

# AMALIE AKTUELL

Diakonisches Wohn- und Pflegezentrum Amalie Sieveking

SEPT-NOV 2018





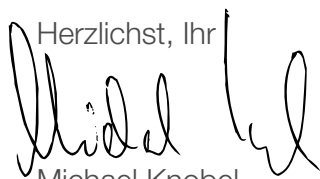
## Abkühlung

Liebe Leserinnen, liebe Leser,

mal wieder werde ich erinnert: Zeit für das Vorwort. „Für welche Ausgabe?“, frage ich. „September bis November.“ Spontan fällt mir der Martinstag im November ein und wie herrlich kalt es dann wieder sein wird. Ja, wir hatten bisher einen wirklich heißen und trockenen Sommer – gerade stehen uns nochmal drei Hitzetage ins Haus und dann soll es endlich kühler werden. Wenn Sie dies lesen, wird es also geschafft sein – aber Sie werden sich bestimmt erinnern können.

Ob das mit dem Klima alles seine Richtigkeit hat? Ich glaube, je mehr wir das Große und Ganze im Blick haben, umso schwieriger wird es mit der Zufriedenheit. Ich versuche dann immer wieder, mich auf die kleineren Dinge zu konzentrieren und fast immer finde ich etwas, was mich zufriedener, vielleicht auch dankbarer macht. So wie ein kühler Wind am Abend eines heißen Tages auf der Terrasse...

Und so wünsche ich Ihnen eine schöne Herbstzeit mit den Erinnerungen an diesen heißen Sommer, wenn es draußen wieder grau und kalt sein wird.

Herzlichst, Ihr  
  
Michael Knobel  
Geschäftsführung

 Diakonisches  
**Wohn- und Pflegezentrum**  
Amalie Sieveking

[www.amalie-sieveking.de](http://www.amalie-sieveking.de)

## Angedacht: Erntedank und

Dieser Gruß soll Sie vom September bis November begleiten. Na gut, etwas übertrieben, denn er bleibt wahrscheinlich nicht so lange im Blick – aber der nächste Gruß kommt erst wieder zur Advents- und Weihnachtszeit.

Zwei Feiertage gibt es in den kommenden Monaten: Erntedankfest und Reformationstag, in diesem Jahr nach längerer Debatte zum ersten Mal auch gesetzlicher Feiertag. Ein paar Gedanken zu beiden Tagen möchte ich Ihnen weitergeben.

Es gibt eine alte Tradition des Ernteläutens, jeden Mittag um 12.05 Uhr in der gesamten Erntezeit von Juli bis zum Erntedankfest. Aber nur in einem Dorf, das gar nicht so weit von uns entfernt liegt: Ilten östlich von Hannover, südlich von Lehre. Ein Zeichen für Gottes Beistand zum Gelingen der Ernte, auch Ausdruck der Verbundenheit der Kirchengemeinde mit der regionalen Landwirtschaft, die mit weltmarkt- und umweltbedingten Herausforderungen zu kämpfen hat, z.B. Hitze und Trockenheit, die wir alle in diesem

# Reformationstag

Jahr besonders erlebt haben. Trotz allem dürfen wir auch dieses Jahr wieder Erntedank feiern und uns damit an Schöpfung und Natur erinnern lassen – und daran, wie wenig selbstverständlich es ist, dass wir genug zu essen und zu trinken haben. Unser kleiner Planet im unendlichen (oder doch endlichen?) Universum und wir Menschen darauf aus der Perspektive der Weltraumfahrer, wie kleine Ameisen – das soll Gott, den Schöpfer des Himmels und der Erde, wie Christen es im Glaubensbekenntnis bekennen, interessieren? Er soll sogar für unser Leben und Überleben sorgen? Ja, das glauben und bekennen wir.

Leben heißt danken können, in diesem Sinne wünsche ich Ihnen ein schönes Erntedankfest!

Und dann Reformationstag am 31. Oktober? Das könnte eine persönliche Zuspitzung sein, wie Luther sie erlebt und verstanden hat: Dieser ferne und unbegreifliche Gott hat sich einmal in besonderer Weise unserer Welt und aller Menschen in Jesus Christus angenommen. Christen sehen in ihm das Wesen Gottes, der sich nicht davon abbringen lässt, uns Menschen zu lieben und zu befreien aus der verhängnisvollen Kettenreaktion von Schuld, Rache und Tod. Im Johannesevangelium

(3,16) heißt es: Denn Gott hat die Welt so sehr geliebt, dass er den Menschen seinen einzigen Sohn geschenkt hat, damit jeder, der an ihn glaubt, für immer lebt und nicht verloren geht (Übersetzung Berger). Das zu feiern, fällt Menschen heute schwerer als das Erntedankfest zu feiern. Aber es wäre schade, wenn wegen des Gerangels um den Reformationstag diese Botschaft verloren geht. Denn wir feiern nicht Luther, auch nicht die lutherische Kirche, sondern die gute Nachricht, dass Gott uns durch Jesus Christus seinen Geist schenkt, mit dem es sich gut leben und getrost sterben lässt. Das glauben wir gemeinsam, auch wenn wir noch in unterschiedlichen Kirchen leben.

In diesem Sinne wünscht Ihnen auch einen schönen Reformationstag

Pfarrer Arnold Kiel



# Aus dem Nähkästchen geplaudert

## Der Ernst des Lebens

Im August konnte man in allen Zeitungen die Fotos der ABC-Schützen aus Stadt und Land betrachten. Nach den Sommerferien begann für viele Kinder „der Ernst des Lebens“. Die Schultüte größer als das Kind und prall gefüllt mit lauter schönen Dingen. Der Ranzen mit Pferden, Autos, Tieren und anderen Motiven bunt bedruckt. So starten heutzutage die Kinder als Schüler der ersten Klasse in die Schulwelt.

Und wie war das früher? In den dreißiger Jahren wurde zu Ostern eingeschult. Für Erika Nehls begann die Schulzeit im Jahre 1933 in Oppeln/Oberschlesien. Auch für sie gab es eine Schultüte mit Süßigkeiten und nützlichen Kleinigkeiten für die Schule, sicherlich etwas spärlicher gefüllt als heute. Zur Grundausstattung, so berichtet sie, gehörten die Schiefertafel, der Griffelkasten, ein Schwamm und ein Lappen. Ein Lederetui für die Stifte war für sie schon etwas ganz Besonderes.

Marianne Reinecke wurde ebenfalls 1933 in Essen mitten im Ruhrpott eingeschult. Im Gegensatz zu Erika Nehls, die eine reine Mädchenklasse in einer evangelischen Schule besuchte, war Marianne Reinecke in einer Klasse mit Jungen und Mädchen. Dafür waren die Konfessionen strikt ge-

trennt. „Am Anfang benutzten wir ausschließlich die Schiefertafel und wir lernten zunächst in Sütterlin zu schreiben“, erinnert sie sich lebhaft. Dann setzte sich jedoch die lateinische Schrift durch und man musste nochmal alles neu lernen.

Gertrud Kuhnert besuchte die ersten zwei Schuljahre in ihrer Heimat in Pommern. Nach der Flucht landete sie in Klein Biewende, einem kleinen Dorf nahe unserem schönen Wolfenbüttel. Dort fand der Unterricht zunächst nur unregelmäßig statt, da es an Lehrern mangelte. Alle Kinder von der ersten bis zur achten Klasse wurden in einem Raum von einem Lehrer unterrichtet. Die Kleinen wurden von den Großen abgefragt, andere bekamen eine Stillarbeit während der Lehrer einen anderen Jahrgang unterrichtete. Das funktionierte nur mit Disziplin und teilweise harten Strafen.

Diese Erfahrung musste auch Irmgard Jeziorecki machen. Sie besuchte die Schule in Waldenburg/Schlesien und hatte einen langen Fußweg zur Schule. Als sie eines Morgens aufgrund eines Schneegestöbers etwas zu spät zum Unterricht erschien, gab es dafür Schläge auf die Finger. Heute kaum vorstellbar, damals für viele Kinder Alltag. „Als ich mit vierzehn Jahren nach Adersheim

Einschulung von Erika Nehls (1. Reihe, 4. von links) im Jahr 1933



Heike Schmidtke mit ihrer Schultüte

bei Wolfenbüttel kam, war es vorbei mit der Schule. Da kam ich zum Bauern und habe auf dem Feld Rüben gehackt und musste die gleiche Leistung erbringen wie die Erwachsenen“, erzählt sie mir noch in einem späteren Gespräch.

Alle in unserer Gesprächsrunde hatten einen beschwerlichen und steinigen Weg, aber auch viele schöne Erinnerungen an die Schulzeit. Lange ist es her, aber es kommt uns im Gespräch wie gestern vor.

Ihre Heike Schmidtke

SEPTEMBER-NOVEMBER 2018



## Amalie Sieveking: Vorkämpferin der Diakonie

Als ich vor nunmehr acht Jahren meinen ehrenamtlichen Dienst im Amalie-Sieveking-Haus aufnahm, wusste ich nichts von der Namensgeberin unseres Hauses. In einem Gespräch diesbezüglich mit Herrn Pastor Lang bot er mir die Ausleihe eines alten Büchleins aus seinem Fundus an, mit dem ich meine Wissenslücke schließen konnte. Gesagt, getan.

Also: Amalie Sieveking – unzählige Altenheime und Einrichtungen in Deutschland tragen ihren Namen, auch das Wohn- und Pflegezentrum der Diakonie in Wolfenbüttel. Sie gilt bis heute als eine Mitbegründerin und Wegbegleiterin der organisierten christlichen Diakonie in Deutschland.

Amalie Wilhelmine Sieveking ist am 25. Juli 1794 in Hamburg geboren und am 1. April 1859 abends verstorben. Ihr Vater war der Hamburger Se-

nator Heinrich Christian Sieveking (gest. 1809), ihre Mutter Caroline Louise geb. Volkmann (gest. 1799). Sie wuchs mit vier Brüdern auf. Amalie galt als eine der „höheren Töchter“ und wurde in den feinen Künsten, Musik und Literatur erzogen.

Nach dem frühen Tod des Vaters stand sie ohne Geld und Ausbildung da.



Nach ihrer Konfirmation kam sie bei einer reichen Verwandten, der Witwe Brunnenmann, unter, deren kranken Sohn sie pflegte, erzog und den sie später an Kindes statt annahm. Als 1831 in Hamburg die Cholera ausbrach, arbeitete Amalie freiwillig in den Armenhäusern als Krankenpflegerin. Bald wurde ihr die Aufsicht über das Pflegepersonal übertragen.

Mit anderen bürgerlichen Frauen gründete sie den „Weiblichen Verein für Armen- und Krankenpflege“. Sie ließ Kinderwagen anfertigen und

## Oktober

beauftragte arbeitslose Männer, die Kleinkinder von Arbeiterinnen auszufahren. Mit Mitte zwanzig schreibt Amalie Sieveking in ihr Tagebuch: „Meine Bestimmung auf Erden wird, wenn ich meinen Ahnungen trauen darf, eine jungfräuliche sein. Herr, in Demut und Treue will ich deiner leitenden Hand folgen, wohin sie mich führt.“

Obwohl sie selbst nie eine Universität besucht hat, unterrichtete sie unentgeltlich sechs Mädchen aus der Nachbarschaft. Diesem „Lebensberuf“ oder „Liebesberuf“, wie sie ihn nennt, bleibt sie bis an ihr Lebensende treu. Die Kombination aus christlicher Frömmigkeit, dem Antrieb zur diakonischen Tätigkeit und ihrer nüchternen und disziplinierten Geisteshaltung hat Amalie Sieveking bis zu ihrem letzten Atemzug beibehalten. Sie starb am 1. April 1859 im Alter von 64 Jahren in Hamburg an Tuberkulose.

Die Tochter aus reichem Haus wünschte sich, in einem Armensarg beerdigt zu werden. Der evangelische Theologe Hinrich Wichern (1808-1881) würdigte sie als eine wahrhaft apostolische Frau.

Ihre Marie Luise Haake

Die Blätter schweben wie gelber Schnee ganz leis und sachte von den Bäumen, bis sanft ich auf Teppichboden geh, derweil die Blätter wohl schon träumen.

Der Wind lädt sie ein zum Abschiedstanz, bringt ihnen noch einmal Vergnügen. Dann fallen sie matt im Herbstesglanz zu Boden und bleiben dort liegen.

Die Kraniche geh'n auf die Reise, haben den Sommersitz verlassen. Sie alle sind so klug und weise: ganz ohne Navi, nicht zu fassen!

In Kürbisköpfen auf den Beeten flackern die Lichtlein von Haus zu Haus. Und nach wie vor basteln Poeten sich gerne ein paar Verse daraus.

Helga Schettge

Entnommen aus: [Kastanienblüten. – Hohenwarsleben: vabaduse.de](https://www.vabaduse.de), 2017. – ISBN: 978-3-96004-005-7



# Impressionen vom Sommerfest 2018







# Einsatz von Handpuppen bei Senioren mit Demenz

## Mit Humor durch den Alltag – oft die beste Medizin

„Wozu benutzt man Handpuppen überhaupt in Alten- und Pflegeheimen?“ Sie werden unter anderem zur 10-minütigen Aktivierung bei dementiell erkrankten Menschen eingesetzt. Der Mitarbeiter arbeitet mit der Puppe, um die Bewohner durch die positive Ausstrahlung der Puppe aufzubauen. Zum Beispiel beim Gedächtnistraining, bei der Bewegungstherapie und im täglichen Tagesablauf.

Hier wird mit der sogenannten „Validation“ gearbeitet. Validation ist eine Methode, die bei Patienten mit Orientierungsstörungen erfolgreiche Wirkung zeigt. Sie besteht aus Bestätigung, Wertschätzung und Akzeptanz des verwirrten Menschen. Sie hilft Demenzkranken sich auszudrücken, eine aktive Beschäftigung anzuregen und Gefühle des Glücks und der Zufriedenheit zu erzeugen.

Im Bereich der Kommunikation und der Validation hat sich der Einsatz von Handpuppen in der Pflegearbeit erfolgreich etabliert. Die Erfahrung hat gezeigt, dass die Interaktion mit Handpuppen eine Tür zu dementiell erkrankten Menschen öffnet. Es entsteht eine Kommunikation, die auf Grund ihrer Leichtigkeit und Fröhlichkeit durch die Puppe von den verwirrten Menschen besser verstanden wird. Diese Art der Validation schafft für diese Menschen

eine bessere Lebensqualität, fördert die Kommunikation, verbessert den emotionalen Zustand und steigert die kognitiven Fähigkeiten.

Bei einer Demenz können Sprach- und Wortfindungsstörungen die verbale Kommunikation beeinträchtigen. Häufig scheinen die Patienten wie in ihrer eigenen Welt versunken. Für Mitarbeiter ist es dann nicht einfach, einen Zugang zu ihnen zu finden. Die Handpuppen erreichen die Patienten dann direkt auf der Gefühlsebene, entlocken ihnen starke Reaktionen und schaffen so eine Kommunikationsbasis.

„Veräppeln wir alte Menschen nicht, wenn wir durch Handpuppen mit ihnen sprechen?“ Dazu ein ganz klares „Nein“. Ältere Menschen haben genauso ein Recht auf Spaß, Freude und Spiel wie junge Menschen. Wir verweigern ihnen ein Stück Lebensfreude, wenn wir es nicht tun. Die langjährige Praxis in Altenheimen hat mit dem richtigen und erlernten Umgang der Handpuppen das Gegenteil bewiesen. Probieren Sie es aus, es lohnt sich.

Ihre Ramona Sudau



# Musik und Poesie


## Es war einmal...

Wer erinnert sich nicht an diese drei Worte am Beginn vieler Märchen, die wir in unserer Kindheit mit Begeisterung gelesen haben. Die Autoren waren vielfach Einzelpersonen, wie z.B. Wilhelm Hauff, Hans Christian Andersen und Ludwig Bechstein.

Nun gibt es ein neues, noch unbekanntes Märchen, das erstmalig in unserer AMALIE AKTUELL abgedruckt wird: „Das Märchen vom Aufwachen“.

Im Gegensatz zu früher waren hier mehrere Autoren, die Mitglieder des Kulturkreises „Musik und Poesie“ (siehe Anmerkung auf Seite 13), beteiligt.

Dieses Märchen wurde unter Anleitung von Studentinnen und Studenten der Ostfalia Wolfenbüttel erarbeitet.



Grundlage des „Märchens vom Aufwachen“ ist ein Gedicht von Wilhelm Müller mit dem Titel „Die Nebensonnen“, das im Liedzyklus „Winterreise“ für Singstimme und Klavier von Franz Schubert vertont wurde.

## Die Nebensonnen

*Drei Sonnen sah ich am Himmel steh'n,  
Hab' lang und fest sie angesehen'n;  
Und sie auch standen da so stier,  
Als wollten sie nicht weg von mir.  
Ach, meine Sonnen seid ihr nicht!  
Schaut ander'n doch ins Angesicht!  
Ja, neulich hatt' ich auch wohl drei;  
Nun sind hinab die besten zwei.  
Ging nur die dritt' erst hinterdrein!  
Im Dunkeln wird mir wohler sein.*

„Drei Sonnen am Himmel“ regte unsere Fantasie an, Gedanken wurden notiert, Sätze formuliert und zusammengefügt. So entstand nach und nach eine eigenständige Kurzgeschichte, eben „Das Märchen vom Aufwachen“.

## Das Märchen vom Aufwachen – eine Kurzgeschichte

Es war einmal ein Jüngling, der Urlaub in einer einsamen Wintergegend in einer Blockhütte machte. Es war noch früh am Morgen und draußen bitterkalt, ihm aber war so wohl in seinem warmen Bett, als er erwachte. Er hatte sich viel vorgenommen ►



men für den Tag, doch als er die Augen öffnete, sah er in ein grelles Licht, das ihn schmerzte.

Reflexartig schloss er seine Augen wieder. Da er ein neugieriger Mensch war, wollte er aber doch wissen, was sich hinter dem grellen Licht verbarg. Vorsichtig öffnete er sie wieder. Als sie sich an die Helligkeit gewöhnt hatten, blieb sein Blick an der vereisten Fensterscheibe, durch die das Licht kam, hängen.

Dabei hatte er den Eindruck als würden von draußen drei Sonnen durch das Fenster scheinen. Drei Sonnen!? Eine zugefrorene Scheibe und Reflektionen der Sonne in den Kristallen? Trugbild, Illusion? Ein Phänomen, das interessant genug erschien, um der Sache auf den Grund zu gehen. Erst dann stand er auf und ging zum Fenster hinüber. Um hindurchsehen zu können, versuchte er zunächst, ein Loch in die Eisblumen zu hauchen, das ihm einen Blick in die Außenwelt erlauben sollte. Doch

der Trick aus Kindertagen half ihm nicht viel, es war einfach zu kalt. Seine Neugier war geweckt. Er beschloss, draußen nach der Quelle des Lichtes zu forschen.

In Windeseile zog er sich warm an und trat vor seine Haustür. Ein scharfer Ostwind piff ihm um die Ohren. Am klaren blauen Himmel sah er tatsächlich drei Sonnen stehen. Seine Scheibe zeigte ihm kein Trugbild, es war erschreckende Realität, ihm unerklärlich und unheimlich. Während er dort stand und die drei Sonnen anstarrte, zog eine Wolkenwand herauf und ließ das Phänomen entschwinden. Nun sah er nur noch die blassen Strahlen einer einzigen Sonne, auch der scharfe Ostwind hatte nachgelassen. Letztlich verschwand auch die letzte Sonne hinter der Wolkenwand und ließ ihn mit einem Rätsel zurück.

Hatten die Wolken die Sonnen verschluckt? Würden sie morgen wiederkommen? Werde ich sie noch mal wiedersehen? Bin ich wach oder ist dies nur ein Traum? Eine Antwort fand er nicht und ging unzufrieden in die Hütte zurück. Der Tag zog schnell dahin. Noch immer beschäftigte ihn das morgendliche Phänomen. In der aufziehenden Dämmerung blickte er durch das inzwischen

aufgetaute Fenster. An einem aufgeklärten Himmel sah er die letzten Strahlen der hinter tief verschneiten Baumwipfeln verschwindenden Sonne. Von den Nebensonnen fehlte jede Spur. Zwar blieben seine Fragen unbeantwortet, die Dunkelheit erlöste ihn jedoch von seinen Gedanken und er grübelte nicht weiter, legte sich zu Bett und schlief schließlich ein. Vielleicht erscheinen ihm die Sonnen noch einmal im Traum.

Ihr Kulturkreis

### **Zum Kulturkreis**

Der Kulturkreis trifft sich seit März 2017 wöchentlich montags von 14.30 bis 16.00 Uhr im Atrium des Betreuten Wohnens. Wir diskutieren Themen aus Musik und Poesie, wobei u.a. auf der Grundlage von vorhandenen Gemälden, Gedichten und deren Musikvertonungen neue Gedichte und Kurzgeschichten entstehen.

Ein Bericht über die Arbeit des Kulturkreises ist in der AMALIE AKTUELL Ausgabe März-Mai 2018 abgedruckt.

## Umschulung nach Praktikum

Mein Name ist Heike Meyer. Ich bin 1974 in Wolfenbüttel geboren und wohne zurzeit mit meiner Tochter Lisa-Marie in Schöppenstedt. Seit September 2017 war ich als Praktikantin im Sozialen Dienst im Amalie-Sieveking-Haus tätig.

Während meines Praktikums hatte ich vielseitige Aufgaben. Zu diesen gehörten Arztbesuche, die Durchführung von Zeitungsrunden, Gedächtnistraining und die Backgruppe auf der Station 2. Dort habe ich mit den Bewohnern leckeres Naschwerk vorbereitet und gebacken.

Die Gruppenarbeit mit den Bewohnern hat mir sehr viel Spaß und Freude bereitet. Außerhalb der Gruppenangebote hatte ich gern ein offenes Ohr für die Bewohner, so dass mir viele berührende Geschichten erzählt wurden. Auch wenn es einmal etwas Trauriges zu berichten gab, habe ich versucht, den Senioren immer wieder ein Lächeln ins Gesicht zu zaubern.

Durch das Praktikum konnte ich einen fundierten Einblick in das Berufsfeld der Alltagsbegleitung bekommen. Dies hat mir so gut gefallen, dass ich Ende Juli meine Umschulung als Alltagsbegleitung begonnen habe.

Ich möchte mich hiermit bei Herrn Knobel und Frau Pleßmann für den tollen Praktikumsplatz bedanken. Ein besonderer Dank geht auch an die Bewohner sowie die Schwestern und Pfleger der jeweiligen Stationen. Natürlich möchte ich auch meine lieben Kolleginnen nicht vergessen, die mir immer mit Rat und Tat zur Seite standen und mich unterstützt haben.

Heike Meyer



## Oma hat's geahnt

Mein Name ist Barbara Anna Teufl-Dörner. Ich bin 30 Jahre alt, habe am 2. Mai Geburtstag und wurde im schönen Salzburg (Österreich) geboren. Vor sechs Jahren bin ich durch meinen Mann, der in Niedersachsen geboren ist, auch nach Niedersachsen in das kleine Dörfchen Heiningen gezogen. Meine zwei Kinder Lucian und Maja haben Sie bereits als „Hänsel und Gretel“ kennengelernt. Durch mein Elternhaus und die Arbeit meiner Eltern in der Kirche bekam ich sehr früh die ersten Prägungen für soziale Arbeit. Mir lag schon bald der freundliche und liebevolle Umgang mit anderen Menschen sehr am Herzen und es erfüllt mich mit Freude.

Zu meiner Berufswahl brachte mich meine liebe Oma. Sie war diejenige, die einmal zu mir sagte: „Barbara, du wirst entweder Hebamme oder im Altenheim arbeiten“. Dieser Satz ließ mich nicht mehr los und sie hatte Recht behalten. Seit knapp einem Jahr arbeite ich nun als Praktikantin im Amalie-Sieveking-Haus und es vergeht kein Tag, der mich nicht mit Freude erfüllt. Es macht mir so viel Spaß, wenn ich mich mit den Bewohnern unterhalten kann oder mit ihnen gemeinsam etwas unternehme, dass ich mich nun dazu entschlossen habe, diesen Berufsweg einzuschlagen!



Durch das Haus Amalie Sieveking und dessen Mitarbeiter und Bewohner fasste ich den Entschluss, am 30. Juli 2018 mit der schulischen Ausbildung anzufangen.

Ich hoffe, dass ich auch weiterhin auf so wunderbare Bewohner und Mitarbeiter treffe, die diese Arbeit so interessant und unvergleichlich machen.

Barbara Teufl-Dörner

# Sicher mit dem Rollator im Straßenverkehr

## Der Kauf

Schon beim Kauf eines Rollators sollte man wissen, was genau man braucht. Es ist nicht jeder Rollator bei jeder Erkrankung gleich gut geeignet. Benötige ich den Rollator hauptsächlich im Haus oder eher draußen? Brauche ich Stabilität oder Komfort – oder beides? In besonderen Fällen kann der Arzt einen Rollator mit besonderen Diagnosen verschreiben, z.B. „Einhandbremse bei Schlaganfallpatienten“. Dann kann auf Kosten der Krankenkasse ein besseres Therapiegerät als sonst angeschafft werden.

Wichtige Faktoren sind beim Kauf das Gewicht (Stahlrohr- oder Alu-Rahmen), die Bremsen, die Art der Reifen und die Einstellungsmöglichkeiten. Gleiches gilt für eine feste Sitzmöglichkeit mit Rückenhalterung, um sicher eine Pause machen zu können. Kleine aber wichtige Hilfsmittel sind z.B. Ankipphilfen (für das sichere Überwinden von Hindernissen oder Stufen durch Anheben der vorderen Räder) oder Kantenabweiser an den Rädern (um nicht an Ecken hängen zu bleiben). Der Rollator sollte leicht zusammenlegbar sein – leider geht das bei jedem Rollator anders.

Für die Sicherheit sind Feststellbremsen, Klingeln und eine Gehstockhalterung wichtig. Sicherheitsrelevant sind zudem reflektierende Elemente, da die meisten Rollatoren dunkel und deshalb schlecht zu sehen sind. Der Anbau von Lampen, z.B. batteriebetriebenen Fahrradlampen, verbessert die Sichtbarkeit.

Für den Einkauf oder die sichere Ablage einer Handtasche ist ein verschließbarer Korb erforderlich. Dieser Korb sollte nicht überladen werden, durch die Gewichtsverlagerung verliert man leichter das Gleichgewicht.

Bereits im Geschäft, vor dem Kauf, sollte man sich intensiv beraten lassen und den Rollator aus-





probieren. Anschließend soll Zuhause aufmerksam die Bedienungsanleitung durchgelesen werden!

## Die Nutzung

Der Rollator ist eine „Gehhilfe“ und kein „Gehilfe“ – also kein Einkaufswagen. Deshalb sollte er möglichst nicht vor dem Körper geschoben werden (mit der Gefahr des Wegrutschens), sondern dem Menschen beim Gehen Stabilität geben. Ältere haben oft einen engen Beistand und machen kurze Schritte. Dies kann durch einen Rollator verbessert werden. Die Griffe sollten bei hängenden Armen in Höhe des Handgelenks sein. Dadurch erreicht man eine aufrechte Gehhaltung. Es gibt Nutzer, die einen Buckel haben, weil sie den Rollator falsch benutzen (schieben) und nicht, weil sie vorher schon eine entsprechende Erkrankung hatten. Durch die Buckelhaltung verschlechtert sich auch die Atmung.



Üben Sie wegen der Sturzgefahr zunächst immer mit einer Begleitperson Zuhause. Trainieren Sie auch an Hindernissen, wie Bordsteinen. Durch falsches Verhalten kommt es zunehmend zu Verkehrsunfällen mit Rollatoren. Sie können auch Ihre Muskulatur durch einfache Übungen am Rollator verbessern. Insbesondere das Kurvenfahren, das Überwinden von Hindernissen (immer an die Feststellbremse denken) und das Fahren mit Bus und Bahn (nie während der Fahrt auf den Rollator setzen; auf Klingeln kommt oft der Fahrer und lässt eine Einfahrhilfe am Mitteleingang herunter) sollten intensiv geübt werden.

Der Vertrag mit dem Sanitätshaus sollte gut durchgelesen werden. Oftmals sind darin eine intensive Einweisung bei Lieferung, eine jährliche Durchsicht oder alle drei Jahre ein neuer Rollatoren vorgesehen.

Dies sind nur erste Informationen. Besser ist ein richtiges Rollatortraining. Ein Rollator ist kein Makel, sondern eine gute Hilfe bei der Verbesserung der Mobilität.

Gerhard Schmidt  
Geschäftsführer der Verkehrswacht Wolfenbüttel

# Regelmäßige Termine

## Montags

- 10.00 Uhr Gedächtnistraining
- 10.30 Uhr Kraft- und Balance-Training
- 16.00 Uhr Märchen und Geschichten

## Dienstags

- 14.00 Uhr Kreatives Projekt
- 16.00 Uhr Gedichte
- 17.00 Uhr Schach-AG

## Mittwochs

- 10.00 Uhr Sitztanz
- 14.00 Uhr Kreatives Projekt
- 16.00 Uhr Gesprächskreis

## Donnerstags

- 10.00 Uhr Kochen und Backen
- 10.00 Uhr Zeitungsrunde
- 14.00 Uhr Kreatives Projekt
- 16.00 Uhr Singkreis

## Freitags

- 10.00 Uhr Biographische Spiele
- 10.30 Uhr Kraft- und Balance-Training
- 14.00 Uhr Bingo

## Samstags

- 10.00 Uhr Kraft- und Balance-Training
- 14.00 Uhr Singen

### Impressum

Diakonisches Wohn- und Pflegezentrum Amalie Sieveking gGmbH  
Schulwall 2, 38300 Wolfenbüttel, [www.amalie-sieveking-haus.de](http://www.amalie-sieveking-haus.de)  
Redaktion: Michael Knobel (v.i.S.d.P.), Martina Pleßmann, Andreas Warmbein  
Auflage: 500 Stück  
Nächste Ausgabe: 1. Dezember 2018  
Gestaltung und Konzept: WARMBEIN kommunikation

# September 2018

- |    |          |           |   |
|----|----------|-----------|---|
| Mo | 3. Sept  | 14.30 Uhr | Musik und Poesie                              |
|    |          | 15.30 Uhr | Konfirmanden                                  |
| Di | 4. Sept  | 10.30 Uhr | Ev. Gottesdienst                              |
| Mi | 5. Sept  | 15.30 Uhr | Konfirmanden                                  |
| Do | 6. Sept  | 11.00 Uhr | Bibelkreis                                    |
| Mo | 10. Sept | 14.30 Uhr | Musik und Poesie                              |
|    |          | 15.30 Uhr | Konfirmanden                                  |
|    |          | 17.30 Uhr | Angehörigenabend                              |
| Di | 11. Sept | 9.30 Uhr  | Nähstube                                      |
|    |          | 18.30 Uhr | Vortrag „Umgang mit Tabuthemen“               |
| Mi | 12. Sept | 15.30 Uhr | Konfirmanden                                  |
| Do | 13. Sept | 16.00 Uhr | Märchenstube                                  |
| Mo | 17. Sept | 13.30 Uhr | Palliative Beratung                           |
|    |          | 14.30 Uhr | Musik und Poesie                              |
|    |          | 15.00 Uhr | Bewohnervertretungssitzung                    |
|    |          | 15.30 Uhr | Konfirmanden                                  |
| Di | 18. Sept | 10.30 Uhr | Ev. Gottesdienst                              |
| Mi | 19. Sept | 15.30 Uhr | Konfirmanden                                  |
| Do | 20. Sept | 11.00 Uhr | Bibelkreis                                    |
|    |          | 16.00 Uhr | Theaterwerkstatt                              |
| Fr | 21. Sept | 16.00 Uhr | Herrenrunde                                   |
| Mo | 24. Sept | 15.00 Uhr | Mietertreffen                                 |
|    |          | 15.30 Uhr | Musik und Poesie                              |
|    |          | 15.30 Uhr | Konfirmanden                                  |
| Di | 25. Sept | 9.30 Uhr  | Nähstube                                      |
|    |          | 10.00 Uhr | Arbeitskreis Wetterstation mit Herrn Böttrich |
| Mi | 26. Sept | 15.30 Uhr | Konfirmanden                                  |
| Do | 27. Sept | 16.00 Uhr | Lesung mit Frau Haake „Theodor Storm“         |
| Fr | 28. Sept | 16.00 Uhr | Kath. Gottesdienst                            |

Mo 1. Okt 14.30 Uhr Musik und Poesie  
 15.30 Uhr Konfirmanden

Di 2. Okt 10.30 Uhr Ev. Gottesdienst

Do 4. Okt 11.00 Uhr Bibelkreis

Mo 8. Okt 14.30 Uhr Musik und Poesie  
 15.30 Uhr Konfirmanden

Di 9. Okt 9.30 Uhr Nähstube

Mi 10. Okt 10.00 Uhr Kindergarten  
 15.30 Uhr Konfirmanden

Do 11. Okt 16.00 Uhr Lichtbildvortrag  
 mit Herrn Winter

Mo 15. Okt 14.30 Uhr Musik und Poesie  
 15.00 Uhr Bewohnervertretungssitzung  
 15.30 Uhr Konfirmanden

Di 16. Okt 10.30 Uhr Ev. Gottesdienst  
 15.00 Uhr Herbstfest

Mi 17. Okt 15.30 Uhr Konfirmanden

Do 18. Okt 11.00 Uhr Bibelkreis  
 16.00 Uhr Theaterwerkstatt

Fr 19. Okt 16.00 Uhr Herrenrunde

Mo 22. Okt 14.30 Uhr Musik und Poesie  
 15.30 Uhr Konfirmanden

Di 23. Okt 9.30 Uhr Nähstube  
 10.00 Uhr Arbeitskreis Wetterstation  
 mit Herrn Böttrich

Mi 24. Okt 15.30 Uhr Konfirmanden

Do 25. Okt 16.00 Uhr Chorkonzert

Fr 26. Okt 16.00 Uhr Kath. Gottesdienst

Mo 29. Okt 12.30 Uhr Dach- und Fachtag der  
 Dachstiftung der Diakonie  
 13.30 Uhr Palliative Beratung  
 15.00 Uhr Mietertreffen  
 15.30 Uhr Musik und Poesie  
 15.30 Uhr Konfirmanden

Mi 31. Okt 15.30 Uhr Konfirmanden

Do 1. Nov 11.00 Uhr Bibelkreis  
 18.30 Uhr Vortrag Patientenverfügung

Mo 5. Nov 14.30 Uhr Musik und Poesie  
 15.30 Uhr Konfirmanden

Di 6. Nov 9.30 Uhr Nähstube  
 10.30 Uhr Ev. Gottesdienst

Mi 7. Nov 10.00 Uhr Kindergarten  
 15.30 Uhr Konfirmanden

Do 8. Nov 16.00 Uhr Orgelkonzert

Mo 12. Nov 14.30 Uhr Musik und Poesie  
 15.30 Uhr Konfirmanden

Di 13. Nov 17.30 Uhr Wildessen (Vor Anmeldung  
 erbeten)

Mi 14. Nov 15.30 Uhr Konfirmanden

Do 15. Nov 11.00 Uhr Bibelkreis

Mo 19. Nov 13.30 Uhr Palliative Beratung  
 14.30 Uhr Musik und Poesie  
 15.00 Uhr Bewohnervertretungssitzung  
 15.30 Uhr Konfirmanden

Di 20. Nov 9.30 Uhr Nähstube  
 10.30 Uhr Ev. Gottesdienst  
 16.00 Uhr Theaterwerkstatt

Mi 21. Nov 15.30 Uhr Konfirmanden  
 16.00 Uhr Lesung mit Frau Haake  
 „Theodor Storm“

Fr 23. Nov 16.00 Uhr Kath. Gottesdienst  
 16.00 Uhr Herrenrunde

Mo 26. Nov 15.00 Uhr Mietertreffen  
 15.30 Uhr Musik und Poesie  
 15.30 Uhr Verabschiedung  
 Konfirmanden

Di 27. Nov 10.00 Uhr Arbeitskreis Wetterstation  
 mit Herrn Böttrich  
 16.00 Uhr Gedenkgottesdienst

Fr 30. Nov 15.00 Uhr Adventliche Einstimmung



Diakonisches  
**Wohn- und Pflegezentrum**  
 Amalie Sieveking