

HausPost

HAUSZEITSCHRIFT VITANAS DEMENZ CENTRUM AM SCHLEINUFER 3 | 2015



So sind wir
Supersommer
sorgt für Spaß
im Centrumsgarten

Auf ein Wort
Studenten
bringen Bewegung
ins Haus

Liebe Leserinnen und Leser,



als ich am 1. Juli die Leitung des Vitanas Demenz Centrum Am Schleinufer übernahm, wurde ich häufig gefragt, wie ich mich der neuen Herausforderung stelle. Meine Antwort: Ich werde alles tun, die Lebensqualität, das Wohlbefinden der Bewohner stetig zu verbessern, den seit Eröffnung 2013 eingeschlagenen guten Weg auszubauen. Dabei setze ich auf meine Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter aus den Bereichen Pflege, Beschäftigung, Haustechnik, Hauswirtschaft und natürlich Verwaltung. Jeder Einzelne ist gefragt. Fachlich versierte, engagierte und verständnisvolle Mitarbeiter sind der Schlüssel zum Erfolg für die anstrengende und auch ebenso erfüllende Aufgabe. Schließlich ist unsere Einrichtung einmalig in Sachsen-Anhalt. Hier werden 127 demenziell Erkrankte bei herausragenden Bedingungen und nach neuesten Erkenntnissen betreut. Darauf sind wir stolz.

Viele Angehörige kennen mich aus meiner jahrelangen Tätigkeit bei Vitana. Sie können darauf bauen, dass ein enges Zusammenwirken mit ihnen, mit den Ehrenamtlichen und mit den Partnern entscheidende Faktoren bleiben, um die für die Pflge-therapie so wichtige Wohlfühl-atmosphäre für die Bewohner zu schaffen. Mit vielen Aktivitäten werden wir in die Öffentlichkeit ausstrahlen, um zu zeigen: Wir gehören zu Magdeburg.

A handwritten signature in blue ink, which appears to read 'Heiko Nötzold'.

Heiko Nötzold, Centrunsleiter

Aus dem Inhalt

So sind wir Nicht nur im Sommer begehrt: ‚Garten der Sinne und Bewegung‘ ...	3 – 5
Kalenderblatt Gäste aus Shanghai Schiffstour Zertifikat Grillfest.....	6 – 8
Flurgespräch ‚Petrieförder‘, ‚Strombrücke‘ sowie Kater Tapsi	9/10
Weißt Du noch ... Bewohnerin Helga Meißner erinnert sich.....	11
Wissenschaft Forschung Soziales 2. Pflegestärkungsgesetz sieht ab 2017 fünf Pflegestufen vor Meldungen	12/13
Meine Stadt Markante Punkte in Magdeburg	14/15
Ehrenamt Gabriele Möllers Temperament und gute Laune sind ansteckend.....	16
Der Chefarzt rät Bei Schlaganfall kommt es auf jede Sekunde an	17
Auf ein Wort Jeden 4. Montag im Monat findet Beratungssprechstunde statt ...	18
Unsere Gäste Minigolfer Heinz-Josef Sprengkamp	19
Gespräch Prof. Dr. Kerstin Witte vom Institut für Sportwissenschaften	20/21
Geburtstage Memory	22
Neu bei uns Heimfürsprecherinnen sind für Sie da	23
Abschied	23
Kontakt Lageplan Impressum	24



Hedda Meilicke (l.)
mit den Bewohnern
Helga Meißner und
Olaf Könnicke am
Hochbeet

„Zwillinge“ im Strandkorb und das Kaninchen im Garten-Paradies

Im ‚Garten der Sinne und Bewegung‘

Der diesjährige Supersommer sorgt täglich für Hochbetrieb im Garten des Vitanas Demenz Centrums Am Schleinufer.

Eigentlich kommen gegen 10 Uhr auch die „Zwillinge“. Ursula Eckert und Margarete Glaser werden so genannt, weil sie oft zusammen sind. Der Strandkorb im Garten ist ihre zweite Heimat. Heute

aber sind sie beim Friseur. Nun hat sich Wilhelm Figgemeier den Strandkorb gesichert, liest gerade seine Sportzeitung. „Ganz wunderbar“, schwärmt er, „fast wie an der Ostsee.“ Erinnerungen an früher.



Plaudern in idyllischer Runde im Pavillon

Der 4.000 Quadratmeter große ‚Garten der Sinne und Bewegung‘ soll all das bieten, was der Name besagt, erklärt Hedda Meilicke, Teamleiterin Beschäftigung.

Am Brunnen vor dem Tore

Im Garten ist täglich Hochbetrieb. Heute sind wegen der Wärme die Sportgeräte mal nicht gefragt. Die Minigolf-



Wege und Beete werden gepflegt

Unser Sommerparadies

Der 4.000 Quadratmeter große Garten hat:

- drei mit Holz umkleidete Hochbeete
- insgesamt mehrere 100 Meter lange barrierefreie Kieswege
- ausgedehnte Rasenflächen
- dutzende Bäume, darunter Aprikosen-, Birnen- und Apfelbäume
- Naschecke mit Himbeeren und Schwarzen Johannisbeeren
- Zelt pavillon, Hollywoodschaukel, Strandkorb, Sitzecken unterm großen Sonnendach, kleine Sitzinseln
- Spiele vieler Art
- Minigolf-Anlage, Kegelbahn (transportabel), Übungsgeräte



Anlage bleibt verwaist. Unter dem großen Sonnendach dagegen übt Liane Hoffmann mit Bewohnern leichte Geschicklichkeitsspiele. Alltagsbegeleiter Harald Hartmann macht sich beliebt, weil er wunderschöne Volkslieder abspielt. „Am Brunnen vor dem Tore...“. Viele singen mit. Mehrere Bewohner sind an den Hochbeeten. Hedda Meilicke hält die Gartenpflege für sehr wichtig in der Arbeitstherapie.

Fünf Zauberwörter und die Ausstrahlung

„Sehen, hören, riechen, schmecken und fühlen, das sind die Zauberwörter, die verschlossene Gesichter oft erstrahlen lassen. Es sind Sinne, die Vergessenes zeitweise wiederbringen“, berichtet sie.

Gerade säubert Helga Meißner das Erdbeerbeet. Sie ist zufrieden, das sieht man der Bewohnerin an. Genau wie Reinhard Krone, der den Weg harkt. Olaf Könnicke und Theodor Beilfuß gießen strahlend.

Hedda Meilicke verschweigt jedoch die Probleme nicht, die Demenz mit sich bringt. Das ist wahrlich nicht nur Fröhlichkeit. Sie sagt: „Unsere Pflagemannschaft ist bestrebt, durch persönliche Ausstrahlung, dies Betroffene vergessen zu lassen.“

Der Sandmann ist manchmal da

Das Alltagsleben solle so normal wie möglich gestaltet werden. Dabei nutzt man die Biografie. Günter Nowack war mal Kleingärtner. Also ist er häufig an den Beeten anzutreffen. Beliebt sind Erinnerungsspiele. Unter dem Sonnendach ist manchmal Praktikantin Katha-



Praktikantin Katharina beim Erinnerungsspiel

rina Kopschina mit Gruppen aktiv. Dann zeigt sie eine Fototafel des Sandmännchens und fragt: „Wer ist das, Frau Adler?“ Die ältere Dame wusste es.

Süße Früchte locken an

Bald ist die Himbeer-Naschecke das Ziel von Ruth Mundhaß, Agathe Suske und Dr. Peter Thorhauer. Günter Nowak probiert Früchte vom Aprikosenbaum.

Gegen 12 Uhr ist Mittag. Es wird ruhig im Garten. Dann taucht hoppelnd das wilde Kaninchen auf. Es hat sich in Garten und Umgebung angesiedelt. „Wir freuen uns alle darüber und vielleicht bringt es sogar Nachwuchs an“, lacht Hedda Meilicke.



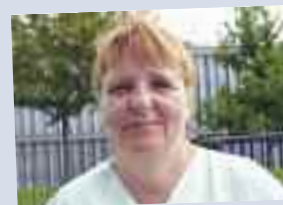
Frisch von den Naschsträuchern schmecken die Himbeeren am besten

Günter Nowak probiert, ob die Aprikosen reif sind

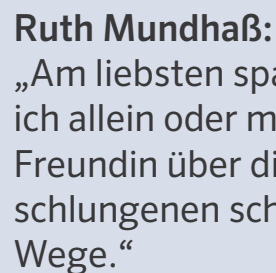


Umfrage: Mein Lieblingsplatz

Gisela Lutz: „Ich sitze am liebsten unter dem Sonnendach. Würfeln und andere Gemeinschaftsspiele machen besonders Spaß.“



Ursula Geppert, Alltagbegleiterin: „Gern setze ich mich mit Bewohnern in den Pavillon, wo wir gemeinsam Rätsel lösen.“



Ruth Mundhaß: „Am liebsten spaziere ich allein oder mit der Freundin über die verschlungenen schönen Wege.“



Alltagsbegeleiter Harald Hartmann: „Zum Düfte erkennen führe ich Bewohner oft an die Kräuterbeete.“



Reporter aus Shanghai unterwegs, hier mit Christel Dost und Ute Zacher



Hedda Meilicke und Bewohnerinnen vor der Kamera

Reporter aus Shanghai im Haus unterwegs



Sprachengewirr im Foyer – sogar Chinesisch ist zu hören. Grund: Die bislang am weitesten gereisten Gäste des Vitans Demenz

Centrums Am Schleinufer sind da. Sie kommen aus Shanghai in China, einer der größten Städte der Welt. Allein dort sind derzeit über 200.000 demenziell erkrankte Bewohner registriert. Jetzt hat der Fernsehsender der Metropole ein achtköpfiges Reporterteam auf Europa-Tour geschickt, um sich über die Alten- und Demenzpflege zu informieren. Magdeburg mit dem bundesweit anerkannten Vitans Demenz Centrum ist eine Station.

Ling Qin, Koordinator des Teams, ist

vom prächtigen Gebäude in Elbnähe beeindruckt. Bald wirbeln die Reporter durch das Haus, Dolmetscherin Su Ye ist pausenlos im Einsatz. Heiko Nötzold lenkt die Kameraleute in die 3. Etage. Auf der Gemeinschaftsfläche ist gerade Bewegungstherapie angesagt. Das Haus mit den 89 schönen Zimmern wird vom Keller bis zum Dach in Augenschein genommen.

Vitanas Geschäftsführer Torsten Wenzel aus Berlin berichtet der Redakteurin Ting Fang über das Vitans Demenz Pflegekonzept, das den Betroffenen mehr Lebensqualität verschafft.

Am Nachmittag verlassen die Gäste mit vielen Anregungen im Gepäck das Haus.



Erlebnisreiche Kaffe

Am 21. Juli gingen ca. 30 Bewohner, Angehörige und Pflegerinnen der 1. Etage des Vitans Demenz Centrums an Bord des Ausflugsschiffs ‚Stadt Wolfsburg‘. Gegen 15 Uhr startete das schnittige



Geschafft: Wir haben das Zertifikat!

In der Oma-Stube in der 2. Etage steht ein großer Regulator, in den Küchen werden nostalgische Kaffeemühlen verwendet. Auch das und vor allem versierte individuelle Pflegeleistungen prägen das Alltagsleben im Böhm-Wohnbereich des Vitanas Demenz Centrums Am Schleinufer. Am 30. Juni stand nun die Zertifizierung des ‚Europäischen Netzwerks für psychobiographische Pflegemodelle‘ (ENPP) ins Haus. Marianne Kochanski, ENPP-Geschäftsführerin, war bei der Prüfung des Milieus genauso angetan wie von dem Bewertungskriterium ‚Normalitätsprinzip im Alltagsleben‘ und vom Niveau der Dokumentationen. 80 Prozent des Teams hatten außerdem Schulungen zum psychobiografischen Pflegemodell nach Prof. Böhm absolviert.

„Hurra, geschafft!“ **Katrin Meinecke, Wohnbereichsleiterin**

Wer Dienst hatte, sammelte sich für den Fotografen um das Zertifikat: Günter Mill, Cindy Keil, Julia Nitschke, Katrin Meinecke, Ute Zacher, Bianka Specht, Harald Hartmann (v. l.)



Wer Dienst hatte, sammelte sich für den Fotografen um das Zertifikat: Günter Mill, Cindy Keil, Julia Nitschke, Katrin Meinecke, Ute Zacher, Bianka Specht, Harald Hartmann (v. l.)

des Böhm-Wohnbereichs, und ihre Mitarbeiter sind stolz. Immerhin liegt die Messlatte für das Zertifikat sehr hoch. Es bescheinigt ihnen eine hohe Qualität beim Betreuen demenzkranker Menschen und weist ihren neuen Erkenntnisstand aus.

Gemeinsam mit Cindy Keil hatte Katrin Meinecke den Wohnbereich bei der Prüfung vertreten. Pflegedienstleiterin Ute Zacher und Dr. Claudia Zemlin, Leiterin des Vitanas Fachbereichs Demenzielle Erkrankungen, standen zur Seite.

34 Frauen und Männer werden im Böhm-bereich versorgt und betreut. Die Zertifizierung wird

helfen, Pflege und Therapie weiter zu verbessern.

Es sind jedoch keine Lorbeeren auf ewig, sind sich alle einig: **In zwei Jahren muss das Zertifikat verteidigt werden.**

e-Fahrt auf der Elbe

Schiff der ‚Weißen Flotte‘ ab Petriförder. Vorbei an Mückenwirt, Wasserturm und Gierfähre ging es nach Schönebeck. Kaffee und Kuchen mundeten, es gab viel zu sehen und zu erzählen. Die zwei Stunden auf dem drittlängsten Fluss Deutschlands vergingen wie im Fluge. Die am 4. August geplante Fahrt mit der 2. Etage fiel wegen Niedrigwassers aus – sie wird nachgeholt.





Das Ehrenamt trifft sich – diesmal am Grill

Grillfest am 7. Juli extra für die Ehrenamtlichen des Hauses. Für seine wichtigsten Helfer betätigte sich der neue Chef des Hauses, Heiko Nötzold, selbst am Grill. Hedda Meilicke und Anne-Kathrin Wolf assistierten. Johanna Liesegang, neu als Betreuerin im Haus, nutzte die Gelegenheit zum Kennenlernen. Edda Raschke und Christa Raths vom ‚Dialog der Generationen‘ sind ehrenamtlich seit

2013 dabei, organisieren interessante Stunden im ‚Erzählcafé‘. Die 69-jährige Gabi Möller ist erst ein halbes Jahr lang Ehrenamtliche und fühlt sich schon bestens aufgenommen. Meist unterstützt sie die Tanztherapie. Auch das Mitwirken von Constanze Kemmerer (21), Psychologiestudentin an der Guericke-Uni, wird geschätzt. Als Mitglied des Leo-Klubs liest sie gemeinsam mit anderen jungen Leuten aus Heimatbüchern vor. „So bringen wir Freude und wecken Erinnerungen“, sagte sie. Abiturientin Pia Ullrich sagt: „Ich helfe hier gern und das Mitarbeiterteam ist sehr nett.“ Ihre Begleiterin Lisa Meiner bestätigt das. Wächst hier Nachwuchs für den Pflegesektor heran? Vielleicht, aber bei Lisa (18) ist das wohl nicht der Fall. Ihr Traumberuf sei Kriminalistin, verriet die sympathische Abiturientin, die sich bald selbstbewusst am Grill betätigte.



An den Tischen indes wurden in toller Stimmung Pläne für die ehrenamtliche Arbeit geschmiedet. Die fleißigen Helfer belohnte Petrus mit Sonne und warmen Temperaturen.

Bei uns im Haus

Kommende Höhepunkte

Am 3. Oktober ist eine Ballettschule zu Gast im Haus. Zwischen 11 und 12 Uhr tanzen Kinder aus klassischen und modernen Stücken.

Vom 5. bis 8. Oktober finden jeweils täglich ab 16 Uhr Weinfeste mit einem bunten Programm im „Marktplatz“ statt.

Am 15. Oktober startet ab 10 Uhr wieder das beliebte Kegeln mit prominenten Politikern, Sportlern, Schauspielern und Kabarettisten.

Ende November beginnen die ersten Vorbereitungen für das Weihnachtsfest 2015 in unserem Haus. Ideen für den Höhepunkt sind wie immer willkommen.



Der Balkon und die Zitter gehören zum Alltag der 1. Etage

Ein lauer Sommerabend. Auf dem Balkon wird ‚Mensch ärgere Dich nicht‘ gespielt. Ein Freudenruf von Christa Jürgens: „Gewonnen!“ Gertrud Lesse und Ilse Prochaska gratulieren.



‚Mensch ärgere dich nicht‘ auf dem Balkon mit Margarete Glaser, Ilse Prochaska, Ursula Eckert, mit dabei: Pflegehelferin Dorothea

Ob beim Brettspiel, beim Plausch oder wenn Praktikant Lars vorliest – ein Plätzchen auf dem geräumigen Balkon über dem Eingang des Vitanas Demenz Centrums ist immer heiß begehrt. „Es ist ein kurzer Weg an die frische Luft“, lächelt Wohnbereichsleiterin Milena Tuchel.

Bei Kaffee und Kuchen hat man einen schönen Ausblick. Die 1. Etage heißt ‚Petriförder‘ und ‚Strombrücke‘. Zwei Küchen gibt es, gemütliche Gemeinschaftsflächen mit Fernseher, es kann gelesen, gehäkelt oder gespielt werden.

Die Namen unserer Etage

Petriförder

Einst eine besonders gebaute Straße, auf ihr konnten von Schiffen entladene Waren auf Fuhrwerken leichter ans Hochufer der Elbe gebracht werden. Heute bezeichnet Petriförder die Anlegestelle der ‚Weißen Flotte‘. Die Schiffe ‚Stadt Magdeburg‘, ‚Stadt Wolfsburg‘ sowie die ‚Sachsen-Anhalt‘ starten hier.

Strombrücke

Die alte Strombrücke von 1861/62 wurde vor Kriegsende 1945 von der Wehrmacht gesprengt, danach wieder provisorisch aufgebaut.

Die 1965 eingeweihte heutige Strombrücke ist 257,7 Meter lang und verbindet die Innenstadt mit dem Werder/Rotehornpark.

Wohnbereichsleiterin Milena spricht von angenehmer Teamarbeit, von viel Engagement. 13 Mitarbeiter kümmern sich um 27 Bewohner mit Demenz, auch Menschen mit Mobilitätseinschränkungen sind dabei. „Wir wollen allen einen normalen Alltag gestalten“, sagt sie. Das ist Ziel bei Vitanas, wird Normalitätsprinzip genannt. Hilfreich ist, dass sich Angehörige und Ehrenamtliche einbringen. Herr Holtermann gestaltet das Lesecafé, berichten Pfleger Robert und Pflegerin Linda. Der Magdeburger Gottfried Scheide, Freund von Bewohner Dr. Erich Meiß-



Schmeckt es? Mittagessen in der zweiten Küche, Halbtagsbegleiterin Ingrid hatte aufgetragen

ner, gibt bei seinen Besuchen sogar Etagen-Konzerte auf der Zitter.

„Schwester“ Margot ist Ehrenamtliche. Sie war früher Anästhesie-Schwester. Nun kümmert sich die Rentnerin um Ursula Wolf, kauft mit ihr ein, macht Spaziergänge. „Wir freuen uns“, sagt Milena Tuchel. Sie ist übrigens Bulgarin. Die Liebe hat sie in den 1990er-Jahren nach Magdeburg geführt, wo sie eine Familie gegründet, studiert, in der Pflege gearbeitet hat. Bewusst sei sie ins Vitanas Demenz Centrum gewechselt. „Das gibt mir hier viel“, feut sich Milena.



Bewohner Dr. Erich Meißner mit seiner Zitter, Milena Tuchel und Ronny Fischer

Tapsi im 7. Katerhimmel

Wer vom Personal morgens zuerst da ist, der muss die Balkontür öffnen, denn Kater Tapsi streicht unablässig miauend um die Füße und gibt nicht eher Ruhe, bis er auf den Balkon huschen kann – wunderbar ist es da. Tapsi gehört Bewohnerin Frau Gerulis. Sie hat ihr Haustier mitgebracht, das ist bei Vitanas möglich. Ihr Zimmer ist sein Hauptquartier. Im Grunde ist Tapsi ein Etagenstromer – überall anzutreffen, oft schlafend. Am liebsten ist er dort, wo Bewohner Leckerlis verteilen. Geschieht das auch noch auf seinem geliebten Balkon, dann ist Tapsi im 7. Katerhimmel.



„Ich hatte große Angst vor Gänsen und musste sie doch jeden Tag hüten“

Erinnerungen sind Puzzleteile, aus denen sich unser Leben zusammensetzt – mit all seinen glücklichen Momenten, mit sorgenvollen Stunden und immer wieder Elan und Tatkraft. Wir halten Erinnerung wach.

Als Bewohnerin Helga Meißner am 1. August 1939 im Sudetenland das Licht der Welt erblickte, gab es noch keinen Krieg, das Leben lief in geregelten Bahnen. Doch das änderte sich zwei Jahre später schlagartig. Im Juni wurde das fünfte Kind des Ehepaares geboren.



„Einen Monat später starb mein Vater an Magenkrebs. Schon ohne den Krieg war unser Leben sehr schwer.“ Das setzte sich auch nach dem Untergang des Dritten Reichs fort. Am 8. August 1945 musste die Familie ihre Heimat verlassen. „Uns blieb nur eine Nacht um zu packen und wir durften nur maximal 50 Kilo Gepäck mitnehmen.“ Bei Zittau ging's über die Grenze und weiter bis nach Eggersdorf bei Schönebeck, wo die Mutter beim Bauern arbeitete und die Schwester „in Stellung“ war. So wurde damals Dienstbotentätigkeit umschrieben. Weil das für den Unterhalt der Familie nicht reichte, musste die kleine Helga Gänse hüten, vor denen

sie sich sehr fürchtete. Mit den Jahren wurde es besser. Helga machte eine Ausbildung zum Großhandelskaufmann, arbeitete später beim Bezirksvorstand der Vereinigung gegenseitiger Bauernhilfe und zog 1963 nach der Heirat nach Haldensleben. „Mein Mann war Müllermeister und hatte dort eine Mühle.“ Die ist noch heute in Familienbesitz. Helga hat sich um die Buchhaltung gekümmert und nebenbei vier Kinder großgezogen, die ihr wiederum vier Enkel schenkten. Die heute 76-Jährige stand immer mitten im Leben. Einer ihrer Leitsprüche ist: „Was nutzt alles Gewimmer. Lieber Freund, es kommt noch schlimmer.“

Im Pflegestärkungsgesetz II sind fünf Pflegestufen geplant

Durch zwei Pflegestärkungsgesetze will das Bundesgesundheitsministerium die pflegerische Versorgung deutlich verbessern.

Mit dem ersten Gesetz wurden bereits seit dem 1. Januar 2015 die Leistungen für Pflegebedürftige und ihre Angehörigen spürbar ausgeweitet und die Zahl der Betreuungskräfte in stationären Pflegeeinrichtungen erhöht.

Das 2. Pflegestärkungsgesetz soll einen neuen Pflegebedürftigkeitsbegriff und neue Begutachtungsregeln definieren. Die Unterscheidung zwischen körperlichen Einschränkungen und Demenzkranken soll wegfallen, stellt das Ministerium klar.

Laut einem Beitrag der ‚Ärzte-Zeitung‘ vom 23. Juni 2015 soll das 2. Gesetz 2017 in Kraft treten. Es sieht fünf Pflegestufen vor, derzeit sind es drei.

Das bedeutet u. a.: Leidet ein Patient an einer Demenz, ist aber wegen seiner körperlichen Schwächen nur in Pflegestufe 1 eingeordnet, macht er nach 2017 einen Sprung in den Pflegestufe 3. Ihm würden laut Gesetzent-

wurf statt 244 Euro dann 545 Euro zustehen.

In stationärer Pflege befindliche schwerkranke Menschen erhalten in der Pflegestufe 3 derzeit 1.612 Euro. Künftig sollen sie im 5. Pflegegrad 2.005 Euro bekommen, heißt es weiter.

Die Eigenbeteiligungen im stationären Sektor sollen gedeckelt werden.



Im Bundesdurchschnitt sollen sie bei 580 Euro liegen. Bislang mussten im Schnitt bis zu 900 Euro zugesprochen werden.

Menschen mit Demenz erreichen bislang seltener höhere Pflegestufen als jene mit körperlichen Gebrechen, heißt es im Ministerium-Entwurf. Nunmehr sollen Demenzkranke voll in die Soziale Pflegeversicherung einbezogen werden.



Musik weckt Erinnerung

Musik könne biografische Erinnerung wecken. Das erklärte ein Sprecher der Deutschen Alzheimer Gesellschaft in einer Presseinformation. Ältere Leute wüssten mitunter nicht, was sie heute zum Frühstück gegessen haben, können sich aber strophenweise an Lieder aus ihrer Jugendzeit erinnern.

Orientierung im Alter

In einer EU-geförderten Präventionsstudie will Prof. Thomas Wolbers vom Deutschen Zentrum für Neurodegenerative Erkrankungen (DZNE) Magdeburg aufklären, wieso das räumliche Orientierungsvermögen im Alter nachlässt. Hintergrund: Desorientierung ist oft eines der ersten Anzeichen einer Demenz. Es gehe um Früherkennung, heißt es in einer Medieninformation.

Tanzen macht schlau

Wer regelmäßig tanzt, bei dem ist eine Volumenzunahme im Gehirn nachweisbar. Das Phänomen sei auch Gegenstand der Forschungen des Neurologen Prof. Notger Müller, vermeldete die Deutsche Presseagentur dpa unter Bezug auf Forschungen am Deutschen Zentrum für neurologische Erkrankungen (DZNE) Magdeburg.

Forschung im Team

Magdeburg hat sich zum Spitzenstandort der Neurowissenschaften entwickelt. Das ist zurückzuführen auf das Zusammenwirken von DZNE, Otto-von-Guericke-Uni und Leibnizinstitut.

300 Meter wandern im Till Eulenspiegel in M



Magdeburg ist eine über 1.200 Jahre alte Stadt. Hier gibt es viele schöne Ecken, interessante Plätze und Gebäude. Die ‚HausPost‘-Redaktion stellt wieder einige davon in Bild und Text vor.

Früher konnte man nach Herzenslust in der **Elbe** schwimmen – in extra hergerichteten sicheren **Badeanstalten**. Davon gab es vor 1945 gut ein Dutzend. Eine davon war die Suhrsche Badeanstalt, hier links auf dem alten Foto. 1954 schloss die letzte Elbbadeanstalt. Die Elbe war von Industrieabwässern bald total verschmutzt. Nach 1990 wurde das verboten. Das Wasser ist heute wieder sauber. Die Bürgerinitiative ‚Pro Elbe‘ organisiert einmal im Jahr einen Elbbadetag an der Alten Elbe nahe dem Cracauer Wasserfall. An anderen Tagen ist das Baden im Fluss wegen der gefährlichen Strömung nicht gestattet.



Am Westportal des Doms ist ein **gepflastertes Labyrinth** mit einem Durchmesser von fast 15 Metern entstanden. Bis zum Mittelpunkt müssen rund 300 Meter zurückgelegt werden. Die Architektin Daniela Süssmann (Foto) hat hier das weltberühmte Labyrinth der französischen Kathedrale von Chartres etwa 1:1 nachbilden lassen. Viele Touristen bestaunen es.

Der **Aussichtsturm im Rotehornpark** ist 60 Meter hoch, er wurde 1927 zur Deutschen Theaterausstellung erbaut. Fast jeder Magdeburger hat ihn schon einmal bestiegen, meist mit dem Fahrstuhl. Bei gutem Wetter ist der Brocken im Harz zu sehen. Jetzt trägt der Turm mit der nachts beleuchteten Spitze den neuen Namen Albinmüller-Turm. Der Architekt Prof. Albinmüller nämlich war der Schöpfer des Ausstellungsgeländes und des Turms. Im Vordergrund: Das Gaststätten- und Museumsschiff ‚Württemberg‘.



Im Labyrinth und Magdeburg

Das Schulwesen hat ihm viel zu verdanken, und die Magdeburgische Gesellschaft von 1990 hat ihm wieder ein Denkmal gesetzt: **Johann Bernhard Basedow** (1724–1790). Der Pädagoge wirkte auch in Magdeburg, gestaltete neuartigen Unterricht, vermittelte Kindern Freude am Lernen. Das alte Denkmal von 1797 war mit der Sprengung der kriegsbeschädigten Heilig-Geist-Kirche (1956) zerstört worden. Für das neue in der Regierungsstraße nahe unserem Haus



wurden 40.000 Euro gesammelt (Foto oben). Nach der Enthüllung Ende Mai präsentierten sich wichtige Förderer stolz davor: Heinrich Sonsalla, Prof. Matthias Puhle, Juliane Schuster, Dieter Scheidemann, Prof. Jürgen Overhoff und Thomas Kluger (v. l.).



Der **Eulenspiegelbrunnen** vom Bildhauer Heinrich Apel wurde 1970 auf dem Alten Markt eingeweiht. Er erinnert an den bekannten Schalknarren. Der Sage nach soll er den Magdeburgern vorgegaukelt haben, er könne von der Rathauslaube fliegen. Die versammelten Leichtgläubigen aber ernteten nur Hohn und Spott. Ob Till Eulenspiegel wirklich gelebt hat, ist nicht nachgewiesen. Seine Streiche aber sind bis heute u. a. in Magdeburger Sagensammlungen erhalten geblieben.



Die gute Laune der flotten 69-Jährigen vertreibt Traurigkeit und Trübsinn

Kein Tanznachmittag ohne Gabi Möller

Mit ihrem Frohsinn, ihrem Charme, ihrem Temperament bringt Gabriele Möller in die wöchentliche Tanznachmittage den Schwung, der auch so manchen Nichttänzer unter den Bewohnern aus der Reserve lockt.

Die Zufallsbegegnung mit der ehemaligen Centrumsleiterin Christel Dost in der Kaufhalle Jakobstraße war für Gabi Möller ein echter Glücksfall. „Wir standen an der Kasse, als Frau Dost plötzlich sagte, das ihr die Beine vom Tanzen weh tun würden. Ich hab geantwortet, dass ich froh wäre, mal tanzen zu können.“ Der freundlichen Einladung von Christel Dost mittwochs zu den Tanznachmittagen ins Vitanas Demenz Centrum zu kommen, folgte die agile 69-Jährige zunächst zögerlich. „Doch



Eigens zu ihrem Geburtstag hat Gerhard Reuter ein Lied auf der Mundharmonika für Gabi Möller gespielt. Die bedankte sich herzlich..



als die Fahrstuhltür aufging und ich ein Lied der Amigos hörte, der Lieblingsgruppe meines Mannes, wusste ich: Hier bin ich richtig.“ Seither ist Gabi Möller fast immer dabei. Mit einigen der Bewohner legt sie durchaus flotte Tänze aufs Parkett, mit anderen schunkelt oder singt sie, stets verbreitet sie gute Laune und animiert alle zum Mitmachen. Der schönste Dank für Gabi Möller, die auch Schöffin beim Sozialgericht ist und im Verband für Straffällige in Magdeburg mitarbeitet, ist die Freude der Bewohner. „Es ist einfach schön zu sehen, wie die Augen strahlen, wenn ich sage: Sie sehen heute aber wieder schick aus.“

Zeit ist Hirn: Beim Schlaganfall kommt es auf jede Sekunde an

Die Angst vor einem Schlaganfall ist groß. Doch wenn er eintrifft, warten viele erst mal ab. Das kann tödlich sein, denn pro Minute sterben dann u. a. 1,9 Millionen Neuronen und zwölf Kilometer Nervenstränge ab. Ein Gespräch mit Dr. Zejko Zivcec, Neurologie-Chefarzt am AMEOS Klinikum Haldensleben.

HausPost: Mit welchen Warnsignalen kann sich ein Schlaganfall ankündigen?

Dr. Zejko Zivcec: Symptome für einen akuten Schlaganfall können plötzliche Schwäche, Lähmung einer Körperseite, Sprach-, Seh- oder Hörstörungen, Benommenheit, Bewusstlosigkeit, hängende Mundwinkel sein. Tritt eine dieser Störungen auf, muss der Betroffene sofort ins Krankenhaus, direkt oder über den Notfalldienst. Wird erst der Hausarzt oder ein niedergelassener Facharzt konsultiert, geht wertvolle Zeit verloren. Innerhalb der ersten viereinhalb Stunden nach Auftreten des Schlaganfalls kann die sogenannte Lysetherapie Blutgerinnsel auflösen und die Gefahr bleibender Schäden bannen. Ohne Intervention kann sich der Schlaganfall immer weiter ausdehnen und Hirnareale zerstören.

HausPost: Was begünstigt Schlaganfälle?

Dr. Zejko Zivcec: Es gibt nicht beeinflussbare Risikofaktoren, wie Alter oder genetische Faktoren und beeinflussbare. Dazu gehören Bluthochdruck, Herzkrankheiten oder Diabetes. Wer diese Erkrankungen gut behandeln lässt bzw. durch gesunde Lebensweise (geringer Alkoholkonsum, Nikotinverzicht und körperliche Aktivität) positiv beeinflusst, kann sein Risiko minimieren.



Dr. Zejko Zivcec ist Chefarzt der Klinik für Neurologie am AMEOS Klinikum Haldensleben.

HausPost: Wo und wie werden Patienten behandelt?

Dr. Zejko Zivcec: Am besten auf spezialisierten Schlaganfallstationen, sogenannten Stroke Units, wo durch sehr gezielte Behandlung nicht nur die Überlebenschancen verbessert, sondern oft auch Folgeschäden verringert werden können. Voraussetzung ist eine schnelle und exakte Diagnose. Das heißt, spätestens 25 Minuten nach Eintreffen des Patienten beginnt die CT-Untersuchung, innerhalb von 60 Minuten die Behandlung. Ganz wichtig: Je eher Patienten in ärztliche Obhut kommen, desto höher ist die Chance auf Heilung.



Birgitt Opitz und Heiko Nötzold beraten

Viel Lob nach den ersten Sprechstunden

Hat mein Mann wirklich Alzheimer? Wo finde ich Hilfe und wie wichtig sind Patientenverfügungen oder Betreuungsvollmachten? Dies und anderes spielte bei den ersten gemeinsamen Beratungssprechstunden vom Vitanas Demenz Centrum Am Schleinufer und der Alzheimer Gesellschaft Sachsen-Anhalt immer wieder eine Rolle.

Seit Februar wird jeden 4. Montag im Monat von 15 bis 16 Uhr bei Vitanas in der Materlikstraße dieser, in Magdeburg einmalige, Service für Interessierte und Betroffene angeboten. Birgitt Opitz, Geschäftsführerin der Alzheimer Gesellschaft, und Centrumsleiter Heiko Nötzold sagen: „Wir reagieren damit auf die fortschreitende Krankheitsstatistik auch in Sachsen-Anhalt.“ Es gehe um Aufklärung und um Unterstützung Betroffener sowie deren Angehörige.

Dabei können die Organisatoren selbst auf große praktische Erfahrungen verweisen. Die vor 18 Jahren gegründete Alzheimer Gesellschaft betreibt seit drei Jahren eine Tagesbetreuung in Diesdorf mit bis zu 24 Plätzen. Das Vitanas Demenz Centrum ist bundesweit beispielgebend

bei der stationären Betreuung.

Die Besucher zeigten sich angetan von den hilfreichen Antworten. Gelobt wird, dass während der Sprechstunde betroffene Familienmitglieder in das Betreuungsprogramm des Vitanas Hauses einbezogen werden.

Nächste Termine

28. September, 26. Oktober, 30. November, jeweils 15 bis 16 Uhr, Einzelgespräche nach Vereinbarung unter Telefon (0391) 544 57 - 100.

Ort: Vitanas Demenz Centrum
Am Schleinufer, Materlikstraße 1-10

Heinz-Josef Sprengkamp – der Gast, der öfter kommen will

Bei den beiden großen Sportfesten im Vitanas Demenz Centrum gehörte er bereits zu den Gästen. Er war als Betreuer an der Minigolf-Anlage zu finden. Jetzt will der Gast noch öfter kommen.

Die Rede ist von Heinz-Josef Sprengkamp, ein Mann, der Minigolf perfekt beherrscht und sogar Deutscher Jugendmeister war. Er möchte nunmehr auch die Bewohner dafür gewinnen, diese Sportart viel öfter auf der Anlage im ‚Garten der Sinne und Bewegung‘ zu betreiben.

Das erste Minigolf-Turnier, das im August stattfand, soll der Anfang sein. Man könnte später auch Bewohner anderer Pflegeeinrichtungen unterschiedlicher Träger einladen, erläutert Sprengkamp seine Vorstellungen. Das unterstütze gesamtstädtisch das Anliegen, Demenzkranke und ältere Menschen insgesamt am Gemeinschaftserlebnis Sport teilhaben zu lassen. Bei Vitanas ist Bewegung Bestandteil des Betreuungsalltags.

Der Redakteur für Bildungsmedien, Schulbuchautor und ehrenamtliche FDP-Politiker stammt aus Lippstadt. 1992 war er nach Magdeburg gezogen. Hier gilt der Familienvater (zwei Söhne) als leidenschaftlicher Freund und Förderer des Minigolfs. Es sei eine Sportart für alle Generationen und bestens für Ältere geeignet, schwärmt Heinz-Josef Sprengkamp. Die Hand-Augen-Koordination wird geschult. Selbst Rollstuhlfahrer

finden Zugang und man muss sich nicht bücken (ein Saugnapf am Schläger hilft), um an den Ball zu gelangen und um diesen dann ins Loch zu versenken.

Ein weiteres Plus zeigte sich bei den Sportfesten. Bewohner spielten auch deshalb Minigolf, weil sie es von früher aus dem Urlaub kannten. Gut für die Pflgeherapie: Beim Mini-golf spielt die Erinnerung mit.



Foto: Lars Sprengkamp

Eine Professorin und ihre Studenten bringen „Bewegung“ ins Haus

Eine Professorin der Otto-von-Guericke-Uni und ihre Studenten sind seit Anfang 2015 für eine Projektstudie im Vitanas Demenz Centrum aktiv. Die *HausPost* befragte Prof. Dr. Kerstin Witte vom Institut für Sportwissenschaft.

HausPost: Welche Ziele verfolgt das Projekt?

Prof. Dr. Kerstin Witte: Es sollen Bewegungsgeräte im Freiraum erprobt sowie der Einfluss des Gerätetrainings auf die Lebensqualität von Menschen mit Demenz untersucht werden.

HausPost: Wer ist beteiligt?

Prof. Dr. Kerstin Witte: Das Institut für Sportwissenschaft, Lehrstuhl Sport und Technik/Bewegungswissenschaft, sowie fünf Studierende. Natürlich sind Bewohner und Mitarbeiter von Vitanas eingebunden, des Weiteren der Gerätehersteller Play fit GmbH.



Prof. Dr. Kerstin Witte

HausPost: Von dieser Firma stammen die neuen Geräte im Außenbereich?

Prof. Dr. Kerstin Witte: Ja. Wir haben einen Rücken-, einen Beweglichkeits- und einen Schultertrainer, außerdem ein Massagegerät. „Play fit“

stellt sie kostenlos für ein halbes Jahr bereit, erhält dafür Ergebnisse der Projektstudie.



Beweglichkeitsübungen mit den Studentinnen Madelaine Wienrich und Hannah Brinkmann



Die Bewohner bei der Übung am Duplex Schultertrainer



Die Studenten mit den Bewohnern am Massagegerät

HausPost: Wie oft werden die Geräte genutzt?

Prof. Dr. Kerstin Witte: Die Studenten gehen dreimal pro Woche ins Demenz Centrum. Sie üben mit interessierten Bewohnern auf Grundlage eines altersgerechten Trainingsprogramms.

HausPost: Was sind die Besonderheiten dieses Trainings?

Prof. Dr. Kerstin Witte: Zwar können Beweglichkeit und Gleichgewicht gut trainiert werden. Jedoch geht es hier nicht um Kraft und Ausdauer, mehr um Anregungen zu eigenen Aktivitäten und natürlich auch um wissenschaftliche Erkenntnisse.

HausPost: Welche sind das?

Prof. Dr. Kerstin Witte: Untersucht wird der Zusammenhang zwischen körperlicher Aktivität und Verbesserung der Lebensqualität der Betroffenen. Herausgefunden werden soll auch, welche Geräte sich besonders eignen. Außerdem wird mit den Geräten Abwechslung und Spaß in den Alltag der

Bewohner gebracht, das ist therapeutisch wichtig.

HausPost: Gibt es erste Ergebnisse?

Prof. Dr. Kerstin Witte: Zum Beispiel, dass Rücken- und Schultertrainer am intensivsten genutzt werden. Endgültig ausgewertet wird im Oktober.



Student Philipp Baldauf und Hildegard Happel am Rückentrainer

Zum Geburtstag alles Gute!

Wir gratulieren recht herzlich unseren Jubilaren der Monate Juli und August



Irmgard Bicknase, 86
Nina Draghiciu, 93
Irmgard Fräßdorf, 92
Liesbeth Impe, 88
Olaf Könnecke, 53
Helga Meißner, 76
Eva-Maria Moll, 83
Ilse Otto, 91
Eva-Maria Schulze, 82
Agathe Suske, 83

Anna Johann Thomas, 72
Dr. Peter Thorhauer, 83
Rosemarie Wenzel, 79
Gerhard Wesemann, 93

Auf einem Baum ein Kuckuck ...

Zu Geburtstagen wird Jubilaren gern ein Ständchen gesungen. Überhaupt ist Singen ein sehr schöner Zeitvertrieb, den wir in unserem Vitanas Demenz Centrum Am Schleinufer intensiv pflegen. Lassen Sie uns heute das Lied vom Kuckuck auf dem Baume singen und jeweils das letzte Wort bzw. die letzte Silbe ergänzen.

Auf einem Baum ein Kuckuck –
sim sa la dim bam ba sa la du sa la dim,
auf einem Baum ein Kuckuck ...

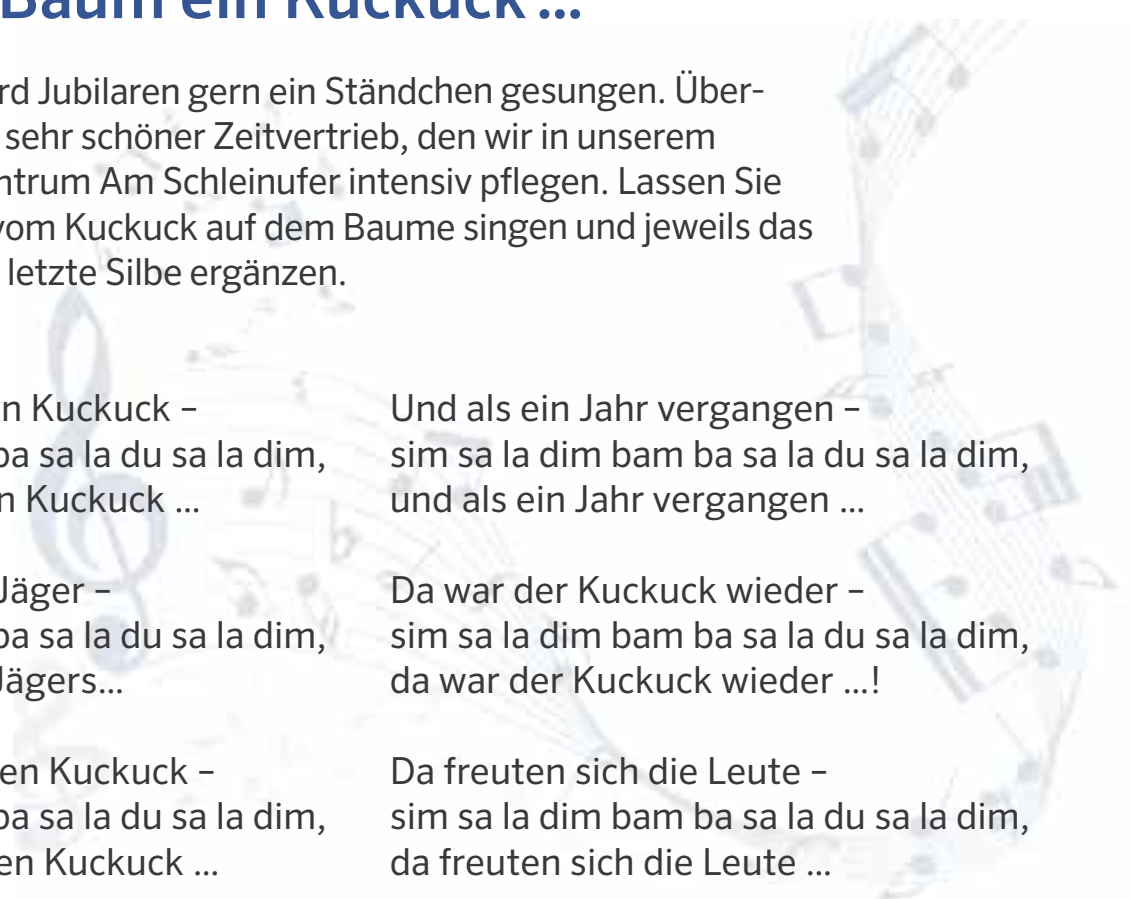
Da kam ein junger Jäger –
sim sa la dim bam ba sa la du sa la dim,
da kam ein junger Jägers...

Der schoß den armen Kuckuck –
sim sa la dim bam ba sa la du sa la dim,
der schoß den armen Kuckuck ...

Und als ein Jahr vergangen –
sim sa la dim bam ba sa la du sa la dim,
und als ein Jahr vergangen ...

Da war der Kuckuck wieder –
sim sa la dim bam ba sa la du sa la dim,
da war der Kuckuck wieder ...!

Da freuten sich die Leute –
sim sa la dim bam ba sa la du sa la dim,
da freuten sich die Leute ...



Heimfürsprecherinnen: Für jeden ein offenes Ohr

Die beiden Heimfürsprecherinnen Edda Raschke und Margit Lüttge sind sowohl für die Bewohner des Vitanas



Edda Raschke (l.) und Margit Lüttge im Gespräch mit Heiko Nötzold

Demenz Centrus Am Schleinufer als auch deren Angehörige bei Problemen die Ansprechpartner. Von der Heimaufsicht bestellt, vertreten sie deren Belange gegenüber der Centrusleitung. Bei Vitanas Am Schleinufer ersetzen sie praktisch den in anderen Altenheimen üblichen Bewohner- bzw. Heimbeirat. Direktgespräche werden vermittelt.

Ein ‚Kummerkasten‘ im Foyer ist für schriftliche Hinweise, Beschwerden und Anliegen gedacht. Das Motto der beiden lebenserfahrenen Frauen: „Wir haben für jeden ein offenes Ohr.“

Wussten Sie eigentlich ...

... dass der Altersdurchschnitt in den 38 Vitanas Pflegeheimen in der Bundesrepublik im Durchschnitt 83 Jahre beträgt,

... dass der derzeit älteste Bewohner 108 Jahre alt ist und in einem Berliner Vitanas Senioren Centrum lebt,

... dass es über 50 Bewohner gibt, die über 100 Jahre alt sind,

... dass der im Vorjahr verstorbene Wolfgang Müller mit 107 Jahren bislang ältester Bewohner im Magdeburger Demenz Centrus war?
(Stand 30. April 2015)

Abschied



Wir nehmen Abschied von den Bewohnerinnen und Bewohnern, die wir auf einem Teil ihres Weges begleiten durften und die sich nun für immer von uns verabschiedet haben. Tief bewegt fühlen wir mit den Hinterbliebenen.

Foto: Almut Bieber_pixelio

Vitanas Demenz Centrum Am Schleiufer

Materlikstraße 1 - 10
39104 Magdeburg

Telefon: (0391) 544 57 - 100

Telefax: (0391) 544 57 - 199

E-Mail: am.schleiufer@vitanas.de

Internet: www.vitanas.de/amschleiufer



Impressum

Herausgeber: Vitanas Demenz Centrum Am Schleiufer

V. i. S. d. P.: Heiko Nötzold

Redaktion: Karl-Heinz Kaiser, AZ publica GmbH

Fotos: Vitanas; Karl-Heinz Kaiser; AZ publica GmbH; Ingimage (3), Pavel Konovalov, Cynoclub; Almut Bieber_pixelio

Gestaltung, Satz: AZ publica GmbH, Liebknechtstraße 48, 39108 Magdeburg

Druck: Harzdruckerei Wernigerode