

# HausPost

HAUSZEITSCHRIFT VITANAS DEMENZ CENTRUM AM SCHLEINUFER 1 | 2016

Vitanas

MDK  
PFLEGE-TÜV

NOTE

1.2



Märchenaufführung auf dem ‚Marktplatz‘:  
Dornröschen kannten alle

## Kalenderblatt

Jürgen Pommerenke  
und Helga Meißner  
holten den Siegerpokal

## Ehrenamt

Zweimal im Monat  
spielt Roswitha Franz  
Klavier für Bewohner

## Liebe Leserinnen und Leser!

Der Frühling hat in diesem Jahr früher als sonst Einzug gehalten und es ist an manchen Tagen schon richtig was los in unserem schönen ‚Garten der Sinne und Bewegung‘. Die Hauptsaison steht noch bevor. Auf unsere Hausbewohner warten viele Überraschungen. Zum Sommerfest im Juni haben sich die Mitarbeiter zusammen mit mir einiges Neues einfallen lassen. Auf die Tiershow dürfen alle schon heute gespannt sein, sogar ein Papagei ist dabei. Mehr wird noch nicht verraten. Das Jahr 2016 hat es noch in anderer Hinsicht „in sich“. Begonnen hatte es bereits im Januar mit der Regelprüfung des Medizinischen Dienstes der Krankenversicherung (MDK). Wir haben sie sehr gut bestanden, die Qualitätsnote 1,2 eingefahren. Auf einigen Gebieten haben wir sogar das bislang beste Ergebnis seit Eröffnung des Hauses erzielt. Dafür allen Mitarbeitern herzlichen Glückwunsch und ein Dankeschön. Die Herausforderungen an uns alle bleiben groß. Insbesondere geht es um die Umsetzung des vom Bundestag beschlossenen Pflegestärkungsgesetzes 2. Das gilt für die Pflege, für die weitere qualifizierte Mitarbeiter gewonnen werden müssen. Auch die gesamte Verwaltungsarbeit ist gefordert. Alles im Interesse der uns anvertrauten Menschen. Nicht zuletzt wollen wir den Blick auf die Angehörigen richten, ihre Fragen beispielsweise zu den neuen Pflegegraden beantworten. Über diese und andere Themen wird im ersten Heft 2016 der ‚HausPost‘ zu lesen sein. Aber auch darüber, wie die Mitarbeiter „großes Theater“ machen. Lassen Sie sich überraschen und haben Sie, wie ich, Freude daran.



A handwritten signature in blue ink, which appears to be "Heiko Nötzold".

*Heiko Nötzold, Centurmsleiter*

## Aus dem Inhalt

<b>So sind wir</b> Mitarbeiter studierten Märchen für Klienten ein .....	3-5
<b>Kalenderblatt</b> Promikegeln   Plätzchenbacken   Bestnoten   Minigolf .....	6-8
<b>Flurgespräch</b> Gruppe ‚Dialog der Generationen‘ kommt jeden Dienstag .....	9/10
<b>Weißt Du noch...</b> Lissi Richter denkt gerne an Dahlenwarsleben zurück .....	11
<b>Wissenschaft   Forschung</b> DZNE-Netzwerk gebildet   Meldungen.....	12/13
<b>Meine Stadt</b> Markante Punkte in Magdeburg .....	14/15
<b>Ehrenamt</b> Klaviernachmittage mit Roswitha Franz .....	16
<b>Der Facharzt rät</b> Ernährungsmediziner Dr. Meißner empfiehlt Vollwertkost .....	17
<b>Auf ein Wort</b> Domprediger Giselher Quast geht in den Ruhestand .....	18
<b>Unsere Gäste</b> Gottfried Scheide erfreut Bewohner mit seinem Zither-Spiel .....	19
<b>Gespräch</b> Centurmsleiter Heiko Nötzold zum Beitritt in die IG Innenstadt.....	20/21
<b>Geburtstage   Memory</b> .....	22
<b>Bei uns im Haus</b> Geplante Veranstaltungshöhepunkte .....	23
<b>Abschied</b> .....	23
<b>Kontakt   Lageplan   Impressum</b> .....	24

# Prinz Vitanas küsste Dornröschen wach

## Mitarbeiter machen Theater – Warum bei Vitanas Märchen so wichtig sind

Endlich kam Prinz Vitanas herbeigeritten, küsste das schlafende Dornröschen wach. Plötzlich bewegten sich auch der Koch, die Küchenfrau, die Hofdamen, der König und die Königin. Der Zauber war gebrochen. Im Schloss wurde Hochzeit gefeiert, der Hofstaat tanzte glücklich und zufrieden.



Da leuchteten die Augen im Publikum und es gab muntere Zwischenrufe – die fast 50 Zuschauer des Märchenspiels „Dornröschen“ im voll besetzten ‚Marktplatz‘ waren Feuer und Flamme.



Die Feen kommen anlässlich Dornröschens Geburt auf das Schloss.

Die besondere Überraschung: Die Stars auf der Bühne waren „gute Bekannte“ – Pfleger und Pflegerinnen, Techniker, Verwaltungsmitarbeiter. Viele wurden von den Bewohnern wiedererkannt. Ute Zacher spielte (als Ersatz für den erkrankten Darsteller) den König und

war zugleich Regisseurin, Yvonne Vorwerk war die Königin, Philipp Krüger der Prinz, Sophia Herrmann das Dornröschen. Als Schlosswachen verbreiteten Roland Schiller und Reiner Sixdorf Respekt. Ute Zacher setzte mit viel Engagement alles in Szene. Die Pflegedienstleiterin behielt bei Problemen stets die Fäden in der Hand. Sie motivierte als Regisseurin und führte die Theatergruppe zu ihrer ersten gelungenen Aufführung.

### Neu gebildete Theatergruppe

„Diese erste Märchenaufführung ist Ergebnis einer der Zusammenkünfte in unserer neu gebildeten Theatergruppe“,



Dornröschen begibt sich in Gefahr



Die Schlosswachen strahlten Respekt aus und machten ihre Sache super

verriet Centrumsleiter Heiko Nötzold. Die Verantwortlichen der Etagen und andere Mitarbeiter treffen sich regelmäßig mit der Centrumsleitung, um neue Ideen auszuknobeln. Mit „Dornröschen“ wollte man erstens den Hausbewohnern Freude bringen. Zweitens sollte das Theaterspielen das Team zusammenschweißen. Das Ziel wurde erreicht. „Jeder Darsteller brachte sich auch bei der Fertigung der Kulissen und mit selbst genähten Kostümen ein, wir hatten viel Spaß“, blickten der Centrumschef und Pflegedienstleiterin

Ute Zacher zurück. Alles geschah in der Freizeit, auch die Proben.

### **Brückenschlag in die Erinnerung**

„Märchen haben nachweisbar auf Menschen, die an mittelschwerer und schwerer Demenz erkrankt sind, einen positiven Einfluss“, verwies Heiko Nötzold auf den tieferen Sinn. Sie steigern die Lebensqualität, führen zu Wohlbefinden, schlagen eine Brücke in die Erinnerung. Ein Stück Therapie. Deshalb werden Märchen regelmäßig auch auf den Etagen von Alltagsbegleiterinnen vorgele-



Prinz Vitanas küsste die Königstochter wach



Immer wieder klatschten die zahlreichen Zuschauer begeistert – der Lohn für die Mitarbeiter, die auch die bunten Kostüme selbst genäht hatten

sen. Studenten und Mitglieder des Leo-Klubs gestalten Nachmittage gezielt mit Märchenlesungen, erklärte Ute Zacher. Und im ganzen Haus indes ist man sich einig: Es wird nach „Dornröschen“ weitere Aufführungen dieser Art geben.

### Zum Schluss war's besonders laut

Am Schluss der Vorstellung im ‚Marktplatz‘ kamen noch einmal Dornröschen und ihr Prinz ganz nach vorn und alle klatschten besonders laut.

Das Publikum verließ fröhlich den ‚Marktplatz‘. „Das Märchen kenne ich noch aus meiner Kindheit, wirklich schön“, freute sich Ursula Eckert, und Agathe Suske plauderte munter drauf los: „Dornröschen‘ war das Lieblingsmärchen meiner Tochter.“ Er finde Märchen gut, sagte auch Günter Baumgart. Komplimente gab es von seinem Sohn, der aus Schwerin angereist war. „Das Haus hat eine ganz besondere Leistung vorgelegt. Ich danke allen dafür“, sagte er.

## Die Stars bei Dornröschen

Außer den im Haupttext genannten **Darstellern** spielten mit:

- Heiko von Landwüst (Koch),
- Robert Sieber (Küchenjunge),
- Ellen Eckhardt (Mamsell),
- Sandy Schnabel (Großmutter)

### Erzählerin:

Hedda Meilicke

### Die **13 Feen** waren:

Julia Fischer, Milena Tuchel, Cornelia Engel, Heike Pabst, Angelique Hellmer, Christina Schulz, Linda Goldacker, Anne-Kathrin Wolf, Eileen Dohl, Anja Zachert, Petra Trittel, Susann Mielke, Michaela Trieb

### **Fleißige Helfer** rund ums Geschehen:

Harald Hartmann, Mandy Hill, Dagmar Goldhahn, Diana Hell, Cindy Keil



Dezember

## Neu: Prominente und Hausbewohner kegeln im Duo

Das beliebte Promi-Kegeln im Vitanas Demenz Centrum findet in geänderter Form statt. Kürzlich wurde sie erprobt. Das Neue: Nunmehr bildeten jeweils ein Gast und ein Hausbewohner eine Mannschaft. Jeweils im Duett traten sie an der Kegelbahn an, zielten sorgfältig.

„Alle neue‘ zu treffen war natürlich das Traumziel. Zum Auftakt und zwischendurch moderierte Harald Hartmann. Er stellte, oft mit einem Schuss Humor, die Gäste vor. Dagmar Goldhahn, Hedda Meilicke, Michaela Trieb und Pflegedienstchefin Ute Zacher stellten Kegel auf, Anne-Kathrin Wolf trug die Ergebnisse an der Tabellenwand ein.

„Wir hatten uns das alles in einer unserer Kreativrunden ausgedacht“, berichtete der mitgeladene Centrumsleiter, Heiko Nötzold. Immerhin hatte dieser Wettbewerb schon einige Jahre auf dem Buckel

und damit die schöne Veranstaltung nicht in Routine abgeleitet, wollten wir neue Elemente einbauen, sagte er. Gut gelungen. Die prominenten Gäste Arno Frommhagen (Café Flair), Sophie Kott (Gänseblümchen), Oliver Moll (Molls Laden), der Kabarettist Bernd Kurt Götz, der CDU-Politiker Tobias Krull und Jürgen Pommerenke, FCM-Altstar, hatten genauso Spaß daran wie die Hausbewohner Lisbeth Impe, Marianne Heine und die anderen. Groß war der Beifall, als Hausbewohnerin Helga Meißner und Jürgen Pommerenke, die ein Team waren, den Siegerpokal entgegennahmen.

Anschließend war Small Talk zwischen Bewohnern, Gästen und Organisatoren angesagt. Alle lobten: „Das war eine schöne Vormittagsstunde mit viel Spaß!“ Heiko Nötzold und seine beteiligten Mitarbeiter zeigten sich gleichfalls zufrieden und einig: So machen wir künftig weiter.





## Plätzchenbacken mit dem Bundestagsabgeordneten

Er kann sowohl die großen Brötchen im Bundestag backen als auch leckere Plätzchen für den Weihnachtsteller: Tino Sorge (CDU), Mitglied des Bundestages, war wieder vor dem Fest ins



Der Bundestagsabgeordnete Tino Sorge in Aktion am Tisch von Elsbeth Hoffrichter (l.) und Irmgard Bicknase. Denis Reiche (r.) vom Demenz Centrum unterstützt beim Plätzchenbacken. Die Kleinen von der Kita ‚Mandala‘ aus der Helgelstraße sind begeistert (r.)

Vitanas Demenz Centrum gekommen, um gemeinsam mit Bewohnern, Mitarbeitern und einer Gruppe der Kita

‚Mandala‘ Teig zu kneten, Kekse auszustechen und mit bunten Streuseln zu verzieren. Das Küchenteam schob sie in den Ofen und bald duftete es im Haus. Viel Spaß für alle war angesagt und ein Gespräch mit Centrumisleiter Heiko



Nötzold über die aktuelle Gesundheitspolitik sorgte auch für einen ernsthafteren Hintergrund.

**Januar**

## Regelprüfung brachte Bestnoten

Bei der Regelprüfung des Medizinischen Dienstes der Krankenkassen (MDK) im Januar hat das Vitanas Demenz Centrum Am Schleinufer teils mit besten Ergebnissen seit Eröffnung des Hauses 2013 abgeschnitten. Die durchschnittliche Gesamt-Qualitätsnote beträgt 1,2. Beim Umgang mit Demenzkranken, bei Wohnen und Hygiene oder bei der sozialen Betreuung gab es die Noten 1,0. Die Bewohnerbefragung erbrachte ebenfalls die Bestnote mit der Null hinter dem Komma.

Wie die ‚HausPost‘ weiter aus der Centrumisleitung erfuhr, sei man gut zwei Jahre nach Eröffnung besonders zufrieden über das Ergebnis beim Kriterium ‚Pflege und Medizinische Versorgung‘, einer Schlüsselposition. Die Prüfer hatten dafür an das Haus eine 1,4 vergeben. Diese Note war dafür noch nicht erreicht worden. Für den Bereich Pflege und Versorgung werden übrigens 32 Kriterien hinterfragt und bewertet, in anderen Positionen sind es neun.



## Kaffee-Kuchen-Minigolf

Wer hätte das wohl gedacht? Aus zwölf Büchern, einem Teil von einem Ikea-Regal, einem Plüschtier und drei Stühlen vom ‚Marktplatz‘ zaubert Heinz-Josef Sprengkamp gemeinsam mit Susann Kottemer von der Minigolfanlage Am Florapark eine originelle provisorische Bahn. Und nach dem Motto: „Kaffee-Kuchen-Minigolf“ herrscht im Saal im Obergeschoss des Vitanas Demenz Centrums bald prächtige Stimmung. So wie im Sommer an der regulären Minigolfbahn im Garten der Bewegung und der Sinne.

Als Lisbeth Impe das Kunststückchen vollbringt, mit nur einem Schlag den Ball ins Loch am Ende der Bahn zu versenken, gibt es gehörig Beifall an der Kaffeetafel. Die Ergotherapeutinnen Hedda Meilicke und Stefanie Bauer betreuen die Minigolfer, notieren die Punktezahl, feuern an.

Sieger(in) war diesmal Lisbeth Impe. Centrumsleiter Heiko Nötzold gratuliert. Für Heinz Josef Sprengkamp steht wieder mal fest, dass Minigolf eine selbst für Ältere leicht auszuübende Sportart ist, die Motorik trainiert und Freude auslöst. Wertvoll allemal für die Bewohner des Vitanas Demenz Centrums.



# „Dialog der Generationen“ kommt einmal in der Woche ins Haus

Jeden Dienstag kommen Mitglieder vom „Dialog der Generationen“ auf die Etagen des Vitanas Demenz Centrums.

1. März, 16 Uhr. In der 1. Etage des Vitanas Demenz Centrums Am Schleifer versammeln sich Bewohner an den Tischen der Gemeinschaftsflächen. Ingrid Helbich vom „Dialog der Generationen“ nimmt Wilhelm Buschs Buch Max und Moritz zur Hand. Ein kleines Figurentheater wird dazu aufgeführt. Lehrer Lämpel spielt auch bald eine Rolle. Kein Wunder, im Projekt der ehemaligen Lehrerin Ingrid Helbich geht es schließlich um „Schule früher“.

Aus dem Leben geplaudert ist dabei das Motto bei den Treffs mit den demenziell Erkrankten. Dazu bringen sie und die anderen Mitstreiter der Arbeitsgruppe manchmal alte Schulsachen mit. Dann macht auch mal ein alter Schulranzen die Runde oder eine Schiefertafel und ein Griffel dazu. Wenn damit geschrieben wird, quietscht es, was mit Lachen quittiert wird. „Ja, so war das, als wir damals in die Schule gingen“, hört man an den Tischen. „Am 1. März haben wir noch gemeinsam Volkslieder gesungen, das hat uns allen sehr viel Freude bereitet“, erinnert sie sich.

Jeden Dienstag um 16 Uhr ist die Gruppe „Dialog der Generationen“ im Vitanas Demenz Centrum zu Gast. Das Seniorengremium der Freiwilligenagentur hat es sich ehrenamtlich zur Aufgabe gemacht, Jung und Alt in Magdeburg zusammenzuführen. Es organisiert dazu Veranstaltungen unterschiedlichster Art. Dazu gehören neben Veranstaltungen in Kitas oder in Schulen zur Leseförderung auch die Besuche in Pflegeheimen und im Vitanas Demenz Centrum. Hier koordiniert meist Edda Raschke, Heimfürsprecherin, die Termine.

Neben „Schule früher“ mit Ingrid Helbich kommen drei weitere Arbeitsgruppen abwechselnd dienstags ins Haus. Sie sind dann jeweils auf unterschiedlichen



Heidmarie Köppert (am Fernseher) zeigte am 15. März in der 4. Etage alte Schmalfilme über Magdeburg



Die Bewohner schauten sich mit Interesse den Film an, freuten sich, wenn Gebäude und Gegenden wiedererkannt wurden

Etagen zu Gast. Die Mitglieder der Arbeitsgruppe ‚Vorlesen‘ stellen den Bewohnern Bücher vor, lesen oft auch Märchen oder Sagen. Im Projekt ‚Alte Spiele‘ werden althergebrachte Brettspiele angeboten, die zum Nachdenken anregen und dabei noch Geselligkeit bringen. ‚Mensch ärgere dich nicht‘ und ‚Mühle‘ stehen dabei hoch im Kurs. Da machen viele gern mit. ‚Meine Heimatstadt‘ ist das Thema des vierten Projektes von Dialog der Generationen im Demenz Centrum. Manchmal werden dafür per Video den Hausbewohnern Bilder aus dem alten Magdeburg gezeigt. Genauso geht es um das neue Magdeburg.

Wobei bei unseren Bewohnern sämtliche vier Themengruppen beliebt und gefragt seien, sagt Ergotherapeutin Hedda Meilicke aus Erfahrung. Sie knüpfen ja alle an bekannte und selbst erlebte Dinge an, die dann in der Gemeinschaft zumindest zeitweise dem Vergessen entrissen werden. Engagierte Seniorinnen wie Christa Rath und Heidi Köppert, Rosemarie Nothnagel, Frau Rückert, Frau Bremer, Frau Schipp und andere gehören zu den Ehrenamtlichen, die dabei helfen.

Übrigens: Am 15. März war die Projektgruppe ‚Meine Heimatstadt‘ mit Heidemarie (‚Heidi‘) Köppert im Vitanas Demenz Centrum zu Gast. Sie zeigte Bewohnern der 4. Etage Schmalfilme aus Magdeburg ab den 1940er Jahren, aber auch aus der späteren Nachkriegszeit. Da war zum Beispiel die Teufelsmütze, eine damals gängige Kopfbedeckung für Kinder, zu sehen. Ein auf Zelluloid gebannter Ausflug in den Rotehornpark weckte so manche Erinnerung.

Schon 14 Tage später gab es ein erneutes Treffen zwischen Ehrenamtlichen vom ‚Dialog der Generationen‘ und den Hausbewohnern. Bei ‚Schule früher‘ am 29. März sorgte Ingrid Helbich mit dem Schattenspiel ‚Häschenschule‘ wieder gehörig für Spaß.

### **Liebe Gäste erhielten Adelheid-Preis**

Der Arbeitsgruppe ‚Dialog der Generationen‘ wurde in Würdigung ihrer Leistungen am 21. Februar dieses Jahres der Adelheid-Preis 2015 der Landeshauptstadt Magdeburg verliehen. Oberbürgermeister Lutz Trümper überreichte den Preis.

Herzlichen Glückwunsch dafür auch von den Bewohnern, dem Leiter und den Mitarbeitern des Vitanas Demenz Centrums Am Schleinufer.

Die Ehrenamtlichen haben als liebe Gäste des Hauses viel Abwechslung und Freude auf die Etagen gebracht.

## Die Mitbewohner mögen Lissi Richter von der 3. Etage

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.

Gern lacht ‚Lissi‘ Richter ihre Gesprächspartner an, freut sich mit ihnen über gemeinsame Erinnerungen. Vor allem Dahlenwarsleben hat es ihr angetan. In dem Ort nicht weit weg von Magdeburg ist sie geboren. Hier ist sie aufgewachsen, hat Höhen und Tiefen ihres Lebens durchstanden.

Sehr viele davon sogar: Denn Elisabeth, so lautet ihr voller Vorname, ist sage und schreibe 93 Jahre alt. Da ist viel zusammengekommen. Leider auch der Tod ihres Mannes im Zweiten Weltkrieg. An den Wänden hängen Bilder, die ihn als Marinesoldaten zeigen.



Lissi Richter mit Alltagsbegleiterin Sabrina Heidemann

Gleich daneben die Fotos ihrer Kinder, das Liebste, was sie hat: zwei Söhne, Martin und Dieter, die Schwiegertochter, die Ärztin ist, und die Enkelin. „Meine Söhne, die besuchen mich natürlich regelmäßig, stimmt’s?“

Schmunzelnd sucht sie Bestätigung bei Alltagsbegleiterin Sabrina Heidemann. Die nickt und schiebt den Teller mit dem Mittagessen rüber. Leckerer duftendes Ragout mit Reis. Sie kostet: „Ja, es schmeckt.“ Wobei sie kein großer Esser sei, erzählt sie. Trotzdem, Sabrina redet ihr gut zu, und in Gemeinschaft am Tisch auf der 3. Etage, zusammen mit Elisabeth Szytura, geht es viel besser runter. Muss ja sein, sagt die nette Centrubewohnerin. Die Mitbewohner mögen sie, nennen sie Lissi.

Früher wollte sie mal zurück nach Dahlenwarsleben. „Nein, ich werde hier bleiben“, sagt sie. In dem schönen Haus kann man sich wohlfühlen. Und die Kinder sind ja viel näher dran.

Dann kommt Kater Dodi in ihr Einzelzimmer. Eine Abwechslung. „Aber nicht aufs Bett springen“, befiehlt sie. Da ist sie eigen. Dodi weiß es wohl, und er findet vorübergehend ein Plätzchen unter dem Bett. Na also!

# DZNE-Netzwerk koordiniert Blicke ins Gehirn

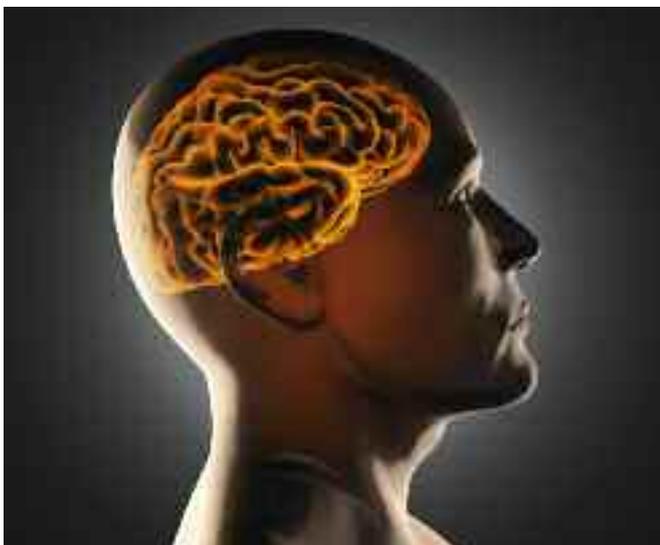
Das Deutsche Zentrum für Neurodegenerative Erkrankungen e. V. (DZNE) bündelt nun seine bundesweiten Möglichkeiten für bildgebende Verfahren in der Hirnforschung und für die Entwicklung neuer Therapien gegen Hirnerkrankungen wie auch Alzheimer. Das geschieht im Rahmen eines neu gebildeten „Nationalen Neuroimaging Netzwerks“. Koordinator ist der Magdeburger Hirnforscher Prof. Emrah Düzel, der den Standort Magdeburg leitet.

Das geht aus einer Pressemitteilung des DZNE in Bonn hervor. Mit Hilfe des Netzwerks sollen Synergieeffekte von Aktivitäten der einzelnen in Deutschland verteilten acht Standorte durch noch engere Abstimmung erzielt werden.

Die Magnet-Resonanztomographie (MRT) sei dabei ein Vorreiter für Forschung und Diagnose, betonte Prof. Düzel in der Verlautbarung. Für die MRT wurden einheitliche Betriebsstandards entwickelt. Messdaten, die mit unterschiedlichen Hirnscannern aufgenommen wurden, können nun direkt miteinander verglichen

werden. Bundesweit seien derzeit mehr als 800 Teilnehmer in solche Studien eingebunden, erklärte Düzel weiter.

Am Nationalen Neuroimaging Netzwerk sind mit Berlin, Bonn, Dresden, Göttingen, Magdeburg, München, Rostock/Greifswald und Tübingen alle Standorte beteiligt, an denen das DZNE gemeinsam mit Universitätskliniken klinische Studien durchführt. An einigen dieser Standorte unterhält das DZNE eigene Hirnscanner, zudem profitiert es von Geräten, die von Partnerinstitutionen betrieben werden. In Magdeburg und in Bonn stehen jeweils neben üblichen Magnet-Resonanztomographen auch sogenannte 7-Tesla-Scanner zur Verfügung. Davon gibt es hierzulande nicht einmal zehn Geräte, die für Studien am Menschen zugelassen sind. Solche „Hochfeld-Scanner“ ermöglichen noch detailliertere Einblicke ins Gehirn als gängige MRT-Geräte. In Magdeburg wird überdies ein Hirnscanner betrieben, der MRT und Positronen-Emissions-Tomografie (PET) miteinander kombiniert.





## Beratung und Kontakte

Unter der Internetadresse [www.deutsche-alzheimer.de](http://www.deutsche-alzheimer.de) finden Betroffene und Angehörige viele Anlaufstellen. Wer selbst den Verdacht auf beginnende Demenz hat, kann dort nach einer sogenannten Gedächtnis-sprechstunde in seiner Nähe suchen. Unter (030) 259 37 95 14 berät die Deutsche Alzheimer Gesellschaft zu Diagnose, schwierigen Situationen mit Kranken sowie zu rechtlichen und persönlichen Fragen.

In Magdeburg steht die Alzheimergesellschaft Sachsen-Anhalt dafür zur Verfügung. Telefonischer Kontakt: (0391) 2 58 90 60.

Enge Zusammenarbeit besteht mit dem Vitanas Demenz Centrum. Regelmäßig finden hier gemeinsame Beratungsstunden für Interessenten und Angehörige von Betroffenen statt. Infos unter Tel. (0391) 544 57 - 100.

## 50 000 Wissenschaftler

50 000 Wissenschaftler weltweit suchen nach Wirkstoffen gegen Alzheimer. Demenz-Prävention und Früherkennung spielen bei den internationalen Forschungen im Kampf gegen die Krankheit eine wachsende Rolle.

## Ernährung kontra Demenz

Professor Frank Jessen von der Uniklinik Köln erklärte in einem Beitrag in der Ärzte-Zeitung, dass alles, was Herz-Kreislauf-Erkrankungen, Adipositas und Diabetes vorbeuge, auch gut gegen Demenz sei. Es gebe Hinweise, dass Fisch und Mittelmeerdiet eine protektive Wirkung entfalten könnten, sagte Jessen in Hinblick auf Prävention.

## Asthmamittel im Test

Ein Medikament gegen Asthma soll auch gegen Demenz helfen. Diese Entdeckung von Wissenschaftlern der Paracelsus Medizinischen Privatuniversität stößt laut einer Meldung des ORF vom 31. Januar 2016 weltweit auf Interesse. Im Tierversuch hat sich das bereits bewahrheitet, nun sollen klinische Studien folgen. Es handelt sich um ein Medikament, das bereits 15 Jahre auf dem Markt sei und bei Ratten gegen Demenz gewirkt haben soll. Die Wissenschaftler hoffen, bei Demenzpatienten die Gehirnalterung aufhalten bzw. das Gehirn sogar wieder verjüngen zu können.

# Der wehrhafte Roland, der Einkauf am Bahnhof und der Retter eines

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.

Es steht seit 1984 auf der Grünfläche am früheren Zentralen und heutigem Ulrichsplatz und ist ein Denkmal der ganz besonderen Art. Es erinnert an die Heldentat des sowjetischen Offiziers **Igor Belikow**, der am

13. März 1969 ein 4-jähriges Mädchen geistesgegenwärtig mit seinem Soldatenmantel auffing und ihr so das Leben rettete. Die kleine Kathrin war auf das Fensterbrett im 5. Stock des Wohnhauses in der damaligen Wilhelm-Pieck-Allee 24 geklettert und abgestürzt. Die Rettung wird als das Wunder von Magdeburg bezeichnet, Igor Belikow wurde Ehrenbürger der Stadt. Der Künstler Heinrich Apel schuf das Denkmal. Belikow verstarb 2015 in der Ukraine.



Alle kannten es. Das einstige **Interhotel International** wurde am 27. Juli 1963 eröffnet und galt als die Perle der Gastronomie in Magdeburg. In dem Hotel in der Otto-von-Guericke-Straße gab es 362 Zimmer. Das Café Wien, das Restaurant Moskwa oder



die Pilsner Quelle waren auch bei Magdeburgern beliebt. Zahlreiche international bekannte Künstler wie Louis Armstrong, Peter Kraus oder Gerhard Wendland schliefen hier, zahlreiche Staatsmänner und Diplomaten waren zu Gast. 1992 wurde das Interhotel von der Maritim-Hotelkette gekauft. Die ließ es abreißen und an derselben Stelle ein modernes Hotel bauen.



# ufstempel Mädchens



Der **Magdeburger Hauptbahnhof** wurde nach mehrjähriger Bauzeit am 15. Mai 1873 eröffnet. Links ein Foto aus DDR-Zeiten, nachdem im Zweiten Weltkrieg die auf dem Vorplatz befind-

lichen vielen Hotels und Geschäfte zerstört worden waren. Erst nach der Deutschen Einheit im Oktober 1990 wurde hier der Wiederaufbau in Angriff genommen. Es entstand das City Carré, das ab 1996 bis 1999 in mehreren Abschnitten fertiggestellt wurde. 25 000 Kunden besuchen täglich die Geschäfte in diesem Einkaufszentrum. In den Büros arbeiten 4 500 Menschen. Gern besucht wird das Kino CinemaxX.



Wer erinnert sich daran? Dass alte Foto stammt aus den 1970er Jahren und zeigt den Damaskplatz

als eine Baustelle. Hier wird ein Teilstück des **Magdeburger Rings** gebaut – heute noch die wichtigste Verkehrsader von Magdeburg. Bis zu 60 000 Autos rollen pro Stunde über die 14 Kilometer lange Umgehungsstraße für das Stadtzentrum. Am 19. Dezember 1975 wurde der komplette Magdeburger Ring offiziell eingeweiht. Allerdings dauerte es noch bis 2014, um

schrittweise alle Auffahrten und Brücken fertigzustellen, zuletzt die Auf- und Abfahrt am Lemsdorfer Weg.



Der **Magdeburger Roland** vor dem Rathaus. Rolandsfiguren symbolisierten die Freiheit und die Unabhängigkeit der Stadt. Der heutige Magdeburger Roland entstand im Jahr 2005, wurde von der Bildhauerin Martina Seffers entworfen. Die 4,80 Meter große wehrhafte Figur besteht aus Cottaer Sandstein. Die erste urkundliche Erwähnung eines Magdeburger Rolands geht auf das Jahr 1419 zurück. Im Dreißigjährigen Krieg 1631 wurde der Roland zerstört. Erst 1933 wurde wieder ein neuer, ein hölzerner Roland aufgestellt. Nach dem Ende des Zweiten Weltkrieges wurde er im Winter 1945/46 zerhackt und als Brennholz genutzt.



# Roswitha Franz reißt am Klavier die Zuhörer mit

Ihre 72 Lebensjahre sieht man der vor Optimismus sprühenden Frau erst recht nicht an, wenn sie am Klavier im ‚Marktplatz‘ musikalische Ohrwürmer vorträgt. Dann taucht Roswitha Franz ganz in die Welt der Klänge ein und zwar so gefühlvoll und mitreißend, dass es sich im Nu auf die Zuhörer überträgt.

Viele singen irgendwann sogar mit, erinnern sich gar an den Text von Roy Blacks „Ganz in Weiß“ oder an Fredlys „Junge komm bald wieder“. Zweimal monatlich geschieht das im Vitanas Demenz Centrum Am Schleinufer. Seit 2015 sorgt die in Stadtfeld geborene frühere Ingenieurin für Bekleidung als Ehrenamtliche am Klavier zusätzlich für Wohlbefinden und Lebensqualität der Hausbewohner.

Ehrenamtlich tätig zu sein war schon immer eine Passion von Roswitha Franz. Sie war viele Jahre lang Schöffin, hat nach der Wende die psychologische Beratung

für Frauen in Not mit aufgebaut. Da war sie, zumindest bis 1993, beruflich noch eingebunden als MITROPA-Chefin. Ihr vorheriges Arbeitsleben ist mit einer Magdeburger Legende verbunden – mit dem DDR-Modezar Heinz Bormann. In der Firma war sie 23 Jahre lang bis 1980 tätig, zuletzt als Technische Direktorin.

Körperlich fit hält sich die (Un-)Ruheständlerin mit Radeln, manchmal kommt sie mit dem Drahtesel zum Klaviernachmittag. Geistig in Schwung hält sie sich durch Schreiben, gleichfalls ihr Hobby. Sie veröffentlicht insbesondere Gerichtsberichte in der ‚Volksstimme‘.

Auch im Vitanas Senioren Centrum ‚Elbblick‘ gestaltet sie ehrenamtlich Klaviernachmittage. „Es macht mich glücklich, wenn dort und im Demenz Centrum die Hausbewohner lautstark Zugabe fordern“, gesteht sie. Das passiert übrigens fast jedes Mal.



Roswitha Franz am Klavier, Ilse Maschke und Lisbeth Impe singen im Duett

# Eine ausgewogene Vollwertkost hilft, Verstopfungen zu vermeiden

„Eine gesunde Lebensweise macht Spaß“, sagt Dr. Carl Meißner. Der Chirurg am Klinikum Magdeburg ist zugleich überzeugter Ernährungsmediziner. „Viele Erkrankungen lassen sich durch eine gesunde Ernährung vermeiden.“ Wie das geht, verriet er auch schon bei den TV-Sendern RTL und MDR.

**HausPost: Verstopfungen machen gerade im Alter vielen Menschen arg zu schaffen. Was können Sie denen raten?**

**Dr. Carl Meißner:** Neben der Ernährungsumstellung und dem Bemühen um eine gesunde Lebensweise sollte grundsätzlich auf regelmäßigen Stuhlgang (möglichst zu einer bestimmten Zeit, das lässt sich trainieren), Stressabbau und ausreichend Flüssigkeit (mindestens zwei Liter pro Tag) und Schlaf geachtet werden. Quellstoffe wie Macrogol, rezeptfrei in Apotheken, können die Darmtätigkeit anregen.

**HausPost: Was halten Sie von Abführmitteln?**

**Dr. Carl Meißner:** Schonende Abführmittel, zum Beispiel aus Sennesblättern, können kurzfristig helfen, sollten aber nicht ohne Rücksprache mit dem Arzt eingenommen werden, denn sie schädigen den Elektrolythaushalt. Greifen Sie lieber zu eingelegten Pflaumen, Feigen und Aprikosen. Auch Rhabarber, Sauerkraut, Rote Bete und indische Flohsamen haben abführende Wirkung.

**HausPost: Kann Verstopfung dauerhaft vermieden werden?**

**Dr. Carl Meißner:** Auf Dauer kann nur eine Ernährungsumstellung das Darm-



Dr. Carl Meißner ist Chirurg und Ernährungsmediziner. Er lädt im Klinikum Magdeburg mittwochs von 12 bis 15 Uhr zur Ernährungssprechstunde

milieu normalisieren. Leider bevorzugen die meisten Menschen aber Lebensmittel, die der Verdauung nicht förderlich sind, meiden dagegen solche, die dem Darm und der Verdauung gut tun. Bevorzugen Sie künftig lieber ballaststoffreiche Vollwertkost mit einem hohen Anteil an Salaten, rohem Gemüse und Obst. Weiter gehören dazu: Vollkornbrot, Vollkornreis, Hirse, Hafer, Vollkornmüsli. Dagegen stopfen Weißbrot, Teigwaren, Bananen, Karotten und Schokolade eher. Gleiches gilt für Rotwein und Schwarzen Tee, also lieber Mineralwässer und Kräutertees trinken.



Giselher Quast bei einem Gottesdienst im Raum der Stille

## Pfarrer Giselher Quast geht in den Ruhestand

Der Abschied von einem Wegbegleiter von Bewohnern des Vitanas Demenz Centrums Am Schleinufer naht: Domprediger Giselher Quast, der seit Eröffnung des Hauses regelmäßig die Gottesdienste gestaltet, geht Mitte dieses Jahres in den Ruhestand.

Der Raum der Stille und Besinnung ist meist bis auf den letzten Platz gefüllt, wenn er das Wort Gottes auf populäre und sehr eingehende Weise vermittelt. Er bringt nicht selten die Gitarre mit und singt gemeinsam mit Demenzkranken und anwesenden Mitarbeitern.

„Wir danken Pfarrer Quast ganz herzlich für sein Engagement und wünschen ihm alles Gute“, würdigt Centrumsleiter Heiko Nötzold das Wirken des Dompredigers im Vitanas Demenz Centrum.

Im Juni wird nun die Dompredigerstelle, die Giselher Quast seit 1979 ausfüllte,

neu besetzt. Zum Nachfolger ist vom Gemeindekirchenrat bereits im Februar Pfarrer Jörg Uhle-Wettler aus Bad Dübren gewählt worden.

Giselher Quast hat zugesichert, in der Übergangszeit noch bis Oktober gemeinsam mit den Bewohnern Gottesdienste im Vitanas Demenz Centrum zu feiern.

„Jetzt wollen wir mit Pfarrer Jörg Uhle-Wettler das Gespräch suchen und wir würden uns freuen, wenn er danach zu uns ins Haus kommt“, sagt Heiko Nötzold.

## Mann mit der Zither freut sich übers wunderbare Publikum

Gegen 16 Uhr schließt Susann Mielke die Schiebetüren auf der Gemeinschaftsfläche, dann füllt sich der Raum mit sanften Zitherklängen. Gottfried Scheide hat an diesem 22. Februar Bewohner der 1. Etage rasch in seinen Bann gezogen. Bald wiegt sich Ursula Eckert zu einer Melodie aus dem Erzgebirge, singt leise mit, Alma Littau lächelt zufrieden.

Gottfried Scheide ist ein nicht alltäglicher Gast im Vitanas Demenz Centrum Am Schleinufer. Immerhin ist der 75-Jährige einer von wenigen Musikern in Sachsen-Anhalt, die das Zitherspiel beherrschen. Ihr Klang bringe die Seele zum Schwingen, schwärmen jene, die ein Konzert miterlebt haben.

Viele Bewohner des Vitanas Demenz Centrum gehören zu den Glücklichen. Gottfried Scheide ist regelmäßig im Haus. Rund 100 Musikstücke kann er spielen – von Mozart über Strauß bis hin zur Kultmelodie aus dem Film „Der 3. Mann“. Gern hört das Vitanas-Publikum volkstümliche Melodien wie „Waldeslust“ oder „Steig in das Traumboot der Liebe“. Diesen Schlager von Catharina

Valente kennen viele noch aus der Jugendzeit. „Da wird mitgesungen und geschunkelt“, berichtet er. Manche, die sonst kaum etwas sagen, verkünden laut, um welches Lied es sich handelt und summen begeistert mit. Das freut besonders Ergotherapeutin Hedda Meilicke, die den Zitherspieler für die Musiktherapie gewonnen hat.

Gottfried Scheide erlernte das Zitherspiel in der Kindheit im Vogtland. Sein Beruf als Eisenbahner führte ihn 1972 nach Magdeburg. Zum Vitanas Demenz Centrum hat er eine ganz persönliche Bindung. Zu DDR-Zeit war im Haus die Reichsbahndirektion untergebracht, hier hat er 20 Jahre lang gearbeitet. Für ihn ein Erlebnis, seine alte Wirkungsstätte zu betreten. Vor allem aber erfreue ihn das wunderbare Publikum, gesteht er.



Das Publikum lauscht den Melodien, wenn Gottfried Scheide im ‚Marktplatz‘ auf seiner Zither spielt

# Wollen uns noch enger mit der Innenstadt verbünden

Das Vitanas Demenz Centrum ist der Interessengemeinschaft (IG) Innenstadt beigetreten. ‚HausPost‘ befragte dazu den Centrumsleiter Heiko Nötzold.

**HausPost: Wie kam es zu der Mitgliedschaft?**

**Heiko Nötzold:** Wir haben das beliebte Prominentenkegeln neu organisiert und dafür Partner gesucht. Unsere Blumenlieferantin, Frau Kott, riet uns, doch einmal mit Klaudine Schönemann, Koordinatorin der IG Innenstadt, Kontakt aufzunehmen.

**HausPost: Und Sie wurden dort fündig?**

**Heiko Nötzold:** Ja, als einer der ersten sagte der Inhaber von Café Flair, Arno Frommhagen, zu. Die Managerin vom Allee Center, Margaret Stange-Gläsener, will beim nächsten Mal dabei sein.



Centrumsleiter Heiko Nötzold

Überhaupt gab es gegenseitiges Interesse nicht nur für das Promi-Kegeeln. Da haben wir uns entschlossen, Mitglied zu werden.

**HausPost: Was erwarten Sie davon?**

**Heiko Nötzold:** In dem Gremium sitzen sehr viele Unternehmen der Innenstadt

Einkaufsbummel im Allee Center macht den Bewohnern immer Spaß: Am 15. März waren Ruth Mundhaß, Wilhelm Figgemeier, Gudrun Wetzel, Günter Schwarz und Gerhard Rothmaler unterwegs. Egotherapeutin Hedda Meilicke, Cornelia Engel und Eva-Maria Becker begleiteten





Die neuen Mitglieder der IG Innenstadt, unter ihnen Heiko Nötzold (vorn, 4. v. l.) und Magdeburgs Oberbürgermeister Lutz Trümper (vorn, 6. v. r.)

an einem Tisch, von den großen SWM bis zu kleineren Geschäftsinhabern. Die IG Innenstadt nimmt die Interessen der Betriebe und Einrichtungen wahr, die sich gegenseitig unterstützen. Gemeinsam werden Initiativen zu einer lebenswerten Innenstadt gestartet. Das alles ist auch eine Chance für uns.

**HausPost: Und der konkrete Nutzen ?**

**Heiko Nötzold:** Unser Haus ist Bestandteil der City. Menschen mit Demenz sollen auch in einer Innenstadt gut leben können, nicht etwa abgeschottet irgendwo am Stadtrand. Unsere Bewohner kaufen in Begleitung in den Geschäften des Allee Centers ein, nehmen Dienstleister in Anspruch, ganz normal. Wir unternehmen Schiffsausflüge ab Petriförder oder gehen in die Salzgrotte in der Leiterstraße. Einige Bewohner gehen sogar selbstständig auf der Elbuferpromenade spazieren. In der IG

kann man gut Verbindungen knüpfen und sicher noch mehr Verständnis für unsere Klienten wecken.

**HausPost: Wie werden Sie selbst das fördern?**

**Heiko Nötzold:** Führende Vertreter der Mitgliedsunternehmen treffen sich regelmäßig. Das wird in absehbarer Zeit auch bei uns im Haus der Fall sein. Es kann dann mit Bewohnern gesprochen, sich über das Vitanas Demenz Centrum informiert werden. So können wir Freunde und Unterstützer gewinnen, natürlich auch Gäste zu Veranstaltungen wie den Sport- und Sommerfesten.

**HausPost: Und zeigen, das Vitanas Demenz Centrum gehört zu dieser lebendigen Innenstadt dazu ...**

**Heiko Nötzold:** Ja, natürlich. So wollen wir unsere Verbundenheit zu Magdeburg festigen.



# Zum Geburtstag alles Gute!

## Wir gratulieren recht herzlich unseren Jubilaren der Monate Dezember, Januar, Februar und März

Johanna Adler, 94  
Günter Barton, 83  
Theodor Beilfuß, 79  
Theresia Blume, 87  
Lieselotte Böhme, 84  
Waltraut Boos, 95  
Gisela Ebeling, 78  
Wilhelm Figgemeier, 88  
Anna Friedrich, 75  
Ingrid Gent, 75  
Manfred Godglück, 77  
Klaus Göhr, 87  
Helma Gröbner, 79  
Klaus-Jürgen Groß, 74  
Walter Güßfeld, 76

Hildegard Happel, 87  
Walter Hirte, 87  
Elsbeth Hoffrichter, 95  
Günter Honig, 81  
Sabine Julius, 74  
Hildegard Junghanns, 81  
Gerd Kleiber, 71  
Gertrud Krause, 77  
Margarethe Krotsch, 82  
Annelies Laab, 84  
Gertrud Lesse, 91  
Simone Linser, 44  
Alma Littau, 90  
Elisabeth Lucas, 91  
Käte Meyer, 91

Rita Mix, 75  
Ingeborg Müller, 86  
Ruth Mundhaß, 78  
Petra Nippe, 66  
Charlotte Pfeifer, 81  
Meta Praeger, 78  
Edith Ramme, 89  
Gerhard Reuter, 93  
Gerhard Rothmaler, 78  
Ruth Steinemann, 86  
Marianne Sturm, 73  
Ingrid Treichel, 78  
Gudrun Wetzels, 83  
Elsa Wöge, 90

## Der Frühling hat seine eigenen Weisen

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 und passend zur Frühlingszeit „Alle Vögel sind schon da“ gemeinsam singen.

Alle Vögel sind schon da,  
alle Vögel, alle!  
Welch ein Singen, Musizieren,  
Pfeifen, Zwitschern, Tiriliern!  
Frühling will nun einmarschieren,  
Kommt mit Sang und Schalle.

Wie sie alle lustig sind,  
flink und froh sich regen!  
Amsel, Drossel, Fink und Star



und die ganze Vogelschar  
wünschen dir ein frohes Jahr,  
lauter Heil und Segen.

Was sie uns verkünden nun  
Nehmen wir zu Herzen:  
Wir auch wollen lustig sein,  
lustig wie die Vögelein,  
hier und dort, Feld aus, Feld ein,  
singen, springen, scherzen.

## Kleiner Ausblick auf einige Höhepunkte in der nächsten Zeit

**5. April, 16 Uhr:** Veranstaltung auf den Etagen mit Vorlesen und alten Spielen, organisiert vom Dialog der Generationen

**7. April, ab 14 Uhr:** Hedda Meilicke besucht mit Hausbewohnern den beliebten Musikalischen Nachmittag im AMO (eine Veranstaltung des Seniorenbeirats der Stadt)

**11. April: 19 Uhr:** Öffentliches Frühlingskonzert des Vitanas Demenz Centrums im ‚Marktplatz‘

**21. April, 10 Uhr:** Die Alpakas kommen – Spaß und Spiel mit den Therapie-Tieren

**23. April, 10 Uhr:** Gottesdienst mit dem Domprediger Pfarrer Quast

**23. April, 10. 30 Uhr:** Ballett mit den

Nachwuchstänzern der bekannten Ballettschule Semenchukow

**26. April, 10 Uhr:** Promi-Kegeln – Gäste und Hausbewohner bilden Mannschaften und treten in den Wettbewerb

**3. Mai, 14 Uhr:** Großes Sportfest im ‚Garten der Sinne und Bewegung‘ zusammen mit vielen Gästen

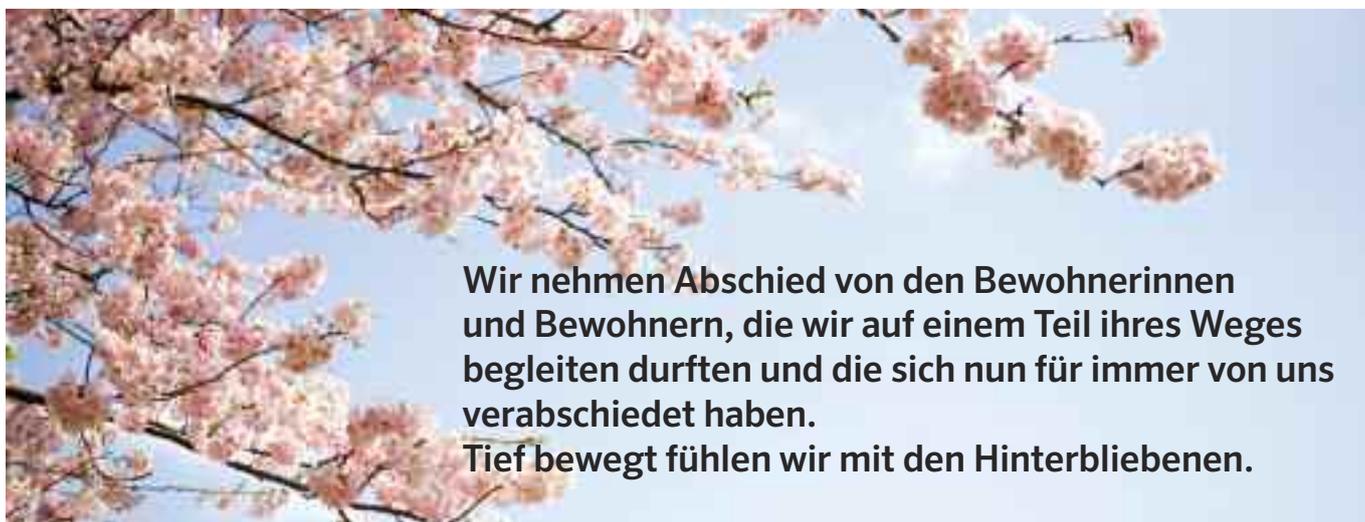
**12. Mai:** Ausgewählte Hausbewohner fahren zum Minigolf-Turnier in den Flora-Park

**17. Juni, 14 Uhr:** Gottesdienst

**21. Juni, 14 Uhr:** Unser großes Sommerfest mit vielen Überraschungen und Tierschau

**8. Juli:** Minigolf im Flora-Park

### 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.**

## Vitanas Demenz Centrum Am Schleinufer

Materlikstraße 1 - 10

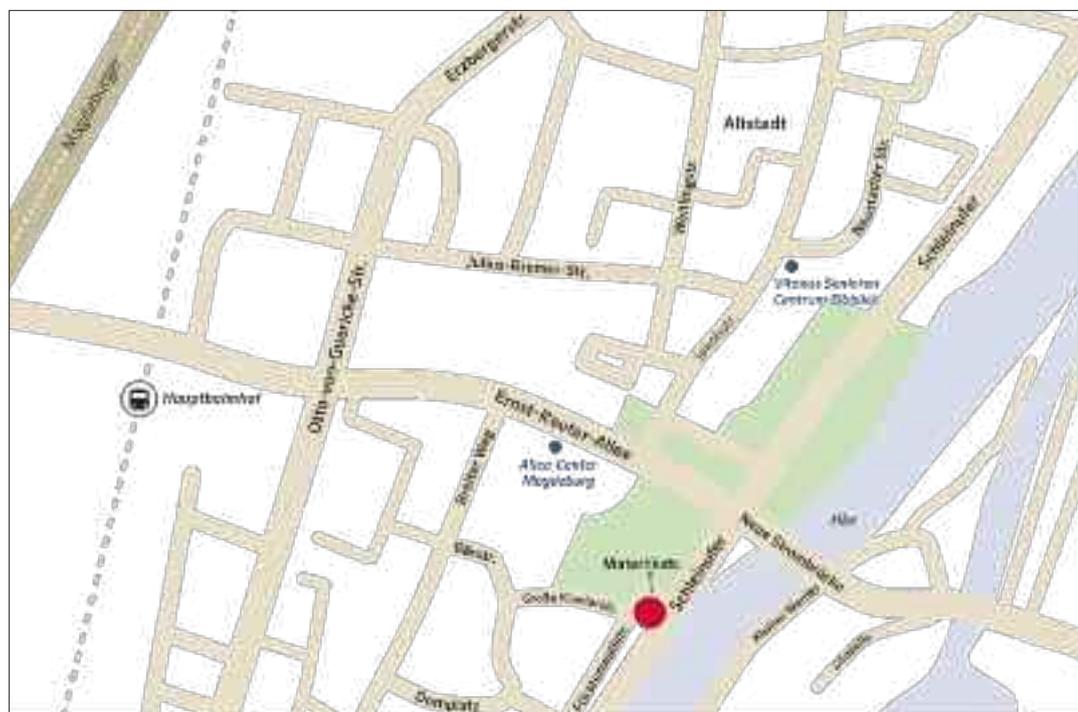
39104 Magdeburg

Telefon: (0391) 544 57 - 100

Telefax: (0391) 544 57 - 199

E-Mail: [am.schleinufer@vitanas.de](mailto:am.schleinufer@vitanas.de)

Internet: [www.vitanas.de/amschleinufer](http://www.vitanas.de/amschleinufer)



## Impressum

**Herausgeber:** Vitanas Demenz Centrum Am Schleinufer

**V. i. S. d. P.:** Heiko Nötzold

**Redaktion:** Karl-Heinz Kaiser, AZ publica GmbH

**Fotos:** Karl-Heinz Kaiser; AZ publica GmbH; Ingimage (7), Dazdraperma (2), Videodoctor (1); IG Innenstadt

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

**Druck:** Harzdruckerei Wernigerode