



Shopping Star ■

Franziskushaus in der Ruhr ■

Elli und die Wildpferde ■

Ausgabe 2021

Inhaltsverzeichnis	02
Social Media	03
Vorwort	04
Quartiere - rundum versorgt	05
Die schönsten Bilder des Jahres	06
Shopping Star	10
Franziskushaus in der Ruhr	14
Elli und die Wildpferde	18
Die Welt, wie sie uns gefällt	20
Herzenswunsch Berlin	22
Ein Jahrmarkt im Emmaus Garten	24
Laurentius Quartier wird 40	26
Fitness-Geschenk für Pflegende	30
Forschungsprojekt entwickelt Methodenkoffer	32
Wir an uns: 40 Jahre im Dienst am Menschen	34
Auf einen Blick	35

Impressum

Herausgeberin | Contilia Pflege und Betreuung GmbH
 Huttropstraße 58 | 45138 Essen | Fon 0201 65056-7110 | www.contilia.de
Redaktion | Heinz-Jürgen Heiske (V.i.S.d.P.) | **Redaktionsleitung** | Katja Grün
Grafik | Mariano Iaccarino | **Druck** | Brochmann GmbH, Essen

Weitere Texte: S.21: Veronika de Buhr | S.26-29: Karin Scharf | S.32-33: Anna Bußmann | Dr. Vera Gerling | Prof. Natalie Pomorin | Anne-Katrin Teichmüller | Hendrik Wolthaus

Fotos und Illustrationen | Katja Grün | Titel, S.06-09: ©Christian Deutscher | S.03: ©Dinadesign, stock.adobe.com | S.04: ©Tugrul Ertugrul, Hairgroup Backstage | S.05,08: Mariano Iaccarino | S.06: ©Nikolay E, stock.adobe.com | ©gluuker, stock.adobe.com | S.07: ©Gudellaphoto, stock.adobe.com | S.08: ©Adam, stock.adobe.com | ©lofik, stock.adobe.com | ©Andrea, stock.adobe.com | ©by-studio, stock.adobe.com | S.09: ©Creaturart, stock.adobe.com | ©sara_winter, stock.adobe.com | ©Delphotostock, stock.adobe.com | ©Sazonov Vladimir, stock.adobe.com | S.10,12: ©tatoman, stock.adobe.com | S.20-21: Veronika de Buhr | ©buddee wiangngorn, stock.adobe.com | ©Africa Studio, stock.adobe.com | S.22-23,26-29: Michael Maßmann | ©JFL Photography, stock.adobe.com | S.24-25: Tim Schönbohm | S.26-29: ©Magdalena Stengel | ©Ruth Black, stock.adobe.com | Horst Wiedemann | S.30: ©Yuttapong, stock.adobe.com | S.32: ©Nikki Zalewski, stock.adobe.com | Rückseite: ©Kautz15, stock.adobe.com

Folgen Sie uns auf Social Media:

  @Contilia Pflege und Betreuung



Neugier · Gemeinschaft · Liebe Kreativität · Lebensfreude

Sehr geehrte Leserinnen, sehr geehrte Leser,

wieder blicken wir auf ein besonderes Jahr zurück, in dem sicher nicht alles so verlaufen ist, wie wir es uns gewünscht hätten. Für unsere Bewohner:innen, Gäste, Mieter:innen und Mitarbeitenden. Aber trotz aller Corona Umstände ist es uns gelungen, in den Quartieren der Contilia Pflege und Betreuung für besondere Momente, für Begegnungen und Geselligkeit, für Frohsinn und kleine Abenteuer zu sorgen. Oft sind es ja die scheinbar kleinen Dinge im Leben, die so ungemein wertvoll sind. Sei es das Gefühl der Geborgenheit durch eine Umar-

mung, das unbeschwerte Kinderlachen auf dem Spielplatz oder das sanfte Schnauben durch Pferdenüstern. Diese kleinen Geschichten möchten wir Ihnen in der AlterNativ erzählen.

Unsere Mitarbeitenden sind die Triebfedern, die Kreativköpfe, die breiten Schultern, die tüchtigen Hände und guten Freunde, die all diese Geschichten ermöglichen. Sie haben mit viel Engagement bewiesen, dass sie die „Big Five“ der Contilia Tag für Tag mit Leben füllen:

NEUGIER | GEMEINSCHAFT | LIEBE | KREATIVITÄT | LEBENSFREUDE

Lassen Sie uns weiterhin neugierig aufeinander sein, auf neue und andere Menschen, auf junge wie alte. Lassen Sie uns auf neue Entwicklungen interessiert und offen schauen. Lassen Sie uns in Gemeinschaft zusammenhalten und so die Last auf viele Schultern verteilen, auf dass sie niemand allein zu tragen hat, wir uns aufeinander verlassen können. Lassen Sie uns jedem mit einer Grundhaltung der Liebe begegnen, tolerant und vertrauenswürdig sein. Lassen Sie uns Freiräume für Kreativität erhalten, um neue Wege zu finden, das Besondere zu erschaffen, Perspektiven zu eröffnen. Und lassen Sie uns unseren Dienst am Menschen mit Lebensfreude tun. Gehen wir voran und stecken wir andere an, in dem Glauben, dass wir uns jeden Tag aufs Neue dafür entscheiden, dass dies ein guter Tag werden wird.

Es grüßt Sie herzlich ■



Katja Grün
Bereichsleiterin Unternehmenskommunikation
Contilia Pflege und Betreuung

▶ Quartiere

Rundum gut versorgt

Selbstbestimmt und aktiv sein, am Leben teilnehmen, Begegnungen und Freude haben – diesen Wunsch hegen wohl alle Menschen. Manchmal braucht es jedoch Hilfe, um seinen Alltag zu meistern. In unseren Quartieren sorgen wir gerne für Ihre Bedürfnisse.

Die Bevölkerungsstruktur verändert sich, viele ältere stehen weniger jungen Menschen gegenüber. Gleichwohl sind viele ortsverbunden, identifizieren sich mit ihrem Lebensumfeld, in dem sie sich geborgen, wohl und zuhause fühlen. Das Zusammenleben braucht neue Gestaltungen. Die Bildung von Quartieren, in denen Menschen allen Alters in ihrem vertrauten Umfeld leben und gut erreichbare Orte der Begegnung finden, Gemeinschaft erfahren, sich versorgen oder versorgt werden können, ist ein Schritt in Richtung Zukunft. Quartiere sind ein geeigneter Ort, Hilfe zu erhalten, sich einbringen zu können und um sich in häuslicher Umgebung sicher und angenommen zu fühlen.

Mit der Entwicklung unserer Standorte hin zu Quartieren stellen uns auf die veränderten Bedürfnisse ein und bieten Ihnen auch rund um unsere Standort und zusätzlich zu den gewohnten Leistungen vielfältige Serviceangebote. Wir wollen Ihnen Fixpunkt sein, Ihnen Wohnen, Versorgung und soziale Teilhabe ermöglichen, mit Rat und Tat zur Seite stehen sowie Lebensqualität unterstützen.

Wir bieten Ihnen:

- **Stift** vollstationäre Pflege und Betreuung
- **Mobil** ambulante Pflege und Betreuung sowie Service im häuslichen Umfeld
- **Tagespflege** teilstationäre Pflege und Betreuung
- **Wohnen** seniorengerechtes Wohnen

Fühlen Sie sich rundum gut versorgt
in unseren Quartieren. ■



Die schönsten Bilder des Jahres

Jedes Quartier der Contilia Pflege und Betreuung hat seinen eigenen Charme, seine eigenen Besonderheiten und Traditionen.

Für die Titelseiten der jeweiligen Quartierszeitungen wurden einige Highlights des Jahres in Bildern eingefangen. Dafür ging es endlich mal wieder ins Fotostudio und die Senioren:innen standen endlich wieder im Rampenlicht. Was für eine Freude! „James Dean“ war da, Frau Antje auch, man trank Rosé Sekt aus Sektschalen, beschmierte sich mit Ruß, hörte Musik von Elvis Presley, Peter Alexander und beim Après Ski Motiv auch den einen oder anderen Ballermann Hit. Die kreativen Bildideen der Mitarbeitenden waren bis ins Details vorbereitet. Die Kostüme luden die Senioren:innen förmlich ein, in eine „andere Haut“ zu schlüpfen. Vom wärmenden Ski Dress über Petticoats der 50er Jahre, Grubenhemd oder venezianische Masken. Ein professionelles Make up rundete die Illusion ab und schon waren da drei Kumpel mit Helm und Grubenlampe, zwei Kartoffelbauern und ja, ein fast echter James Dean, zwei „Groupies“ inklusive.

Entstanden sind viele tolle Fotos, die zeigen, wie bunt und abwechslungsreich es in unseren Quartieren zugeht. Singen, tanzen, lachen, feiern – wir laden herzlich ein, wann immer es geht, das Leben gemeinsam zu genießen. ■



St. Elisabeth Quartier



Franziskus Quartier





Haus Berge Quartier

St. Andreas Quartier

Christophorus Quartier

St. Elisabeth Quartier

Laurentius Quartier



Engelbertus Quartier

Haus Berge Quartier

Engelbertus Quartier

St. Andreas Quartier

Franziskus Quartier



SHOPPING STAR

Neues Outfit gefällig?
Vielleicht eines im eleganten Coco Chanel Stil oder
doch lieber bunt und hip, mit Prints und Fransen?

Wer die ganz ähnliche Fernsehserie rund um den charman-
ten Guido Maria Kretschmer kennt, kann sich ungefähr vorstellen, auf
welches Abenteuer sich zwölf Bewohnerinnen der Contilia Senio-
renstiftung einließen. Für jede Dame galt es, einem Motto folgend
auf Shopping Tour zu gehen. „Lady in red“, „Auf den Hut ge-
kommen“, „Ein Tag am Meer“ oder „ABBA's greatest Hit“ –
jeder Shopping Star bekam ein eigenes, ganz individuelles
Motto, das ihm auf den Leib geschnitten war.

Begleitet und beraten durch die Tochter, die beste
Freundin oder eine:n Betreuungsmitarbeiter:in ging
es auf Tour in die Innenstädte. Das Auto mit den
pinken Schildern sorgte vielerorts für Aufsehen,
Menschen blieben stehen, staunten, lächelten.
Und unsere Shopping Stars? Die winkten ihrem
Publikum zu, es wurde gehupt, die Musik auf-
gedreht, im Bus angestoßen und gefeiert.
Mit oder ohne Stock, mit Rollator oder im
Rollstuhl wurden Boutiquen, Modehäuser,
Juweliere und Schuhgeschäfte in Essen, Gevels-
berg, Schwelm, Moers, Oberhausen, Bochum und
Mülheim an der Ruhr unsicher gemacht.

Nächste Seite! ▶





„Guten Tag, wir sind von Shopping Star“

Überall wurden die Seniorinnen aufs Herzlichste willkommen geheißen. Sie erhielten in den Geschäften ausgezeichnete Beratung und Unterstützung auf dem Weg zu ihrem Traum Outfit. Ohne Zeitlimit, dafür mit genügend Pausen, verliefen die Shopping Touren recht gemütlich. Mal genoss man ein Kaffeekränzchen zwischen Kleiderständen und Schuhkartons, trank Sekt in der Umkleidekabine oder kehrte zwischendurch beim Italiener ein.

Fündig wurden sie alle und waren am Ende des Tages, mit vollen Taschen, müde, aber glücklich. Nun warten die Shopping Stars auf den Laufstegevent, um ihre Outfits vor Publikum und Jury präsentieren zu können. Der Termin steht noch aus, auch an der Jury wird noch gearbeitet. Wen alle dort am liebsten sähen? Nun ja, den Guido natürlich...

Fortsetzung folgt! ■



Franziskushaus in der Ruhr



Ursula Heidermann (93) freut sich, wieder zuhause zu sein.



Donnerstag, 15. Juli 2021 – es rausch vor den Fenstern des Franziskushauses.

Hier fließt die Ruhr durch die sonst so idyllischen Ruhrauen. An diesem Tag jedoch wurde das Rauschen lauter, das Wasser stieg bedrohlich. Die Sorge, dass die Einrichtung wegen Hochwassers evakuiert werden müsste, bestätigte sich um 12 Uhr.

Die meisten Vorbereitungen für die Evakuierung waren bis dahin jedoch bereits vorsorglich getroffen worden. Unterkünfte waren gefunden in den Verbundeinrichtungen der Contilia als auch in anderen Senioreneinrichtungen in Mülheim, die freie Plätze zur Verfügung stellten. Das nötigste Hab und Gut war gepackt, alle Angehörigen wurden in den kommenden Stunden informiert. Eine logistische Hochleistung war es, gemeinsam mit dem Deutschen roten Kreuz und der Feuerwehr Mülheim die Verlegung zu organisieren und den Überblick zu behalten. Nicht nur die Senioren:innen, auch die Mitarbeitenden mussten den Unterkünften zugeteilt werden. Insgesamt 109 Bewohner:innen wurden mit Unterstützung der Rettungsdienste Mülheim, Duisburg und Essen in ihre Übergangsunterbringungen trans-

portiert. Ein anstrengenden Tag ging am späten Abend zuende.

Die nächsten vier Tage verbrachte man in den Notunterkünften, die gar nicht so notdürftig waren. Viele Senioren:innen fühlten sich sehr gut aufgehoben, denn die Mitarbeitenden taten alles Erdenkliche, um diese Zeit so angenehm wie möglich zu gestalten. Betreuung wurde groß geschrieben, man frühstückte gemeinsam, machte das eine oder andere Spielchen und erkundete bei kleinen Spaziergängen das neue Umfeld. „Fast wie ein kleiner Urlaub“, so berichtete Ursula Heidermann (93), die im St. Andreas Quartier beherbergt wurde und sich dort richtig wohl fühlte. Als passionierte Gärtnerin genoss sie insbesondere den kleinen, feinen Garten hinter dem Haus. „Eigentlich wollte ich mir noch ein paar Ableger mitnehmen.“ Doch dann ging alles ganz schnell. Nach vier Tagen erreichte alle die erlösende Meldung: Das Wasser, das zum Glück nur den Keller erreicht

Nächste Seite! ►





hatte, war wieder gewichen. Zwei Aufzüge waren ausgepumpt worden und wieder funktionstüchtig. Auch Strom, Gas und Telefon funktionierten wieder. So konnten die Senioren:innen schon Dienstag und Mittwoch in ihr Franziskushaus zurückziehen. Trotz der fantastischen Übergangsunterkünfte war die Erleichterung groß, wieder zuhause zu sein. Am Mittwochnachmittag waren die Bänke vor dem Haus an der Ruhr schon wieder gut besetzt, man hatte sich viel zu erzählen aus der ereignisreichen Zeit.



Allen Menschen, die in irgendeiner Weise geholfen haben, kann man gar nicht genug danken. Fürs Anpacken, auch über den Dienst hinaus, fürs Funktionieren in einem adhoc zusammengewürfelten Team, fürs mal eben aus dem Urlaub zurückkommen, fürs Taschen packen, fürs Rollstühle schieben, fürs Organisieren, Telefonieren, Informieren und fürs Dasein für die Senioren:innen, für beruhigende Worte, fürs Sicherheit geben und fürs Händchen halten. **Danke.** ■



*Ihr seid
meine Helden!*

"Ich hörte das Wasser unter meinem Fenster rauschen, laut, bedrohlich. Ich hatte richtig Angst", erinnert sich Magda Didcies (89). "Ich bin so froh, dass ihr für mich gesorgt habt. Ihr seid meine Helden!"

Elli und die Wildpferde

Haben Sie schon mal auf einem Feld mit 400 Wildpferden gestanden? Für die Bewohner:innen des St. Elisabeth Quartiers in Duisburg war das eine ganz neue und sehr beeindruckende Erfahrung. Im Münsterland lebt diese Herde und Försterin Frederike Rövenkamp erläuterte, wie das Sozialgefüge der Tiere funktioniert. Die Stuten sind wie Lehrerinnen, die sich um ihre Klassen kümmern. Man sieht genau, wer in den Verbund gehört, wenn sich die entsprechende Stute in Bewegung setzt. Ihre Klasse folgt ihr sofort. Die Kommunikation zwischen den Pferden geschehe in der Regel lautlos, sie verständigen sich mit Gesten. „Das, was wir hören, sind nur Kommandos zwischen Mutter und Kind, etwa 'komm hierhin', 'wir wollen los', 'beeil dich'“, erklärt Rövenkamp das leise Wiehern und Schnauben.

Die Pferde werden nie gestreichelt, denn es sollen Wildpferde bleiben, und eigentlich dürfen Gäste die recht scheuen Tiere nur hinter einem Zaun betrachten. Für uns machte die Försterin eine Ausnahme. Die Senioren:innen standen mit ihren Rollatoren oder saßen in ihren Rollstühlen mitten auf dem Feld. Die vorsichtigen Tiere beobachteten die Gruppe erst ausgiebig, bevor sie sich nach und nach, Stück für Stück, etwas näher heran wagten. Und dann begab sich ein kleines Zaubermoment. „Kommt nur her, ich bin die Elli“, lockte die 88 jährige Elli Nitsche mit ruhiger Stimme. Tatsächlich traute sich das erste Wildpferd, machte einen langen Hals und schnupperte interessiert am Rollator. Es folgten ein zweites und ein drittes Pferd, bei denen die Neugier siegte. Alle Umstehenden hielten den Atem an, denn alle spürten sie wohl, die Magie in der Kommunikation zwischen Elli und den Wildpferden. ■





Die Welt, wie sie uns gefällt



Ein kunterbuntes Fest auf dem Mehrgenerationenspielplatz

„Es gibt kein Verbot für alte Weiber, auf Bäume zu klettern“, formulierte die fabelhafte Astrid Lindgren einst und brachte es damit auf den Punkt. Lebensfreude, Farbe, Neugierde und Verspieltheit – das alles gehört nicht nur in die Kindheit, sondern durchaus auch ins höhere Alter.

Auf ganz wunderbare Weise wird dies immer wieder bei dem großen Fest auf dem Mehrgenerationenspielplatz an der Paulinenstraße deutlich. Die Kirchengemeinde und das St. Andreas Stift teilen sich die Patenschaft für den Spielplatz und organisieren jährlich ein kunterbuntes Fest für Kinder, für Eltern und Großeltern und für jeden, der das Kind in sich bewahrt hat. Nachdem die Feier im vergangenen Jahr leider wegen der Corona-Pandemie ausfallen musste, strahlten die Gesichter aller Beteiligten in diesem Jahr umso mehr. Welch ein Glücksgefühl nach den ganzen Entbehungen!

Die Spielplatzpaten organisierten Kuchen, Waffeln, Grillwürstchen und mit Liebe geknotete Luftballontiere. Pippi Langstrumpf wurde von den Kindern, die das Fest schon aus den vergangenen Jahren kannten, sehnsüchtig erwartet. Und auch die Damen und Herren älteren Semesters begrüßten das stärkste Mädchen der Welt mit einem großen „Hallo“. Pippi Langstrumpf ist einfach alterslos und schafft es spielerisch, einen Bogen von Alt zu Jung, von Groß zu Klein zu schlagen. Herrlich.

Bei der fröhlichen Sause war auch das Spielmobil des Deutschen Kinderschutzbundes wieder mit von der Partie und sorgte neben Hüpfburg und Kinderschminken für vielfältige und kreative Spielmöglichkeiten. Da leuchteten die Augen der Kinder, aber auch die Senioren:innen freuten sich riesig über die ausgelassene Stimmung, das heitere Miteinander und die Leichtigkeit des Augenblicks.

Ein treffenderes und fröhlicheres Sinnbild für generationenübergreifende Verbundenheit und für die Kraft der Begegnung kann es nicht geben. ■



Herzenswunsch Berlin

Einmal Berlin sehen – das war der große Wunsch von Christa Wrobel.

Gereist ist die 76 jährige Bewohnerin des Laurentius Quartiers viel in ihrem Leben. Urlaub machte sie unter anderem in Griechenland, Spanien, Portugal und der Türkei. Auch innerhalb Deutschlands ist sie durchaus rumgekommen, war zum Wandern im Schwarzwald, im Sauerland und im Allgäu. Doch die deutsche Hauptstadt hatte die Seniorin noch nie bereist. Höchste Zeit, dies nachzuholen, dachte sich auch die Belegschaft des Hauses, als sie von dem Herzenswunsch erfuhr.

Im November wurden die Koffer gepackt. In Begleitung von Betreuungsmitarbeiterin Silvia Grimm und Einrichtungsleiter Michael Maßmann ging es mit dem Flieger ruckzuck in die quirlige Metropole. Das gebuchte Hotel lag praktischerweise gleich mitendrin, so dass die Urlauber:innen zu den verschiedenen Sehenswürdigkeiten und Ausflugszielen kurze Wege hatten. Den ersten Tag ließ man

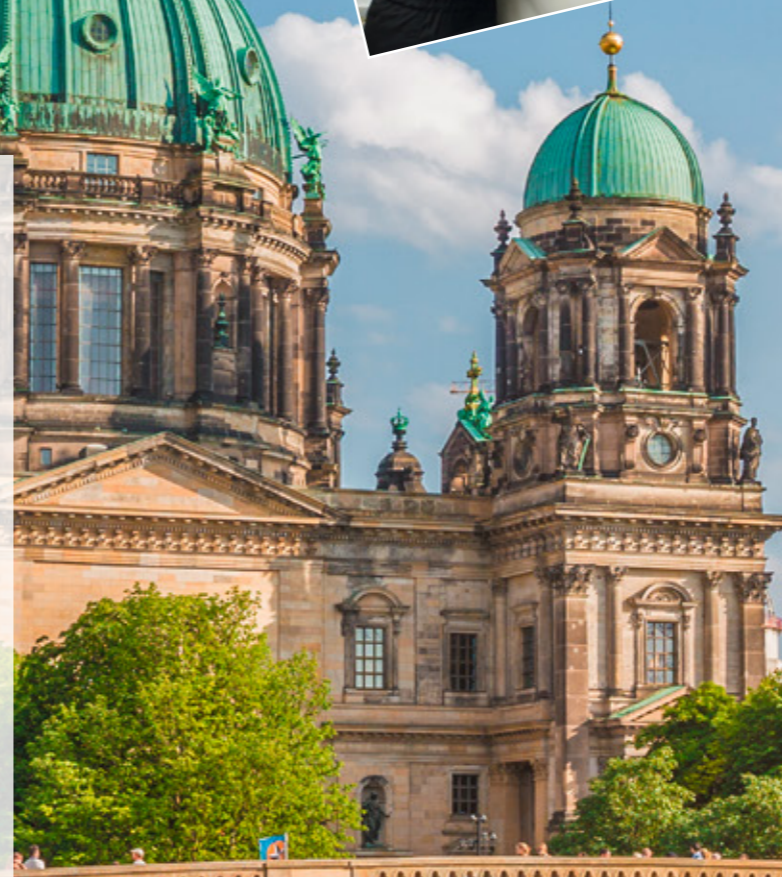
gemütlich angehen, genoss das gute Essen im Hotel und stieß mit einem fruchtigen Cocktail auf das kleine Abenteuer an. „Ist das lecker“, schwärmte Christa Wrobel. „Und soll ich euch was sagen, das ist der erste Cocktail, den ich in meinem Leben trinke.“ Die Seniorin grinste ob der erstaunten Gesichter ihrer Begleitungen und nahm noch einen Schluck von der süßen Köstlichkeit.

In den nächsten Tagen besichtigten die drei das vielfältige Berlin, fuhren zum Potsdamer Platz, zum Reichstag, zum Brandenburger Tor, bestaunten die Reste der Berliner Mauer und das Sony-Center. Mit den Hop-on-Hop-off-Bussen ging es vorbei am Checkpoint Charly und vielen weiteren Sehenswürdigkeiten der Hauptstadt. Im KDW, dem Kaufhaus des Westens, tauchte man ein in die Welt der Luxus Designer Mode. Was für eine Pracht! Hier in der schier unendlichen Fülle an Textilien war sicherlich für je-

den Geschmack etwas dabei – jedoch nicht für jeden Geldbeutel. Voll mit vielerlei Eindrücken pausierten die drei im Restaurant des KDW, das ihnen einen herrlichen Blick über Berlin bot.

Ein Höhepunkt der Reise war der Besuch in Madame Tussauds Wachsfigurenkabinett. Die unglaublich lebensechten Figuren waren allesamt bewundernswert. Ein Glücksschrei entfuhr Christa Wrobel jedoch, als sie unter ihnen ihre beiden Lieblings Tatort Ermittler entdeckte. Mit Prof. Dr. Dr. Karl-Friedrich Boerne und Frank Thiel brauchte es unbedingt ein paar schöne Fotos zur Erinnerung.

Mit vielen sagenhaft schönen Erinnerungen im Gepäck flog die kleine Reisegruppe nach drei Tagen zurück ins heimische Essen-Steele. Die gemeinsame Zeit wird allen unvergesslich bleiben. ■



Leider nur aus Wachs statt aus Fleisch und Blut: Christa Wrobel war trotzdem ganz aus dem Häuschen, als sie ihre Lieblings Tatort Ermittler Prof. Dr. Dr. Karl-Friedrich Boerne und Frank Thiel bei Madame Tussauds entdeckte



Ein Jahrmarkt im Emmaus Garten

Buntes Treiben herrschte an einem sonnigen Tag in der großen Gartenanlage des Emmaus Quartiers.

Vor der Kulisse des wunderschönen Kreuzgangs an der alten Klostermauer war ein Jahrmarkt entstanden und alle kamen, um gemeinsam zu feiern. Emmaus Stift, Emmaus Mobil, die Kängurus und auch die Ordensschwester genossen Jubel, Trubel, Heiterkeit. Drehorgelspieler Alfonso sorgte mit den charakteristischen Klängen seines Instruments für die typische Jahrmarkt Atmosphäre.

An verschiedenen Buden gab es alles für das leibliche Wohl. Von Crêpes über Currywurst bis zum Kuchen war für jeden Geschmack etwas dabei. Ein Zuckerbäcker zeigte Jung und Alt seine Kunst und alle Interessierten durften sich einmal selber an der Herstellung von Bonbons und Lollys probieren. Kinder- und Seniorenschminktisch, Dosenwurfstand, Kutschfahrten und Ponyreiten durch den Klostergarten sorgten für Kurzweil und jede Menge Spaß. Zudem wurde den Gästen der eine oder andere spektakuläre Auftritt geboten. So führten Mitarbeitende einen einstudierten Tanz auf und die Rollschuhgirls zeigten ihre Show-skating Künste zu rhythmischer, amerikanischer Musik.

Ein Highlight des Tages war die Versteigerung der Kunstwerke aus der offenen Malaktion, die in den vergangenen Sommermonaten Jung und Alt kreativ verband. Die tollen Bilder, die in diesem Generationenprojekt zwischen Bewohner:innen des Stifts und Kindern des Ambulanten Pflegedienstes Kängurus entstanden sind, erzielten einen Erlös von sage und schreibe 1000€. Dieser Betrag fließt als Spende dem Kinderpalliativ Netzwerk in Essen zu. Ganz schön stolz waren da die Künstler und noch während des Festes wurden schon die Pläne für eine nächste gemeinsame Aktion geschmiedet. ■

Laurentius Quartier wird 40

Genau 40 Jahre war es in 2021 her, dass das Laurentius Hospital geschlossen wurde und an diesem Standort eine stationäre Altenpflegeeinrichtung entstand.

Ein guter Grund, um mit Bewohner:innen, Gästen und Mitarbeitenden zu feiern und die Geschichte noch einmal Revue passieren zu lassen.

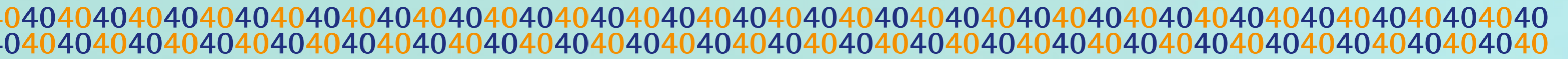
Das historische Gebäude, dessen Grundsteinlegung auf 1868 datiert ist, wurde 1981 vom Laurentius Hospital zum Altenkrankenheim St. Laurentius. 168 Menschen wurden im Altbau und im Haus Engelbert, das auf dem rückwärtigen Gelände lag, betreut. Im Jahr 1999 fand die Grundsteinlegung für den Ersatzneubau statt, das heutige Laurentius Stift, das im Februar 2001 bezogen wurde.

Seitdem hat sich viel getan. 2007 wurde das komplette Gelände hinter dem Neubau in einen wunderbaren Sinnesgarten umgebaut. Mit seiner großen Terrasse und den Wegen durch die Blumenbeete lädt der Garten zum Spazieren und Verweilen ein. Dieser Garten wird rund um das Jahr genutzt – vom Schneemann bauen im Winter bis zum Sonnenbad im Sommer. Grillfeste, Gemeinschaftsgartenarbeit, Marktstände, Sommerfeste, Konzerte – hier finden viele Veranstaltungen statt. Mit dem schönen Blick über Steele und das Ruhrtal kann man hier aber auch die Ruhe genießen.

In den folgenden Jahren wurden die beiden Innenhöfe umgestaltet. In einem Innenhof entstand ein Fitness-Garten, das sogenannte Vitalium. Der zweite Innenhof wurde einem italienischen Patio nachempfunden. Beim Plätschern des schönen Springbrunnens in der Mitte kann man windgeschützt verweilen und die Sonne oder lieber den Schatten genießen.

Nächste Seite! ▶





Verschiedene große Ausstellungen haben im Laurentius Quartier bereits stattgefunden. „Dat Essen ist fertig“ bot allerlei Altes und Skurriles rund um den Haushalt, „Zum Wohle“ beleuchtete die Kneipenkultur in der Steeler Geschichte und „Roller, Puppe, Kaufmannsladen“ stellte nostalgisches Spielzeug zur Schau. Immer erfreuten sich diese Ausstellungen großer Beliebtheit auch bei der ortsverbundenen Nachbarschaft.

Große Sommerfeste und Tage der offenen Tür finden im weitläufigen Park vor der wunderschönen Fassade des Altbaus statt. Mal lud man zum nostalgischen Familienfest, mal zum Ritterfest „Spectaculum Laurentium“ ein.

Mit den Bewohner:innen nimmt man in all den Jahren stets gerne an den großen Contilia Projekten teil, ob Seniorenkalender, Chorauftritt oder Tanzrevue. Bei den beiden Contilia Spielfilmen stammte so mancher Star aus dem Laurentius Quartier und so manches Mal war das schöne Quartier am Laurentiusweg auch Drehort. Wenn Sie den Film „Das ist doch kein Leben in Mantua“ aufmerksam ansehen, so entdecken Sie bestimmt die Jugendstilfassade, erkennen den Garten wieder oder den Bürgersteig vor dem Haus. Sie merken es, abgesehen davon, dass das Laurentius Quartier wunderschön gelegen,

geschichtsträchtig und prächtig ist, umweht diesen Ort auch ein klein wenig moderner Ruhm. Wer weiß, vielleicht wird man einmal davon bei der 100 Jahr Feier noch hören und lesen. ■



Fitness-Geschenk für Pflegende

„Gutes tun für die, die anderen so viel Gutes tun“, so lässt sich die Aktion beschreiben, die kürzlich Pflegenden in unseren Seniorenstiften zugutekam.



In ihrem Mülheimer Fitnessstudio hatte Geschäftsleiterin Marion Fischbach die zündende Idee, die sie ihren Kunden:innen unterbreitete. Als Ausgleich für die coronabedingte Trainingspause während des zweiten Lockdowns konnten ihre Kunden:innen ihre Vertragslaufzeit entsprechend verlängern lassen. Oder aber sie verzichteten darauf und ließen sich für die Aktion begeistern, die Pflegenden Trainingsgutscheine beschenken sollte. Ganze 21 solcher Gutscheine konnte die Geschäftsleiterin im Herbst verschenken. In den Einrichtungen der Contilla fanden sich schnell dankbare Abnehmer:innen und die ersten Trainingseinheiten haben bereits stattgefunden. Das sehr freundliche Personal bei Kieser Training und die fachlich gute Anleitung haben drei Mitarbeiterinnen des Franziskushauses inzwischen vollends überzeugt. Jennifer Lützenburg, Isabelle Bischof und Jing Zhang probierten sich an den verschie-

denen Geräten aus und spürten, wie anstrengend es sein kann, einfach mal für wenige Sekunden die Spannung zu halten. Was so leicht aussieht, brachte das Trio durchaus ins Schwitzen und das war auch gut so. Durch die körperliche Aktivität werden die Glückshormone Dopamin, Serotonin und Endorphin ausgeschüttet. Sie sorgen für das gute Gefühl nach dem Sport. Das spürten auch die drei Trainingsanfängerinnen. Fortan wollen sie regelmäßig kommen. Ganz individuell gestaltete Trainingspläne passen sich auch den Schichtdiensten der Pflege an. Morgens, abends oder sogar in der Mittagspause sind Sporteinheiten möglich.

Marion Fischbach freut sich, dass ihre Aktion so großen Anklang gefunden hat. „Ich bin begeistert, dass so viele unserer Kunden:innen ihre Zeit verschenkt haben an die Pflegenden, die gerade während der Corona-Pandemie so schufteten. Kommt zu uns, trainiert eure Muskeln auf und tut euren Körpern, aber auch euren Seelen etwas Gutes. Ihr seid uns herzlich willkommen.“ ■



Forschungsprojekt entwickelt Methodenkoffer



Hospizliche Begleitung und palliative Versorgung in der stationären Pflege (HoBepViP)

Stationäre Pflegeeinrichtungen der Altenhilfe sind zunehmend mit Themenfeldern rund um die hospizlich-palliative Begleitung ihrer Bewohner:innen konfrontiert. Da sich diese deutschlandweit bislang auf unterschiedlichem Niveau befindet, ist im Juni 2019 mit dem Netzwerk Palliativmedizin Essen (npe) das Forschungsprojekt „HoBepViP“ initiiert worden. Das Projekt wird durch die Stiftung Wohlfahrtspflege NRW gefördert und NRW-weit publiziert. Neben der Contilia Pflege und Betreuung als Projektträger sind drei Essener Pflegeeinrichtungen eines erweiterten Trägerkreises, die Forschungsgesellschaft für Gerontologie e.V., das Essener Forschungsinstitut für Medizinmanagement sowie ein fachkundiger Beirat mit Experten aus gesellschaftlich und gesundheitspolitisch relevanten Organisationen und Institutionen in das Projekt involviert. Im ersten Schritt wurde der Ist-Stand der Pileteinrichtungen durch die Institute erhoben. ■

Hendrik Wolthaus

Projektleiter | Contilia Pflege und Betreuung

Palliativversorgung aus der Mitarbeiterperspektive

Mitarbeitende spielen in der hospizlich-palliativen Versorgung stationärer Pflegeeinrichtungen eine entscheidende Rolle. Im Zuge erhöhter Pflege- und Betreuungsintensität in der Sterbephase sowie wachsender Aufgabenkomplexität wird im Projekt untersucht, wie Palliativversorgung und tägliche Konfron-

tation mit Sterben und Tod zu psychischer Belastung führt, die die Gesundheit unserer Mitarbeitenden gefährdet. Leitfadengestützte Interviews mit 10 Mitarbeitenden aus den Contilia-Pflegeeinrichtungen Emmaus Quartier und Maria Frieden Quartier wurden ergänzt um eine schriftliche Befragung, an der 55 Pflegekräfte selbiger Einrichtungen teilnahmen.

Insbesondere die „Emotionalen Anforderungen“ der Palliativversorgung empfinden Mitarbeitende als starke psychische Belastung. Auch in den Interviews wird die Versorgung sterbender Bewohner:innen als kraftraubende Tätigkeit bewertet. Dabei wirken geringe zeitliche Ressourcen für die Begleitung in der letzten Lebensphase als besonders belastend. Ein weiteres Problemfeld stellt die Einschätzung der Palliativsituation dar. Die basiert vorwiegend auf Fachkenntnissen der Mitarbeitenden und führt dazu, dass sich unerfahrene Mitarbeitende stark verunsichert fühlen. Zudem bestehen Unsicherheiten bezüglich der palliativen Versorgungsprozesse, die nach subjektivem Ermessen erfolgen und sich auf Mitarbeitende belastend auswirken.

Um den Unsicherheiten zu begegnen, werden in Form des unten beschriebenen Methodenkoffers diverse handlungssichernde Maßnahmen implementiert. Eine Maßnahme, die insbesondere auf die Entlastung der Mitarbeitenden abzielt, ist das Szenarienmanagement. Mithilfe strukturierter Leitfäden und Orientierungshilfen wird mehr Handlungssicherheit für Mitarbeitende geschaffen, was zudem zu einheitlicheren Abläufen in der Palliativversorgung führt. Zusätzlich steht ihnen der Palliativkoordinator zur Seite und unterstützt sie bei

Fragen und Abläufen rund um die Palliativversorgung. Darüber hinaus werden Lösungsansätze zur gezielten Reduktion psychischer Belastungen erarbeitet und in den Einrichtungen implementiert. ■

Anna Bußmann | Prof. Natalie Pomorin

Essener Forschungsinstitut für Medizinmanagement GmbH

Die letzte Lebensphase aus Sicht der Bewohner:innen und der An- und Zugehörigen

Das Institut für Gerontologie an der TU Dortmund hat im Rahmen des Projektes 14 Bewohner:innen und 14 An- und Zugehörige mündlich sowie 29 Bewohner:innen schriftlich befragt. Neben Themen wie Selbstbestimmung und Teilhabe standen dabei die Einstellungen, Wünsche und Bedürfnisse in der letzten Lebensphase im Fokus.

Viele Bewohner:innen haben sich bereits indirekt und manchmal intensiv mit Sterben und Tod auseinandergesetzt. Eine direkte Beschäftigung fand auf unterschiedlichen Ebenen statt, teilweise wurde das Thema auch bewusst verdrängt. Die Wünsche und Vorstellungen für die letzte Lebensphase sind sehr unterschiedlich. Die meisten Bewohner:innen gehen so gut wie nicht davon aus, dass sie Einfluss auf die Gestaltung ihres eigenen Sterbens nehmen können. Es finden kaum Gespräche zu konkreten Wünschen und Vorstellungen statt. Knapp 60% der schriftlich befragten Bewohner:innen gaben an, dass sie sich Gedanken darüber gemacht haben, wie sie in der letzten Lebensphase versorgt werden wollen. Von diesen Personen haben jedoch gut 80% bisher nicht mit Mitarbeitenden darüber gesprochen. Bei den An- und Zugehörigen besteht ein großer Wunsch nach frühzeitigen Informationen zum Ablauf und zu den Gestaltungsmöglichkeiten in der letzten Lebensphase. Viele fühlen sich verunsichert bezüglich des Umgangs mit Sterben und Tod.

Aktuell werden Maßnahmen erprobt, wie die letzte Lebensphase besser „besprechbar“ gemacht werden

kann. Dazu zählen u.a. der Ausbau der gesundheitlichen Versorgungsplanung, die Zusammenarbeit mit dem ambulanten Hospizdienst und punktuelle Optimierungen der Abschied- und Sterbekultur. ■

Dr. Vera Gerling | Anne-Katrin Teichmüller

Institut für Gerontologie an der TU Dortmund

Tools für den Methodenkoffer

14 Maßnahmen werden derzeit ausgestaltet und implementiert. Sie werden als Tools den Methodenkoffer füllen, der zukünftig allen in der Palliativversorgung Tätigen hilfreich zur Seite stehen kann. Einige Maßnahmen möchten wir Ihnen heute schon vorstellen:

■ Palliativkoordinator:in

Diese Stelle wird in den Einrichtungen installiert, um einen gut erreichbaren Fachexperten zu bieten, welcher zudem als zentrales Steuerungsorgan fungiert.

■ Reduktion psychosozialer Arbeitsbelastung

Durch einen ganzheitlichen Ansatz und mit Hilfe multipler Methoden wie Supervisionen und Coachingangebote, sollen Mitarbeitende gezielt im Umgang mit dem Thema Tod und Sterben entlastet werden.

■ Abschieds- und Sterbekultur

„Letzte-Hilfe“-Kurse, themenfokussierte Angehörigenabende und Angeboten wie z.B. „Trauer-Cafés“ sollen kommunikative Freiräume schaffen, um offen über das Lebensende zu sprechen.

■ Begleiten auf Distanz

Anwenderorientierte Senioren-Tablets, sprachgesteuerten Assistenten und kostengünstige Lösungsansätze zur Übertragung von Gottesdiensten sollen in schwierigen Zeiten soziale Teilhabe digital ermöglichen. ■

Hendrik Wolthaus | Projektleiter

Contilia Pflege und Betreuung



40 JAHRE IM DIENST AM MENSCHEN

Ein besonderes Dienstjubiläum feierte Gudrun Heller am 2. November 2021. Die Betreuungsmitarbeiterin im Christophorus Quartier begann einst 1981 als Pflegehelferin im Franziskushaus in Mülheim an der Ruhr ihren Dienst. Ordensschwester Gerburga stellte sie damals ein. Dort in dem Seniorenstift direkt an der Ruhr gefiel es ihr immer gut und so blieb sie über 30 Jahre lang. „Trotzdem hinterlässt Pflege ihre Spuren“, so Gudrun Heller, „ich konnte den Beruf irgendwann nicht mehr ausüben.“ Zeit für einen Wechsel. Sie absolvierte die Fortbildung zur Alltagsbegleiterin und arbeitete fortan im Betreuungsdienst im Emmaus Quartier in Essen-Schönebeck.

Anfang 2020 eröffnete das neu erbaute Christophorus Quartier und Gudrun Heller wechselte erneut den Arbeitsplatz innerhalb der Contilia. Diesmal führte es sie zurück ins schöne Mülheim an der Ruhr. „Hier bin ich nun angekommen.“ Bald steht der wohlverdiente Ruhestand an. „Ich hab immer gerne mit Menschen gearbeitet, aber dann mache ich mal was ganz anderes – vielleicht Gassi gehen mit Tierheimhunden“, schmunzelt sie. ■



Unsere Quartiere bieten Ihnen:

- **Sitft** vollstationäre Pflege und Betreuung
- **Mobil** ambulante Pflege und Betreuung sowie Service im häuslichen Umfeld
- **Tagespflege** teilstationäre Pflege und Betreuung
- **Wohnen** seniorengerechtes Wohnen

- **Christophorus Quartier**
Kirchstr. 91 | 45479 Mülheim an der Ruhr
Fon 0208 30599-0 | Fax 0208 30599-190
christophorusquartier@contilia.de
- **Emmaus Quartier**
Schönebecker Str. 95 | 45359 Essen
Fon 0201 6856-0 | Fax 0201 6856-149
emmausquartier@contilia.de
- **Engelbertus Quartier**
Seilerstr. 20 | 45473 Mülheim an der Ruhr
Fon 0208 4592-0 | Fax 0208 4592-109
engelbertusquartier@contilia.de
- **Franziskushaus**
Luisental 21 | 45468 Mülheim an der Ruhr
Fon 0208 30006-0 | Fax 0208 30006-541
franziskushaus@contilia.de
- **Franziskus Quartier**
Laarmannstr. 14 | 45359 Essen
Fon 0201 6091-0 | Fax 0201 6091-110
franziskusquartier@contilia.de
- **Haus Berge Quartier**
Haus-Berge-Str. 231 e | 45356 Essen
Fon 0201 45098-0 | Fax 0201 45098-109
hausbergequartier@contilia.de
- **Hildegardishaus Quartier**
Am Bahnhof Broich 8 | 45479 Mülheim an der Ruhr
Fon 0208 911005-10 | Fax 0208 911005-30
hildegardisquartier@contilia.de
- **Kängurus – Ambulante Kinderkrankenpflege** | Schönebecker Str. 95 | 45359 Essen
Fon 0201 6856-431 | Fax 0201 6856-399 | kaengurus@contilia.de
- **Laurentius Quartier**
Laurentiusweg 49 | 45276 Essen
Fon 0201 8518-0 | Fax 0201 8518-199
laurentiusquartier@contilia.de
- **Maria Frieden Quartier**
Hagener Str. 332 | 58285 Gevelsberg
Fon 02332 6639-0 | Fax 02332 65613
mariafriedenquartier@contilia.de
- **Martin Luther Quartier**
Schilfstr. 3 | 45357 Essen
Fon 0201 86913-0 | Fax 0201 86913-26
martinlutherquartier@contilia.de
- **St. Andreas Quartier**
Paulinenstr. 21 – 23 | 45130 Essen
Fon 0201 18078-0 | Fax 0201 18078-199
st.andreasquartier@contilia.de
- **St. Elisabeth Quartier**
Biesenstr. 22 – 26 | 47137 Duisburg
Fon 0203 45033-0 | Fax 0203 437536
st.elisabethquartier@contilia.de
- **St. Josef Quartier**
Heidbergweg 33 | 45257 Essen
Fon 0201 455-2008 | Fax 0201 455-2996
st.josefquartier@contilia.de
- **St. Marien Quartier**
Friedrich-Ebert-Str. 48 | 58332 Schwelm
Fon 02336 804-0 | Fax 02336 804-364
st.marienquartier@contilia.de



12.2021

Contilia Pflege und Betreuung

Huttropstraße 58 | 45138 Essen
Fon 0201 65056-7110 | Fax 0201 65056-7119



www.contilia.de | pflge-betreuung@contilia.de | Folgen Sie uns auf:   @Contilia Pflege und Betreuung

Für das Wichtige. Im Leben.