

März 2018



ojo



2018 ... Wuff...

Hauszeitung der Johann - Jobst Wagnerschen Stiftung
Von Bewohner(innen) für Bewohner(innen)

Editorial

von Elske Leopold
und Stefan Steckel



Liebe Bewohnerinnen,
Liebe Bewohner

Bei den Chinesen hat im Februar das Jahr des Erde-Hundes begonnen. Der Hund steht für ein freundliches Wesen

sowie für Treue und Loyalität. Wie passend: Diese Ausgabe des JoJo beginnt mit einem Artikel über Tiere, die in unserer Stiftung mit uns leben.

Die Chinesen sagen zum Jahr des Hundes:

„In der Gesundheit soll man herausfinden, was einem gut tut“. Herr Gonet hat das für sich herausgefunden, wie man in unserem Artikel auf Seite 4 lesen kann.

In Alltag und Beruf sagen die Chinesen: „Je machbarer und praktischer die Ideen sind, desto erfolgreicher wird die Umsetzung“. Das ist ganz wichtig beim Umbau der Küche, über den wir auf Seite 7 berichten.

Ferner heißt es: „Sorgfältiges Planen und solides Wirtschaften“ seien in diesem Jahr besonders wichtig. Auf Seite 6 finden wir einen Artikel von Herrn Fahlbusch zum Thema Patientenverfügung. Ein ganz wichtiges Thema, wie man für sich vorsorglich festlegen kann, was bei schweren Erkrankungen geschehen soll.

Bezeichnend für das Jahr des Hundes sind Ehrlichkeit und Bescheidenheit, die einem helfen, Bekanntschaften auszubauen und Freundschaften zu vertiefen. Dies kann man gut beim wöchentlichen Nachbarschaftstreff und in der Kochgruppe ausprobieren, über die wir berichten. Und auch bei allen anderen Veranstaltungen, die in der Stiftung angeboten werden. Wir haben alle Angebote auf der Rückseite dieses Heftes zusammengefasst.

Wer uns schreiben möchte: Leserbriefe nimmt die Sozialstation entgegen, und in Kürze bekommt die JoJo-Redaktion einen eigenen Briefkasten in Haus 1.

Viel Spaß beim Lesen wünscht Euch

Das Redaktionsteam

Herausgeber: Johann Jobst Wagensche Stiftung,

Theodor-Krüger-Str. 3, 30167 Hannover, Tel.: 0511/15624

Besuchen Sie uns im Internet: <https://www.wagensche-stiftung.de/>

Redaktion: Hans-Dieter Duszczak, Nicola Dieckmann,

Veronika Ebeling, Swetlana Klassen, Reinhold Fahlbusch, Elske Leopold,

Cornelia Pilkahn, Stefan Steckel, Julia Volmer

Die Wagenersche Stiftung ist tierfreundlich

Einige Bewohner haben Haustiere, unter Anderem Katzen, Meerschweinchen, Kaninchen und sogar einen kleinen Hund.

Aber das ist noch längst nicht alles. In der Stiftung gibt es auch viele Tiere, die unter freiem Himmel leben.

Da gibt es in unserem Teich Goldfische, die haben wir natürlich selbst da hineingesetzt und füttern sie gewissenhaft.



Und dann gibt es noch viele Tiere, die einfach so hier mit uns wohnen: Der Maulwurf, ein Eichhörnchen, jede Menge Mauersegler und Meisen, Amseln:



aber leider auch Tauben und Rabenkrähen, die sind nicht so beliebt.

Seit wir in den Beeten vor den Häusern Schmetterlingsflieder haben, sieht man auch immer wieder viele Schmetterlinge, die da ihren Nektar holen.



Und für Fledermäuse sind bei der Erneuerung des Daches sogar Nistgelegenheiten eingebaut worden. Auf dem Bild links sieht man einen hohlen Baustein mit Nisthöhle.

Früher gab es auch einmal ein Entenpaar, das ist aber leider durch den Umbau des Innenhofes weggeblieben. Vielleicht kommen sie ja irgendwann zurück, wenn sie unseren neuen Teich entdecken.

Wenn man manchmal sieht, wie Tiere in anderen Ländern behandelt werden, dann finde ich es so toll, dass wir hier in der Stiftung Tierschutz betreiben. Wie zum Beispiel die Nisthöhlen, die bei dem Dachumbau gemacht wurden. Und auch unser Vogelfutter, das wir neulich gemeinsam selbst hergestellt haben.

Kurz vor Redaktionsschluss erreichte uns übrigens noch folgende Nachricht: Je nach Witterung werden wir im März vier Bienenvölker auf unserem Grundstück haben, so die Planung unserer Verwaltung.

Training an den Sportgeräten im Hof

Sport steigert das Wohlbefinden. Es gibt aber zwei wichtige Dinge dabei: Man darf sich nicht selbst überfordern. Und manchmal muss man sich auch selbst überwinden, um immer wieder mit Motivation in die nächste Runde zu gehen.

Das weiß auch Herr Gonet, der seit November 2017 die neuen Geräte nutzt. Wir haben mit ihm, der schon immer viel Wert auf Sport legte, gesprochen. Er ist an Multipler Sklerose erkrankt, und das macht natürlich vieles schwer.



Er sagt: "Ich bin der Chef meines Körpers, aber der spielt nicht immer mit." Und: "Es ist wichtig, dass man weiß, wir wollen hier keine sportlichen Höchstleistungen erbringen, sondern uns aktivieren, um den Alltag für uns angenehmer zu machen und uns wohler zu fühlen."

"Nach einem Training ist man stolz, dass man etwas für sich getan hat. Wenn man das in der Gruppe macht, hat man sogar noch die Gelegenheit, sich über die Trainingserfahrungen auszutauschen und gegenseitig zu motivieren."

Herr Gonet wird bei seinem Training von einem erfahrenen Sportwissenschaftler begleitet, der ihm als Coach zur Seite steht und somit gewährleistet, dass er sich nicht über- aber auch nicht unterfordert. Herr Gonet: "Es hilft sehr, durch fachkundige Begleitung unterstützt zu werden, um die Geräte optimal zu nutzen."

Wer ebenfalls Interesse an einer Trainingsbegleitung hat, kann sich im Sozialbüro melden, dann wird der Kontakt hergestellt.

Das Tolle daran ist: Die Geräte stehen da, sie kosten nichts, sind direkt vor der Haustür, und man kann zu jeder Tageszeit daran trainieren. Herr Gonet sagt dazu:

"Jeder kann sich daran fit halten. Wir werden alle älter, der Körper baut ab, und im richtigen Maß kann Sport sehr dabei helfen, dass man sich besser fühlt."

Nachbarschaftstreff

von Hans-Dieter Duszczyk
und Stefan Steckel

Eine Initiative für gutes Miteinander



Mittwochs um 17 Uhr findet unser Nachbarschaftstreff statt. In Haus 6, im Gemeinschaftsraum, treffen sich Bewohner zum Gespräch. Claudia Schmidt und Hans-Dieter Duszczyk organisieren diesen Termin.

Der Treff ist eine gute Möglichkeit, dass man über Themen sprechen kann, bei denen man vielleicht einfach mal eine Meinung von Anderen benötigt.

Oder vielleicht braucht man auch Hilfe und trifft hier jemanden, der eine Idee hat, wo man sich helfen lassen kann. Zum Beispiel: ungelöste Fragen mit Jobcenter, Sozialamt oder der Krankenkasse.

Immer interessant sind auch Tipps, bei welchen Veranstaltungen man z. B. vergünstigte Eintritte haben kann. Und natürlich auch: welche guten Erfahrungen habe ich hier oder da gemacht.

Dabei lernen wir uns auch gegenseitig besser kennen, was gut und wichtig ist. Denn wenn wir uns gegenseitig besser kennen lernen, fühlen wir uns in der Nachbarschaft wohler.

Treff begann schon im Jahr 2017, mittwochs 17:00-19Uhr im Gemeinschaftsraum.

Dann im Dezember und Januar war es ein bisschen schwierig mit den Terminen, weil der Gemeinschaftsraum mittwochs manchmal anderweitig belegt war.

Aber inzwischen ist das erledigt, und jetzt haben wir wieder einen regelmässigen Nachbarschaftstreff und nehmen volle Fahrt auf.

Wir freuen uns auf neue Teilnehmer. Auf der Rückseite dieses Heftes bei den Veranstaltungshinweisen, findet Ihr auch noch mal Ort und Zeit des Treffs.

Was passiert, wenn etwas passiert?

Von Reinhold Fahlbusch, Stiftungsvorsteher

Teil 1: Wie man sein Ende selbst bestimmt

Das Ende des Lebens soll würdevoll sein – darüber sind sich die Menschen einig. Doch was tun, wenn man die letzten Entscheidungen nicht mehr selbst treffen kann? Dann hilft eine Patientenverfügung. Es ist immer wieder zu hören: „Viel zu lange habe ich das Thema schon vor mir hergeschoben. Zu viele Papiere, zu viele offene Fragen“. Das soll sich jetzt ändern.

Aber viele Menschen wissen, was sie wollen. Möglichst wenig leiden, nicht zu lange im Koma liegen. Für die meisten Menschen spielt das eine zentrale Rolle: „Ich will nicht ewig vor mich hinvegetieren.“ Sie wollen, dass es im Ernstfall schnell geht. Darum will sie alles so genau wie möglich festhalten, „damit der Bevollmächtigte nicht im Regen steht, sondern weiß, was er machen muss“.

Man kann auch mehrere Menschen als bevollmächtigte Person einsetzen kann. Fällt die eine aus, kümmert sich die andere. Wichtig ist, dass diese Menschen in ihrem Interesse handeln. „Was passiert, wenn man sich meinem Wunsch widersetzt, mich zwangsernährt?“ Keine Sorge, seit knapp 10 Jahren kann sich kein Arzt über den Willen hinwegsetzen. Sonst würde er sich strafbar machen.

Trotzdem ist zu empfehlen: „Achten Sie auf die Formulierungen, überprüfen Sie jedes Jahr, ob Sie noch der gleichen Meinung sind.“ Damit der Wille umgesetzt werden kann, sollte die Verfügung beim Hausarzt und der bevollmächtigten Person hinterlegt werden. Aber die meisten Menschen wissen nicht, was in dem Dokument stehen muss.

„So viele Hinweise wie möglich zum eigenen Willen geben. Krankheiten, die im Bekanntenkreis aufgetreten sind, genau auflisten. Festhalten, was man will und was nicht.“ Dabei gehe es gar nicht so sehr um die Situationen, die man in der Verfügung festlegt, sondern darum, dass der Arzt oder der Richter so viel wie möglich über den Patienten erfährt.

Für Sie ist es nicht unüberwindlich

Ich habe mich während meiner Berufstätigkeit mit diesen Themen beschäftigt und Erfahrung aus einigen Fällen, in denen ich persönlich Bevollmächtigter war und noch bin. Wer Interesse an einem Gespräch mit mir über das Thema Patientenverfügung hat, sagt einfach im Stiftungsbüro Bescheid; wir werden dann bald zusammenkommen.

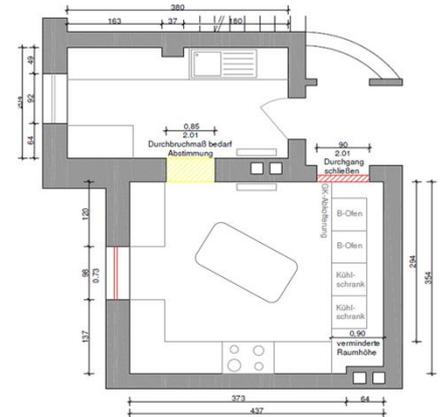
Es wird fleißig umgebaut

von Stefan Steckel und Elske Leopold

Unsere neue Küche

Schon lange gibt es den Gedanken, dass die Gemeinschaftsküche in Haus 6 gerne ein bisschen mehr Platz bieten könnte. Aber wie diesen Wunsch erfüllen?

Nach und nach reifte der Gedanke, dass die drei Verschläge im Kellerraum nebeneinander an einen anderen Ort umziehen könnten. Das Ergebnis ist ein fast 16 Quadratmeter großer Raum, in dem zukünftig geschnippelt und gekocht wird und in dem man sogar mit 8 bis 10 Personen essen kann. So ist im Moment die Planung.



Deshalb gibt es im Augenblick viel zu tun. Ein Durchgang wurde verschlossen. Ein neuer Durchgang zwischen dem bisherigen Küchenraum und dem neuen wurde geschaffen. So können zukünftig beide Räume genutzt werden.



... viel, viel Arbeit.

Bei der Planung wurde die Kochgruppe eingebunden, der Architekt der Stiftung hat die Zeichnungen und Berechnungen gemacht, und unser Haustechniker, Herr Honsbrock, koordiniert jetzt die Handwerker: Maurer, Elektriker, Maler und so weiter.

Wir sind gespannt, ein bisschen Geduld ist noch notwendig, ein genauer Termin ist noch nicht genannt, aber irgendwann in diesem Frühjahr geht die neue Küche an den Start. Die Kochgruppe freut sich schon jetzt darauf.

Während der Umbauphase stellt die Kochgruppe Improvisationstalent unter Beweis: Bisher wurde mehrmals eine Schulküche in der katholischen Familienbildungsstätte gemietet, mal wurde ein Picknick im Gemeinschaftsraum veranstaltet, wo jeder etwas Vorbereitetes mitgebracht hat, mal wurden Sandwiches getoastet, man wird sehen, was uns noch alles einfällt. Und trotz frischer Außentemperaturen wurde sogar einmal gegrillt.

Veranstaltungshinweise

Gruppenaktivitäten in der Stiftung - Jeder ist eingeladen

Montags 17 -19 Uhr: Kochgruppe

Treffpunkt ist Haus 6, der Gemeinschaftsraum. Gemeinsam wird ein leckeres Essen zubereitet und gegessen. Anschließend wird für das nächste mal verabredet, wer wieder dabei ist und was dann gekocht werden soll. Inzwischen hat die Kochgruppe viele "Stammgäste". Wer spontan dazu kommen möchte, ist herzlich eingeladen. Wer vorher wissen möchte, was es gibt, fragt einfach eine Woche vorher oder kennt sicherlich jemanden aus dem Kreis der "Stammgäste", den er fragen kann.

Dienstags, alle 2-3 Wochen, 15-17 Uhr: Redaktion JoJo

Wer Zeit und Lust hat, spricht einen aus der Redaktion an (auf der ersten Innen-Seite stehen die Namen der regelmäßigen Redaktionsmitglieder)

Mittwoch 17-19 Uhr: Nachbarschaftstreffen

Im Gemeinschaftsraum Haus 6. Wer Zeit und Lust hat, kommt einfach hinzu.

Freitags alle 1-2 Wochen 16-18 Uhr Fotogruppe

im Gemeinschaftsraum oder im Innenhof. Den jeweils nächsten Termin kann man beim Nachbarschaftstreff erfragen.

Bastelgruppe Termine laut Aushang

Frau Klassen organisiert diese Gruppe, die Themen wechseln und haben häufig einen Bezug zur Jahreszeit. So wurden im Januar Meisenknödel hergestellt und im Februar wurden Nistkästen für Vögel gebaut.
Veranstaltungsort: Gemeinschaftsraum.

Spiele-Runde Termine laut Aushang

Findet im Gemeinschaftsraum statt, Termine hängen an den Pinnwänden.

**Ihr habt Vorschläge für weitere Freizeitaktivitäten?
Bitte wendet Euch an das Sozialarbeiterbüro.**