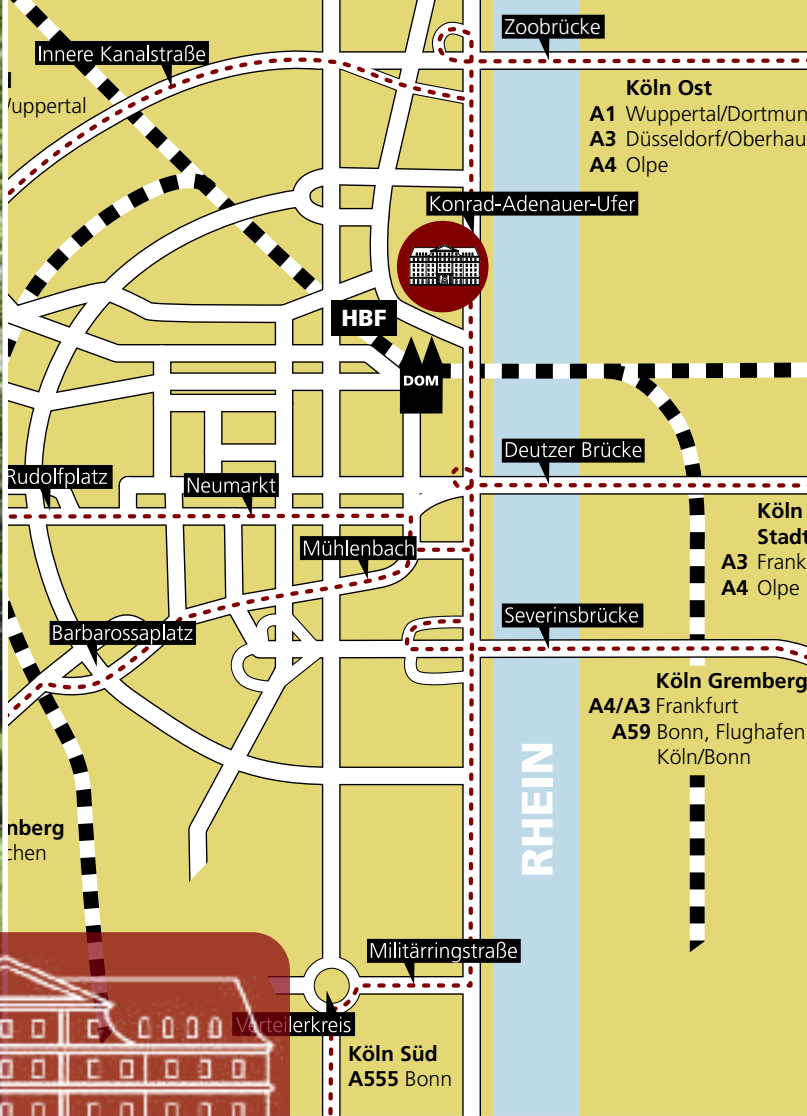




RHEIN



PANORAMA





Inhalt

■ Titelthema

- 3 Mitarbeiter, das „Kapital“ des St. Vincenz-Hauses
- 3 Bewohnermeinung
- 4 „Wohlbefinden“ ist so eine Sache ...
- 6 Mitarbeiter und ihre Angebote ...
- 9 Die Suche nach Glück ...
Meditation!?

■ Vincenz-Haus intern

- 14 Ein Nachbar kam zu Besuch
- 15 Die Bibliothek
- 16 Der Sammler
- 18 Kurz notiert ...

■ Persönliches

- 23 Wir gratulieren zum Geburtstag!

■ Hausinformationen

- 24 Service
- 25 Glauben
- 25 Kultur
- 26 Aktivitäten
- 27 Kulinarisches

Impressum

Herausgeber:
Stiftung St. Vincenz-Haus
Betriebsgesellschaft mbH
Konrad-Adenauer-Ufer 55
50668 Köln – Kunibertsviertel –
Telefon: 0221 1639-0
www.vincenz-haus.de
info@vincenz-haus.de

Redaktion:

Thomas Pinkawa, Agnes Dean,
Doris Krieger-Müller

Gestaltung:

Doris Krieger-Müller

Titelbild:

© Was das St. Vincenz-Haus ausmacht

Fotos Titelseite:

Hans-Josef Hessel
Josef Trost

Grafik Lageplan:
Ursula Stengle

Fotos:
Agnes Dean

Mitarbeiter, das „Kapital“ des St. Vincenz-Hauses

Doris Krieger-Müller



Nach Zeiten der bedarfsgerechten Modernisierung und Verschönerung des St. Vincenz-Hauses möchten wir neben den Bewohnern über ein weiteres wichtiges „Gut“ des St. Vincenz-Hauses berichten: nämlich Mitarbeiter.

„Mitarbeiter sind das wichtigste Kapital im Unternehmen“, war in einer Fachzeitschrift zu lesen. Das Wort Kapital steht hier nicht für viel Geld, sondern für „viel wert“ und „Reichtum“, reich an Wissen, gepaart mit sozialer Kompetenz. Was wäre also so ein schönes Haus wie das St. Vincenz-Haus ohne seine Mitarbeiter!? Von ihrem Wissen, ihrer Arbeit und ihrem authentisch-freundlichen Auftreten hängt das Wohl der Bewohner wie auch der Kollegen und damit der Atmosphäre der Einrichtung ab. Einer alleine kann, etwas flapsig gesagt, den „Laden“ nicht schmeißen. Jede Tätigkeit ist auf die Tätigkeit eines anderen angewiesen, davon ist keine Berufsgruppe, aber auch keine Abteilung ausgeschlossen.

Alles basiert auf Geben und Nehmen

Umgekehrt ist das St. Vincenz-Haus für die Mitarbeiter „das Kapital“, „das Gut“, von dem sie profitieren. Dafür, dass die Mitarbeiter für die Bewohner und damit zur Erfüllung des Leitbilds des St. Vincenz-Haus, da sind, erhalten die Mitarbeiter vom St. Vincenz-Haus natürlich auch etwas zurück. Nicht nur tarifgerechte Bezahlung, um nur ein Beispiel zu nennen, sorgt für den Lebensunterhalt und die Lebensqualität der Mitarbeiter. Wer an diesem gegenseitigen Wechselspiel von Geben und Nehmen teilnimmt, kann sich im sozialen Netzwerk des St. Vincenz-Hauses gut aufgehoben fühlen. Mit Geben und Nehmen ist allerdings nicht gemeint, darauf zu warten, bis mir einer etwas gibt oder sich einfach etwas nimmt. Es gibt da auch eine Hol- und Bringschuld.

Leitbild

Das St. Vincenz-Haus

- *unterstützt ältere, auch hilfsbedürftige Menschen, ihr Leben nach ihren Bedürfnissen zu verwirklichen. Dabei steht im Mittelpunkt aller Bemühungen die ganzheitliche Betreuung auf der Grundlage des christlichen Menschenbildes;*
- *ist ein gemeinnütziger Wirtschaftsbetrieb, dessen langfristige Existenz nur durch effizientes sowie angemessenes preis- und kostenbewusstes Handeln sichergestellt werden kann;*
- *bietet seine Dienstleistungen qualitätsbewusst an. Qualitätsentwicklung und -sicherung sind Grundlage der Arbeit;*
- *sieht Bewohner und die legitimiert für den Bewohner handelnden Personen als Kunden.*

Wen es interessiert

In der Wirtschaftswissenschaft nennt man die Mitarbeiter „Humankapital“ und meint damit die Personengebundenen Wissensbestandteile in den Köpfen der Mitarbeiter“, kurz Know-how. Man glaubt es kaum, im Redaktionsgespräch konnten wir über 20 Berufsgruppen im St. Vincenz-Haus ausmachen. Wir waren selbst überrascht, dass es so viele sind. ■

Bewohnermeinung

Im Gespräch mit der Bewohnerin Elfriede Schmidt und dem Bewohner Theodor Beuren zum Thema Mitarbeiter ...

Wir sind gespannt! ➔

Frau Schmidt, welche Eigenschaften besitzt in Ihren Augen ein guter Mitarbeiter?

Mitarbeiter sollten Freundlichkeit, Herzlichkeit und Ehrlichkeit ausstrahlen. Sie sollten stets bemüht sein, Kunden zur Zufriedenheit zu bedienen, sich nicht auf Diskussionen einzulassen, selbst wenn der Kunde im Unrecht ist, und nie laut werden. Sie sollten so überzeugend sein, als arbeiteten sie für ihr eigenes Unternehmen. Sie sollten mit Liebe und Humor dem Alltag begegnen.

Welchen Stellenwert haben für Sie die Mitarbeiter im St. Vincenz-Haus?

Schon beim Betreten des St. Vincenz-Hauses spüre ich die gute Atmosphäre, die hier herrscht. Herr Weiß an der Rezeption ist unermüdlich beschäftigt, nichts ist ihm zu viel, immer freundlich gibt er jedem Auskunft. Dieser Freundlichkeit begegne ich bei jedem Mitarbeiter, einfach überall. Egal, wohin ich schaue: strahlende Gesichter. Fragen werden lächelnd beantwortet, Bestellungen ohne zu murren sofort erledigt. Stehe ich irgendwo hilflos und weiß nicht wohin ich mich wenden soll, ist sofort eine hilfreiche Person zur Stelle. Ich habe das Gefühl, jeder Einzelne ist bemüht, den Bewohnern den Aufenthalt so angenehm wie möglich zu gestalten. Dabei spielt es keine Rolle, aus welchem Bereich die Mitarbeiter kommen, ob aus dem Service, der Haustechnik, dem Reinigungsteam oder aus der Verwaltung. Alle vermitteln den Eindruck, dass sie nicht nur den Bewohnern helfen wollen,

sondern sich auch gegenseitig achten und schätzen. Sie sind es, die alle zusammen die gute Atmosphäre des Hauses prägen. ■

Herr Beuren, welche Eigenschaften besitzt in Ihren Augen ein guter Mitarbeiter?

Charakterlich positive Eigenschaften, die ein jeder Mensch im Allgemeinen haben sollte, ob er Mitarbeiter in einem Unternehmen ist oder nicht, sind für mich Freundlichkeit, Zuverlässigkeit, Fleiß, Pünktlichkeit, Ordnungssinn, Hilfsbereitschaft, Kollegialität, ein guter Umgangston, Belastbarkeit, Loyalität, Kreativität, Einfühlungsvermögen ... Aber es ist auch klar, dass ein einzelner Mensch nicht alle diese Eigenschaften besitzen kann!

Welchen Stellenwert haben für Sie die Mitarbeiter im St. Vincenz-Haus?

Für die Mitarbeiter als Dienstleister dieses Hauses gelten meines Erachtens strenge Maßstäbe und besondere Kriterien.

Für das Funktionieren des gesamten Umfeldes und das Wohlbefinden der Bewohner genießen die Mitarbeiter höchste Priorität, ob Management, kaufmännisch-technische Mitarbeiter, Pflegepersonal, Küchenkräfte, Aushilfen oder alle anderen gleichermaßen. In der Werteskala folgen danach: Wohnqualität, soziale Einrichtungen/Angebote, Veranstaltungsangebote, Speisenqualität, Bildungs- und Unterhaltungsangebote, Umweltbewusstsein, Information u. a. m. ■

Herzlichen Dank für Ihre Meinung!

„Wohlbefinden“ ist so eine Sache ...

Gedanken einer Mitarbeiterin

Beim Thema „Mitarbeiter als ‚Kapital‘ des St. Vincenz-Hauses“ und zu den vorherigen Ausführungen denke ich zunächst einmal: Ein Lob, von dem angenommen werden darf, dass es ehrlich gemeint ist, hört man gern, ob im privaten Kreis oder im Beruf. Lob ist oft körperlich in wunderbarer Weise spürbar: Es belebt, es

wärmt, es berührt und öffnet das Herz und wirkt manchmal regelrecht „beflügelnd“. Und bei begeisterten Ausrufen wie „Sie sind ein Goldstück!“ oder gar „Sie sind ein Engel!“ (in „Sternstunden“ der Arbeit manchmal zu hören) mag der auf diese Weise Gelobte kurzzeitig versucht sein, „abzuheben“.

Wertschätzende Worte, aber auch andere positive Rückmeldungen, etwa ein freundliches Lächeln, sind zweifellos von großer Bedeutung in der Kommunikation von Mitarbeitern mit ihren „Kunden“. Ob etwas „gut läuft“ oder „nicht klappt“, ob unser Gegenüber zufrieden ist, ob sich jemand wohl oder unbehaglich fühlt – oder gar bedrückt, traurig oder verärgert ist: Das versuchen auch wir Mitarbeiter natürlich am Ausdrucksverhalten – Sprache und Körpersprache – abzulesen.

Die persönlichen Äußerungen und Rückmeldungen unserer Bewohner wie auch deren Angehöriger



und anderer Bezugspersonen sind uns wichtig. Sie bilden für uns Mitarbeiter eine bedeutsame Richtschnur unseres Planens und Handelns; denn wir möchten, dass sich unsere Bewohner wohlfühlen. – Mit dem „Wohlbefinden“ ist es natürlich so eine Sache: Es ist ähnlich wie mit dem Wetter, es wechselt immer wieder mal. Kein Mensch ist zu jeder Zeit gleich gut gelaunt, zufrieden oder gar „glücklich“. Manchmal sind es kleine Dinge oder Erlebnisse im Alltag, die einem „nicht passen“, die sich dann bald schon wieder in Wohlgefallen auflösen; oder auch Gegebenheiten, mit denen man leben kann.

Manchmal aber drohen Kummer, Sorgen oder Ängste den Alltag zu bestimmen und keinen Platz mehr für Angenehmes und Erfreuliches zu lassen. In eine solche Situation kann jeder Mensch geraten – keiner ist davor gefeit – und viele Menschen haben etliche Krisen in ihrem Leben gemeistert, manche davon ganz allein. Doch wirklich allein soll und braucht sich bei uns niemand zu fühlen. Unsere Mitarbeiter sind für Sie da. Lassen Sie uns wissen, wenn wir etwas für Sie tun können! Sprechen Sie uns an! Und auch dann, wenn es dem einzelnen Mitarbeiter nicht möglich sein sollte, sofort näher auf Sie einzugehen, lassen sich Probleme zu einem

etwas späteren Zeitpunkt und unter vier Augen doch in der Regel gut besprechen. Oft ergeben sich schon während des Gesprächs „Lichtblicke“ und Möglichkeiten, die Lage zum Positiven zu verändern.

Unsere Mitarbeiter vom Sozialen Dienst können Sie entweder persönlich ansprechen oder über die Rezeption erreichen, die den Wunsch nach einem persönlichen Gespräch dann telefonisch an den Sozialen Dienst weiterleitet.

Gerade in einem so großen Haus wie dem unsrigen, in dem mehrere hundert Menschen leben und arbeiten, bedarf es einer gut funktionierenden Kommunikation zwischen allen Beteiligten. Als sehr hilfreich erlebe ich die in den letzten Jahren ausgebaute Vernetzung unserer Mitarbeiter: zum einen durch mobile Telefone, die „Handys“, mit denen wir Mitarbeiter uns untereinander verständigen können, an welchem Ort auch immer wir uns gerade befinden; zum andern durch den Einsatz und die Vernetzung von Computern, die einen unkomplizierten und schnellen Austausch von Informationen ermöglichen.

Zur Vermittlung, Auffrischung und Aktualisierung von Informationen, die die eigentlichen Arbeitsabläufe betreffen, werden unsere Mitarbeiter kontinuierlich hausintern geschult. Längere Fortbildungen finden in der Regel extern statt, etwa in der CARITAS-Akademie. Vermittelt werden z. B. Vorschriften bzw. Qualitätskriterien, die seitens des Gesetzgebers und des Medizinischen Dienstes der Krankenkassen an unser Haus (wie an alle Wohn- und Pflegeeinrichtungen für Senioren) gestellt werden.

In unseren Schulungen, aber auch Mitarbeiterbesprechungen wird mir immer wieder bewusst, wie viel von den Mitarbeitern bei ihrer täglichen Arbeit zu berücksichtigen ist – deutlich mehr als vor 20 Jahren, und empfinde großen Respekt vor der Leistung, die sie erbringen. ■

Ihre *Monika Kratz*

Dipl.-Psychologin,

Mitarbeiterin Sozialer Dienst

Mitarbeiter und ihre Angebote ...

Hauswirtschaft

- „Betreutes Wohnen“ Wäsche auf Wunsch reinigen und pflegen
- Nach individuellem Bewohnerbedarf das Bett beziehen
- Apartementreinigung
- Näharbeiten
- Wöchentlicher Blumenschmuck im Haus
- „Stationäres Wohnen“ mit Wäsche und Pflegeartikeln versorgen



Fotos: Pia Grab

Hauswirtschaftliche Servicekräfte der Stationären Pflege

- Versorgung von Leib und Seele, persönliche Ansprache, von der Hilfestellung beim Essenreichen bis hin zum Trostspenden
- Highlights schaffen durch ein Angebot von besonders kulinarischen Höhepunkten
- Fürsorge über den Teller hinaus, z. B. einen Blick für Essgewohnheiten und Tagesform des Einzelnen zu haben und darauf einzugehen
- Schulung und Umsetzung von Qualität/Hygiene



Mitarbeiter und ihre Angebote ...

Rezeption – mehr als nur Telefonzentrale

- Rezeption „rund um die Uhr“
- Ständige Notrufbereitschaft
- Reservierungsdienste
 - kulturelle Angebote,
 - buchen von Seniorenreisen
 - Hotelzimmer, Bahn- und Flugtickets
- Annahme von Aufträgen an die Haustechnik
- Annahme von Aufträgen an die Hauswirtschaft
- Koordination von Notrufen



Technik

Die wichtigsten Angebote/Aufgaben der Haustechnik:

- Technische Hilfestellung für unsere Bewohner, z. B. kleinere Reparaturen von Eigentum
- Beratung bei Neuanschaffungen (z. B. TV-Geräte) und Besorgung
- Instandhaltung und Wartung im Appartementbereich (Beleuchtung, Sanitär usw.)
- Vorbereitung von Veranstaltungen
- Fahrdienste (z. B. Einkaufsfahrten)
- Wartung und Instandhaltung der technischen Einrichtungen, wie z. B. Heizungs- und Lüftungsanlagen, Notrufsystem und elektrischer Anlagen.
- Pflege der Grünanlagen
... technische Hilfen werden über die Rezeption vermittelt.



Mitarbeiter und ihre Angebote ...

Hauseigene Küche

- saisonale Frischkost
- Verschiedene Diätkostformen, vegetarisches Essen
- Spezialitätenabende, -tage
- Dessernachmittag
- Geburtstagsfeier-Menü
- Verpflegung außer Haus
- Salatbuffet
- Grillen



„Man soll dem Leib etwas Gutes bieten, damit die Seele Lust hat, darin zu wohnen.“
(Winston Churchill)

Restaurant-Service

- Aufmerksame, freundliche Bedienung von Bewohnern und deren Gästen
- Tischservice
- Begrüßung neuer Bewohner im Restaurant, Vorstellen bei den Tischnachbarn
- Ausrichten von Bewohnerfeiern
- Mitgestaltung von Hausveranstaltungen
- Tischdekoration



Die Suche nach Glück ... Meditation!?

... wirklich nur ein Hauch von Exotik?

Wer kennt sie nicht, die Suche nach Sinn und Glück? ... vielleicht sind Sie überrascht oder auch nicht, dieses Thema in unserer Hauszeitschrift zu finden. Bei Meditation denkt man gerne an etwas Fernöstliches mit einem Hauch von Exotik und lässt dabei die abendländischen christlichen Wurzeln außer Acht.

Ins Thema einsteigen möchten wir mit einem Impuls von Pater Dr. Thomas Gertler SJ, verantwortlich für die Website www.update-seele.de, ein Projekt der Philosophisch-Theologischen Hochschule St. Georgen, Frankfurt am Main.

... aber es gibt noch mehr zum Thema; Was ist die Theorie ohne Praxis? Die das St. Vincenz-Haus betreuenden Seelsorger Pastor Frank Müller, Diakon Dr. Andreas Mittmann und Pastor Albert Hopmann haben sich bereit erklärt, uns zu erzählen, wie sie zu „Meditation“ stehen ... und hatten sogar einige Tipps in petto.

Viel Freude beim Lesen und ein paar Gedanken, die Sie für sich mitnehmen können, wünscht Ihnen das Redaktionsteam!

Was ist Meditation?

Zuerst ein Witz: „Zwei Frauen unterhalten sich: *Was macht denn eigentlich Ihr Sohn?* Ach, der macht jetzt in Meditation. *Was ist denn das?* Ja, das weiß ich auch nicht so genau. Auf jeden Fall besser als das dauernde Rumsitzen und Nichtstun.“

Jetzt sind hoffentlich nicht alle beleidigt, denen die tägliche Meditation sehr wichtig, ja heilig ist. Ich musste sehr lachen, als ich diesen Witz gehört habe. Und das dürfen auch alle, denen ihre Meditation die große Lebenshilfe ist. Denn ihnen kommt sicher bekannt vor, was der Witz erzählt: rumsitzen und nichts tun.

Viele wissen nicht, was Meditation (<http://de.wikipedia.org/wiki/Meditation>) ist, und

für alle die es von außen genau so aus: rumsitzen und nichts tun. Und das Wichtigste beim Meditieren ist auch tatsächlich das Sitzen und Nichtstun, nur ist es eben kein Rumsitzen, sondern ein ganz bewusstes Sitzen. Ein Sitzen mit Haltung. Und ein bewusstes Atmen. Und ein ruhig werden, bis zum ruhig werden auch der Gedanken und Gefühle. Ein Eintauchen in den Frieden. Danach sehnen sich viele. Aber das geschieht nicht sofort. Je unruhiger und je mehr unter ständiger Musik oder unter ständigem Medienkonsum ich lebe, je schwieriger ist es, tatsächlich erst einmal nur in die Stille und dann – noch eine ganze Weile später – in den Frieden zu kommen.

Meditieren hat etwas mit Sitzhaltung und Atem zu tun. Die beiden wichtigsten methodischen Hinweise sind dabei, dass ich erstens aufrecht sitze. Damit ist gemeint, dass normalerweise der menschliche Körper so gebaut ist, dass das Rückgrat in seinen einzelnen Wirbeln so aufeinander ruhen kann, dass ich keine Lehne brauche. Dass es sich in der natürlichen leichten S-Form gerade halten kann, und zwar über längere Zeit. Solange ich so aufgerichtet bleibe, ohne steif wie ein Stock zu sein, solange schlafe ich nicht ein. Ich schlafe dann ein, wenn ich zusammensinke. Und genauso wichtig ist das Zweite, nämlich das Atmen. Ich soll so gerade sitzen, dass auch mein Atem gut fließen kann, und zwar bis hinunter in den Bauch. Das muss ich spüren können. Also soll der Bauch nicht eingezwängt sein durch Kleidung oder Sitzhaltung. Die Knie sollen nicht höher als die Hüften sein, wie das leider bei den meisten Sesseln der Fall ist. Der Stuhl soll möglichst waagrecht sein, auf jeden Fall nicht nach hinten abkippen und mich gegen die Lehne drücken. Da hilft oft eine gefaltete Decke. Das sind meiner Meinung nach die wichtigsten methodischen Hinweise. Es muss nicht der

Lotussitz sein. Aber auch dieses einfache aufrechte Sitzen und Atmen bis in den Bauch hinein muss ich üben, üben, üben. Es geht nicht gleich. Aber es geht mit der Zeit. Und es geht immer leichter. Natürlich hilft es, wenn ich es mit anderen zusammen tue und auch mal Hinweise auf Körperhaltung und Atem bekomme. Ja, und dann? Ja, dann ist es schon wieder sehr, sehr verschieden, was Meditation ist, je nachdem, aus welcher Schule, aus welcher Religion sie kommt. Denn Meditation gibt es in allen Hochreligionen. Auch Methoden und Körperhaltungen können sehr verschieden sein. Aber die beiden Grundelemente: gerade Sitzen und Atmen, gehören wohl immer dazu.

Inhaltlich kann es sehr verschieden sein. Es reicht vom Meditieren einer Bibelstelle weiter bis zum bloßen inneren Aussprechen des Namens Jesu und hin zu einer reinen Gegenwart in Gott ohne Nachdenken auf christlicher Seite. Oder hin zur gegenstandslosen Leere in östlichen Religionen. Oder auch dorthin, worin Reiner Kunze Meditation sieht:

MEDITIEREN

Was das sei, tochter?

Gegen morgen

*Noch am schreibtisch sitzen,
am hosenbein*

Einen nachtfalter der

Schläft

Und keiner weiß vom anderen

(Aus: BRIEF MIT BLAUEM SIEGEL,
Leipzig: Reclam 1973, 59)

Und ich füge von mir aus hinzu: Und einer weiß von beiden. ■

Es grüßt Sie herzlich

Thomas Forke



Die klassische Schriftstelle für die Meditation und die kontemplative Lebensweise ist die folgende aus der Bibel von Maria und Marta. Oft wurde dabei die Kontemplation gegenüber der Aktion höher bewertet. Da muss man aber vorsichtig sein. Denn die Kontemplation soll auch in die Aktion münden. Wie sich die christliche Aktion aus der Meditation speisen soll, das ist wie Einatmen und Ausatmen, wie Ebbe und Flut zu denken.

Lk 10,38 Sie zogen zusammen weiter und er kam in ein Dorf. Eine Frau namens Marta nahm ihn freundlich auf.

39 Sie hatte eine Schwester, die Maria hieß. Maria setzte sich dem Herrn zu Füßen und hörte seinen Worten zu.

40 Marta aber war ganz davon in Anspruch genommen, für ihn zu sorgen. Sie kam zu ihm und sagte: „Herr, kümmerst es dich nicht, dass meine Schwester die ganze Arbeit mir allein überlässt? Sag ihr doch, sie soll mir helfen!“

41 Der Herr antwortete: „Marta, Marta, du machst dir viele Sorgen und Mühen.“

42 Aber nur eines ist notwendig. Maria hat das Bessere gewählt, das soll ihr nicht genommen werden.



Pfarrer Frank Müller

Seelsorger im Pfarrverband St. Agnes,
St. Kunibert, St. Ursula, St. Gertrud

Herr Pfarrer Müller, welche Bedeutung hat Meditation für Sie persönlich?

Das Wort „Meditation“ oder als Verb „meditieren“ kommt aus dem Lateinischen, da heißt „meditatio“ so viel wie „das Nachdenken über ...“ und das Verb „meditor“ bedeutet: „Ich bin bedacht“ und ist dem Altgriechischen „médomai“ entlehnt. „Meditatus“ meint demgemäß „sorgfältig“ und „achtsam“ überlegt.

Unser heutiger Sprachgebrauch betrachtet indes „Meditation“ weniger als Leistung des Denkens und des Intellekts als vielmehr ein „Inneres zur Ruhe kommen“ und dabei eine durchaus körperliche Selbstwahrnehmung zu vollziehen: Wie atme ich, wie spüre ich meinen Körper, nehme ich mich selbst wahr und ernst?

Wie finde ich zu einer innerlichen Mitte, aus der heraus ich meinen Alltag gestalten kann, eine Mitte, die auch meine „Körperlichkeit“ beachtet? Im lateinischen Wort „Meditatio“ scheint das anzuklingen, entspricht aber nicht der Wortherkunft aus dem Griechischen, da ist die Mitte „Mésos“.

Dennoch kann unser moderner Sprachgebrauch des Begriffs „Meditation“ beides vereinen. Um sorgfältige und achtsame Lebensgestaltung umzusetzen, bedarf es der Beachtung

der „Körperlichkeit“. Sie darf nicht vernachlässigt werden, sonst gelingt das „Ich bin bedacht“ nicht! Es gerät eher in die Gefahr des Scheiterns, weil nicht zur „inneren Mitte“ gefunden wird.

Wer den Körper nicht beachtet, pflegt auch nicht den Geist. Beide bilden eine Einheit, die sich wechselseitig bedingen; dafür kennt die biblische Sprache des Neuen Testaments einen griechischen Begriff, den des „Somas“. (Hier werden Körper und Geist in Einheit bedacht; in moderner medizinischer Sprache spiegelt sich das wider, wenn von psychosomatischen Erkrankungen die Rede ist.)

Welche Anregungen für das Meditieren möchten Sie gerne weitergeben?

Meditation heißt aus dem Grunde nicht, dass irgendwelche besonderen Anstrengungen unternommen werden müssen: ein extra Raum, eine besondere Körperhaltung, spezielle Musik im Hintergrund etc. Manchmal reicht sogar eine Minute des Atemholens, der Selbstwahrnehmung, des Abschaltens vom Denken, um den eigenen Körper zu entdecken und dann wieder zum entspannten Denken zu finden.

Ich persönlich kann dafür Wartezeiten an einer Ampel oder in einer Warteschlange nutzen; wo stehe ich, wie atme ich, was berühre ich, wie bewege ich mich, was ist mir schwer?

Dabei hole ich einmal ganz tief Luft, um mich einfach auf „den Augenblick“ zu sammeln. Es geht um kurze, aber hilfreiche Unterbrechungen von den Gedanken, was war und was kommt, um im „Jetzt“ zu sein.

Meditation bedeutet daher für mich, selbst kurze Momente zu nutzen, nicht an Vergangenes oder Zukünftiges zu denken, sondern mit Körper und Seele ganz gegenwärtig im „Jetzt“ zu sein. ■

Wer den Körper nicht beachtet,

wie bewege ich mich, was ist mir schwer?

Dabei hole ich ein-

mal ganz tief Luft, um mich einfach auf „den Augenblick“ zu sammeln. Es geht um kurze, aber hilfreiche Unterbrechungen von den Gedanken, was war und was kommt, um im „Jetzt“ zu sein.

Meditation bedeutet daher für mich, selbst kurze Momente zu nutzen, nicht an Vergangenes oder Zukünftiges zu denken, sondern mit Körper und Seele ganz gegenwärtig im „Jetzt“ zu sein. ■



Diakon Dr. Andreas Mittmann
Seelsorger in der ThomasChristusKirche

Evangelische Gemeinde Köln

Herr Dr. Mittmann, welche Bedeutung hat Meditation für Sie persönlich?

Mit Blick auf den einleitenden Impuls von Herrn Dr. Gertler schreibe ich Ihnen zunächst, dass ich nicht die von ihm beschriebene Methode einer passiven Stille- oder Ruhemeditation praktiziere. Vielmehr ermöglicht mir ruhiges Gehen in einer vertrauten Umgebung, meine Gedanken zu sammeln und sie auf ein Thema, eine Bibelstelle, einen Menschen oder eine Problematik zu lenken. Dabei sehe ich einen fließenden Übergang zwischen Nachdenken und Gebet. Hilfreich ist es für mich, wenn dies in schöner Natur geschieht, z. B. in den Bergen, auf einer Strandwanderung oder bei einem Spaziergang in meiner näheren Umgebung. Von Jugend an habe ich auf diese Weise manche Frage bedenken können und innerlich manche Weichenstellung im eigenen Leben vorgenommen. Regelmäßig schaffe ich mir zeitliche Freiräume, um in Gottes schöner Natur einen Predigttext oder eine seelsorgliche Situation zu bedenken.

Einen anderen meditativen Raum erschließt mir die Musik, besonders rein instrumentale Orgel- oder Orchesterwerke. Bei für mich passender

Umgebung und Ausrichtung kann auch die Musik es bewirken, dass sich meine Gedanken auf einzelne Fragestellungen oder Unerledigtes richten und dass sich so manches klärt oder beruhigt.

Sowohl aus eigener Erfahrung als auch von anderen Menschen, die auf ihre Weise meditieren, weiß ich von der wohltuenden, klärenden, beruhigenden und zugleich stärkenden Kraft der Meditation. Ich möchte sie daher sehr empfehlen.

Welche Anregungen für das Meditieren möchten Sie gerne weitergeben?

Auf welche Weise jemand die wohltuende Wirkung der Meditation erfahren kann, hängt meines Erachtens vom Naturell, von den körperlichen Möglichkeiten und den bisherigen Prägungen jedes einzelnen Menschen ab.

Ob es eine wohltuende regelmäßige Übung ist wie etwa das tägliche Lesen in der Bibel oder ob es eher spontan geschieht, wenn einem

„danach ist“: Jeder Mensch sollte in aller Freiheit die zu ihm passende Weise der Meditation

Eine zwanghafte, „lästige Pflicht“ sollte Meditation keinesfalls sein.

herausfinden. Eine zwanghafte, „lästige Pflicht“ sollte Meditation keinesfalls sein.

Als hilfreich erscheint mir dabei eine gewisse Offenheit und Neugier, andere als die eigenen Methoden kennenzulernen und sich hierdurch eventuell weiterzuentwickeln. ■





Pastor Albert Hopmann – Pfarrer in Ruhe – Ehrenamtlicher Seelsorger und Bewohner im St. Vincenz-Haus

Herr Pastor Hopmann, welche Bedeutung hat Meditation für Sie persönlich?

Meditation ist für mich eine wichtige Form des Betens und ergänzt die anderen Formen: das Sprechen bekannter Gebete allein oder gemeinsam, das liturgische Gebet, das Ableben von Textvorlagen. Es ist aber eine Alltagsform des Betens, die ich zu verschiedenen, unregelmäßigen Zeiten und an verschiedenen Orten übe.

Oftmals setze ich mich ruhig hin und überdenke meine Verhaltensweisen im priesterlichen Dienst und in der Kontaktnahme mit anderen Menschen; vielfach nehme ich mir Zeit für einen Abschnitt der Heiligen Schrift, und gern betrachte ich die bildreichen Verse eines Psalms, gern nehme ich auch einen Anstoß aus einem Sinngedicht entgegen, und sehr hilfreich sind für mich die Impulse aus dem „Laacher Messbuch“, das ich zur Vorbereitung auf die Messfeier aufschlage; und schließlich suche ich von Zeit zu Zeit den kirchlichen Raum auf, wo ich die innere, wohltuende Ruhe finde, um heilsamen Gedanken ohne jede inhaltliche Vorgabe nachzugehen, in mich hineinhöre, mich besinne und eben – meditiere.

Meditation ist für mich eine wichtige Form des Betens und

Welche Anregungen möchten Sie gerne weitergeben?

Meine ersten Erfahrungen mit Meditation gehen zurück auf die Zeit der Ausbildung im Seminar. Da wurde uns Seminaristen eine festgelegte Zeit für die Meditation vorgegeben. Aber dann fühlte ich oft nichts als eine Gedankenleere. Mir fehlte etwas, woran sich meine Gedanken halten konnten, damit sie sich nicht ganz verflüchtigen. Darum rate ich heute jedem, der meditieren will: Geben Sie Ihren Gedanken bei der Betrachtung ein Raster, ein Geländer, an dem es vorbeigeht. Bei der Einübung von Meditation innerhalb der Gemeinde habe ich damit gute Erfahrung gemacht, dass ich dazu anhielt, auf ein Bild zu schauen; und nach Möglichkeit gab ich jedem Einzelnen ein Bild in die Hand. Wer sich behutsam dem Bildinhalt nähert und sich auch emotional darin einfühlt, der wird durch das Geschaute neu beschenkt. Eine andere Art zu meditieren ist die Betrachtung vor dem Allerheiligsten, die stille Anbetung.

Angeschaut wird die sakramentale Brotsgestalt; da ist der Bezugspunkt für das Gespräch mit Gott. Umgekehrt lässt sich der Betende von Gott anschauen und von ihm ansprechen. Eine solche Meditation ist von geheimnisvoller Tiefe. – In Verbindung mit dem Patronatsfest wird am 27. September 2014 (9:00 Uhr – 16:00 Uhr), wieder ein Eucharistischer Anbetungstag sein. ■



Ein Nachbar kam zu Besuch

Kölner Oberbürgermeister Jürgen Roters zu Besuch im St. Vincenz-Haus

Am 9. Juli besuchte unser Stadtoberhaupt und Oberbürgermeister Jürgen Roters gemeinsam mit seinem Fachreferenten Frank Fricke das St. Vincenz-Haus. Herr Roters ist seit 2009 unser Oberbürgermeister und gewählt bis 2015. Neben seinem Amt als Oberbürgermeister und den damit verbundenen Tätigkeiten ist er Chef von ca. 17.000 Mitarbeitern der gesamten Stadtverwaltung, den Ordnungsämtern, den Bezirksverwaltungen mit ihren eigenen Bürgermeistern, der Verkehrsbetriebe und vielen anderen Betrieben zur Versorgung der Kölner Bevölkerung mit rund einer Million Einwohnern. Oberbürgermeister Jürgen Roters und sein Referent Frank Fricke waren der Einladung des Bewohnerbeirats gefolgt. Herzlichen Dank dafür!

Bei einem Vorgespräch mit der Geschäftsführung des St. Vincenz-Hauses und einem Rundgang durch das Haus staunte der Oberbürgermeister über die Größe der Anlage, aber auch über die Gestaltung unserer Gartenanlage. Zudem begeisterte ihn der Blick in die gezeigten Wohnungen und den Festsaal mit Blick auf den Rhein und den Rheinpark. Die Besichtigung der bewohnten Wohnanlagen mit dem Blick in den Garten, später auf dem Weg durch das stationäre Wohnen mit den schönen Kölner Wandbildern im Flur von Haus 2 und im Forum die Kölschen Fotos mit ihren Sprüchen, vermittelten ihm eine gelungene Gestaltung eines Seniorenhauses. Auch die Kapelle mit den kunstvollen Glasmalereien gefiel unserem Besucher.

Das anschließende gemeinsame Kaffeetrinken des Oberbürgermeisters mit allen interessierten Bewohnern empfanden alle Seiten, Oberbürgermeister Roters und Frank Fricke, vor allem aber unsere Bewohner wie auch unsere Geschäftsleitung und der Beirat als sehr gelungen. Die Fähigkeit des Oberbürgermeisters, von Tisch zu Tisch zugehen, zuzuhören, Fragen zu stellen und mit den Bewohnern in Kontakt zu treten, war für mich und wahrscheinlich auch für viele sehr imponierend.

Es war in allem ein gelungener Besuch. Ihm schienen unser Haus und die Atmosphäre zu gefallen, und für uns war es das Erlebnis, ihn als Oberbürgermeister authentisch erleben zu können.

Allen Bewohnern, die uns durch ihre Anwesenheit bei der Begrüßung des Oberbürgermeisters und dem anschließenden gemeinsamen Kaffeetrinken unterstützt haben, unseren Dank! ■

Für den Bewohnerbeirat
Hartmut Hedrich



Ein Bürgermeister zum Anfassen.

V. links n. rechts: Albert Hopmann, Jürgen Roters und Anita Knublauch.

Foto: Hartmut Hedrich

Die Bibliothek

Hannelie Schmitt

Etwa in der Mitte aller Gebäude, die das St. Vincenz-Haus bilden, befindet sich die Bibliothek. Ein offener, einsehbarer Raum, da zwei Seiten aus Glaswänden bestehen, schön ausgestattet und einladend, wie es vor etwa 30 Jahren bei ihrer Einrichtung auch gedacht war. Nicht nur für Bücherfreunde, sondern einladend auch zu einer Unterhaltung über alles Mögliche, Erfahrungen, Erlebnisse oder Gott und die Welt, auch bei einer Tasse Kaffee. Einmal in der Woche, donnerstags sehen Vorbeigehende dort ein oder zwei Damen, auch schon reiferen Alters, die Bücher sortieren, einräumen und auch gerne welche ausleihen würden.

Diese Damen gehören einem InnerWheelClub an und sind weibliche Angehörige von Rotariern.

Rotarier sind weltweit organisiert in Rotary Clubs. Deren Zweck und Ziel sind das Kennenlernen und die Freundschaft zwischen Angehörigen verschiedener Berufe (früher nur Männer, heute sind auch Frauen Rotarierinnen), verantwortliches Handeln im beruflichen und privaten Bereich, Verständigung und Frieden unter den Völkern, gemeinnütziges Handeln für das Gemeinwohl. Rotarier in aller Welt leisten

persönliches und finanzielles Engagement für zahlreiche gemeinnützige Projekte.

Schon in den 20er-Jahren des vergangenen Jahrhunderts organisierten die weiblichen Angehörigen von Rotariern, da sie selbst den Clubs damals nicht angehören konnten, eigene



Service-Clubs mit ähnlichen Zielsetzungen. Sie nannten sich – in Anlehnung an das Rad als rotarisches Zeichen – „Inner Wheel“, also das innere Rad.

Als das St. Vincenz-Haus 1985 eingerichtet wurde, erkundigte sich die Präsidentin unseres Inner Wheel Clubs Köln bei der damaligen Leiterin Frau Fink, mit der sie bekannt war, ob wir im Rahmen unseres sozialen Engagements etwas für das Haus tun könnten. Es ergab sich, dass man gerne eine Bibliothek hätte, für deren Organisation und Betreuung aber weder Personal noch Mittel aufbringen könnte. Nur einen Raum und Regale könnte man zur Verfügung stellen. Also übernahm eine Gruppe von etwa zehn Damen unseres Clubs diese Aufgabe. Wir sammelten eine große Menge Bücher aus eigenen Beständen, legten eine Kartei an, einen ersten Bestandskatalog und richteten die damals noch schlichten Metallregale ein, unterteilt nach verschiedenen Bereichen: Belletristik, Biografien, Köln-Literatur, Humor, Reisen, Kunst, Religion, Kriminalromane, Märchen und anderes. Auch Großdruck-Bücher kamen im Laufe der Zeit dazu, ebenso Hörbücher und Kassetten. Zeitweise gab es auch ein Abonnement bei der Blindenbücherei.

Durch die Finanzspende einer Bewohnerin wurde es möglich, die alten Regale durch die schöne Holzausstattung zu ersetzen und dem Raum insgesamt ein wohnliches Ambiente zu verleihen, das vor Kurzem noch einmal umgestaltet wurde.

Wir sind immer noch etwa zehn Freundinnen, die jeweils am Donnerstag allein oder zu zweit in der Bibliothek arbeiten, wenn auch die „erste Garde“ inzwischen weitgehend ausgeschieden ist. Nachdem unsere Freundin Alice Leger seit einigen Jahren im Haus wohnt, steht auch immer ein Ansprechpartner für die Bibliothek zur Verfügung. Frau Leger hat aus eigenem Bestand auch Neuerscheinungen zur Verfügung gestellt, um das Repertoire unserer Altbestände zu erweitern. Da diese sich auf natürlich erklärbare Weise leider auch verringern, versuchen wir, die Verluste wieder auszugleichen. Für jeden Geschmack können wir etwas bieten, nehmen Anregungen gern entgegen, und über jeden Besuch freuen wir uns.

Na, sind Sie auf den Geschmack gekommen? Besuchen Sie unsere Bibliothek ...

Frau Alice Leger hat ein paar Literaturempfehlungen aktueller Schriftsteller für Sie zusammengestellt und der Bibliothek zur Verfügung gestellt.

- Sándor Márai
 - Die Glut
 - Himmel und Erde
- E.T.A. Hoffmann
 - Der goldne Topf
- Philippe Claudel
 - Die grauen Seelen
- Zsuzsa Bánk
 - Die hellen Tage
 - Der Schwimmer

Diese Bücher sind ab sofort auszuleihen. ■

Der Sammler

Jürgen Weiß

Sammlungen leben von Interessierten ... Herzlichen Dank für das große Interesse aller Bewohner des St. Vincenz-Hauses, die mich immer wieder neu motivieren, einen interessanten Zweig meiner Sammlung zu präsentieren!

„Warum ich sammle“, wurde ich oft gefragt ...

Der Gedanke zu sammeln fing im Alter von acht Jahren an, wo ich durch Zufall in einem Schrank meiner Eltern eine alte Chinavase fand. Diese faszinierte mich so, dass ich anfangs, kleine Altäre zu improvisieren, mich weiter informierte und das ein oder andere Geschenk die Sammlung ergänzte. Ich wollte dann Archäologe werden, da fremde Kulturen mich immer mehr interessierten. Durch die vielen Reisen, die ich machen durfte, kamen immer mehr Stücke dazu. Jedes hatte seine Geschichte und beim Betrachten und Anfassen der Exponate konnte



ich immer wieder einen kleinen inneren Film vor meinem geistigen Auge ablaufen lassen, und ich war wieder da, wo ich das Exponat erworben hatte. Es kam aber auch der Aspekt hinzu, in dieser schnelllebigen Welt etwas zu erhalten. Zu schauen, in welcher Kultur, Geschichte und Religion etwas in den Hintergrund getreten ist. Interessant ist die Geschichte des Sammelns im Allgemeinen. Der Beginn ist der des Nahrungserwerbs am Anfang der Menschheitsgeschichte durch Jäger und Sammler. Bis zum 17. Jahrhundert galt das Sammeln als Zeugnis von Gier und Protzerei. Mit der Zeit änderte sich diese Einstellung, und man kehrte das bloße Anhäufen in eine Ordnung um.

Die ersten Museen entstanden, Sammlungen wurden veröffentlicht. Was wir heute in Museen sehen, geht meist auf Privatsammlungen großer Herrscher zurück. Rom, der Vatikan, Venedig, die Klöster- und Kirchensammlungen sind einige Beispiele. Aber selbst einfache Menschen, wie zum Beispiel Goethe, er soll fast 25.000 Exponate zusammengetragen haben, sammeln.

Das Sammeln wird auch oft psychologisch betrachtet. Bei meiner Recherche waren Gründe für das Sammeln Besitz und Macht, Flucht vor dem Alltag, Angst vor sozialen Kontakten, Mangel an Bestätigung und Anerkennung, Ersatzbefriedigung unerfüllter sexueller Bedürfnisse, Angst vor Verlust durch Armut oder Krieg bedingt. Diese Art des Sammelns entwickelt sich oft in der Kindheitsphase und verstärkt sich im Alter. Besonders schwierig wird es, wenn Sammeln zu einem wahllosen Anhäufen von Gegenständen wird, wie Zeitungen, Papier, Müll. Man spricht da von einem Messie-Syndrom. Sammeln kann aber auch entspannend und kommunikativ sein. Der Austausch mit anderen Sammlern macht nicht nur Freude, sondern dient auch der Weiterbildung.

Für mich ist das Sammeln sehr entspannend, und ich sehe es als Möglichkeit der Weiterbildung und Erweiterung meines Horizontes. Wir leben in einer globalen Welt, in welcher alle Kulturen, Lebensformen und Religionen miteinander verknüpft sind. So finde ich, dass die Auseinandersetzung mit anderen Kulturkreisen zu einer positiven Entwicklung unserer Gesellschaft führen kann.

So hoffe ich, dass ich mit meinen Sammlungen und Ausstellungen einen kleinen Beitrag leisten und ihnen noch viel Freude an fremdem Exotischen bereiten kann. ■



Kurz notiert ...

von Agnes Dean

■ Die **Frühlingsfeste** fanden auch in diesem Jahr wieder eine positive Resonanz. Zahlreiche Bewohner waren gekommen und freuten sich bei Kaffee, Kuchen und anschließender Mai-bowle über diesen gelungenen Nachmittag.



■ Die **Tagestour** zur Landesgartenschau in Zülpich war ein weiteres Highlight. Farbige Blütenbänder empfingen uns bei strahlendem Sonnenschein. Drei Hauptschauplätze gab es zu genießen: den Park am Wallgraben mit der mittelalterlichen Landesburg, den Seepark am Zülpicher Wassersportsee und die historische Altstadt. Die Bereiche waren über die ehemaligen Römerstraßen miteinander verbunden. Der Park am Wallgraben stand ganz im Zeichen von Kultur und Natur. Beeindruckend die blühenden Obstwiesen und Gärten sowie die vielfältigen Themengärten. Es gab so viel Schönes zu sehen und der Tag verging viel zu schnell.



■ Der **Dessertnachmittag**, zu dem auch Interessenten für das St. Vincenz-Haus eingeladen waren, begeisterte ebenfalls. Es gab mehrere Führungen durch das Haus und am Informationsstand konnten viele Fragen geklärt werden. Die Desserts waren – wie auf den Bildern zu sehen – einfach köstlich!



■ Das **Konzert** mit dem Singkreis des St. Vincenz-Hauses unter der Leitung von Herrn Dr. Mittmann hatte den Titel „Ein Blütentraum“ und wurde mitgestaltet vom Flöten-Ensemble „Tibia Colonia“ unter der Leitung von Hedi Kuipers. Das Konzert, das von zahlreichen Bewohnern und Gästen besucht wurde, bot Flötenmusik von der Renaissance bis zur Romantik, Blumenlieder zum Mitsingen, Gemshornklänge, Gedichte von Mörike, Uhland und Hoffmann von Fallersleben sowie Vorträge des Singkreises mit einem Ausflug in das „Land der Operette“. Vielen Dank für dieses wunderbare Konzert!

■ Mitte Juni wurde ein **Geselliger Abend** bei Käse und Wein angeboten. Es war ein toller Abend bei vielen guten Gesprächen, es wurde viel gelacht, und ein Bewohner holte spontan seine Mundharmonika, auf der er viele bekannte Lieder spielte.



■ Anfang Juli gab es endlich einmal einen Sonntag: Kurz entschlossen organisierten wir ein kleines **Grillfest** im Garten für die Bewohner der Stationären Pflege. Es gab Grillwürste mit Kartoffelsalat – dazu ein köstliches Bier. Alle genossen diese Stunden sehr !



■ Eine neue Veranstaltung gibt es im Haus:

„Gemeinsam Zukunft gestalten“: So lautet ein Kooperationsprojekt vom Diözesan-Caritasverband für das Erzbistum Köln und vom Bund Katholischer Unternehmer (BKU). Sie unterstützen an diesem Projekt interessierte Unternehmen dabei, passende Handlungsfelder zu finden. So kam der Kontakt zu Herrn Schössler zustande, der alle 14 Tage im St. Vincenz-Haus ein Leseprojekt gestaltet. Vielen Dank für dieses Engagement, das ein Gewinn für alle ist. Lesen Sie nun aber selbst den Artikel von Herrn Schössler:

■ *Bunte Zeitgeschenke*

Ein neues Freizeitangebot beschert unseren Bewohnern seit Mitte Juni das ehrenamtliche Engagement von Herrn Christof Schössler. Der Mitarbeiter der großen Kölner Steuerberater-

und Rechtsanwaltskanzlei PMPG bietet seit Juni im zweiwöchigen Rhythmus für alle interessierten Bewohner von St. Vincenz ein buntes Vormittagsprogramm an. Ein Programm, das für alle Beteiligten möglichst vielfältig sein soll. „Es kann natürlich – so ist die grundsätzliche Idee – aus Vorlesevormittagen bestehen, aber auf Wunsch der Bewohner auch aus Filmvorführungen oder kurzweiligen Diavorträgen zu Reise-, Natur- und ausgewählten Heimatthemen“, erklärt der sozial engagierte Unternehmer. Zum Auftakt am 18. Juni organisierte Christof Schössler für die Bewohnerinnen einen spannenden Vorlese Morgen. Im Mittelpunkt stand dabei das international gefeierte Buch „1913 – Der Sommer des Jahrhunderts“. Eine spannende Konstruktion zahlreicher realer Geschehnisse im Jahr 1913 in Literatur, Kunst, Kultur und Politik – geschrieben in einer sehr ungewöhnlichen, aber ungewöhnlich unterhaltsamen Form. „Ich war sehr glücklich darüber, wie engagiert dieses Angebot angenommen wurde“, freut sich Christof Schössler über den gelungenen Start. Der lesebegeisterte Unternehmer engagiert sich in seiner Freizeit im St. Vincenz-Haus, weil er „Menschen einfach etwas zurückgeben möchte“. Und zu den wertvollsten Geschenken, die man in unserer schnelllebigen Gesellschaft heute noch machen kann, zählen für ihn vor allem Zeit, Aufmerksamkeit und Interesse. „Darum stelle ich mich mit einigen meiner Kollegen aus unserer Kanzlei PMPG ehrenamtlich zur Verfügung, um vor allen älteren Menschen oder Menschen, denen es gerade vielleicht nicht so gut geht, das Leben durch kleine Zeitgeschenke ein wenig bunter zu machen“, erklärt Christof Schössler.

Und auch schon die nächsten Vormittage in St. Vincenz sind fest geplant. Am 16. Juli und dann – urlaubsbedingt – wieder am 13. August im 14-Tage-Rhythmus wird der waschechte Rheinländer erneut ein spannendes Vorleseangebot präsentieren. „Nicht als eine Art Zwangsbelesung“, wie Schössler betont, „sondern als ein buntes Angebot, gemeinsame schöne Zeit mit-

einander zu verbringen. Das können genauso gut interessante Gespräche sein. Und jede Bewohnerin, jeder Bewohner ist hierzu natürlich herzlich willkommen. Ich freue mich darauf.“

■ Ende Juli war es endlich soweit:

Unsere Fahrt nach **Makkum** in Holland begann. Es war ein kleines Abenteuer, denn keiner kannte den Ort oder das Hotel persönlich. Es waren ein schöner kleiner Ort und ein traumhaftes Hotel direkt am IJsselmeer. Wir waren alle total begeistert. Eine Teilnehmerin hat ihre Eindrücke zu Papier gebracht:

■ Sommertage am IJsselmeer

Am 24. Juni startete wieder ein Bus mit zehn Urlaubshungrigen des Wohnheims in Richtung Niederlande. In diesem Sommer war zum ersten Mal der Küstenort Makkum am IJsselmeer unser Ferienziel.

In dem modernen, großzügig gebauten und gepflegten Strandhotel haben wir uns sofort wohlgeföhlt. Und nach einem erlebnisreichen Tag haben wir den Abend gern bei einem landestypischen Jenever ausklingen lassen – am liebsten am Kamin in der gemütlichen Sitzmulde. Von den Bänken auf der Strandpromenade und den bequemen Sitzgelegenheiten auf der Hotelterrasse hatten wir freien Blick auf die reizvolle Bucht und das Strandleben. Es war amüsant zu beobachten, wie die Schüler der benachbarten Surfschule sich vom Anfänger zum winderprobten Könnner mauserten. Und die imposanten Viermaster auf dem weiten IJsselmeer machten die Kulisse filmreif. Die Halte-

stelle der bequemen, großräumigen Linienbusse ist nur ein paar Schritte vom Hotel entfernt. Deshalb war es verführerisch, die Umgebung preisgünstig zu erkunden. Die Fahrt in die Innenstadt von Makkum dauerte etwa acht Minuten. Ein Spaziergang durch den kleinen Ort war lohnenswert, denn trotz der Vielfalt der hübschen, spitzgiebeligen Häuserfronten wirkt das Stadtbild erstaunlich einheitlich.

Um mit dem Bus in den Nachbarort Workum zu fahren, muss man in Makkum umsteigen. Deshalb haben wir es vorgezogen, diese Tour mit dem Sammeltaxi zu machen. Die Stadt wirkt durch die farbigen Häuser überraschend bunt. Manche Sehenswürdigkeiten zeugen noch heute von der Bedeutung dieser Stadt im Mittelalter. Das prächtige Rathaus und die Gertrudiskirche am Marktplatz sind Beispiele dafür. Workum war durch das Schifffahrtsgewerbe, den Seehandel und das Töpferhandwerk reich geworden. Und handgetöpferte Zierwaren sind noch immer beliebte Souvenirs aus Workum. Die Heimfahrt am 28. Juni war genauso angenehm wie die Hinfahrt. Aber unsere Gesprächsthemen während der halbstündigen Pausen waren total anders: Auf der Hinfahrt waren wir neugierig und voller Erwartung – auf der Rückfahrt haben wir bedauert, dass unsere schöne Ferienzeit so schnell vorbei war.

Bei unserer Heimkehr hat es in Köln „vom Himmel geschüttet“ – aber wir hatten den Sonnenschein im Herzen! Das haben wir ganz besonders unseren fürsorglichen Begleitern Frau Dean und Herrn Tscheppe zu verdanken. ■

Ingrid und Wilhelm Mänz



■ Gemeinsam gefeiert

Gemeinsame Stunden beim Fernsehen zur Fußball-Weltmeisterschaft erlebten viele im Garten-Restaurant, als Brasilien sich im Halbfinale gegen unsere deutsche Mannschaft geschlagen geben musste. Hier kam bei einigen Zuschauern unseres Hauses schon Mitleid auf. Ein Spiel der Fairness bei den Fußballern auf dem Feld und bei uns. So hoch mussten wir eigentlich nicht gewinnen.

Ganz andere Erlebnisse gab es bei den Bewohnern zum Endspiel gegen Argentinien im Raum „Rheinblick“. Die spannungsreichen Situationen nahmen kein Ende. Die Abseitsregel rettete unseren Sieg. Oft griffen sich Zuschauer ans Herz, und ehe das Tor zum Sieg in der Schlussminute erklärt werden konnte, vergingen unendliche Minuten. Es befreite alle Zuschauer vom Hoffen und Bangen an den Tischen. Viele blieben bis zum Schluss und bedankten sich für die Idee des Hauses zum gemeinsamen Sehen und das Freibier und den Wein. Zwei schöne Abende, ein Gewinn für alle. ■

Hartmut Hedrich



■ Grillen bei Schloss Heiligenhoven

Natürlich fand auch – wie in jedem Jahr – das Grillen bei Schloss Heiligenhoven statt.

Bei wunderbarem Sonnenschein verbrachten wir einen schönen Tag: mittags wurde gegrillt, nachmittags gab es noch ein leckeres Stück Obstkuchen mit Sahne. Einige Bewohner nutzten die Zeit für einen kleinen Spaziergang oder saßen gemütlich auf den Bänken und erzählten miteinander. ■



„Et wor e Gäßge, kromm un schmal“

Ursula Gratzel-Gäntgen

Unter diesem Motto eröffneten wir am 2. Juli 2014 eine Fotoausstellung von Herrn Joachim Rieger. Herr Rieger, geb. 1962 in Köln, erzählte bei einer kleinen Führung so manches Anekdotchen über die Entstehung der Fotos und die Orte, an denen sie entstanden.

Nach der Umbauphase unseres jetzigen neuen Restaurants am Thürmchenseck hängen dort – sowie im Rheinblick – dauerhaft Bilder von Herrn Rieger; übrigens mit kölschen Texten versehen!

Im Verwaltungsflur ist als Ergänzung nunmehr eine zeitlich befristete Ausstellung bis Oktober zu sehen.

Wir wünschen Ihnen viel Spaß beim Anschauen! ■

2. Juli 2014
Kölsche Impressionen
mit kölsche Wörtchen

Viel Spaß beim gucken
Herr Joachim Rieger



Wir gratulieren zum Geburtstag!

Gertrud Hilgers	am 1.8	75
Marianne Neumann	am 24.9	75
Elfriede Tropartz	am 25.9	78
Henriette Beckers	am 21.8	80
Helga Roelen	am 20.8	80
Inge Sigl	am 10.9	80
Antonie Engels	am 18.9	81
Eva Gallmeister	am 19.11	81
Hertha Brecht	am 18.11	82
Elfriede Hartenfels	am 11.10	82
Maria Middeldorf	am 21.9	82
Hedwig Spiegel	am 28.11	82
Pfarrer Albert Hopmann	am 6.11	83
Margarete Maaske	am 29.10	83
Hannelore Hesse	am 29.8	84
Maria Schumacher	am 19.9	84
Gisela Zerth	am 23.9	84
Otto Biecker	am 20.10	85
Karl Esser	am 6.9	85
Trude Schiffer	am 16.8	85
Gisela Tilke	am 19.9	85
Elisabeth Woelki	am 19.11	85
Martha Brienen	am 30.10	86
Wilhelm Büttgen	am 26.8	86
Ingeborg Hunsänger	am 27.9	86
Eduard Lentzen	am 23.11	86
Maria Pütz	am 20.8	86
Felicitas Schilling	am 19.11	86
Maria Sittel	am 23.9	86
Willi Wilsberg	am 28.11	86
Sigrid Glombik	am 6.10	87
Marlies Heinen	am 25.8	87
Prälat Ulrich Lange	am 16.11	87
Adelheid Zimmer	am 15.8	87
Josefine Braun	am 11.9	88
Käthe Karg	am 21.9	88
Gisela Kästel	am 17.11	88
Fritz Küster	am 10.8	88
Henriette Riewendt	am 24.8	88
Renate Schael	am 1.10	88
Hilde Weiden	am 21.10	88
Elisabeth Will	am 30.10	88
Anna Blucha	am 26.9	89

Marie-Luise Contzen	am 17.9	89
Margarete Elter	am 12.9	89
Elsa Heidkamp	am 12.10	89
Helga Reinhardt	am 2.8	89
Dora Behrendt	am 21.9	90
Käthe Fischer-Helwig	am 27.10	90
Josef Hunsänger	am 2.11	90
Ursula Knoblauch	am 31.10	90
Thea Meissner	am 27.11	90
Lieselotte Nettesheim	am 4.11	90
Elisabeth Rings	am 8.8	90
Irmgard Rottländer-Bockhorn	am 21.11	90
Hildegard Schnitzler	am 18.10	90
Helene Weyer	am 26.10	90
Lene Fengels	am 23.9	91
Agnes Koch	am 22.10	91
Ingeborg Sauer-Stryczek	am 11.11	91
Gertrud Spoden	am 16.9	91
Brunhilde Weber	am 23.11	91
Anna-Maria Wolff	am 22.9	91
Thea Keemss	am 22.8	92
Willhelm Mohren	am 10.9	92
Dr. Dorothea Rothländer	am 7.10	92
Professor Otto Bauer	am 27.10	93
Elisabeth Möller	am 17.9	93
Josef Oellers	am 17.9	93
Katharina Trapmann	am 21.11	93
Katharina Warne	am 2.11	93
Sophie Hentrich	am 12.10	94
Alice Leger	am 23.9	94
Dr. Anna Lisa Wagener	am 22.8	94
Marianne Weithe	am 2.8	94
Katharina Weyer	am 30.11	94
Hermann Ahrens	am 30.9	95
Emilie Boos	am 5.9	95
Liselotte Ney	am 3.11	95
Anna-Brigitte Stumpf	am 25.10	95
Irmgard Franke	am 14.8	96
Martha Hundeck	am 8.9	96
Gertrud Altenbach	am 24.9	99

Service

Öffnungszeiten

Bücherei

Beratung donnerstags
von 09:30 Uhr – 11:30 Uhr

Forum Restaurant

Frühstück: 07:30 – 10:00 Uhr
Caféhauszeit: 10:00 – 14:00 Uhr
Mittagessen: 11:45 – 13:15 Uhr

Friseur

Mi. – Do. – Fr. ab 08:30 Uhr
und nach Vereinbarung

Fußpflege

nach Vereinbarung

Gartenrestaurant

Mittagessen: 11:45 – 13:30 Uhr
Kaffeetrinken: 15:00 – 17:30 Uhr
Abendessen: 17:30 – 19:00 Uhr

Hauswirtschaft

mittwochs 09:30 – 10:30 Uhr

Kasse, Raum 1008

dienstags und donnerstags
10:30 – 12:00 Uhr

Schwimmbad

täglich 06:30 – 22:00 Uhr

Wasserverkauf

montags – samstags 11:00 – 11:30 Uhr



VHF Kanal 28

täglich 09:00 Uhr Live-Sendung
Aktuelle Informationen rund um das
St. Vincenz-Haus
Video-Textprogramm

Kanal 29:

Übertragung der heiligen Messe

Service

Einkaufsfahrt zum Aldi:

14-tägig mittwochs um
10:15 Uhr und 10:45 Uhr

Einkaufsfahrt zum Kaufland:

14-tägig mittwochs um 10:15 Uhr

Getränkebestellung

jeden Mittwoch bis 12 Uhr an der
Rezeption

Die Getränke werden donnerstags von
einer externen Firma in die Wohnungen
geliefert.

Gruß-Service

per E-Mail an die Adresse
gruesse@vincenz-haus.de

Die Foto- u. Textgrüße von Angehörigen,
Freunden oder Bekannten werden in
Papierform an unsere Bewohner
weitergeleitet.

Hauseigene Trinkwasserstationen

im Atrium, im Rheinblick und auf den
Etagen der Stationären Pflege

Hörgerätewartung der Firma Köttgen:

mittwochs 01.09. / 05.11. und 10.12.
jeweils von 10:30 – 11:30 Uhr

Kleiderverkauf im Atrium

von 10:00 – 15:00 Uhr:

Dienstag, 12.08.

Firma Senior Shop mit Fr. Huber

Mittwoch, 24.09.

Firma Stilmobil mit Fr. Hambüchen

Donnerstag, 06.11.

Firma Löhmar

Schuhverkauf im Atrium

von 10:00 – 15:00 Uhr:

Montag, 13.10.

Firma Hoyer

Schneiderei- und Näharbeiten

1-mal monatlich dienstags

Glauben

Seelsorger

Pastor Frank Müller

St. Agnes, Tel.: 0221 7880750

Diakon Dr. Andreas Mittmann

Ev. Gemeinde, Tel.: 02205 9192507

Gottesdienste

Sonntag: 10:30 Uhr

Dienstag: 08:00 Uhr

Mittwoch: 08:00 Uhr

Donnerstag: 16:00 Uhr

1. Donnerstag im Monat:

16:00 Uhr für die Verstorbenen

Freitag: 08:00 Uhr

1. Freitag im Monat:

10:00 Uhr Evangelischer Gottesdienst

Samstag: 16:00 Uhr Vorabendmesse

Rosenkranzandacht

jeden Freitag um 16:00 Uhr

Krankenkommunion

Donnerstag, 16:30 Uhr

Patronatsfest

Samstag, 27.09.2014

Fest des Hl. Vincenz von Paul

09:00 – 16:00 Uhr:

Eucharistische Anbetung in der Kapelle

16:00 Uhr:

Feierliche Messe zum Patronatsfest

Kultur

Diavorträge

Donnerstag, 04.09., um 19:00 Uhr

mit Herrn Dederichs im Festsaal

Norderney – Weltnaturerbe Wattenmeer

Donnerstag, 11.09., um 19:00 Uhr

mit Herrn Löllgen im Festsaal

Die Lofoten

Donnerstag, 23.10., um 19:00 Uhr

mit Herrn Dederichs im Festsaal

Hamburg – Tor zur Welt

Filmnachmittage

Mittwoch, 29.10., um 15:30 Uhr

mit Herrn Josuweck im Festsaal

**Niederschlesien – Eine Reise in das
Hirschberger Tal am Riesengebirge,
Teil 1**

Mittwoch, 05.11. um 15:30 Uhr

mit Herrn Josuweck im Festsaal

**Niederschlesien – Eine Reise in das
Hirschberger Tal am Riesengebirge,
Teil 2**

Konzerte

„Musik – Herbst“ im St. Vincenz-Haus

Mittwoch, 10.09., um 16:00 Uhr

im Festsaal:

Konzert für Klavier und Gesang

(Leitung: Stephan Krüger Chor)

Mittwoch, 22.10., um 15:30 Uhr

im Festsaal:

Konzert für Klavier mit Prof. Lorenz

– Weitere Konzerte sind in Planung –

Aktivitäten

Montag

- 10:00 Uhr: Singen mit Herrn Dr. Mittmann im Festsaal
- 15:00 Uhr: Bingo im Forum Restaurant (schwerpunktmäßig für Bewohner der Stationären Pflege)
- 15:00 Uhr: Herrenstammtisch im Rheinblick
- 15:15 Uhr: Bewegung macht Freude Gymnastik mit Herrn Komanns im Festsaal
- 16:15 Uhr: Wassergymnastik mit Herrn Komanns im Schwimmbad, Gruppe 1
- 17:15 Uhr: Wassergymnastik mit Herrn Komanns im Schwimmbad, Gruppe 2

Dienstag

- 09:30 Uhr: Bewegung bis ins hohe Alter Gymnastik mit Frau Anderle im Festsaal
- 10:30 Uhr: Sitzgymnastik mit Frau Anderle im Festsaal
- 15:00 Uhr: Gedächtnistraining im Forum Restaurant (schwerpunktmäßig für Bewohner der Stationären Pflege)
- 15:15 Uhr: Bewegung und Lebensfreude durch Qigong mit Herrn Schaller im Rheinblick

Am Dienstag 26.08.

von 14:30 – 17:00 Uhr
Schiffahrt mit der Rhein-
prinzessin/Anlegestelle: Bastei

Am Dienstag 25.11.

Weihnachtsmarkt und Tag der
Offenen Tür

Aktivitäten

Mittwoch

- 10:30 Uhr: Lesezeit mit Herrn Schössler im Rheinblick (14-tägig)
- 13:45 Uhr: Ausflugsfahrt (nach Ankündigung)
- 15:00 Uhr: Singen und Musik hören im Forum Restaurant (schwerpunktmäßig für Bewohner der Stationären Pflege)
- 19:00 Uhr: Vincenz-Treff mit Frau Kroker und Frau Lührs im Rheinblick

Donnerstag

- 09:45 Uhr: Bewegung macht Freude Gymnastik mit Herrn Komanns im Festsaal
- 10:00 Uhr: Gedächtnisübungen mit Frau Dean im Rheinblick
- 15:00 Uhr: Treff in Raum 2011

Freitag

- 10:00 Uhr: Bibelgespräch mit Dr. Mittmann im Rheinblick (jeden 3. Freitag im Monat)
- 10:00 Uhr: Gottesdienst Vorbereitungsgespräch mit Herrn Dr. Mittmann im Rheinblick (jeden letzten Freitag im Monat)
- 10:00 Uhr: Musik- und Gesangsgruppe mit Frau Seredszus im Festsaal (jeden 2. und 4. Freitag im Monat)
- 15:00 Uhr: Lesekreis im Forum Restaurant (schwerpunktmäßig für Bewohner der Stationären Pflege)

Samstag

- 19:00 Uhr: Vincenz-Treff mit Frau Kroker und Frau Lührs im Rheinblick

Kulinarisches

Individuelles Frühstücksangebot

- Dreigangmenu mit Komponenten Wahl
- Nachmittagskaffee mit Kaffee und Kuchen oder Eis
- Abwechslungsreiches Abendbrot
- Kaffeespezialitäten rund um die Uhr
- Frische Waffeln im Gartenrestaurant: jeden 2. Dienstag im Monat
- Frische Reibekuchen: 1-mal monatlich auf jeder Etage der Stationären Pflege

Darüber hinaus begleitet die Küche die saisonalen Feste, Themenabende und sonstige Veranstaltungen mit speziellen kulinarischen Angeboten.

Kulinarische Spezialitäten:

- Grillfeste, Dessert-Nachmittage, Spezialitätenabende und Spezialitätenwoche
- Individuelle Geburtstagsfeiern, Goldene Hochzeit, Diamantene Hochzeit
- oder ...
- als Empfang, Mittagessen und/oder Abendessen.

Dienstag, 23.09.

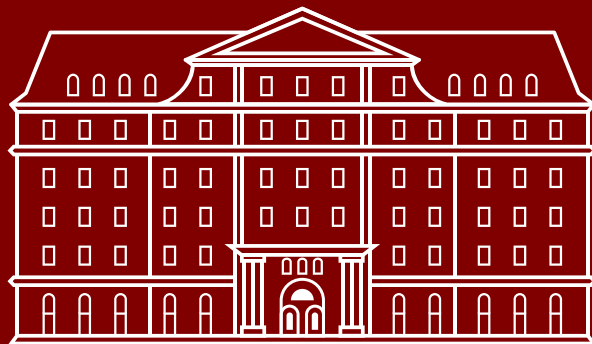
von 17:30 – 20:00 Uhr:
Geselliger Abend bei leckerem Fisch
Spezialitäten im Gartenrestaurant

Mittwoch, 19.11.

von 17:30 – 20:00 Uhr:
Muschelabend im Gartenrestaurant



Für die Hausinformationen: Agnes Dean



St. Vincenz-Haus

Konrad-Adenauer-Ufer 55 • 50668 Köln • Telefon: 0221-1639-0

www.vincenz-haus.de

**Betreutes Wohnen
im St. Vincenz-Haus
Konrad-Adenauer-Ufer 55**

**Seniorenwohnen
am St. Vincenz-Haus
im Kunibertsviertel**

**Ihr Partner für
Seniorenwohnen, Betreuung,
ambulante und stationäre
Versorgung und Pflege**

**Stationäre
pflegerische Versorgung
und Alltagsbegleitung
(Betreuung)**

**Wohnen auf Zeit
Kurzzeitpflege
und Gastwohnen**