet habe ich ihn dann mit 27. Ich wurde mal sehr krank und mein Mann hat sich so gut um mich gekümmert. Als ich im Krankenhaus war, sagte ich mal zu ihm „Ich kann dir nichts schenken, ich liege im Krankenhaus. Ich kann dir nur meine Liebe geben.“ „Du hast mich jetzt über 40 Jahre verwöhnt, Liebling. Jetzt verwöhne ich dich.“ Das hat er gemacht, ich musste nichts machen. Er ist die Liebe meines Lebens gewesen.

Frau R.:

Ach Kind, du stellst Fragen... Das weiß ich gar nicht mehr so genau. Liebe... Ja, die schmerzt manchmal. Ich kann mich noch entsinnen, ich war 17 oder 18 Jahre alt. Es war ein Sonntag. Ich wohnte im zweiten Stock auf der Schinkelstraße. Ich schaute aus dem Fenster und sah den Jungen, in den ich verliebt war. Er war dort mit einem anderen Mädchen. Er hatte mich schon enttäuscht und ich muss sagen, dass es schon sehr weh tat, als ich die beiden so sah.

Er spazierte also mit dem Mädels an meinem Haus vorbei. Damals ist eine Welt für mich zusammengebrochen. Ich war wirklich sehr eifersüchtig. Er ist natürlich auch jeden Sonntag mit ihr an meinem Haus vorbei spaziert. Von da an wollte ich ihn nicht mehr. Das war ein Dreckskerl.

Wenn ich so überlege, wie ich auch jedes Mal aus dem Fenster die zwei beobachtet habe... kommt man sich schon dumm vor, aber ich war jung. Drei Jahre später habe ich dann meinen Mann kennen gelernt. Es hat schon seine Gründe, weshalb alles so ablief.

„Liebe bedeutet nicht zu sterben, wie bei Romeo & Julia, sondern die Liebe zu erleben wie Oma und Opa.“ Charlotte Bartels, Haus Deckstein

Persönlich gefragt

Wilma Berg

In dieser Ausgabe beantwortet *Wilma Berg* die persönlichen Fragen, die wie immer von Martin Klein gestellt wurden.

Seit wann arbeiten Sie im Clarenbachwerk?

Jetzt, Anfang Februar, arbeite ich seit 28 Jahren hier. Schon eine ziemlich lange Zeit! Am 1. Februar 1993 habe ich im Haus Andreas angefangen. Dort bin ich insgesamt 21 Jahre geblieben. Abgesehen vom umbaubedingten Wechsel nach Braunsfeld im vergangenen Jahr arbeite ich seit 2014 in der Küche des Heinrich Püschel Hauses.

Was war Ihr erster Berufswunsch?

Ich wollte unbedingt Autoschlosser werden. Aber das war in den 70ern noch ein Problem. Das schickte sich damals immer noch nicht für ein Mädchen bzw. eine junge Frau. Und meine Eltern waren auch ganz klar dagegen. Viel zu männlich! Das machst du auf keinen Fall!

Was gefällt Ihnen an Ihrer Arbeit im Clarenbachwerk?

Zum Einen finde ich die Arbeitszeit gut und zum Anderen gibt es kaum eine produktivere Arbeit für die Bewohner, als sich um deren leibliches Wohl zu kümmern. Die sollen einfach was Leckeres auf den Tisch bekommen!

Für uns „junge Menschen“ ist Essen ja schon ein wesentlicher Bestandteil in unserem Leben, der jeden Tag eine Rolle spielt. Wir haben dann noch unsere Arbeit, unsere Freunde, unsere Hobbys und noch einiges mehr. Das meiste davon spielt für unsere Bewohner keine Rolle mehr und umso wichtiger ist das Essen. Für viele ist es der Höhepunkt

des Tages und eine wichtige Orientierungshilfe.

Klasse find ich auch, dass uns die Köche probieren lassen. Wir als Küchenhilfen haben ja auch schon einige Jahre Erfahrung, was bei den Bewohnern gut ankommt oder nicht. Und wer gerne isst, weiß auch, wie gutes Essen zu schmecken hat und kann hier seinen Senf oder sonstige Zutat als Tip für den Koch dazutun.

Morgens nach dem Aufstehen...

Da gibt's nicht mehr zu erzählen als: Bad, Zigarette, Kaffee.

Haben Sie Hobbys?

Ja, besonders den Fußball. Ich spiele aktiv in einem Verein. Das ist aber kein eingeschriebener Verein, sondern eine große Gruppe von 15 Frauen, die mit einem Trainer und einmal die Woche für 1,5 Stunden jede Menge Spaß hat. Der Verein selbst ist von Heppendorf. Ich spiele im Mittelfeld und bei uns geht es nicht nur um Fußball. Auch der Spaß mit gegnerischen Mannschaften kommt nicht zu kurz.

Darüber hinaus habe ich einen Stammtisch, mit dem einmal im Jahr eine Tour gemacht wird. Und in einem anderen Verein spiele ich wöchentlich Dart.

Haben Sie einen Lieblingsurlaubsort?

Nein, nicht wirklich. Sehr gut gefallen hat es mir auf Gran Canaria und in anderen

Persönlich gefragt

Teilen Spaniens. Meinen schönsten Urlaub bislang hatte ich in Ägypten in einem wunderschönen Hotel in Hurghada.

Dort hatte ich großen Spaß am Schnorcheln. Vorher hatte ich mir dafür extra eine Unterwasserkamera gekauft und hab mit großer Begeisterung losgeknipt. Später mußte ich dann feststellen, dass überhaupt nichts drauf war.

Welche Musik hören Sie gerne?

Schon sehr gerne Schlager und vor allem tanzbare Lieder. Ich tanze sehr gerne.

Welches Buch haben Sie zuletzt gelesen?

„Nicht ohne meine Tochter“.

Was mögen Sie gar nicht?

Schlecht gelaunte und unehrliche Menschen. Das geht mir gegen den Strich.

Was ist Ihr Lieblingsfilm?

Da fallen mir „Die Farbe Lila“ und „Forrest Gump“ ein. Es gibt sicher noch viele mehr, aber die beiden Filme fand ich schon toll.

Was ist für Sie die wichtigste Erfindung?

Da muss ich nicht lange überlegen: Strom! Hätten wir den nicht, wär's vielleicht noch wie im Mittelalter: alles über dem offenen Feuer. Und viele anderen Dinge in unserer modernen Welt würden überhaupt nicht möglich!

Haben Sie einen Traum oder eine persönliche Leidenschaft?

Einmal Billionär zu sein!

Was mögen Sie an Köln besonders?

Ich würde mal sagen, bei mir ist das ähnlich wie bei den meisten anderen auch: die Aussicht am Rhein, den Dom, die Altstadt und die dazugehörigen Kneipen.

Mit wem würden Sie gerne einen Kaffee trinken gehen?

Mit meiner kleinen Schwester, die leider nicht mehr lebt.

Und mit Oliver Horn vom FC. Dem und einigen anderen dort würde ich gerne mal die Meinung geigen. Das ist ja schlimm, was die sich da in letzter Zeit zusammenspielen!

Was soll später mal über Sie gesagt werden?

Dass die Leute mich so in Erinnerung behalten, wie ich wirklich bin: ein lebenslustiger und freundlicher Mensch!



Wilma Berg



Gemeinschaft aktiv leben & unterstützen



Engagieren Sie sich im Förderkreis des Clarenbachwerks!

Jede gemeinnützige Organisation benötigt ideelle und materielle Unterstützung durch Dritte. Angesichts enger kalkulierter Pflegesätze wird die Fürsorge für pflegebedürftige Menschen zu einer Aufgabe, die uns alle angeht.

Wer sind wir?

Der Förderkreis Clarenbachwerk Köln e.V. ist ein Zusammenschluss hilfsbereiter BürgerInnen, die sich dem Clarenbachwerk verbunden fühlen. Mit unserem Engagement ergänzen und bereichern wir das soziale und kulturelle Angebot des Clarenbachwerks.

Beispiele für unsere Unterstützung:

- Kleinbus für Gruppentransport, Behindertenfahrzeuge
- Sportgeräte für SeniorInnen
- Ausbau des Blumen-/Gemüsegartens
- Holzhaus, Gartenmöbel, Sonnenschirme
- transportable Bühne für Feste
- Zuschüsse zu Festen



Mitglieder und Förderer gesucht!

Schon ab 10 Euro pro Monat leisten Sie einen wertvollen Beitrag für die Menschen im Clarenbachwerk. Als Mitglied erhalten Sie Einladungen zu kulturellen Aktivitäten des Clarenbachwerks und die Hauszeitschrift „Clarenbach Aktuell“. Der Förderkreis organisiert außerdem regelmäßig besondere Exkursionen für seine Mitglieder.

Bankverbindung: Sparkasse KölnBonn, BLZ 370 501 98, Kto-Nr. 24072951, IBAN DE19 3705 0198 0024 0729 51, SWIFT-BIC: COLSDE33

(Spendenquittung wird automatisch zugestellt)

Bei Interesse freuen wir uns über Ihre Kontaktaufnahme. Weitere Informationen unter:

www.foerderkreis-clarenbachwerk.de

Förderkreis Clarenbachwerk Köln e.V.

c/o CBWK Clarenbachwerk Köln gGmbH

Büro der Geschäftsführung

Alter Militärring 94 | 50933 Köln

Telefon: 0221 49 85-102 (Frau Voßmann), Fax: -106