

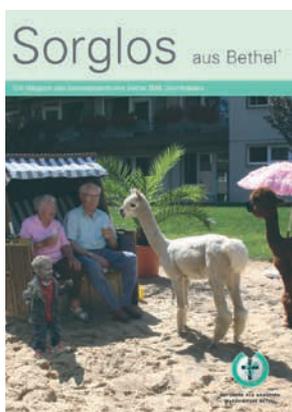
# Sorglos <sup>\*</sup> aus Bethel

Ein Magazin des Seniorenzentrums Bethel Bad Oeynhausen



NETZWERK FÜR MENSCHEN  
DIAKONIEWERK BETHEL

# INHALTSANGABE



Alpakas werden als  
"Therapeuten" eingesetzt.

<b>Inhaltsverzeichnis</b>	<b>2</b>
<b>Vorwort</b>	<b>3</b>
<b>Hier schmeckt's von 5 - 105:</b> Menüdienst überzeugt immer mehr Feinschmecker	<b>4</b>
<b>Biografie:</b> Eintauchen in die eigene Erinnerungswelt	<b>6</b>
<b>Mit Spaß mobil:</b> "Emil - der Wolkenschieber" heißt die neue Touristenbahn	<b>8</b>
<b>Ü80 Party:</b> Swing und Stimmung auf dem Tanzparkett	<b>10</b>
<b>Interview:</b> "Hier gibt es viele tolle Angebote!"	<b>11</b>
<b>Grandhotel Sorglos:</b> Neuer Apartmentbereich mit Hotel-Ambiente	<b>12</b>
<b>Lebensqualität:</b> Tierische Therapeuten und süße Streicheltiere	<b>14</b>
<b>Längst vergessene Berufe:</b> Historische Berufe laden ein zu einer Reise in die Vergangenheit	<b>16</b>
<b>Mitarbeitermotivation:</b> Mitarbeiterlounge verschafft Ruhephasen	<b>17</b>
<b>Theatervorstellung:</b> "Der goldene Kochlöffel" Eine kulinarische Komödie	<b>18</b>
<b>Arbeiten in Bethel:</b> Beim Mitarbeiteraustausch durch eine andere Brille sehen	<b>19</b>
<b>Prominenter Besuch:</b> Schauspielerin Hera Lind	<b>20</b>
<b>Servicequalität:</b> Ernährungsberatung für ein gesundes Leben im Alter	<b>21</b>
<b>Palliativ Care:</b> Schmerzfreies Seniorenzentrum	<b>22</b>
<b>Aktiv im Alter:</b> Fit und Aktiv Parcours steigert geistige Aktivität	<b>23</b>
<b>Unsere Buch Premiere:</b> Frische Gerichte mit Geschichte	<b>24</b>

# VORWORT



## Einzigartiges aus unserem Haus

Ihr neues Magazin "Sorglos" berichtet diesmal über einige der Besonderheiten, die unser Haus so einzigartig machen. Es fängt schon mit dem Titelbild an. Alpaka-Männchen Rudi und Benni leben seit dem Sommer in unserer Parkanlage. Wie Sie sehen: Alt und Jung haben eine tierische Freude an den flauschigen Streicheltieren.

Der Beitrag über unsere Biografiearbeit zeigt, dass jeder Bewohner unter unserem Dach eine ganz besondere Zuwendung erfährt. Ein paar Seiten weiter macht "Emil, der Wolken-schieber" am Hambkebach 8 Station, der

bunte "Dampfzug" lädt unsere Bewohner zu einer exklusiven Fahrt durch Bad Oeynhausen ein. Weiter geht es mit ungebremster Lebensfreude: der Beitrag über unsere Ü 80 Party's zeigt, wie viel Swing und Stimmung unsere Bewohner aufs Parkett legen können.

Werfen Sie einen Blick in unseren neuen Apartmentbereich "Die Tulpenallee", er zeigt mit seinem Hotel-Ambiente unser "Grandhotel Sorglos" von seiner besten Seite. Fitness und Gesundheit verspricht der neue Gesundheitsparcours für die Bewohner. Und zu guter Letzt hat auch noch das erste Buch aus unserem Haus Premiere: hier geht es um frische Gerichte mit Geschichte, eine tolle Lektüre für alle, die Land und Leute unserer Region kennenlernen wollen.

Kurz nach Redaktionsschluss erreichte uns noch vielleicht die wichtigste aller Nachrichten: das Seniorenzentrum Bethel hat vom MDK, dem Medizinischen Dienst der Krankenversicherung, auch in diesem Jahr wieder die Note 1,0 für seine Pflegeleistung und Lebensqualität erhalten. In diesem guten Sinn von "Sorglos" wünsche ich Ihnen jetzt viel Freude an unserem neuen Magazin.

Ihr

A handwritten signature in black ink, appearing to read "Tobias Müller". The signature is fluid and cursive, written on a white background.

# HIER SCHMECKT'S VON 5 - 105

## Menüdienst überzeugt immer mehr Feinschmecker

Das Auge isst mit! Diesen Grundsatz hat der Menüdienst des Pflegedienstes Bethel Bad Oeynhausen in ganzer Linie umgesetzt. Angefangen von der frischen und gesunden Zubereitung bis hin zum Porzellan-Mehrweg-System. Und das überzeugt auch die Kunden. Mittlerweile gehört der Menüdienst zu den TOP FOUR der ausgezeichneten Küchen in Nordrhein-Westfalen.

Jeden Tag ein frisches und leckeres Menü auf den Tisch. Mit dieser Idee besetzte der Menüdienst des Pflegedienstes Bethel Bad Oeynhausen im Jahre 2012 erfolgreich eine Marktlücke. Die Bausteine: Innovation, Frische und Qualität. Mittlerweile werden täglich hunderte Menüs an Kindergärten, Schulen und private Haushalte ausgeliefert. Es schmeckt nicht nur, das Essen ist auch ausgezeichnet. Mit dem "RAL Gütesiegel - Kompetenz richtig essen" hat die GEK – Gütegemeinschaft Ernährungskompetenz e. V. den Menüservice zertifiziert. Die Qualitätsbescheinigung wurde mit der Note 1 - sehr gut - bewertet. Das Porzellan-Mehrweg-System ist von den Kunden gerne angenommen worden.

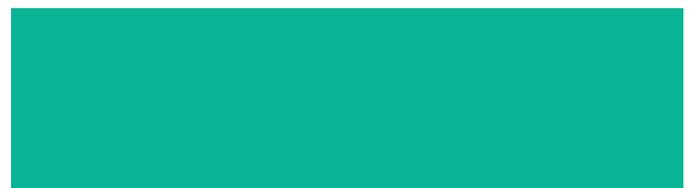


Bild links:

Schon gewusst? Obst und Gemüse sind gesund und helfen Krankheiten vorzubeugen. Neben Vitaminen enthalten Obst und Gemüse wertvolle Mineralstoffe, Kohlenhydrate, Eiweiß und Ballaststoffe. Andere Sekundäre Pflanzenstoffe unterstützen das Immunsystem, regulieren die Verdauung oder helfen bei der Bekämpfung bakterieller Infektionen. Die Deutsche Gesellschaft für Ernährung (DGE) empfiehlt Erwachsenen den Verzehr von täglich rund 200 bis 250 Gramm Obst und 400 Gramm Gemüse. Gut, dass man beim Menüdienst-Bethel ernährungstechnisch in besten Händen ist.





Endlich gibt es das Mittagessen auch als Mehrweg-System. Teller und Salatschalen aus Porzellan verleihen dem Essen ein schönes Ambiente. Hier stimmen Qualität und Ambiente.

Durch ein spezielles System hat das Essen genau die richtige Temperatur. Das gilt für warme und auch für kalte Speisen. Bei dem neuen Menü-System fällt kein Abfall mehr an. Außerdem schmeckt das Essen so, als käme es frisch aus der Küche. Die Speisen können direkt von dem Porzellan verzehrt werden. Frische Vielfalt in der Küche - unter diesem Motto werden darüber hinaus vom Menüdienst kostenlose

Kochkurse für alle interessierten Feinschmecker angeboten. Jeder Kurs hat einen anderen Schwerpunkt. Von fleischlos bis Fisch ist alles dabei. Und am Schluss bekommen alle ihr persönliches Rezeptbuch zum Nachkochen mit nach Hause. Mitmachen kann jeder, der Spaß am Kochen hat. Die Nachfrage ist bereits jetzt sehr groß.

Der Menüservice bietet individuelle Gerichte und Sonderwünsche. Bei Fragen steht den Kunden eine Ernährungsberaterin gerne für ein Gespräch zur Verfügung.



Das Essen ist da! Die Fahrer Manfred Vogt (links) und Helmut Zelle (rechts) beliefern auch Kindergärten.

## Eintauchen in die eigene Erinnerungswelt

Nichts prägt uns Menschen so sehr, wie die persönlichen Erfahrungen, Ereignisse und Lebensabschnitte. Lebenserfahrung ist das Gut eines Menschen, der sie gemacht hat. Er kann sie teilen oder für sich behalten. Werden die Erinnerungen und die Lebenserfahrungen geteilt, dann können Mitmenschen für Verhaltensweisen oder Vorlieben Verständnis entwickeln.

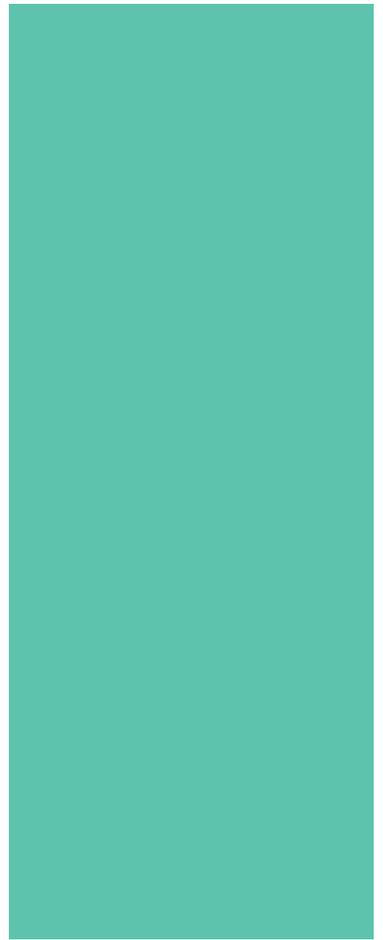
Im Umgang mit Menschen, die dementiell erkrankt sind, nimmt die Biografiearbeit eine Schlüsselrolle ein. Das Erleben dementer Menschen findet oftmals in einer früheren Zeit statt. Im Alltag finden sich viele Gelegenheiten zu Ausflügen in die Vergangenheit und zum Wecken alter Erinnerungen. Die Aufnahme der Biografie dient dazu, den Menschen besser kennenzulernen - ihn besser zu verstehen.

Die Vergangenheit spielt eine wichtige Rolle für das Verhalten in der Gegenwart. Oft sind es Kleinigkeiten, die jedoch eine große Wirkung haben können. Wenn ein Bewohner sein Leben lang bei geöffnetem Fenster geschlafen hat, so wird er sich in einem geschlossenen und abgedunkelten Raum unwohl fühlen. Die Mitarbeiter des Seniorenzentrums Bethel Bad Oeynhausen erheben die Biographie anhand von Fragebögen, die gezielt in viele verschiedene Lebensbereiche gehen. Dadurch erhält der Mitarbeiter zeitliches Hintergrundwissen über den Bewohner. Natürlich werden die Angehörigen mit einbezogen.

Für das Gespräch wird eine störungsfreie Atmosphäre geschaffen und persönliche Bilder bereitgelegt. Respektvolles Zuhören, offene Körpersprache und Zeit zum Antworten schaffen dem Bewohner Raum, sich zu erinnern.

Bei der biografischen Arbeit geht es keinesfalls um Ausfragen, sondern um das bessere Verständnis und Kennen lernen. Welche Vorlieben gibt es bei der Speisenauswahl? Wann sind die Essenzeiten? Welche Hobbys und Interessen hat der Bewohner? Viele Informationen sind wichtig für die individuellen Prozesse, die dem einzelnen Bewohner eine bessere Lebensqualität bieten. Und durch das Auseinandersetzen mit der Vergangenheit wird oft neuer Elan für die Gegenwart freigesetzt. Ferner suchen Menschen mit Demenz häufig nach Identität und Vertrautheit, die ihnen Sicherheit geben, in einer Welt, die ihnen aufgrund der nachlassenden Erinnerungsfähigkeit immer fremder erscheint.

Erinnerungen, die auf das Langzeitgedächtnis zurückgreifen, geben ihnen Halt. Eine an der jeweiligen Biografie orientierte Struktur, die an Gewohnheiten der alten Menschen anknüpft, schafft Vertrautheit. Zudem kann Biografie-Arbeit Menschen, deren Gedächtnis immer mehr nachlässt, in ihrer Identität stärken. Die Biografie-Arbeit ist ein wichtiges Instrument zur individuellen und besseren Lebensgestaltung dementiell erkrankter Menschen.



Ergotherapeutin  
Katharina Langer  
im Gespräch mit  
Ella Hambker (92)



# MIT SPASS MOBIL

## "Emil - Der Wolkenschieber" heißt die neue Touristenbahn

"Emil – Der Wolkenschieber" ist umweltfreundlich, leistungsstark und als erste elektrisch angetriebene Touristenbahn deutschlandweit einzigartig. Mit Emil können die Gäste auf insgesamt vier Routen verschiedene Sehenswürdigkeiten und die schönsten Parklandschaften der Stadt bewundern.

Ausgestattet mit einem modernen Multimedia-System erfährt der Fahrgast dabei Wissenswertes und Interessantes über Bad Oeynhausen, die Geschichte der Stadt und ihre Besonderheiten.

Während „Emil“ für elektrische Mobilität steht, erinnert der Name „Wolkenschieber“ an die vielen fleißigen Helfer, die Anfang des 20. Jahrhunderts Kurgäste in ihren Rollstühlen durch Bad Oeynhausen und den Kurpark schoben. Diese Rollstuhlschieber, liebevoll „Wolkenschieber“ genannt, gaben der ersten Bahn, die von 2002 bis 2008 im Einsatz war, ihren Namen. Umso schöner, dass mit „Emil – Der Wolkenschieber“ jetzt ein moderner und umweltfreundlicher Nachfolger seine Touren durch die Badestadt dreht.

Natürlich steht das Seniorenzentrum Bethel Bad Oeynhausen auch auf dem Fahrplan des kleinen Zuges. Und auch bei schlechtem Wetter macht eine Fahrt mit "Emil, dem Wolkenschieber", Spaß, denn

die Wagen können geschlossen werden. So sitzen die Gäste geschützt und trocken. Zwei Wagen sind speziell ausgestattet für Rollstuhlfahrer oder Senioren mit Rollator. Ohne die Unterstützung von Partnern wäre die Einführung von "Emil, dem Wolkenschieber", nicht möglich gewesen. Das Seniorenzentrum Bethel Bad Oeynhausen steht mit auf der Liste und hat sich engagiert, um dieses tolle Projekt ins Leben zu rufen.

Fahrkarten erhalten die Bewohner zu vergünstigten Preisen direkt an der Rezeption des Seniorenzentrums Bethel Bad Oeynhausen. "Emil - der Wolkenschieber" hält direkt in der Gartenanlage des Seniorenzentrums. So können die Bewohner einfach und bequem einsteigen. Die Haltestelle liegt am Tiergehege. Damit bietet Emil den Bewohnern die Möglichkeit für Ausflüge - auch mit Freunden oder der Familie.

Das Seniorenzentrum Bethel Bad Oeynhausen liegt auf der Route 3 "Museumshof/Südstadt". Mit einer Dauer von 60 Minuten geht es vorbei am Museumshof, der Wandelbar, dem Verkehrshaus und der Südstadtmeile. "Emil - Der Wolkenschieber" fährt von April bis Oktober.



Der Zutieg für Rollstühle, Rollatoren und Kinderwagen ist kein Problem. Zwei Wagen sind mit einer Rampe ausgestattet.



Die neue Bahn in Bad Oeynhausen ist einzigartig. Deutschlandweit ist „Emil – Der Wolkenschieber“ die erste elektrisch betriebene Touristenbahn.

# Ü80 PARTY

## Swing und Stimmung auf dem Tanzparkett

Die Ü80 Party im Seniorenzentrum Bethel Bad Oeynhausen war wieder ein voller Erfolg. Zum wiederholten und bestimmt nicht zum letzten Male schwingen die Senioren das Tanzbein.

Die Stimmung des Abends war erfüllt von Lachen, Musik und entspannter Atmosphäre. Viele Besucher erzählten danach, dass sie lange nicht mehr so viel Spaß hatten. Die Dekoration erinnerte an alte Zeiten. Mit viel Liebe zum Detail wurde der Tanzsaal hergerichtet und die Luft war erfüllt von Fliederduft. Herrliche Sträuße standen an verschiedenen Plätzen im Raum.

Im Eingangsbereich wurden die Gäste bereits von einem alten VW Käfer mit Anhänger aus dem Jahr 1958 empfangen. Im Saal legten die "Montis", eine heimische Oldie Band unter Hans Flagmeier, dann auch sofort los und begeisterten das Publikum mit Liedern aus den 50er und 60er Jahren. Spätestens bei "Rote Rosen, rote Lippen, roter Wein" und "Pack die Badehose ein" hielt es kaum noch jemand auf den Plätzen. Und wer nicht tanzte, der schunkelte oder sang die Lieder mit. Die Ü80 Party ist mittlerweile in der Kurstadt fest etabliert. Jedes Jahr zieht es mehr Senioren auf das Tanzparkett. Als Showeinlage präsentierten in diesem Jahr Christian Steyzel und Evelyn Pozarsky des GrünGold TTC Herford Tänze wie Samba, Cha Cha Cha und Rumba.

Einmal mehr ließ das Seniorenzentrum Bethel Bad Oeynhausen die Zeit von James Dean, Seifenkisten und Heinz Rühmann lebendig werden. Es gibt bereits viele Besucher, die jedes Jahr die Ü80 Party besuchen. Und einige sind bereits seit der ersten Party dabei. Die Ü80 Party, ein Plus an Lebensqualität.

Werner Bornemann (95) schwingt das Tanzbein.



# INTERVIEW

## “Hier gibt es viele tolle Angebote!”

Hildegard Beermann (92) ist Mitglied im Heimbeirat. Wir besuchen Sie in ihrem Apartment und sie erzählt uns, warum sie sich für diese Einrichtung entschieden hat und wie sie den Heimbeirat unterstützt.

### **Frau Beermann, wie sind Sie auf das Seniorenzentrum Bethel Bad Oeynhausen aufmerksam geworden?**

Hildegard Beermann: *Ich hatte schon immer eine gute Beziehung zu dem Haus. Bevor ich einzog, habe ich eine Bastelgruppe geleitet und war ehrenamtlich hier im Haus unterwegs, um mich mit Bewohnerinnen und Bewohnern zum Basteln zu treffen.*

### **Wann ist Ihre Entscheidung gefallen, dass Sie hier einziehen?**

Hildegard Beermann: *Nach dem plötzlichen Tod meines Mannes vor 1 ½ Jahren wollten meine Kinder nicht, dass ich alleine zu Hause bin. Nach zahlreichen Gesprächen haben wir uns dann schließlich zusammen dafür entschieden, dass ich hierher ziehe.*

### **Was würden Sie anderen Senioren raten?**

Hildegard Beermann (überlegt kurz): *Man sollte sich alles ansehen und sicher gehen, dass man sich dort wohl fühlen kann. Die Atmosphäre hier ist wirklich toll, auch dass man nicht nur ein Zimmer, sondern etwas mehr Raum für sich hat, war mir persönlich*

*sehr wichtig.*

### **Was gefällt Ihnen hier besonders?**

Hildegard Beermann (lächelt):

*Wenn man möchte, ist man nicht allein und man hat immer einen Ansprechpartner. Außerdem gibt es hier für die Bewohner ein großes Angebot an Aktivitäten, nicht zuletzt der regelmäßige "Erzählkaffee" und die Ausflüge sind eine tolle Abwechslung für uns.*

### **Was könnte man besser machen?**

Hildegard Beermann (überlegt): *Da fällt mir jetzt gar nichts ein. Die Bücherecke zum Tauschen von Büchern wurde ja realisiert, nachdem wir das beim Heimbeirat besprochen haben. Sie wird übrigens sehr gut von unseren Bewohnern angenommen.*

### **Seit wann und warum sind Sie im Heimbeirat?**

Hildegard Beermann: *Kurz nach meinem Einzug wurde ich im August 2012 in den Heimbeirat gewählt, es ist eine tolle Sache. Wir haben so die Möglichkeit, Wünsche und Verbesserungsvorschläge der Bewohner zu sammeln und zusammen zu überlegen, ob und wie wir sie umsetzen können.*

**Frau Beermann, vielen Dank für das interessante Gespräch.**



Hildegard Beermann (92) ist im Heimbeirat.

# GRANDHOTEL SORGLOS

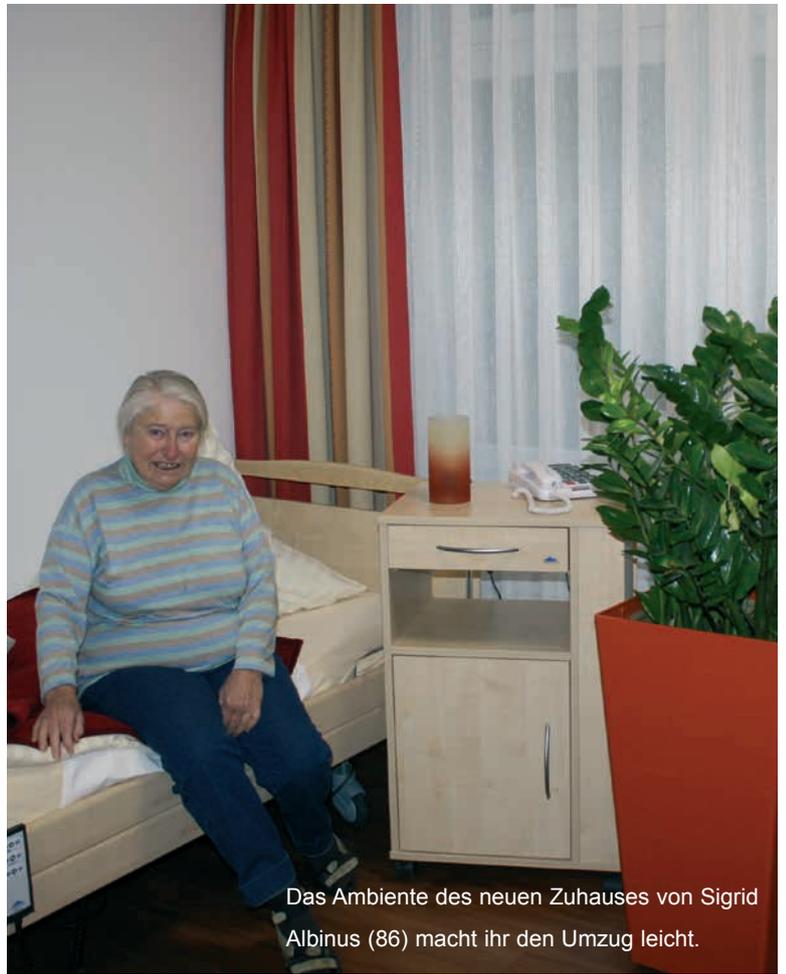
## Neuer Apartmentbereich mit Hotel-Ambiente

Neue moderne und zeitgemäß eingerichtete Apartments halten Einzug in das Seniorenzentrum Bethel Bad Oeynhausen. Die separate Wohngruppe ist auf den Namen "Tulpenallee" getauft und mit in das Seniorenzentrum Bethel Bad Oeynhausen integriert. Trotzdem sind die Räumlichkeiten ein eigener Bereich. Stilvolles Ambiente schafft eine angenehme Hotel-Atmosphäre.

Bei den Apartments steht die Geräumigkeit im Fokus. So können auch Bewohner mit Rollstuhl problemlos agieren. Bei der Apartmentgröße können Senioren flexibel wählen zwischen zwischen 21 und 39 qm. Barrierefreie Bäder mit Dusche und WC sind groß geschnitten und mit hellen Fliesen ausgestattet. Eine Möblierung mit eigenen Möbeln ist ausdrücklich erwünscht und ermöglicht den Bewohnern die persönliche und individuelle Wohnraumgestaltung. So werden eigene Bedürfnisse umgesetzt und Erinnerungen bleiben erhalten. Große Fenster im Wohnzimmer schaffen Licht und lassen viel Sonne herein. Neben den Bewohner-Apartments wurde auch extra ein Gäste-Apartment eingerichtet. Mit modernen Möbeln und angenehmen Farben wartet es auf Gäste der Bewohner oder aber auch auf interessierte Senioren, die eine Zeit lang zur Probe wohnen wollen. So kann man sicher sein, dass man hier ein schönes neues Zuhause findet. Und das überzeugt in allen Bereichen. Bereits im Eingang werden

Besucher und Bewohner durch einen modernen, freundlichen Empfangsbereich willkommen heißen. Der große Gemeinschaftsraum mit Blick in den Garten schafft einen Platz für Kommunikation. Hier lässt es sich an verregneten Tagen wunderbar plaudern. In der modernen Gemeinschaftsküche kann gekocht und gebacken werden. Die Tulpenallee hat außerdem einen eigenen Gymnastikraum und einen Friseur. Der Gymnastikraum in der Tulpenallee ist mit neuen, modernen Geräten ausgestattet. Hier finden auch Ergotherapie-Anwendungen statt. Abgerundet wird das Angebot durch einen Multimedia-Bereich. Mit modernster Technik können die Senioren die virtuelle Welt nutzen.

Auf Wunsch erfolgt eine komplette, moderne Möblierung durch das Seniorenzentrum Bethel Bad Oeynhausen. Auch eine Teilmöblierung ist möglich. In jedem Apartment ist selbstverständlich ein Internetanschluss mit WLAN sowie ein Flachbildschirm. Zur Unterstützung des familiären Zusammenhaltes kann auf Wunsch ein Zusatzbett in das Apartment gestellt werden. Die Teilnahme der Besucher an der Verpflegung ist möglich und kann individuell vereinbart werden. Die Tulpenallee ist überall hell und freundlich eingerichtet und besticht mit ihren warmen dunkelroten Türen und freundlichen Bildern. Das stilvolle Ambiente zusammen mit einer 24-Stunden-Betreuung ist die perfekte Umgebung für einen angenehmen Lebensabend.



Das Ambiente des neuen Zuhauses von Sigrid Albinus (86) macht ihr den Umzug leicht.



Der neue Apartmentbereich im Seniorenzentrum Bethel Bad Oeynhausen wurde auf den Namen Tulpenallee getauft. Und wie der Duft einer Tulpe zieht sich eine angenehme Atmosphäre durch alle Apartments und durch die vielen Gemeinschaftsräume.

Hier können Senioren ein wunderbares Zuhause für den Herbst des Lebens finden.



# LEBENSQUALITÄT

## Tierische Therapeuten und süße Streicheltiere

Das Seniorenzentrum Bethel Bad Oeynhause setzt auf tierische Therapeuten. Während viele Einrichtungen erst auf den Hund gekommen sind, werden hier bereits Huftiere integriert. Die Mitarbeiter im Therapiebereich werden unterstützt von zwei Alpakas, verschiedenen Kaninchen, einem Therapiehund und vielen kleinen gefiederten Freunden.

Es ist manchmal nur einfach die Präsenz, die Tiere zu Therapeuten macht. Ohne eine große Ausbildung bezaubern Finken und andere gefiederte Freunde die Bewohner mit ihrem Gesang. Eine Freiluftvoliere stellt sicher, dass die Vögel ein artgerechtes Zuhause im Garten des Seniorenzentrums haben. Hannah ist der Therapiehund und ihre Arbeit ist Balsam für die Seele. Mindestens einmal in der Woche arbeitet das Team mit Hannah und den Bewohnern. Der Hund schafft es jedes Mal, die Herzen der Bewohner zu öffnen. Durch diese geöffnete Tür können Ergotherapeuten gut in Kontakt mit dem einzelnen Menschen treten. Für isolierte Bewohner ist das der Schlüssel zur Außenwelt.

Gerade bei dementen Bewohnern schafft es ein Hund, den Menschen aus seinem Rückzugsort zu lotsen. Aber auch andere Senioren blühen auf, wenn der Vierbeiner die Räume betritt. Dabei passiert gar nicht so viel. Alleine die Anwesenheit und das Anfassen des ruhigen Hundes weckt Erinnerungen. Sarah Möller geht dabei mit Hannah von Mensch zu

Mensch. Manchmal zögerlich, manchmal auch etwas ungeübt, recken sich Hände und greifen in das weiche Fell. Die Hündin ist geschult und kennt ihre Aufgabe genau. Viele streicheln den Kopf der Hündin und erzählen dann von ihrer eigenen Kindheit. Diese Erinnerungen sind oft nur mit Anwesenheit des Hundes präsent.

Im großen Garten des Seniorenzentrums leben zwei Huakaya-Alpakas. Die Huftiere können sich dort überall frei bewegen. Auf dem Rasen und den Wegen, auch in dem feinen Sand kann man die Tiere beobachten und mit ein bisschen Glück auch streicheln. Auf Wunsch werden die Bewohner in die Pflege der Tiere mit eingebunden.



In einer großen Voliere tummeln sich gefiederte Freunde.

Wenn Sarah Möller mit Hannah zu Besuch kommt, dann öffnet der Hund die Herzen der Bewohner.



Für den Kontakt mit den beiden Huakaya-Alpakas braucht man Ruhe und Ausdauer.



# LÄNGST VERGESSENE BERUFE

## Historische Berufe laden ein zu einer Reise in die Vergangenheit

Da gibt es vieles zu berichten und auch vieles zu erfahren als auch zu lernen. Viele unserer Bewohner übten Berufe aus, die wir heute, in dieser Form, gar nicht mehr kennen. Einige gibt es gänzlich gar nicht mehr, andere haben sich extrem entwickelt und verändert.

Der liebe Fortschritt macht es möglich ...! Uns interessiert jedoch, wie es damals war. Wie hat eine Hebamme in der Nachkriegszeit gearbeitet? Was waren denn Zigarren- oder Knopfmacherinnen, was ist eigentlich klöppeln? Oder wie sah der Beruf des Landwirts aus?

Heute wie damals bestimmten die Arbeit und die Familie den Alltag. Da blieb nicht viel Zeit für Hobbies. Zudem war das Angebot, im Vergleich zur heutigen Zeit, sehr begrenzt und weniger spektakulär. Umso mehr interessiert uns die Frage nach sportlichen Aktivitäten und eventuellen Erfolgen. Welche Sportarten übten unsere Bewohner aus. Welche gibt es noch heute, und wie haben sich diese verändert?

Im Januar startet die Ausstellung "Längst vergessene Berufe" im Seniorenzentrum Bethel Bad Oeynhhausen. In Form von Portraits, Exponaten und Fotos werden einige Bewohner ihre Berufe und sportlichen Erfolge präsentieren. Eine Reise von der Vergangenheit in die Gegenwart, von der jeder Betrachter nur profitieren kann.



# MITARBEITERMOTIVATION

## Mitarbeiterlounge verschafft Ruhephasen

Wo andere Unternehmen eine Cafeteria haben, da hat das Seniorenzentrum Bethel Bad Oeynhausen nun eine Mitarbeiterlounge. Zeitgemäß und als zusätzliche Anerkennung für die geleistete Arbeit stellt das Haus einen modernen Ort für Kommunikation und Entspannung zur Verfügung.

Mit neuen Farben und Gardinen präsentiert sich die neue Mitarbeiterlounge. Die alte Cafeteria ist kaum wieder zu erkennen. Viel zu lange schon stand der veraltete Pausenraum auf dem Arbeitszettel der Geschäftsleitung. Im Rahmen des Ideenwettbewerbes startete eine Mitarbeiterin die Initiative der Umgestaltung und das Projekt wurde nun zügig umgesetzt. In diesem Jahr ist die Lounge endlich fertig geworden und die Mitarbeiter sind begeistert. Das Highlight des neuen Raumes ist ein Massagesessel. Der bietet Entspannung pur. Eine Pause in dem Massagesessel ist Erholung für den ganzen Körper. So können die Mitarbeiter wieder frisch in ihre Arbeit starten. Stimmungsvolle Beleuchtung sorgt zusätzlich für die nötige Ruhe. Die Mitarbeiterlounge, ein stimmungsvoller Gemeinschaftsraum, in dem die Mitarbeiter Kraft tanken können. Zusätzlich gibt es Mitarbeiter-Verwöhn-Wochen, in denen sich die Geschäftsleitung nette Gesten ausdenkt: zum Beispiel Berliner zu Fasching, Ostereier oder einen Latte Macchiato. Ein Dankeschön für gut geleistete Arbeit.

Hier lässt es sich herrlich entspannen. Melanie Homburg genießt ihre Mittagspause.



# THEATERVORSTELLUNG

## “Der goldene Kochlöffel” Eine kulinarische Komödie

“Der goldene Kochlöffel” ist eine kulinarische Komödie nach dem Buch “Das Tal der Suppen” von Dirk Salzbrunn. Die Seniorinnen und Senioren im Alter von 77 bis 92 Jahren haben sich unter der Leitung von Albrecht v. Blanckenburg in einer 1 ½ jährigen Vorlaufzeit die Rollen des Theaterstücks auf den Leib geschneidert

Im September waren die Gastschauspieler aus dem befreundeten Wohnstift Hannover-Kleefeld im Seniorenzentrum Bethel Bad Oeynhausen und füllten den großen Vorstellungssaal mit vielen Bewohnern und Theaterliebhabern. Die Geschichte des “Goldenen Kochlöffels” ist leicht verständlich und mit viel Humor gewürzt: Zwischen den Gasthäusern von Else Strohmeyer

und Thomas Pfahl herrscht bittere Konkurrenz. Die Meldung, dass Testesser einer Gourmetzeitschrift inkognito nach der “Suppe des Jahres” suchen, versetzt die Gastronomen in hektische Betriebsamkeit. Der Landstreicher Konrad profitiert davon, weil man ihn für einen der Testesser hält. Oma Marie und Opa Willi kümmern Missgunst und Abneigung ihrer Gasthausfamilien nicht - sie entdecken gemeinsam ihren zweiten Frühling. In den Küchen dampfen derweil neue Suppenkreationen. Wer wird den goldenen Kochlöffel gewinnen?

Die Zuschauer waren begeistert und haben viel gelacht - Eine wirklich gelungene Komödie.

Die kulinarische Komödie “Der goldene Kochlöffel” wird von Seniorinnen und Senioren im Alter zwischen 77 und 93 Jahren gespielt.



# ARBEITEN IN BETHEL

## Beim Mitarbeiteraustausch durch eine andere Brille sehen

Zusätzliche Erfahrungen sammeln und innovative Ansätze der Kollegen kennenlernen. Das erlebte die Mitarbeiterin Manuela Rivero-Budde durch einen Mitarbeiteraustausch in die Geriatrische Reha-Klinik Trossingen, eine Einrichtung des Diakoniewerkes.

Als die examinierte Altenpflegerin von dem Projekt "Mitarbeiter-Austausch" erfahren hat, war für sie sofort klar, dass sie dabei sein möchte. Nach 24 Dienstjahren im Seniorenzentrum Bethel Bad Oeynhausen hatte sie Lust, einmal für kurze Zeit den Bereich zu wechseln. Mit diesen Ambitionen bewarb sie sich für das Projekt und wurde schließlich ausgewählt. Im Sommer begann für Manuela Rivero-Budde von Bad Oeynhausen die Reise in die Geriatrische Reha-Klinik Bethel Trossingen. Als Austausch-Mitarbeiter konnte das Seniorenzentrum in Bad Oeynhausen Yannik Manger begrüßen. Mit seiner offenen Art fand er sofort Zugang zu den Bewohnern. Mit den Mitarbeitern gab es schnell einen regen Austausch über die unterschiedlichen Arbeitsabläufe in den Einrichtungen. Anhand der guten Vorbereitungsmaßnahmen konnten die "Austausch-Mitarbeiter" von Anfang an direkt mit in die Abläufe eingebunden werden. Beide Mitarbeiter nehmen am Ende der Zeit viele interessante neue Eindrücke mit. Der Mitarbeiter-Austausch ist ein spannendes Projekt für engagierte Menschen, die in einem stabilen Arbeitsumfeld trotzdem einmal den Blick über den Tellerrand wagen wollen.



Yannik Manger konnte sich durch seine freundliche Art sofort in den Ablauf integrieren.



Beim Mitarbeiteraustausch kann jeder von seinem beruflichen Standort aus auf die Reise gehen.

# PROMINENTER BESUCH

## Schauspielerin Hera Lind

Die Tochter eines Arztes und einer Musikpädagogin schrieb ihren ersten Roman aus Langeweile. Von der Süddeutschen Zeitung wird sie mittlerweile als Gipfelstürmerin der Taschenbuch-Bestseller titulierte.

Während ihrer ersten Schwangerschaft 1988 schrieb Hera Lind aus Langeweile ihren ersten Roman "Ein Mann für jede Tonart". Dieser wurde auf Anhieb ein Bestseller und verkaufte 2 Millionen Exemplare. Der gleichnamige Film mit Katja Riemann, Uwe Ochsenknecht und Gudrun Landgrebe lief über drei Monate lang in den Kinos. Während der zweiten Schwangerschaft 1990 schrieb Hera Lind die Fortsetzung "Frau zu sein bedarf es wenig". Auch dieser Bestseller wurde verfilmt – diesmal für das ZDF. 1994 folgte ihr dritter Bestseller "Das Superweib", mit dem ihr der endgültige Durchbruch als Schriftstellerin gelang. Der Roman verkaufte sich insgesamt fast 3 Millionen Mal. Der Film (Regie: Sönke Wortmann, Produzent: Bernd Eichinger) kam 1996 in die Kinos und zählte zu den erfolgreichsten des Jahres. Die Hauptrollen waren mit Veronica Ferres, Heiner Lauterbach, Joachim Król und Liselotte Pulver besetzt. Als Freundin des Hauses ist Hera Lind im Seniorenzentrum Bethel Bad Oeynhausen ein gern gesehener Gast. Frau Lind verbindet einiges mit Bad Oeynhausen. Früher ist sie hier mit ihrem Vater im Kurpark spazieren gegangen. Daran erinnert sie sich gerne. Schon damals ist ihr die Einrichtung positiv aufgefallen. Als eine vom "Rat der Stadt Bad Oeynhausen beauftragte Einrichtung der Altenhilfe" war das Seniorenzentrum Bethel schon seinerzeit als Qualitätsanbieter über die Tore von Bad Oeynhausen hinaus bekannt.

Als Freundin des Hauses ist sie ein gern gesehener Gast.



Mit ihrer Natürlichkeit begeistert Hera Lind das Publikum.



# SERVICEQUALITÄT

## Ernährungsberatung für ein gesundes Leben im Alter

Zu einem gesunden Alltag gehört in erster Linie eine gesunde Ernährung. Der Speiseplan sollte den verschiedenen Lebensphasen angepasst sein. In jungen Jahren ist das selbstverständlich, doch später im Alter ist das für viele Senioren schwer umzusetzen. Im Seniorenzentrum Bethel Bad Oeynhausen kümmert sich Marcella Lorek speziell um die richtige Ernährung der Bewohner.



Freundlich und mit viel Fachwissen berät Marcella Lorek rund um die gesunde Ernährung.

Eigentlich ist „Diät“ kein schönes Wort, klingt es doch nach Verzicht, knurrendem Magen und streckenweise schlechter Laune. Doch schon Hippokrates, der berühmteste Arzt des Altertums bezeichnete die spezielle Auswahl von Lebensmitteln als „diaita“ – „Lebensweise“. Und so bedeutet diese längerfristige und dauerhafte Ernährungsumstellung nichts anderes, als eine Veränderung der Gewichtung einzelner Nahrungsbestandteile und der Flüssigkeitszufuhr. Im medizinischen Bereich, aber auch im Wellness-Sektor veranlassen und überwachen Diätassistenten die Umstellung. Das Arbeitsfeld für Diätassistenten ist breit gefächert – überall, wo gesunde Ernährung eine Rolle spielt, kommen Diätassistenten zum Einsatz.

Marcella Lorek fungiert im Seniorenzentrum Bethel Bad Oeynhausen als Schnittstelle zwischen Küche, Bewohnern und Pflegepersonal. In Zusammenarbeit mit den Wohnbereichsleitern erstellt sie ausgewogene Speisepläne. Selbstverständlich werden Wünsche der Bewohner mit einbezogen. Neben der Qualität und Temperatur überwacht Marcella Lorek bei Bedarf auch die Nährstoffzufuhr der Bewohner.

Gerne beantwortet die freundliche Mitarbeiterin auch Fragen von Angehörigen und unterstützt das Seniorenzentrum bei Aktions-Veranstaltungen. Denn Marcella Lorek weiß, welche Tricks die Lebensmittelindustrie auf Lager hat und wie man sich auch ohne viel Arbeit gesund und lecker ernähren kann.

# PALLIATIV CARE

## Schmerzfrei im Alter

Der Philosoph Sören Hierkegaard sagte einmal: "Es bedeutet nicht so viel, wie man geboren wurde. Es hat aber unendlich viel zu bedeuten, wie man stirbt!" 150 Jahre mussten seitdem vergehen, bis durch die Palliativ-Medizin den Kranken und alten Menschen ein würdiger Abschied möglich ist.

Niemand muss unnötig Schmerzen im Alter aushalten. Diese Aussage hat sich die Einrichtung jetzt als neues Ziel auf die Fahnen geschrieben. Zwei Mitarbeiter der Einrichtung haben bereits die Qualifizierung zur Palliativfachkraft erlangt. Begleitend wurde im letzten Jahr eine Projektgruppe initiiert. Bei regelmäßigen Treffen erarbeiteten die Teilnehmer dort Ziele und Maßnahmen zum Palliativprojekt und begleiteten deren Umsetzung.

Palliation bedeutet Minderung. Die Palliativmedizin behandelt nicht in erster Linie Symptome, sondern schenkt dem Menschen ein schmerzfreies Leben - für viele Bewohner der größte Wunsch. Die Mitarbeiter begleiten die Menschen nicht nur auf ihrem Weg, sie stehen in jeder Situation helfend zur Seite.

Mit der Auszeichnung zum Palliativkompetenten Pflegeheim bekommen betroffene Bewohner nicht nur optimale Pflege, sondern auch ein großes Stück mehr Selbstbestimmung. Selbstbestimmung darüber, wie viel Schmerzen sie aushalten wollen. Palliativkompetent handeln heißt: Respekt vor dem Leben



und Selbstbestimmung des Menschen. Mit der Zertifizierung als Palliativkompetentes Pflegeheim erfahren die Bewohner im Seniorenzentrum Bethel Bad Oeynhausen Lebensqualität bis zum Schluss.



Im Seniorenzentrum Bethel Bad Oeynhausen muss niemand unnötig Schmerzen aushalten.

# AKTIV IM ALTER

## Fit und Aktiv Parcours steigert geistige Aktivität

Körperliche Aktivität hat auch im Seniorenalter positiven Einfluss auf Ausdauer, Kraft, Gleichgewicht und wirkt sich positiv auf die Selbstständigkeit und die Lebensqualität aus. Sinnvolle Angebote zur gesundheitlichen Prävention und insbesondere der Bewegungsförderung bietet ein Bewegungsparcours, der den Bewohnern des Seniorenzentrums Bethel Bad Oeynhausen zur Verfügung steht.

Es kommt nicht darauf an, wie alt man ist, sondern *wie* man alt ist. Unter diesem Motto sollen Bewohner angeregt werden, möglichst lange mobil und fit zu bleiben, oder wieder fit und beweglich zu werden.

Der Bewegungsparcours ist in die Gartenanlage des Seniorenzentrums Bethel Bad Oeynhausen integriert. Unterschiedliche Geräte, die leicht zu handhaben sind, motivieren zum Ausprobieren und trainieren ohne größere Kraftanstrengung Beweglichkeit, Koordination und Ausdauer. Geräte, die zu zweit nutzbar sind, fördern die Kommunikation untereinander. Unter der Anleitung geschulter Ergotherapeuten absolvieren Bewohner an diesen Geräten verschiedene Übungen und verbessern dadurch Kraft, Gleichgewicht, Fortbewegung und somit ihr Wohlbefinden. Durch die regelmäßige Nutzung des Bewegungs-parcours wird das individuelle Gesundheitsbefinden gefördert. Der Fitnessparcours erhöht die Lebensqualität und erhält die Selbstständigkeit der Bewohner.



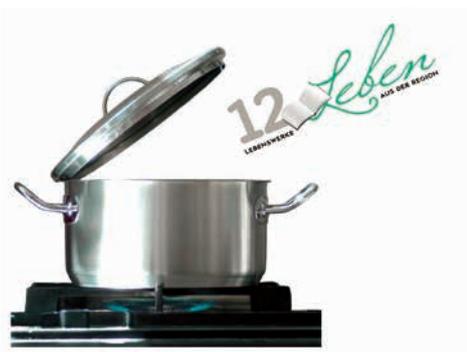
Zu zweit macht Fitness noch mehr Spaß.



Auch einfache Aufgaben können fit machen.

# UNSERE BUCH-PREMIERE

## Frische Gerichte mit Geschichte



Das Buch "Geschichte(n) für Genießer" ist die Fortsetzung unserer erfolgreichen Aktion "12 Leben". Es erscheint rechtzeitig zu Weihnachten!  
Verkaufspreis: 9.95 €.



Foto links: Vierter Anker zu demnach ist von 1968 bis 1984 Stadtdirektor von Bad Oeynhausen.

Foto rechts: Zeitweis ist die Zigarre das Markenzeichen von „MzS“.

Foto unten: Das Wissen aus seiner Antezit fast „MzS“ später als Chronist zusammen.



# Genuss ist SCH

Der Händedruck ist forsch die qualmende Zigarre signalisiert: „MzS“ weiß, wie in den Schornstein rauchen lässt Als Sohn eines Rechtsanwalts wird er 1920 in Bad Oeynhausen geboren.

Eine Sammlung von Kochrezepten aus der Region. Gekocht vom Kuchenteam des Seniorenzentrums Bethel. Gewürzt mit Geschichten von Zeitzeugen aus 12 Leben. Serviert mit bunten Impressionen aus Bad Oeynhausen.

Geschäftsführer Joachim Knollmann hatte die Idee für dieses Buch. Gemeinsam mit Küchenchef Axel Bunzel und dem Redakteur von 12 Leben, Hans-Jürgen Krackher,

wurden die Inhalte zusammengetragen. Alle Kochrezepte wurden komponiert und fotografiert in der Küche unseres Hauses. Sorgsam wurde dabei auf die bedarfsgerechte Zubereitung „von 5 bis 105“ geachtet. Garniert wurden die frischen Gerichte mit den Erinnerungen unserer Zeitzeugen aus 12 Leben und Fotoimpressionen aus langen Spaziergängen durch die Bad Oeynhausener Ortsteile. Die Grafikerin Stefanie Grote aus Minden hat für die leckere Gestaltung des Buches gesorgt. Ganz besonders danken wir der Volksbank Bad-Oeynhausen-Herford eG für die Unterstützung unseres Projektes.

Das Buch wird allen schmecken, die unsere schöne Stadt Bad Oeynhausen zu genießen wissen. Allen Besuchern, Gästen, Freunden und Einwohnern wünschen die Verfasser viel Freude und guten Appetit bei der Lektüre.



www.teppichhaus-homburg.de

Teppichboden  
Parkett  
Laminat  
Linoleum  
Kork  
Designbelag  
Farben  
Tapeten  
Sonnenschutz

Wir machen aus Wohnräumen

*Wohnträume*

JOKA®

BODENBELÄGE & MEHR

**Homburg**

Homburg GmbH  
Auf der Worth 2  
32278 Kirchlengern  
Tel. (05223) 83390  
Fax (05223) 87249

Michael **Beimel**  
Krankengymnastik und Massagen

**Michael Beimel**

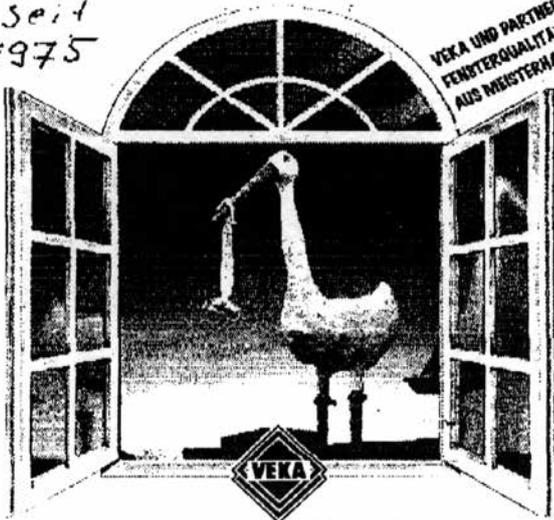
Bozener Straße 2      Telefon 0 57 31 . 1 54 62 23  
32547 Bad Oeynhausen      Mobil 01 70 . 2 40 38 72

- Krankengymnastik
- Bobath
- Manuelle Therapie
- Massagen
- Fußreflexzonenmassage
- Bindegewebsmassage
- Hausbesuche
- alle Kassen -
- Akupunkt-Massage nach Penzel
- kinesiologische Stressreduktionstechniken

physiotherapie-beimel.de  
info@physiotherapie-beimel.de

Seit  
1975

VEKA UND PARTNER  
FENSTERQUALITÄT  
AUS MEISTERHAND



*Früh für Menschen*

Wer über den Tag hinaus plant, entscheidet sich für VEKA. Denn Nestwärme ist auch eine Frage der Fenster. Sie beeinflussen Wohngefühl und Lebensqualität. Als erfahrener VEKA-Fachbetrieb beraten wir Sie über Isoliereigenschaften, Schall- und Wärmeschutz, Wartungsfreiheit und Wertbeständigkeit. Und wir fertigen Ihr Wunschfenster exakt nach Maß – in jeder Form und Farbe. Wir bieten VEKA-Fensterqualität für Generationen.

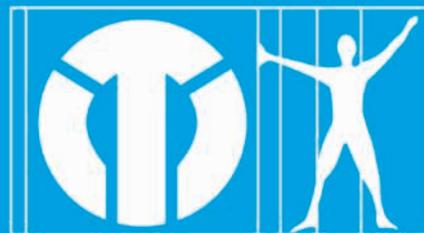
**Prüßmeier**  
KUNSTSTOFFFENSTER-BAU GmbH

Valdorfer Straße 17 · 32545 Bad Oeynhausen  
Telefon 05731 940011 · Telefax 05731 940068  
www.pruessmeier-fenster.de

*Alles Gute für  
Ihre Gesundheit...*

SANITÄTSHAUS

**FAUST**



**Obermarktstr. 19 · Minden**  
Telefon: 0571 - 2 25 64

# Heinrich Bekemeyer

## Baugeschäft



- An- & Umbauten
- Altbausanierung
- Betonarbeiten
- Badrenovierung
- Erd- & Pflasterarbeiten
- Baumfällungen

Bergkirchener Str. 312 • 32549 Bad Oeynhausen-Wulferdingsen  
Tel. 05734-601919 • Mobil 0173-2551424

# SÜD APOTHEKE

APOTHEKERIN ELDRID MÄCKELER  
DETMOLDER STR. 43 • 32545 BAD OEYNHAUSEN  
TELEFON 05731 / 92335 • FAX 05731 / 940321



NETZWERK FÜR MENSCHEN  
DIAKONIEWERK BETHEL

## IMPRESSUM

### Seniorenzentrum Bethel Bad Oeynhausen

Am Hambkebach 8 • 32545 Bad Oeynhausen  
Telefon 0 57 31 / 9 83 - 0 • Telefax 0 57 31 / 9 83 - 5 15  
www.BethelNet.de  
Amtsgericht Bad Oeynhausen HRB 3569

Hauptgeschäftsführer: Joachim Knollmann  
Geschäftsführerin Pflegedienstleitung: Cornelia Möller

**Redaktion:** Joachim Knollmann

**Layout:** Nadine Hauptmann

**Druck:** Druckerei Kurt Eilbracht GmbH & Co. KG  
Gohfelder Straße 45 • 32584 Löhne

### Fotos

- Fotoarchiv Seniorenzentrum Bethel Bad Oeynhausen
- Fotografie Andreas Siekmann, Bielefeld



Herrmann-Lars-Straße 88 | 32574 Bad Oeynhausen | Tel.: 05732 / 2 06 05 | Fax: 05731 / 2 87 83

## LAGO's Badeparadies

Ausstellung • Beratung • Planung • Vermittlung von Montage

Unsere Ausstellung ist montags bis freitags täglich von 8 bis 18 Uhr geöffnet.



- SANITÄR Lago-Sanitär
- HEIZUNG Alter Kirchweg 9
- RÖHREN 32584 Löhne
- TECHNIK Telefon (05731) 15 60 90  
Fax (05731) 15 60 920  
www.Lago-Sanitaer.de

\* Die Sorglos ist ein Magazin des Seniorenzentrums Bethel Bad Oeynhausen, ein Unternehmen des Diakoniewerkes Bethel gemeinnützige GmbH in Berlin. Die von Bodelschwingschen Anstalten Bethel sind eine eigenständige Organisation mit Sitz in Bielefeld. Beide Unternehmen sind Partner im diakonischen Auftrag.

Das Magazin "Sorglos" wurde mit finanzieller Unterstützung der aufgeführten Unternehmen produziert. Anzeigenaufträge für die nächste Ausgabe nehmen wir gerne entgegen.

Wir drucken für Sie ...



... und in Farbe



Druckerei + Verlag Kurt Eilbracht GmbH & Co. KG

Gohfelder Str. 45 · 32584 Löhne · Telefon 05731 30101-60 · Fax 30101-89  
mail@druckerei-eilbracht.de · www.druckerei-eilbracht.de