

Beglückend:
Schöne
Erinnerung

Hermann Giefer: Natur als Kraftquelle • Kreativ: Modejournal statt Modenschau •
Anregend: Ausstellungen mit Münchner Künstler*innen in den Häusern



Liebe Leserin, lieber Leser,

ich erinnere mich an eine Dame, die ins Wohnen mit Service bei uns einziehen wollte. Ein Problem stand ihrem Einzug im Weg: Sie wohnte in einer großen Villa, die voll mit Erinnerungsstücken an ein erfülltes Leben war. Sie konnte sich nicht entscheiden, was sie davon aufgeben sollte. In einem langen Gespräch mit einer unserer Mitarbeiterinnen stellte sich heraus, dass letztlich ein Sessel und ein Bild entscheidend dafür waren, sich in der neuen Umgebung zuhause zu fühlen und dass mit diesen Dingen auch die Erinnerungen mit umziehen konnten. In dieser Ausgabe haben wir das Thema Erinnerungen ins Zentrum gestellt. Ihre Bedeutung für die eigene Identität ist ja selbst dann noch sehr groß, wenn durch eine Demenz die Erinnerungen zu verschwimmen drohen ...

Nicht viel gehört dazu, sich an die Einschränkungen zu erinnern, die uns die Pandemie in diesem Jahr beschert hat. Wir berichten darüber, dass die Bewohner*innen in unseren Häusern trotzdem einiges erlebt und die Pandemie kei-

neswegs nur überlebt haben. In einem Haus wurde aus einer geplanten Modenschau ein Modejournal, Künstler*innen traten in den Gärten oder vor unseren Häusern auf oder stellten ihre Kunstwerke in den Häusern aus. In diesem Heft porträtieren wir eine Künstlerin, der wir wie vielen anderen Künstler*innen danken für ihr Engagement in Zeiten, die auch für sie sehr hart sind.

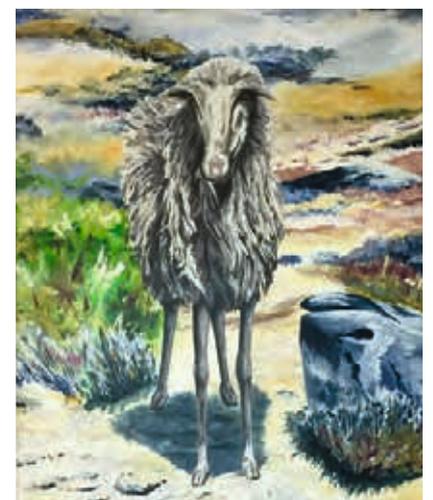
Ich wünsche Ihnen eine anregende Lektüre, eine friedliche und vor allem gesunde Weihnachtszeit und uns allen einen guten Start ins Jahr 2021, in dem wir einen Weg finden werden jenseits von Pandemie und Lockdown.

Ihr
Siegfried Benker

INHALT

- 4 Panorama: Veranstaltungs- und Lektüretipps u. a.
- 6 Fokus: Die Kraft der Erinnerung
- 9 Portrait: Hermann Giefer
- 10 Wohnen und Pflege: Modejournal statt Modenschau u. a.
- 13 Kultur: Münchner Künstler*innen zu Gast in den Häusern u. a.
- 14 Aktuell bei der MÜNCHENSTIFT:
Bewohner*innen stellen aus u. a.
- 15 Veranstaltungen:
Digitalisierung des Programms
- 16 Häuser
- 13 Impressum

Die Natur
daheim entdecken
(siehe Seite 5)



Viele Kunstwerke kommen den Herbst und Winter über zu den Menschen in die Häuser. Besonders beliebt bei Bewohner*innen und Mitarbeitenden im Hans-Sieber-Haus ist das Gemälde „Schaf“ von Claudia Botz (siehe Seite 13).



Artenvielfalt in den Hausgärten



E-Autos für den Ambulanten Dienst



Wildblumen den Bienen zuliebe



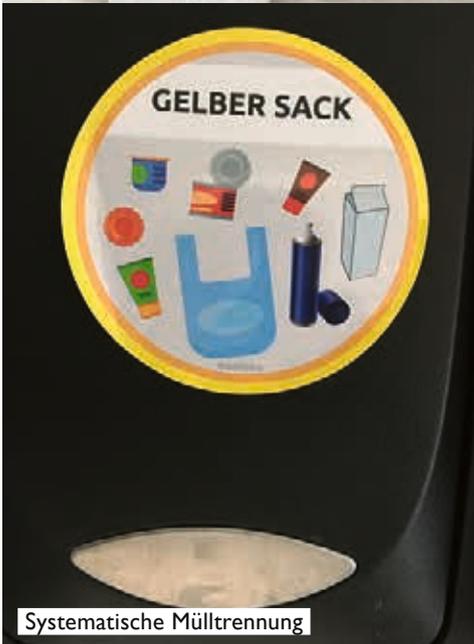
Umweltfreundliches Büromaterial

NACHHALTIGKEIT

bei der
MÜNCHENSTIFT
in vielen Bereichen
und Facetten



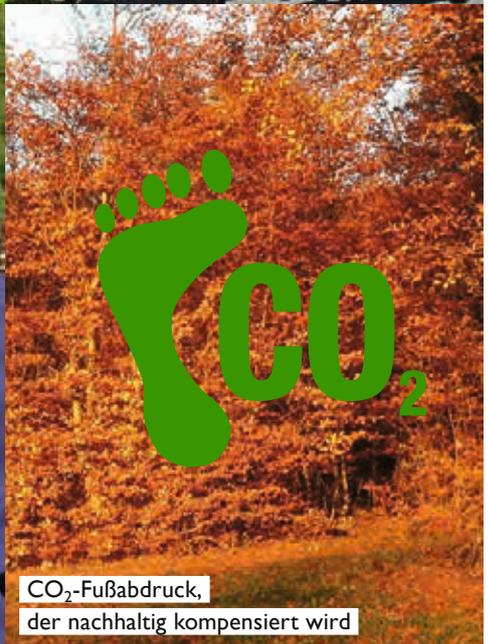
E-Pedelecs für Fahrten zwischen den Häusern



Systematische Mülltrennung



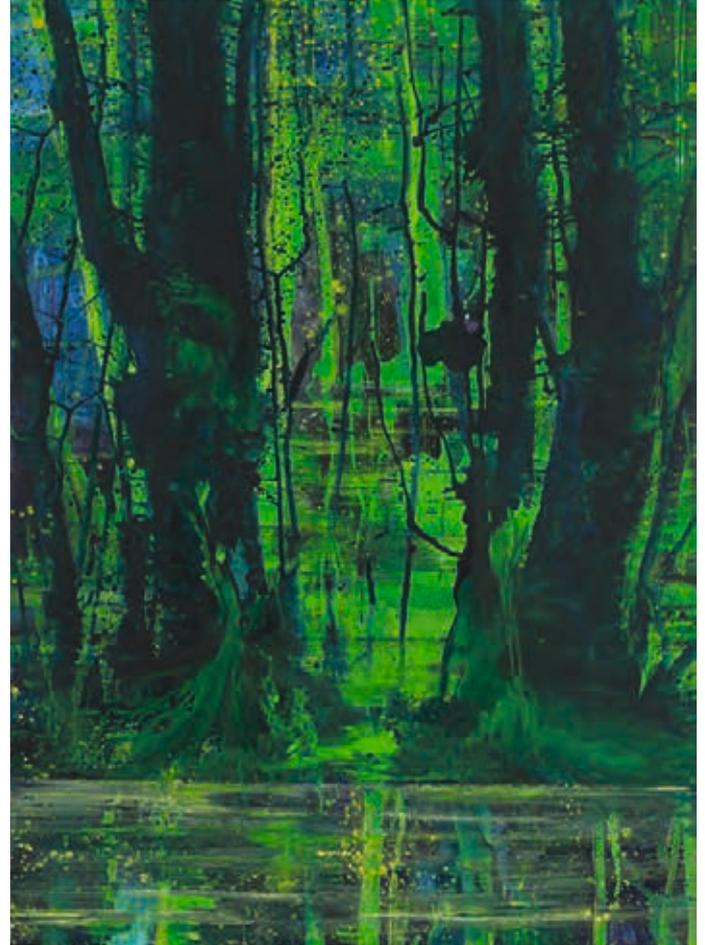
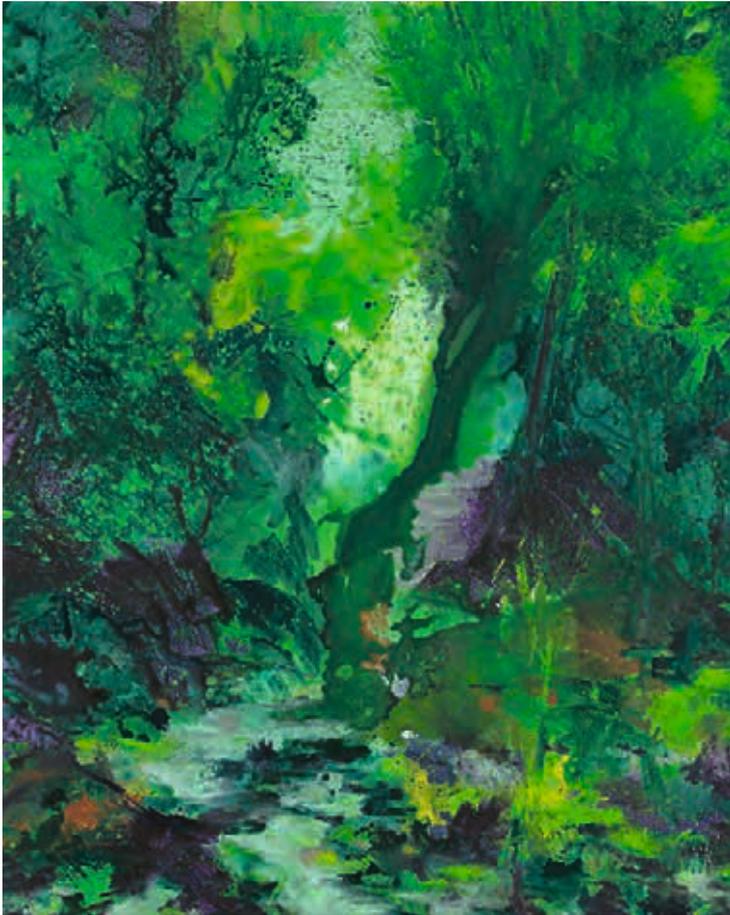
Die Nachhaltigkeitsbeauftragte auf Besuch beim Biolandwirt



CO₂-Fußabdruck, der nachhaltig kompensiert wird

KUNSTAUSTAUSCH

In der Ausstellung „Naturgeschichte(n)“ im Europäischen Künstlerhaus Oberbayern in Freising greift Bernd Zimmer die Entstehung der Naturfamilien, -arten und einzelne Objekte malerisch auf (Online-Vernissage, 11.12., 19 Uhr, www.schafhof-kuenstlerhaus.de). Zu den Schwerpunkten des Künstlerhauses gehört der Künftler Austausch mit Partnerinstitutionen im Ausland. Die anregende und verbindende Kraft von Kunst wird auch in den MÜNCHENSTIFT-Häusern greifbar, in der die Werke Münchner Künstler*innen den Bewohner*innen Lebendigkeit, Freude und Austausch bringen (siehe Seite 12).



FREIWILLIGENMESSE ONLINE



Unter dem Motto „Zusammenhalten und Zusammenwirken“ findet vom 22. bis 31. Januar 2021 die Münchner FreiwilligenMesse als zehntägige Online-Veranstaltung statt. 80 Vereine und Initiativen werden über freiwillige und ehrenamtliche Tätigkeiten informieren. Die Präsentation der Organisationen erstreckt sich von Live-Streams über Filme bis zu detaillierten schriftlichen Darstellungen der Einsatzmöglichkeiten. Online-Meetings erlauben einen virtu-

ellen Austausch zwischen Aussteller*innen und Interessierten. Ein attraktives Rahmenprogramm erweitert die Präsentation der Aussteller während der Online-Messe.

Mehr Informationen: www.muenchner-freiwilligen-messe.de



MODEJOURNAL. Das neue YouTube-Video der MÜNCHENSTIFT (www.youtube.com/muechenstift) zeigt das Making-of eines Modejournals, das anstelle der jährlichen Modenschau im Haus Heilig Geist entstand (siehe auch Seite 10).

WUSSTEN SIE SCHON?

12.430
Corona-Tests
 wurden bei Bewohner*innen und
 Mitarbeitenden der MÜNCHENSTIFT
 durchgeführt.



ZUHAUSE NATUR ERKUNDEN

Das BIOTOPIA Lab bietet einen Vorgeschmack auf das neue BIOTOPIA-Naturkundemuseum Bayern. Workshops, Hochbeete, Laborküche, wechselnde Mystery Objects und Pop-up-Ausstellungen sowie interdisziplinäre Events sollen auf die BIOTOPIA-Themen neugierig machen und über den aktuellen Stand des Projekts berichten. Da die Eröffnung des BIOTOPIA Labs coronabedingt verschoben wurde, bringt „BIOTOPIA Lab @ Home“ nun „Wissenschaft zum Anfassen“ für alle nach Hause. Mit Aktivitäten zum Mitmachen wird hier Interesse für naturwissenschaftliche Zusammenhänge geweckt – vom Flaschengarten, der eigenen Pilzzucht für Daheim bis hin zur Isolation von DNA aus Gemüse und Obst.

Mehr Informationen: www.biotopia.net/de/biotopia-lab

SICHERHEIT FÜR DAHEIM

Die kostenlose Broschüre „Mit Sicherheit zu Hause leben“ behandelt Nutzen und Leistung verschiedener intelligenter Alarmsysteme. Vor allem alleinlebende ältere Menschen und ihre Angehörigen sollen damit angeregt werden, ihre Wohnsituation zu überdenken und gemeinsam Wege zu mehr Sicherheit beim Wohnen zu finden. Die Publikation der Deutschen Seniorenliga e.V. gibt es unter www.mit-sicherheit-zuhause-leben.de kostenlos zum Download.



PODCAST: MUTMACHER FÜR DEN ALLTAG



Die neue Podcast-Serie „Zusammenhalten in dieser Zeit“ der Bundesarbeitsgemeinschaft der Seniorenorganisationen möchte Mut machen in einer Zeit, in der

Treffen und Selbstständigkeit bedroht sind. Alle zwei Wochen bieten die kurzen Hörbeiträge Tipps und konkrete Beispiele, wie Ältere engagiert und körperlich aktiv bleiben können, z. B. mit Bewegungsideen für zuhause oder Ideen gegen Ängste und Sorgen. Unter www.bagso.de/podcast sind bereits 15 Hörbeiträge mit einer Länge bis zu acht Minuten online verfügbar.

DIGITALE TIPPS

Smartphone & Co. helfen gegen Einsamkeit und Unselbständigkeit. Hier einige Tipps für Anfänger und Fortgeschrittene.



SMARTES TASTEN-HANDY ZUM KLEINEN PREIS
Das bedienerfreundliche Klapp-Handy tiptel Ergophone 6420 (EVP 77,89 Euro) empfiehlt sich besonders bei beeinträchtigtem Hör- und Sehvermögen. Es hat einen Booster, der die Lautstärke auf Tastendruck um 25 Dezibel erhöht. Selbst im Booster-Modus bietet das Handy eine einwandfreie Akustik. Das Mobiltelefon ist hörgerätekompatibel nach HAC M4/T4. Auch für Menschen mit vermindertem Sehvermögen ist das tiptel Ergophone 6420 geeignet, da das Display besonders groß ist und drei unterschiedliche Schriftgrößen

zur Verfügung stehen. Zusätzlich kann das Handy die Kontakte im Telefonbuch anzeigen. Der Clou: Die Medikamenten-Erinnerung weist auf die Einnahme von Arzneimitteln hin, kann aber auch für andere Abläufe eingesetzt werden.

Mehr Informationen: www.tiptel.com



SPURLOS IM INTERNET
„Spurlos im Internet“ heißt ein neuer Ratgeber der Stiftung Warentest für digitale Einsteiger. Ein Kapitel beschäftigt sich damit, wie man Windows und Mac sicherer nutzt, es folgt ein

Kapitel über anonyme Aktivitäten im Internet. Auch die Sozialen Medien sowie ein Ausflug in die Datenschutzgrundverordnung fehlen nicht. Alles mit dem Fokus auf Hilfe zur Selbsthilfe.
Mehr Informationen und Bezug: www.test.de

Weitere Informationen und Tipps: MÜNCHENSTIFT Onlinemagazin (www.muenchenstift.de)

Die Kraft der Erinnerung

Erinnerungsstücke verbinden uns mit schönen und schmerzlichen Ereignissen in unserem Leben. Dabei wird uns oft erst in späten Jahren bewusst, was uns wirklich wichtig ist. Dann bieten Erinnerungen eine beglückende Stütze für unser Leben.

TEXT MONICA FAUSS FOTOS BARBARA DONAUBAUER UND CAROLA OSTLER



Auf dem Weg zu den Olympischen Sommerspielen 1972 in München hatte Rudi Rauch die große Ehre, die Fackel mit dem „Olympischen Feuer“ mit zwei weiteren Sportlern bei Mittenwald zu tragen. Das Foto hat seitdem einen besonderen Ehrenplatz.

Sich zu entscheiden, was am wichtigsten ist, fällt vielen schwer, weil viele Gegenstände unseres Lebens mit Erinnerungen und Gefühlen verbunden sind. Wir identifizieren uns derart mit ihnen, dass wir meinen auseinanderzufallen, wenn wir uns von ihnen trennen“.

weiß Shirin Stiller. Bei dem Entscheidungsprozess, mit welchem von ihnen jemand am stärksten verbunden ist, steht die Umzugsbegleiterin den Menschen zur Seite.

Hildegard Mittelberger hat sich beim Umzug in das Haus an der Tauernstraße auf Wesentliches aus ihren vielen Lebensstationen konzentriert.

rechts). Kennengelernt haben sie sich auf einer Busreise nach Budapest, sie war für jemanden eingesprungen, er lenkte die Reisegruppe als Busfahrer in die ungarische Hauptstadt. Die ersten Blicke, die sich im Rückspiegel des Busses trafen, sind ihr wie gestern präsent. „Ich denke jeden Tag an ihn“, erzählt sie mit dem Foto in der Hand.

wird aktiver, sodass vor langer Zeit Erlebtes einem so präsent vorkommt, als wäre es gerade eben passiert. Dieses verstärkte biografische Erinnern beginnt um die 50 und dient der Erhaltung einer Kontinuität unserer Identität, weiß Dr. Volker Faust von der AG Psychosoziale Gesundheit. Zudem lassen sich viele Einschränkungen des



Viele Erinnerungen: Gertraud Lesser mit Hochzeitsfoto und Hildegard Mittelberger mit einem Foto mit ihrem Ehemann ...



... Peter Birkhold an seiner Werkbank und Regina Otto mit ihrer Marionette „Simmer!“ ...

„Wenn ich an meinen Mann denke, geht mir das Herz auf“, sagt die weitgereiste Münchnerin und hält ein gemeinsames Foto von ihnen hoch (s. Foto oben

DAS WESENTLICHE IM LEBEN
Mit zunehmendem Alter werden Erlebnisse aus früheren Jahren immer gegenwärtiger. Das Langzeitgedächtnis

Alters mit schönen Erinnerungen kompensieren. Gegenstände aus der Vergangenheit bilden dabei eine wichtige Brücke.

„Jeder Mensch ist einzigartig und individuell mit seiner Biografie und seiner Erinnerung“, beobachtet Iris Beer, die zusammen mit zwei Kolleginnen der hausinternen Tagesbetreuung (HIT) die Bewohner*innen im Haus an der Tauernstraße begleitet. Iris Beer hat sich die Erinnerungsstücke von Hildgard Mittelberger zeigen und von der reichen Lebensgeschichte erzählen lassen. Dabei sind manche Tränen ge-

Gespräche zu führen oder die Männergruppe zu moderieren. „Wir reden über Schönes, aber auch über Verluste und Trauer, es tut gut, wenn man weiß, dass es Raum und Verständnis dafür gibt. Besonders viel Gelegenheit dazu ergibt sich beim ‚Urlaub von der Pflege‘, bei dem wir Bewohner*innen auf einer Reise begleiten. In der gemeinsamen Zeit erfahren wir viel voneinander und es entsteht Vertrautheit.“

vitäten im Haus nimmt sie gerne teil, denn auch dabei wird viel gelacht. „Jede Gruppenarbeit ist Erinnerungsarbeit“, so Hedwig Gawlik von der HIT des Hauses. „Zurzeit treffen wir uns in kleinen Gruppen in den Wohnbereichen oder mit einzelnen Bewohner*innen. Es geht immer darum, das Hier und Jetzt mit der Vergangenheit zu verknüpfen, das kann nur z. B. ein Apfel oder eine Sonnenblume sein.“ Sehr



Mehr Porträts und alle Erinnerungsgeschichten finden Sie im MÜNCHENSTIFT Online-magazin (www.muenchenstift.de).

... Margarete Hoffmeister mit goldener Rose, Rudolf Nunn mit persischem Flakon ...

flossen. Die beiden haben dabei auch viel gelacht.

Auch Stephan Jantzen von der HIT im Haus St. Josef setzt auf die Kraft der Erinnerungen: „Ich lese regelmäßig die Biografieblätter, die wir anlegen, und mache mir eine Notiz, wenn ich erfahre, dass jemand z. B. die Lieder von Elvis Presley besonders liebt.“ Die Erinnerungen helfen ihm dabei, anregende

ERINNERUNGSBRÜCKEN SCHAFFEN

Margarete Hoffmeister erhielt eine goldene Rose von ihrem Mann zur goldenen Hochzeit. 1960 hatten sie geheiratet (s. Foto oben links). „Ich hänge sehr an ihr, weil es mit dem Umzug in das Haus St. Martin sehr schnell ging und ich nur wenig mitnehmen konnte“, erzählt die Münchnerin, die mit 11 Jahren Vollwaise wurde. „Es war mir immer wichtig, dass es meine Tochter einmal besser haben sollte. Mein Mann war sehr gesellig und hat meiner Tochter viel erzählt. Sie saß dann zwischen uns und wir haben gemeinsam viel gelacht.“ An den zahlreichen Akti-

gute Erfahrung haben die HIT-Mitarbeiterinnen auch mit dem „Motomed“ gemacht, das seit über einem Jahr den Menschen im Haus zur Verfügung steht (s. MÜNCHENSTIFT Onlinemagazin). „Die virtuellen Fahrten durch verschiedene Städte und Länder aktivieren viele positive Erinnerungen“, so die HIT-Mitarbeiterin Barbara Pröls. Zurzeit richten sie ein Erinnerungshaus im beschützenden Bereich ein mit Gegenständen aus früheren Jahrzehnten. Diese werden demenziell Erkrankten dabei helfen, in Verbindung mit ihrer Lebensgeschichte zu treten, denn vor allem sie sind auf Erinnerungsbrücken angewiesen. In dem Häuschen mit alten Sprossenfenstern steht schon ein alter Herd und ein Schaukelstuhl wie früher üblich in der Großfamilie. Auch Alltagsgegenstände wie eine alte Nähmaschine oder ein Telefon mit Wählscheibe sind geplant.



Erinnerungshaus

NATUR ALS KRAFTQUELLE

Hermann Giefer ist als Charaktermensch aus vielen TV-Serien bekannt. Über einige seiner Stationen, die Dreharbeiten bei „Dahoam is Dahoam“ und seine Liebe zur Natur erzählt der 73-Jährige.

Sie sind seit 13 Jahren bei „Dahoam is Dahoam“ dabei: warum ist die Serie bei allen Generationen schon so lange beliebt?

Dafür gibt es verschiedene Gründe. Sie ist ungekünstelt und natürlich und spiegelt den Alltag in der Provinz wider, so wie ihn viele in Bayern kennen. Sie zeigt ihre Widrigkeiten und Schönheiten. Es gibt aber keine Toten und andere schlimme Dinge wie z. B. in Krimis. Hinzu kommt der Dialekt. Die Geschichten beziehen alle Altersgruppen ein. Martin Kirchleitner, die Figur die ich darstelle, hatte über die Jahre zwei Liebschaften, die auseinander gingen. Da ich mich gegen eine dritte Liebschaft wehrte, entstand die Idee, eine Opa-Freundschaft zum jungen Bub Pauli aufzubauen, bei der beide z. B. oft gemeinsam angeln gehen.

Wieviel von Ihnen ist im Brauereichef Martin Kirchleitner?

Eine kleine Gemeinsamkeit gibt es: ich bin sehr handwerklich, ging früher gerne ins Holz und baute selber etwas – Brauerei ist ja auch ein Handwerk. Ansonsten ist wenig von mir in Martin Kirchleitner, denn ich bin alles andere als ein Geschäftsmann wie der Senior-Brauereichef. Zudem bin ich kein Bier- sondern ein Weintrinker. Ich bin allerdings oft erstaunt, wie die Autoren der Serie mein Naturell beobachten, das bestätigt auch meine Frau. Ich bin eher sensibel und ruhig, daraus entwickeln sie dann die Geschichten.

Sind die Texte fix geschrieben oder entwickeln Sie sie auf dem Set?

Meine Rolle ist fertig geschrieben und der Text steht fest. Trotzdem gibt es die Möglichkeit, ihn in Absprache mit dem Regisseur mundgerechter zu machen, um im Fluss zu bleiben. Doch die wichtigen Stichworte müssen alle präzise stimmen. Wenn allerdings in den Texten etwas falsch ist, können wir zu den Autoren und der Produzentin in den zweiten Stock des Hauses an unserem Drehort in Dachau gehen und darüber reden.

Wie läuft ein typischer Drehtag ab?

So eine Daily hat ein ziemlich strammes Programm. Es geht jeden Tag um 8 Uhr los, bei Außenaufnahmen manchmal früher, mit Kostüm und Maske geht es los, ab 9 Uhr startet dann der Dreh bis 18 oder 19 Uhr, bei Außenaufnahmen in der Dunkelheit auch nachts. Ich komme oft früher, weil ich von Mittenwald durch München fahren muss. Man muss fit sein und wissen, dass mit dem Arbeitsvertrag kein gemütliches Arbeitsdasein verbunden ist. Es ist ein hartes Brot, täglich muss man riesige Textpassagen auswendig lernen und sehr durchgeplant und minutiös arbeiten. Es gibt aber auch viel Gaudi und es wird gelacht. Es ist wie in einer großen Familie mit außergewöhnlichem Gemeinschaftsdenken: man freut sich aufeinander und spricht sich ab.

Wie sind Ihre weiteren Pläne?

Dieser Tage war mein letzter Studiodrehtag bei „Dahoam is Dahoam“. Nach dem Dreh



kamen alle zusammen, brachten Geschenke und ein riesiger Applaus ging los. Man muss allerdings sagen, dass es kein völliger Abschied ist, denn Martin Kirchleitner zieht sich aus seinem Business auf eine Hütte an einem See zurück und kommt bei der einen oder anderen Gelegenheit wieder zurück.

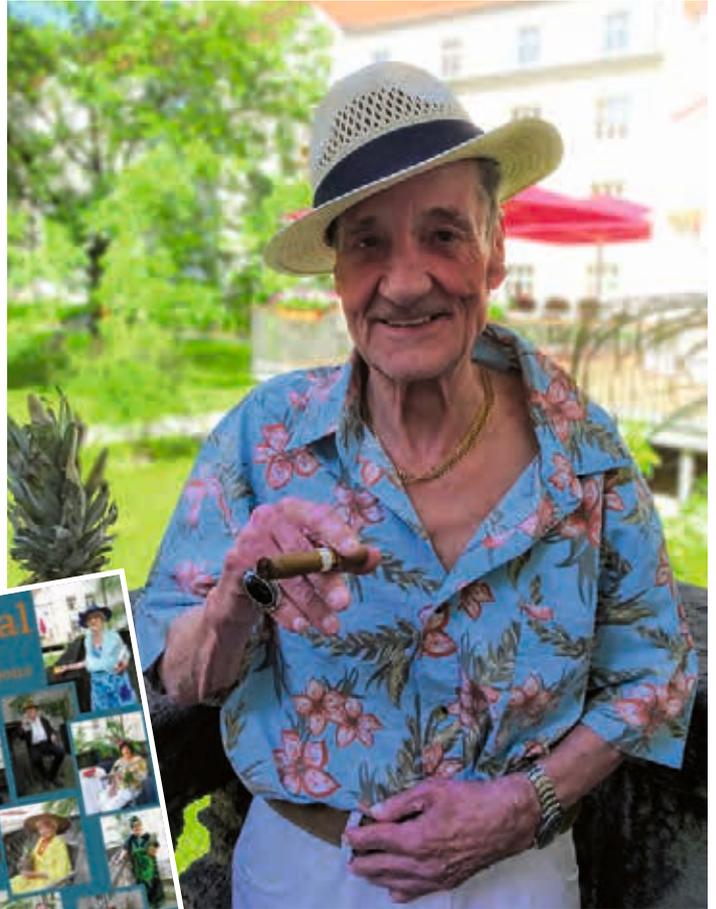
Mittenwald war schon immer Ihr Kraftort, was heißt das für Sie heute?

Ich wohne am Hang des Kranzbergs und bin sehr viel draußen unterwegs, am liebsten ganz alleine. Ich bin vernarrt in die Natur und vor allem in die Wälder. Ich war ein begeisterter Skifahrer und machte auch Langlauf. Diesem Sport habe ich vor Jahren den Rücken gekehrt. Ich brauche die Zeit für mich – und die habe ich beim Gehen.

Ich habe nur einen Fotoapparat für ein paar Stimmungsfotos dabei. Vor kurzem bin ich mit einer meiner Enkel*innen hoch zum Kranzberg, wir haben eine Feuerstelle gemacht und ich habe ihr die Pilze erklärt. Die Liebe zur Natur in Verbindung mit meinem Glauben hat sich im Verlauf der Jahre verstärkt. Man ändert sich mit der Zeit – aber nicht zum Schlechtesten. Ich verstehe nicht, wenn man mit dem Alter hadert. Ich habe zwar bald eine OP wegen eines grauen Stars und auch andere Wehwehchen, aber es gibt keinen Grund traurig zu sein, dass man so alt geworden ist. Das Leben hat mich reich beschert.

Vollständiges Interview: MÜNCHENSTIFT Online-magazin (www.muenchenstift.de)

MODEJOURNAL STATT MODENSCHAU



„Das Outfit gefällt mir, ich habe mich so harmonisch mit dem Garten gefühlt. Und als frühere Geschäftsfrau war mir mein Erscheinungsbild schon immer wichtig,“ erzählt Isolde (81), weshalb ihr das Mode-Shooting als „Karibischer Traum“ so viel Freude bereitet hat.

„Ein Jahr ohne Modenschau, das geht nicht!“, so Sabine Herbrich von der hausinternen Tagesbetreuung im Haus Heilig Geist. Die Modenschau, die sie jedes Jahr gemeinsam mit ihrem Kollegen Josef Hinreiner organisiert, wurde im April wegen Corona abgesagt. „Warum nicht ein Foto-Shooting organisieren? Und daraus ein Modejournal machen, in dem alle gerne blättern?“, erzählt Sabine Herbrich, wie die Idee entstand. Im August war es dann so weit: 16 Silbermodels zwischen 69 und 94 Jahren alt,

eingekleidet mit Fundstücken aus dem Second-Hand-Laden und geschminkt von Sabine Herbrich und Kollegin Zdravka Preis, standen vor der Kamera Josef Hinreiners. „Die beteiligten Bewohner*innen waren begeistert, dass endlich wieder etwas los ist,“ so Sabine Herbrich. Jetzt können sich alle an den Bildern des Modejournals „A Very Special Summer“ erfreuen. Das Modejournal gibt es als PDF zum Download im MÜNCHENSTIFT Onlinemagazin (www.muenchenstift.de).





Azubis lernen mit dem Age-Simulator (Bild rechts) und auf Rollstühlen die Einschränkungen des Alters kennen.



START DES NEUEN AUSBILDUNGSJAHRES

Zum 1. September starteten rund 80 Auszubildende bei der MÜNCHENSTIFT. Sie sind die ersten, die auf der Grundlage des neuen Pflegeberufgesetzes ausgebildet werden. Durch dieses neue Gesetz wurden die bisherigen Pflegefachberufe der „Altenpflege“, „Gesundheits- und Krankenpflege“ und „Kinderkrankenpflege“ in der Ausbildung zur Pflegefachkraft zusammengeführt. In enger Abstimmung mit den Pflegeschulen durchlaufen die Azubis nun in den MÜNCHENSTIFT-Häusern eine stärker praxisbezogene Ausbildung als zuvor. Da viele Azubis erst seit kurzem in Deutschland leben, stehen Sprachförderung und interkulturelles Wissen ganz hoch in der Agenda.

Für diese neue generalistische Ausbildung entwickelte die MÜNCHENSTIFT einen eigenen betrieblichen Ausbildungsplan, in dem auch innovative und kreative Lernformate vorgesehen sind. So integrierte ein Haus die sogenannte Azubi-Wohngruppe bereits fest in ihren Ausbildungsverlauf. In dieser Lernform übernehmen fünf bis sieben Azubis vom ersten bis dritten Ausbildungsjahr eine Woche lang die Früh- und Spätschicht in einem Wohnbereich. Begleitet von ihrer Zentralen Praxisanleiterin sind sie in dieser Zeit für die Pflege und Betreuung der Bewohner*innen verantwortlich. Betreuungs- und Beziehungsarbeit, gezielte Anleitungen und Reflexionen werden gezielt miteinbezogen und der Blick für

kleine Zeitfenster für die Bewohner*innen im Pflegealltag geschärft, so die Erfahrungen eines Testlaufs. „Die Woche gab den Azubis ein Gefühl für Verantwortung sowie mehr Selbstbewusstsein und -vertrauen“, freut sich Christian Wiedemann, Koordinator Ausbildung. „Nur wenige Pflegeeinrichtungen bieten ein dermaßen wirksames Lernformat. Wir fangen nun gemeinsam mit allen Pflegeeinrichtungen und -schulen an, die Entwicklung wahrzunehmen, wie stark die praktische Ausbildung sich verändern wird.“

GUT ZU WISSEN

Verdacht auf Demenz bei Angehörigen

Bei vielen Menschen lassen im Alter die geistigen Fähigkeiten nach. Sie werden vergesslicher und können sich nicht mehr gut auf neue Situationen einstellen. Gesunde Menschen können diese Einbußen ausgleichen. Anders ein demenziell erkrankter Mensch. Er verliert im Laufe der Zeit seine kognitiven Fähigkeiten. Er kann sich nicht mehr an kurz zurückliegende Ereignisse erinnern, vergisst wichtige Termine und verliert selbst an gewohnten Plätzen seinen Orientierungssinn. Auch die Konzentration lässt nach und es kommt zu Wortfindungsstörungen. Wenn Sie Krankheitsanzeichen bemerken, sollten Sie mit Ihrer/Ihrem Angehörigen eine/einen Ärztin/Arzt aufsuchen. In der Regel haben die Betroffenen wenig Verständnis für diesen Arztbesuch, da sie ihre Erkrankung selber nicht wahrnehmen. Sie sollten den Besuch im Vorfeld mit der/dem Ärztin/Arzt besprechen. Sobald die Diagnose feststeht, hilft fachliche Beratung. Und auch wenn im Verlauf der Erkrankung der Hilfebedarf steigt, geben Beratungsstellen wertvolle Tipps und Hilfe.

Vollständiger Artikel:
www.muenchenstift.de
 (Onlinemagazin)

NEUE RUBRIK: UNSER TEAM

2.000 Mitarbeitende sind in den 13 MÜNCHENSTIFT-Häusern tätig. Mit ihrem Wissen und ihrer Zuwendung sorgen sie dafür, dass es den Bewohner*innen gut geht. Zum Beispiel Annemarie Erhardsberger (Stellv. Pflegedienstleitung im Hans-Sieber-Haus):

Seit wann sind Sie bei der MÜNCHENSTIFT? Wie ging es los und was tun Sie heute?

Ich wollte Krankenschwester werden, aber damals wurden nicht genügend ausgebildet, daher schaute ich mich bei der Kinderbetreuung und der Altenpflege um. Ich stellte fest, dass die Arbeit mit alten Menschen mir Spaß machte, ich kannte das selbstverständliche Miteinander der Generationen aus meiner Kindheit. Ich begann 1986 eine Ausbildung zur Altenpflegerin, trat 1989 eine Stelle als Fachkraft im Haus St. Martin an

und wurde schon bald Stationsleitung. Heute arbeite ich als stellvertretende Pflegedienstleitung im Hans-Sieber-Haus. Ich bin jeden Tag im Haus unterwegs und stehe den Mitarbeitenden beratend zur Seite, gebe meine Erfahrung und Sicherheit weiter, sodass die Pflegequalität stimmt.

Wie sorgen Sie dafür, dass Mitarbeitende und Bewohner*innen gefördert werden und es ihnen gut geht?

Am wichtigsten ist es, dass unsere Pflegegäste trotz Schwierigkeiten so leben können, dass sie am Ende des Tages sagen können: Heute war es schön! Dazu gehört neben der Grundpflege, dass wir ihnen das Leben von draußen hereinbringen, wir miteinander reden, Neues erzählen, sie zum Lachen bringen und auch zuhören. Das ist wichtiger als nur auf Sauberkeit und

Ordnung zu achten, wobei ich es sehr wichtig finde, dass Haare und Kleidung stimmen, dass sie gut aussehen und sich wohl fühlen. Aber ich kann z.B. während des Anziehens von Strümpfen ein Gespräch führen.

Was ist Ihnen bei Ihrer Arbeit besonders wichtig?

Egal ob Mitarbeitende oder Pflegegäste: es ist wichtig, achtsam zu sein, sich auf die Menschen einzulassen und herauszubekommen, welches Leben sie bisher geführt haben und versuchen, sie zu verstehen. Die Auszubildenden aus der Flüchtlingsklasse haben z. B. oft große Dramatik hinter sich. Hier stoßen sie z.T. auf „Trümmkinder“. Wichtig ist es, zum Kern der Menschen zu kommen.

Wie werden Sie unterstützt?

Ich kenne kein Unternehmen, das so gut strukturiert ist und



Annemarie Erhardsberger

so transparent und offen mit Zahlen und seinem Wertekodex umgeht. Das macht es mir einfach. Die Werte der MÜNCHENSTIFT sind immer präsent und helfen mir bei der konkreten Arbeit. So bedeutet Wertschätzung für mich, dass alle Mitarbeitende immer zu mir kommen können, selbst wenn Fehler gemacht wurden. Sie können auf meine Unterstützung bauen, und wir arbeiten gemeinsam daran, dass es nicht mehr passiert.

INTERKULTURELLE HERBSTWOCHEN



Auch dieses Jahr konnten die Bewohner*innen während der „Interkulturellen Herbstwochen“ trotz Auflagen wieder ein interessantes und abwechslungsreiches Programm genießen. Zwei Monate lang fanden neben Filmen und Ausstellungen auch Vorträge und Fachgespräche statt. Insgesamt wurden über dreißig Veranstaltungen durchgeführt.



KUNSTERLEBNISSE VOR ORT

In mehreren MÜNCHENSTIFT-Häusern starteten Kunstausstellungen mit Werken von Münchner Künstler*innen. Obwohl auswärtige Gäste coronabedingt derzeit keinen Zugang zu den Ausstellungen haben, bieten sie den Menschen in den Häusern Anregungen und eine schöne Abwechslung. Unter dem Titel „Sommer – zwischen Monochromie und

Illusion“ laden im Haus an der Effnerstraße die Werke von Claudia Botz ein, sich mit ihren farbenfrohen Gemälden zu beschäftigen. Viele ihrer Gemälde zeigen Motive aus der Natur, die mit ungewohnten Farben und Kombinationen Überraschungen bieten. Die Münchner Künstlerin, die sich neben der Malerei auf illusionistische Wandmalerei spezialisierte,

widmet sich in vielen Werken dem Thema Raum und dem sich ändernden Standpunkten der Betrachter. So eröffnet sich in dem mannhohen Gemälde „Urwald“ (links) ein fast surrealer Raum, der sich suggestiv in die Tiefe weitet.

Im Hans-Sieber-Haus können die Werke der Künstlergruppe „Künstler*innen der Ateliers im Autohaus/Westend“ studiert werden. Das Spektrum an künstlerischen Ansätzen von Susanne Brandenburger, Anna Kiiskinen, JC Leopold, Anne Pincus und Brigitte C. Reichl



Zur Auswahl der Bilder besuchte die Ausstellungskuratorin Roswitha Freitag die Künstlerin Claudia Botz in ihrem Atelier im Westend.

ist denkbar unterschiedlich. Diese große Vielfalt bietet dem Publikum des Hauses viele Anregungen für Entdeckungen und Gespräche.

Zwei der „Künstler*innen des „Ateliers im Autohaus/Westend“ zeigen auch in anderen Häusern ihre Werke. So widmet sich Anna Kiiskinen im Haus

St. Martin den „Wasserwelten in Finnland und anderswo“. Anne Pincus und Susanne Brandenburger zeigen in ihrer Ausstellung „Lustwandeln“ im Haus St. Maria Ramersdorf Beispiele ihrer Bilderwelten – von Schlossgärten als Zufluchtsorten bis zur intuitiven Berührung der Farben und Linien.

Die Kunst des zur Ruhe Kommens ...

Entdecken Sie den Entspannungskünstler in sich: Im rückenfreundlichen Seniorensessel nach Maß gefertigt und auf Ihre Körpermaße eingestellt.

Sonderoptionen: Aufstehfunktion, verstellbare Lendenstütze, Drehteller, Spezialpolsterung (zur Vermeidung von Dekubitus), Sonderformen der Rückenlehne (bei starker Brustkyphose) und viele weitere.



Muckenthaler
ERGONOMIE

www.muckenthaler.de

Muckenthaler Ergonomie · Pacellistraße 5 · 80333 München

IMPRESSUM

HERAUSGEBER: MÜNCHENSTIFT GmbH, Gemeinnützige Gesellschaft der Landeshauptstadt, wohnen und pflegen in der Stadt, Kirchseeoner Straße 3, 81669 München, Tel. (089) 62020-340, Fax (089) 62020-336

VERLAG: VIOS Medien GmbH, Waldstr. 26, 82194 Gröbenzell,

Tel. (08142) 667884, Fax (08142) 667885, info@vios-medien.de

KONZEPTION: VIOS Medien, Carola Ostler und Monica Fauss

REDAKTION: Christian Liesenhoff (MÜNCHENSTIFT, verantwortlich), Monica Fauss, Carola Ostler

GESTALTUNG: Sabine Löffler

ANZEIGEN: VIOS Medien GmbH

DRUCK: Fink GmbH Druck und Verlag, Pfullingen

Das MÜNCHENSTIFT Magazin erscheint viermal im Jahr und wird kostenlos verteilt.

Auflage: 11.000 Exemplare

Alle Rechte vorbehalten, Dezember 2020



GALERIE FÜR DIE MALGRUPPE DES „WOHNEN MIT SERVICE“

Seit Neuestem haben die Hobbykünstler*innen des „Wohnen mit Service“ im Hans-Sieber-Haus eine eigene Galerie. Hier können sie die Werke ausstellen, die sie unter Anleitung der Künstlerin und Kuratorin Roswitha Freitag gemalt haben.



Die Malgruppe des „Wohnen mit Service“ trifft sich seit vier Jahren. Die Teilnehmenden können ihren malerischen Neigungen und Interessen folgen, unterstützt von fachmännischen Anregungen und Tipps.



MIT MUSIK BEI DER MÜNCHENSTIFT



„Das schönste Geschenk für mich ist, wenn Menschen nach einem Konzert glücklich nach Hause gehen. Die Zuhörer mit auf eine Reise zu nehmen, ihre Herzen zu berühren und Erinnerungen zu beleben, verzaubert mich“, fasst die Musikerin Astrid Haverkamp ihre Motivation zusammen. Als Piano-Duo mit ihrer Band „ginger spirit“ verführte sie dazu die Bewohner*innen der MÜNCHENSTIFT, als sie während des Lockdowns in Höfen und Gärten einiger Häuser aufspielte. Astrid Haverkamp singt in unterschiedlichen Formationen – vom Kaffeehaus-Ensemble bis zur Funkband. Ob Chanson, Swing oder Bossa Nova – elegant und lässig interpretiert sie mit ihrer warmen Stimme nicht nur Klassiker. Spielerisch überrascht sie mit Jazz in deutscher Sprache, den sie mit Witz und

feinsinniger Ironie mit dem Publikum teilt. So schlug die Musikerin bei der Konzertreihe zum 75. Jahrestag der Befreiung Münchens von der NS-Diktatur in einigen MÜNCHENSTIFT-Häusern den Bogen von Liedern aus der Nachkriegszeit bis zum Rock 'n' Roll. Bei ihrer Tour durch die Gärten und Höfe der MÜNCHENSTIFT stellte sie ein abwechslungsreiches Programm zusammen, das auf den Geschmack der Generation zugeschnitten war. Die deutschen Versionen von Klassikern wie „Fly Me To The Moon“ (Schieß mich doch zum Mond) oder „Bésame mucho“ luden zum Mitsingen ein. Bei den witzig-frischen Arrangements der „Capri-Fischer“ oder von „Rock Around The Clock“ stimmten die Bewohner*innen freudig mit ein. Viele schöne Erinnerungen wurden geweckt, erzählt eine Bewohnerin: „Bei ‚Rock Around The Clock‘ habe ich mich plötzlich wieder mit meinem Mann in der Tanzschule gesehen, als wir uns kennengelernt haben“. „Es war sehr bewegend zu sehen, wie freudig sie mit farbigen Tüchern von Balkonen und aus Fenstern winkten – und gelegentlich wurde uns sogar eine Packung Kekse als Dankeschön zugeworfen“, freut sich Astrid Haverkamp.



ONLINE
INFORMIERT BLEIBEN
 Im MÜNCHENSTIFT Online-magazin finden Sie weitere Themen und hilfreiche Tipps
 (www.muenchenstift.de).



FOLGEN SIE UNS

Auch wenn Sie nicht bei Facebook angemeldet sind, können Sie hier weitere Nachrichten der MÜNCHENSTIFT lesen:
www.facebook.com/muenchenstift

VERANSTALTUNGSPROGRAMM DIGITAL

Das beliebte MÜNCHENSTIFT-Veranstaltungsprogramm entwickelt sich angesichts der Pandemie weiter. Digitales Know-how steht im Mittelpunkt und auch bald Online-Vorträge. Organisatorin Elisabeth Joachimi über die neuen Angebote:

Wie lange gibt es das MÜNCHENSTIFT-Programm? Was war und ist die Zielsetzung?

Unser Programm gibt es seit 20 Jahren. Zu Beginn ging es darum, Bewohner*innen und Interessent*innen des damals neuen Wohnmodells „Wohnen mit Service“ mit Kinoprogramm und Schlemmeressen anzusprechen. Daraus entwickelte sich allmählich eine Kommunikationsplattform für Senior*innen, bei der man auf Gleichgesinnte treffen kann. Der gesellige Teil mit Gesprächen bei einem gemeinsamen Restaurantbesuch, z. B. nach einem Museumsbesuch, ist für die Teilnehmer*innen ein

wichtiger Grund, warum sie sich bei uns anmelden.

Warum Digitalisierung? Was ändert sich konkret?

Beim ersten Lockdown hat es sich klar gezeigt, dass digitale Kommunikation im Alltag notwendig ist. Zudem können in den Wintermonaten nur wenige reale Begegnungen angeboten werden. Aus diesen Gründen haben wir uns entschlossen, vermehrt Kurse in Zusammenarbeit mit dem Mediacenter 50plus anzubieten (s. Bericht MÜNCHENSTIFT Onlinemagazin). Somit können wir digitales Wissen aufbauen und üben, einzelne Vorträge digital anzuhören



Elisabeth Joachimi bereitet die Digitalisierung des Veranstaltungsprogramms mit ganz neuen Angeboten vor.

und uns darüber auszutauschen. Langjährige, mobilitätseingeschränkte Teilnehmer*innen können dadurch auch weiter dabei sein.

Wie geht es los?

Die Kurse sind bereits angelaufen und finden großen Anklang.

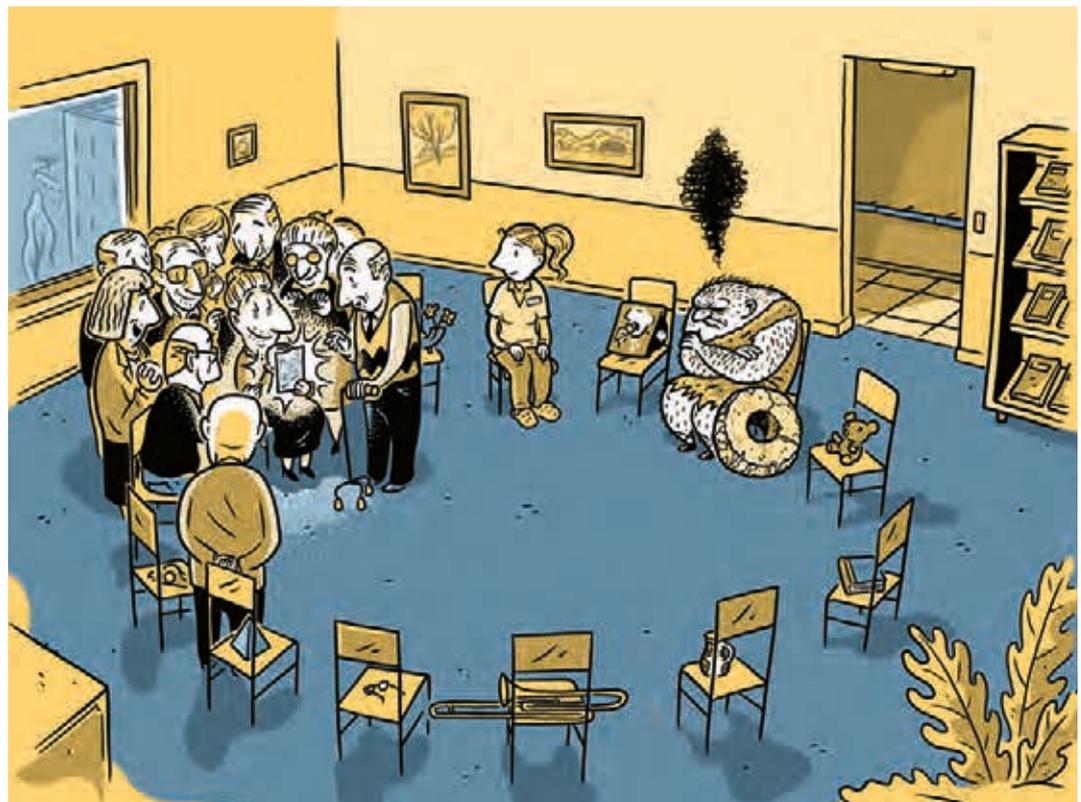
Der erste Zoom-Vortrag ist für Anfang März geplant. Das MÜNCHENSTIFT-Veranstaltungsprogramm mit den neuen Angeboten und allen Terminen gibt es online unter www.muenchenstift.de (Veranstaltungen) oder kann unter (089) 62020-340 bestellt werden.

Anmeldung & Information

Tel. (089) 62020-340

Führungen und Vorträge, gemeinsames Essen, Ausflüge, Konzerte, Filme und Theater, Ausstellungs- und Museumsbesuche oder Kurse speziell für Hochaltrige – all das bieten Ihnen die Veranstaltungen der MÜNCHENSTIFT. Unter www.muenchenstift.de finden Sie weitere Informationen. Sie können sich das aktuelle Programmheft herunterladen oder es telefonisch anfordern.

ZU GUTER LETZT



Cartoon: Arndt Knipser

Jeder erste Samstag im Monat stand unter dem Motto: „Mein liebstes Erinnerungsstück“. Langzeit-Bewohner Urgkh P. (6379) konnte es nicht fassen, dass er und seine damalige Erfindung weniger Beachtung fanden, als Frau Heidemarie B. (79) mit ihrer dämlichen Autogrammkarte von Marika Kilus und Hans-Jürgen Bäumlner.

DIE EINRICHTUNGEN DER MÜNCHENSTIFT GMBH



Allach-Untermenzing **AMD**
 Hans-Sieber-Haus
 Manzostraße 105, 80997 München
 Tel. (089) 14375-0, -230 (AMD)



Laim/Pasing
 Alfons-Hoffmann-Haus
 Agnes-Bernauer-Straße 185, 80687 München
 Tel. (089) 546 47-0



Schwabing/Milbertshofen
 Karl-Rudolf-Schulte-Haus
 Leopoldstraße 261, 80807 München
 Tel. (089) 356360-0



Bogenhausen **AMD**
 Haus an der Effnerstraße
 Effnerstraße 76, 81925 München
 Tel. (089) 99833-0, -230 (AMD)



Neuhausen
 Haus Heilig Geist
 Dom-Pedro-Platz 6, 80637 München
 Tel. (089) 17904-0



Sendling **AMD**
 Haus St. Josef
 Luise-Kiesselbach-Platz 2, 81377 München
 Tel. (089) 74147-0, -230 (AMD)



Giesing
 Haus St. Martin
 St.-Martin-Straße 34, 81541 München
 Tel. (089) 62020-0



Nymphenburg
 Münchener Bürgerheim
 Dall'Armstraße 46, 80638 München
 Tel. (089) 15709-110



Zentrum
 Mathildenstift
 Mathildenstraße 3b, 80336 München
 Tel. (089) 549156-55



Hadern
 Margarete-von-Siemens-Haus
 Heighofstraße 54, 81377 München
 Tel. (089) 741550-0



Ramersdorf
 Haus St. Maria Ramersdorf
 St.-Martin-Straße 65, 81669 München
 Tel. (089) 49055-0

Ambulanter Dienst (AMD)
 In diesen Häuser befinden sich
 AMD-Standorte:
 Hans-Sieber-Haus
 Haus an der Effnerstraße
 Haus St. Josef
 Haus an der Tauernstraße
 Haus an der Rümmanstraße

Münchner Menü-Service
 Tel. (089) 62020-378

Hauptverwaltung
 Tel. (089) 62020-340
 Kirchseeoner Straße 3, 81669 München
 Internet: www.muenchenstift.de

Fachstelle für pflegende Angehörige bei der MÜNCHENSTIFT
 Tel. (089) 62020-308
 E-Mail: fachstelle@muenchenstift.de



Harlaching **AMD**
 Haus an der Tauernstraße
 Tauernstraße 11, 81547 München
 Tel. (089) 64255-0, -230 (AMD)



Schwabing **AMD**
 Haus an der Rümmanstraße
 Rümmanstraße 60, 80804 München
 Tel. (089) 30796-0, -230 (AMD)



MÜNCHENSTIFT