

# Henry's Magazin



## Top-Storys

- Weihnachten weltweit
- Eine sinnvolle Aufgabe: Demenzbetreuer/-in
- Theater, Theater



## Inhalt

- 2 Inhalt, Impressum
- 3 Vorwort/ Ihre Ansprechpartner
- 4 Weihnachten weltweit
- 6 Examen bestanden
- 7 Herbstbasteleien/  
Wir haben Abschied genommen
- 8 Serie Weltreligionen: Religiöse Vielfalt
- 10 Das Sommerfest im  
„Haus der Generationen“
- 12 Am Wegesrand entdeckt: Pilze
- 13 Weihnachtsgedicht
- 14 Eine sinnvolle Aufgabe:  
Demenzbetreuer/-in
- 16 Theater, Theater
- 17 Irish Folk mit „Frigale Matt“
- 18 Ein Herzenswunsch wurde wahr
- 19 Ein Hoch aufs Ehrenamt
- 20 Rätsel/ Humor



## Liebe Leserinnen und Leser,

die besinnliche Zeit des Jahres steht wieder bevor: Die Adventszeit. Zeit, das Jahr Revue passieren zu lassen, zur Ruhe zu kommen und sich auf eine schöne Weihnachtszeit zu freuen.

Anstrengend war das Jahr 2022 schon: Noch immer hat uns Corona im Griff und die Welt verändert sich so rasant, wie man es nicht vermutet hätte. An allen Ecken und Enden soll gespart werden.

Es ist aber auch die Zeit, sich auf das zu besinnen, was einem wirklich wichtig ist.

Viele entdecken gerade, dass es Wichtigeres gibt als materielle Güter: Die (Mit-)Menschlichkeit!

In dieser Ausgabe von „Henrys Magazin“ finden Sie einige Beispiele von Menschen, die sich für andere engagieren, sei es beruflich in der Pflege oder Betreuung alter Men-

schen oder auch privat mit einer ehrenamtlichen Tätigkeit. Und das Schöne daran ist, dass alle davon profitieren.

Ich wünsche Ihnen frohe Festtage und einen guten Übergang ins neue Jahr!



Ihre  
Sabine Dräxler  
Einrichtungsleitung

## Ihre Ansprechpartner im Haus

### Zentrale/ Empfang

Tel: 0234/ 9445-0  
[zentraleah@drk-bochum.de](mailto:zentraleah@drk-bochum.de)

### Fragen zum Einzug:

Timm Schmieder  
Tel: 0234/ 9445-202  
[aufnahme@drk-bochum.de](mailto:aufnahme@drk-bochum.de)

### Anregungen oder Kritik:

Corinna Malchin  
Tel: 0234/ 9445-208  
[feedback@drk-bochum.de](mailto:feedback@drk-bochum.de)

### Einrichtungsleitung:

Sabine Dräxler  
Tel: 0234/ 9445-205  
[einrichtungsleitung@drk-bochum.de](mailto:einrichtungsleitung@drk-bochum.de)

### Fragen zur Küche:

Davis Held  
Tel: 0234/ 9445-217  
[kueche@drk-bochum.de](mailto:kueche@drk-bochum.de)

### Pflegedienstleitung:

A.Wittwer-Brandt  
Tel: 0234/ 9445-210  
[pdl@drk-bochum.de](mailto:pdl@drk-bochum.de)

### Ist etwas kaputt? Brauchen Sie etwas?

Martina Effers  
Tel: 0234/ 9445-206  
[m.effers@drk-bochum.de](mailto:m.effers@drk-bochum.de)

### Fragen zu Sozialem Dienst, Veranstaltungen, Aktionen:

Janosch Müller  
Tel: 0234/ 9445-243  
[j.mueller@drk-bochum.de](mailto:j.mueller@drk-bochum.de)

### Fragen zur Wäscherei:

Monika Jeglinski  
Tel: 0234/ 9445-225  
[waescherei@drk-bochum.de](mailto:waescherei@drk-bochum.de)

## Impressum

Herausgeber: **Deutsches Rotes Kreuz** | DRK-Kreisverband Bochum e.V. | Haus der Generationen  
An der Holtbrücke 2-6, 44795 Bochum  
Tel.: 0234/ 9445-0,  
E-Mail: [presse@drk-bochum.de](mailto:presse@drk-bochum.de)  
[www.drk-bochum.de](http://www.drk-bochum.de)  
V.i.S.d.P.: Sabine Dräxler, Einrichtungsleitung  
Titelfoto: C.Seibel/ DRK Bochum

Redaktion: Irgard Herz (ih), Janosch Müller (jm), Christian P. Seibel (cs), Meiko Czyborra (mc), Maren Falkowski (mf), Manfred Butterbach (mb),  
Erscheinungsweise: 4-mal im Jahr  
Auflage: 500 Exemplare  
Namentlich gekennzeichnete Beiträge geben nicht unbedingt die Meinung der Herausgeber wieder.  
Ausgabe: Nr.8 - 04/2022

Foto: R.Hoernig

Foto: C.Seibel/ DRK-Bochum



## Weihnachten weltweit

**Tannenbaum, Weihnachtsgottesdienst, Geschenke am Heiligen Abend und zwei folgende Weihnachtsfeiertage - so wird bei uns Weihnachten gefeiert. Aber nicht überall sieht es so aus.**

### Großbritannien/ USA/ Australien

In den angelsächsisch geprägten Ländern steht der Heilige Abend im Zeichen der Vorbereitungen auf das Fest. Tannenbäume werden geschmückt, Strümpfe (für die Geschenke) werden an Kamine oder Treppengeländer gehängt und die Familie trifft sich zum gemeinsamen Essen, meist Truthahn und hinterher „Plum pudding“ (ein Pudding mit Nüssen und Trockenobst). Erst am 1. Weihnachtstag dürfen die Geschenke ausgepackt werden. Manche Australier gehen den Weihnachtsstress entspannt an und legen die Geschenke schon zwei bis drei Wochen vorher verpackt unter den Baum. Für Kinder natürlich eine richtige Geduldsprobe.



Socken sind in vielen Ländern Teil der Weihnachtsbräuche.

Außerdem wird auch gerne mit Grillen am Strand gefeiert. Schließlich ist dort ja Hochsommer.

Der 26.12. ist kein Feiertag, aber trotzdem besonders. Er nennt sich „Boxing Day“ und leitet den Weihnachtsschlussverkauf ein. Das ist auch der Tag, an dem z.B. dem Briefträger oder der Müllabfuhr einmal „Danke“ gesagt wird.

Die Geschenke bringt in Großbritannien übrigens Father Christmas, in den USA und Australien ist es Santa Claus mit seinen Rentieren.

### Italien

In Italien ist Weihnachten natürlich ein ganz großes Fest. Bereits am 6. Dezember geht es mit der Dekoration los. Besonders wichtig sind hier die Krippe und die Krippenspiele. Am 24. Dezember geht die ganze Familie in die Kirche, es wird gesungen, gebetet und Spenden gesammelt. Erst am 1. Weihnachtstag werden Geschenke ausgepackt. Und es wird groß gegessen. So viel, dass noch einige Tage von den Resten gezehrt werden kann. Der letzte Feiertag ist der 6. Januar. Am Abend vorher werden Strümpfe aufgehängt. In der

Nacht kommt die Hexe „Befana“ (die die Frau des Weihnachtsmanns sein soll) durch den Schornstein und bringt braven Kindern noch Geschenke, bösen Kindern aber nur ein Stück Kohle (einen Klumpen schwarze Zuckermasse).

### Russland

Hier kommt Väterchen Frost mit seiner Enkelin Schneeflöckchen und bringt Geschenke. Aber erst am 1. Januar zum Neujahr. Weihnachten ist dann wegen des julianischen Kalenders der russisch-orthodoxen Kirche am 6. und 7. Januar. Dann gehen die Christen in die Kirche und beenden ihre Fastenzeit. Geschenke gibt es dann nicht mehr.

### Mexiko

Hier beginnt Weihnachten mit der „Posada“ (Beherbergung) am 16. Dezember. Kinder ziehen mit Kerzen von Haus zu Haus und bitten um Einlass. Wenn sie Einlass bekommen gibt es eine Feier mit Punsch und Essen, für die Kinder gibt es eine Piñata. Das ist eine

Kartonbox oder -figur, die mit Süßigkeiten gefüllt aufgehängt wird, und die mit verbundenen Augen von den Kindern mit einem Stock zerschlagen werden muss. Am Heiligen Abend wird gemeinsam gegessen, um Mitternacht geht es in die Kirche. Am nächsten Tag bekommt jedes Kind ein Geschenk. Drei weitere gibt es dann am 6. Januar von den Heiligen Drei Königen.

### Einige kuriose Traditionen gibt es auch:

In **Norwegen** sollte man in der Weihnachtsnacht sämtliche Besen verstecken, weil sonst Hexen und Geister Unfug mit Besitztümern anstellen.

In **Schweden** bringt der Julbock (ein Ziegenbock) die Geschenke am 24. Dezember. Vorher sollte man aber eine Schüssel mit Brei auf die Fensterbank stellen, damit der Kobold Tomte keine Streiche spielt.

Im französischen Teil Kana-

das, in **Québec**, sind während der Adventszeit Heinzelmännchen in Aktion. Sie beobachten die Kinder, spielen kleine Streiche und berichten dem Weihnachtsmann, ob sie brav waren. Dieser Brauch verbreitet sich bei uns auch immer mehr.

In **Japan** gleicht Weihnachten eher dem Valentinstag. Paare schenken sich etwas und gehen essen. Ein offizieller Feiertag ist es nicht. Die Christen feiern das Fest natürlich. Aber statt des Weihnachtsmanns kommt einer der sieben Götter des Glücks.

Auf den **Weihnachtsinseln** wird übrigens nicht gefeiert. Sie heißen nur so, weil sie am Weihnachtstag 1643 entdeckt wurden. (cs)



In Mexiko muss die Piñata zerschlagen werden um an die Süßigkeiten zu kommen.



## Examen bestanden

**Eine Ausbildung zur Hochzeit der Corona-Pandemie ist nicht einfach gewesen. Vor allem nicht in der Pflege!**

Doch für Danuta Szymanski, Ann-Kathrin Hämmerling und Aleya Akcapinar war es die richtige Entscheidung. Alle drei haben im „Haus der Generationen“ ihren Beruf von der Pike auf gelernt und sind nun examinierte Altenpflegerinnen.

„Trotz dieser Schwierigkeiten haben sich unsere Azubis durch Leistung, Engagement und Herzblut ausgezeichnet. Wir wünschen ihnen auf ihrem weiteren Weg in diesem spannenden Beruf viel Erfolg und alles Gute!“, sagte Holger Boehnert, Vorstand des DRK-Kreisverband Bochum e.V. bei einer kleinen Gratulationsfeier. Praxisanleiterin Heike Löffler ergänzte: „Der Kurs 10/19 war unser letzter Jahrgang für Altenpflegerinnen. Alle nachfolgenden Azubis werden zu Pflegefachfrauen und -männern ausgebildet.“



Danuta Szymanski (2.v.l.), Aleya Akcapinar (4.v.l.) und Ann-Kathrin Hämmerling (2.v.r.) haben ihr Examen bestanden und sind nun examinierte Altenpflegerinnen. Mit ihnen freuen sich Praxisanleiterin Heike Löffler (l.), DRK-Kreisverbandsvorstand Holger Boehnert (3.v.l.) und Wohnbereichsleiterin Henriette Kliebisch (r.)

Aleya Akcapinar und Ann-Kathrin Hämmerling werden auch weiterhin im „Haus der Generationen“ arbeiten. „Ich fühle mich mit den Bewohnern und Kollegen auf dem Wohnbereich sehr wohl“, verrät Akcapinar.

Für „Nachschub“ ist bereits gesorgt: Seit dem 1. Oktober machen acht neue Azubis ihre Ausbildung zur Pflegefachkraft im „Haus der Generationen“:

Monique Uhlmann (Schieferbank), Semah Yazidi (Dünnebank), David Buchholz (Mausegatt), Nahia El Hindi (Wasserbank), Abilio Dos San-

tos Da Silva (Sonnenschein), Lena Gransalke (Röttgersbank), Jan Adrian von Kobylinski (Finefrau) und Alexander Bondzio (Girondelle).

Während Ihrer dreijährigen Ausbildungszeit absolvieren sie ihren Orientierungs- und Pflichteinsatz (auch Nachtdienste) im „Haus der Generationen“, weitere Pflichteinsätze finden in der Akutpflege, in einem ambulanten Pflegedienst, der Pädiatrie und der Psychiatrie statt. Auch in unsere Aufnahme und in den Hausnotrufdienst schnuppern die Schülerinnen und Schüler hinein. (cs)

Foto: C.Seibel/ DRK Bochum

## Herbstbasteleien

**Die Herbstzeit hat wieder zum Basteln eingeladen.**

Was gibt es Schöneres, als in der herbstlichen Zeit kreativ zu weden? Mit Unterstützung von Stephanie Arens vom Sozialen Dienst wurden auf dem Wohnbereich Finefrau mit herbstlichen Materialien phantasievolle Gestecke gebastelt. So holt man sich mit viel Spaß ein Stück Herbststimmung ins Haus. (cs)



Mit herbstlichen Materialien wurde kreative Gestecke gebastelt.

## Wir haben Abschied genommen

**In den vergangenen Monaten haben uns einige liebgewonnene Bewohnerinnen und Bewohner für immer verlassen. Wir denken an sie.**



Margret Burdina (84), Martha Chadima (91), Ulrich Fischer (70), Hans-Rolf Häde (86), Hildegard Henning (82), Horst-Ge-

org Ide (80), Christel Matheus (81), Anita Neuhoff (88), Maximilian Pilarski (85), Renate Selzer (83), Elisabeth Skrzydlo (84),

Werner Stauch (78), Lotte Stegmeyer (84), Dora Unruhe (83), Ingrid Wandelt (87) und Anna Wiedelmann (89).

Fotos: S.Arens, C.Seibel/ DRK Bochum



## Serie Weltreligionen: Religiöse Vielfalt

Im letzten Teil unserer Weltreligionen-Serie stellen wir Glaubensrichtungen vor, die vielleicht etwas weniger bekannt sind.

Der **Daoismus** ist eine in China weit verbreitete Philosophie und Religion. Er sieht das „dao“ („Weg“) als Ursprung allen Seins an. Alles entwickelt und verändert sich ständig. Diese Entwicklung entsteht aus den alltäglichen Gegensätzen wie hart und weich, hell und dunkel, laut und leise usw. - kurz Yin und Yang. Das große Ziel ist nichts Geringeres als der Weltfrieden.

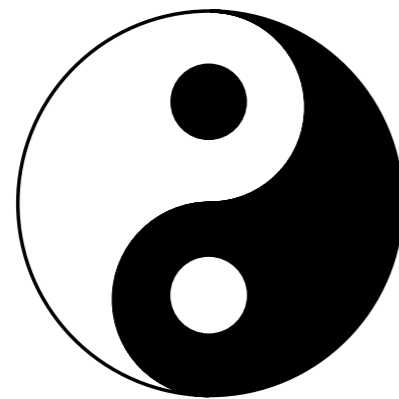
Der **Konfuzianismus** beschäftigt sich mit der Ordnung der Gesellschaft. Hier werden Menschlichkeit, Rechtschaffenheit, Sittlichkeit, Weisheit und Aufrichtigkeit als besonders wichtig erachtet. Die Ahnenverehrung und der Respekt vor dem Alter sind ein bedeutender Teil der Philosophie. Benannt ist diese Glaubensrichtung nach Konfuzius,



Shinto-Schreine sind in Japan weit verbreitet.

der 551 bis 479 v. Chr. in China lebte.

**Shinto** (oder auch Shintoismus) bedeutet soviel wie „Weg der Götter“ und sieht sich als japanische Urreligion, die auch Elemente des Buddhism-



Das „Yin & Yang“-Symbol ist auch außerhalb des Daoismus bekannt.

mus und Konfuzianismus beinhaltet. Diese Religion ist sehr diesseitsbezogen, hat keine klassischen heiligen Schriften und besteht aus vielen religiösen Kulturen und Glaubensformen. Die vielen einheimischen Götter können die Form von Menschen, Tieren Gegenständen oder abstrakten Wesen haben. Shinto-Anhänger sind bemüht um Harmonie in der Natur als auch im eigenen sozialen Umfeld. Reinheit ist ein erstrebenswerter Zustand.

Die **Sikh**-Religion glaubt an einen gestaltlosen Schöpfer. An-

ders als in anderen Religionen gibt es hier aber kein Oberhaupt. Sikhs bemühen sich um eine tugendhafte und soziale Lebensführung, bei der soziale Ungerechtigkeiten beseitigt werden sollen. Männer und Frauen sind gleichberechtigt. Meist erkennt man sie an den traditionellen Tubanen, unter denen sie ihre Haare als Respekt vor der Natur gepflegt, aber ungeschnitten tragen.



Sikhs erkennt man oft am traditionellen Turban.

**Ethnische** (auch traditionelle) **Religionen** werden mündlich und über Rituale überliefert und sind meist auf lokale Gruppen beschränkt. Sie sind sehr vielseitig und schlecht vergleichbar, da es so viele

verschiedene Völker gibt. In vielen Ethnischen Religionen ist die Natur heilig. Götter und Geister spielen eine große Rolle. Druiden oder Schamanen werden wegen ihrer besonderen Weisheit hoch geachtet. Früher nannte man diese Religionen „Naturreligionen“.

**Spiritismus** ist noch relativ jung. Er wird auf die Schwestern Leah, Margaretta und Catherine Fox zurückgeführt, die 1848 behaupteten, mit den Geistern verstorbener Menschen kommunizieren zu können. Kern des Spiritismus ist der Glaube, dass der Geist eines Wesens nach dem Tod weiter besteht und kontaktiert werden kann.

Und dann gibt es noch das **Fliegende Spaghettimonster**, das in einer Parodie des US-Amerikaners Bobby Henderson 2006 als Gottheit bezeichnet wurde, die mit dem Satz „Es werde Licht!“ das Universum erschaffen haben soll. In den folgenden Jahren haben sich sogar kirchenähn-

liche Strukturen entwickelt. Die Kirche des Fliegenden Spaghettimonsters Deutschland e.V. wird z.B. seit 2011 in Deutschland als gemeinnützige Körperschaft anerkannt, die „ausschließlich und unmittelbar kirchliche Zwecke fördert“. Sie sieht sich in der Tradition des evolutionären Humanismus.

So vielfältig wie die Menschen sind auch Religionen und philosophische Ansichten. Gemeinsam haben sie alle, dass sie Hilfe zum Leben geben und in den meisten Fällen einen respektvollen Umgang untereinander und mit der Natur anregen. (cs)



Heiler sind in vielen ethnischen Religionen zu finden.



## Das Sommerfest im „Haus der Generationen“

Der Sommer hatte in diesem Jahr viele heiße Tage. Da war es gar nicht schlecht, dass das Sommerfest für die Seniorinnen und Senioren des „Haus der Generationen“ wegen eines Stromausfalls von August auf September verlegt werden musste.

Nach den Eröffnungsreden von Einrichtungsleiterin Sabine Dräxler und dem Bewohnervertretungsvorsitzenden Manfred Butterbach stärkten sich alle Feierlustigen bei Würstchen und Kartoffelsalat.

Im Anschluss folgten die Ruhrkadetten: Der Bochumer Chorsang bekannte Seemannslieder über die vielen Lieben der Matrosen und deren Sehnsucht nach einer Heimat.

Die darauffolgenden Sitztänze, angeleitet von Frau Brenner (Sozialer Dienst), sorgten für eine Auflockerung beim längeren Sitzen.

Währenddessen lief Clownin



Endlich konnte der Große Saal wieder für eine richtig große Feier genutzt werden. Die Ruhrkadetten leiteten mit Seemannsliedern den geselligen Teil ein.

Wurzel durch die Reihen und scherzte gemeinsam mit den Besucherinnen und Besuchern des Sommerfestes. Im Anschluss ging sie über die Wohnbereiche, um auch den dort verbliebenen Bewohnern eine Freude zu bereiten.

Während des Kaffeetrinkens bei Waffeln und Bowle wurde die Gewinnerin einer Rikscha-Fahrt ausgelost. Leider konnte die Gewinnerin nicht „live“ kontaktiert werden. Die Dame

hatte ein Los auf der Lindener Meile ausgefüllt, das durch „Glücksfee“ Manfred Butterbach gezogen wurde.

Zum Schluss heizte der „Schlagerberliner“ Dirk Walde seinem Publikum beim Sommerfest mächtig ein. Mit Schlagern und Volksmusik animierte er sein Publikum zum Klatschen und Mittanzen und spielte alles von Schlager bis Pop und Volksmusik.

(jm)



Clownin Wurzel sorgte für Spaß.



Der Schlagerberliner Dirk Walde heizte die Stimmung an.



Mitsingen, Schunkeln und Klatschen gehörten bei diesem Fest selbstverständlich dazu.



Es ist zwar ihr Job, aber das Sommerfest machte den Helferinnen und Helfern auch viel Spaß!



Fotos: Sozialer Dienst/ DRK Bochum



## Am Wegesrand entdeckt: Pilze

**Im Herbst schießen sie überall aus dem Boden: Pilze. Vor allem im Wald kann man sie entdecken, auch wenn sie sich bisweilen gut tarnen und zwischen Laub und Ästen.**

Weltweit wird die Artenvielfalt von Pilzen auf 3 bis 5,1 Millionen Spezies geschätzt. Sie kommen überall vor, selbst im Meer. Für mich eine völlig neue Information: Nach dieser Schätzung kommen vermutlich mehr als zehnmal so viele Pilz- wie Pflanzenarten auf unserer Erde vor. Pilze sind für uns Menschen bedeutsam: Neben der vielfältigen Auswahl als Speisepilz zu Frühstück-, Mittag- und Abendessen werden sie zum Beispiel bei der Herstellung von Lebensmitteln wie Käse, Genussmitteln wie Bier und Wein, in der Industrie und vor allem als nahezu unerschöpfliches Biolabor für Inhaltsstoffe mit medizinischen Anwendungsmöglichkeiten genutzt.

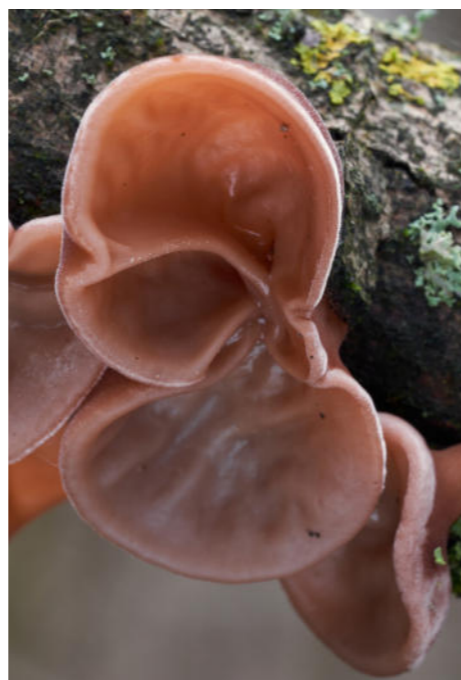
### Wo kann man Pilze finden?

Die Antwort ist so einfach wie schwierig: Überall. Pilze kann



Giftig, aber einer der bekanntesten: Der Fliegenpilz.

man an den verschiedensten Orten in der Natur entdecken. Auf Wiesen genauso wie im Wald, an Bäumen, Baumstümpfen oder im eigenen Garten. Pilze wachsen gerne an Stellen, wo der Boden nicht von zu vielen krautigen Pflanzen bedeckt ist. Sie lieben sauren Boden, also mit niedrigem pH-Wert. Pilzsammler machen sich am besten nach ein paar Tagen Regen und milden Temperaturen auf den Weg, denn Pilze mögen Feuchtigkeit und Wärme. Außerdem sind sie gerne in Gesellschaft: Wo einer wächst sind meist noch mehr.



Weniger bekannt, aber essbar: Das Judasohr.

### Essbar oder nicht

In unseren heimischen Wäldern tummeln sich mehr als 2.500 Pilzarten, von denen auch viele essbar sind. Aber Vorsicht ist geboten: Die essbaren Exemplare haben oft auch giftige oder ungenießbare Doppelgänger. Wer auf Nummer sicher gehen möchte, sollte sich einen erfahrenen Pilzkenner mit auf die Suche nehmen oder die Pilze direkt beim Fachmann kaufen. Einige sind aber durch ihre eindeutigen Formen, Farben und Muster unverwechselbar. Jeder kennt ihn: den hübschen aber nicht essbaren Fliegenpilz. Weniger

bekannt ist der essbare Pilz „Judasohr“, sehr mild im Geschmack, ganzjährig zu finden und aufgrund seiner bizarren Form unverwechselbar. Er zieht sich bei Trockenheit zusammen und schwillt bei Nässe an. Judasohren passen gut in asiatische Gerichte und ähneln dem chinesischen Mu Err-Pilz.

Das edelste Pilz-Exemplar, der Trüffel steht in Deutschland unter Naturschutz. Trüffel sammeln ist in Deutschland streng verboten. Gärtner können sie mit viel Geduld im eigenen Garten wachsen lassen – man muss sie dann nur noch finden... (ih)



Der gemeine Heckenpilz ist eher nicht essbar. Er ist einfach zu groß...

## Weihnachtsgedicht

### Weihnachten

**Markt und Straßen stehn verlassen,  
Still erleuchtet jedes Haus,  
Sinnend geh ich durch die Gassen,  
Alles sieht so festlich aus.**

**An den Fenstern haben Frauen  
Buntes Spielzeug fromm geschmückt,  
Tausend Kindlein stehn und schauen  
Sind so wunderstill beglückt.**

**Und ich wandre aus den Mauern  
Bis hinaus ins freie Feld,  
Hehres Glänzen, heil'ges Schauern!  
Wie so weit und still die Welt!**

**Sterne hoch die Kreise schlingen,  
Aus des Schnees Einsamkeit  
Steigt's wie wunderbares Singen -  
O du gnadenreiche Zeit!**

Joseph Freiherr von Eichendorff  
(1788-1857)



## Eine sinnvolle Aufgabe: Demenzbetreuer/-in

**Bereits ab Mitte 20 beginnt bei uns allen der Alterungsprozess und ab Mitte 50 wird er dann für die meisten auch spürbar: Die Muskelmasse nimmt ab und hier und da vergisst man das ein oder andere. Manche Menschen entwickeln eine Demenz.**

Bei der DRK Alzheimerhilfe gibt es Gruppen für Senioren mit und ohne Demenz, in denen Muskeln und Gehirn regelmäßig einmal oder mehrmals wöchentlich trainiert werden können. Denn: „Wer rastet, der rostet!“

Die Leitungen dieser Gruppen sind ehrenamtliche Demenzbetreuerinnen und -betreuer, wie z.B. Cordula Roters und Renate Gunzer. Sie leiten einmal in der Woche ein Sport- und Gedächtnistraining.

Die Gruppenarbeit besteht aus verschiedenen Bausteinen, wie zum Beispiel Rätseln und Knobeleyen, sprachlichen Übungen, sensorischen Aktionen (also Aufgaben, die das



Hoch das Bein! Bewegung muss sein! Cordula Roters zeigt, wie es geht.

Tasten, Hören, Schmecken und Sehen fördern) sowie Bewegungs- und Koordinationsübungen. Und auch das Lachen und die Geselligkeit dürfen nicht zu kurz kommen.

„Man muss da schon flexibel sein und das Angebot auf die Teilnehmer abstimmen. Je nach Stimmung der Gäste kann es sein, dass wir unser Programm kurzfristig ändern“, erklärt Cordula Roters. In ihrer Gruppe sind die Teilnehmenden im Alter von 73 bis 95 Jah-

ren noch sehr fit. Da wird auch schon mal länger über das Weltgeschehen diskutiert, bevor dann im Kreis anspruchsvolle Bewegungsübungen gemacht werden. „Die einzelnen Gruppen werden nach den Fähigkeiten der Teilnehmer zusammengestellt, damit jeder bestmöglich gefördert werden kann“, sagt Renate Gunzer.

Die Arbeit als Demenzbetreuer/-in ist überaus vielseitig. „Man kann eine Gruppe leiten oder auch demenziell Er-

krankte zuhause besuchen, mit ihnen spazierengehen, Arztbesuche machen oder etwas vorlesen - je nachdem, was man lieber macht“, verdeutlicht Cordula Roters. Im Vorfeld werde man bei der Alzheimerhilfe in einem sechswöchigen Kurs qualifiziert. „Vor dieser Arbeit braucht man keine Angst zu haben. Wir beschäftigen uns mit den älteren Menschen, aber wir sind keine Pfleger! Das überlassen wir den Profis. Aber natürlich haben wir ein Auge auf die Damen und Herren und wissen, was im Notfall zu tun ist.“

Neben dem Spaß ist es auch eine ideelle Entscheidung

gewesen, diese Tätigkeit zu übernehmen. „Als ich in Rente ging, suchte ich eine sinnvolle Aufgabe“, verrät Renate Gunzer. „Ich hatte es immer gut und wollte der Gesellschaft so auch etwas zurückgeben. Also schenke ich anderen Menschen etwas von meiner Zeit.“ „Man bekommt dabei auch viel zurück. Neben der Aufwandspauschale sind es vor allem der Kontakt zu den anderen Menschen und die positiven Rückmeldungen, die die Arbeit so schön machen“, ergänzt Roters.

Wichtig ist ihr aber auch, dass hier keine gesellschaftlichen Aufgaben einfach auf Ehren-

amtliche „abgewälzt“ werden. „Wir haben hier ein tolles Team und keine ‚Arbeits-Zwangsjacke‘. Wenn wir keine Zeit haben oder kurzfristig ausfallen, können wir uns voll und ganz auf den Rückhalt der Kolleginnen und Kollegen der Alzheimerhilfe verlassen.“

Die Alzheimerhilfe des DRK Bochum bietet neben verschiedenen Gruppenangeboten auch Einzelbetreuung, Beratung, musikalische Angebote, Selbsthilfegruppen sowie Gesprächskreise und Pflege- und Demenzkurse für Angehörige an. Informationen gibt es auch im Internet unter [www.drk-bochum.de/alzheimerhilfe](http://www.drk-bochum.de/alzheimerhilfe).



Renate Gunzer (l.) und Cordula Roters (r.) haben viel Spaß an ihrer ehrenamtlichen Arbeit als Demenzbetreuerinnen.

Fotos: C.Seibel/ DRK Bochum

### Info

Wer sich für die Arbeit als Demenzbetreuer oder -betreuerin interessiert, kann sich an die DRK Alzheimerhilfe wenden:

Telefon 0234/ 9445-117  
oder  
per Mail an [alzheimerhilfe@drk-bochum.de](mailto:alzheimerhilfe@drk-bochum.de).



## Theater, Theater



Ein Theaterprojekt von und mit (vlnr) Josephine Raschke, Laura Zielinski, Manfred Butterbach, Kirsten Fritsch, Elisabeth Frank, Theodor Becker, Sara Hasenbrink, Dorothea Fritz und Gisela Nolte.

**Was ist Arbeit und wann fühlt man sie? Von der Arbeitsgesellschaft, im Kampf um menschenwürdige Arbeitsbedingungen hin zu einer Gesellschaft auf Sinn-suche. Von Akkordarbeit in der Fabrik zum globalisier-ten Arbeiten, egal wo man gerade ist. Vom Funktionieren müssen und Zähne zusammenbeißen zum nicht mehr können.**

In Kooperation mit dem DRK Bochum e.V. entwickelte das

künstlerische Team um Josephine Raschke und Laura Zielinski ein Stück, das sich generationsübergreifend mit Arbeit auseinandersetzt. Die Darstellenden waren Menschen zwischen 28 und 90 Jahren. Sie arbeiten oder haben aus verschiedenen Motivationen gearbeitet - um ihre Existenz zu sichern, um ein Land wieder aufzubauen, weil ihre Arbeit ihre Berufung ist, um Dienst an der Gesellschaft zu leisten, für die eigene Unabhängigkeit oder aus Spaß.

Die Schauspielerinnen Josephine Raschke, Laura Zielinski, Sara Hasenbrink und Kirsten Fritsch hatten im Vorfeld viel recherchiert und Gesprä-



Josephine Raschke, Elisabeth Frank

Fotos: C.Seibel/ DRK Bochum

che geführt. Zusammen mit Theodor Becker, Manfred Butterbach, Elisabeth Frank, Dorothea Fritz und Gisela Nolte (alles Bewohnerinnen und Bewohner des „Haus der Generationen“) entwickelten sie das Theaterstück, das mit Hilfe von Objekten und Apparaten von einem Gefühl erzählt: Von einem Gefühl von Arbeit.

Die Premiere von „Ein Gefühl von Arbeit“ fand am 7. Oktober 2022 im großen Saal des „Haus der Generationen“ statt.

Gefördert wurde das Projekt vom Ministerium für Kultur und Wissenschaft des Landes Nordrhein-Westfalen. (cs)



Gemeinsam entwickelten professionelle Schauspielerinnen und Bewohnerinnen und Bewohner des „Haus der Generationen“ das Theaterprojekt „Ein Gefühl von Arbeit“.



Fotos: C.Seibel/ DRK Bochum (2), Sozialer Dienst

## Irish Folk mit „Frigale Matt“

Im September bot die Band „Frigale Matt“ traditionelle irische Songs in gefühlvoller und lebendiger Weise dar. Mit mehrstimmigen Gesängen und traditionellen Instrumenten nahm die Gruppe die Bewohnerinnen und Bewohner im „Haus der Generationen“ auf eine musikalische Reise nach Irland mit. (jm)





## Ein Herzenswunsch wurde wahr

**Für Hildegard Schulzki, eine Bewohnerin des „Haus der Generationen“, ist ein Herzenswunsch in Erfüllung gegangen. Nach einigen Schicksalsschlägen konnte ihr durch das Wünschewagen-Projekt des Arbeiter-Samariter-Bundes ein Wiedersehen mit ihrer Tochter in Berlin ermöglicht werden.**

Ende September war es soweit. Frau Schulzki wurde vom Wünschewagen-Team abgeholt. Sie war sehr aufgeregt. Zu lange schon hatten sich die beiden nicht mehr gesehen. Zum Geburtstag ihrer Tochter wurde der Wunsch endlich wahr und das Warten hatte ein Ende. Nach einer aufregenden Reise Richtung Berlin gelang die Überraschung im Pflegeheim der Tochter. Die Freude beiderseits war enorm und sie genossen den gesamten Nachmittag zusammen. Die Nacht verbrachte Frau Schulzki dann in einem nahegelegenen Hotel, das ebenso wie die Verpflegung vom Wünschewagen-Projekt finanziert wurde.

Am nächsten Morgen hatten die beiden Damen Zeit, sich ausgiebig zu verabschieden und für Frau Schulzki ging es dann zurück nach Bochum.

„So herzlich wurde ich noch nie in meinem Leben umsorgt. Sie waren die Engel in der Not!“, sagte Hildegard Schulzki nach ihrer Ankunft gerührt. Noch Tage danach berichtete sie viel von dem Treffen und war hellauf begeistert vom Engagement der jungen Leute vom Wünschewagen-Team, das auf ehrenamtlicher Basis arbeitet. Für Frau Schulzki war es womöglich die schönste und aufregendste Reise überhaupt. Die Freude der gebürtigen

Mecklenburgerin war kaum in Worte zu fassen.

Der soziale Dienst freute sich über die Zusammenarbeit mit dem Arbeiter-Samariter-Bund und ist froh, dass es Projekte wie diese gibt.

Der Wünschewagen vom Arbeiter-Samariter-Bund hat die Aufgabe, schwerstkranken Menschen in ihrer letzten Lebensphase einen besonderen Wunsch zu erfüllen. Dafür sind zahlreiche engagierte ehrenamtliche Helferinnen und Helfer im Einsatz. Finanziert wird das Projekt allein durch Spenden. (mf)



Janek Scholz (l.) und Annika Stottrop (r.) vom ASB-Wünschewagen begleiten Hildegard Schulzki zu ihrer Tochter nach Berlin.

Foto: C.Seibel/ DRK Bochum

## Ein Hoch auf das Ehrenamt!

**Was wäre das Deutsche Rote Kreuz ohne ehrenamtliche Helferinnen und Helfer? Wenn es eng wird, wenn Menschen Hilfe benötigen – sie zögern nicht und gehen helfend zur Hand. Da muss man auch einmal „Danke!“ sagen.**

Endlich konnten alle Ehrenamtlichen zu einer Feier zusammenkommen und sich untereinander austauschen. Dazu gehörten sowohl die Einsatzkräfte, die in ihren roten Jacken und mit vielen Gerätschaften in der Öffentlichkeit ihren Einsatz erledigen, als auch die, die sich in unauffälligerem Rahmen um ihre Mitmenschen kümmern, sei es z.B. als Demenzbetreuer, Hospizhelfer oder tatkräftige Unterstützung im Kleidershop.

Im Rahmen der Feier wurden 30 Fluthelfer für ihren Einsatz während der Flutkatastrophe im Sommer 2021 ausgezeichnet: Sie erhielten die „Feuerwehr- und Katastrophenschutz-Einsatzmedaille“ des Landes Nordrhein-Westfalen und die „Bandschnalle für Fluthelfer“

Fotos: C.Seibel/ DRK Bochum



DRK-Präsidentin Dr. Ottilie Scholz (vorne rechts) überreicht Urkunden und Ehrenmedaillen an die zahlreichen Fluthelfer. Moderiert wurde der Abend von Esther Münch alias Waltraud „Walli“ Ehlert (vorne Mitte).

der DRK-Landesverbände Nordrhein, Rheinland-Pfalz und Westfalen-Lippe.

Geehrt wurden außerdem elf Mitglieder der Rotkreuz-Gemeinschaften, die bereits seit 20, 25, 35, 40 und 45 Jahren für das Gemeinwohl im Einsatz sind.

Mit einem lachenden und einem weinenden Auge wurde Stefanie Rahner als Jugendrotkreuzleiterin verabschiedet. Nach 20 Jahren Leitungstätigkeit im Bochumer Jugendrotkreuz widmet sie sich nun ihrer neuen Rolle als Mutter. Lena Schwerin und Sofie Kaltenmorgen übernehmen die spannende Aufgabe. (cs)



Stephanie Rahner (l.) übergab die Leitung des Jugendrotkreuz' an Sofie Kaltenmorgen (Stellvertreterin, m.) und Lena Schwerin (Leiterin, r.).





## Rätsel

Hier sind 8 Fehler im rechten Bild versteckt. Können Sie sie finden?

### Original



### Fälschung



## Humor

Fragt die Mutter: „Weißt Du, wo das Sieb ist?“ Sagt das Kind: „Das hab ich weggeworfen. Da waren so viele Löcher drin...“

\*\*\*

Sagt der Arzt zum Patienten: „Gegen Ihr Übergewicht hilft leichte Gymnastik.“ - „Sie meinen Liegestütze und so?“ fragt der Patient. Antwortet der Arzt: „Nein, es genügt schon ein Kopfschütteln, wenn man Ih-

nen etwas zu Essen anbietet!“

\*\*\*

„Ich habe auf dem Trödelmarkt für meine Frau eine schöne Stehlampe bekommen!“ – „Oh! Guter Tausch...“

\*\*\*

Peter: „Ich will aber nicht zur Schule!“ Mutter: „Du musst aber!“ Peter: „Nenne mir zwei Gründe!“ Mutter: „Du bist 45 Jahre und der Schuldirektor!“

Fängt ein Polizist einen Räuber. Sagt der Räuber: „Oh, ich habe am Tatort noch meine Mütze liegen gelassen, darf ich schnell hingehen und sie holen?“ Sagt der Polizist: „Nee nee nee, so dumm bin ich nicht, ICH gehe sie holen und du bleibst hier.“

\*\*\*

Was hat vier Buchstaben, fängt mit „Po“ an und man kann drauf sitzen? - Ein Pony...