

Wohlfühlzeit

Ausgabe 34 • Sommer 2023

Die gegensätzlichen Zeiten der Erika Bertrams



PFLEGEDIENSTE
Kuijpers



Vorwort

Liebe Leserin, lieber Leser,

lange genug hat es in diesem Jahr gedauert, bis der Sommer endlich angekommen ist. Das Frühjahr war sehr bescheiden und hat uns weniger mit Sonne als mit Regen verwöhnt, der, wie wir alle wissen, auch dringend notwendig war.

Jetzt aber lacht uns die Sonne entgegen und schenkt uns Wärme, die wir genießen können. Trotzdem ist das oberste Gebot, achtsam mit sich selbst umzugehen

und sich bei Zeiten auch vor der Sonne zu schützen.

Schutz ist ein Gut, das im Alter und im Beruf immer wichtiger wird. Das Gefühl, gut aufgehoben zu sein und sich in guter Obhut zu wissen, trägt zum Wohlbefinden bei.

In unserer **Wohlfühlzeit** lesen Sie, was Obhut für uns bedeutet, wie wir miteinander umgehen, einander achten und sowohl Bewohner*innen, Klient*innen und das Personal wertschätzen. (kj)

Impressum



Pflagedienste Kuijpers
Auf der Heide 33
41849 Wassenberg

Kontakt:

Klaudia Joschko
Tel.: 0151 64916868
Mara Diart
Tel.: 02401 8048225
E-Mail: medien@kuijpers.de

Design und Gestaltung:

Klaudia Joschko

Autoren:

Sabine Helle (sh)
Janine Fischer (jf)
Heike Simons (hs)
Mara Diart (md)
Denise Raphael (dr)
Marika Lang (ml)
Dirk Krüger (dk)
Brigitte Schwefler (bs)
Klaudia Joschko (kj)

Fotografie:

Seite 1, 4, 5, 11, 16, 17, 23, 24, 25, 28: Klaudia Joschko
Seite 6: Mitarbeiter, Museum Abteiberg, MG
Seite 7: Janine Fischer
Seite 8: Eva Funtsch
Seite 9; 27: Heike Simons
Seite 10, 20, 21, 30, 31 : Canva
Seite 12: Fotos aus unserer App
Seite 13, 32: Dominik Fröls (Fotograf)
Seite 14: Anna Schiffers
Seite 15: Hella Hausmann
Seite 18: Marina Lang
Seite 19: Maria von der Lieck
Seite 20, 26: Marika Lang
Seite 27: Neza Berisha
Seite 29: Verena Rauschen
Seite 32: Werbeagentur Scribble

Was ist eigentlich der Entlastungsbetrag?

Kurz erklärt

Entlastungsleistungen sind, kurz und knapp erklärt, finanzielle Unterstützungen von der Pflegekasse. Bei dem Betrag handelt es sich um 125 Euro, die monatlich von den Pflegebedürftigen abgerufen werden können. Auf das ganze Jahr gerechnet kommt man somit auf 1500 Euro, die zweckgebunden sind.

Wofür ist der Entlastungsbetrag gedacht?

Der monatliche Betrag wird in den meisten Fällen für Betreuungs- und Hauswirtschaftsleistungen genutzt. Gemeint sind damit Aufräumarbeiten in der Häuslichkeit, Hilfe beim Putzen, Wäsche zusammenfalten, Betreuungen/Aktivitäten zur Förderung der kognitiven oder körperlichen Fähigkeiten, Spaziergänge, Begleitungen zum Arzt oder Behörden, Erledigen der Einkäufe und vieles mehr. Er kann aber auch für die Leistungen einer Tagespflege, Leistungen der Kurzzeitpflege oder für pflegerische Maßnahmen (nur bei Pflegegrad 1) genutzt werden.

Wer bietet diese Leistungen an?

Die Anbieter von Betreuungs-/Entlastungsleistungen können folgende sein: Pflegedienste, Betreuungsdienste, Alltagsbeglei-

Wichtig!

Nachbarschaftshelfer dürfen keine medizinischen/pflegerischen Aufgaben übernehmen.

Somit ist die Unterstützung bei der Körperpflege ausgeschlossen.

Auch das Reichen der Medikamente oder der Wechsel von Wundverbänden sind keine Tätigkeiten, die eine Nachbarschaftshilfe durchführt.

ter, Betreuungsgruppen, Nachbarschaftshilfen.

Nicht genutzte Beträge bzw. nicht voll ausgeschöpfte Geldbeträge können bis zum Juni des Folgejahres noch abgerufen werden.

Muss ich dafür einen Antrag stellen?

Wenn Sie den Entlastungsbetrag beispielsweise durch einen Pflege-/Betreuungsdienst in Anspruch nehmen möchten, bedarf es Ihrerseits keiner Beantragung. Pflegedienste lassen sich grundsätzlich eine Abtretungserklä-

rung unterschreiben, was bedeutet, dass Sie als Privatperson nicht mehr in Vorkasse gehen müssen.

Jedem pflegebedürftigen Menschen mit einem Pflegegrad steht der Betrag zu.

Etwas anders sieht es aus, wenn Sie den Betrag in Form der Nachbarschaftshilfe für eine private Person abrufen möchten. Um Unterstützung durch eine Privatperson zu erlangen, muss diese in NRW unter anderem einen Pflegekurs nach §45 SGB nachweisen und sich vorab bei der Pflegekasse des Pflegebedürftigen anmelden. Ebenfalls darf bei der Nachbarschaftshilfe kein Verwandtschaftsgrad bis zum zweiten Grad vorliegen. (sh)

Die gegensätzlichen Zeiten der Erika Bertrams



Frau Erika Bertrams, 80 Jahre und jung geblieben, ist ein Beispiel für absolutes Durchhaltevermögen. Aufgeben ist und war für sie nie eine Option. Kampf und Tränen aber sehr wohl. Und doch nimmt sie die Zeit so an, wie sie ihr gegeben wird.

Aufgewachsen ist sie mit neuen Geschwistern. Das hat sie stark gemacht. Ihr Vater verstarb schon mit fünfzig, und auch das trug dazu bei, dass sie wusste: Das Leben ist kein Zuckerschlecken. Das war eine entbehrungsreiche Zeit. Trotzdem hat ihre Mutter alles dafür getan, dass es der Familie so gut wie eben möglich erging.

Frau Bertrams erzählt von ihrer aufopferungsreichen Zeit: "Meine Mutter war eine herzensgute Frau und ich wollte ihr etwas zurückgeben. Sie ist 97 Jahre alt geworden und ich habe sie bis zu ihrem Ende gepflegt. Wir hatten ihr Pflegebett ins Wohnzimmer gestellt, damit sie an unserem Leben teilhaben konnte. Neben ihrem Bett

befand sich eine Fotowand, auf der sie ihre Kinder und Enkel immer sehen konnte. Sie war nie einsam. Wir allerdings auch nicht. Dass mein Mann das so mitgemacht hat, ist aller Ehren wert, denn wir waren schon sehr eingeschränkt dadurch, aber wir haben alles für sie getan und uns nie beklagt.

Meinen Mann habe ich auf der Kirmes kennengelernt. Er stand plötzlich mit zwei Gläsern Bier vor mir und reichte mir eines. Ich lehnte ab, weil ich kein Bier trinke. Er reichte es an seinen Kollegen weiter, der neben mir stand. Dieser wollte wissen, ob ich seine Freundin sei und er sagte nur: 'Was nicht ist, kann noch werden.' Damit war das Eis gebrochen und wir wurden bald ein Paar. Mit ihm hatte ich meine wertvollste Zeit.

Eine unbeschwerte Zeit habe ich als Schwesternhelferin vom Roten Kreuz im Krankenhaus Heinsberg auf der Männerstation verbracht. Das hat mir immer Freude bereitet. Ich habe mich geachtet gefühlt und konnte helfen. Das hat mich erfüllt.

Meine traurigsten Zeiten haben alle mit Verlust zu tun. Ich musste mich schon von so vielen Menschen verabschieden, darunter von meiner Tochter, die mit drei Jahren an Tuberkulose gestorben ist. Mein Kind begraben zu müssen ist wohl das Schlimmste was ich ertragen musste. Und das gleich zwei mal, denn mein ältester Sohn starb vor einem Jahr. Und wieder wurde mir ein Teil aus dem Herzen gerissen. Nur fünf Monate vorher musste ich schon von meinem Mann Abschied nehmen, der an einem Tumor in der Lunge sterben musste. Ich

habe schon so sehr viel geweint in meinem Leben, dass ich keine Tränen mehr haben dürfte. Ich bin oft so unendlich traurig, und ich weiß, wie weh Tränen tun. Dass mich meine Last nicht in die Knie gezwungen hat und ich dennoch mitten im Leben stehe habe ich hauptsächlich meinem Sohn, Frank, zu verdanken", berichtet sie: "Für ihn habe ich gekämpft. Und er hat mich immer aufgefangen. Als ich nach dem Tod meines Mannes ganz allein in dem großen Haus war, konnte ich kaum aufhören zu weinen. Schlafen konnte ich auch nicht. Das war eine Zeit der Verzweiflung. Ich war so einsam, dass ich manches Mal noch nachts meinen Sohn anrief, der sich dann von Mönchengladbach aus auf den Weg machte, mich zu trösten und mich zu beruhigen. Er war immer da, wenn ich ihn brauchte und das rechne ich ihm hoch an. Das war nicht selbstverständlich und auf die Dauer natürlich auch kein Zustand. Er hat sich zu intensiv um mich kümmern müssen und ich wollte nicht, dass er sich für mich krankmacht. Ich musste nach einer anderen Lösung suchen.

Bei der Bank habe ich dann einen Prospekt von der Wohngruppe in Wassenberg gefunden und war sofort interessiert. Mein Sohn hat sich wieder einmal gekümmert und mir ein Zimmer in der WG organisiert. In meinem neuen Reich fühle ich mich recht wohl. Im Haus sind so viele großzügig gestaltete Räume und weitläufige Flure, dass ich mir vorkomme wie in einem Palast. Und dieser Palast wird von nur 12 Personen der WG gemeinsam bewohnt. Wir sind zu einem kleinen Freundeskreis zusammen-

gewachsen. Ich brauche nicht unbedingt immer jemanden um mich, der mich unterhält. Mir reicht es, zu wissen, dass ich nicht alleine bin. Ich unterhalte mich gerne mal, habe aber auch gerne meine Ruhe oder freue mich daran, anderen bei ihren Aktivitäten zuzusehen. Meine Freundin Edith, die ich hier im Haus kennengelernt habe, ist letztens 100 Jahre alt geworden und das ist richtig nett gefeiert worden. Das hat mir so gut gefallen. Gemeinschaft und Freundschaft bereichern meine Tage."



Die Freundinnen verstehen sich blind

Frau Bertrams führt mich zu ihrem Zimmer und begleitet mich durch mehrere Räumlichkeiten. Ihre Etage ist mit dem Aufzug zu erreichen und doch benutzt Frau Bertrams lieber die Treppe mit 16 Stufen. Für sie kein Problem. Noch bewusster wird das, als wir zurückgehen. Leichtfüßig läuft, nein, schwebt sie die Stufen herunter. Und darauf ist sie sichtlich stolz. Bewegung bereitet ihr kein Problem.

"Ich wohne jetzt nur drei Kilometer von meinem Zuhause entfernt, und wenn das Wetter es zulässt, genieße ich den Fußweg dorthin, um nach dem Rechten zu sehen. Sogar den Garten halte ich zu Hause noch in Ordnung. Das geht mir auch alles leicht von der Hand und hier finde ich meine Zeit der Zufriedenheit. Nur über Nacht würde ich nicht bleiben, das könnte ich nicht aushalten. Also mache ich noch einen ausgedehnten Spaziergang zurück in die WG - oder erfreue mich meiner Selbstständigkeit und nehme das Auto. Richtig gehört, ich habe noch ein Auto, das meistens bei mir zu Hause steht. Ich hole es mir nach Bedarf zu Fuß dort ab und fahre dann weiter zu einer Freundin oder zum Einkaufen. Es gefällt mir, eigenständig durch einen Laden zu spazieren und mir Sachen anzusehen und auszusuchen. Obwohl mein Sohn mir alles Dringliche besorgt und ich in der Wohngruppe bestens versorgt bin.

Für mein Alter bin ich noch sehr fit", erzählt sie: "und das Leben macht mir wieder Spaß. Mein Sohn, Frank, hat daran einen großen Anteil. Er ist jetzt 51 Jahre alt, holt mich ganz oft ab und fährt mit mir und seiner Tante irgendwohin, wo uns etwas geboten wird. Z.B. ins Museum oder in die Stadthalle Erkelenz, wo regelmäßig Konzerte angeboten werden. Egal, ob in der Woche oder am Wochenende: Wir sind bei fast jeder Veranstaltung dabei. Ich bin so stolz auf Frank. Er nimmt sich so viel Zeit für mich und nichts ist ihm lästig, zumindest lässt er es mich nicht spüren. Auch dass er meine Schwägerin mitnimmt ist für ihn selbstverständlich. Sie ist auch alleine und hat keine eigenen Kinder. Mein Sohn macht keinen

Unterschied zwischen uns. Wir sind beide seine Mütter. Und wir lassen uns von ihm chauffieren, wohin er uns ausführen möchte. Er schafft für uns damit eine familiäre Oase. Und er sorgt mit den Ausflügen für neue wunderschöne Erinnerungen, an denen wir uns erfreuen können. Selbstverständlich ist das auf keinen Fall und ich bin unendlich dankbar dafür. Im Alter habe ich jetzt durch ihn noch ein sehr, sehr gute Zeit. Ich bin so mit Dank erfüllt, dass er mir geblieben ist. Er ist ein Wahnsinnsjunge und scheint alles mit Leichtigkeit zu erledigen. Mein Sohn ist mein Anker. Für die Zeit mit ihm bin ich von Herzen dankbar.



"Mein Sohn schenkt mir die liebevollste Zeit"

Meine erlebten Zeiten war so gegensätzlich, dass ich das Gefühl habe eine Berg- und Talwanderung hinter mir zu haben. Heute stehe ich auf einem Gipfel, von dem ich meinen langen Weg von oben verfolgen kann. Jeder schwache und jeder starke Schritt, jeder spitze Stein unter meinen Füßen hat mich zu mir selbst geführt. Die Zukunft kann kommen, sie schreckt mich nicht." (kj)

Damenstammtisch

Der Herrenstammtisch, der fix jeden Sonntagmorgen stattfindet, hat am CAP schon lange Tradition. Das lassen die Damen nicht lange auf sich sitzen und wünschen sich ebenfalls einen Stammtisch. Da dem Sozialen Dienst nichts mehr am Herzen liegt, als die Wünsche der Bewohner*innen im Rahmen der Möglichkeiten zu erfüllen, wird kurzerhand ein Damenstammtisch gegründet und sorgt für eine nette Atmosphäre im Sozialen-Dienst-Raum. Eine überschaubare Gruppe wächst rasch zu einer großen Gesellschaft, in der schnell jede Dame ihren Platz findet. Jeden Samstagmorgen treffen sich die Damen. Das altbekannte Herrengedeck wird flexible umgewandelt: Fröhliche Servietten mit einem Glas für ein leckeres Kaltgetränk und ein Pinnchen für den geliebten Eierlikör warten schon auf jedem Platz. Zusätzlich werden Knabbereien oder besondere Süßigkeiten serviert. Das lieben die Damen.

Bei einem kurzen Interview zum Thema Stammtisch sagt Frau Heister, dass sie sich immer sehr auf den Samstag freue. Das Zusammentreffen mit den Damen der anderen Wohnbereiche gefalle ihr besonders gut. Frau Wolf sagt, man lerne sich in diesem Rahmen nochmal besser kennen und auch die Namen würden allen geläufiger. Frau Kohnen fügt hinzu, dass sich die Damen einst darauf geeinigt hätten, sich beim Vornamen zu nennen. Speziell das Du sorge mehr für eine offene und geselligere Runde. Frau Wüllenweber meint, dass sie sich immer darauf freue, mit den anderen zu quatschen und zu lachen. Und gelacht werde viel beim Stammtisch. Frau Frösch

bringt regelmäßig Witze von ihrem Abreißkalender mit und auch Frau Hombach schneidet Humorvolles aus ihren Illustrierten aus. Neue Bewohnerinnen werden immer gerne aufgenommen und profitieren im Rahmen der Integration von der lockeren Atmosphäre beim Stammtisch. Die Damen erwarten sich auch gegenseitig. Sollte mal eine nicht da sein, wird sofort nachgefragt, warum Sie fehle. Auch haben sich alte Bekannte, frühere Nachbarn oder Kollegen beim Stammtisch wieder getroffen.

Der Soziale Dienst bewirbt die Damen beim Stammtisch und gemeinsam werden oft Tränen gelacht. Für Musik ist auch gesorgt. Wenn der Titel passt, singen die Damen sogar gerne mit.

Der Stammtisch ist am CAP nicht mehr wegzudenken. Alle zusammen freuen sich auf das kommende warme Wetter, wenn der Stammtisch draußen auf der Terrasse stattfindet. Dann werden sich alle nebst Eierlikör ganz sicher auch noch das ein oder andere Eis schmecken lassen. (jf)



In einem großen Kreis finden lebendige Gespräche statt

Hilfe beim Blumenkauf



Frau Eggert badet im Blumenmeer

Das ist ein Tag, der Frau Eggert lange in Erinnerung bleiben wird. Eigentlich sollte sie mit ihrer Alltagsbegleiterin, Eva Funtsch nur ein paar Pantoffeln kaufen fahren. Doch Eva gestaltet den Nachmittag so, dass er zum Event wird.

Zunächst geht die Pflicht vor. Pantoffeln werden besorgt. Beim Schoppen fühlt sich Frau Eggert wertvoll. Sie steht im Mittelpunkt der Aktion, fühlt sich beachtet und wohl, und zufrieden wird sie fündig.

Doch damit soll der Ausflug nicht enden. Blumen fürs Haus Elisabeth sollen besorgt werden, eine Bereicherung für die Tour. Frau Eggert hilft dabei, die Frühlingsboten auszuwählen und zusammen zu tragen. Sie genießt das Gefühl gebraucht zu werden. Eva hatte die richtige Intuition, denn sie hatte geahnt, dass sie Frau Eggert, die

Blumen liebt, eine riesige Freude bereiten würde. Und tatsächlich, sie ist begeistert von den Farben und dem Blütenmeer und sucht sich selbst ein paar prächtige Frühlingsboten aus.

Der krönende Abschluss des Nachmittags findet bei Kaffee und Kuchen statt. Gemütlich sitzen die beiden Damen beisammen, erzählen und lassen den Tag Revue passieren. Auch einfach nur im Café zu sitzen, zu genießen und andere Leute zu beobachten hat etwas so Entspannendes und Friedvolles, dass sich Frau Eggert vollkommen befreit fühlt. Sie bedankt sich bei Eva mit einem so herzlichen Lächeln für den schönen Ausflug, dass man das Glück und die Begeisterung aus ihren Augen abzulesen kann.

Eva sagt: "Wenn so viel zurückkommt, macht mir die Arbeit am meisten Spaß." (kj)



Frau Eggert genießt ihren freien Tag

Das Osterfest im Haus "Am Waldrand"

Ganz traditionell wurde in diesem Jahr das Osterfest gefeiert. Am Karsamstag haben viele fleißige Helferinnen Ostereier gefärbt und anschließend zum Glänzen gebracht.



Mit Hilfe unserer Alltagsbegleiterin Neza poliert Frau Moll ein frisch gefärbtes Ei

Am Ostersonntag war schon früh der Osterhase im Haus unterwegs und hat allen Bewohner*innen eine kleine Überraschung gebracht. Ein Milka-Osterhase und ein kleines Nest mit Süßigkeiten ließen die Herzen unserer Bewohnenden höherschlagen.

Viele fühlten sich in ihre Kindheit zurückversetzt und erzählten, wie sie früher am Ostersonntag morgens nach dem Osterfrühstück im Garten bunte Eier und Nester gesucht hatten, die zuvor der Osterhase dort für sie versteckt hatte. Diese Tradition findet bis heute so statt und erfreut sich großer Beliebtheit.

Nach dieser Überraschung fand dann der Ostergottesdienst statt. Am Ende des Got-

tesdienstes bekamen alle noch einen gesegneten Palmzweig. Am Nachmittag gab es dann einen Osterfrühschoppen in der Cafeteria.

Der Ostermontag stand ganz im Zeichen von Spiel und Spaß. Nach dem Frühstück wurden Osterspiele auf den Wohnbereichen durchgeführt, wo es Kleinigkeiten zu gewinnen gab. Nachmittags fand in der Cafeteria Osterbingo statt. Viele Bewohnende sind der Einladung gerne gefolgt, denn Bingo erfreut sich hier im Haus großer Beliebtheit. Anstelle der gewohnten Gewinne gab es passend zum Osterfest Schokoladenhasen und Pralinen zu gewinnen.

Auch das Wetter am Osterwochenende spielte mit und die Sonne lud zu einem Spaziergang im Park oder dem Besuch der Außenterrasse ein. Auch Besucher nutzten das schöne Wetter und ließen sich zu einer Tasse Kaffee auf der Außenterrasse nieder. Pünktlich zum Osterfest lief auch die Coronaschutzverordnung aus und endlich konnten unsere Bewohner*innen ihre Angehörigen ohne Mundschutz treffen. (hs)



Das Endergebnis kann sich sehen lassen ...

Obhut

„Ob“ (wie in Obdach) steht laut wikipedia für eine „bergende, Unheil fernhaltende Kraft“. „Hut“ wiederum stammt von „hüten, behüten“. "Obhut" bedeutet deshalb so viel wie „Schutz, Fürsorge, Aufsicht“.

Haben wir nicht alle ein Grundbedürfnis nach Schutz und Fürsorge? Gerade in unsicheren Zeiten ist die Gewissheit, wohlbehütet zu sein, eine große Erleichterung.

Ich denke darüber nach, wann ich mich in guter Obhut fühlen würde.

Ganz klar: Wenn ich mich geborgen fühle, nicht allein, sondern umsorgt von aufmerksamen Menschen, die sich Zeit für mich nehmen, von Menschen, die meine Sorgen und Ängste kennen und mich umgeben mit ihrer Zuneigung. Auch, wenn ich ihnen schon mal lästig sein sollte. Und ich weiß, das kommt vor, aus welchen Gründen auch immer. Vielleicht, weil ich gerade mal anstrengend bin oder mein Gegenüber unter Druck steht und genervt ist. Und trotzdem lässt er nicht ab, mich zu unterstützen und mich liebevoll auf meinem Weg zu begleiten. Das nenne ich Obhut.

Das klingt zu schön, um wahr zu sein. Und doch es gibt diese Menschen. Menschen, die sich aufopfernd kümmern, da und nah sind. Es gibt sie zu Hause: Töchter und Söhne, Nichten und Neffen, Enkelkinder sogar, die alles tun, was möglich ist. Doch da, wo die Möglichkeiten erschöpft sind, gibt es Menschen aus der Pflege, die sich zwar beruflich einbringen, aber deshalb nicht weniger engagiert sind.

In den Einrichtungen der Kuijpers-Gruppe sind, Stand: 30.04.2023, 176 reine Pflegekräfte tätig. Hinzu kommen noch Auszubildende, Heimleitungen, Mitarbeiter*innen der Sozialen Dienste und die Alltagsbegleiter*innen. Bei unseren ambulanten Pflegediensten sind nochmal 153 Pflegekräfte im Einsatz. Das sind zusammen 658 rein pflegende Hände, die liebevoll auf hilfsbedürftige Personen zugehen, ihnen Sicherheit geben, die aufmerksam auf die Belange ihrer Schutzbefohlenen eingehen, die versuchen, Halt zu geben, Zuversicht und innigen Kontakt.

Die Verantwortung, jemanden in Obhut zu nehmen, ist eine nicht zu unterschätzende Aufgabe. Neben dem bürokratischen Aufwand ist uns die Sicherheit der Bewohner*innen und Klient*innen überaus wichtig. Darüber hinaus liegt uns aber menschliche Nähe, Geborgenheit und Fürsorge sehr am Herzen. Der Wohlfühlfaktor ist für uns der ausschlaggebende Anspruch, dem wir gerecht werden wollen, wenn wir von Obhut sprechen.

Wer sich in fremde Obhut begeben möchten, sollte sich bewusst sein, dass er nicht fremd bleiben wird. Schnell wird ein Vertrauensverhältnis zwischen der zu pflegenden und der Pflegeperson aufgebaut. Hemmschwellen werden nach und nach abgebaut und die geübten Handgriffe bei der Pflege werden zur verantwortungsvollen Routine, bei der kleine belanglose Plaudereien, aber auch tiefgründige Gespräche geführt werden können. Je nach Tagesform und Stimmung. Natürlich wird

auch gemeinsam gelacht. So wird das Miteinander gestärkt und das für viele Schutzbefohlene oft unangenehme Ritual der Pflege zur Nebensache. Das wiederum trägt dazu bei, dass das gegenseitige Vertrauen immer tiefer und das Verhältnis immer inniger wird, und schon bald kennt man sich in- und auswendig. Man kennt die Vorzüge und die Macken voneinander und lernt sie zu nehmen, zu akzeptieren und zu respektieren.

Für mich möchte ich abschließend feststellen: Den Menschen, den ich so gut kenne, den ich umsorge und pflege, den möchte ich auch in guter Obhut wissen, wenn es mir mal nicht möglich ist, für ihn da zu sein.

**"Obhut",
ob Stock, ob Regenschirm,
alles dient dem Schutz
und der Sicherheit.**

**Mein Wunsch für Dich:
Mögest du
geborgene Obhut erfahren,
die dich umgibt
wie eine wärmende Decke
aus Glück und Zuneigung
an kalten Tagen
und so tröstend und erfrischend
wie Schokoladeneis im Sommer.**

(kj)

Wenn ich an Sommer denke, erinnere ich mich an meine ersten Schwimmversuche. Das Schwimmen habe ich im Rhein gelernt. Mit den Kindern aus der Nachbarschaft machten wir uns gerne heimlich auf den Weg zum zwei Kilometer entfernten Rhein. Ein Schwimmbad gab es in unserer Nähe nicht, also war das unsere einzige Möglichkeit, uns abzukühlen. Schwimmen gelernt habe ich vom Zusehen und Nachmachen. Und bald konnte ich es genauso gut wie die anderen. Ungefährlich war das nicht, denn der Rhein hat eine gewaltige Strömung. Deshalb hielten wir uns auch meistens nah am Ufer auf. Doch auch die Bombenlöcher waren eine große Gefahr. Das musste ich am eigenen Leib erfahren. Vorsichtig ging ich ins Wasser und hatte plötzlich keinen Boden mehr unter den Füßen. Ich erschrak und ging unter, kam wieder hoch und versuchte mich über Wasser zu halten, aber ein Strudel zog mich immer wieder runter. Ich schrie und schlug mit den Armen, wenn ich es schaffte an die Oberfläche zu kommen. Ein junger Mann, der mich entdeckt hatte, sprang beherzt ins Wasser und rettete mich. Zuhause habe ich davon natürlich nichts erzählt, denn eigentlich durften wir nicht im Rhein schwimmen und unsere Ausflüge wären somit sofort strikt verboten worden. Ein anderes Mal kam ich in den Sog eines Rheinschiffes, gegen das ich mich hartnäckig zur Wehr setzen musste, um wieder frei zu kommen. Das war eine Erfahrung, auf die ich hätte verzichten können. Danach bin ich nie wieder gerne schwimmen gegangen und hatte seither sogar Angst davor. Trotzdem - oder genau deshalb - fand ich es wichtig, meinen Kindern das Schwimmen beizubringen. Ich brachte sie ein paar Straßen weiter ins Schwimmbad zum Schwimmunterricht. Das Schwimmbad befand sich aber bei uns hinterm Haus, querfeldein ein paar Wiesen weiter. Und meine Kinder machten sich das ein oder andere Mal heimlich auf und gingen dort schwimmen, obwohl ich es nicht erlaubt hatte. Was sollte ich machen. Meine Rüge fiel zurückhaltend aus, denn ich war als Kind nicht anders und im Schwimmbad waren sie besser aufgehoben als im Rhein. (kj)



Findet Schwester Berta



Michael Fernandes-Falé ist einer der glücklichen Gewinner

Liebe Leserinnen und Leser,

most wanted! Bei der meistgesuchten und am liebsten gefundenen Figur in der Kuijpers-Gruppe handelt es sich um eine kleine, etwas rundliche Dame. Sie wäre im wahren Leben sicherlich eine resolute Person mit dem Herz am rechten Fleck. Der hellblaue Kasack, die weiße Hose und das Häubchen machen ihre Erscheinung perfekt. Damit sie auch immer alles Wichtige im Blick hat, darf ihr Klemmbrett nicht fehlen ...

Diese Beschreibung passt nur auf unsere Schwester Bertha! Wenn sie mal im wohlverdienten Urlaub ist, wird sie durch einen kleinen Doc vertreten, vom Cap auch liebevoll Doktor Bob genannt.

Alle sechs bis acht Wochen heißt es in der Kuijpers-App: "Findet Schwester Bertha." Die winzig kleine Dame versteckt sich dann irgendwo in einer Einrichtung der Kuijpers-Gruppe und möchte gefunden

werden. Leicht macht sie es dem Personal aber nicht, sie kann überall sein. Wie es sich für eine Oberschwester gehört, schaut sie nach dem Rechten: Zwischen den Akten, auf dem Schrank, im Blumentopf und auch hinter der Deko wurde die liebenswerte Dame schon gefunden. Der Finder darf sich über einen 25-Euro-Gutschein freuen.

Am CAP begab sich erst vor Kurzem eine lustige Geschichte. Eine Mitarbeiterin entdeckte unsere Bertha in der App und erkannte die Deko des Verstecks wieder. Schnell ein Anruf beim Sozialen Dienst und Schwester Bertha wurde gesichert. Die Freude war riesig und Schwester Bertha sorgte ganz nebenbei für tolles Teamwork. In diesem Sinne wünschen wir den Mitarbeitern: Augen auf in den Häusern, die App fest im Blick und Weidmannsheil! (md)



Inge Pieters, Finderin von Doktor Bob

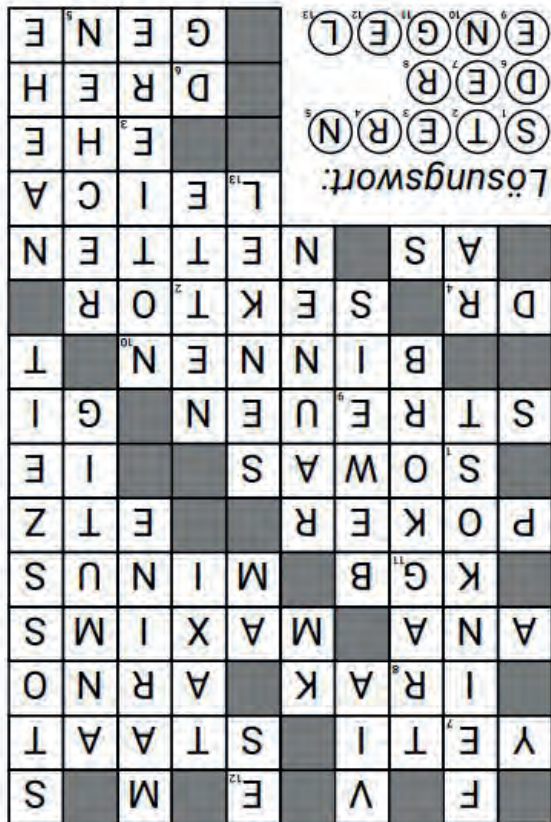
Rätsel



Kreuzworträtsel für Senioren - Nr. 04

www.raetseldino.de

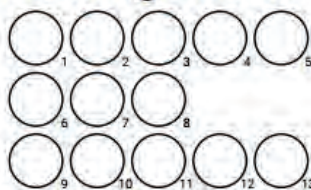
Lösung



www.raetseldino.de
Kreuzworträtsel für Senioren - Nr. 04

Delika- lesse	lateinisch der Weg	Horror- film	Seestreit- macht	Verkehrs- dichte
Schnee- mensch	Transport behälter	politische Ordnung	12 Verkehrsmittel	Grazie
Staat japanische Flugge- sellschaft	7	Kilometer	Vorname männlich ... besten	
	8	Restaurant in Paris zwingendes Indiz		
Geheim- dienst Karten- spiel	11	abzüglich wispern		
kaum zu glauben	1	Schuh- band	Flughafen Metz in Frank- reich	Internet Explorer Web- browser
	9	Fluss in Rheinland Pfalz	US Soldat nicht vergessen	20. Buch- stabe Garten Werkzeug
verteilen Abk. Doctor	innerhalb einer Zeit Abk. Rechts- anwalt	Gebiets- teil	2	Ver- traut- heit
römische Währung	Die ... Leute			

Lösungswort:



13			
Optik- her- steller	Bund fürs Leben	Dachge- schoss	3
... dich im Kreis			6
Erb- sub- stanzen			5

Lieblingsswitz von Marika Lang

Die Großeltern vom kleinen Fritz wollen einkaufen gehen.
"Fritzchen", sagt Opa, "du darfst alleine zu Hause bleiben.
Aber öffne nicht Omas Tassenschrank und klettere bloß nicht
aufs Dach."

Dann gehen beide zum Supermarkt.

Als beide weg sind, bekommt Fritzchen Durst.

Er macht Omas Tassenschrank auf und alle Tassen fallen herunter.

Dann klettert er aufs Dach und es stürzt ein.

Da kommt ein Polizist vorbei und fragt: "Fritzchen, was ist denn los?"

Fritzchen meint: "Ich weiß nicht, ich glaube, Oma hat nicht mehr alle Tassen
im Schrank und Opa hat einen Dachschaden."



Kooperation mit dem Hospizdienst „DaSein“



Katja Stoyke (PDL), Diane Friedrich (EL), Marion Römers (Koordinatorin Hospizdienst DaSein), Manuela Schmölders (MA Sozialer Dienst, Ehrenamtlerin Hospizdienst DaSein)

Die Kooperation zwischen der Seniorenresidenz am CAP in Baesweiler und dem ambulanten Hospizdienst "DaSein" der Malteser mit der Koordinatorin Frau Marion Römers besteht schon sehr lange. Leider ist durch die Corona Pandemie eine lange Pause in der Zusammenarbeit entstanden. Nach der Einarbeitung der neuen Pflegedienstleitung Katja Stoyke am CAP, der Entspannung der Pandemiesituation und nicht zuletzt durch die Absolvierung des Befähigungskurses der Sozialdienst Mitarbeiterinnen Frau Schmölders und Frau Braun bei "DaSein", ist die Kooperation wieder aus ihrem Dornröschenschlaf erwacht.

Wie muss man sich nun eine Zusammenarbeit vorstellen? Ein Mensch liegt im Sterben und der Hospizdienst kommt ...

Nein, so ist es nicht. Eine Begleitung durch einen ehrenamtlichen Hospizdienst setzt schon viel früher an. Der Hospizdienst kommt nicht erst, wenn jemand im Sterben liegt und nur noch wenige Tage/Wochen zu leben hat. Im besten Fall werden die Begleiter schon viel früher mit einbezogen, damit sie noch eine Beziehung zu den kranken/alten Menschen aufbauen können. Bevor sich allerdings die ehrenamtlichen Mitarbeiter*innen und ein zu begleitender Mensch kennenlernen, wird im Vorfeld genau abgestimmt, wer zu wem passen könnte.

Frau Stoyke kümmert sich zusammen mit Frau Römers darum, Ehrenamtler und den zu Begleitenden zusammenzuführen. Bei Menschen, die austherapiert sind, palliativ eingestellt und trotz großem Einsatz des Personals vom CAP wenig bis gar keine Sozialkontakte mehr haben, wird der Kontakt zum Hospizdienst "DaSein" hergestellt. Frau Römers erfährt etwas über die Biografie des zu Betreuenden. Dann kommt sie mit ihren Ehrenamtlern ins Gespräch und zusammen wird überlegt, wer sich dieses Menschen annehmen möchte.

Es wird gemeinsam mit Frau Stoyke ein erstes Kennenlernen vereinbart. Wenn die Chemie stimmt, kommt die Zeit, welche die Ehrenamtler von "DaSein" schenken, dem zu Betreuenden zugute. Jeder Besuchstermin kann anders sein, mal länger, mal kürzer. Wie geht es dem zu Betreuenden, was tut ihm oder ihr heute gut? Das Wichtigste

aber, was die Ehrenamtler machen, ist, wie auch schon der Name des Hospizdienstes der Malteser verrät, da sein! Ist, ganz individuell und persönlich auf die Bedürfnisse eines zu Begleitenden eingehen.

Jeder Tag des palliativ eingestellten Bewohners ist anders. Vielleicht mag er oder sie etwas erzählen, Musik hören, einer Geschichte lauschen oder einen Spaziergang genießen.

In einem Befähigungskurs zur Hospizbegleitung lernen die Ehrenamtler mit den speziellen Situationen bei der Begleitung eines Menschen auf seinem letzten Weg umzugehen.

Die Seniorenresidenz am CAP profitiert im höchsten Maß davon, dass unsere wertgeschätzten Bewohner von "DaSein" Zeit geschenkt bekommen.

Frei nach dem Gedanken:

"Wir können dem Leben nicht mehr Tage geben, aber den Tagen mehr Leben" (Cicely Saunders, Begründerin des St.-Christopher-Hospiz London). (md, jf)



Blackout-Übung im Haus Elisabeth

Unsere Einrichtungen sind fit für den Ernstfall eines Stromausfalls

Die Pflegedienste Kuijpers erklären sich als erste Senioreneinrichtung im Kreis Heinsberg dazu bereit, im Haus Elisabeth in Lieck den Ernstfall eines längeren Stromausfalls zu proben.

Im Vorfeld wurde zunächst für jedes Haus der Kuijpers-Gruppe in große Behälter mit lange haltbaren Lebensmittelvorräten, ausreichend für acht Tage, investiert. Ergänzend wurden die Kisten mit Wärmedecken, Taschenlampen, Trillerpfeifen, Thermobecher und Teller, Bestecke und vielem mehr ausgestattet. Außerdem wurde in zusätzliche Generatoren investiert. Mit Ärzten und Apotheken wurden Gespräche aufgenommen, inwieweit eine ärztliche Versorgung und die Lieferung von Medikamenten gewährleistet ist.

Für den 02.03.2023 ist die Blackout-Übung angesetzt. Dazu eingeladen ist der Leiter des Rechts- und Ordnungsamtes der Stadt Heinsberg, Dennis Mevissen, und eine Abordnung der Feuerwehr Heinsberg, die durch Ralf Wählen (Wehrleiter), Markus Meyers (stellv. Wehrleiter) und Hans-Leo Schreinemachers (stellv. Wehrleiter) vertreten werden. Außerdem sind der Betreiber der Kuijpers-Einrichtungen Pascal Kuijpers, die Heimleitung des Hauses Elisabeth Manfred Krings und Diana Isele-Pohl, das Hausmeister-Team und der Küchenchef Andreas Ruble vor Ort. Zudem sind der IT-Beauftragte Christopher Jans und als Übungskoordinator Oliver

Krings (Leiter der ambulanten Pflege Wasenberg) im Einsatz. Für die Dokumentation der Übung sind Denise Rafael und Heike Schaake zuständig.

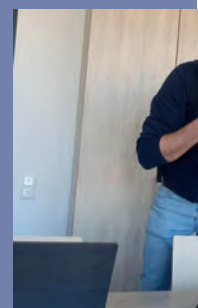
Und dann, nachdem unsere Bewohner am Vormittag auf die kommende Situation vorbereitet wurden, wird um 11:00 Uhr im kompletten Haus Elisabeth der Strom abgeschaltet. Zunächst geht das Licht aus und die Notbeleuchtung erfüllt ihren Dienst. Dann passiert vieles gleichzeitig: Das Hausmeister-Team schließt die Generatoren an. Das Küchen-Team baut auf der Außenterrasse eine provisorische Feuerstelle zum Kochen auf und beginnt mit dem Mittagsgeschäft. Taschenlampen und Trillerpfeifen, die den Klingelruf ersetzen sollen, werden verteilt und die Türen zu allen Bewohnerzimmern geöffnet, damit Rufe oder Pfeifen gehört werden können. Die Feuermeldeanlage wird inspiziert. Den Zugriff auf notwendige Bewohnerdokumentationen stellt unser IT-Beauftragter mit Hilfe mehrere Laptops sicher. Die Türen zum geschützten Bereich, die nun nicht mehr verriegelt sind, werden durch Personal besetzt und im Auge behalten. Weiter stellen wir fest, dass die Telefonanlage noch ca. eine Stunde lang genutzt werden



Material wird gesichtet und erklärt



Kochen auf kleiner Flamme



Christoph kommt ins

kann. Also wird festgelegt, welche Telefonate wichtig sind und im Notfall sofort geführt werden müssen. Und einiges mehr ...

Die Aktivitäten mit den Bewohnern werden bei notbeleuchteten Räumen fortgeführt. Bei Dämmerlicht hat das sogar einen ganz besonderen Reiz. Aus Rücksicht gegenüber den Bewohnern des Hauses findet die Übung am Tag statt. Eine Übung im Dunkeln soll den Bewohnern nicht zugemutet werden. Auch am Tag lassen sich die Schwierigkeiten, die ein Stromausfall mit sich bringt, schnell feststellen.

Nachdem vordringliche Aufgaben ausgeführt sind, macht sich Oliver Krings, der selbst ehrenamtlich bei der Feuerwehr tätig ist und für die Übung als Koordinator fungiert, mit dem Heimleiter Manfred Krings und den Verantwortlichen der Stadt und der Feuerwehr Heinsberg zu einem Rundgang durch das Haus auf. Mit Blick auf die entstehenden Probleme und Herausforderungen, die ohne Strom auf Bewohner und Mitarbeiter zukommen und um den reibungslosen Ablauf des Heimalltags zu gewährleisten, werden alle Bereiche von den Bewohnerzimmern, der Küche und Waschküche, der Heizungsanlage bis

hin zu den Abläufen des Pflegepersonals besichtigt und festgestellt, wie und womit ein möglichst störfreies Weiterführen des Heimalltags möglich ist. Überraschend viele konstruktive Ideen und Möglichkeiten werden bei dieser Begehung erarbeitet.

Bei einer Pause werden alle helfenden Kräfte mit Gulaschsuppe aus der Feldküche und Berliner Ballen gestärkt und um 14 Uhr wird der Strom wieder eingeschaltet. Nicht alle Systeme haben dem Stromausfall standgehalten, werden aber noch am selben Tag wieder in Stand gesetzt.

Fazit: Es ist eine große Herausforderung, einem Stromausfall zu begegnen. Wir als Kuijpers-Gruppe sind stolz darauf, ein solches Szenario einmal komplett durchgespielt zu haben. Wir sind dankbar für die Erfahrung und die vielen Erkenntnisse, die wir daraus gewonnen haben. Einmal viele Eventualitäten beleuchtet zu haben gibt uns Sicherheit. Jetzt wird ein Konzept erstellt, das als Leitfaden dienen soll, damit jeder Verantwortliche und jeder Mitarbeiter weiß, wie er bei einem Stromausfall reagieren muss. Wir sind vorbereitet. Die Übung hat uns und den Bewohnern die Angst genommen. Von einem realen Notfall bleiben wir trotzdem gerne verschont.

Wir danken den Vertretern der Stadt und der Feuerwehr für ihre tatkräftige und hervorragende intellektuelle Unterstützung. (kj)



her Jans
schwitzen



Auch die Feuerwehr
wird gepflegt



Die Bewohner fühlen
sich sicher

Frühlingserwachen bei Tante Käthe

Tante Käthe ist nicht nur der Spitzname von Fußballlegende Rudi Völler oder ein Lied der Hühner, sondern auch ein sehr nettes Café am Marktplatz in Erkelenz mit Blick auf das historische Rathaus.

Dass die Innenstadt zum Frühjahr regelrecht erblühen kann, davon hatten wir bereits gehört. Nun wollten sich die Bewohner*innen des Hauses St. Josef aber selbst ein Bild davon machen und machten sich auf zum Osterbrunnen, Wochenmarkt und Kuchen im Café Tante Käthe.

Obst. Besonders angetan waren unsere Besucher von den Blumenständen.

Dann ging es zum Abschluss ins bereits erwähnte Café Tante Käthe. Dies versprüht eine ganz besondere nostalgische Atmosphäre. Besonders unsere ältesten Bewohner*innen waren sehr begeistert. Es kam das Gefühl auf, in Großmutter's Wohnzimmer zu sitzen. Das Café schmückt sich mit vielen alten Möbelstücken sowie Geschirr und Dekoration im Stil der 50- und 60er Jahre. Es gibt eine Außenterrasse und einen



Bunte Blumen leuchten und bringen Augen zum Erstrahlen



Der geschmückten Brunnen inspiriert zu einem gemeinsamen Foto



Tante Käthes Wohnzimmer lädt zum Wohlfühlen ein

Mit dem Auto ging es nach Erkelenz. Parkplätze sind hier leider rar, weswegen ein kurzer Spaziergang mit Schaufensterbummel nötig war. Im dichten Gedränge des Marktplatzes durfte dann der wunderschön dekorierte Osterbrunnen bestaunt werden. Dieser wird alljährlich von den Grundschulen und Kindergärten in Erkelenz mit Basteleien geschmückt und schließlich vom Bürgermeister feierlich eingeweiht. Der Wochenmarkt bot wie immer allerlei Stände, von Gemüse über Fisch, Wurst und

kleinen Biergarten. In dieser Gemütlichkeit kann man sich von der freundlichen Bedienung mit Frühstück, Hausmannskost oder Gebäck verwöhnen lassen. Mit leckerem Kuchen ließen unsere Bewohner sich verwöhnen, bevor man den Weg nach Hause antrat.

Nach diesen schönen Eindrücken und tollen Erinnerungen war klar: Auch im kommenden Jahr wird das Frühlingserwachen in Erkelenz bestaunt. (dk)

Der Wonnemonat Mai kündigt sich an



Das gemeinsame kreative Arbeiten mit Erfolgserlebnis ist für alle gewinnbringend

Den Mai auf farbenfrohe Weise zu begrüßen ist eine herrliche Tradition. Damit möglichst viele Bewohner*innen am Schmücken der Maibäume teilhaben können wird in Etappen vorbereitet und gebastelt. Kreativ werden wir in übersichtlichen Gruppen, damit man alle Teilnehmenden im Blick hat, rasch zur Stelle ist, wo eine helfende Hand gebraucht wird und sich dennoch nett bei der Arbeit unterhalten kann.

Zunächst werden typisch blau-weiß bemalte Holzstäbe in Gipsfundamente gegossen, anschließend ein Kranz aus Grün gebunden und daran befestigt. Bunte Kreppbänder werden zurechtgeschnitten, die dann dem Kranz das finale Etwas verleihen.

Selbstredend dürfen auch das Lied, "Der Mai ist gekommen" und weitere Frühlingslieder nicht fehlen. So werden die Vorbe-

reitungen zur Maibegrüßung schon zum Frühjahrsevent.

Und die Ergebnisse können sich sehen lassen. Viele Bewohner*innen können sich im Rahmen ihrer Möglichkeiten einbringen und haben Anteil am Erfolg des Projektes. Und so wird jeder Wohnbereich mit einem solch fröhlich bunten Maibaum verschönert, der für gute Stimmung auf den Stationen sorgt.

Auch vor dem Haus wird unser Baum im Bankrundell zum Blickfang. Denn auch an ihm flattern jetzt im Mai lustig tanzende farbenfrohe Kreppbänder und faszinieren so die Betrachter*innen. Da macht der Blick aus dem Fenster doppelt so viel Spaß. (kj)



Frau Mestrom und Frau Plottka bewahren mit ihrer Arbeit alte Tradition

Kirmes



Kirmes im Dorf ...

Früher war die Kirmes jährlich ein Großereignis. Man nahm sich Urlaub, um an allen Tagen aktiv dabei sein zu können. Tage vorher wurden Röschen gedreht und das Haus des Königspaares geschmückt, Fähnchen markierten die „Königsallee“ und Fahnen schmückten die Häuser.

Am Kirmeswochenende fand dann meist samstags abends der Königsball statt.

Sonntags morgens ging es dann gemeinsam mit dem Schützenverein in die heilige Messe, nachmittags fand dann traditionell der Umzug mit anschließender Parade statt. Im Anschluss traf man sich dann mit den Gastvereinen noch auf dem Zelt und ließ den Abend ausklingen.

Das Kirmeswochenende endete traditionell montags mit dem „Klompball“. (hs)



Kindheitserinnerungen zum Thema Kirmes sind bei Frau Reulen und Frau Jansen, Bewohnerinnen des gerontopsychiatrischen Pflegeheims St. Josef in Erkelenz-Kückhoven, geweckt worden. Beide erinnern sich

gerne an die schönen Zeiten der Jugend und der aufregenden Erlebnisse auf dem Rummel.

Frau Reulen erzählt: "Die Kirmes war immer etwas Besonderes, denn man traf Freunde und Verwandte. Wir gingen mit Eltern und Geschwistern zum Markt. Von den Großeltern haben wir immer Kirmesgeld bekommen, wovon wir dann Zuckerwatte und kandierte Äpfel gekauft haben. In jungen Jahren gingen wir immer zur Dorfkirmes. Später dann fuhren wir zum Öcher Bend oder zur Anna-Kirmes nach Düren."

Frau Jansen berichtet: "Wir haben unsere beste Kleidung angezogen. Ich habe mich richtig schick gemacht. Es gab Fahrgeschäfte wie Karussell und Riesenrad. Am liebsten habe ich Lose an der Losbude gekauft. Leider habe ich meistens Nieten gezogen, mich aber riesig über den Trostpreis gefreut, den es oft gab. (ml)





Als ich ein Kind von sechs Jahren war, sind wir mit zwei Familien zur Anna-Kirmes gefahren. Die war riesig und so viele Menschen hatte ich wohl noch nirgendwo gesehen. Parken mussten wir auch ziemlich weit weg vom Markt. Immer, wenn wir unterwegs waren, sagte mein Vater: "Wenn wir getrennt werden, treffen wir uns am Auto wieder." Und es kam, wie es kommen sollte. Wir schlenderten kreuz und quer über den Markt, blieben an Buden stehen und fuhren auf einigen Fahrgeschäften. Es war ein Durcheinander von Wegen, ein Gewimmel von Menschen und schon dunkel. Und dann passierte es. Ich ging an der Hand meiner Mutter über dem Markt. Dann sah ich meinen Vater an einem Zigarettenautomaten stehen, riss mich los und wollte zu ihm. Doch ich wurde zwischen den Beinen fremder Menschen hin und her geschoben und als ich ankam, wo ich gerade noch meinen Vater habe stehen sehen, war er weg. Ich drehte mich zu meiner Gruppe um und fand sie nicht mehr. Was tun? Mit Tränen in den Augen versuchte ich zu überlegen, in welcher Richtung nun unser Auto stand und lief los. Ich sah nur fremde Gesichter um mich herum, und es sprachen mich besorgte Leute an, aber ich sagte nur: "Ich weiß, wo das Auto steht." Ich verstehe es nicht so recht, aber ich kann den Weg jetzt noch genau beschreiben. Ich fand das Auto und setzte mich aufs Dach. Irgendwann musste meine Familie doch kommen. Nachdem sie mich gesucht und beim Roten Kreuz nach mir gefragt hatten, trafen sie mich erleichtert am Auto an. Und nur einer hatten mir zugetraut, dass ich den Weg ganz alleine finden würde. (kj)

Die Kirmes im Dorf war ein Highlight für Groß und Klein.



"Schon Tage vorher gingen wir Kinder Oma, Opa, Tante und Onkel nach Kirmesgeld fragen. Ein paar Groschen reichten damals schon, um mit der Schiffschaukel in die Lüfte zu fliegen. Das war ein Spaß," sagte Frau Wüllenweber.

"Die Eltern und Großeltern machten sich am Sonntag schick und dann ging es zu Fuß ins nächste Dorf zum Schützenfest", erzählt Frau Kohnen.

Frau Hombach erinnert sich gerne an Fahrten mit der Raupenbahn zurück. Wenn sich während der rasanten Fahrt das Verdeck schloss, wurde es richtig spannend.



Sehen und gesehen werden, Nachbarn und Bekannte treffen, an der Schießbude die Liebste beeindrucken, flanieren und Kirmesleckereien genießen, all das sind Erinnerungen, welche die Bewohner*innen vom CAP gerne teilen, wenn man sie nach der Kirmes von früher fragt.

Das Leuchten in den Augen, wenn sie sich erinnern, zeigt dem Zuhörer, welche besondere Zeit das damals für unsere Bewohner*innen war. (md)

Tagespflege begeistert auch Junggebliebene

Die Tagespflege ist eine oft verkannte Möglichkeit, Schwung in den Alltag zu bringen. Frau Marlis Plömacher (85) und Frau Edeltraud Gillissen (78) sind zwei der junggebliebenen Teilnehmer der Tagespflege in Wassenberg. Im Interview berichten sie von ihren Erfahrungen.

Warum haben Sie sich für die Tagespflege entschieden?

Frau Gillissen berichtet: „Ich habe mit meinen Kindern gesprochen, dass ich irgendwas machen muss, damit ich mich zu Hause nicht so langweile, obwohl ich meine Arbeit habe. Mein Sohn hat sich dann über die Tagespflege informiert, die mir dann drei Schnuppertage angeboten haben. Zuerst habe ich gedacht, ich will doch nicht in die Tagespflege. Dafür fühlte ich mich noch zu jung und zu fit. Aber ich habe es ausprobiert und mich dann fest für einen Tag in der Woche angemeldet. Das war eine wirklich gute Entscheidung. Auch, weil ich hier eine wirklich liebe Freundin gefunden habe. Das war Liebe auf den ersten Blick. Aber auch mit den anderen Besuchern verbringe ich gerne meine Zeit.“

Frau Plömacher berichtet, dass sie und die Familie zunächst skeptisch waren: „Doch schon am zweiten Schnuppertag war ich so begeistert, dass ich meinen Kindern regelrecht davon vorgeschwärmt habe. Meine Kinder und sogar meine Enkel freuen sich so sehr mit mir, dass mir der Tag in Wassenberg so guttut. Für mich ist der Tag eine Möglichkeit mehr Abwechslung in mein Leben zu bringen und neue Kontakte aufzubauen, nicht allein zu sein.“

Wie sieht ihr Tagesablauf zu Hause aus?

Frau Gillissen erzählt: „Zu Hause verbringe ich die meiste Zeit alleine. Mein Mann ist verstorben und die Kinder unterstützen mich, wo sie können, aber sie haben selbst auch noch ein Leben und ich bin froh, dass sie jetzt, wo ich zur Tagespflege gehe, einen freien Tag haben. Kleine Einkäufe erledige ich noch selbst mit dem Auto und manchmal fahre ich zu einer Freundin, damit ich ein wenig Unterhaltung habe und nicht vor Langeweile vergehe, weil ich alleine vor dem Fernseher sitze.“

Frau Plömacher weiß zu berichten: „Ich bekomme morgens schon Hilfe bei der Pflege und stürze mich dann in den Tag. Ich habe tausend Dinge im Kopf, die zu erledigen sind, und ich koche noch sehr gerne. Die Küche ist mein Reich. Nach dem Mittagessen gehe ich mit dem Rollator eine Runde spazieren und bin dann müde, schlafe ein paar Minuten und gucke anschließend Fernsehen. Mit meiner Freundin telefoniere ich täglich. Im Grunde bin ich es aber gewohnt, viel alleine zu sein.“

Wie sieht ihr Tagesablauf in der Tagespflege aus?

Frau Plömacher antwortet: „Ich finde es toll, morgens schon so freundlich begrüßt zu werden. Dann fühle ich mich gleich willkommen. Das Personal ist super. Ich brauche nur das Gesicht zu verziehen und gleich ist jemand aufmerksam und fragt nach meinem Wohlbefinden. Ich möchte es nicht mehr missen. Und dann geht's auch schon zum gemeinsamen Frühstück, auf das ich mich seit dem Aufstehen freue. Anschlie-

End gibt's Gymnastik, Singen oder Spiele. Wir tun also auf jeden Fall etwas Gutes für uns, entweder für den Kopf oder für den Körper oder für beides. Es macht einfach riesigen Spaß und ist abwechslungsreich. Nach einem leckeren Mittagessen machen viele ein Nickerchen. Ich unterhalte mich



Manchmal wird in der Tagespflege sogar gemeinsam gekocht und dann schmeckt es besonders gut

aber lieber mit meiner Freundin. Nach einem gemütlichen Nachmittag werde ich abends bis vor die Haustüre chauffiert und ich denke über den Tag nach. Es ist einfach schön in der Tagespflege, mal was anderes sehen, was anderes hören: toll. Wir haben hier so viel zum Lachen. Wir haben schon mit dem Kopf auf dem Tisch gelegen vor Lachen, so eine Freude, herrlich, herrlich, herrlich. Der Manni erzählt immer Witze, und die bringt er dann so nett, dass wir schon vor der Pointe schmunzeln müssen und am Ende dann laut lachen.“

Frau Gillesen genießt ihre Zeit in der Tagespflege ebenfalls: "Im Alltag beschäftige ich mich kaum mit Gedanken an früher. Da schaue ich meine Serien und konzentriere mich auf das, was ansteht. Aber in der Tagespflege werden oft, durch kleine Anstöße, Erinnerungen aus dem letzten Stübchen meines Gehirns geweckt, und es macht mir wahnsinnige Freude, wenn sie in mir lebendig werden. Je mehr Personen sich an dem Gespräch beteiligen und ihre Erfahrungen einbringen, umso mehr Bilder entstehen in meinem Kopf und vernetzen mich mit der Vergangenheit. Manchmal muss ich zu Hause noch darüber lachen, was ich in der Tagespflege erlebt habe."

Das Fazit der Damen

Die Tagespflege ist auch für Junggebliebenen eine echte Option, das Leben lebenswerter zu gestalten. (kj)



Frau Gillesen (li.) und Frau Plömacher (re.) genießen ihre Freundschaft, die erst durch die Tagespflege entstanden ist

Ein Trio verbindet unsere Einrichtungen



Alfred Kutzob (links), Josef Cremer (Mitte), und Michael Koch (rechts) stellen die Verbindung zwischen den Einrichtungen der Kuijpers-Gruppe her

Das Trio, das unsere Einrichtungen von Baesweiler bis Lieck miteinander verbindet, teilt sich einen Job. Die drei Herren sind allesamt in Rente oder Pension und haben für sich entschieden, sich noch sinnvoll in der Gesellschaft einzubringen. Und so ist täglich einer von ihnen im Einsatz.

Für Herrn Cremers ist es wichtig, dass seine Frau morgens zu Hause ungestört ihren Haushalt erledigen kann, damit sie gemeinsam den Rest des Tages unbeschwert verbringen können. Trotz Hobbys ist dem 71-jährigen ein ganzer Tag ohne Aufgabe zu langweilig. Er mag lieber etwas Bewegung und vor allem die Kontakte zu den Mitarbeitern sind ihm wichtig.

Herr Koch ist mit 60 der Jüngste im Bund und seine Frau ist noch berufstätig. Aus diesem Grund wäre er im Augenblick noch viel allein zu Hause. Da kommt ihm seine

morgendliche Beschäftigung sehr entgegen. Außerdem fährt er gerne in den Urlaub, Kreuzfahrten sind voll sein Ding und das bei Kuijpers verdiente Gehalt wird dafür zur Seite gelegt und bessert seine Urlaubskasse merklich auf.

Und auch Herr Kutzob fühlt sich mit seinen 67 Jahren zu jung, um seine Zeit auf dem Sofa und vor dem Fernseher zu verbringen, und freut sich über die Kontakte und die vielen kleinen Gespräche auf seiner Tour. Er startet morgens sogar früher, damit er in jedem Haus etwas Zeit zum Klönen hat. Wenn er im Sommer die Häuser anfährt und die Bewohner*innen vor dem Haus auf der Terrasse sitzen dreht er die Musik im Auto lauter, sodass alle wissen, dass er kommt, und ihm zuwinken. In der Seniorenresidenz Am CarlAlexanderPark ist er sogar der Haus-DJ. Für alle Events wie Karneval oder Sommerfest ist er musikalisch für die Senioren im Einsatz. Berührungängste zu alten und kranken Menschen sind ihm fremd.

Das Trio ist sehr gerne "on the road". Das Autofahren von einer Einrichtung zur nächsten ist für sie, meistens jedenfalls, nicht anstrengend. Wenn allerdings die Verkehrsbedingungen bescheiden sind, wird es auch schon mal stressiger. Aber die drei sind sich einig, dass ihnen die Arbeit gefällt. Aufgrund der Hebebühne am Lkw bleibt ihnen körperlich harte Arbeit erspart. Alle Materialien, die transportiert werden müssen, können auf die Laderampe gerollt und dann im Wagen gesichert werden. Das Schleppen, Heben und Stapeln schwerer Gewichte gehört der Vergangenheit an.

Und das ist gut so. Dafür sind sie und ihre Rücken sehr dankbar.

Der Tagesablauf sieht folgendes vor: Dienstbeginn ist um 8 Uhr in Baesweiler. Hier werden die Post und die leeren Essensbehälter vom Vortag eingeladen. Damit geht es ab in Richtung Wassenberg, wo im Haus "Am Waldrand" und in der Wohngemeinschaft Wassenberg ebenfalls Post und Essensboxen aufgeladen werden. Danach wird die Verwaltung in Wassenberg angefahren, wo die Post für alle Häuser und gegebenenfalls Papier oder Pflegematerial wie Handschuhe aufgeladen werden.

Voll beladen ist die nächste Station Lieck. Post und andere Materialien für Lieck werden an den richtigen Mann beziehungsweise an die richtige Frau gebracht. Post für die Verwaltung wird eingepackt. In der Großküche werden die leeren Thermophoren gegen die mit frisch gekochten, kulinarischen Leckereien befüllten getauscht. Diese werden im kleinen Lkw an ein System angeschlossen, das dafür sorgt, dass die leckeren Speisen bis zum Mittagessen schön heiß bleiben. Die Wegstrecke ist zwar immer die gleiche, was allerdings von der Fahrzeit nicht behauptet werden kann. Diese ist maßgeblich vom Straßenverkehr abhängig und kann sehr variieren.

Von Lieck aus geht die Fahrt nun rückwärts. In der Wohngemeinschaft Wassenberg wird Essen geliefert. Die Hauspost wechselt den Besitzer in der Verwaltung Wassenberg. Das Haus am Waldrand wird mit frischen Speisen versorgen. Dann erst

geht es zurück nach Baesweiler, wo immer noch das Essen in den Containern heiß sein muss, damit die Bewohner*innen zufrieden sind.

Bestenfalls ist es dann auch schon 12 Uhr und die Herren können pünktlich Feierabend machen. Meistens, so sagen die Herren, schauten sie dann auf einen Arbeitstag zurück, der sie zufrieden gemacht hat.

Das Trio fühlt sich der Kuijpers-Gruppe voll zugehörig und wird in jedem der Häuser von allen freundlich empfangen. Vor allem der Kontakt zur Küche in Lieck, wo die drei aus arbeitstechnischen Gründen die meiste Zeit verbringen, ist besonders gut. Vor Weihnachten sind die Fahrer sogar von der Küche zum Weihnachtsmarkt eingeladen worden und haben dort einen sehr schönen geselligen Abend verbracht.

Unsere drei Fahrer sind ein Trio, das begeistert. Sie freuen sich über jedes nette Wort und halten auch gerne mal ein kurzes Schwätzchen. Am wichtigsten ist ihnen, dass alle Bewohner*innen pünktlich eine leckere und heiße Mahlzeit bekommen. (kj)



Das Trio vor ihrem kleinen Lkw

Der Tod gehört zum Leben

Wer weiß? Vielleicht beginnt unser Leben erst mit unserem Tod. Weiß das Blatt, das im Winter vom Baum fällt von dem neuen Leben im Frühjahr?

Unter anderen inspiriert uns dieser Gedanke zur Neugestaltung des Bereiches zur Trauer und Erinnerung an unsere verstorbenen Bewohner*innen. Zur Versinnbildlichung von Leben, Tod und Auferstehung, von Stärke, Halt und Verbindung zum Himmel entsteht unser Erinnerungsbaum. Mit tatkräftiger Unterstützung durch Nicole Schmitt wird dieser in künstlerischer Feinarbeit an die Wand gezeichnet.

Der Baum ist schon seit je ein wichtiges Symbol im Christentum. Die Wurzeln sind mit der Mutter Erde verbunden und die Krone wächst in Richtung Himmel.

Der Baum ist fest verwurzelt und symbolisiert somit Halt und Kraft, zwei wichtige Eigenschaften, die man braucht, wenn ein Familienmitglied, Freund oder Mitbewohner*in von uns geht. Die Gefühle von Angst, Trauer, Verlust, Leid und Einsamkeit können im Sterbefall eines geliebten Menschen schnell von uns Besitz ergreifen. Doch bei der Betrachtung eines alten Baumes, der zwar durch die Widrigkeiten der Jahre nicht mehr ganz gerade, aber doch fest verwurzelt dasteht, dem Entwicklung und Wachstum nichts anhaben konnten, der die Jahreszeiten übersteht, dessen Blätter jeden Winter absterben und der trotzdem jedes Frühjahr zu neuem Leben erwacht, versteht man etwas mehr den Zyklus des Lebens.

Übertragen auf unser eigenes Leben oder auf das Leben unserer Verstorbenen ist der Baum ein Hoffnung schenkendes Bild.

Auch in der Erinnerung an unsere Bewohner*innen können wir uns auf ihre Stärken, ihre positiven Eigenschaften besinnen, auf die Persönlichkeit und Werte, die eine Person ausgemacht haben. Wenn uns in diesen Momenten doch mal die Trauer überrollt, so können wir symbolisch den Baum umarmen und uns dort abstützen, denn er ist stark genug, uns zu halten.

Der Baum als Sinnbild für Auferstehung und Neugeburt kann ein lebensbejahendes Gefühl der Hoffnung und der Freude hervorrufen. Einsamkeit und Angst schwinden und Vertrauen, Kraft und Liebe wachsen wieder. (ml, kj)



Das Erfolgsprojekt "Baum" gelang durch die Kreativität von Frau Schmitt

MAKS-m-Therapie im Haus "Am Waldrand"

Ende letzten Jahres haben bei uns im Haus "Am Waldrand" unsere Alltagsbegleiterinnen Neza Berisha, Ines Heuter, Roswitha Schmitz, Rita Schaefer, Anja Wodzinski und Sabrina Zarden ihre Fortbildung zur MAKS-m-Therapeutin erfolgreich bestanden. Schon während der Ausbildung musste das erworbene Wissen in einem praktischen Teil der Prüfung umgesetzt werden - die Geburtsstunde der MAKS-m-Therapie bei uns im Haus. Seitdem hat diese zweistündige Therapieeinheit einen festen Platz in unserem Angebotsplan. Doch was bedeutet eigentlich MAKS-m?

MAKS®- m ...

... ist eine multimodale, psychosoziale, nichtmedikamentöse Gruppentherapie

... ist gedacht für Menschen mit leichter kognitiver Beeinträchtigung, leichter bis mittelschwerer Demenz

... besteht aus vier Modulen, die in fester Reihenfolge nacheinander durchgeführt werden:

- soziales Modul: in der Gruppe ankommen/ Gemeinschaft, Förderung sozial-kommunikativer Ressourcen, Wertschätzung, Stärkung der Identität, Beschäftigung mit existentiell wichtigen Themen

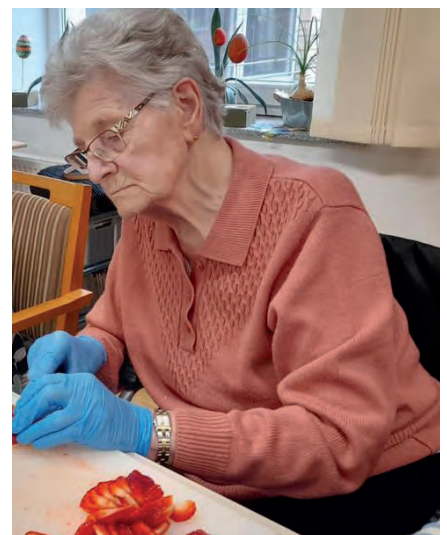
- motorisches Modul: Aktivierung und Erhalt motorischer Fähigkeiten, Förderung der Bewegungssicherheit, Förderung der Koordination, Verbesserung der Körperwahrnehmung

- kognitives Modul: Aktivierung und Erhalt kognitiver Fähigkeiten: Aufmerksamkeit,

Auffassung und Gedächtnis, Training logischen Denkens, Erhalt der Kulturtechniken Lesen, Schreiben und Rechnen

- alltagspraktisches Modul: Aktivierung und Erhalt alltagspraktischer Fähigkeiten, Förderung sozialer Kompetenzen, Teilhabe am Alltagsgeschehen, Erleben von Alltagsnormalität

Die einzelnen Module werden nacheinander durchgeführt und die Themen sind immer angepasst an die Jahreszeit. So wurden z. B. passend zum Thema Osterzeit in der Mitte der Teilnehmenden ein Osterstrauch, Osterhasen und Küken drapiert. Im alltagspraktischen Modul wurde ein Osterdessert mit frischen Erdbeeren hergestellt.



Frau Nolte, konzentriert beim Zerkleinern der Erdbeeren für das Osterdessert

Unsere Alltagsbegleiterinnen lassen sich immer wieder tolle Sachen einfallen für die MAKS-m-Therapie und bereiten die Therapiestunden akribisch vor. Wir sind sehr stolz auf unsere MAKS-m-Therapeutinnen und freuen uns auf viele schöne Therapieeinheiten, die hier im Haus für unsere Bewohner*innen stattfinden werden. (hs)

Betriebliches Gesundheitsprogramm 2023

Unserer Geschäftsführung, Pascal Kuijpers und Ralf Eiche, liegt die Gesundheit ihrer Mitarbeiter am Herzen. Durch unsere neue Stabsstelle "Betriebliches Gesundheits-Management" (BGM) besetzt durch Verena Rauschen, wird die Aufgabe der Gesundheitsfürsorge nochmals mehr in den Mittelpunkt gerückt. Wie bereits in den vergangenen Jahren wird es auch 2023 weiterhin Mitarbeiter-Benefits geben.

Darunter fallen die

- Pensionskasse: Allen Mitarbeitern steht ein Arbeitgeberzuschuss zur Pensionskasse zur Verfügung. Hierbei spielt der Anbieter der Versicherung keine Rolle.
- Getränkeversorgung: Es werden in allen Einrichtungen und Standorten kostenfreie Getränke (Mineralwasser, Apfelschorle, Softgetränke, Kaffee und Tee) angeboten.
- Vorteilsportal: In der Kuijpers-App oder unter www.mitarbeitervorteile.de finden Sie exklusive Rabatte bei über 500 namhaften Partnerunternehmen.
- Kfz.-Versicherung: Bei der LVM-Versicherungsagentur besteht ein Rahmenvertrag, aufgrund dessen die Möglichkeit besteht hier eine vergünstigte Kfz.-Versicherung abzuschließen (zwischen 25 und 35% Ersparnis möglich). Kontaktdaten: info@frenken.lvm.de
- Dienstrad: Alle Mitarbeiter haben die Möglichkeit, nach einem Jahr Betriebszugehörigkeit bis zu zwei Räder zu leasen. Kooperationspartner ist der Dienstleister www.mein-dienstrad.de

Anfang des Jahres traf sich der Arbeitskreis, bestehend aus Geschäftsführung, BGM, Fort- und Weiterbildung und BGF der AOK. Hier wurden Angebote für das Jahr 2023 erarbeitet und terminiert. So startete im April das erste Angebot "Ernährung in der Schicht". Dazu wurde ein Impulsvortrag gehalten. Vermittelt wurden den Mitarbeitenden Tipps und Tricks rund um die Ernährung vor, während und nach der Schicht.

Im Juni findet das Kraft-Balance-Training statt. Inhalt ist die Steigerung der Kraft durch Trainingsübungen, aber auch der kognitiven Fähigkeiten, Balance und Standfestigkeit werden trainiert.

Im August ist ein Aktionsstand „Lunch-Box“ im CAP geplant. Dieser bietet für alle interessierten Mitarbeiter*innen aller Standorte eine Anlaufmöglichkeit, sich Anregungen zu abwechslungsreichem und gesundem Essen für die Pausenzeit zu holen. Hier gibt es alltagstaugliche Rezeptideen für die Lunchbox.



Beim Radfahren zum Dienst: sammeln.
Auf dem Heimweg: loslassen.

Ebenfalls im August ist die Kompaktschulung "Rückenfit" für Hauswirtschaftskräfte aus den Häusern "Am Waldrand" und "Elisabeth" sowie für das Großküchenpersonal geplant. Hier wird an drei aufeinander aufbauenden Veranstaltungstagen den Teilnehmern an ihren Arbeitsplätzen eine rückschonende Arbeitsweise vermittelt.

Zudem werden wir am Sonntag, dem 17.09.2023, in Hückelhoven am Web-Lauf teilnehmen. Zu diesem Anlass wurde im April eine Lauf- und Walkinggruppe ins Leben gerufen. Diese bleibt weiterhin offen für neue Mitarbeiter*innen, die ebenfalls Lust auf Bewegung haben.

In Eigeninitiative hat das Haus Elisabeth ebenfalls den Appell für sich angenommen. Hier wird durch unsere Pflegedienstleitung Frau Isele-Pohl jeden Morgen ein Lauf vor dem Frühdienst angeboten.



Der harte Kern der Liecker lässt sich auch von Regen nicht abschrecken und hält sich fit für den Alltag. Tolle Truppe!

Zusätzlich werden durch die BGF Refresh-Veranstaltungen für die Betreuungskräfte und alle Interessierten angeboten.

Des Weiteren findet im November das Angebot "Essen und Trinken bei Demenz" statt. Im Rahmen unseres Arbeitskreises Basisführungsmanagement freuen wir uns, ein BGF-Thema anbieten zu können: "Umgang mit Dysphagie im pflegerischen Alltag". Ergänzend zum BGF-Programm bieten wir ebenfalls im November wieder einen Basiskurs zur Kinästhetik an. Kinästhetik liegt uns besonders am Herzen, damit eine rückschonende Arbeitshaltung begünstigt wird und der zu Pflegenden professionell versorgt werden kann. Weiter startet erneut ein Workshop zur Ausbildung von Bewegungs-Scouts. Und im Dezember findet die Auftaktveranstaltung, zum Projekt Nichtrauchertraining statt. Wir möchten den Weg aus der Abhängigkeit erleichtern und verschiedene Aspekte ins Bewusstsein rufen. Details zu den verschiedenen Angeboten erhalten Sie wie gewohnt regelmäßig in der Kuijpers-App und als Aushang in den Einrichtungen. Auch die nächste Ausgabe der Wohlfühlzeit wird über Angebote und Events berichten, die bis dahin stattgefunden haben, und kommende Projekte näher erläutern.

Wünsche und Anregungen zu betrieblichen Gesundheitsangeboten für 2024 werden gerne von unserer BGM-Beauftragten Verena Rauschen entgegengenommen.

(bs)

Herrlichkeit

Ich will fliegen
den Strom der Zeit besiegen
getragen von einer unsichtbaren Macht
die Schwerkraft wird ganz sacht

Will leben ein mitreißendes Leben
um bei Zeiten abzuheben
gehalten von unsichtbaren Händen
die mich überall wohl fänden

Will nach andren Wegen gieren
den Horizont nicht aus dem Aug' verlieren
im Vertrauen auf die unsichtbare Kraft
die den Himmel mir verschafft

Ich will fliegen mit dem einen
der nicht festhält mich an Leinen
mich glauben lässt an eine unsichtbare Bindung
die mir Freiheit schenkt und Findung

Zu schweben ist mein Ziel
vom Gestern zu dem Traum von morgen ist nicht viel
doch die Hoffnung auf den noch unsichtbaren Weg
ist mir ein sich'rer Steg

Geführt von einer Herrlichkeit
die hält den Augenblick für mich bereit
sie ist der Wind in meinen Segeln, ich will es spüren
wie sich Gegensätze liebevoll berühren
in der Obhut ihres unsichtbaren Seins
macht sie den Unterschied in meins

(kj)



PFLEGEDIENSTE
Kuijpers



Monsif, 26 Jahre
Pflegefachkraft

Fabrice, 30 Jahre
Pflegefachkraft

Elisa, 21 Jahre
Pflegefachkraft

Cherry Rose, 27 Jahre
Pflegefachkraft

Werde ein Teil der
Kuijpers Familie
Bewirb Dich jetzt.



deinjobbeiuns.de