



Caritasverband
Düsseldorf

Wir für Sie

Nah dran

Events

Wussten Sie schon?

Bastelkiste

Rezept

Gedicht

PflegeHautnah

Ausgabe 01/2024



Inhaltsverzeichnis

Was erwartet Sie in dieser Ausgabe?

Wir für Sie	3
Interview mit Katrin Kindsgrab: Einblick in den Alltag als Einrichtungsleitung	
Nah dran	5
Wie ist das Leben im Caritas-Altenzentrum Herz-Jesu?	
Events	7
Impressionen aus der Karnevalszeit	
Wussten Sie schon?	12
Bastelkiste – schon mal ausprobiert?	13
Papierblumen	
Rezept	14
Ostereier mit natürlichen Zutaten färben	
Frühlingsgedicht	15
Impressum	16
Hinweis für Anregungen	17





Wir für Sie

Interview mit Katrin Kindsgrab

Interview mit Katrin Kindsgrab: Einblick in den Alltag als Einrichtungsleitung

Pauline Gottschlich

Katrin Kindsgrab ist seit Oktober 2023 als neue Einrichtungsleitung im Caritas Altenzentrum Herz-Jesu tätig. Sie trägt die Verantwortung für 183 Bewohner:innen, die in sechs Wohnbereichen leben.

Frau Kindsgrab hat uns einen Einblick in ihren Alltag gegeben und die besonderen Momente mit uns geteilt.

CVD: Warum haben Sie sich entschieden, in der Pflegeheimleitung zu arbeiten?

Kindsgrab: Mein Weg zur Arbeit in die Altenpflege war nicht gradlinig. Ich habe zunächst eine Ausbildung zur Groß- und Außenhandelskauffrau absolviert und berufsbegleitend meinen Betriebswirt (VWA) erworben. Während ich viele Jahre in der Wirtschaft gearbeitet habe, fehlte mir immer etwas. Ich entschied mich daher, nochmal in Vollzeit Ökotrophologie B.Sc. zu studieren. In dieser Zeit habe ich verschiedene Praktika absolviert, u. a. in einem Krankenhaus. Die Mischung aus administrativer Tätigkeit in Verbindung mit der Arbeit mit Menschen hat mich sehr begeistert und motiviert mich bis heute. Mein Trainee zur Einrichtungsleitung in der Altenpflege, hat mir dann so sehr gefallen, dass ich diesen Weg weiterverfolgt habe.

Im Leben treten die Dinge ein, die für einen Menschen bestimmt sind, davon bin ich überzeugt. Ich habe mich nie bewusst für meinen jetzigen Beruf entschieden, aber meinen Traumjob in der Altenpflege gefunden.

CVD: Was motiviert Sie jeden Tag in Ihrem Job und als Einrichtungsleitung?

Kindsgrab: Für mich hat sich durch meine Arbeit der Blick aufs Leben verändert. Seit ich in der Altenpflege tätig bin, bin ich dem Leben näher und schätze all die schönen Momente mehr. Ich nehme vieles mit Humor und bringe viel gute Laune mit. Es macht mir große Freude, mit den Bewohner:innen und mit den Mitarbeitenden die Herausforderungen des Alltags zu meistern. Die besten Momente kommen, wie so oft, unerwartet.

CVD: Könnten Sie uns einen typischen Tag in Ihrem Pflegeheim beschreiben?

Kindsgrab: Einen typischen Tagesablauf habe ich nicht. Ich habe zwar meine festen Termine, jedoch kommt meistens etwas dazwischen. In der Altenpflege ist jeder Tag eine Wundertüte. Es ist immer abwechslungsreich und vielfältig. Das mag ich sehr gerne an meiner Arbeit.



Wir für Sie

Interview mit Katrin Kindsgrab

CVD: Wie gestalten Sie den Alltag und die Aktivitäten für die Bewohner:innen?

Kindsgrab: Wir machen den Bewohner:innen ein umfangreiches, abwechslungsreiches und individuelles Angebot. Angeboten werden beispielsweise Kraft- und Balancetraining oder auch der Singkreis. Jeden Abend werden im betreuten Abendtreff bis 20 Uhr bei Spiele gespielt. Wer möchte, kann sich auch beim Quiz oder beim Kegeln verausgaben.

CVD: Welche Rolle spielt die Zusammenarbeit mit den Familienangehörigen?

Kindsgrab: Der Austausch und enge Kontakt mit Angehörigen liegen mir am Herzen. Wir haben sehr nette Familienmitglieder, engagierte Betreuer:innen und Freunde. Angehörige sind täglich, und auch bei unseren Veranstaltungen, herzlich willkommen.

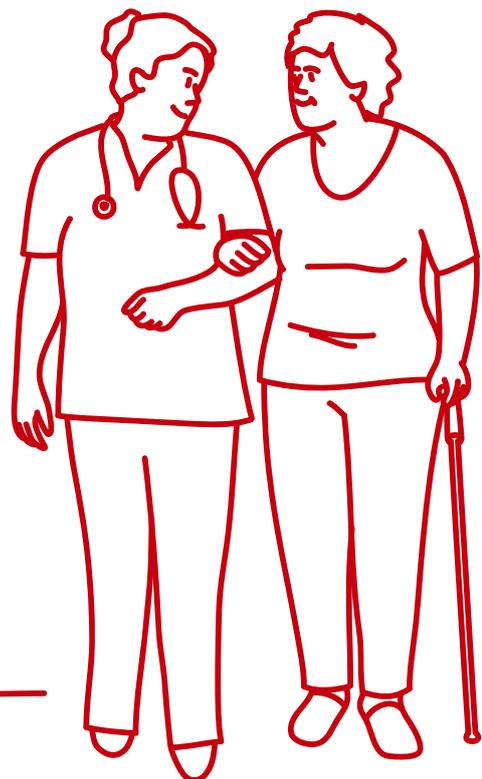
CVD: Wie ist die Kommunikation mit anderen Einrichtungen?

Kindsgrab: Einer der Gründe, weshalb ich mich für die Arbeit bei der Caritas in Düsseldorf entschieden habe, ist die einrichtungsübergreifende Arbeit und das Netzwerk in und außerhalb des Verbandes. Alle Einrichtungsleitungen stehen in einem engen Austausch und unterstützen sich untereinander gerne, wo sie können. In regelmäßigen, persönlichen Treffen setzen wir uns auf den aktuellen Stand. Wenn es um übergreifende Fragen und Prozesse geht, entscheiden wir gemeinsam.

CVD: Was ist der schönste Moment bisher, der Ihnen in Erinnerung geblieben ist.

Kindsgrab: Einen einzelnen Moment herauszustellen ist fast unmöglich. Jeden Tag erlebe ich aufs Neue schöne, berührende und lustige Momente. Ich finde es zum Beispiel schön, mit Mitarbeitenden und Bewohner:innen zu scherzen und gemeinsam zu lachen. Ein schöner Moment kann jedoch auch darin bestehen, jemandem helfen zu können.

CVD: Vielen Dank für die interessanten Einblicke in Ihre Arbeit, Frau Kindsgrab! Wir wünschen Ihnen weiterhin viel Freude und besondere Augenblicke mit den Senior:innen und Mitarbeitenden.





Nah dran

Leben im Caritas-Altenzentrum Herz-Jesu

Wie ist das Leben im Caritas-Altenzentrum Herz-Jesu?

Pauline Gottschlich

Frau Burghaus ist 89 Jahre alt und vor zwei Monaten in das Caritas-Altenzentrum Herz-Jesu eingezogen. Sie berichtet mir über ihr neues Leben und wie es ihr gefällt.

Ein Hauch von süßem Duft zieht durch die Flure vom Caritas-Altenzentrum Herz-Jesu, und es ist sofort klar: Es ist Waffeltag. Frau Burghaus, die seit zwei Monaten hier lebt, isst die Waffel an diesem Tag in ihrem Zimmer. Sie teilt sich ein helles, geräumiges Doppelzimmer mit einer anderen Bewohnerin, aber das stört sie nicht im geringsten. „Ich habe einen tiefen Schlaf“, erzählt sie mit einem Lachen. „Vor einigen Jahren bin ich sogar beim Zahnarzt eingeschlafen!“

Ihr Zimmer ist mit hellen braunen Möbeln eingerichtet, und sie hat ihren eigenen elektrischen Sessel mitgebracht, in dem sie es sich gerne gemütlich macht. Gleich bei ihrem Einzug hat sie sich sehr wohl gefühlt und so ist es immer noch. „Als ich ankam, wurde ich empfangen wie ein Filmstar“, schwärmt sie. „Alles ist so sauber, und die Pfleger:innen sind unglaublich liebevoll.“

Frau Burghaus ist eine Langschläferin, und ihr Tag beginnt oft erst gegen halb 9, wenn die Pfleger:innen kommen, um ihr bei den ersten

Vorbereitungen zu helfen. Doch danach kann sie in ihrem eigenen Rhythmus den Tag beginnen und gestalten. „Das gefällt mir sehr gut“, betont sie. „Ich kann den Tag entspannt angehen lassen.“

Obwohl es bereits um 9 Uhr Kaffee gibt, bleibt sie oft noch im Bett und steht erst kurz vorher auf. Seit sie hier lebt, hat sich vieles geändert. „Ich mochte vorher Dinge wie ‚Himmel und Äd‘ nicht“, erzählt sie begeistert. „Aber hier ist es so lecker, besonders die Blutwurst!“

Am Nachmittag geht Frau Burghaus gerne eine Stunde spazieren und lässt den Tag gemütlich ausklingen, manchmal mit einem halben Glas gekühltem Bier.

Sie lacht viel und strahlt Lebensfreude aus. Obwohl sie den Tag zuvor gefallen war und sich das Handgelenk geprellt hat, lässt sie sich davon nicht beirren und ihre positive Haltung nicht nehmen. Frau Burghaus ist eine wahre Optimistin. „Ich lasse mich nicht unterkriegen und freue mich auf die weiteren schönen Erfahrungen, die ich hier machen werde“, sagt sie mit einem breiten Lächeln.



Nah dran

Leben
im Caritas-Altenzentrum Herz-Jesu

Bewohnerinnen berichten von ihren schönsten Momenten



Frau Neugebauer, Heimbeiratsvorsitzende

„Ich fühle mich hier seit Beginn an vollkommen zuhause. Die freundliche Atmosphäre und das Zugehörigkeitsgefühl ist es, was Heimat für mich ausmacht. Das zahlreiche Angebot an Aktivitäten wie Kegeln oder Gedächtnistraining gefällt mir sehr gut und ich finde es schön, eine Kapelle im Haus zu haben, die ich regelmäßig besuche. Die Pflegerinnen und Pfleger geben sich immer viel Mühe, auf unsere einzelnen Bedürfnisse einzugehen.“



Frau Büren-Gall, Mitglied im Heimbeirat

„Ich habe mich direkt gut aufgenommen gefühlt und verbringe meine Zeit gerne im Garten. Am meisten gefallen mir die Feste, die wir hier gemeinsam feiern. Unsere Weihnachtsfeier oder auch Silvester mit eigenem Feuerwerk mag ich besonders gerne.“

Frau Miltzner, Bewohnerin

„Mir gefällt besonders gut, dass immer irgendetwas los ist. Es gibt sehr viele Aktivitäten, die angeboten werden. Besonders gerne gehe ich zum Bingo oder zum Kraft & Balance Training. Seit ich hier wohne, bin ich wieder viel selbstständiger, als ich es zuvor war. Das ist möglich durch die vielen Hilfsmittel, die ich hier zur Verfügung habe.“



Frau Grüten, Ehrenamtlerin

„Ich bin bereits seit 10 Jahren als Ehrenamtlerin im Herz Jesu aktiv und komme immer sehr gerne. Es gibt zahlreiche Veranstaltungen und Feste werden immer groß gefeiert. Kaum ist der Weihnachtsbaum weg, hängen schon die Luftschlangen. Das Pflegepersonal ist sehr einfühlsam und nett. Ich kann mir gut vorstellen, später einmal auch hierher zu ziehen.“





Events

Karneval
im Caritas-Altenzentrum St. Martin





Events

Karneval im Caritas-Altenzentrum Herz-Jesu

Caritas-Altenzentrum Herz-Jesu

Traditionell lieferten die Närrischen Schmetterlinge ein Karnevalsprogramm, das Bewohner:innen, Mitarbeitende und Angehörige begeisterte.

Von Tanzeinlagen inklusive Spagat über Pyramiden und Gesangseinlagen war für die Bewohner:innen aus dem Herz-Jesu alles mit dabei.

Das diesjährige Prinzenpaar Prinz Uwe und Venetia Melanie besuchten das Herz-Jesu am 27.01.2024, kurz nachdem sie auf der großen Anti-AFD Demo eine Rede gehalten haben.

Venetia Melanie verbindet mehr mit dem Herz-Jesu als nur ein Karnevalsbesuch, da sie bereits mit Bewohner:innen der Einrichtung gebacken hat.

Die Jugend der Närrischen Schmetterlinge bezauberte die Bewohner mit den Tanzeinlagen und bei leckeren Mettbrötchen und Frikadellen sowie süßen Berlinern wurde gemeinsam geschunkelt und gejubelt. An Altweiber tanzten sich die KG Schlossturmgarde in die Herzen der Bewohner und Besucher des Herz-Jesu Altenzentrum. Das Tanzmariechen besuchte auch die Bewohner:innen aus dem Wohnbereich St. Elisabeth, da aufgrund der Instandsetzung des Aufzugs nicht alle Bewohner:innen im Restaurant teilnehmen konnten.

Karneval 2024 im Herz-Jesu – ein dreifaches Düsseldorf Helau!

*Katrin Kindsgrab,
Einrichtungsleiterin CAZ Herz-Jesu*





Events

Karneval
im Caritas-Altenzentrum Herz-Jesu





Events

Karneval im Caritas-Altenzentrum St. Hildegard



Angefangen vom Veranstaltungsplakat über die hauseigenen Karnevalsorden bis zur närrischen Kopfbedeckung im Düsseldorfer Süden wird Wert auf Handarbeit gelegt!

Caritas-Altenzentrum St. Hildegard

Eine rundum gelungene und ausgelassene Karnevalssitzung war der Lohn, den sich die Ehrenamtlichen mit ihrem Einsatz mehr als verdient hatten. Ganz vorne die „Sitzungspräsidenten“ und in Personalunion Heimbeiratsvorsitzende Katharina Resch mit Ihrem Adjutanten „Marienkäfer Ockel“. Souverän führte sie durch den Nachmittag und hatte in enger Abstimmung mit dem Profi-Musiker Coppes immer den richtigen Riecher für das passende Lied und launige Witze zur rechten Zeit. Mit Frau Krahe kam Lokalkolorit dank eines Mundartvortrags ins Programm. Die Gruppe der kfd trug neben abwechslungsreichen, schwungvollen Musik-Parodien auch mit tatkräftiger Unterstützung im Service für die Gästeschar wieder enorm zum Gelingen bei. Einer der vielen Höhepunkte stand mit dem Tonnenbauernpaar der Niederkasseler Tonnengarde zum Ende der Veranstaltung ins bunt geschmückte Haus: Tonnenbauer Mark Bügers und Tonnenbäuerin Emily Becker. Ein überaus sympathisches und gesangsstarkes Duo, welchem man die Freude ansah, die es ihm machte, getreu ihrem Motto „Wir verbinden“ eine Verbindung zwischen Jung und Alt im närrischen Treiben zu schaffen! Helau!!

*Lioba Gamm,
Einrichtungsleiterin CAZ St. Hildegard*



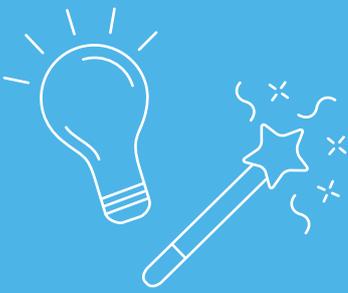
Events

Karneval
im Caritas-Altenzentrum St. Hildegard



Selbst erdacht – Selbst gemacht – selbst gelacht!





Wussten Sie schon?



Wenn die Tage wieder länger und wärmer werden, wissen wir, der Frühling kommt. Mit der Sonne kehren auch allerlei Insekten zurück in unsere Beete und Gärten. Diese interessanten Fakten wussten Sie bestimmt noch nicht über Ihre altbekannten Nachbarn.

Wissenswertes und Interessantes über Insekten

1. Weltweit gibt es rund 1,8 Millionen Arten von Lebewesen. Rund die Hälfte davon sind Insekten.
2. Einer der bekanntesten Tagfalter, der Zitronenfalter, übersteht den Winter dank eines natürlichen Frostschutzmittels in seinem Blut. Dieses heißt Glycerin. Ähnlich ist es bei den Marienkäfern.
3. Wichtige Nährstoffe wie Stickstoff oder Phosphor werden durch Insekten und Insektenlarven im Boden gespeichert. Würden diese Nährstoffe nicht im Boden gespeichert werden, würden sie ins Grundwasser gelangen und könnten es verschmutzen. Die Speicherung ist jedoch nur möglich, wenn nicht zu viel Stickstoff auf die Felder gelangt und die biologische Vielfalt in den Böden erhalten bleibt.
4. Ein Drittel aller Insektenarten ist heute vom Aussterben bedroht. Der wichtigste Grund für den Rückgang ist neben Umweltbelastungen wie Pestiziden (weltweit ist die Menge der eingesetzten Pestizide seit 1950 um das Fünzigfache gestiegen) und Dünger die Veränderung des ursprünglichen Lebensraums durch den Menschen.
5. Biene ist nicht gleich Biene. Es gibt weltweit etwa 20.000 verschiedene Bienenarten. Aber nur sieben von ihnen sind für die Honigproduktion von Bedeutung.
6. Auf ökologisch bewirtschafteten Flächen leben mehr Insekten als auf konventionellen. Knapp ein Viertel mehr Blütenbesucher, 30 Prozent mehr Bienen und 18 Prozent mehr Tagfalter. Kaum überraschend: Für Insekten nützliche Pflanzenarten sind zu mehr als 300 Prozent häufiger auf Bio-Äckern.





Bastelkiste

Schon mal ausprobiert?

Papierblumen

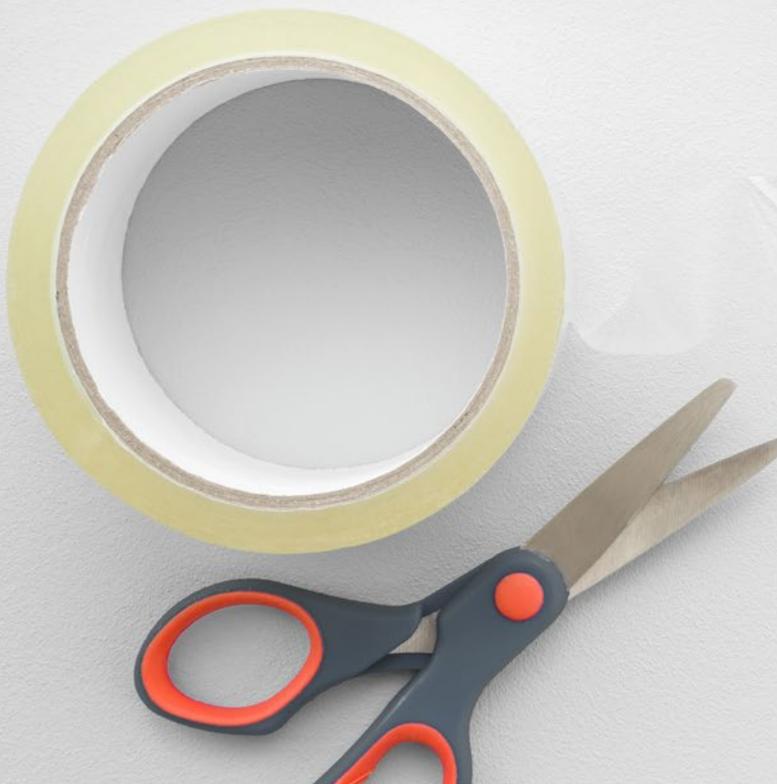
Schwierigkeitsgrad: einfach

Materialien (für eine Blume):

- Zwei Muffinförmchen aus Papier
- Schaschlik Spieß
- Grünes Krepppapier
- Bunte Filzstifte
- Schere
- Flüssigkleber
- Durchsichtiges Klebeband

1. Der Rand der beiden Muffinförmchen wird etwa einen halben Zentimeter wellenförmig abgeschnitten.
2. Stülpen Sie die Muffinförmchen etwas von außen nach innen.
3. In eines der Förmchen wird anschließend mit den Filzstiften ein Blumenstempel in die Mitte gemalt.
4. Kleben Sie das bemalte Förmchen nun mit Flüssigkleber in das unbemalte.
5. Der Schaschlik Spieß wird nun mit dem grünen Krepppapier umwickelt und an beiden Enden mit einem Streifen durchsichtigem Klebeband festgeklebt.
6. Der Stab wird mithilfe eines weiteren Streifen Klebebands an der Rückseite der Blume befestigt.

**Fertig ist Ihre
neue Frühlingsdekoration**





Rezept

Ostereier mit natürlichen Zutaten färben

Materialien

- hartgekochte oder ausgeblasene Eier
- ein alter Topf
- Löffel/Schöpfkelle
- ca. 3 Tassen frische Substanzen oder 30 g Färbepulver
- Wattestäbchen
- Zitronensäure/Essig

Zutaten für die Farbstoffe

- Rot: Rote Beete oder rote Speisewurzeln
- Gelb: Kurkuma und Kamilleblüten
- Grün: Spinat oder Brennnesseln
- Braun: Schwarzer Tee, Kaffee oder Zwiebelschalen
- Blau und Lila: Heidelbeeren, Fliederbeeren oder Rotkohlblätter

Tipp: Die Farben gibt es auch als Pulver in der Apotheke zu kaufen.

Zubereitung

1. Die gewünschten Zutaten für die Farbstoffe werden mit einem Liter Wasser zu einem so genannten Sud aufgekocht. Nach dem Aufkochen eine Viertelstunde darin ziehen lassen.
2. Wenn der Sud fertig ist, werden die Pflanzenteile herausgesiebt.
3. Nun können die Eier gefärbt werden. Dazu werden die Eier in den Sud gelegt. Je länger sie dort liegen bleiben, desto intensiver wird die Farbe.
4. Muster können anschließend mit Essig oder Zitronensäure hinzugefügt werden. Dazu wird ein Wattestäbchen in den Essig oder die Zitronensäure getaucht, um anschließend kleine Punkte oder Striche auf den Eiern zu verteilen.
5. Fertig sind die Ostereier oder die neue Osterdekoration.





Gedicht

Er ist's

Frühling lässt sein blaues Band
Wieder flattern durch die Lüfte;
Süße, wohlbekannte Düfte
Streifen ahnungsvoll das Land.

Veilchen träumen schon,
Wollen balde kommen –
Horch, von fern ein leiser Harfenton!
Frühling, ja du bist's!
Dich hab ich vernommen!

Eduard Mörike (1804–1875)

Impressum

Bis zum nächsten Mal!

Herausgeber

Caritasverband Düsseldorf e.V.
Hubertusstraße 5, 40219 Düsseldorf
Telefon: 0211 1602-0
E-Mail: info@caritas-duesseldorf.de

V. i. S. d. P.

Vorstandsvorsitzende Anna Gockel-Gerber
Stellvertretender Vorstandsvorsitzender Thomas Salmen

Redaktion

Wera Steffens
Jasmina Weber
Pauline Gottschlich
Vlada Brelenko

Konzeption, Gestaltung und Realisation

margo Kommunikationsdesign, Münster

Stand

März 2024

Bildnachweise

Alle Bildrechte liegen beim Caritasverband Düsseldorf e.V., außer

- S. 1: ©iStock.com/shironosov
- S. 2: ©iStock.com/shironosov
- S. 4: ©iStock.com/Anna Semenchenko
- S. 12 Blumen: ©iStock.com/winyuu;
- S. 12 Ameisen ©iStock.com/©Mironov Konstantin
- S. 12 Schmetterling ©Petr Ganaj – pexels
- S. 13 oben: S. 2: © shironosov – stock.adobe.com
- S. 13 unten: S. 2: ©iStock.com/FotoDuets
- S. 14: ©Leeloo The First – pexels

Anregungen

Hinweis für Anregungen

Liebe Leser:innen,

wir hoffen, dass wir Sie mit dieser Ausgabe der digitalen Heimzeitung „**PflegeHautnah**“ begeistern konnten.

Wir würden uns sehr freuen, wenn Sie uns Ihre Gedanken und Anregungen mitteilen, um die Heimzeitung interessant und informativ für Sie, unsere Leserinnen und Leser, zu gestalten.

Was hat Sie schon immer brennend interessiert? Welche Themenbereiche fehlen Ihnen noch oder würden Sie sich ausführlicher behandelt wünschen?

Wir freuen uns auf Ihre Anregungen!

Pauline Gottschlich



Kontakt

Jasmina Weber

Sekretariat Referat Pflege

Jasmina.Weber@caritas-duesseldorf.de