

## Rezepte aus aller Welt

So schmeckt's an Weihnachten: griechischer Fisch, vietnamesische Suppe, polnischer Pfannkuchen Seite 33

von  
Mitarbeitern  
für  
Mitarbeiter



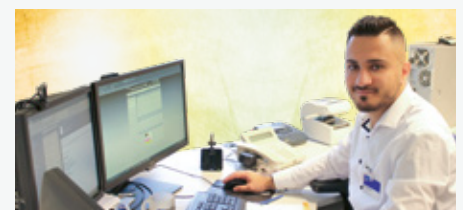
### Anbau im Sommer fertig

Der gebäudehohe „Stilling“-Anbau läuft auf Hochtouren. Bei einer Begehung gibt es viel Lob und Anerkennung. → 8



### Neues Zentrum der Pflege

Die Diakonie in Südwestfalen erwirbt das Kloster Bruche in Betzdorf und will dort mehrere Einrichtungen etablieren. → 18



### In der IT Traum erfüllt

Flüchtlingsarbeit: Abdulhadi Benni (27) aus Syrien absolviert in der Informationstechnologie eine Ausbildung. → 62

■ **Titelthema**

**Weihnachtsrezepte** \_\_\_\_\_ 31  
Leckeres zum Nachkochen auf deutsche, italienische oder vietnamesische Art: Sechs Mitarbeiterinnen verraten, was bei ihnen zu Hause an den Festtagen auf den Esstisch kommt.

■ **Aktuelles**

**Eingliederungshilfe** \_\_\_\_\_ 6  
Geschafft: Nach anderthalb Jahren Bauzeit ziehen Bewohner und Mitarbeitende in das neue August-Hermann-Francke-Haus in Bad Laasphe.

**Diakonie Klinikum** \_\_\_\_\_ 8  
Bereits im Sommer 2022 soll der gebäudehohe Anbau am Diakonie Klinikum Jung-Stilling in Siegen fertiggestellt sein. In einer kleinen Feierstunde wurde das Bauprojekt präsentiert.

**Unternehmen** \_\_\_\_\_ 15  
Im Interview kündigt Geschäftsführer Dr. Josef Rosenbauer für das Jahr 2022 eine Mitarbeiter-Kampagne mit dem Schwerpunkt Pflege an.

**Pflegezentrum** \_\_\_\_\_ 18  
Die Diakonie in Südwestfalen erwirbt das Kloster Bruche in Betzdorf. Auf dem 54 000 Quadratmeter großen Areal soll ein Zentrum der Pflege entstehen.

**Telekommunikation** \_\_\_\_\_ 54  
147 Anschlüsse für 3300 Endgeräte auf All-IP umgestellt: Die Telekommunikation in den Einrichtungen der Diakonie in Südwestfalen samt Tochtergesellschaften erreicht ein modernes Level.

■ **Ehrenamt**

**Fördervereine** \_\_\_\_\_ 52  
Sie helfen engagiert mit Herz, Leidenschaft und Geld: Die Fördervereine unterstützen zahlreiche Einrichtungen im Verbund der Diakonie in Südwestfalen.

■ **Gesundheit**

**Physiotherapie** \_\_\_\_\_ 58  
Ob verspannter Nacken oder schmerzender Rücken: Das ARZ Siegerland stellt vor, wie Betroffene mit der Hilfe von Kinesio-Tapes wieder schneller auf die Beine kommen.

■ **Hobby**

**Freizeit** \_\_\_\_\_ 42  
Wiltrud Köser-Klöckner vom Ambulant Betreuten Wohnen der Sozialen Dienste ist eine ausgebildete Märchenerzählerin und erfreut Zuhörer jeden Alters.

■ **Medizin**

**Altersmedizin** \_\_\_\_\_ 21  
Die Geriatrie ist die einzige Fachabteilung ihrer Art im Kreis Siegen-Wittgenstein. Im Fokus des Teams um Prof. Dr. Christian Tanislav und Dr. Markus Schmidt steht der Mensch im Alter.

**Plastische Chirurgie** \_\_\_\_\_ 24  
Oft sind es medizinische und psychische Gründe, manchmal geht es auch „nur“ um die Ästhetik. Privatdozent Dr. Thomas C. Pech zeigt moderne Möglichkeiten von Brust-OPs auf.

**Zahnimplantate** \_\_\_\_\_ 26  
Strahlend weiße Zähne sind ein Inbegriff der Schönheit. Doch was tun, wenn Zähne verloren gehen? Rat weiß das ambulante Zentrum für Mund-, Kiefer-, Gesichtschirurgie am „Stilling“.

**Robotische Urologie** \_\_\_\_\_ 28  
Chefarzt Mahmoud Farzat ist ein Spezialist im Umgang mit roboterassistierten Eingriffen an Prostata, Niere, Harnblase und Harnleiter.

**Hautkrebs** \_\_\_\_\_ 30  
Vorsorge ist immens wichtig, sagt MVZ-Dermatologin Dr. Claudia El Gammal. Denn: Jeder Mensch kann etwas tun, um das Risiko einer Hautkrebs-Erkrankung zu minimieren.

■ **Pflege**

**Ausbildung** \_\_\_\_\_ 16  
21 Gesundheits- und Krankenpfleger haben ihr Examen erfolgreich absolviert, 26 angehende Pflegefachfrauen und -männer ihre Ausbildung im Pflegebildungszentrum begonnen.

**Ein Tag mit** \_\_\_\_\_ 40  
Ulrike Amoroso vom Mahlzeitendienst der Ambulanten Diakonischen Dienste fährt mittags Essen zu den Kunden.

**Jubiläum** \_\_\_\_\_ 51  
Vom Pilotprojekt zum Vorzeigemodell: Die Ökumenische Sozialstation Betzdorf-Kirchen feiert ihren 50. Geburtstag.

**Altenhilfe** \_\_\_\_\_ 56  
Ob Hahn, Pony oder Schaf: Die tiergestützte Therapie erfreut sich im Hülsemann-Haus in Hagen-Hohenlimburg großer Beliebtheit.

■ **Service**

**Ernährung** \_\_\_\_\_ 11  


Mit Zucker schmeckt's oft einfach besser. Ernährungsberaterin Sabine Schmidt erklärt, warum es Verbraucher dennoch mit dem süßen Dickmacher nicht übertreiben sollten und worin er sich so überall versteckt.

**Gesunder Arbeitstag** \_\_\_\_\_ 64  
Regelmäßig trinken, das Mittagessen planen oder die Pause nicht am Schreibtisch verbringen: Acht Tipps für Mitarbeitende im Büro.

■ **Soziales**

**Flüchtlingsarbeit** \_\_\_\_\_ 62  
Auszubildender Abdulhadi Benni aus Syrien erfüllt sich in der Informationstechnologie einen Kindheitstraum.

■ **Unterhaltung**

**Was macht eigentlich...?** \_\_\_\_\_ 5  
Ulla Leyener arbeitete im „Stilling“ und im „Bethesda“ in der Patientenaufnahme und -abrechnung. Vor zehn Jahren ging sie in den Ruhestand. Ruhe ist aber nach wie vor nicht ihr Ding.

**Mach' mal Pause** \_\_\_\_\_ 48  
Rätsel, Sudoku und Mitarbeiterwitze (Auflösung Seite 60)

**Hammermäßig** \_\_\_\_\_ 61  
Es gibt viele Möglichkeiten, einen Christbaum zu schmücken. Die nicht allerbeste zeigt unsere Karikatur.

Unsere Social Media-Kanäle

-  [facebook.com/diakoniesw](https://facebook.com/diakoniesw)
-  [instagram.com/diakoniesw](https://instagram.com/diakoniesw)
-  [Diakonie in Südwestfalen](https://www.youtube.com/Diakonie%20in%20Suedwestfalen)

EDITORIAL



**Einfach zu dumm**

Stefan Nitz  
Pressesprecher

Eigentlich sollte der Diskurs zum Jahresende ja virenfrei bleiben. Und er ist es (fast) auch. Aber einen kleinen, rein persönlichen Blick auf die Ereignisse seit Spätsommer kann ich mir dann doch nicht verkneifen.

In den vergangenen 55 Jahren habe ich es mir abgewöhnt, immer alles verstehen zu müssen. Denn mit einem Mix an breit aufgestelltem Halbwissen lässt's

sich auch passabel durchs Leben ziehen. Die Corona-Politik der vergangenen Monate ließ mich dann aber doch gänzlich dumm zurück. Verstanden habe ich von dieser nämlich nichts. Denn schon im September war klar, dass das Virus nicht weg ist, auf den Sommer Herbst und Winter folgen und die Impfquote zur Herdenimmunität nicht ausreicht. Mit welchen Konsequenzen? Kurz vor der vierten Welle schließen die Impfzentren, erklären Politiker die Pandemie für beendet, füllen sich Fußballstadien, Konzertsäle und Innenstädte. Dem Bürger, der von Corona die Nase gestrichen voll hat, freut's und er glaubt's. Die warnenden Worte einiger weniger verhallen im Nichts. Die Noch-Regierungen suchen beim Wahl-Wunden-Lecken

nach Orientierung, die Neu-Regierenden in spé versuchen sich abseits von Corona zu finden. Unser Land wird über Wochen verwaltet, aber nicht regiert. Und dann passiert das – oh Wunder –, was sogar ein Durchschnitts-Dümmling wie ich im Spätsommer wusste: Wer einen 40-Tonner auf gerader Strecke mit Vollgas ungebremst gegen eine Wand fährt, der erlebt einen heftigen Aufprall.

Im November erreicht die Zahl der Neuinfizierten und Inzidenzen täglich neue Rekordwerte. Die Belastung in den Kliniken nimmt stetig zu, die Zahl der Todesfälle auch. Dennoch wird wieder nur geredet und wenig gehandelt. Und viel zu spät folgen Gesetze und Verordnungen, die obendrein in der Theorie

kaum zu verstehen und in der Praxis noch schwerer umzusetzen sind. Ein kommunikatives Desaster mit schlimmen Folgen. Aus produktionstechnischen Gründen liegen etwa zehn Tage zwischen dem Schreiben und der Veröffentlichung dieses Textes. Wenn Sie ihn lesen, dürften sich Corona-Lage und Maßnahmen weiter zugespitzt und die Vorfreude auf Weihnachten leider verdunkelt haben. Eigentlich hatte ich den meisten Verantwortlichen ob der Kom-

plexität, Neuheit und Unwissenheit in Sachen Corona ein Jahr lang ein gutes Zeugnis ausgestellt. Doch das gilt für die vergangenen Monate nicht mehr. Denn es passierte ja überhaupt nichts Überraschendes, war einfache Mathematik: wahnsinnig viele Infizierte = sehr viele Kranke = zu viele Tote. Da ein Jahr hoffnungsfroh ausklingen sollte: Ich Dummerchen hoffe, dass sich diese Fehler nicht mehr wiederholen. Und Sie bleiben bitte gesund.

**Lob & Tadel**

Für Lob und Tadel, Ideen und Anregungen erreichen Sie den Diskurs unter: [diskurs@diakonie-sw.de](mailto:diskurs@diakonie-sw.de)

Ihr

Stefan Nitz



**Impressum**

DiSKurs 3/2021 ist das Unternehmensmagazin der Diakonie in Südwestfalen gGmbH und ihrer Tochtergesellschaften.

**Herausgeber:** Diakonie in Südwestfalen gGmbH | Wichernstraße 40 | 57074 Siegen  
Geschäftsführung: Dr. Josef Rosenbauer

**Redaktion/Grafik:** V.i.S.d.P.: Stefan Nitz (niz), Blazenka Sokolova (sok), Stefanie Goß (sg), Carolin Helsper (che), Tim Weber (tw), Kristina Hammer (kh), Tim Oerter (tim), Johanna Hermann (jh)

Fotos: © Diakonie in Südwestfalen (79); Pixabay (14); Adobe Stock (9); Pexels (2); Intuitive Surgical, Inc (2)  
Auflage: 2 000 Exemplare  
Druck: Vorländer GmbH & Co. KG, Siegen



# Für den bestmöglichen Start ins Leben

Rund ums Bonding: Ärzte, Hebammen und Pflegekräfte vertiefen Wissen



Ärzte, Hebammen und Pflegekräfte des Diakonie Klinikums Jung-Stilling haben bei einer Schulung ihr Wissen übers Stillen und den Beziehungsaufbau von Müttern zu ihren Babies vertieft.

Richtlinien der Initiative „Babyfreundlich“ von WHO und Unicef und den sogenannten „B.E.St“-Kriterien (Bindung, Entwicklung, Stillen). Die Teilnehmer erlernten, wie sie Eltern beim Aufbau einer sicheren Beziehung zum Kind (Bonding) und beim Stillen bestmöglich unterstützen können. Unter anderem wurden sie geschult, wie Mütter ihr Baby richtig anlegen und eine gute Stillbeziehung aufbauen können. Das neu erlernte Wissen wurde praktisch mithilfe von Puppen vertieft. Die beiden Kursleiterinnen erläuterten zudem theoretische Inhalte wie die Anatomie der weiblichen Brust „Es ist uns wichtig, dass wir die Eltern nicht nur vor und während der Geburt optimal begleiten, sondern ihnen auch das Rüstzeug für einen guten Start ins Leben als Familie mitgeben“, betonte Dr. Ulrich Hennig, Leitender Oberarzt der Geburtshilfe am Diakonie Klinikum Jung-Stilling. „Mit den dazugewonnenen Erkenntnissen und Fähigkeiten können wir die Eltern umfassend zu Themen rund um das Stillen und die erste gemeinsame Zeit mit ihrem Baby beraten.“ (che)

Weshalb ist Stillen gut für Mutter und Kind? Wie lege ich mein Baby richtig an? Diese und weitere Fragen stellen sich viele Mütter nach der Geburt ihres Kindes. Wie sie ihnen noch besser helfen können, haben Mitarbeitende der Fachabteilungen Geburtshilfe und Pränatalmedizin sowie Gynäkologie des Diakonie Klinikums Jung-Stilling

in Siegen bei einer Fortbildung vertieft. Stillberaterin Anja Bier und Kommunikationstrainerin Heike Menzel vom Europäischen Institut für Stillen und Laktation leiteten den Kurs. Auf dem Weg zum „Babyfreundlichen Krankenhaus“ nehmen Ärzte, Hebammen und Pflegekräfte regelmäßig an Schulungen teil. So orientierte sich die Fortbildung an den

## Modernes Atemtherapiegerät für das „Bethesda“

Ein neues Atemtherapiegerät hat der Förderverein des Diakonie Klinikums Bethesda an das Freudenberg Krankenhaus gespendet. Möglich gemacht wurde der Kauf des rund 4800 Euro teuren Gerätes unter anderem durch die Spende der VR-Bank Freudenberg-Niederfischbach eG, die 2000 Euro beisteuerte.

Bei der Übergabe erläuterten die Chefarzte Dr. Eberhard Kühn (Anästhesie und Intensivmedizin) und Dr. Rainer Grübener (Innere Medizin und Lungen- und Bronchialheilkunde) die Vorteile, die das Gerät mit sich bringt. Das Atemtherapiegerät kommt etwa nach größeren Operationen zum Einsatz, bei chronischen Bronchitikern oder dann,



Zur Spendenübergabe kamen Vertreter der „Bethesda“-Ärzteschaft, des Fördervereins und der VR-Bank im Freudenberg Krankenhaus zusammen.

wenn sich Patienten von einer schweren Lungenentzündung erholen. Über einen Schlauch wird den Betroffenen befeuchtete Atemluft zugeführt. „Der Aufsatz an der Nase ist angenehm zu tragen. Die Patienten fühlen sich trotz der hohen Sauerstoff-Flussrate nur wenig beeinträchtigt“, so Dr. Grübener. Letztlich könne das Gerät sogar eingesetzt werden, um eine maschinelle Beatmung zu ersparen, die mit einem künstlichen

Koma verbunden ist. „Wir sind dankbar für alle Unternehmen, die uns unterstützen“, so die Fördervereins-Vorsitzende Ilona Schulte bei der Übergabe. Besonders bedankte sie sich bei den Vertretern der VR-Bank, den beiden Vorständen Jörg Padtberg und Matthias Jung. Padtberg: „Wir freuen uns, wenn wir getreu nach unserem Motto ‚Verwurzelt in der Region‘ auf lokaler Ebene helfen können.“ (sg)

## Mammographie: Screening-Einheit zeigt erneut Flagge

„Gib Acht auf Dich“: Mit dieser Botschaft ist die Mammographie-Screening-Einheit Siegen-Olpe-Hochsauerland im Brustkrebsmonat Oktober erneut in der Siegener Innenstadt präsent gewesen. Vier pink-weiße Flaggen machten am „Dicken Turm“ auf die Bedeutung der Brustkrebs-Früherkennung aufmerksam. Neben dem Motto der Screening-Einheit präsentiert sich auch die „Pink Ribbon“, das internationale Symbol im Kampf gegen Brustkrebs, mit Unterstützung der Stadt Siegen auf den farbenfrohen Fahnen hoch über der Kölner Straße. Jede achte Frau erhält in ihrem Leben die Diagnose Brustkrebs. Das Risiko zu erkranken steigt mit zunehmendem Alter. Deshalb erhalten Frauen zwischen 50 und aktuell 69 Jahren alle zwei Jahre eine Einladung zum Mammographie-Screening. Bei der Röntgenuntersuchung der Brust können



Vier pink-weiße Flaggen machten am „Dicken Turm“ in der Siegener Innenstadt auf die Brustkrebs-Früherkennung aufmerksam.

nen auch kleine, nicht tastbare Tumoren im Frühstadium sichtbar gemacht werden. „Wird der Brustkrebs früh erkannt, ist er sogar heilbar. Deshalb kann das Screening-Programm Leben

retten“, betonen Dr. Michael Blazek und Dr. Volker Brandenbusch als programmverantwortliche Ärzte der Mammographie-Screening-Einheit Siegen-Olpe-Hochsauerland. (che)

## Was macht eigentlich...? Ulla Leyener (70)



*Ein Gespräch in der Pause, eine Plauderei unter Kollegen. Und plötzlich fällt ein Name aus vergangener Zeit - verbunden mit der Frage: Was macht der oder die eigentlich?*

Zuerst im Ev. Jung-Stilling-Krankenhaus in Siegen, dann im Freudenberg Bethesda: Ulla Leyener verbrachte fast ein Vierteljahrhundert ihres Arbeitslebens im Diakonie Klinikum. Seit mittlerweile zehn Jahren befindet sich die 70-Jährige nun im Ruhestand. Wobei „Ruhestand“ nicht so ganz richtig ist, denn die ehemalige Mitarbeiterin aus Dreis-Tiefenbach ist auch heute noch sehr aktiv und viel unterwegs.

Von 1986 bis 2001 arbeitete sie 15 Jahre im Diakonie Klinikum Jung Stilling in der Patientenaufnahme – zunächst als Schwangerschaftsvertretung, später dann mit einer Festanstellung. Nach einer kurzen Pause wechselte sie schließlich im Jahr 2004 ins Diakonie Klinikum Bethesda nach Freudenberg und bear-

beitete dort in der Patientenabrechnung Notfälle und ambulante Operationen. 2010 nahm sie die Möglichkeit des Vorruhestandes an, ein Jahr später ging Ulla Leyener dann in Rente. Der Name Leyener mag manch ehemaligem Arbeitskollegen vielleicht unbekannt vorkommen. Das liegt daran, dass sie im Diakonie Klinikum unter dem Namen Kronauer bekannt war. Denn 2011, also gerade erst im Ruhestand, heiratete sie. „Der Zeitpunkt hat genau gepasst“, sagt Ulla Leyener und lacht.

An der Arbeit mit Patienten und Kollegen habe ihr immer am meisten Freude bereitet, mit anderen Menschen zusammenarbeiten zu können. An diese Zeit hat sie noch immer viele schöne Erinnerungen und denkt auch gerne daran zurück. „Mit der richtigen Truppe hat man immer Spaß“, erklärt die 70-Jährige. „Spaß“ ist das richtige Wort, denn bei ihren Kolleginnen kam vor allem ihr Humor gut an. Fast immer hatte sie einen Witz parat.

Auch heute noch hat Ulla Leyener Kontakt zu ehemaligen Kolleginnen, die teils selbst schon im Ruhestand sind. Sie treffen sich sogar ab und an etwa zum gemeinsamen Sport oder Kaffeetrinken. So bleibt sie auch stets über ihren alten Arbeitsplatz und aktuelle Entwicklungen im Diakonie Klinikum informiert.

Und ebenfalls heute noch ist Ulla Leyener das, was sie früher auch schon war: aktiv. Ob mehrmals in der Woche Sport oder die vielen Reisen, die sie unternimmt – mit zu viel Ruhe kann sie noch immer nichts anfangen. Bis vor ein paar Jahren machte sie sogar noch Motorradtouren bis nach Frankreich und Spanien. Das hat sie inzwischen jedoch aufgegeben. Denn Zeit für die Familie muss auch bleiben: Sie hat einen Sohn und einen Enkel. Ulla Leyener hofft, dass sie noch viele Jahre gesund bleiben wird, damit sie auch weiterhin so einiges unternehmen kann. (tw)



# Angekommen im neuen Francke-Haus

Modern, weiß, chic: eineinhalb Jahren Bauzeit haben die Bewohnerinnen und Bewohner das neue August-Hermann-Francke-Haus in Bad Laasphe vor kurzem bezogen.

**Eingliederungshilfe** Geschäft: Nach eineinhalb Jahren Bauzeit haben die Bewohner des August-Hermann-Francke-Hauses ihr neues Heim bezogen. 3,5 Millionen Euro wurden am Standort in Bad Laasphe investiert. 26 Menschen mit psychischen Erkrankungen finden hier einen Platz.

Als der letzte Umzugskarton über die Schwelle getragen wurde, war es, als fiele Margit Haars ein riesiger Stein vom Herzen. Eineinhalb Jahre lang haben die Einrichtungsleiterin und ihr Team den Baufortschritt in direkter Nachbarschaft des Altbestandes an der Sebastian-Kneipp-Straße live mitverfolgen können. Eineinhalb Jahre, die viel Kraft und Motivationsarbeit gekostet haben. „Jetzt ist es an der Zeit, sich richtig zu freuen“, sagt Margit Haars.

3,5 Millionen Euro hat die Diakonie in Südwestfalen als Bauträger in das Projekt investiert. Denn: Der Altbau entsprach nicht mehr den modernen Anforderungen an ein Gebäude seiner Art, war unter anderem nicht barrierefrei. Und Verbesserungsbedarf gab es auch beim Komfort für die Bewohner. Im Neubau hat nun jedes der

[www.eingliederungshilfe-diakonie.de](http://www.eingliederungshilfe-diakonie.de)



Margit Haars



Mindestens 14 Quadratmeter groß sind die Bewohnerzimmer. An jedes von ihnen schließt sich ein eigenes Bad an. Besonders wichtig: Der Neubau ist komplett barrierefrei.

26 Zimmer ein eigenes Bad und – ganz wichtig zur Entspannung – einen Blick ins Grüne, in die Weite oder direkt auf die Stadt Bad Laasphe.

**14  
Quadratmeter**

... Mindestgröße haben die neuen Zimmer.

Der Startschuss zum Neubau fiel im Mai 2020 mit der Grundsteinlegung. Das Ziel wurde dann Mitte November erreicht, als der letzte Bewohner sein Zimmer bezog. 1300 Quadratmeter Nutzfläche stehen für die Bewohner bereit, die teilweise schon seit der Einweihung des Hauses im Jahr 1996 in der Einrichtung der Diakonischen Dienste der Diakonie in Südwestfalen leben. Die Frauen und Männer leiden an psychischen Erkrankungen.

Lieferengpässe, etwa bei den Chips für die Brandmeldeanlage, führten zu einer leichten Verzögerung beim Bau. Schlussendlich gestartet wurde der Umzug Anfang November. Als erstes wurden Reinigungs- und Lebensmittellager geräumt, weiter ging es mit dem Hausmeisterkeller und den Büros, bis am Ende die Zimmer der Bewohner folgten. Und auf den Umzugsstress folgte die Erleichterung, auch bei Achim Krugmann, Geschäftsbereichsleiter der Sozialen Dienste: „Eine super Leistung vom Team und den Bewohnern. Es freut mich, dass dieses große Projekt gemeinsam gestemmt wurde.“

Nur wenige Meter trennen Alt- und Neubau. Dennoch war der Abschied für einige Bewohner schwer. „Der Informationsbedarf war in den vergangenen Monaten hoch“, so Margit Haars. Immer wieder bot ihr Team Führungen an, damit sich die Bewohner ein Bild von ihrem künftigen Zuhause machen konnten. Mit ihnen meisterten auch einige Vierbeiner den Umzug: Im August-Hermann-Francke-Haus leben einige Katzen als Haustiere, die das neue Quartier bei Freigängen schon inspiziert hatten. Das alte Gebäude soll Anfang 2022 abgerissen werden. Auf dem Areal werden Parkplätze entstehen. Stefanie Goß

Der Blick auf die Stadt oder ins Grüne ist von jedem der neuen Bewohnerzimmer aus möglich. Diese werden zum Großteil zudem mit Balkonen ausgestattet.

## Silbernes Jubiläum im August-Hermann-Francke-Haus

Vor 25 Jahren wurde das August-Hermann-Francke-Haus in Bad Laasphe eröffnet. Die heutige Einrichtungsleiterin Margit Haars war schon dabei, als sich im Jahr 1996 erstmalig die Türen für die Bewohner öffneten. „Seitdem hat sich eigentlich alles verändert“, resümiert sie heute. Ziel sei es in erster Linie, den Bewohnern der Eingliederungshilfe ein selbstbestimmtes Leben zu gewährleisten. Diese Prämisse ist unter anderem im 2016 erlassenen Bundesteilhabegesetz (BTHG) verankert, mit dem sich der Gesetzgeber das Ziel gesetzt hat, eine zeitgemäßere Gestaltung mit besserer Nutzerorientierung und Zugänglichkeit sowie eine höhere Effizienz der deutschen Eingliederungshilfe zu erreichen. „Hier in Bad Laasphe gelingt uns das sehr gut“, sagt Margit Haars. Die Bewohnerinnen und Bewohner des August-Hermann-Francke-Hauses haben sich gut ins Stadtleben integriert.

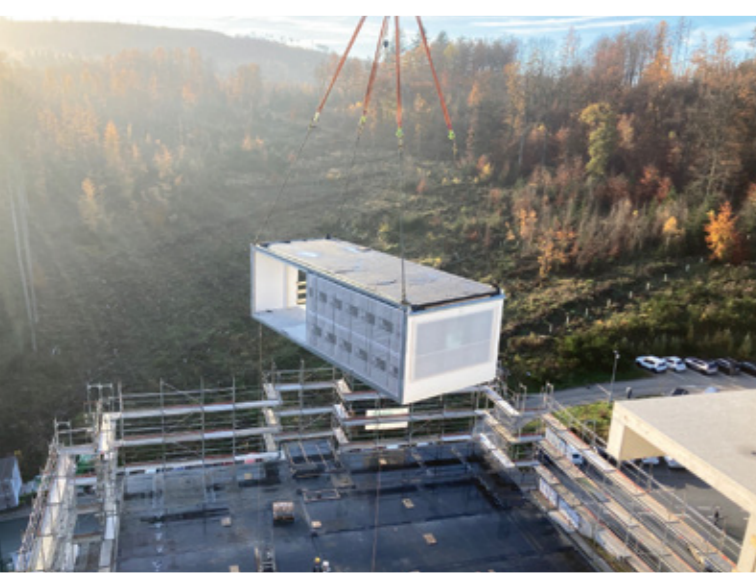
Die Geschichte des nun kurz vor dem Abriss befindlichen Gebäudes an der Sebastian-Kneipp-Straße reicht bis in die 1950er-Jahre zurück. Damals wurde das August-Hermann-Francke-Haus als Lehrlingswohnheim errichtet. Danach diente es für kurze Zeit als Kur- und Erholungsheim, bevor es die Eingliederungshilfe der Diakonie in Südwestfalen im Jahr 1995 umbaute und seiner jetzigen Bestimmung zuführte – der Hilfe und Begleitung psychisch erkrankter Menschen.

Das 25-jährige Bestehen wurde in diesem Jahr nur intern gefeiert – mit einem gemeinsamen Pizza-Essen im hauseigenen Garten. Dabei gab es auch kleine Geschenke für die „Damen und Herren der ersten Stunde“, einige Mitarbeitende, die dem Haus seit mehr als zwei Jahrzehnten die Treue halten, aber auch zwei Bewohner, die 1996 ins August-Hermann-Francke-Haus ein- und nun ihr neues Zuhause am neuen Standort bezogen.

Wenn alle Umzugskartons ausgeräumt und etwas Ruhe eingekehrt ist, sollen die Feierlichkeiten zum Silbernen Jubiläum nachgeholt werden. „Sollte es die Corona-Lage zulassen, hoffen wir darauf, im Frühjahr 2022 ein größeres Fest geben zu können“, sagt Margit Haars. Dann, so der Plan der Einrichtungsleitung, soll auch der Neubau ganz offiziell eingeweiht werden.

Bauträger des 3,5 Millionen Euro-Projektes ist die Diakonie in Südwestfalen. Unterstützt wird das Projekt von der Stiftung Wohlfahrtspflege NRW und vom Landschaftsverband Westfalen-Lippe. Zudem wird das Projekt aus Mitteln des Bundes und des Landes Nordrhein-Westfalen über die NRW-Bank gefördert. (sg)

Eine Großbaustelle und ein schwebendes Modul: Mit Vertretern der Diakonie in Südwestfalen und der beteiligten Bauunternehmen besichtigte Steffen Mues, Bürgermeister der Stadt Siegen (3. von rechts), den schnell in die Höhe wachsenden Anbau am Ev. Jung-Stilling-Krankenhaus.



## Schon im Sommer soll der neue Anbau fertig sein

**Unternehmen** Zusätzliche 11600 Quadratmeter für Mensch, Medizin und Technik: Über mehr Platz und Komfort können sich schon bald Patienten, Mitarbeitende und Besucher des Diakonie Klinikums Jung-Stilling in Siegen freuen. Im Sommer 2022 soll der neue gebäudehohe Anbau bezugsfertig sein – pünktlich zum 75-jährigen Bestehen des Krankenhauses.

**P**räzisionsarbeit in schwindelnder Höhe: An der Großbaustelle am Diakonie Klinikum Jung-Stilling in Siegen sind

im November und Dezember 2021 jede Menge Handwerker und ein 700-Tonnen-Kran im Einsatz. Millimetergenau positionieren sie bis kurz vor Weihnachten 126 einzelne Raummodule auf- und nebeneinander. So wächst innerhalb weniger Wochen der gebäudehohe Anbau an der Siegener Wichernstraße gen Himmel, bis er seine finale Höhe von fast 40 Metern erreicht. Der neue Gebäudeteil ist die größte Einzelbaumaßnahme, seit das Krankenhaus 1966 an seinem heutigen Standort neu errichtet wurde. Gleichzeitig ist er krönender Abschluss einer Reihe wegweisender Baumaßnahmen, mit denen sich das Diakonie Klinikum nicht nur medizinisch, sondern auch technisch und baulich für die kommenden Jah-

re und Jahrzehnte in jeder Hinsicht modern und zukunftsfähig aufstellt. Rund 35 Millionen Euro investiert die Diakonie in Südwestfalen alleine in den zwölfstöckigen Anbau, der im Sommer 2022 fertiggestellt sein wird. Während des Aufsetzens der bis zu

*„Der schnelle Baufortschritt wäre nicht möglich ohne die gute Zusammenarbeit aller Beteiligten.“*

**Karl Fleschenberg**  
Vorsitzender des Verwaltungsrats  
der Diakonie in Südwestfalen

27 Tonnen schweren Baumodule, eine entscheidende Phase auf der Großbaustelle, wurde der zügig fortschreitende Rohbau bei einem Pressetermin der Öffentlichkeit vorgestellt.

Das Diakonie Klinikum hat für die Menschen in der Region und darüber hinaus einen besonderen Versorgungsauftrag. Als das ausgewiesene Haus der Notfallversorgung im Dreiländereck mitsamt überregionalem Traumazentrum garantiert es an sieben Tagen in der Woche rund um die Uhr eine umfassende medizinische Versorgung auf höchstem Niveau. „Das Krankenhaus platzt derzeit aus allen Nähten. Mit dem Anbau können wir die beengte Situation deutlich entzerren. Davon profitieren nicht nur die Patienten, sondern auch unsere Mitarbeitenden, die im Moment jeden Quadratmeter ausnutzen“, erläuterte Dr. Josef Rosenbauer, Geschäftsführer der Diakonie in Südwestfalen, die Beweggründe für den Anbau. „Besonders beeindruckt mich der zügige Fortschritt auf der Baustelle. Im Frühjahr dieses Jahres sind die Arbeiten gestar-

tet und wir planen, den Anbau schon im kommenden Sommer zu eröffnen. Das wäre nicht möglich ohne die gute Zusammenarbeit aller Beteiligten“, betonte Karl Fleschenberg, Vorsitzender des Verwaltungsrats der Diakonie in Südwestfalen. Steffen Mues, Bürgermeister der Stadt Siegen, zeigte sich beeindruckt von den Bauarbeiten: „Es ist bemerkenswert, was sich in den vergangenen Jahren im Ev. Jung-Stilling-Krankenhaus getan hat. Fast 12 000 Quadratmeter mehr Fläche wird die Klinik zur Verfügung haben – ein großer Zugewinn für das Krankenhaus, aber ein ebenso großer Gewinn für Siegen und die ganze Region.“ Einen Segen sprach Krankenhauseel-sorgerin Christiane Weis-Fersterra:

„Ich wünsche den Beteiligten Optimismus und Gottvertrauen.“

Zusätzliche Räume für die Medizin und deutlich mehr Zweibett- und Familienzimmer: Dank 11 600 Quadratmetern Fläche im Anbau profitieren Patienten, Mitarbeiter und Besucher von mehr Platz und Komfort. Damit legt das Diakonie Klinikum einen weiteren Grundstein, um als überregionales Notfallkrankenhaus neben Medizin und Pflege auf Spitzenniveau auch baulich optimale Bedingungen bieten zu können. Da jede Etage 1000 Quadratmeter hinzugewinnt, kann die derzeit in Teilen beengte Raumsituation entzerrt werden. Und mehr noch: Der zusätzliche Platz macht es möglich, den



Über etwa 1000 Quadratmeter Fläche wird jede Etage im Anbau verfügen. Die Grundstruktur der Ebene Null, also im Erdgeschoss, ist schon ersichtlich.



Rundgang über die Baustelle: Die Gruppe überzeugte sich vor Ort vom Fortschritt der Arbeiten.



Dr. Josef Rosenbauer, Geschäftsführer der Diakonie in Südwestfalen (2. von rechts), erläuterte in der Cafeteria des Diakonie Klinikums Jung-Stilling das Bauprojekt.

Bestand auch im „Altbau“ weiter zu sanieren. Unter anderem entstehen aus Drei- und Vierbettzimmern ohne eigenes WC und Dusche geräumige Zweibettzimmer mit angeschlossenem Bad. Insbesondere profitiert die Fachabteilung für Geburtshilfe und Pränatalmedizin vom Anbau. Auf der vierten Etage erhält das Mutter-Kind-Zentrum deutlich mehr Platz und zusätzliche Familienzimmer. Komplett neue Räumlichkeiten mit modernster medi-

Erdgeschoss sind Räume für das zentrale Patientenmanagement und die Aufnahmeuntersuchungen geplant. Die Untergeschosse (-1 bis -3) beziehen unter anderem Küche und Materialwirtschaft. Diese Bereiche profitieren von kurzen Wegen zur gemeinsamen Warenannahme. Auch Umkleide- und Lagerräume finden hier ab dem kommenden Sommer Platz. In diesem Zuge wird auch die Gebäudesicherheit optimiert. Durch den Umbau des alten Entsorgungsaufzuges zu einem modernen Feuerwehr-Aufzug können die Einsatzkräfte im Ernstfall schnell auch an Einsatzorte in den oberen Geschossen gelangen.

Rund eineinhalb Jahre Bauzeit sind für den neuen Trakt in Richtung Wichernstraße eingeplant. Begonnen haben die Tief- und Massivbauarbeiten Anfang März 2021, im Oktober 2021 wurde der Rohbau der unteren fünf Geschosse fertiggestellt. Nachdem im Dezember auch die finalen Module ihren Platz gefunden haben, kann mit Beginn des neuen Jahres auch mit dem Innenausbau begonnen werden. Im Sommer 2022 werden die Bauarbeiten ihren Abschluss finden – pünktlich zum 75-jährigen Bestehen des Krankenhauses, das im kommenden Jahr unter anderem mit einem „Tag der offenen Tür“ im dann um einen Bauteil erweiterten Klinikum gebührend gefeiert werden soll.

Carolin Helsper

## In fünf Stufen zum modernen Campus

Der Anbau am Diakonie Klinikum Jung-Stilling in Richtung Wichernstraße ist die abschließende und größte Baumaßnahme des 2015 von den Gremien der Diakonie in Südwestfalen beschlossenen „Fünf-Stufen-Plans“, mit dem das Krankenhaus schrittweise auf den neuesten Stand gebracht wird. Ziel ist es, das Krankenhaus Schritt für Schritt nicht nur medizinisch und technisch, sondern auch baulich auf ein Spitzenniveau zu heben und die Klinik damit für die Zukunft optimal aufzustellen.

Seit fünf Jahren wird das Ev. Jung-Stilling-Krankenhaus, das seit 1966 ist an seinem jetzigen Standort am Siegener Rosterberg ansässig ist, stetig modernisiert und erweitert. Zuerst umgesetzt wurde ein dreigeschossiger Anbau Richtung Norden inklusive zweier Hybrid-Operationssäle. Darauf folgte die Aufstockung auf dem ehemaligen Hubschrauberlandedeck um fünf Etagen sowie der Bau des neuen Landedecks nebst Hangar auf dem Dach des Krankenhauses. Auch im Inneren des „Stilling“ wurden bereits Modernisierungsarbeiten durchgeführt, zum Beispiel wurde eine neue Intermediate-Care-Station (IMC) eingerichtet. Auch die Parksituation wurde seitdem optimiert. Zwei Besucher- und Mitarbeiterparkplätze bieten deutlich mehr Stellflächen.

Dank des Anbaus profitieren Patienten, Mitarbeiter und Besucher schon bald von mehr Platz und Komfort. Unter anderem werden bestehende Drei- und Vierbettzimmer ohne eigene Dusche und WC im „Altbau“ zu geräumigen Zweibettzimmern mit Bad umgebaut.



# Zucker

## Dickmacher oder süße Verlockung?

Montage: © Up-Free / Pixabay, © kei u / Adobe Stock



Mit seiner Süßkraft sorgt Zucker dafür, dass uns Speisen und Getränke besonders gut schmecken. Dennoch genießt der weiße Energielieferant keinen guten Ruf: Er ist als Dickmacher bekannt, soll Krankheiten begünstigen und sogar süchtig machen. Doch was ist dran an diesen Mythen? Ernährungsberaterin Sabine Schmidt klärt auf.



In Schokoriegeln, Sahnetorte, Cola und Bonbons ist er reichlich zu finden. Und auch in Pizza, Fertigsalaten und Ketchup hat er sich versteckt. War Zucker früher noch ein Luxusgut, ist das „weiße Gold“ heute in einer Fülle von Lebensmitteln zugesetzt – von Limonaden bis hin zu deftigen Soßen. Durchschnittlich kommen so in Deutschland täglich etwa 90 Gramm Zucker pro Person auf den Tisch – fast doppelt so hoch wie die Empfehlung von Weltgesundheitsorganisation (WHO) und Deutscher Gesellschaft für Ernährung (DGE). Diese liegt bei maximal 50 Gramm Zucker am Tag. „Dabei gilt: Umso weniger, desto besser“, betont Sabine Schmidt, Ernährungsberaterin am Diakonie Klinikum Jung-Stilling in Siegen.

#### Energiegeber mit Nebenwirkungen

Chemisch betrachtet gehört Zucker zu den Kohlenhydraten. Je nach der Anzahl der Zuckermoleküle wird er weiter in Einfach-, Zweifach- und Mehrfachzucker unterteilt. Einfachzucker sind Glukose (Traubenzucker), Fruktose (Fruchtzucker) und Galaktose (Schleimzucker). Zu den Zweifachzuckern zählen Maltose (Malzzucker), Laktose (Milchzucker) und Saccharose (Kristall- oder Haushaltszucker). Zu den Mehrfachzuckern, die weniger stark süßen, gehört unter anderem Stärke. In ihrer Reinform oder industriell weiterverarbeitet zu Karamellsirup, Glukose-Fruktose-Sirup und Co. sorgen die weißen Kristalle für die passende Süße und Konsistenz in vielen Lebensmitteln. Eines haben sie gemeinsam: Kalorien. „Zucker dient dem Körper als Energielieferant“, erklärt Sabine Schmidt. „Er ist deshalb nicht per se schädlich für uns – die Menge macht's.“

Bei Menschen, die viel Zucker zu sich nehmen, steigt das Risiko für Übergewicht. Denn dieses entsteht, wenn der Körper mehr Energie erhält als er verbraucht. Bei hohem Zuckerkonsum ist das schnell der Fall. Mit Übergewicht geht auch ein erhöhtes Risiko für Bluthochdruck und Herz-Kreislauf-Erkrankungen einher. Auch die Bauchspeicheldrüse, die Insulin produziert und damit die Blutzuckerwerte regelt, wird bei hohem Zuckerkonsum stark belastet. Diabetes mellitus Typ 2 kann die Folge sein. Zusätzlich greift der Zucker die Zähne an und begünstigt Karies. „Man tut seinem Körper also etwas



**Sabine Schmidt**

Ernährungsberaterin am Diakonie Klinikum Jung-Stilling

*Man tut seinem Körper etwas Gutes, wenn man Zucker möglichst sparsam einsetzt.*

#### TIPPS:

##### Zucker im Alltag reduzieren:

- Bewusst genießen: Süßes nicht aus Langeweile oder nebenbei essen
- Auf Reisen selbst zubereiteten Proviant mitnehmen
- Die Menge begrenzen: Kleinere Packungen kaufen und keine Süßigkeiten-Vorräte anlegen
- Weniger Fertigprodukte, mehr Selbstgemachtes
- Beim Süßen von selbstgemachten Kuchen und Desserts: Erst mit geringer Zuckermenge probieren, dann nachsüßen
- Das Kleingedruckte lesen: Zuckergehalt von Fertigprodukten überprüfen und vergleichen
- Impulskäufe verhindern: Einen Einkaufszettel schreiben
- Bei Heißhunger für Ablenkung sorgen, zum Beispiel mit Entspannungsübungen oder Sport

Backwaren sind lecker, aber reich an Zucker. Komplette vom Speiseplan gestrichen werden müssen sie deshalb aber nicht.

Gutes, wenn man Zucker möglichst sparsam einsetzt“, betont die Ernährungsberaterin.

#### Essensgewohnheiten hinterfragen

Morgens Schokocreme auf dem Brot, zwischendurch ein leckeres Eis oder ein Stück Kuchen und auch das eine oder andere Fertiggericht kommt hin und wieder auf den Tisch: Sich von sämtlichen zuckerhaltigen Lebensmitteln verabschieden, das möchten die meisten Menschen nicht. „Oft können aber schon kleinere Änderungen viel bewirken“, betont Sabine Schmidt. Deshalb plädiert die Ernährungs-Expertin dafür, sich die eigenen Ess- und Trinkgewohnheiten einmal vor Augen zu halten. Denn Ansatzpunkte, weniger Zucker zu sich zu nehmen, gibt es viele, wie Sabine Schmidt erläutert: „Wer seinen Kaffee stets mit zwei Löffeln Zucker süßt, kann einmal einen Löffel weglassen. Gewöhnt man sich an den leicht veränderten Geschmack, sind schon circa fünf Gramm Zucker pro Tasse eingespart.“ Doch Ess- und Trinkgewohnheiten haben sich oft über Jahre verfestigt und stammen nicht selten noch aus Kindertragen: „Wer von den Eltern mit Süßem belohnt wurde, gönnt sich bei Erfolgserlebnissen auch später gerne eine Tafel Schokolade“, erläutert Sabine Schmidt. „Das zu ändern ist schwer. Ein Ansatzpunkt könnte hier sein, den Vorrat zuhause zu

verknappen und kleinere Packungen zu kaufen – oder eine gesündere Alternative suchen, die trotzdem schmeckt. Das müssen nicht gleich Gemüsesticks sein. Auch Zartbitterschokolade enthält weniger Zucker als Vollmilchschokolade.“

Wer es schafft, seinen Zuckerkonsum zu senken und gleichzeitig regelmäßig und ausgewogen zu essen, kann Heißhunger reduzieren. Denn Lebens-

*Je mehr Süßes gegessen wird, umso schwerer fällt es, darauf zu verzichten.*

mittel mit einem hohen Zuckergehalt lassen den Blutzuckerspiegel schnell ansteigen. Der Körper reagiert darauf und schüttet eine große Menge an Insulin aus. Der Blutzuckerspiegel sinkt schnell wieder ab – und die Lust auf Süßes wird angefacht. „Deshalb hört man auch oft, dass Zucker süchtig macht. Mit einer Alkohol- oder Drogensucht kann man die Heißhungerattacken nicht gleichstellen, aber umso mehr Süßes gegessen wird, umso schwerer fällt es, darauf zu verzichten“, erklärt Sabine Schmidt. Besonders auf ihren Zuckerkonsum achten müssen Diabetiker. Je nach Höhe des Blutzuckerspiegels müssen sie Tabletten ein-



#### Zuckerfalle Getränke

Wer seinen Kaffee gezuckert mag, weiß ganz genau, wie viele Würfel Zucker es für die perfekte Mischung braucht. Anders sieht es allerdings bei Fertigpulver-Mischungen und Soft-Drinks aus. Hier gibt das Kleingedruckte Auskunft darüber, welche Mengen des weißen Energielieferanten zugesetzt wurden. Meist ist dies nicht wenig.

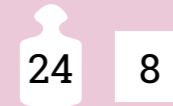
1 Tasse Instant-Cappuccino-Mischung (250 ml):



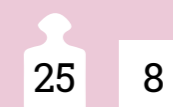
1 Glas Cola oder Limonade (250 ml):



1 Glas Fruchtsaft (250 ml):



1 Latte Macchiato aus dem Kühlregal (250 ml):



= Gramm

= Würfelzucker



nehmen oder Insulin spritzen, das ihre Bauchspeicheldrüse nicht ausreichend produziert. Auch Menschen mit einer Unverträglichkeit gegen bestimmte Zuckerarten wie Laktose oder Fruktose müssen je nach Verträglichkeit den Konsum von Milchprodukten und bestimmten Obstsorten reduzieren sowie versteckte Zucker in Fertigprodukten im Blick behalten.

#### Zutatenliste im Blick behalten

Im Alltag greifen viele Menschen gerne auf sogenannte Fitness- oder Lightprodukte zurück. Sie werben gezielt mit reduzierter Kalorienzahl oder geringem Zuckergehalt. „Hier sind oft Zuckeraustauschstoffe wie Xylit oder

Sorbit enthalten. Ab und an sind diese Produkte eine gute Alternative, aber wer sie dauerhaft und in großen Mengen zu sich nimmt, gewöhnt sich an den süßen Geschmack.“ Deshalb rät die Expertin dazu, einen genauen Blick auf die Zutatenliste zu werfen – ein Tipp, der auch beim Kauf von Fertigprodukten beachtet werden sollte: „Als Richtwert gilt: Was auf der Zutatenliste an erster Stelle steht, ist am meisten enthalten. Oft ist aber Zucker auch unter vielen verschiedenen Namen zugefügt – zum Beispiel als Glucose-Fruktose-Sirup, Maltose oder Karamellsirup. Und auch Honig als natürliches Süßungsmittel ist nicht weniger kalorienarm. Deshalb lohnt sich auch ein Blick auf die Nährwertta-

belle, die den Gesamtzuckeranteil ausweist.“ Besonders auf den Zuckergehalt achten sollten diejenigen, die gerne Limonaden, Cola und Fertig-Mischungen für Cappuccino, Kaffee und Co. trinken, wie Sabine Schmidt erläutert: „Zucker gesüßte Getränke enthalten viele Kalorien. Auch Fruchtsäfte sind ebenso wenig als Durstlöscher geeignet. Sie sind zwar reich an Vitaminen, enthalten dafür aber auch viel natürlichen Zucker, der aus dem Obst stammt.“

**Auf Selbstgemachtes setzen**

Wer weniger Zucker durch Getränke zu sich nehmen möchte, dem rät die Expertin, Säfte mit Wasser zu verdünnen und als Durstlöscher auf ungesüßte Tees und Wasser umzusteigen. Für Abwechslung können selbstgemachte Limonaden sorgen. Sie sind mit geringem Aufwand schnell zubereitet: „Wasser

oder Tee nach Geschmack mit Zitronenstücken, frischen Kräutern wie Melisse, Rosmarin oder Basilikum mischen, Gurken-, Apfel- oder Birnenscheiben hinzufügen, kurz ziehen lassen, fertig!“

Auch beim Essen ist Selbstgemachtes oft der Königsweg, etwa bei Joghurts und Müsli: „Industriell hergestell-

*Auch beim Essen ist Selbstgemachtes oft der Königsweg, dann hat man den Zuckergehalt selbst im Griff.*

te, abgepackte Müslimischungen und Fruchtjoghurts enthalten oft wenig Obst, dafür aber viel Zucker und Aromen. Zum Selbermachen braucht es nur Naturjoghurt, Obst nach Wahl und

natürlich darf nach Geschmack etwas gesüßt werden. Dann hat man den Zuckergehalt selbst im Griff.“ Auch das Frühstücksmüsli ist in großen Mengen schnell selbst gemischt – zum Beispiel ganz nach eigenem Geschmack aus Haferflocken, Sonnenblumenkernen, Leinsamen, Nüssen und frischen Beeren.

Ob ganz bewusst auf Süßes verzichten, Zucker in kleineren Mengen beifügen oder mehr selbst kochen und backen: Es gibt viele Ansatzpunkte, um im Alltag den Zuckerkonsum zu reduzieren. Eines ist der Ernährungsberaterin dabei besonders wichtig: „Wir sollten nicht alles Leckere aus dem Leben verbannen. Vielmehr sollten wir das, was wir uns gönnen, bewusst genießen, aber in Maßen. Sich selbst beobachten, genießen, bewusst essen – wer das beherzigt, macht vieles richtig!“ **Carolin Helsper**

# Pflege bildet Schwerpunkt der Mitarbeiter-Kampagne

**Unternehmen** Geschäftsführer Dr. Josef Rosenbauer dankt der Belegschaft für ihre hervorragende Arbeit in einer erneut nicht einfachen Zeit. Da das Unternehmen weiter wächst, sieht er mit Blick auf das neue Jahr in der Akquise von neuen Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern eine ganz zentrale Aufgabe. Nicht nur, aber vor allem im Bereich der stationären und ambulanten Pflege sucht das Unternehmen nach weiteren Fachkräften.



**Dr. Josef Rosenbauer**  
Geschäftsführer

**C**orona, Baumaßnahmen, Jubiläum... Suchen Sie sich zum Einstieg mit Blick auf 2022 einfach mal ein Thema aus.

Dr. Rosenbauer: Dann entscheide ich mich für das Thema Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter.

**Warum?**

Dr. Rosenbauer: Weil es immer das wichtigste Thema ist und es auf die Mitarbeitenden in den nächsten Jahren besonders ankommen wird. Das Thema Mitarbeitergewinnung wird uns ein ständiger Begleiter sein.

**Weil der Pflegenotstand inzwischen auch uns erreicht hat?**

Dr. Rosenbauer: Jein. Im Vergleich zu anderen sind wir auf dem Tableau immer noch besser ausgestattet, wenn auch wir von einer heftigen Krankheitswelle erfasst sind. Aber zur Wahrheit zählt auch: Wir brauchen in der Pflege deutlich mehr Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter. Das ist elementar für das Klinikum und auch wichtig bei den Ambulanten Diensten und in der Altenhilfe.

**Und diese Erkenntnis ist neu?**

Dr. Rosenbauer: Nein, wir haben auch in der Vergangenheit über den festgelegten Stellenschlüssel eingestellt, für uns geworben und zum Beispiel fast alle Pflegeschülerinnen und -schüler übernommen. Aber die Bedarfe sind aus mehreren Gründen künftig noch höher.

**Welche Gründe sind das?**

Dr. Rosenbauer: Bleiben wir exemplarisch im Klinikum: Zum einen müssen

wir die entlasten, die bis jetzt schon sehr viel geleistet haben – ob in Funktionsdiensten, auf den Intensiv- oder auf einigen Normalstationen. Zum anderen freuen wir uns alle darüber, dass der „Stilling“-Anbau im Sommer fertiggestellt und das Arbeiten an einer Baustelle beendet sein wird. Da wir dann aber einige Abteilungen auch erweitern wollen, benötigen wir zusätzliches Personal. Auch in Freudenberg im Bethesda fehlen uns Kräfte. Und auch im Ambulanten Bereich bei den Diakonie-Stationen oder bei der Ökumenischen Sozialstation Betzdorf-Kirchen ist uns jede

*„Wir wollen mehr werden, damit es auch für jeden Einzelnen besser wird.“*

helfende Hand – ob Neu-, Quereinsteiger oder Wechselwilliger – willkommen. Je mehr wir werden, umso besser wird es für jeden Einzelnen und desto leichter können wir unsere Ziele erfüllen.

**Der Markt scheint leergefegt. Wie wollen wir Mitarbeitende gewinnen?**

Dr. Rosenbauer: Kein Zweifel, der Wettbewerb um Pflegefachkräfte ist voll im Gange. Aber wir müssen uns nicht verstecken. Bei aller Bescheidenheit und auch, wenn es an der einen oder anderen Stelle manchmal hakt: Die Diakonie in Südwestfalen und ihre Tochtergesellschaften sind sehr gute, attraktive Arbeitgeber, die den Arbeitnehmern nicht nur einen sicheren Arbeitsplatz, sondern auch über den Arbeitsvertrag hi-

naus freiwillige Leistungen und Unterstützung gerne anbieten und ein hohes Maß an Flexibilität ermöglichen. Der Pflegeberuf ist ein ganz besonderer, den viele Menschen auch gerne machen würden. Diese wollen wir erreichen und ihnen sagen, dass sie bei uns nicht nur einen wertvollen Job ausüben können, sondern dass wir darüber hinaus auch für unsere Mitarbeitenden da sind.

**Wie erreichen wir diese Menschen?**

Wichtig ist erst einmal, dass wir gut über uns selbst sprechen und nicht nur das Negative sehen. Es gibt kein besseres Werbemittel als die Mund-zu-Mund-Propaganda. Aber das allein wird nicht reichen. Deshalb starten wir im neuen Jahr eine umfangreiche Mitarbeiterkampagne mit dem Schwerpunkt Pflege.

**Noch ein Wort zum Schluss?**

Dr. Rosenbauer: Ja. Noch wichtiger als die Gewinnung von neuen Mitarbeitenden ist, dass die, die da sind und auch in schwierigen Zeiten einfach tolle Arbeit leisten, uns treu bleiben. Ihnen gebührt ein dickes Dankeschön des Unternehmens und auch von mir persönlich. Ich wünsche allen Mitarbeitenden des Konzerns gesegnete Weihnachtstage und einen guten Start in ein neues Jahr, das uns dann hoffentlich auch beim Thema Corona die Ängste nehmen wird.

Die Fragen stellte **Stefan Nitz**.

**Wie viel Zucker darf es sein?**

1 = etwa 3 Gramm Zucker

Die Weltgesundheitsorganisation (WHO) und die Deutsche Gesellschaft für Ernährung (DGE) empfehlen, maximal 50 Gramm Zucker pro Tag zu sich zu nehmen. Dies entspricht zehn Prozent der täglichen Kalorienzufuhr von 2000 Kilokalorien. Diese Grenze ist jedoch schnell überschritten, wenn Süßes auf den Tisch kommt. Bei den angegebenen Zuckermengen handelt es sich um Durchschnittswerte. Oft lassen sich deshalb auch ähnliche Produkte mit geringem Zuckergehalt finden. Beim Kauf lohnt sich deshalb das Vergleichen der Nährwertangaben.

**Knusper-Müsli**  
abgepackt, 1 Portion



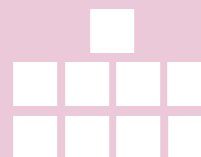
13 Gramm



**Erdbeerjoghurt oder -quark**, 250 g



26 Gramm



**Softeis**



15 Gramm



**Tiefkühl-Torte**  
1 Stck.



20 Gramm



**Müsli-Riegel**



9 Gramm



**Gummibärchen**  
1/2 Tüte, 100 g



46 Gramm



**Vanillepudding**  
1 Becher, 250 g



32 Gramm



Fotos: © Pixabay, © Adobe Stock



# 26 Schüler starten Ausbildung im Pflegebildungszentrum

**Ausbildung** Das Pflegebildungszentrum (PBZ) der Diakonie in Südwestfalen heißt 26 angehende Pflegefachfrauen und -männer willkommen. Zum Einstieg wurden die Neankömmlinge mit Grüßworten und einer Andacht an der Siegener Virchowstraße empfangen.

**B**evor die Ausbildung für die 26 neuen Schüler mit einem achtwöchigen Unterrichtsblock startet, in dem sie Grundlagen für ihren ersten Praxiseinsatz erlernen, wurden sie von Vertretern des Pflegebildungszentrums und des Diakonie Klinikums begrüßt. Frank Fehlauer, Leiter des PBZ: „Ich freue mich, dass Sie nun an die Stelle jener rücken, die wir erst jüngst nach ihrer dreijährigen Ausbildung ins Berufsleben verabschiedet haben. Ich wünsche Ihnen, unserem Kurs 141, alles Gute.“ Den guten Wünschen schloss sich Jan Meyer, Verwaltungsdirektor des Diakonie Klinikums, an: „Auch im Namen der Geschäftsführung heiße ich Sie herzlich willkommen. Wir befinden

uns in einer Phase, in der wir unser medizinisches und pflegerisches Spektrum erweitern. Daher freut es uns besonders, dass Sie mit uns wachsen und hoffentlich auch nach der Ausbildung ein Teil von uns werden.“ Personaldirektor Jörn Baaske: „Ich wünsche Ihnen einen guten Start für den Weg, den Sie nun für Ihre berufliche Zukunft ebnen. In den vergangenen Jahren hat sich der Großteil unserer Examinierten für eine Anstellung in Einrichtungen der Diakonie in Südwestfalen entschieden. Diese Möglichkeit möchten wir auch Ihnen bieten.“ Uwe Tron, Vorsitzender der Mitarbeitervertretung im Diakonie Klinikum, setzte in seiner Begrüßung den kommunikativen Austausch in den Fokus, sollte etwas

einmal nicht „rund“ laufen: „Ob zwischenmenschlich oder was berufliche Abläufe betrifft – wir sind für Sie da.“ Diesen Aspekt betonte auch Sascha Frank, Pflegedirektor des Diakonie Klinikums: „Es ehrt Sie, dass Sie einen Beruf erlernen möchten, in dem Sie für andere Menschen da sind. Es ist uns wichtig, dass Sie sich in Ihrem alltäglichen Tun wohl fühlen.“ Den Empfang der Auszubildenden rundete Pfarrerin Christiane Weis-Fersterra, Krankenhaus-Seelsorgerin im Diakonie Klinikum Jung-Stilling, mit einer Andacht ab. Sie stimmte die Schüler mit einem Leitsatz ein: „Prüfet alles und das Gute behaltet. Ich wünsche Ihnen, dass Sie wachsen, reifen und viel für die Zukunft lernen.“ Blazenka Sokolova



Schulleiter Frank Fehlauer und Kursleiterin Julia Bräuer (von links) wünschen dem Kurs 141 das Beste für die kommenden drei Jahre.

[www.pbz-diakonie.de](http://www.pbz-diakonie.de)

DISkurs



Die 21 Gesundheits- und Krankenpfleger können stolz auf sich sein: Sie haben ihr Examen in der Tasche.

## 21 Gesundheits- und Krankenpfleger bestehen Examen an der Virchowstraße

Abschied von den Absolventen des Pflegebildungszentrums der Diakonie in Südwestfalen – Feierstunde mit lieben Worten und Andacht

„Es ist vollbracht.“ Mit diesen Worten hat Frank Fehlauer, Leiter des Pflegebildungszentrums (PBZ) der Diakonie in Südwestfalen, 21 frisch gebackenen Gesundheits- und Krankenpflegern zum bestandenen Examen gratuliert. Im coronabedingt kleinen Rahmen wurden die Glückwünsche in der Cafeteria des Diakonie Klinikums Jung-Stilling ausgesprochen, inklusive vieler liebe Worte, die die Absolventen und ihre Ausbilder teilweise zu Tränen rührten.

Drei Jahre Ausbildungszeit liegen hinter dem Kurs 135. Drei Jahre, die nicht immer so glatt liefen, wie zunächst geplant. „Die schwierigen Bedingungen der Pandemie habt Ihr exzellent gemeistert“, ging Fehlauer auf die lange Phase des Homeschoolings ein. Diese außergewöhnlichen Lern-Umstände hätten indes mit dazu beigetragen, dass die nun Examinierten eine große Entwicklung gemeistert haben: „Ihr seid starke Persönlichkeiten geworden, die eure zukünftigen Teams bereichern werden“, so der Schulleiter.

17 Absolventen bleiben dem Diakonie Klinikum mit den beiden Betriebsstätten in Siegen und Freudenberg treu. Ganz zur Freude von Personaldirektor Dr. Jörn Baaske: „Dass so viele von Ih-

nen bei uns bleiben, ist nicht selbstverständlich und erfüllt uns mit Stolz.“ Und Pflegedirektor Sascha Frank fügte hinzu: „Wir hoffen auf eine sehr lange Zusammenarbeit.“ Speziell mit Blick auf die Zukunft warten große Herausforderungen, etwa die Fertigstellung des derzeit im Bau befindlichen „Stil-

„Dass so viele von Ihnen bei uns bleiben, erfüllt uns mit Stolz.“

Dr. Jörn Baaske  
Personaldirektor

ling“-Anbaus. „Bleiben Sie teamfähig, bleiben Sie so wie Sie sind. Dann schaffen wir es gemeinsam“, so die beiden Direktoren. Glück für die Zukunft wünschte auch MAV-Vorsitzender Maik Utsch: „Genießen Sie ein paar freie Tage, Sie haben es sich verdient.“

Bewegende Worte hatten die Kursleiter vorbereitet, allen voran Martin Sieg, der den Kurs während der Ausbildungszeit krankheitsbedingt an Julia Bräuer und Frank Fehlauer abgeben musste. Täglich denke er an „seine Klasse“, hatte sie ihm doch am Krankenbett einen kuscheligen Begleiter in Form eines Teddybären

überreicht. Die Dankesworte des Kurses übernahm Absolventin Kristina Bakaj. Sie und ihre Mitstreiter seien mehr als froh, einen Beruf gefunden zu haben, „der einem immer etwas zurück gibt“. Und zum Dank für die „hervorragende Ausbildung“ erhielten die Kursleiter individuell gestaltete Präsentkörbe.

Der offizielle Teil endete mit einer Andacht von Pfarrerin Christiane Weis-Fersterra. Nachdenklich-positiv stimmte sie die frisch Examinierten auf „kommende Mutproben und Herausforderungen“ ein.

**Die Examen bestanden haben:**

Kristina Bakaj, Lea Dalin Krahn (beide Wilnsdorf), Tamara Becker, Janine Schneider (beide Neunkirchen), Annabell Funkner, Jana Ohrendorf (beide Netphen), Artur Gasenganow, Djamilia Sarah Jamai, Olga Lau, Kevin Lehmann, Melanie Wiedenbruch, Mobin Zeitler (alle Siegen), Emily Herrmann (Kirchhundem), Marijke Kretschmer, Jetmir Shabani (beide Freudenberg), Janine Marie Oerter (Herdorf), Kim Michelle Petri (Birken), Laura Sophie Quinke (Hilchenbach) sowie Janine Schmidt (Medebach), Greta Olivia Schweinsberg (Lennestadt) und Aileen Weisgerber (Burbach).  
Stefanie Goß

DISkurs

17



# Das Kloster Bruche wird ein Zentrum der Pflege

**Unternehmen** Die Diakonie in Südwestfalen erwirbt ein knapp 54 000 Quadratmeter großes Areal samt Gebäuden, Wegen, Wiesen, Wald und Friedhof von der Ordensgemeinschaft der Missionare von der Heiligen Familie in Betzdorf. Geplant sind mehrere Pflege-Einrichtungen und ein Hospiz.



Vertreter der Ordensgemeinschaft, der Diakonie in Südwestfalen und der Ökumenischen Sozialstation (von links): DiS-Verwaltungsratsvorsitzender Karl Fleschenberg, Provinzökonom Pater Michael Baumbach, Provinzial Pater Egon Färber, Lea Scheidt und Ralf Olbrück vom Maklerbüro Pro Secur, Ök.-Soz.-Fördervereinsvorsitzender Dieter Lenz, DiS-Geschäftsführer Dr. Josef Rosenbauer, Ök.-Soz.-Aufsichtsratsvorsitzender Rudolf Starosta und DiS-Prokurist Konrad Böhmer.

**E**ine Ambulante Sozialstation, ein Tagestreff, ein Pflegehotel, eine Einrichtung für Kurzzeitpflege, ein stationäres Hospiz mit sechs Gästezimmern – das wäre das erste im Kreis Altenkirchen – und perspektivisch ein neues Senioren- und Pflegeheim: Das Kloster Bruche in Betzdorf wird ein Ort der Pflege. Die Diakonie in Südwestfalen ist von Januar 2022 an neue Eigentümerin des weitläufigen Areals, das die katholische Ordensgemeinschaft der Missionare von der Heiligen Familie nach annähernd 100 Jahren aus Altersgründen aufgeben wird. Betrieben werden die geplanten Pflege-Einrichtungen von der Ökumenischen Sozialstation Betzdorf-Kirchen gGmbH, deren Gesellschafter zu gut zwei Dritteln die Diakonie in Südwestfalen und zu knapp einem Drittel der

Förderverein der Ökumenischen Sozialstation Betzdorf-Kirchen e.V. sind. Die Ordensgemeinschaft weiß den Geist des Areals damit auch in Zukunft in besten Händen. „Damit ist gewährleistet, dass hier christliche Werte und Werke als oberste Güter erhalten bleiben“, betonte Pater Provinzial Egon Färber: „Das macht den Abschied leichter. Denn das Haus ist für viele von uns ein echtes Zuhause gewesen.“

Die römisch-katholische Kongregation der Missionare von der Heiligen Familie wurde 1895 gegründet und erhielt 1911 die päpstliche Anerkennung. Das Ordenskürzel MSF stammt aus dem Lateinischen: Missionarii a Sancta Familia. Die Ordensgemeinschaft nimmt weltweit an der missionarischen Sendung der Kirche teil – mit den Schwerpunkten

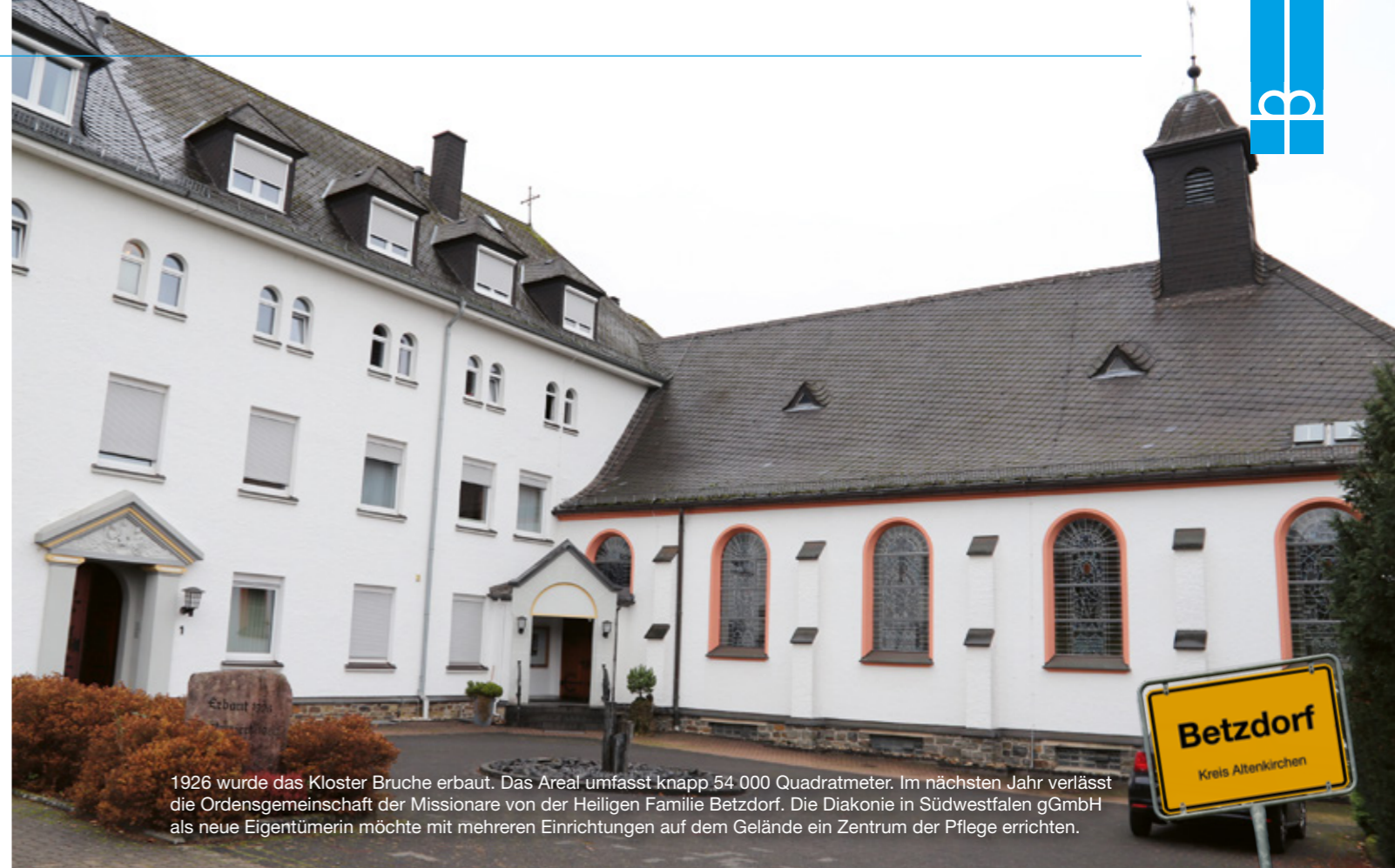
Christentum, Evangelisierung und Familienseelsorge. Das weitläufige Gebiet des Klosters Bruche misst eine Fläche von rund 54 000 Quadratmetern. 1926 erbaut, dient das Hauptgebäude samt Kapelle sowie ein durch einen langen Gang verbundenes Nebenhaus den in

*„Wir sind mit der Lösung sehr glücklich.“*

**Provinzökonom P. Michael Baumbach**  
Missionare von der Heiligen Familie

die Welt entsandten deutschen Patres und Brüdern nach ihrer aktiven Missionsarbeit im höheren Alter als Ort des Ruhestands. Aktuell leben dort noch 25 Ordensmitglieder. Das Durchschnittsalter beträgt gut 84 Jahre. Die Gemeinschaft ist überaltert und kommt an ihre Grenzen. Daher entschied die Ordensgemeinschaft, auch ihren letzten Standort in Deutschland gänzlich aufzugeben und die Liegenschaft zu veräußern. Mitte 2022 sollen nach fast 100 Jahren die letzten Missionare Bruche verlassen und nach Münster ins Mutterhaus der Mauritzer Franziskanerinnen ziehen. Dort und im benachbarten Seniorenzentrum werden die Ordensleute die vorhandene Struktur für ihr Ordensleben mitnutzen. Kaufinteressenten für das idyllisch von Einfamilienhäusern umsäumte Gelände in dem Betzdorfer Stadtteil gab es mehrere. Das Konzept der Diakonie in Südwestfalen wusste die Ordensgemeinschaft jedoch schnell zu überzeugen. Die beiden Partner waren sich rasch einig. Provinzökonom Pater Michael Baumbach: „Wir sind mit der Lösung sehr glücklich.“

Die Ökumenische Sozialstation Betzdorf-Kirchen gGmbH, die in diesem Jahr ihren 50. Geburtstag feierte, ist in



1926 wurde das Kloster Bruche erbaut. Das Areal umfasst knapp 54 000 Quadratmeter. Im nächsten Jahr verlässt die Ordensgemeinschaft der Missionare von der Heiligen Familie Betzdorf. Die Diakonie in Südwestfalen gGmbH als neue Eigentümerin möchte mit mehreren Einrichtungen auf dem Gelände ein Zentrum der Pflege errichten.



der Region mit gut 900 Klienten Marktführer im Bereich der ambulanten Kranken- und Altenpflege, hauswirtschaftlicher Dienst, fahrbarer Mittagstisch und Hausnotruf. Sie beschäftigt 180 Mitarbeitende und hält Standorte in Betzdorf, Kirchen, Gebhardshain, Niederfischbach und Mudersbach. Die Ök.-Soz., wie sie gerne genannt wird, mietet am Kloster Bruche ein Gros der Räumlichkeiten von der Diakonie in Südwestfalen an. Betreiben möchte sie von dort aus dann den ambulanten Pflegedienst für den Raum Betzdorf sowie einen Tagestreff, eine Kurzzeitpflege und ein Pflegehotel.

Auch eine Küche und ein gastronomisches Angebot sind geplant. Ferner soll ein stationäres Hospiz mit sechs Gästezimmern errichtet werden. Zur Unterstützung des Hospizbetriebs soll sich

*„Immobilien und Gelände werden im Sinne des Ordens genutzt und weiter entwickelt.“*

**Karl Fleschenberg**  
Verwaltungsratsvorsitzender  
Diakonie in Südwestfalen

schon bald ein Förderverein gründen, in dem auch die Missionare der Heiligen Familie aktiv mitwirken wollen. Außerdem ist angedacht, mittelfristig auf dem Gelände ein neues Senioren- und Pflegeheim zu errichten. Die Kapelle am Klostergebäude soll als Raum der Stille, der Besinnung, des Gebets und auch für (ökumenische) Gottesdienste erhalten bleiben. „Die Immobilien und das Gelände werden so im Sinne des Ordens genutzt und weiter entwickelt“, hob Karl Fleschenberg, Verwaltungsratsvor-

sitzender der Diakonie in Südwestfalen, hervor. „Dieser Ort hat einen bestimmten Geist, eine bestimmte Ausstrahlung in die Region und darüber hinaus“, unterstrich auch Geschäftsführer Dr. Josef Rosenbauer.

Den 24 Mitarbeitenden, die aktuell für das Kloster in der Pflege, Küche, Wäscherei, Reinigung und Verwaltung arbeiten, bietet die neue Eigentümerin die Übernahme in eine ihrer Gesellschaften an. Zudem wünscht sie sich, dass sich noch weitere Menschen mit einer Pflegeausbildung oder Interesse an hauswirtschaftlichen Diensten melden werden, denn, so Geschäftsführer Dr. Josef Rosenbauer in der gebotenen Deutlichkeit: „Unser Bedarf an Mitarbeitenden in Voll- oder Teilzeit ist generell groß – und wird auch durch die neuen Aufgaben in Bruche ansteigen.“ **Stefan Nitz**

## Regina Wilhelm verabschiedet sich

Eine entspannte, ruhige und gelassene Persönlichkeit: So beschreiben berufliche Weggefährten Regina Wilhelm, die dem Diakonie Klinikum Jung-Stilling in Siegen 43 Jahre lang die Treue gehalten hat. Bevor es für die Leiterin der Station Intermediate Care (IMC) A und B in den Ruhestand geht, gaben Geschäftsführung und Pflegedienstleitung würdige Worte mit auf den Weg. Regina Wilhelm arbeitete nach dem Examen 1981 in der Allgemeinchirurgie, ehe sie ab 1991 auf der Wachstation (heute IMC) tätig war. Dort übernahm sie auf der Station A und B vor sieben Jahren die Leitung. Rückblickend sieht die 61-Jährige ihre Arbeitsstätte wie ein zweites Zuhause an: „Ich werde vor allem meine Kollegen vermissen.“ Pflegedienstleiter Frank Grümbel zeigte sich sicher, dass die Stationsleiterin guten Gewissens in ihren neuen Lebensabschnitt verabschiedet werden kann: „Ich weiß, dass



Nach 43-jähriger Tätigkeit verabschiedet sich Regina Wilhelm vom Diakonie Klinikum Jung-Stilling. Wünsche gab es von Verwaltungsdirektor Fred-Josef Pfeiffer (Mitte), den Pflegedienstleitern Frank Grümbel (links) und Wadim Linde sowie von ihrer Nachfolgerin Tina Beckmann (rechts).

es bei dir nicht zu Langeweile kommt.“ Das bestätigte sie: Seit 20 Jahren betreibt die Netphenerin eine Schafzucht mit Skudden – eine Rasse, die als vom Aussterben bedroht gilt. Was ihr für die eigene Zukunft wichtig ist: gesund zu bleiben. Diesen Wunsch richtete auch Verwaltungsdirektor Fred-Josef Pfeif-

fer aus: „Von den 43 Jahren, die sie hier war, verzeichnete Regina Wilhelm nur 22 Krankheitstage. Ich wünsche, dass sie weiterhin von bester Gesundheit begleitet wird.“ Regina Wilhelms Nachfolge wird Tina Beckmann antreten, die bis dato als stellvertretende Leiterin auf der IMC tätig war. (sok)

## Im Einsatz für den Berufsnachwuchs

Fortbildungszentrum der Diakonie in Südwestfalen bildet Praxisanleiter aus

16 neue Praxisanleiterinnen und Praxisanleiter für die Pflege haben ihre Weiterbildung am Fortbildungszentrum (FBZ) der Diakonie in Südwestfalen erfolgreich absolviert. Praxisanleiter sind erste Ansprechpartner in der praktischen Ausbildung. Sie unterstützen und begleiten die Auszubildenden. Ein Schwerpunkt der Zusatzqualifikation beschäftigt sich damit, wie es gelingen kann, theoretische Inhalte der Bildungs- und Pflegewissenschaften an den Berufsnachwuchs weiter zu vermitteln. Weiterhin ging es um das Rollenverständnis und -erleben von Praxisanleitenden und Auszubildenden.



Die 16 Absolventinnen und Absolventen der Praxisanleiter-Fortbildung bei der kleinen Feier zum Abschluss im Siegener „Timberjacks“.

Aufgrund der immer wiederkehrenden Lockdown-Situation mussten die Absolventen Herausforderungen meistern. Deshalb freute sich Kursleiter André Muesse umso mehr über den großen Einsatz, denn „Praxisanleitende übernehmen in erheblichem Maße eine Mitverantwortung für das Kompetenz- und Persönlichkeitswachstum der zukünftigen Kolleginnen und Kollegen, was mit

einem deutlichen Arbeitsmehraufwand einhergeht“. Dieses Engagement ist laut dem Kursleiter nicht selbstverständlich, denn für die Zusatzqualifikation hat sich mit dem Inkrafttreten des Pflegeberufgesetzes im Januar 2020 einiges geändert. Unter anderem wurde der Umfang von 200 auf nunmehr 300 Stunden erhöht. Bei einer kleinen Feierstun-

de erhielten Laura Gonther, Bianca Heupel-Jung, Rüdiger Höhne, Leonie Klein, Evgenia Kriger, Simone Kuhn, Federico Leguizamon, David Lorenzen, Gloria Jimenez Mesa, Tabita Müller, Jasmin Niggemeier und Carina Bruch, Janine Otrombowski, Elena Quitadamo, Anna-Lena Schmidt und Jennifer Sondermann ihre Zertifikate. (sg)



# Wenn der Geist schwindet

**Geriatric** Der Mensch im Alter: In der geriatrischen Abteilung des Diakonie Klinikums Jung-Stilling – der einzigen ihrer Art im Kreis Siegen-Wittgenstein – steht er im Fokus. Schwerpunkt des Teams um die Chefarzte Professor Dr. Christian Tanislav und Dr. Markus Schmidt sind die Demenzerkrankungen.



**D**emenz: Aus dem Lateinischen übersetzt bedeutet dieser Begriff so viel wie „ohne Geist“. Der Fachmann vereint darunter mehr als 50 Krankheiten – und Schätzungen zufolge leiden knapp 47 Millionen Menschen weltweit an einer fortschreitenden Beeinträchtigung des Gedächtnisses. Mit zunehmendem Alter steigt die Wahrscheinlichkeit, an einer Demenz zu erkranken. Welche Anzeichen es gibt und wie die Therapieansätze und Heilungsaussichten sind, schlüsselt Professor Dr. Christian Tanislav, gemeinsam mit Dr. Markus Schmidt Chefarzt der Geriatrie am Diakonie Klinikum Jung-Stilling, auf.

### Demenz

Bei allen Formen der Demenz kommt es auf verschiedenen Ebenen zu Veränderungen im Gehirn. Zum einen sterben Nervenzellen ab. Zum anderen wird die Kommunikation zwischen den Nervenzellen im Gehirn gestört. Professor Dr. Tanislav erklärt: „Informationen können somit nicht mehr reibungslos weitergeleitet und verarbeitet werden.“ Ihm zufolge ist den Demenz-Varianten eine anhaltende und fortschreitende Beeinträchtigung des Gedächtnisses, des Denkens und der Hirnleistungen gemein. Hinzu kommen, je nach Erkrankung, auch Einschränkungen der Sprache oder der Motorik. Bei einigen Formen werden auch Veränderungen des Sozialverhaltens sowie der Persönlichkeit beobachtet. Der Mediziner unterscheidet zwischen primären (zum Beispiel Alzheimer) und sekundären Demenzen. Letztere entwickeln sich aus →

Körper und Geist verändern sich im Alter. Auf diese Umstände sind die Mitarbeiter der geriatrischen Abteilung im „Stilling“ spezialisiert.

[www.jung-stilling.de](http://www.jung-stilling.de)

Mit zunehmendem Alter steigt die Wahrscheinlichkeit, an einer Demenz zu erkranken.



**Prof. Dr. Chistian Tanislav & Dr. Markus Schmidt**  
Chefärzte Geriatrie

Erkrankungen anderer Art, etwa einer Alkoholsucht oder Stoffwechselstörungen. Primäre Demenzen sind eigenständige Erkrankungen, bei denen nach und nach Nervenzellen im Gehirn absterben. Betroffen sind hauptsächlich Menschen, die älter als 65 Jahre sind. Frauen erkranken häufiger, da sie im Schnitt älter werden als Männer.

#### Die Alzheimer-Krankheit

Die Alzheimer-Demenz – auch Alzheimer-Krankheit oder Morbus Alzheimer genannt – ist die häufigste Form der Demenz und wird bei zwei Dritteln der Betroffenen diagnostiziert. Die Historie schlüsselt der Professor kurz auf: „Namensgebend war der Arzt Alois Alzheimer. Im Jahr 1906 beschrieb er erstmals die charakteristischen Veränderungen, die er im Gehirn einer verstorbenen Patientin feststellte.“ Typisch für die Alzheimer-Erkrankung ist, dass sich kleine Eiweißpartikel im Gehirn ablagern. Durch diese Plaques sterben nach und nach Gehirnzellen ab, der Betroffene wird zunehmend vergesslich, verwirrt und orientierungslos. Viele Patienten werden zudem unruhig, aggressiv oder depressiv. Zudem lassen Urteilsvermögen und Sprachfähigkeit nach.

Es gibt laut dem Chefarzt Warnzeichen, die auf Morbus Alzheimer hindeuten können: Angehörige sollten hellhörig werden, wenn der potentiell Erkrankte immer wieder die gleiche Frage wie-

derholt oder immer wieder die gleiche Geschichte erzählt. Zudem verlieren Betroffene die Fähigkeit, alltägliche Aufgaben, wie etwa das Kochen oder das Anschalten des Fernsehers, auszuführen. Auch ein „unabsichtliches Verstecken“ kann auf die Krankheit hindeuten. Betroffene legen dabei Gegenstände an ungewöhnlichen Plätzen ab – etwa den Autoschlüssel im Obstfach des Kühlschranks – und verdächtigen andere Personen, den vermissten Gegenstand verloren zu haben.

## 47 Millionen Menschen ...

... leiden Schätzungen zufolge weltweit an einer fortschreitenden Beeinträchtigung des Gedächtnisses.

#### Vaskuläre Demenz

Etwa 15 Prozent aller Demenz-Betroffenen leiden an einer vaskulären Form der Erkrankung. Diese wird durch Durchblutungsstörungen im Gehirn verursacht. Als Risikofaktoren, um an einer vaskulären Demenz zu erkranken, gelten laut Professor Dr. Tanislav Bluthochdruck, aber auch Herzerkrankungen, Diabetes, ein hoher Cholesterinspiegel, Übergewicht, Bewegungsmangel und Rauchen. Erste Anzeichen sind schwer auszumachen, denn die

vaskuläre Demenz ist oft schleichend. Ähnlich wie bei der Alzheimer-Erkrankung sind die Betroffenen verwirrt und werden langsamer in ihren Reaktionen. Doch es gibt Symptome, in denen sich die Erkrankungen unterscheiden. Bei der vaskulären Demenz steht nicht die Gedächtnisstörung im Fokus. Auffallender ist, dass Patienten mit körperlichen Einschränkungen, wie etwa Unsicherheiten beim Gehen, zu kämpfen haben.

#### Lewy-Körperchen-Demenz

Krankhafte Veränderungen in Großhirnrinde und Hirnstamm führen zu dieser Erkrankung. Bis zu zehn Prozent aller Betroffenen leiden an der Lewy-Körperchen-Demenz. Die Erkrankung kann sowohl eigenständig als auch bei einer bestehenden Parkinson-Erkrankung auftreten. Namensgeber ist der deutsche Mediziner Friedrich H. Lewy (1885-1950). Wie bei der Alzheimer-Erkrankung leiden die Patienten unter zunehmender Gedächtnisstörung. Diese schwankt allerdings stark im Wochen- oder auch Tagesverlauf. Auffallend ist, dass Betroffene bereits zu Beginn der Erkrankung verstärkt visuelle Halluzinationen haben. Hinzu kommen körperliche Symptome wie Muskelstarre, Zittern, Ohnmacht oder auch eine instabile Körperhaltung.

#### Frontotemporale Demenz

Bei weniger als zehn Prozent aller Demenzen handelt es sich um frontotem-

porale Formen. Dabei ist ein Rückgang von Nervenzellen im Stirn- und Schläfenbereich des Gehirns zu verzeichnen. „Zu Beginn zeigen sich Veränderungen zunächst vor allem in der Persönlichkeit und im sozialen Verhalten des Patienten“, sagt der Chefarzt. Es fällt ihnen zunehmend schwer, sozialen Normen zu entsprechen und sich angemessen zu verhalten. Im weiteren Verlauf kommen oft Sprachstörungen hinzu, im späteren Stadium tritt Gedächtnisverlust auf.

#### Demenz bei Parkinson

Die Parkinson-Erkrankung wirkt sich größtenteils motorisch auf den Patienten aus. Allerdings ist das Risiko, an einer Demenz zu erkranken, bei Parkinson-Betroffenen höher als im Bevölkerungsdurchschnitt. Bei 30 bis 40 Prozent der Parkinson-Betroffenen ist im Verlauf der Erkrankung eine Demenz zu erwarten.

#### Möglichkeiten der Vorsorge

Generell gilt: Was gut fürs Herz ist, ist auch gut fürs Gehirn. Um Demenz vorzubeugen, hat die Weltgesundheitsorganisation einen Leitfaden herausgegeben. Empfohlen werden unter anderem körperliche Fitness – bestenfalls 150 Minuten wöchentlich – oder der Verzicht aufs Rauchen. Geachtet werden sollte, so Professor Tanislav, zudem auf eine gesunde Ernährung mit viel Fisch, Obst, Gemüse, Nüssen und Vollkornprodukten. Zudem zählen Übergewicht, Bluthochdruck und die Zuckerkrankheit zu Risikofaktoren. Wichtig ist es auch, geistig aktiv zu bleiben und das Gehirn mit Rätseln und Co. auf Trab zu halten. Nicht zu unterschätzen sind zudem soziale Kontakte. Einsamkeit kann emotional und körperlich krank machen.

#### Die Therapie

Eine spezifische Therapie der Demenz ist in seltenen Fällen vorhanden. Es gibt dennoch unterschiedliche Ansätze, den Krankheitsverlauf günstig zu beeinflussen. Durch das Zusammenspiel verschiedener Therapiemöglichkeiten kann die Krankheit aufgehalten und für den Patienten ein möglichst langes selbstbestimmtes Leben realisiert werden. Medikamentös kommen sogenannte Antidementiva zum Einsatz. Diese beeinflussen die Botenstoffe im Gehirn und können dazu beitragen, die geistige Leistungsfähigkeit des Betroffenen zu erhalten. Es werden gegen-

wärtig mehrere moderne Therapien zur Behandlung der Demenz entwickelt. „Ein vielversprechender Ansatz ist die Beeinflussung der Erkrankung mit einer Impfung“, berichtet der Chefarzt zum aktuellen Stand der Forschung. Hierbei handelt es sich um aktive Impfstoffe, die die Produktion von Antikörpern gegen Demenzproteine ankurbeln sollen. Für eine optimale Betreuung ist

es wichtig, dass Mediziner verschiedener Fachbereiche, also Geriater, Neurologe, Hausarzt oder Psychiater, eng zusammenarbeiten. Gemeinsam mit Physiotherapeuten, Logopäden oder auch Pflegedienst werden nicht-medikamentöse Therapieformen entwickelt, die dabei helfen, die Erkrankung aufzuhalten oder ihren Verlauf zu verlangsamen.

Stefanie Goß

## Geriatrie und neurologische Geriatrie

Die 50 Betten führende Abteilung für Akutgeriatrie am Diakonie Klinikum Jung-Stilling ist die einzige Akutgeriatrie im Kreis Siegen-Wittgenstein, verfügt über einen internistischen und neurologischen Schwerpunkt und vereint Therapie und Frührehabilitation. Ein besonderer Schwerpunkt ist die Diagnose und Versorgung von Patienten mit kognitiven Einschränkungen und Demenz. Dadurch sind neben Behandlung der Geriatrie-typischen Multimorbidität auch Inhalte in der Diagnostik und Therapie neurologischer Erkrankungen im Fokus der Abteilung.

Der Großteil der Patienten ist über 70 Jahre alt. Ziel des Teams – bestehend aus Internisten und Neurologen, speziell geschulten Pflegekräften, Physio- und Ergotherapeuten, Logopäden, Sozialdienst und Seelsorge – ist nicht ausschließlich die Heilung. In der Abteilung gilt es, Beschwerden zu lindern, vorhandene Fertigkeiten zu erkennen, funktionelle Verluste wiederherzustellen und den Patienten wenn möglich wieder in seine gewohnte Umgebung einzugliedern.

Insbesondere werden hier Krankheitsbilder aus der Alterstraumatologie behandelt, wie etwa eine zurückliegende Operation oder Stürze. Ferner werden sämtliche Erkrankungen des internistischen Formenkreises akutmedizinisch wie auch rehabilitativ therapiert.

Ein besonderer Schwerpunkt besteht bei den neurodegenerativen Erkrankungen und ihren funktionellen Auswirkungen wie Demenzen, Morbus Parkinson oder Folgezuständen nach Schlaganfällen. Wird darüber hinaus die Mitarbeit einer anderen Fachdisziplin benötigt (etwa der Gynäkologie oder Dermatologie), so bietet das Netzwerk des Diakonie Klinikums durch fachübergreifende Kooperation der Abteilungen eine umfassende Betreuung der Patienten.

Oft fällt es den Patienten schwer, selbst zu entscheiden, in welchem Umfang eine Behandlung erfolgen soll. Deshalb werden Angehörige immer mit in die Therapie eingebunden. Behandelt werden können bis zu 50 Patienten stationär sowie 15 Patienten in der geriatrischen Tagesklinik.



Ärzte, Schwestern und Pfleger sind in der Geriatrie für die Patienten im Einsatz – nehmen allerdings auch die Angehörigen in den Blick.

# Immer die Ästhetik im Blick



**Plastische Chirurgie** Oben etwas mehr, manchmal auch etwas weniger. Die Gründe für den Wunsch nach einer Veränderung der Brüste sind vielfältig. Häufig haben sie medizinische und psychische Ursachen. Manchmal geht es auch „nur“ um die Ästhetik. Privatdozent Dr. Thomas C. Pech und sein Team von der Plastischen, Ästhetischen und Rekonstruktiven Chirurgie am Diakonie Klinikum Jung-Stilling bieten in Kooperation mit der Fachabteilung für Gynäkologie und gynäkologischen Onkologie des Hauses umfassend Hilfe an.

**V**on wegen nur was für Stars und Sternchen: Rund 20 000 Frauen suchen jährlich in Deutschland einen Plastischen Chirurgen auf, um sich die Brüste vergrößern zu lassen. Tendenz steigend. Auch im „Stilling“ steht ein speziell ausgebildetes Team bereit.

## Brustvergrößerung

Der Wiederaufbau der weiblichen Brust ist ein medizinischer Eingriff, mit dem sich Ärzte bereits seit den 90er-Jahren des 19. Jahrhunderts beschäftigen. Der Wunsch nach einer Formveränderung der Brust steht hierbei im Vordergrund. 1895 verpflanzte der Chirurg Vincenz Czerny einer Patientin, die an Brustkrebs litt, Eigenfett zur Wiederauffüllung, allerdings erfolglos. Das Gewebe wurde nicht ausreichend durchblutet.

Viele Jahre der Forschung gingen ins Land, bis Ärzte aus Texas im Jahr 1961 das erste Silikon-Implantat entwickelten. 1992 wurde auf Kochsalzimplantate ausgewichen, nach dem die Sicherheit von Silikonimplantaten in Frage gestellt wurde. Mehrere große Studien gingen an den Start, in denen die Sicherheit der Silikon-Alternative nachgewiesen wurde. „Heute gelten diese Implantate als Standard bei der Brustvergrößerung (Fachbegriff: Mammaaugmentation), da sie dem Verhalten der weiblichen Brust in Form und Größe am Nächsten kommen“, weiß Privatdozent Dr. Thomas C. Pech, Sektionsleiter Plastische, Ästhetische und Rekonstruktive Chirurgie am Diakonie Klinikum Jung-Stilling. Die stetige Weiterentwicklung der Implantate führe dazu, dass sie nicht mehr mit den Produkten früherer Generationen vergleichbar seien. Ein Beispiel ist die Verwendung von Kohäsivgelen, die so vernetzt sind, dass ein Implantat nicht mehr auslaufen kann, die Form besser hält und sich besser anfühlt. Verwendet werden glatte Implantate, grob texturierte Hüllen wurden 2019 vom Markt genommen, als der Verdacht auf einen Zusammenhang mit der Entstehung eines sehr seltenen Lymphoms aufkam.

„Die Lebensdauer von Implantaten ist nicht automatisch begrenzt“, so Dr. Pech. Wenn keine Probleme auftreten, können sie über einen längeren Zeitraum belassen werden. Regelmäßige Kontrollen gilt es aber auszuführen. Komplikationen können im Laufe des Lebens dazu führen, dass eine Entfernung oder ein Wechsel notwendig werden. Eine Alternative bietet dann beispielsweise die Transplantation von Eigenfett. Dieses wird an einer anderen Körperstelle abgesaugt, hochgereinigt und anschließend an der zu behandelnden Körperstelle wieder zurückinjiziert. Mit den heutigen Methoden wachsen rund 80 Prozent des verpflanzten Fettgewebes an der neuen Position an. Das sogenannte Lipofilling bringt laut dem Sektionsleiter einige Vorteile mit sich: „Die Patientinnen tragen keinen Fremdkörper in sich. Somit besteht auch kein Risiko für ein Platzen des Implantates oder Abstoßungserscheinungen.“ Hinzu komme, dass die Brust nach dem Eingriff ganz natürlich mit zu- oder abnimmt und – ganz nebenbei – überschüssiges Fett an anderer Stelle verschwindet. Limitationen bestehen bei Frauen, deren Body-Mass-Index unter

23 liegt. Sie haben es schwer, je nach gewünschtem Volumen der Brust ausreichend Eigenfett mitzubringen. Für sie eignet sich der Eingriff eher nicht. Beim chirurgischen Eingriff mit Implantaten gibt es zwei Varianten: Entweder werden die Implantate zwischen Brustgewebe und Brustmuskel platziert oder auch hinter dem Brustmuskel. Abhängig ist die Entscheidung vom vorhandenen Eigengewebe der Brust, um etwa die Sichtbarkeit eines Implantates durch die Haut zu vermeiden.

Die Gründe, warum sich Frauen für die Mammaaugmentation entscheiden, sind laut Dr. Pech vielfältig, meist sind sie jedoch ästhetisch bedingt. Ist keine medizinische Indikation (zum Beispiel der Wiederaufbau einer Brust nach einer Krebserkrankung) gegeben, muss der Eingriff selbst gezahlt werden. Der Eingriff wird ambulant oder stationär durchgeführt und dauert etwa eine bis eineinhalb Stunden. Für vier bis sechs Wochen nach dem Eingriff muss ein angepasster Kompressions-BH getragen werden. Etwa zwei Wochen lang sollten sich die Patientinnen zudem schonen.

## Bruststraffung (auch in Kombination mit einer Implantateinlage)

Die Bruststraffung (Mastopexie) gehört zu den häufigsten kosmetisch-chirurgischen Eingriffen an der weiblichen

nach adipositas-chirurgischen Eingriffen wie einer Magenverkleinerung) erleidet die weibliche Brust oftmals auch einen Volumenverlust sowie starke Gewebeerschaffung.

Die Mastopexie findet ambulant oder stationär im Krankenhaus statt. Zwei bis dreieinhalb Stunden werden dafür eingeplant. Der Chirurg kann beim Eingriff auf rund 20 verschiedene Schnitttechniken zurückgreifen. Für welche sich Arzt und Patientin entscheiden, hängt von vielen Faktoren ab, etwa von den Wünschen der Patientin oder auch der Beschaffenheit von Haut und Bindegewebe. Ziel ist es immer, eine natürliche Form zu schaffen und dabei so wenige Narben wie möglich zu hinterlassen. Eventuell ist dabei auch der Einsatz von Implantaten notwendig, um fehlendes Volumen auszugleichen. Ein sogenanntes Mommy Makeover bezeichnet die Kombination einer Brust mit einer Bauchdeckenstraffung. Dr. Pech: „Diese Methode kommt insbesondere nach mehreren Schwangerschaften in Betracht, wenn sich das Gewebe an beiden Bereichen nicht mehr von alleine erholt und strafft.“

## Brustverkleinerung

Viele Frauen wünschen sich eine Vergrößerung der Brust, andere Patientinnen leiden allerdings darunter, wenn die

sichtbare Narben ist nur in seltenen Fällen (mittels Fettabsaugung) möglich. Der operative Eingriff wird bei einer Brustverkleinerung auf drei bis vier Stunden angesetzt. Die Kosten tragen die Krankenkassen allerdings nur, wenn die Operation medizinisch notwendig ist. Hierzu muss, so Privatdozent Dr. Pech, nach einer Beratung durch einen Frauenarzt und einen plastischen Chirurgen ein Antrag auf Kostenübernahme gestellt werden.

Zusammenfassend ist bei allen operativen Eingriffen im Bereich der Brust eine individuelle Beratung der Patienten zwingend erforderlich, um ein optimales therapeutisches Konzept zu ermöglichen. Dr. Pech macht in diesem Zusammenhang deutlich: „Die Sicherheit im Rahmen einer Operation sowie im langfristigen Verlauf steht im Fokus des interdisziplinären Teams am Sieger Diakonie Klinikum Jung-Stilling.“

Stefanie Goß



„Die Gründe für den Wunsch nach einer Veränderung der Brüste können vielfältig sein.“

## PD Dr. Thomas C. Pech

Sektionsleiter Plastische, Ästhetische und Rekonstruktive Chirurgie

Brust. Mit dem Eingriff können Form, Größe und Erhabenheit der Brüste korrigiert werden.

Der Eingriff ist nahezu immer ästhetischer Natur. Dr. Pech: „Dies liegt am Lauf der Zeit. Genau wie an anderen Körperstellen, macht auch das Alter vor den Brüsten nicht Halt. Erschwerend kommt hinzu, dass die weibliche Brust als äußeres Organ kein Muskelgewebe enthält. Eine Straffung allein durch Training kann also nicht erfolgen.“ Nimmt eine Frau dann noch viel an Gewicht ab oder beendet das Stillen des Kindes, kann es sein, dass sie mit ihrem Äußeren nicht mehr zufrieden ist – und eine Straffung in Betracht zieht. Bei großem Gewichtsverlust (zum Beispiel

Oberweite im Verhältnis zum Oberkörper zu groß ist. Probleme können psychischer Art sein. Oftmals treten aber auch physische Belastungen auf. Dazu zählen Rücken- oder Kopfschmerzen.

Bei der Brustverkleinerung, auch als Mammareduktionsplastik bezeichnet, wird überschüssiges Drüsen-, Fett- und Hautgewebe aus den Brüsten entfernt. Als Standardverfahren gilt laut dem Sektionsleiter die „Inverted-T“ (umgekehrte T-Schnittführung). Dabei erfolgt die Schnittführung um den Brustwarzenkomplex herum, nach vertikal-unten, um im Bereich der Unterbrustfalte (also nahezu unsichtbar) abzuschließen. Eine Brustverkleinerung ohne

# Für ein strahlendes Lächeln



**MKG** Strahlend weiße Zähne sind in unserer Gesellschaft ein Inbegriff der Schönheit. Doch was tun, wenn Zähne verloren gehen? Zahnimplantate sind einer der Schwerpunkte am ambulanten Zentrum für Mund- Kiefer-, Gesichtschirurgie (MKG) und Oralchirurgie am Diakonie Klinikum Jung-Stilling in Siegen. Hier kümmert sich das Team um Chefarzt Privatdozent Dr. Dr. Jan-Falco Wilbrand und Fachzahnarzt für Oralchirurgie Adam H. Cieply um die Belange der Patienten.

**E**in schönes Gebiss gilt als Visitenkarte des Gesichts. Doch nicht jeder ist mit dem perfekten Lächeln gesegnet, etwa dann, wenn krankheitsbedingt Zähne ausfallen. Hilfe gibt es am Diakonie Klinikum Jung-Stilling in Siegen.

#### Ursachen für Zahnverlust

Jeder Mensch verliert im Laufe seines Lebens Zähne. Ab dem fünften Lebensjahr macht das Milchgebiss Platz für die bleibenden Zähne. Wenn diese im Erwachsenenalter verloren gehen, stecken dahinter häufig Unfälle oder Erkrankungen wie Parodontitis, Karies oder Kieferzysten. Hier kann die Abteilung Mund-, Kiefer-, Gesichtschirurgie (MKG) am Diakonie Klinikum Jung-Stil-

ling auch in schwierigen Situationen eine individuell abgestimmte Lösung für die Patienten finden.

#### Krankmacher Zahnverlust

Zahnverlust wirkt sich in erster Linie auf die Ästhetik des Gesichts aus. Die Gesichtshöhe verändert sich, die Mundpartie wirkt eingefallen – und damit älter. Betroffene trauen sich oftmals nicht mehr, offen zu lachen und zu sprechen. Zusätzlich führt Zahnverlust jedoch auch zu funktionellen Störungen, Kau- und Sprachproblemen.

Jeder der 32 menschlichen Zähne (inklusive Weisheitszähne) braucht seinen „Gegenspieler“. Fehlt es an der Abstützung durch eine optimale „Gegenverzahnung“, hat dies negative Auswirkungen auf das Kiefergelenk, die Kaumuskulatur und letztendlich auch auf die Nahrungsaufnahme. Beim längerfristigen Fehlen von Zähnen wird der Kieferknochen an der entsprechenden Stelle nicht mehr belastet. Knochen, Gewebe und Muskulatur bauen deutlich ab. Dies kann weitreichende Folgen haben, wie Privatdozent Dr. Dr. Jan-Falco Wilbrand aufschlüsselt: „Diese reichen von schmerzenden Kiefergelenken und chronischen Kopfschmerzen über Zähneknirschen und Schwindel bis hin zu einem Tinnitus. Zudem treten Zahn- und Kieferfehlstellungen auf. Zähne, die die Lücke umgeben, verändern im Lauf der Zeit ihre Position, kippen, wandern oder bewegen sich.“ Darüber hinaus lassen sich die Zahnlücken auch nur schwer reinigen. Damit steigt das Risiko für Karies oder Parodontitis.

#### Ästhetische Belastung

„Sich durchbeißen“, „Zähne zeigen“: Es gibt viele Redewendungen, die auf die Wichtigkeit eines intakten Gebisses verweisen – auch aus ästhetischer Sicht. Der psychologische Aspekt ist nicht zu unterschätzen, wird doch der Verlust des zweiten Gebisses oft mit Alter, Schwäche und Krankheit assoziiert.

#### Zahnimplantate (künstliche Zahnwurzeln)

Zahnimplantate sind, so Adam H. Cieply, Fachzahnarzt für Oralchirurgie am „Stilling“, künstliche Zahnwurzeln aus Titan oder Keramik, die durch fachgerechtes Einsetzen sehr fest mit dem Knochen verwachsen. Die Versorgung der Implantate mit Kronen wird dann in der Regel vom jeweiligen Hauszahn-

Zahnimplantate sind künstliche Zahnwurzeln aus Titan oder Keramik, die durch fachgerechtes Einsetzen sehr fest mit dem Knochen verwachsen.



© crevis / Adobe Stock



**Adam H. Cieply**  
Fachzahnarzt für Oralchirurgie



**PD Dr. Dr. Jan-Falco Wilbrand**  
Chefarzt  
Mund-, Kiefer- und  
Gesichtschirurgie

„Zahnverlust wirkt sich in erster Linie auf die Ästhetik des Gesichts aus. Betroffene trauen sich oftmals nicht mehr, offen zu lachen und zu sprechen.“

arzt durchgeführt. Das Resultat ist letztlich von natürlichen Zähnen kaum zu unterscheiden.

Der Eingriff erfolgt zumeist unter örtlicher Betäubung. Auf Wunsch ist eine Behandlung in Dämmer- oder Vollnarkose – mit Unterstützung eines erfahrenen Anästhesie-Teams – möglich. Je nach individueller Situation können Einzelzähne, Brücken oder komplette Prothesen mit Hilfe von Implantaten fest angebracht werden.

#### Knochenaufbau

Wenn das Volumen des Kieferknochens nicht ausreicht, um ein Implantat einzusetzen, ist ein Knochenaufbau möglich. Dabei handelt es sich um eine chirurgische Maßnahme, die von einem spezialisierten Team von Implantologen durchgeführt werden sollte. Für den Knochenaufbau ist es möglich, Knochenspenden aus den benachbarten Regionen (etwa aus dem Ober- oder

Unterkieferkamm oder dem Kinn) zu entnehmen. Bei größeren Knochendefekten besteht die Möglichkeit, Knochenmaterial zu entnehmen, beispielsweise aus dem Becken. Zudem ist es laut Dr. Dr. Wilbrand möglich, auf Knochenersatzmaterial zurückzugreifen: „Hierbei handelt es sich um biologisch verträgliche Fremdmaterialien, wie etwa Produkte aus Tierknochen, Algen oder Korallen, die zum Anheben des Kieferhöhlenbodens oder zum Aufbau des Kieferkamms gut geeignet sind.“ Ein neuartiges Verfahren ist zudem die PRGF-Technik (Plasma-rich-growth-factors, zu Deutsch: (Blut)-Plasma reich an Wachstumsfaktoren). Dabei werden aus dem Eigenblut des Patienten bestimmte Proteine gewonnen, mit deren Hilfe Knochenersatzmaterialien biologisiert werden können. Auch Transplantate aus eigenem Knochen heilen schneller ein. Ziel ist eine beschleunigte und gute Wundheilung. Damit wird gewährleistet, dass die Wunden rund um

die Implantate schneller verheilen und sich der Knochenaufbau komplikationslos entwickelt.

#### Richtige Zahnpflege

Um Krankheiten wie Parodontitis oder Karies erst gar nicht entstehen zu lassen, kommt es auf die richtige Zahnpflege an. Zudem ratsam: die Vorsorgetermine beim Zahnarzt wahrnehmen.

Zwei- bis dreimal täglich sollten die Zähne rund zwei Minuten lang geputzt werden, bestenfalls direkt nach den Mahlzeiten. Dafür bietet sich die „KAI-Methode“ an. Demnach sind zuerst die Kauflächen an der Reihe, es folgen die Außenflächen der Zähne und am Ende die Innenflächen. Auch sollten die Zahnzwischenräume täglich gereinigt werden. Dafür eignen sich Zahnseide oder spezielle Interdentalbürsten. Nicht zu vergessen ist die Zunge: Eventueller Belag kann mit einem Zungenschaber entfernt werden.

Stefanie Goß

# Robotische Urologie auch überregional gefragt

[www.robotische-urologie-siegen.de](http://www.robotische-urologie-siegen.de)

**Robotik** 650 Operationen in knapp drei Jahren sprechen eine klare Sprache: Aus diesem Grund weitet das Diakonie Klinikum Jung-Stilling in Siegen die Robotische Urologie aus, der mit Mahmoud Farzat nun ein eigener Chefarzt vorsteht. Die Schwerpunkte von Farzat und seinem Team liegen auf roboterassistierten minimalinvasiven chirurgischen Eingriffen an Prostata, Nieren, Harnblase und Harnleitern.

## Mahmoud Farzat

Nach seinem Medizinstudium in der syrischen Hauptstadt Damaskus war Mahmoud Farzat in der dortigen Uniklinik tätig. 2013 übernahm er für drei Jahre eine Assistenzarzt-Stelle in einer urologischen Fachabteilung in Lünen. Anschließend wechselte er ans St. Antonius-Hospital nach Gronau, wo er zunächst als Facharzt und später als Funktionsoberarzt tätig war. Heute ist Mahmoud Farzat neben seinem Einsatz im Siegener „Stilling“ seit einem Jahr auch Dozent an der Universität Siegen in der Lebenswissenschaftlichen Fakultät. An der Rheinischen Friedrich-Wilhelms-Universität Bonn schließt er demnächst seine Doktorarbeit im Bereich der Prostata-Chirurgie ab, die er in Zusammenarbeit mit den dortigen Kollegen der Urologischen Klinik schreibt.

Die Robotische Urologie im Diakonie Klinikum Jung-Stilling verzeichnet überdurchschnittlich gute Zahlen: Unter Einsatz der roboterassistierten Technik ist es der Mannschaft gelungen, bislang 93 Prozent seiner Patienten mit Prostatakrebs tumorfrei zu operieren. Knapp die Hälfte davon waren Therapien bei lokal fortgeschrittenen Karzinomen (Tumoren, die auch außerhalb der Prostata wachsen).

Der Da-Vinci-Roboter ist ein Spitzenreiter für die minimalinvasive Chirurgie. Im „Stilling“ kommt die OP-Technik sowohl bei gut- als auch bösartigen urologischen Krankheiten zum Einsatz. Mit einer dreidimensionalen Kamera bietet der Da Vinci optimale Sicht auf den zu operierenden Bereich. Chirurgen steuern die Instrumente millimetergenau, nehmen kleinste Schnitte zitterfrei vor und können Blutgefäße und Nervenstrukturen schonen. Die Vorteile für Patienten: weniger Schmerzen, schnellere Mobilisation, kürzerer Krankenhausaufenthalt. Neben der Prostatakrebs-Chirurgie zählen auch die organerhaltende Nierentumor-Entfernung, die Behandlung von Nierenbecken- und Harnleitertumoren sowie Blasenkrebs mit Harnblasenersatz, die Prostataentfernung bei Vergrößerung des Organs sowie Fehlbildungen und Engen urologischer Organe zu den Schwerpunkten der Robotischen Urologie.

Mahmoud Farzat ist Facharzt für Urologie, verfügt über das europäische Facharzt-Zeugnis für Urologie (F.E.B.U.) und ist seit April 2019 im Diakonie Klinikum tätig. Dort stand er der Urologie unter der Leitung von Chefarzt Dr. Peter Weib bislang als Sektionsleiter vor. „Mit Mahmoud Farzat haben wir einen qualifizierten Fachmann gewonnen, der die Robotische Urologie mit seiner Expertise bereichert – sowohl in der operativen Therapie verschiedener Krankheiten als auch in der Aus- und Weiterbildung des Personals“, lobt Dr. Peter Weib. Dass er richtig viel kann, habe Farzat bereits im Jahr 2016 bewiesen, als er im italienischen Mailand den ersten Platz in der Roboterchirurgie gewann und von der Europäischen Gesellschaft für Urologie ausgezeichnet wurde.

Farzat beobachtet, dass die roboterassistierten Eingriffe vermehrt von Patienten und Zuweisern nachgefragt werden – „zu unserer Freude auch über die Region hinaus“. Zudem merkt er an: „Mit dem Start des Robotik-Systems in unserem Haus im November 2018 haben wir bis dato rund 650 Eingriffe an Prostata, Nieren, Harnblase und Harnleitern durchgeführt, knapp 400 davon nur an der Prostata.“ Das Einzugsgebiet liegt in einem Umkreis von mehr als 100 Kilometern. Neben dem Siegerland, Westerwald, Sauerland und Hochsauerland kommen die Patienten auch aus dem Koblenzer und Kölner Raum.

Farzat sieht seiner neuen Position positiv entgegen: „Ich freue mich über den chefärztlichen Posten für die Robotische Urologie und die Möglichkeit, mit einem kompetenten und motivierten Team das derzeit schonendste Verfahren für die chirurgische Therapie urologischer Krankheiten bieten zu können.“ Doch für ihn steht ein anderer Erfolg besonders im Fokus: „Die Patientenzufriedenheit äußert sich nicht nur aufgrund der guten kosmetischen und onkologischen Ergebnisse, sondern auch wegen der funktionellen Aspekte“, macht Farzat deutlich. Die OP-Technik ermöglicht es nämlich, dass die Kontinenz und Potenz von Prostatakrebs-Patienten erhalten bleiben kann.

Dr. Josef Rosenbauer ist Geschäftsführer des Diakonie Klinikums und freut sich über den Zuwachs in der Chefarztetage: „Mit Mahmoud Farzat steht

„Ich freue mich, das derzeit schonendste Verfahren für die chirurgische Therapie urologischer Krankheiten bieten zu können.“

**Mahmoud Farzat**  
Chefarzt Robotische Urologie

Der Da-Vinci-Roboter ist ein roboterassistiertes System für die minimalinvasive Chirurgie. In der Robotischen Urologie des Diakonie Klinikums Jung-Stilling kommt die OP-Technik sowohl bei gut- als auch bösartigen Krankheiten zum Einsatz.

dem Klinikum ein ausgewiesener Experte vor. Mit der chefärztlichen Leitung für diesen Kernbereich gehen wir überregional einen entscheidenden Schritt auf dem Weg zum Schwerpunktversorger für Robotik-Operationen urologischer Krankheiten.“ Als international anerkannter Ausbilder gibt Mahmoud Farzat sein Wissen auch an in- und externes Fachpersonal weiter und führt es an die chirurgische Technik heran. **Blazenka Sokolova**



# Hautkrebs lässt sich verhindern

**Dermatologie** Raus aus der Sonne: Das ist der wichtigste Rat, wenn es darum geht, Hautkrebs erst gar nicht entstehen zu lassen. Unser größtes Sinnesorgan ist anfällig für Veränderungen. Diese hat das Team um Dr. Claudia El Gammal am MVZ Jung-Stilling im Blick. Vorsorge ist hier oberstes Gebot.

[www.mvz-jung-stilling.de](http://www.mvz-jung-stilling.de)

Dr. Claudia El Gammal, Fachärztin für Haut- und Geschlechtskrankheiten am MVZ Jung-Stilling Siegen weiß, wie dem Hautkrebs und seinen Vorstufen vorzubeugen ist, etwa mit dem „Lichtschutz-ABC“: Ausweichen, Bedecken, Cremes.

„Jeder kann etwas tun, um sein Hautkrebs-Risiko zu minimieren.“

**Dr. Claudia El Gammal**

Fachärztin für Haut- und Geschlechtskrankheiten

**G**ut- oder bösartig? Wer Veränderungen an seiner Haut feststellt, will darauf schnell eine Antwort haben. Diese findet man bei Dr. Claudia El Gammal (MVZ Jung-Stilling Siegen). Die Medizinerin schlüsselt auf, wie man Hautkrebs und seine Vorstufen erkennt – und warum Vorsorge immens wichtig ist.

## Aktinische Keratose – Die Hautkrebs-Vorstufe

Die aktinische Keratose ist eine frühe Form von hellem Hautkrebs. Als Symptome gelten rötliche Flecken auf der Haut mit fest haftenden Schuppen. Betroffen sind die Hautareale, die häufig dem Sonnenlicht, also der UV-Strahlung ausgesetzt sind, wie etwa das Gesicht, die Ohrmuscheln oder die Handrücken. Bei Männern treten aktinische Keratosen bei altersbedingtem Haarverlust auch auf der Kopfhaut auf. Mit steigendem Lebensalter nimmt die

Wahrscheinlichkeit zu, dass sich aktinische Keratosen bilden. Meist dauert es Jahrzehnte, bis sich die Schädigung des Erbguts der Oberhaut-Zellen durch UV-Licht bemerkbar macht. In Europa leiden etwa 15 Prozent der Männer und sechs Prozent der Frauen an aktinischen Keratosen. Der Grund, laut Dr. El Gammal: „Männer arbeiten öfter im Freien.“ In Australien, hier ist die Sonneneinstrahlung viel stärker als in unseren Breiten, sehen die Zahlen ganz anders aus. Aktinische Keratosen treten hier bei 55 Prozent der Männer und 37 Prozent der Frauen auf.

Weil aus aktinischen Keratosen in rund zehn Prozent der Fälle Plattenepithelkarzinome entstehen können, ist eine Behandlung sinnvoll. Zahlreiche Verfahren stehen zur Verfügung, die für jeden Patienten individuell ausgewählt werden müssen und die häufig miteinander kombiniert werden. Bestimmte

Salben, die wie eine lokale äußerliche Chemotherapie wirken, können vom Patienten selbst angewendet werden. Operative Verfahren werden vom Arzt durchgeführt. Dazu zählt etwa die Curettage oder die Lasertherapie, bei der die betroffenen Stellen unter örtlicher Betäubung abgetragen werden. Möglich ist auch die Vereisung mit flüssigem Stickstoff. Mit Hilfe der so genannten photodynamischen Therapie können größere Flächen, wie etwa die gesamte Kopfhaut oder Stirn, zusammenhängend behandelt werden. Damit wird eine gewisse Reparatur der UV-bedingten Zellschädigungen erreicht.

## Weißer (heller) Hautkrebs

Unter dem Begriff heller oder weißer Hautkrebs werden verschiedene Tumoren der Haut zusammengefasst. Sie streuen entweder gar nicht oder erst relativ spät in Lymphknoten sowie die inneren Organe und sind deshalb weniger gefährlich als der so genannte schwarze Hautkrebs. In Deutschland erkranken jährlich mehr als 300 000 Menschen an dieser Form – Tendenz steigend. Der helle Hautkrebs tritt insbesondere bei Menschen mit heller, lichtempfindlicher Haut auf und befällt die „Sonnterasen“ des Körpers, also Kopfhaut und Gesicht, Unterarme und Handrücken.

Beim hellen Hautkrebs unterscheidet der Mediziner zwischen Basalzell- oder Plattenepithelkarzinom. Das Basalzellkarzinom (auch Basaliom) kann zu Beginn wie ein kleiner Pickel aussehen, der meist von winzigen Blutgefäßen durchzogen wird. Nicht selten entwickeln sich später Vertiefungen, am Rand entsteht ein Wall aus kleinsten Knötchen. Das Basaliom verkrustet oft und es kommt immer wieder zu Blutungen. Auch wenn dieser Tumor nicht streut, zerstört er doch die Strukturen in seiner unmittelbaren Umgebung und muss daher entfernt werden.

Das Plattenepithelkarzinom, auch Spinalom genannt, ist aggressiver als das Basaliom. Nicht selten streut diese Krebsart. Es können also Metastasen in den Lymphknoten oder den Organen auftreten. Ein Plattenepithelkarzinom ist durch gerötete, etwas erhabene und schuppige Hautveränderungen gekennzeichnet – bis hin zu leicht blutenden Knoten. „Standardtherapie ist die vollständige operative Entfernung des betroffenen Gewebes. Sind die Lymphknoten befallen, werden diese ebenfalls entfernt“ informiert die Dermatologin.

## Malignes Melanom – Schwarzer Hautkrebs

Am schwarzen Hautkrebs, dem malignen Melanom, erkranken jedes Jahr in Deutschland mehr als 18 000 Menschen. Problematisch: Für den Laien ist der schwarze Hautkrebs nur schwer von einem harmlosen Muttermal zu unterscheiden. Als Warnsignale gelten plötzliche Veränderungen der Form und Farbe eines Pigmentmals, Juckreiz, spontane Blutungen oder auch eine Rötung im Randbereich.

95 Prozent der malignen Melanome treten an der Haut auf, oftmals auch an Stellen, die der Patient selbst nicht sieht, etwa hinter dem Ohr. Sehr selten entstehen Melanome auch an anderen Körperstellen, wie beispielsweise am Auge, auf Schleimhäuten oder an den Hirnhäuten. Je länger der schwarze Hautkrebs unerkannt bleibt, desto größer die Wahrscheinlichkeit, dass sich der Krebs auch auf benachbarte Lymphgefäße ausbreitet oder sich Tochtergeschwülste in anderen Organen bilden. Sofern machbar, wird das Melanom mit

einem Sicherheitsabstand in der gesunden Haut operativ entfernt. Bei frühen Melanomen, die noch nicht tief in die Haut eingedrungen sind, ist keine weitere Therapie erforderlich: „Sie haben eine hervorragende Prognose“, so Dr. El Gammal. Ab einer bestimmten Tumordicke muss zusätzlich der „Wächterlymphknoten“ entfernt werden, den die Krebszellen bei ihrem Weg durch den Körper als erstes passieren müssen. Er würde also anzeigen, falls der schwarze Hautkrebs gestreut hat. Finden sich im „Wächter“ bösartige Zellen, werden auch benachbarte Lymphknoten ent-

fernt, verschiedene Formen und Vorstufen von Hautkrebs frühzeitig zu erkennen. Bei der Untersuchung wird der Patient komplett nach Muttermalen oder anderen Veränderungen der Haut abgesucht. Bei Risikopatienten, also beispielsweise Menschen mit sehr hellem Hauttyp, kann mittels der computergestützten Videodermaskopie ein „Muttermalkatalog“ erstellt werden. In sehr hoher Vergrößerung umfasst dieser Fotos von Hautveränderungen, die aus hautärztlicher Sicht kontrolliert werden müssen. Bei Folgeterminen kann also genau festgestellt werden, ob und wie sich etwas verändert hat.

Um sich vorzubereiten, kann der Patient einige Tipps beherzigen: Nagellack sollte entfernt werden. Patienten sollten zudem ungeschminkt zum Termin kommen und eine praktische Frisur wählen, die eine Untersuchung der Kopfhaut möglich macht.

Stefanie Goß



Diese „auflichtmikroskopische Aufnahme“ zeigt ein stark verändertes Pigmentmal. Dieses ist zwar noch gutartig, aber mit der Gefahr, ein malignes Melanom zu werden.



Schnell und schmerzlos: Alle zwei Jahre haben Krankenversicherte ab ihrem 35. Geburtstag einen Anspruch auf die Hautkrebs-Vorsorgeuntersuchung.

fernt. Chemo- und Immuntherapie stehen im Kampf gegen den schwarzen Hautkrebs ebenfalls zur Verfügung.

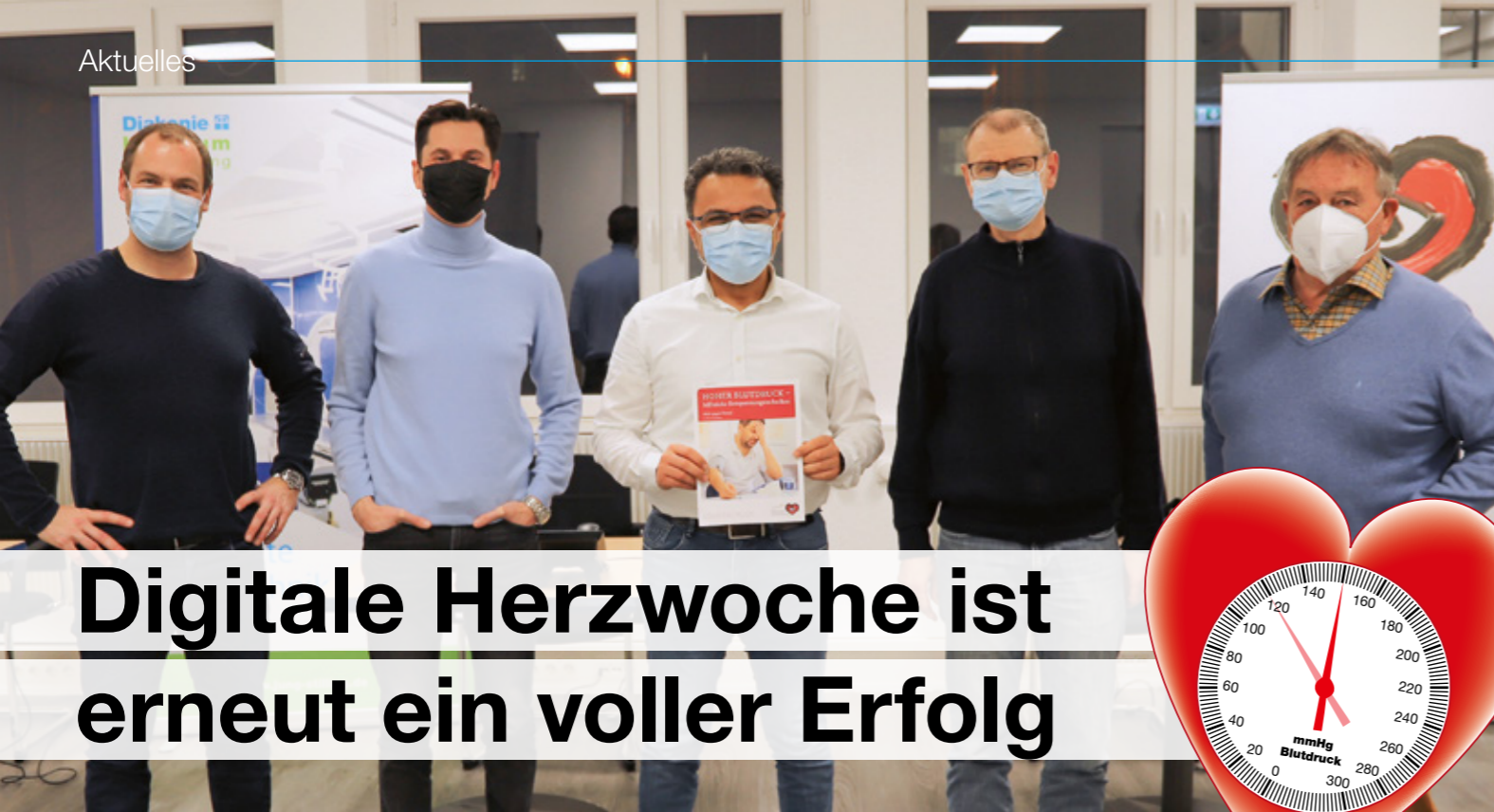
## Die Vorsorgeuntersuchung

„Jeder kann etwas tun, um sein Hautkrebs-Risiko zu minimieren“, weiß die Medizinerin. Leicht zu merken ist das „Lichtschutz-ABC“, also A wie Ausweichen, B wie Bekleiden, Bedecken, Behüten und C wie Cremes. Seit 2008 gibt es deutschlandweit das Hautkrebs-Früherkennungsprogramm, an dem gesetzlich Versicherte über 35 Jahre alle zwei Jahre teilnehmen können. Hauptziel ist

## Dermatologische Praxis im MVZ Jung-Stilling

Das Team der dermatologischen Praxis am Diakonie Klinikum Jung-Stilling behandelt und berät bei allen Fragen rund um das Thema Haut – von Allergien über Akne bis hin zu Hautkrebs und Kosmetik. Die Fachärztinnen Dr. Claudia El Gammal und Fera Holiangu kümmern sich um Krankheiten der Haut, der Haare, der Nägel und der Schleimhäute. Email: [mvzdermatologiesiegen@diakonie-sw.de](mailto:mvzdermatologiesiegen@diakonie-sw.de), Telefon: 02 71/3 33-46 70.





## Digitale Herzwoche ist erneut ein voller Erfolg



Die Kardiologen (von links) Dr. Johannes Rixe, Privatdozent Dr. Damir Erkapic, Professor Dr. Dursun Gündüz und Dr. Werner Meyners informierten mit Unterstützung von Günter Nöll (Deutsche Herzstiftung) am Telefon und in Videos über Bluthochdruck.

**Herzwoche** Mit einer Telefonaktion und Vorträgen im Video-Format ging die Herzwoche des Diakonie Klinikums in Kooperation mit der Deutschen Herzstiftung ein zweites Mal digital über die Bühne. Zahlreiche Interessierte kamen mit den Medizinern ins Gespräch und informierten sich über das Thema Bluthochdruck.

**W**ie hoch darf der Blutdruck nachts sein? Was tun, wenn die Medikamente nicht ausreichend anschlagen? Welche Möglichkeiten gibt es noch, um den Bluthochdruck zu senken? Diese und viele weitere Fragen haben vier Kardiologen des Diakonie Klinikums bei der diesjährigen und damit elften Ausgabe der Herzwochen in Kooperation mit der Deutschen Herzstiftung am Telefon und in Online-Erklärvideos beantwortet. Die Aktionswoche, die dieses Mal unter dem Motto „Herz unter Druck: Ursachen, Diagnose und Therapie des Bluthochdrucks“ stand, fand somit coronabedingt und auch aufgrund der positiven Resonanz im vergangenen Jahr erneut digital statt.

Zwei Stunden lang standen Professor Dr. Dursun Gündüz, Leiter Kardiologie und Angiologie, Privatdozent Dr. Damir Erkapic, Leiter Kardiologie und Rhythmologie, Dr. Johannes Rixe, Leiter kardiologische Bildgebung, und Dr. Werner Meyners, Leiter Intensivstation, während

der Telefonaktion ausführlich Rede und Antwort. „Die allermeisten Anrufer waren bereits wegen hohem Blutdruck in Behandlung, entweder beim Hausarzt oder bei einem Kardiologen. Dennoch kommen oft weitere Fragen auf, zum

*„Die Anrufer waren durchweg dankbar für zusätzliche Tipps und Ratschläge.“*

**Privatdozent Dr. Damir Erkapic**  
Leiter Kardiologie und Rhythmologie

Beispiel zu Zusammenhängen mit anderen Herzerkrankungen wie Rhythmusstörungen oder Vorhofflimmern“, schildert Privatdozent Dr. Damir Erkapic häufige Gesprächsverläufe. Eine weitere Gemeinsamkeit, die das Ärzteteam besonders freute: „Die Anrufer

Zahlreiche Anrufer nutzten die Gelegenheit, mit den Kardiologen des Diakonie Klinikums Jung-Stilling ins Gespräch zu kommen.

waren durchweg dankbar für zusätzliche Tipps und Ratschläge.“

Wissenswertes rund um den hohen Blutdruck vermittelte das Kardiologie-Team zudem in Online-Videos, die auf dem YouTube-Kanal der Diakonie in Südwestfalen auch über die Aktionswoche hinaus angesehen werden können. In den Kurz-Vorträgen erläutern die Kardiologen des Diakonie Klinikums, was die Ursachen und Risiken von Bluthochdruck sind, welche Therapiemöglichkeiten es gibt und welche Mythen und Wahrheiten rund um die Krankheit bestehen. Interessierte können darüber hinaus im Internet kostenlose Informationsmaterialien bei der Deutschen Herzstiftung anfordern unter [www.herzstiftung.de/bestellung](http://www.herzstiftung.de/bestellung). Carolin Helsper



**Weihnachtsrezepte** Bratwurst und Püree, ein Karpfen oder doch die traditionelle Gans? Die Weihnachtstafel ist reich gedeckt. Und das in allen Nationen, die das Hochfest der Christen feiern. Kulinarisch geht es auch in der Mitarbeiterschaft der Diakonie in Südwestfalen zu. Wir wünschen viel Spaß beim Nachkochen und Guten Appetit!

## Rezepte zum Fest aus aller Welt

von  
Mitarbeitern  
für  
Mitarbeiter



## Meerrettich-Suppe mit Apfelspalten



**Christina  
Ziebold-Jung**

Einrichtungsleiterin  
Haus Klotzbach



Am 1. Weihnachtstag findet bei uns traditionell ein großes Familientreffen statt und seit einigen Jahren gibt es diese Suppe. Meerrettich hört sich nicht so einladend an. Aber die Suppe ist ein absolutes „Soul-Food“ – und schnell gemacht. In der Vorweihnachtszeit haben wir manchmal Besuch von Freunden aus Amerika. Auch sie haben es als Tradition eingeführt. So gibt es, auch wenn es nur eine Kleinigkeit ist, eine schöne Verbindung über alle Grenzen hinweg.

### Zutaten für 4 Personen:

**2 Schalotten**  
**3-4 mehligkochende Kartoffeln**  
**1 EL Butter**  
**900 ml Hühnerbrühe**  
**3 EL frisch geriebener Meerrettich**  
**150 ml Sahne**  
**Salz, Pfeffer**  
**Einlage:**  
**2 säuerliche Äpfel**  
**½ EL Zucker**  
**½ Bund glatte Petersilie**

### Für die Suppe:

Die Schalotten schälen und fein würfeln. Kartoffeln schälen, waschen und würfeln. Butter in einem Topf erhitzen. Kartoffel- und Schalottenwürfel darin andünsten. Mit Geflügelbrühe ablöschen und im geschlossenen Topf 20 Minuten garen. Meerrettich und Sahne zur Suppe geben, einmal aufkochen lassen und dann fein pürieren. Mit Salz und Pfeffer würzen.

### Für die Einlage:

Die Äpfel waschen, vierteln, entkernen und in Spalten schneiden. In einer Pfanne mit dem Zucker leicht karamellisieren. Petersilie waschen, trocken schüttern, Blättchen von den Stielen zupfen und fein hacken. Suppe in vorgewärmte Suppenschalen füllen. Mit den Apfelspalten anrichten und mit etwas gehackter Petersilie bestreut servieren.

## Ryba po grecku Fisch griechischer Art



**Agnieszka  
Friedenberger**

Service-Koordinatorin  
Haus Obere Hengsbach



Fisch darf nicht fehlen bei unserem polnischen Weihnachtsfest. Er wird ebenso serviert wie die Rote-Bete-Suppe Barszcz mit Uszka (Ravioli) oder Pierogi mit Sauerkraut und Pilzen. Aber: An Heiligabend kommt kein Fleisch auf den Teller. Zur Tradition gehört in vielen Regionen Polens auch, dass bis zum Abend gefastet wird. Am Heiligen Abend werden dann zwölf fleischlose Gerichte serviert, sinngemäß für die zwölf Apostel. Jeder Gast muss jedes Gericht probieren.

### Zutaten für 6 Personen:

**800 g Weißfischfilet (z.B. Kabeljau, Seehecht, Seelachs) tiefgekühlt oder frisch**  
**1 kg Karotten**  
**150 g Petersilie**  
**100 g Sellerie**  
**2 große Zwiebeln**  
**1 kleine Stange Lauch (weißer Teil)**  
**3 Tassen kochendes Wasser**  
**Gewürze: 1 TL Salz, 1 Lorbeerblatt, je ½ TL Pfeffer und Paprika**  
**100 g Tomatenmark**  
**Öl zum Braten**

Gefrorenen Fisch auftauen und gründlich mit Küchenpapier abtrocknen. Fischfilet in Stücke schneiden, mit Salz und Pfeffer bestreuen. Möhren, Petersilie und Sellerie schälen und auf einer grobmaschigen Gemüseribe reiben. In einen Topf geben, kochendes Wasser und Salz einfüllen. 10 bis 15 Minuten bei geöffnetem Deckel garen. Zum Schluss Lorbeerblatt hinzufügen. Während das Gemüse kocht, den Fisch mit Mehl bestäuben und portionsweise in heißen Öl goldbraun braten. Etwas Brühe (etwa ein halbes Glas) abgießen und das Tomatenmark einrühren. Zwiebeln und Lauch in Scheiben schneiden und in einer Pfanne in Öl braten. Gekochtes Gemüse mit der Brühe dazugeben, mischen und aufkochen. Mit Salz, Pfeffer und Paprika abschmecken. Das heiße Gemüse in eine Glas- oder Keramikschale auf den gebratenen Fisch geben. Abkühlen lassen, abdecken und im Kühlschrank kaltstellen. Am besten bereiten Sie das Gericht am Vortag zu. Der Fisch kann warm oder kalt serviert werden.

## Pho – die beste vietnamesische Nudelsuppe



**Thi Ngoc Bich  
Nguyen**

Gastroenterologin  
MVZ Jung-Stilling



Pho ist eine traditionelle Suppe der vietnamesischen Küche, die mittlerweile weltweit beliebt ist. Sie ist mein absolutes Lieblingsgericht. Ich freue mich immer, wenn ich von der Arbeit nach Hause komme und sie zu Abend essen kann. Man isst sie in Vietnam nicht nur abends, sondern auch mittags und zum Frühstück. Pho ist übrigens auch ein tolles Essen in der Weihnachtszeit: Sie ist leicht, wärmt, ist gesund und duftet nach Sternanis und Zimt.

### Zutaten für 4 Personen:

**1 kg Rinderknochen, 1 Ochsenchwanz, 1 kg Suppenrindfleisch, 250 g Rinderfilet, 2 Zwiebeln, 100 g Ingwer, 3 Sternanis, 4 Gewürznelken, 1 Kapsel schwarzer Kardamom, 1 TL Koriander-, 1 TL Fenchelsamen, 3 cm Zimtrinde, Fischsauce, Salz, 2-3 große Kandiszucker, Gewürzmischung „bot nem“, je 1 Bd. vietn. Koriander, Thai Basilikum, Frühlingszwiebel, 1 Limette, 2 Vogelaugenchili, 500 g Reismudeln, 200 g Mungbohnenkeimlinge, Chilisauce, Sriracha, Hoisinsauce**

Ochsenchwanz, Suppenrindfleisch, Knochen waschen und in einem Topf mit Wasser und 1 TL Salz zum Kochen bringen, Schaum abschöpfen. Wenn kein Schaum mehr entsteht, Hitze reduzieren. Brühe auf niedriger Hitze offen sieden. Zwiebelstücke, Ingwerstücke, Kardamom, Sternanis, Fenchel, Koriandersamen, Zimt, Nelken in einer Pfanne ohne Öl anrösten. Anschließend nur Ingwer und Schalotten zur Rinderbrühe geben. Nach etwa zwei Stunden Suppenrindfleisch aus der Brühe nehmen, später in Scheiben schneiden, in die Pho geben. Nach 2 Stunden Kochen Kardamom, Zimt, Nelken, Fenchel, Sternanis im Teesieb in die Brühe geben, eine Stunde leicht köcheln und mit Kandiszucker, Fischsauce, Salz, Gewürzen abschmecken. Pho: Nudeln kochen, Frühlingszwiebeln putzen, in dünne Ringe schneiden, Sprossen und Kräuter waschen, Limette achteln, Chilis und Zwiebel in feine Ringe schneiden. Rinderfilet in dünne Scheiben schneiden. Erst die Nudeln in große Suppenschalen geben, rohe Fleischscheiben und Zwiebelringe darauf verteilen. Alles mit Rinderbrühe übergießen. Restliche Zutaten darauf verteilen. Dazu Chilisauce und Hoisinsauce reichen.

## Krokiety Gefüllte Pfannkuchen aus Polen



**Jolanta Guz**

Hauswirtschaftskraft  
Kita „Kinder(t)räume“



Diese Pfannkuchen gibt es bei uns an jedem Heiligabend, sie sind aber auch generell bei Feiern sehr beliebt. Die Gäste freuen sich schon darauf, da macht es Spaß, das Gericht zu kochen. Für größere Feiern oder Feste haben die Pfannkuchen natürlich auch einen Vorteil: Sie sind schnell und unkompliziert zubereitet. Man kann sie nicht nur vegetarisch füllen, sondern auch mit Hackfleisch.

### Zutaten für 4 Personen:

**Teig: 1 ¾ Tasse Weizenmehl**  
**250 ml Wasser**  
**250 ml Milch**  
**2 große Eier**  
**½ TL Öl**  
**½ TL Salz**  
**Füllung: 800 g Champignons**  
**150 g Gouda**  
**1 große Zwiebel**  
**Salz und Pfeffer**  
**Zusätzlich: 2 Eier zum Panieren**  
**Semmelbrösel und Öl zum Frittieren**

**Pfannkuchen:** Die Zutaten für den Teig in einer heißen Pfanne mischen und daraus dünne Pfannkuchen backen.

**Füllung:** Die gereinigten Champignons würfeln. Diese gemeinsam mit der fein gehackten Zwiebel in einer Pfanne bei starker Hitze mit etwas Öl anbraten, mit Salz und Pfeffer abschmecken. Anschließend die Füllung vollständig auskühlen lassen. Den Käse reiben und mit der Füllung vermischen. Nun die vorbereitete Füllung auf jeden Pfannkuchen geben und diese (auf-)rollen.

Für die Panade das Ei mit Salz aufschlagen. Die Pfannkuchen mit Ei und Paniermehl bestreuen. Anschließend werden diese von beiden Seiten goldbraun gebraten (frittiert) und warm serviert.

## Melomakaroma griechisches Gebäck



Typische Zutaten für ein Melomakarono sind Mehl oder Grieß, Zucker, Orangenschalen und/oder frischer Saft, Cognac (oder ein ähnliches Getränk), Zimt und Olivenöl. Unmittelbar nach dem Backen werden sie einige Sekunden lang in kaltem Sirup aus Honig und/oder in Wasser gelöstem Zucker getaucht. Schließlich werden sie mit gemahlene(n) und größeren Walnussstücken belegt. Auch eine Walnuss-Füllung und das Eintauchen in Schokolade sind beliebte Varianten.



**Maria Elstathiou**  
Internistin  
Diakonie Klinikum  
Bethesda

**Zutaten Sirup:** 70 g Honig  
200 ml Wasser  
300 g Zucker  
1 Stück Orange unbehandelt  
1 Zimtstange  
**Zutaten Sirup:** 2 TL Backpulver  
1 Msp Nelkenpulver  
200 ml Olivenöl  
100 ml Orangensaft  
500 g Weizenmehl  
0,5 TL Zimt  
50 g Zucker  
100 g gehackte Walnüsse zum Bestreuen

Zuerst die Orangenschale abraspeln. Nun das Wasser mit der Orangenschale, dem Zucker und der Zimtstange aufkochen und für eine Minute kochen lassen. Die Flüssigkeit vom Herd nehmen und die Zimtstange entfernen. Nun den Honig in der heißen Flüssigkeit auflösen und den Sirup kalt stellen. Das Olivenöl mit dem Orangensaft, dem Zimt, den Nelken und dem Backpulver verrühren. Mehl und Zucker hinzufügen. Mit einem Mixer auf niedrigster Stufe kneten und darauf achten, sobald sich die Zutaten vermengt haben, sofort mit dem Rühren aufzuhören. Backofen auf 180° C vorheizen. Das Backblech mit Backpapier auslegen. Den Teig in eine längliche Form bringen und dabei nicht kneten, auf ein Blech legen und mit einer Gabel einstechen. 25 Minuten goldbraun backen. Abgekühlten Sirup in eine Schüssel geben. Sobald die Plätzchen aus dem Ofen kommen, in Sirup tauchen und etwa eine Minute darin liegen lassen. Jetzt die Melomakarona auf ein Kuchengitter legen, mit Walnüssen bestreuen.

## Spaghetti alle vongole mit Muscheln



In unserer Familie gibt es dieses Gericht immer an Heiligabend. Es ist eine alte Tradition aus der Heimat meines Mannes, Neapel. Dort gibt es Heiligabend nur Fischgerichte und als Beilage viel Gemüse. Seitdem wir vor 35 Jahren geheiratet haben, gibt es diese Tradition auch bei uns. Wir trinken dazu gerne ein Glas Vernacchio, wenn Sie aber lieber Rotwein mögen, sollten Sie einen Wein mit viel Tannin dazu trinken, zum Beispiel eine Primitivo.



**Gaetana Giordano**  
Hauswirtschaftsleitung  
Diakonie in  
Südwestfalen

### Zutaten für 4 Personen:

1 kg frische Venusmuscheln  
2 Bund glatte Petersilie  
1 Zwiebel  
1 rote Chilischote, mild  
3 Knoblauchzehen  
300 ml trockener Weißwein  
6 EL Olivenöl  
Salz & Pfeffer  
500 g Spaghetti

Zu Beginn die Venusmuscheln waschen und aussortieren. Dann alle Muscheln in eiskaltes Wasser geben und schauen, ob sie alle fest geschlossen sind. Geöffnete Muscheln aussortieren. Geschlossene Muscheln in Weißwein baden und aufkochen. Deckel schließen. Topf schütteln. Nach rund 5 Minuten sollten sich alle Muscheln geöffnet haben. Geschlossene aussortieren. Die Muscheln aus dem Sud nehmen, den Sud durch ein feines Haarsieb gießen und auffangen. Ein Bund Petersilie, Zwiebel, Chili (ohne Kerne) und Knoblauch sehr fein hacken. In Olivenöl anbraten. Den Muschelsud angießen und alles auf die Hälfte einkochen lassen. Die Pasta al dente kochen. Die Muscheln in der Sauce erwärmen. Jetzt die Sauce nicht mehr kochen! Die Pasta abgießen und etwas Nudelwasser zur Sauce geben. Die Sauce mit Salz und Pfeffer würzen. Die Spaghetti und 2 EL bestes Olivenöl unter die Sauce mischen. Kurz ziehen lassen. Das zweite Bund Petersilie klein gehackt frisch über die Spaghetti geben.

# Viele Aktionen: Die Diakonie feiert Geburtstag

75

Jahre **Diakonie** im Siegerland  
& **EV. JUNG-STILLING-KRANKENHAUS SIEGEN**

Eine Wanderausstellung wird im kommenden Jahr in einigen Kirchengemeinden im evangelischen Kirchenkreis Siegen zu sehen sein.

**Jubiläumsjahr** Gleich zwei Gründe zum Feiern gibt es im Jahr 2022: Das Ev. Jung-Stilling-Krankenhaus und die verfasste Diakonie im Siegerland werden jeweils 75 Jahre alt. Zum großen Doppeljubiläum sind vielfältige Aktionen geplant.

**S**ie feiern beide im kommenden Jahr ihren 75. Geburtstag: Das Ev. Jung-Stilling-Krankenhaus in Siegen und die verfasste Diakonie im Siegerland, aus der das heutige Diakonische Werk im Ev. Kirchenkreis Siegen erwachsen ist. Zu diesen Anlässen ist eine Reihe an Veranstaltungen und Aktionen geplant, darunter ein feierlicher Eröffnungsgottesdienst mit der neuen EKD-Ratsvorsitzenden Annette Kurschus, ein Tag der offenen Tür im Klinikum und eine Wanderausstellung rund um die Vielfalt des diakonischen Wirkens im Siegerland.

Helfen, beraten, betreuen, behandeln, pflegen, heilen, seelsorgen, ausbilden, fördern: Noch bevor sich das diakonische Handeln 1947 institutionell organisiert, sind Menschen in den Gemeinden des ev. Kirchenkreises Siegen ehrenamtlich für andere im Einsatz. Die Geburtsstunde der verfassten Diakonie im Siegerland ist jedoch der 22. Februar 1947. Um in der Nachkriegszeit den Menschen in Not besser helfen zu können, beschließt die Synode, die diakonischen Aktivitäten im Ev. Kirchenkreis Siegen übergemeindlich im Verein für Innere Mission in Siegerland und Wittgenstein e.V. zu organisieren. Aus dem vor 75 Jahren gegründeten Verein hat sich schrittweise das heutige Diakonische Werk im Ev. Kirchenkreis Siegen e.V. entwickelt – und mit ihm ein breites Angebot für jene, die in der Region Halt und Hilfe suchen.

Im selben Jahr, nur wenige Monate später, am 17. Oktober 1947, eröffnet die Innere Mission Siegerland das Ev. Jung-Stilling-Krankenhaus in Siegen im ehemaligen Standortlazarett am Fischbacherberg. Trotz widriger Startbedingungen in einem kriegsgeschädigten Gebäude wächst das Krankenhaus rasant zu einer Klinik mit mehr als 300 Betten heran. Um den drängenden Platzmangel zu beheben, entsteht ein Neubau am Rosterberg. Seinen heutigen Standort bezieht das Krankenhaus 1966 und wächst seitdem stetig weiter.

**Feierlichkeiten zum Doppeljubiläum** Die beiden 75. Geburtstage feiern das Diakonie Klinikum Jung-Stilling und das Diakonische Werk im Ev. Kirchenkreis Siegen e.V. mit einer Reihe an Veranstaltungen. Zum Auftakt ins Jubiläumsjahr findet am 15. Februar 2022 ein Festgottesdienst mit der EKD-Ratsvorsitzenden Annette Kurschus in der Siegener Nikolaikirche statt. In verschiedenen Gemeinden des Kirchenkreises wird im Jubiläumsjahr zudem eine Wanderausstellung rund um die Diakonie im Siegerland zu sehen sein. Auch beim ökumenischen Kreiskirchentag und der Woche der Diakonie im Herbst wird das Jubiläum präsent sein. Als Höhepunkt der Feierlichkeiten zum Geburtstag des „Stilling“ ist im Sommer ein Tag der offenen Tür geplant, bei dem unter anderem auch der dann fertiggestellte Anbau beabsichtigt werden kann. Carolin Helsper





## Gemeindeschwestern sind Gesichter der Diakonie vor Ort

Veranschaulichten den Wert eines engmaschigen Netzwerks: Die Gemeindeschwestern im Ev. Kirchenkreis Siegen, Vertreterinnen des Mutterhauses im Diakoniewerk Ruhr Witten, Pfarrer der beteiligten Kirchengemeinden und des Diakonischen Werks im Ev. Kirchenkreis Siegen.

Sie begleiten Trauernde, besuchen kranke und einsame Menschen und vermitteln Ansprechpartner bei Sorgen und Problemen: Gemeindeschwestern übernehmen in fünf Gemeinden des Ev. Kirchenkreises Siegen vielfältige soziale Aufgaben. Dabei sind die Frauen in der Tradition der Diakonissen tätig. In einer dreijährigen Ausbildung erhalten sie das theologisch-diakonische Rüstzeug für ihre Arbeit in den Gemeinden. Dort sind sie fünf bis zehn Stunden pro Woche im Zuge einer nebenberuflichen Tätigkeit im Einsatz. Erfolge und Herausforderungen des 2009 vom Mutterhaus im Diakoniewerk Ruhr Witten eingeführten Modells legt eine Evaluationsstudie der Ev. Hochschule Rheinland-Westfalen-Lippe offen. Die Kernergebnisse stellte Oberin Diakonisse Marianne Anschütz im Ev. Gemeinde-

zentrum Rödgen-Wilnsdorf vor. Ebenso übergab sie die zugehörige Broschüre an die sieben Siegerländer Gemeindeschwestern und ihre Heimatgemeinden Niederdresselndorf, Oberfischbach, Burbach, Rödgen-Wilnsdorf und Freudenberg-Büschergrund. Organisiert wurde die Veranstaltung vom Diakonischen Werk im Ev. Kirchenkreis Siegen.

„Die Tradition der Diakonisse zu erneuern, ist in hohem Maße zeitgemäß“ – so lautet die Kernbotschaft der Studie mit dem Titel „Sehen und tun, was dran ist“. Dass das Konzept der Gemeindeschwester aufgehe, zeigten knapp 200 Rückmeldungen aus den insgesamt 42 am Projekt beteiligten Gemeinden. „Die Gemeindeschwestern ergänzen die Ressourcen der Kirche vor Ort. Sie sind gut ausgebildet, hoch motiviert, ortskundig

und verschwiegen. Außerdem können sie Menschen erreichen, die nicht zur Kerngemeinde gehören“, fasste Oberin Diakonisse Marianne Anschütz die Resonanz zusammen. Ebenso bescheinigte die Studie, eine hohe Arbeitszufriedenheit der Gemeindeschwestern. „Gründe dafür sind erfüllende soziale Kontakte und das Bewusstsein, helfen zu können“, so die Referentin. „Ihr Erfolg hängt jedoch wesentlich von der Zusammenarbeit mit der Gemeindeleitung ab. Wenn Gemeindeschwester und Pfarrer gut kooperieren, gelingt das Projekt.“ Dies verdeutlichten die Siegerländer Gemeindeschwestern anhand einer Mitmach-Aktion, bei der ein Netz zwischen den Teilnehmern gespannt wurde. Nur durch die Kraft jedes Einzelnen war das Netz stark genug, um einen Menschen zu tragen. (che)

## Aktionstage der „Kinder(t)räume“: Unterwegs in der Natur



Kinder und Eltern erforschten gemeinsam den Wald und erlebten Abenteuer.

Zu zwei Ausflügen haben sich die Mädchen und Jungen aus der Kindertagesstätte „Kinder(t)räume“ mit Familienzentrum aufgemacht. Zunächst ging es mit Waldpädagogin Silke Röcher-Schütz und einigen Kita-Vätern in den Wald, um diesen mit allen Sinnen wahrzunehmen. Dazu wurden verschiedene Spiele geboten, so dass viele Natur-Geheimnisse gelüftet wurden. Mit Blättern, Holz, Beeren, Moos oder Erde malten die Kinder und Väter ein eigenes Kunstwerk und stellten ein Waldparfum her. Die Kinder fanden zudem heraus, dass Brennnesseln nicht nur brennen, sondern auch ganz nützlich sein können.

So können die vitaminreichen Samen gegessen und aus den Brennnesselfasern ein Seil geflochten werden.

Neben dem Waldtag organisierte die Kita, eine Einrichtung des Evangelischen Jung Stilling-Krankenhauses, gemeinsam mit der Katholischen Erwachsenen- und Familienbildung (KEFB) in Olpe eine Kräuterwanderung. Mit Spielen und kreativen Angeboten konnten die Teilnehmer ihr Wissen erweitern und am Ende eine Reihe leckerer Rezepte, wie Brennnesselpuffer, Kräuterquark und Holundergelee zum Ausprobieren mit nach Hause nehmen. (tw)

## Betroffene als die Experten in eigener Sache

Betroffene beraten Betroffene: So lässt sich der Begriff „Peer Counseling“ beschreiben. Diese Methode stand beim Siegerner Forum Gesundheit, organisiert von der Selbsthilfekontaktstelle der Diakonie in Südwestfalen, im Fokus. „Das Peer Counseling hilft dabei, ein selbstbestimmtes Leben zu führen“, stellte Jan-Frederik Fröhlich, Leiter der

Ergänzenden Unabhängigen Teilhabeberatung (EUTB) in Siegen, dabei klar. In der Praxis kann dies etwa bedeuten, dass sich eine gehörlose Person mit Hilfe eines Gebärdendolmetschers mit einer Person, die einen Rollstuhl nutzt, zu gemeinsamen Themen wie Hürden beim Nutzen des öffentlichen Nahverkehrs oder Diskriminierung im Alter aus-

tauscht. „Gerade bei sensiblen Themen wie Pflege, Sexualität oder Grenzverletzungen kann ein solcher Peer-Kontakt auf mehreren Ebenen für ratsuchende Menschen besonders wichtig sein“, erklärte Jan-Frederik Fröhlich. Eine Therapie oder professionelle Beratung ersetze die Methode indes nicht, wie der Referent betonte. (che)

## Terrassenmöbel für die Geriatrie

Die Fachabteilung für Geriatrie des Diakonies Klinikums Jung-Stilling freut sich über neue Möbel auf der Terrasse im achten Stockwerk. Möglich machte die Spende der Förderverein des Siegerner Krankenhauses, der für den Kauf von zwei Tischen und zehn Stühlen 2500 Euro in die Hand nahm.



Frederico Leguzamon und Wadim Linde freuen sich mit dem Förderverein, vertreten durch Manfred Jacob, Jutta Aulmann, Dr. Margrit Prohaska-Hoch und Hans-Werner Bieler.

Die beiden Tische mit jeweils fünf Stühlen sind zu einem neuen Blickfang im Außenbereich geworden. Das bestätigt Pflegedienstleiter Wadim Linde: „Wir beobachten, dass die Terrasse jetzt öfter genutzt wird.“ Neben dem höheren Komfort sieht der Förderverein des Krankenhauses einen weiteren Vorteil: „Das Pflegepersonal kann das Mobiliar mit den Patienten für ganz unterschiedliche Übungen nutzen“, so Schriftführerin Dr. Margrit Prohaska-Hoch. Als spezielle Fachabteilung für Altersmedizin befasst sich die Geriatrie mit mehreren

gleichzeitig vorliegenden Erkrankungen, die Patienten beeinträchtigen. Ziel ist es, die größtmögliche Selbstständigkeit der Betroffenen zu erhalten. Physio- und Ergotherapien zählen demnach mit zu einem zentralen Bestandteil in der Behandlungspflege von geriatrischen Patienten. Bei der Auswahl des Möbel-Sets lag neben einer bequemen Beschaffenheit der Stühle auch die Art

des Materials im Fokus. „Die Terrassenmöbel sind rostfrei und wetterfest. Pflegekräfte, Patienten und Angehörige können die Garnitur somit das ganze Jahr über nutzen“, betonte Fördervereins-Vorsitzender Hans-Werner Bieler. Seine Vorstandskollegin Jutta Aulmann fügte hinzu: „Wir freuen uns, dass die Sitzgelegenheiten schon jetzt so gut und gerne genutzt werden.“ (sok)

## Seelische Widerstandskraft bei „iGuS“-Angebot im Fokus

Achtsamkeit, Optimismus, Akzeptanz, Selbstregulierung: Wie sie Eigenschaften, die widerstandsfähige Menschen auszeichnen, erwerben können, haben Mitarbeitende der Diakonie in Südwestfalen bei einer Resilienzwanderung durch die heimischen Wälder erfahren. Die zweieinhalbstündige Wandertour, ein Angebot des Betrieblichen Gesundheitsmanagements, führte die Gruppe vom Wanderparkplatz an der Kalteiche aus durch die Wälder bei Wilnsdorf. Bei mehreren Stopps entlang der Route brachte Gesundheitswanderführer Christoph Diefenbach der siebenköpfigen Gruppe mit praktischen Übungen

Wege nahe, um die eigene seelische Widerstandskraft, auch Resilienz genannt, zu stärken.

„Wir haben eine Menge über uns selbst, über die Natur und die Möglichkeiten, beides in Einklang zu bringen, gelernt“, so Organisatorin Melanie Kölsch vom Integrierten Gesundheits- und Sozialmanagement (iGuS) der Diakonie in Südwestfalen. „Zum Glück spielte das Wetter mit und wir konnten die Sonne genießen.“ Wer die Wanderung verpasst hat, bekommt 2022 wieder eine Chance sich anzuschließen: Im Frühjahr soll es ein weiteres Angebot geben. (che)



Gemeinsam unterwegs: Die Wandergruppe mit Christoph Diefenbach.

# Ulrike Amoroso fährt mittags das Essen von Haus zu Haus

**Mahlzeitendienst „Mhmm-mahlzeit“:** Das ist auch das Motto von Ulrike Amoroso aus Siegen. Die 53-Jährige gehört zum Team der 15 Fahrerinnen und Fahrer des Mahlzeitendienstes, einer Einrichtung der Ambulanten Diakonischen Dienste (ADD).

Wenn Ulrike Amoroso klingelt, macht sie Menschen glücklich. Seit ein- und einhalb Jahren arbeitet sie als Fahrerin beim Mahlzeitendienst der Ambulanten Diakonischen Dienste. Drei Mal pro Woche ist sie unterwegs, bepackt den Kofferraum eines weiß-lila farbenen Wagens mit Essen und fährt zu den Kunden.

Es ist 10.30 Uhr, als Ulrike Amoroso ihren Dienst beginnt. Im Büro im IHW-Park wartet bereits jede Menge Arbeit auf sie. Und ein Problem: „Ich habe meine Brille vergessen“, fällt der 53-Jährigen auf. Macht nichts, Ulrike Amoroso kämpft sich trotzdem durch den Papierstapel. Sortiert werden müssen die heutigen Lieferlisten. Wo muss sie hin? Wer bekommt welches Essen? Diese und andere Fragen gilt es zu klären, bevor es los geht. Die Fahrer des Mahlzeitendienstes sind auf fünf verschiedenen Touren eingeteilt. Für Ulrike Amoroso geht es heute nach Siegen-Mitte. „Da fahre ich gerne“, sagt sie, als sie sich auf in Richtung Parkplatz an der Eiserfelder Straße macht. Dort parken die Dienstwagen. Dort trudeln nach und nach alle Fahrer ein. Sie warten auf die Kollegin, die die Essen anliefern. Die Mahlzeiten werden im Seniorendorf Stegelchen in Herdorf gekocht, angerichtet und zum Liefern verpackt. In den Thermoboxen befinden sich dann immer drei Komponenten – Suppe, Hauptgang und Nachspeise, allesamt angerichtet auf Porzellangeschirr. Drei Gerichte stehen täglich zur Wahl. Heute im An-

gebot: Linsen-Eintopf, Leber-Ragout oder hausgemachter Nudelsalat.

Um 10.55 Uhr landen 14 Essen im Kofferraum von Ulrike Amoroso. Sie kennt ihre „Kundschaft“. Meist sind es ältere, alleinstehende Menschen, die das Angebot in Anspruch nehmen. Wie etwa ein Herr an der Ziegeleistraße. Wenn der Mahlzeitendienst bei ihm klingelt, freut er sich: „Egal was es gibt, es schmeckt immer, könnte ab und an aber

„Egal was es gibt, es schmeckt immer.“

**Kunde aus der Ziegeleistraße**

auch ein bisschen mehr sein.“ Ulrike Amoroso wird das ans Team weitergeben. Jetzt muss sie aber zum nächsten Halt. Unter anderem stoppt sie heute an der Rosterstraße, an der Oststraße oder am Wallauer Weg. Überall wird sie freudig erwartet, wünscht sie guten Appetit und einen schönen Tag. Manchmal bleibt Zeit für einen kurzen Plausch. „Für manche Klienten bin ich ja auch der einzige Gesprächspartner am Tag“, weiß sie aus Erfahrung. Da bekommt man viel mit. Über das Leben der Mahlzeitendienst-Nutzer, über deren Familien, über Sorgen und auch Freude. Und manchmal, da erzählt Ulrike Amoroso auch von sich. Lange Jahre war sie Hausfrau und Mutter: „Und als dann die Kinder groß waren, wurde es mir langweilig. Da habe ich mir diesen Job gesucht, und der macht sehr viel Spaß.“ Vor allem die Liefertour nach Wilnsdorf ist der 53-Jährigen eine Freude: „Da geht es übers Land, einfach herrlich.“ Bis 12.30 Uhr sollten die Essen ausgeliefert sein. Außer, es kommt etwas dazwischen. Wie etwa an dem einen Tag, an dem Ulrike Amoroso eine „Stolperfalle“ in Form eines fest eingebauten Gartentor-Rahmens über-



Der Arbeitstag von Ulrike Amoroso startet mit „Papierkram“.

sah und mit dem Essen in der Hand stürzte. „Zum Glück ist nichts passiert, weder mir noch dem Essen, aber es war ein gehöriger Schreck“, erzählt die Siegenerin. Oder während einer anderen Liefertour, als der Kunde, bei dem Ulrike Amoroso stoppte, trotz mehrmaligem Klingeln und Klopfen nicht aufmachte. Die Mahlzeitenfahrerin rief den Notarzt – und wartete, bis der Herr gut versorgt war. „Für solche Verzögerungen muss dann einfach jeder Verständnis haben“, sagt sie.

Heute gibt es glücklicherweise keine Zwischenfälle auf der Strecke. Es ist 12.17 Uhr, als die Lieferantin zum letzten Mal aus dem Wagen steigt, zu einer Haustür geht und die Warmhaltebox überreicht. Zum Austausch gibt es, wie an jeder Haustür zuvor, die leere Box vom Vortag. Der Kofferraum von Ulrike Amoroso ist also auch auf dem Rückweg wieder gut gefüllt.

Zurück am IHW-Park in Eiserfeld geht es dann kurz wieder ins Büro. Hier werden noch die Bestelllisten für die kommende Woche gesammelt. Und auch der neue Dienstplan ist schon da. „Da habe ich wirklich Glück“, freut sich Ulrike Amoroso. Ihre nächste Tour geht nach Wilnsdorf. Für heute hat sie Feierabend. Es ist 12.45 Uhr. Die perfekte Zeit fürs Mittagessen. **Stefanie Göß**

## Der Lieferdienst für jeden Tag

Der Mahlzeitendienst der Ambulanten Diakonischen Dienste (ADD) liefert täglich ein Mittagsmenü nach Hause – und das an 365 Tagen im Jahr. Täglich stehen drei Alternativen zur Auswahl, samstags gibt es zwei Wahlmöglichkeiten. Gekocht werden die Speisen im Seniorendorf Stegelchen in Herdorf. Alle Menüs bestehen in der Regel aus einer Suppe, der Hauptspeise und einem Dessert, angerichtet auf Porzellangeschirr. Einmal in der Woche können die Mahlzeiten ausgewählt werden. Dabei entscheidet jeder Nutzer selbst, wie oft er den Service in Anspruch nehmen möchte. Für jedes Essen werden 10,50 Euro berechnet. Darin enthalten ist dann auch schon die Lieferung. Interessierte erhalten weitere Informationen per Email an [mahlzeit@diakonie-sw.de](mailto:mahlzeit@diakonie-sw.de) oder unter Telefon: 0271 38788 133.

Auch die Ökumenische Sozialstation Betzdorf/Kirchen mit ihren Zweigstellen in Mudersbach, Niederfischbach und Gebhardshain bietet einen fahrbaren Mittagstisch an. Mit zwei wechselnden Menüs wird täglich gut bürgerliche Küche serviert. Wie beim Mahlzeitendienst wird auch hier auf Sonderkost (etwa Diät- oder Allergikerküche) Rücksicht genommen. Infos gibt es unter Telefon 02741/933033 oder unter 02741/9330341 (am Wochenende).



Frisch gekocht, schnell verpackt: In den Warmhalteboxen werden die Mahlzeiten ausgeliefert. An 365 Tagen im Jahr sind die Fahrer der Ambulanten Diakonischen Dienste im Einsatz.



# Es war einmal eine Frau, die allerhand Märchen erzählt

**Hobby** Erzähl mir keine Märchen. Doch. Wiltrud Köser-Klößner erzählt Märchen nicht nur, sie lebt die Geschichten sogar mit. Die Mitarbeiterin im Ambulant Betreuten Wohnen bei den Sozialen Diensten der Diakonie in Südwestfalen ist neben ihrem Beruf zur Freude vieler auch als ausgebildete Märchenerzählerin tätig.

**K**inder bekommen sie erzählt, Erwachsene lesen sie vor: Märchen. Die wenigsten aber wissen, dass es auch professionelle Märchenerzähler gibt. Wenn Wiltrud Köser-Klößner vom Ambulant Betreuten Wohnen beginnt ein Märchen zu erzählen, merken und sehen die Zuhörer sofort: Das ist ihr Ding. Die 63-Jährige liebt Märchen schon seit der Kindheit und begeistert seit mittlerweile 40 Jahren Menschen verschiedener Generationen mit traditionellen und neuen Märchen. Dabei ist es zunächst eher ein Zufall, dass sie diese Leidenschaft für sich entdeckt. Als sie zu der Zeit in Karlsruhe in einem Kinderkrankenhaus arbeitet, erfährt sie von einem Märchenerzählkurs in der Volkshochschule. „Ich hatte bis dahin auch keine Ahnung, dass es so etwas gibt. Ich bin dann einfach mal in den Kurs gegangen, weil mich Märchen schon immer interessiert haben“, schildert sie. Schnell merkt sie, dass sie damit weitermachen möchte.

So probiert sich Wiltrud Köser-Klößner bei ihren eigenen Kindern und ihrem Ehemann immer mehr aus, um ihr Können zu verbessern und festzustellen, was gut ankommt und was nicht. Auch die Kinder im Krankenhaus freuen sich über die Märchen der aus Solingen stammenden Frau. Was sie an Märchen und ihren Geschichten so begeistert, ist die Verbindung von Fiktion und Wirklichkeit. „Märchen dienen

vielen Menschen als Projektionsfläche. Sie erkennen Situationen aus ihrem Leben in den Geschichten wieder und trotzdem ist ein Märchen ein Gebilde, das im normalen Leben nicht existiert“, sagt sie. Gerade in lustigen und dramatischen Märchen würden sich die Leute beim Hören in den Figuren wiederfinden. Auch deshalb, weil insbesondere die klassischen Märchen oft einen ähnlichen Aufbau haben: der gute oder der böse König, der Held in existenzieller Bedrängnis oder die zu rettende Prinzessin. Während Köser-Klößner ein paar Beispiele nennt, verliert sie sich immer wieder in verschiedenen Märchen und möchte sie am liebsten gleich vortragen. Es wird schnell klar, dass darin ihre große Begeisterung liegt. Früher habe sie gelernt, Märchen auswendig zu lernen oder sie gut vortragen zu können. Mittlerweile erzählt sie diese als ausgebildete Märchenerzählerin fast ausschließlich frei heraus und lässt sich sogar eigene Geschichten einfallen: „Wichtig ist es, den Kern der Handlung zu erfassen.“ Dann könne

„*Ich bin dann einfach mal in den Kurs gegangen, weil mich Märchen schon immer interessiert haben.*“

sie auch besser improvisieren und die Geschichte auf ihre eigene Art wiedergeben. Viele Märchen seien es aber dennoch wert, im Original vorgetragen zu werden. Insbesondere die der Gebrüder Grimm, „weil sie sprachlich so einzigartig sind“. Von ihnen käme vor allem das Märchen „Rapunzel“ meist sehr gut an: „Die Zuhörer sind fasziniert von der Boshaftigkeit, die die Liebe in der Geschichte zerstört.“ Wiltrud Köser-Klößners persönliche Lieblingsmärchen sind das norwegische Volksmärchen „Die Zottelhaube“ und „Das Glück lag am Weg“, ein Märchen aus Kasachstan. Wenn sie dann beginnt, ein Märchen zu

erzählen, weiß der Zuhörer auch, warum sie das freie Sprechen dem Vorlesen vorzieht. Sie schafft es mit ihrer Leidenschaft, die Bilder in ihrem Kopf auf den Zuhörer zu übertragen.

Die 63-Jährige passt ihre Stimme, Gestik und Mimik immer dem Geschehen und der jeweiligen Figur an – und dem Publikum. Denn während Erwachsene bis zum Ende artig zuhören, zeigen Kinder hemmungslos und frei auf, wenn ihnen langweilig wird. Ein Beispiel, wie es Wiltrud Köser-Klößner bei Kindern macht: Die Mädchen und Jungen können sich Begriffe ausdenken oder Bilder malen, zu denen dann ein Märchen erzählt und das dabei oft mit Musik untermalt wird. Dies wird erst durch das freie Erzählen so richtig möglich. Stures Vorlesen – das ist nichts für Wiltrud Köser-Klößner. „Es müssen die Emotionen rüberkommen“, betont sie. So werden bei Erwachsenen auch grausamere Märchen erzählt, die für die Kleinen womöglich nicht ganz

so geeignet sind. Für Kinder hat jede Geschichte von Köser-Klößner zudem einen glücklichen Ausgang, ein Happy End, in dem der Bösewicht keine Chance hat, zurückzukehren. Ihr Ziel ist es, mit jedem ihrer Märchen die Zuhörer in den Bann zu ziehen. Die größte Freude sei es, wenn dann beim Zuhörer ein „Überraschungsmoment“ entstehe, „den man bewusst gar nicht auslösen kann“. Heute ist die gelernte Kinderkrankenschwester, die später als Ergänzungskraft für die Fachkräfte zur Diakonie in Südwestfalen stieß, Mitglied in der Märchengruppe „Ohrenschaus“ aus Siegen, in der vier Frauen und ein Mann als Gruppe oder einzeln vor Publikum Märchen erzählen. Sie alle sind ausgebildete Märchenerzähler. Um Geschichten so lebhaft wie diese Profis vortragen zu können, ist eine gewisse Offenheit gegenüber anderen Menschen gefragt. Ebenso wie Kommunikationsfähigkeit und das Gefühl dafür, den Zuhörern das Märchen nahezubringen. Diese Fähigkeiten helfen Wiltrud Köser-Klößner

auch bei ihrem Job im Ambulant Betreuten Wohnen in der Friedrichstraße. Die Einrichtung zählt zu den Sozialen Diensten der Diakonie in Südwestfalen. Die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter helfen Suchtkranken und Menschen mit geistigen Behinderungen oder psychischen Erkrankungen, möglichst ein selbstständig geführtes Leben in den eigenen vier Wänden zu führen.

Die Einrichtung der Sozialen Dienste mit Standorten in Siegen, Bad Laasphe und Olpe unterstützt die Klienten, den eigenen Haushalt und Lebensunterhalt zu organisieren und bietet Hilfe in Krisensituationen an. Wiltrud Köser-Klößner ist dafür seit dem Jahr 2015 im Außendienst tätig. Sie besucht die Menschen zu Hause oder unternimmt mit ihnen verschiedene Aktivitäten – vom gemeinsamen Einkaufen bis zum Eis essen gehen. Dabei hat sie für die Probleme ihrer Klienten immer ein offenes Ohr – genau wie ihre Zuhörer beim Märchenerzählen für sie.

Tim Weber



Wiltrud Köser-Klößner ist beim Erzählen von Märchen voll in ihrem Element.

## STECKBRIEF

**NAME:** Wiltrud Köser-Klößner  
**ALTER:** 63  
**BERUF:** Mitarbeiterin Ambulant Betreutes Wohnen  
**ABTEILUNG:** Ambulant Betreutes Wohnen, Soziale Dienste  
**WOHNORT:** Siegen  
**FAMILIENSTAND:** verheiratet, 3 erwachsene Kinder  
**HOBBYS:** im Chor singen, Gitarre spielen, Fahrrad fahren



## Besenreiser

Besenreiser sind eine Form von Krampfadern. Dabei handelt es sich um winzige, erweiterte Venen, die von außen betrachtet erst einmal aussehen wie ein blauer Fleck. Genauer betrachtet lassen sich feine Äderchen erkennen, die sich teilweise wie eine Art Reisigbesen ausbreiten. Das ist dann auch der Grund für den Namen.

Besenreiser treten hauptsächlich an den Beinen auf, sind aber auch im Gesicht oder an der Brust möglich. Sie sind meist harmlos, ihre Entfernung ist meist kosmetischer Natur. Mittels der sogenannten Sklerosierung können die winzigen Venen verödet werden. Auch eine Entfernung per Laser ist möglich. Außerdem kann man Besenreisern vorbeugen, etwa durch das Tragen flacher Schuhe, die Vermeidung von Übergewicht oder regelmäßiges kaltes Abduschen.



## Schlafstörungen

Wer über einen Monat hinweg öfter als dreimal pro Woche schlecht schläft, kann unter einer chronischen Schlafstörung (Insomnie) leiden. Die Schlafdauer von uns Menschen ist individuell. Nachts lange wach liegen, unruhig schlafen oder früher als gewöhnlich aufwachen sind jedoch nicht erholsam. Viele Dinge können unseren Schlaf beeinflussen. Störfaktoren sind zum Beispiel Lärm, Schichtarbeit oder Stress. Schlecht schlafen ist übrigens nicht ungewöhnlich: Dieses Problem kommt bei bis zu einem Fünftel der Erwachsenen vor. Wer schlecht schläft sollte das jedoch mit dem Arzt absprechen. So können medizinische Ursachen ausgeschlossen werden. Außerdem helfen Hausmittel wie ein Glas warme Milch, pflanzliche Beruhigungsmittel wie Baldrian oder ein Spaziergang am Abend.



# Gesundheit kompakt

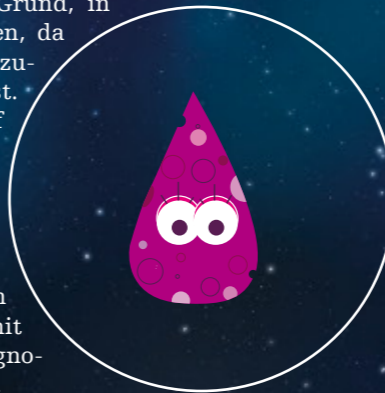
## Nützliche Tipps für den Alltag

### Nachtblindheit

Wenn es dunkel wird, passt sich das Auge an die veränderten Sichtverhältnisse an. Eigentlich. Allerdings gibt es Menschen, die in der Dämmerung oder im Dunklen nur schlecht oder auch gar nicht mehr sehen können. Grund für diese Nachtblindheit sind geschädigte Sinneszellen in der Netzhaut der Augen, im Speziellen die Stäbchenzellen. Diese Schädigungen sind angeboren oder entwickeln sich im Laufe des Lebens. Manchmal steckt hinter der Nachtblindheit auch ein relativ leicht zu behebbender Mangel an Vitamin A. Auch Augen- oder Systemerkrankungen – dazu zählen etwa eine Schilddrüsenüberfunktion oder die Lungentuberkulose – können die Nachtblindheit auslösen. Wer seinen Augen etwas Gutes tun möchte, sollte beim Fahren in den Abendstunden darauf achten, dass die Scheinwerfer richtig eingestellt und die Windschutzscheibe sauber geputzt sind.

### Blutschwämmchen

Ein Blutschwämmchen (Hämangiom) ist ein gutartiger Gefäßtumor bei Neugeborenen und Säuglingen, der in Form von einem oder mehreren rot-blauen, punkteähnlichen Knoten auf der Haut, zumeist am Kopf, auftritt. Ursache kann eine Störung der Gefäßbildung in der Frühschwangerschaft sein. Das Blutschwämmchen ist bei der Geburt meist noch nicht zu erkennen. Es tritt erst in den ersten Lebenswochen auf. Anschließend wächst es auf eine Größe von bis zu zwei Zentimetern an, in Extremfällen kann es auch deutlich größer werden. Sollte man diese Symptomatik bei seinem Kind entdecken, besteht allerdings kein Grund, in Panik zu verfallen, da ein Hämangiom zu meist harmlos ist. Jedoch sollte auf jeden Fall ein Arzt aufgesucht werden, da eine Hautveränderung auch andere Ursachen haben kann und somit auch andere Diagnosen möglich sind.



### Rosazea

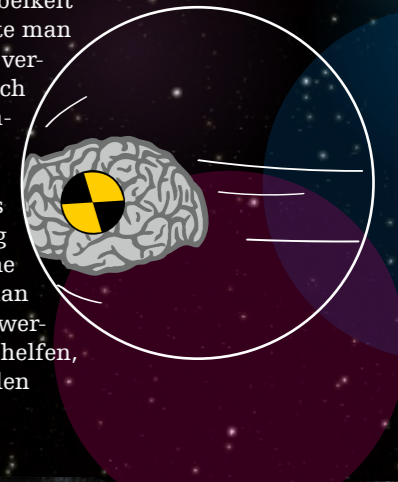
Unter Rosazea, auch als Kupferrose bezeichnet, versteht man eine Entzündung der Gesichtshaut. Zwei bis fünf Prozent der Erwachsenen sind in Deutschland davon betroffen. Die Rosazea äußert sich beispielsweise durch Pusteln, gerötete Stellen oder sichtbare Äderchen. Wichtig: Die erkrankte Haut kann von Mensch zu Mensch unterschiedlich ausgeprägt sein und wird in vier Typen eingeteilt. Außerdem tritt sie in Schüben auf. Wie eine Rosazea entsteht, ist nicht vollständig geklärt. Zu den Auslösern zählen beispielweise Sonnenlicht, Alkohol und extreme Hitze oder Kälte.

Ist man von der Krankheit betroffen, lautet die Devise: Aufmerksamkeit. Man kann mit der Zeit ein Gefühl dafür bekommen, welche Faktoren zu Reaktionen führen und diese so vermeiden. Zeigt die Haut schon Reaktionen, bietet sich eine sanfte Pflege und der Verzicht auf Reizstoffe an. In stärkeren Fällen können auch Medikamente eingesetzt werden.

### Gehirnerschütterung

Vom Fahrrad gestürzt und dann auch noch mit dem Kopf aufgeprallt? Die Kopfschmerzen nach solch einem Unfall können oftmals sehr stark sein, klingen aber meist schnell wieder ab. Allerdings können weitere Symptome wie Schwindel und Übelkeit auch ein Zeichen für eine Gehirnerschütterung sein. Dann sollte man unbedingt zum Arzt gehen, um mögliche Langzeitschäden zu vermeiden. Gerade Sportler, insbesondere Fußballer, machen nach einer Kopfverletzung oft weiter, obwohl womöglich eine schlimmere Verletzung vorliegt.

Hat der Arzt eine Gehirnerschütterung diagnostiziert, muss der Patient, je nach Schwere der Verletzung, zur Überwachung 24 Stunden im Krankenhaus bleiben. In jedem Fall ist aber eine strenge Bettruhe einzuhalten. Lesen und Fernsehen sollte man währenddessen vermeiden, da durch zu starke Reize die Beschwerden zunehmen könnten. Oft kann aber ein kleiner Spaziergang helfen, sofern die Belastung nicht zu groß ist. In der Regel verschwinden die Beschwerden nach ungefähr einer Woche wieder.





## Neues Team für gastroenterologische Praxis

Magen- oder Darmprobleme: Bich Nguyen und Dr. Ali Kartal sind die Experten

Ob entzündeter Darm, chronisch kranker Leber oder Lebensmittelunverträglichkeiten: In der gastroenterologischen Schwerpunktpraxis des MVZ Ev. Jung-Stilling-Krankenhaus in Siegen behandeln Bich Nguyen und Dr. Ali Kartal sämtliche Krankheitsbilder, die Magen, Darm und Leber betreffen. Seit Kurzem stehen die Fachärzte für Innere Medizin und Gastroenterologie der Praxis an der Siegener Sandstraße vor. „Mit Dr. Ali Kartal und Bich Nguyen haben wir zwei erfahrene Mediziner im Bereich Gastroenterologie gewonnen, die nun gemeinsam das Magen-Darm-Zentrum Siegen leiten“, freut sich MVZ-Geschäftsführerin Jessica Pfeifer. „In unserem Magen-Darm-Zentrum bieten wir eine Anlaufstelle für Patienten mit Beschwerden und Krankheiten aus dem Fachbereich der Gastroenterologie und Hepatologie“, so Dr. Ali Kartal. Unter anderem behandelt das Team chronisch entzündliche Darmerkrankungen wie Morbus Crohn, Stoffwechselerkrankungen der Leber oder auch Unverträglichkeiten. Mit der Übernahme der Praxis hat das Ärzte-Team das Leistungspek-

trum weiter ausgebaut, wie Fachärztin Bich Nguyen ausführt: „Ab sofort bieten wir auch die Magenballon-Behandlung zur Adipositas-Therapie und die Dünndarmkapsel-Endoskopie an, die einen wichtigen Stellenwert in der Diagnostik der Blutarmut hat.“ Beide Fachärzte können umfangreiche Erfahrungen im Bereich der Gastroenterologie vorweisen. So waren sie zuvor langjährig in der Fachabteilung für Innere Medizin am Diakonie Klinikum Jung-Stilling in Siegen tätig. „Unsere Praxis arbeitet eng mit den Kolleginnen und Kollegen im Krankenhaus zusammen. So können wir unsere Patienten bestmöglich versorgen“, betonen die Mediziner. Um die ambulante und stationäre Therapie weiter zu verzahnen, laufen Planungen, die Praxis auf das Gelände des Diakonie Klinikums Jung-Stilling zu verlegen.

Termine können unter Telefon 0271/22066 oder per E-Mail an mdz-siegen@diakonie-sw.de vereinbart werden. Weitere Informationen zur Praxis finden Interessierte im Internet unter [www.magedarmzentrum-siegen.de](http://www.magedarmzentrum-siegen.de). (che)



Bich Nguyen und Dr. Ali Kartal leiten die gastroenterologische Schwerpunktpraxis des MVZ Ev. Jung-Stilling-Krankenhaus.

## Zehn Jahre vertrauen auf Pflegekinderdienst „Viento“

Kleines Jubiläum wurde in Attendorn gefeiert – Neue Pflegefamilien gesucht

Zehn Jahre Pflegekinderdienst Viento: Dieses kleine Jubiläum ist in Attendorn gefeiert worden. Dazu kamen Vertreter der Trägergemeinschaft – diese besteht aus den Sozialen Diensten der Diakonie in Südwestfalen, dem Katholischen Sozialdienst (KSD) Olpe und dem Diakonischen Werk Lüdenscheid-Plettenberg – im Collegium Bernardinum zu einem Ökumenischen Gottesdienst zusammen. „Echt bewegend – Pflegefamilie sein“ war das Motto des Tages. „Viento“, übersetzt heißt das Wind. „Und eben dieser Wind ist in allen Pflegefamilien spürbar. Manchmal ist es die leichte Brise, manchmal sind es aber auch starke Böen oder es wird auch einmal stürmischer“, begrüßte KSD-Geschäftsführer Daniel Schulte. Doch egal, wie der Wind weht: Immer sei es wichtig, zusammenzuarbeiten. „Und für diese gute Zusammenarbeit im vergangenen



Auf eine zehnjährige Geschichte blickt der Pflegekinderdienst „Viento“ zurück.

Jahrzehnt sind wir mehr als dankbar“, so der Olper Landrat Theo Melcher, der per Video zugeschaltet wurde. Der Gottesdienst wurde von Präses Michael Lütkevedder zelebriert.

Dass die Umstände, in denen Pflegefamilien ihren Dienst aufnehmen, nicht immer einfach seien, darüber waren sich die Beteiligten einig. Umso wichtiger sei es zu wissen, dass immer jemand da ist, der einem die Hand reicht. Auf dieses Bild ging auch Diplom-Sozialpädagogin Petra Vieregge ein, die den Gottesdienst mit der Geschichte vom kleinen Prinzen und dem Fuchs umrahmte. 112 Familien kümmern sich bei „Viento“ um 125 Pflegekinder. Familien, die den Dienst unterstützen möchten, sind willkommen. Interessierte erhalten Infos per Email: [anfrage@ksd-olpe.de](mailto:anfrage@ksd-olpe.de) oder unter Telefon 02761/83680. (sg)

## Seniorin strickt farbenfrohe Mützen für Neugeborene

Ob blau, grün oder rot: Ein großer Korb voller bunter Baby-Mützen hat die Fachabteilung Geburtshilfe und Pränatalmedizin am Diakonie Klinikum Jung-Stilling in Siegen erreicht. Selbst gestrickt hat die Präsentin Lore Willmes aus Drolshagen. Je eine Mütze pro Tag fertigt die Seniorin an, um sie dann einem guten Zweck zukommen zu lassen.



Über die Babymützen-Spende freuen sich Dr. Flutura Dede, Chefärztin der Geburtshilfe und Pränatalmedizin am „Stilling“ in Siegen, und Klinikums-Verwaltungsdirektor Jan Meyer.

Chefärztin Dr. Flutura Dede nahm die farbenfrohe Spende dankbar an: „Mit den Mützen sind die Neugeborenen gut vor Wind und Kälte geschützt. Wir freuen uns schon darauf, sie den Eltern zu übergeben.“ Dem schloss sich Klinikums-Verwaltungsdirektor Jan Meyer an: „Man sieht, dass viel Herzblut in die Strickarbeit geflossen ist. Für ihr Engagement danken wir der Spenderin ganz herzlich.“ (che)

## „Lions“ unterstützen Wohnungslosenhilfe

Mit 4000 Euro hat der Lions-Club Siegen die Wohnungslosenhilfe der Diakonie in Südwestfalen bedacht. Das Geld – ein Teilerlös des Umsatzes der traditionellen Adventskalender-Aktion – kommt dem Tagesaufenthalt „Café Patchwork“ zu Gute.

„Wir sind immer dankbar darüber, dass es Leute gibt wie Sie. Menschen, denen es gut geht, die aber über den Tellerrand schauen und da einspringen, wo Hilfe am nötigsten ist.“ Mit diesen Worten nahm Dirk Strauchmann, Fachleiter der Wohnungslosenhilfe, den symbolischen Scheck entgegen. Doch nicht nur die Mitarbeiter der Wohnungslosenhilfe

der Diakonie in Südwestfalen freuten sich über den Geldregen: Weitere 4000 Euro spendete der Lions-Club an den Siegener Verein „Frauen helfen Frauen“, der neben vielen Beratungs- und Betreuungsangeboten auch das Frauenhaus betreibt. „Wo wir können, helfen wir immer gerne“, machte bei der Spendenübergabe Harald Peter, Vorsitzender des Lions-Fördervereins, deutlich. Er würdigte die Leistungen, die in der Corona-Zeit in den beiden bedachten Einrichtungen erbracht wurden: „Das, was Sie jeden Tag tun, ist zum Niederknien. Da freut es uns, wenn wir unseren Teil beitragen können, um die Arbeit etwas zu erleichtern.“ (sg)



Über die Spende freuten sich Dirk Strauchmann (3. von links), Fachleiter der Wohnungslosenhilfe der Diakonie in Südwestfalen, und Fundraising-Referentin Dr. Tabea Stoffers (2. von rechts).

## Ein Tag für die Familie im Panorama Park

Fast schon zur Tradition geworden ist der Ausflug in den Panorama Park, den der Fachdienst Ambulante erzieherische Hilfen (Außenstelle Olpe) der Diakonie Soziale Dienste in den Ferien organisiert. Dieses Mal waren rund 20 Kinder und Jugendliche dabei. Viele von ihnen wurden von ihren Familien begleitet. Ob bei Problemen in der Schule oder Unsicherheiten in Sachen Erziehung: Als Teil der Diakonie in Südwestfalen bieten die Ambulanten erzieherischen Hilfen Familien in allen Lebenslagen Hilfe an. An vier Standorten – neben Olpe auch in Siegen, Siegen-Geisweid und Siegen-Weidenau – finden Interessierte Rat.

Der Tag im Panorama Park stand allerdings komplett unter dem Motto Spiel und Spaß. Bei Sonnenschein konnte dies voll ausgelebt werden – inklusive gemeinsamem Grillen. Das Fazit der Beteiligten fiel mehr als positiv aus und wurde von Diplom-Sozialarbeiterin und Standortleiterin Britta Kleine zusammengefasst: „Es war mal wieder ein toller Tag, ganz so, wie in jedem Jahr.“ (sg)



# FINDEN SIE 10 FEHLER

im unteren Bild



Auf diesem Foto ist die neue Gartenanlage am Haus Obere Hengsbach, einer Einrichtung der Diakonischen Altenhilfe Siegerland, zu sehen.



Die Lösungen zu allen Rätseln finden Sie auf Seite 60.

# KNOBELFRAGEN

**1 Peters Mutter** hat 4 Kinder. Das erste Kind wurde auf den Namen „Januar“ getauft. Das zweite Kind hat den Namen „März“ bekommen. Das dritte Kind hört auf den Namen „Mai“. Wie heißt das vierte Kind?

**2 In einem Raum** sitzen 7 Kinder. Jedes Kind hat 7 Rucksäcke. In jedem Rucksack sind 7 große Katzen. Jede große Katze hat 7 kleine Katzen. Jede Katze hat 4 Beine. Wie viele Beine befinden sich in diesem Raum?

**3 In einem Bus** befinden sich 16 Fahrgäste. An einer Haltestelle steigen 6 davon aus und 4 neue Fahrgäste ein. Wie viele Personen sind jetzt im Bus?

**4 Im Keller** befinden sich drei Lichtschalter, die mit drei Glühbirnen auf dem Dachboden verbunden sind. Du bist im Keller und darfst nur einmal auf den Dachboden gehen. Wie kannst Du herausfinden, welcher Schalter zu welcher Glühbirne gehört?

**5 Gertrud** hat ein Vorstellungsgespräch. Als sie am Dienstagmorgen aufwacht, kann sie ihren Kalender nicht finden. Sie kann sich allerdings erinnern, dass ihr Termin zwei Tage nach dem Tag vor dem Tag nach morgen ist. An welchem Tag stellt Gertrud sich vor?

# KREUZWORTRÄTSEL

Benommenheit, Rausch	Kap auf Rügen	TV-Soap, Unter ...	Fremdwortteil: Hundert		Jubiläum im Stadion (La ...)	Fremdwortteil: rückwärts	ein Brettspiel	Schifferknoten	ein Blütenstand	Fluss durch Braunschweig	„Verbotenes“ in der röm. Antike	ein Mainzelmännchen	asiatischer Zierfisch
					mit den Gesetzen vertraut					8			
		3			norddänische Hafenstadt	Flegelhaftigkeit							Salzgewinnungsanlage
Alpenheilpflanze			Wasserverfahrzeuge	altgriech. Philosophenschule			ein Cocktail			dt. Maler † 1528 (Altbrecht)	franz. Aktiengesellschaft (Abk.)		
Adelschicht im alten Peru		Rabenvogel						Schutzpatronin der Mütter	Hauptstadt vom Senegal				
			Amtsprache in Laos			Buch über Umgestaltungsformen	britanischer Sagenkönig					Großstadt in Indien	
				abgeschrägte Kante	genmanipuliertes Wesen				ein Feldspat		Puppenfigur bei Ende, ... Knopf		
Riechorgane	faulend	beim ersten Versuch (auf ...)	Metallfeingehalt	11			chinesischer Laubbaum	italienischer Modeschöpfer		13			
ein Schwermetall					geflügelte Liebesgötter	Zierstrauch						9	sehr kurz (Mode)
englisch: eins			Metalle verbinden		Süßwasserbarsch			Römerfilm (Ben ...)			kleine Sunda-Insel	ein-schließen (milit.)	
Kriminalpolizei (Kw.)		Seminar						Ruinengruppe in Ägypten	Rufname des Boxers Scholz				
		4			Rufname des Sängers Cocker		afrikanische Heilpflanze	span. Inselgruppe (Kw.)		2			
					italienischer Alpensee	Landwirtschaft betreff.					Verminderung	röm. Zahlzeichen: 51	14
ein Ruderboot			Vorname von Lancaster	großes Streichinstrument				5	ein Treibgas	Kindertagesstätte (Kw.)			griech. Vorsilbe: bei, daneben
Mitwirkung	Karpfenfisch	ein Baustoff		12		Freudenruf	Luftreifen		10		englisch, französisch: Alter	bepflanzungsfähig	
					Vorsilbe: aus-, aufrichten	ehe-lichen							
Konkurrenz	früheres Druckmaß	kleinste Teile der Wortbedeutung				eine Krankenkasse (Abk.)		spanisch: hier	Kanton der Schweiz				
						Fehler beim Tennis (engl.)	himmelsfarben						schweiz. Presseagentur (Abk.)
Impfstoffe		Halbton unter G			röm. Zahlzeichen: vier	Stadt in Tibet			Kfz-Z. Rosenheim			verwunderte Frage, wirklich?	
	7		Form zur Schuherstellung						Ruhelosigkeit				
belanglos							unerbittlich, hart						

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----	----	----	----	----

# LIEBLINGSWITZE



■ **Mona Apfelbach**

Medizinische Fachangestellte  
MVZ Betzdorf-Kirchen

„Ich habe versucht, mit meinem Hund Frisbee zu spielen. Muss mir wohl was Anderes überlegen. Ich brauche einen flacheren Hund.“



■ **Maik Schöler**

Therapeutische Gesamtleitung  
ARZ Siegerland

Kommt ein Geldautomat zum Arzt.  
„Herr Doktor, was ist bloß los mit mir? Wenn ich Geldscheine bekomme, dann spucke ich Münzen wieder aus.“  
Darauf der Doktor: „Ganz ruhig, das ist völlig normal, sie sind in den Wechseljahren.“



■ **Hendrik Alts**

Verwaltungsangestellter  
Telefonzentrale, Aufnahme  
Diakonie Klinikum Jung-Stilling

Wann wurde der FC Schalke 04 zum ersten Mal schriftlich erwähnt? Im Alten Testament. Da heißt es:

„Sie trugen seltsame Gewänder und irrten planlos umher.“

SUDOKU 数独

Normal

2			7	1	6			
		1			5			
7	6		4					
			5			9		
	4	8						
		7		9	3	8		
	1	4	8			2		
3				2				
					1	6		

Schwierig

				6		2	3	
	1			5			9	
				3		7		
	9			1		6	2	
2							5	
	7			5		3		
			8		7		9	
			5	1				6
8	5	9	6					



## Vom Pilotprojekt zum Vorzeigemodell

Den 50. Geburtstag der Ökumenischen Sozialstation feierten in Mundersbach (von links) Mitarbeiter Gangolf Zimmermann, der Verwaltungsratsvorsitzende der Diakonie in Südwestfalen Karl Fleschenberg, Abteilungsleiterin Heike Bauer, Fördervereins-Vorsitzender Dieter Lenz, ADD-Geschäftsführer Harry Feige, die Personalratsvorsitzende Petra Baumgarten und Pflegedienstleiterin Anke Wielandt-Buchner zusammen.

**Ambulante Diakonie Dienste**  
Seit fünf Jahrzehnten besteht die Ökumenische Sozialstation Betzdorf-Kirchen. 1971 als Pilotprojekt mit fünf Mitarbeitenden gegründet, hat sich das Modell mittlerweile zum regionalen Marktführer im Bereich ambulanter Pflege entwickelt.

des damaligen rheinland-pfälzischen Sozialministers Dr. Heiner Geißler eine neue Form regionaler Betreuungszentren in Form von Sozialstationen entwickelt. Um das Pilotprojekt zu unterstützen, bewarben sich die evangelischen und katholischen Kirchengemeinden der Verbandsgemeinden Kirchen und Betzdorf mit Unterstützung kommunaler Politiker als „Ökumenischer Trägerverein“. Am 1. Oktober startete das Projekt als ers-

örtlicher Präsenz haben bis heute zu immer wieder neuen Niederlassungen geführt, in Betzdorf, Mundersbach, Niederfischbach und Gebhardshain. 2013 eröffnete die Ökumenische Sozialstation die Tagespflege Giebelwald und schaffte am Kirchener Grindel eine teilstationäre Einrichtung mit einem Betreuungs- und Pflegeangebot für ältere Menschen. Bis 2010 wurde die Ökumenische Sozialstation im Auftrag der beteiligten Kirchengemeinden von ehrenamtlichen Vorstandsmitgliedern geleitet. Zum 1. Januar 2011 gründete sich eine eigenständige, operative gGmbH. Als Partner fungiert seitdem die Diakonie in Südwestfalen

**1 000 000**  
Mal Hilfe pro Jahr

leistet die Ökumenische Sozialstation.

**O**b ambulante Kranken- und Altenpflege, hauswirtschaftlicher Dienst, fahrbarer Mittagstisch, Tagespflege, Beratungsdienst oder Hausnotruf: Das Angebot ist breitgefächert – und das Standortnetz wächst stetig. Rund 900 Klienten werden mittlerweile von der Ökumenischen Sozialstation gGmbH mit den Standorten in Betzdorf, Kirchen, Gebhardshain, Niederfischbach und Mundersbach aus betreut.

Bis Anfang der 1970-Jahre übernahmen Gemeindefrauen den Dienst an pflege- und hilfsbedürftigen Menschen. Doch ab 1960 fehlte es hier an Nachwuchs – und es war Zeit, neue Wege zu finden. Im Jahr 1971 schließlich wurde unter der Federführung

ter ökumenischer Verbund seiner Art. Als Vorsitzende fungierten Rektor Hans Scholl und Karl-Adolf Zimmermann. „Ohne diese beiden wären wir nicht da, wo wir jetzt sind“, so Harry Feige, Geschäftsführer der Ambulanten Diakonischen Dienste (ADD) der Diakonie in Südwestfalen. Stark steigende Nachfrage nach einem Ausbau des Angebotes sowie der Wunsch nach

Die Zahlen zeigen, dass diese Entscheidung genau die richtige war: Waren es 2011 noch 90 Mitarbeitende, die mit 21 Dienstfahrzeugen gut 390 000 Hilfeleistungen erbrachten, sind es zehn Jahre später 180 Mitarbeiter, 51 Dienstfahrzeuge und knapp eine Millionen Leistungen, die vor Ort erbracht werden. Coronabedingt mussten die Feierlichkeiten werden. Doch das Fest soll so bald wie möglich nachgeholt werden. Bedacht wurden die Mitarbeitenden aber mit einem Geschenk. Verteilt wurden „50-Jahr“-T-Shirts und Feinkost-Präsenttaschen. **Stefanie Goß**



# Helfer mit Herz: So machen sich die Fördervereine stark

**Ehrenamt** Sie kaufen moderne medizinische Geräte, verschönern die Gartenanlagen oder zaubern mit kleinen Geschenken einfach zwischendurch ein Lächeln ins Gesicht: Die Arbeit der Fördervereine in der Diakonie in Südwestfalen ist unbezahlbar. Die „Helfer mit Herz“ sind oftmals schon Jahrzehnte im Einsatz.

**E**gal ob im Hospiz, im Bereich der Wohnungslosenhilfe, in den Senioren- und Altenheimen, den Diakonie-Stationen oder den Krankenhäusern: In vielen Einrichtungen der Diakonie in Südwestfalen gelten die aktiven Fördervereine als Herzstück. Ihre Mitglieder machen sich für diejenigen stark, die dringend Hilfe oder eine kleine Aufheiterung brauchen – mit Geld genauso wie mit guten Worten, die gerade in der Coronazeit so wichtig sind. Am Haus Obere Hengsbach in Siegen konnte in diesem Jahr ein Großprojekt realisiert werden. Wo

sich bisher eine ungenutzte, abschüssige Rasenfläche befand, schlängelt sich jetzt am Alten- und Pflegeheim ein behindertengerecht ausgebauter Weg

*„Wir bedanken uns bei jedem Einzelnen, der mit seiner Spende diese Aufwertung ermöglicht hat.“*

**Dr. Ann-Katrin Gräfe-Bub**  
Vorsitzende Förderverein  
Haus Obere Hengsbach

durch bunt bepflanzte Beete. Mehr als 70 000 Euro hat die Anlage gekostet, ein Teil davon wird vom Förderverein getragen. Eine Mammutaufgabe, wie die Vorsitzende Dr. Ann-Katrin Gräfe-Bub betont: „Wir bedanken uns bei jedem Einzelnen, der mit seiner Spende die Aufwertung des Außenbereichs ermöglicht hat.“ Und der Einsatz der Förderer ist noch nicht zu Ende: Um das Projekt abzuschließen, sollen noch seniorengerechte Sitzbänke und Beleuchtung angeschafft werden. Dies geht indes nicht ohne Spenden – oder neue Mitglieder. Diese zu finden, ist während der



Die neue Gartenanlage am Haus Obere Hengsbach bietet den Bewohnern eine zusätzliche Aufenthaltsfläche.

Ein Lächeln im Gesicht: Für das Wohl der Seniorinnen und Senioren in den Einrichtungen der Diakonischen Altenhilfe Siegerland machen sich viele Fördervereine stark – und das oft schon seit Jahrzehnten. Neue Mitglieder sind stets willkommen.

Pandemie nicht einfach, wie auch Ilo-na Schulte, Vorsitzende des Fördervereins am Diakonie Klinikum Bethesda in Freudenberg, betont: „Dabei ist unser Wirken extrem wichtig. Einerseits, um den Patienten ein hervorragendes medizinisches Angebot machen zu können, andererseits aber auch, dass sie sich bei uns wohlfühlen.“ 2007 gründete sich der Freudenberger Verein, für Ärzte, Patienten und Pflegepersonal wurden seitdem 157 000 Euro investiert. Auch hier floss Geld in die Gestaltung des Außenbereichs, der Großteil wurde indes für medizinische Gerätschaften ausgegeben, wie etwa Defibrillatoren, Pflegerollstühle oder Atemtherapiegeräte. Darüber hinaus informiert der Freudenberger Förderverein zusammen mit den Banken vor Ort in jährlichen Veranstaltungen mit Ärzten des Klinikums über Therapiemöglichkeiten und den neuesten Stand der Forschung.

Das Wohl von Patienten, Personal und Besuchern liegt auch dem Jung-Stilling-Förderverein um den Vorsitzenden Hans-Werner Bieler am Herzen. 2001 gegründet, realisierte die Gemeinschaft bislang Projekte im Wert von mehr als 250 000 Euro. „Auch im laufenden Jahr haben wir mehr als 25 000 Euro investiert. Unterstützt wurden damit die Abteilungen Geriatrie, Neurochirurgie, onkologisches Therapiezentrum sowie die Mund- Kiefer und Gesichtschirurgie“, führt Bieler aus. Der Förderverein des Altenzentrums Freudenberg macht sich in Pandemie-Zeiten speziell für die Mitarbeiter stark. Verteilt wurden Einkaufsgutscheine, in diesem Jahr soll es

noch ein besonderes Büfett geben. Zudem steht ein Großprojekt an: Angelegt werden soll, so die Vereinsvorsitzende Ulrike Steinseifer, ein Sinnesgarten für die Bewohner. Rücklagen wurden bereits geschaffen, mit der Realisierung wird indes noch gewartet: „Das Gartenprojekt geht einher mit dem geplanten Neubau des Altenzentrums“, so Steinseifer. 43 Mitglieder zählt ihr Gremium. Ein kleiner Verein, der schon viel geschafft hat. Seit 2007 wurden verschiedene Projekte mit knapp 35 000 Euro gefördert, unter anderem die Gestaltung eines Abschiedsraums für Angehörige Verstorbener.

*Neue Mitglieder werden immer gesucht und sind willkommen.*

Auch im Siegener Fliednerheim sind Förderer aktiv, „zum Wohle von Bewohnern, Angehörigen und Mitarbeitern“, so Einrichtungsleiterin Marianne Braukmann. So wurden Aufenthaltsräume neugestaltet, vor der Pandemie wurden fröhliche Feste gefeiert. „Doch Corona hat unser Wirken stark gebremst“, so Braukmann. Neue Mitglieder werden dennoch gesucht. So auch im Sophienheim. Hier leitet Dr. Peter Wittmann den rührigen Förderverein, der es sich zur Aufgabe gemacht hat, das Haus als einen Ort zu betreiben, an dem Menschen zuhause sind und ihren Lebensabend mitgestalten können. Dafür wurde etwa ein Gartenclub gegründet. Der Förderverein finanziert auch Fortbildungen – für Mitarbeitende, ehrenamtlich Tätige und Angehörige.

Stefanie Goß

## Übersicht Fördervereine

### Krankenhäuser:

Diakonie Klinikum Jung-Stilling  
Diakonie Klinikum Bethesda

### Seniorenheime:

Altenzentrum Freudenberg  
Haus Obere Hengsbach  
Sophienheim  
Fliedner-Heim

### DiakonieStationen:

DiakonieStation Siegen-Mitte  
DiakonieStation Siegen-Nord

### Hospiz:

Ev. Hospiz Siegerland

### Wohnungslosenhilfe:

Gegen Armut Siegen

Weitere Informationen und Kontakt:  
[www.diakonie-sw.de/spenden/foerderevereine](http://www.diakonie-sw.de/spenden/foerderevereine)

# All-IP: 3300 Endgeräte sind nun auf modernstem Level

**Telekommunikation** Die Telekommunikation wurde in Einrichtungen der Diakonie in Südwestfalen samt Tochtergesellschaften auf ein modernes Level gehoben. In- und externe Techniker waren am Werk, um 147 Anschlüsse so umzustellen, dass rund 3300 Telefone und Faxgeräte über das Internet funktionieren.

Bis zum Jahr 2022 sollen deutsche Netzbetreiber die klassischen Telefonnetze „Integrated Services Digital Network“ (ISDN) und analoge Telefonanschlüsse abschalten. Der neue Standard heißt: All-IP (alles per Internet-Protokoll). Das bedeutet, dass die Funktion von Telefon und Fax ins Internet verschoben wird. Bislang wurden Datenströme über verschiedene Netzwerke kommuniziert. Mit ALL-IP gibt es quasi

nur noch einen einzigen „Topf“, in dem die Übertragungstechniken zusammengeworfen werden. Sprache und Daten werden also über das Internet versendet und empfangen. Für die Umstellung auf ALL-IP gibt es ver-

„In der Regel fiel den Mitarbeitern die Umstellung gar nicht auf.“

**Frank Müller**  
Leiter für Technik, Wirtschaft und Versorgung

schiedene Gründe. Unter anderem sind analoge Anschlüsse und ISDN-Technik veraltet. Die Folgen: Die Wartung wird zunehmend schwieriger, Ersatzteile werden nicht mehr hergestellt. Die Lösung: Ein Netz für alles. Da es mit All-IP nicht mehr nötig ist, getrennte Netze zu betreiben, können Kosten gespart werden. Zu einem weiteren

Vorteil zählt, dass All-IP eine bessere Sprachqualität bietet. Für den Umbau auf ALL-IP sind ein Internet-Anschlussgerät (Router), eine Telefondose und ein Telefonkabel nötig. Ferner sind IP-fähige Telefone wichtig. In Unternehmen sind in der Regel größere Telefonanlagen installiert. Sie ermöglichen es, mehrere Endgeräte wie Telefon oder Fax mit dem öffentlichen Netz zu verbinden – so auch bei der Diakonie in Südwestfalen inklusive ihrer Tochtergesellschaften.

2016 forderte der Gesetzgeber, die Telefonanschlüsse bundesweit umzustellen. Für Frank Müller, Leiter für Technik, Wirtschaft und Versorgung der Diakonie in Südwestfalen, war die Information zu dieser Zeit ein Signal dafür, sich zeitnah ein Konzept zu überlegen. „Erst die kleineren, dann die größeren Häuser.“ Das stand für den 61-Jährigen von Anfang an im Fokus. Das Ziel: Für die größtmögliche Sicherheit sorgen. Denn: „So haben wir

Telefon oder Fax funktionierten bislang über verschiedene Netzwerke. ALL-IP schließt die Übertragungstechniken zusammen und ermöglicht den Datenaustausch per Internet.



Telefon



Fax

## Fax per Internet-Technologie

Zählt die Fax-Technik aufgrund von E-Mail-Diensten für die meisten Menschen zur Vergangenheit, so ist das Fax dennoch für Bereiche wie Arztpraxen oder Ämter noch immer ein wichtiges Kommunikationsmedium. Innerhalb der Diakonie in Südwestfalen nutzen

vor allem Mitarbeitende im Klinikum und den MVZs nach wie vor diese Technologie. Wie beim Telefonieren wurden auch beim Faxen bislang analoge oder ISDN-Übertragungstechniken genutzt. Auch das wurde nun umgestellt. Da Voice-over-IP jedoch für das Senden

und Empfangen von Sprache vorgesehen ist, musste für die Übertragung von Text- und Bilddaten ein spezielles Protokoll von Telekommunikationsdiensten „erfunden“ werden. Das Protokoll kommt zum Tragen, sobald ein Faxgerät am Router angeschlossen wird.

## 147 Anschlüsse für mehr als 3300 Endgeräte

Mehr als 3300 Endgeräte (Telefon und Fax) stecken hinter den 147 Telefonanschlüssen, die bei der Diakonie in Südwestfalen samt Tochtergesellschaften auf All-IP umgestellt wurden. Große Telefonanlagen, die meist in separa-

ten Technik-Räumen oder in Kellern der Einrichtungen untergebracht sind, machen es möglich, dass an einem Telefonanschluss mehrere Endgeräte mit dem öffentlichen Netz verbunden werden können. So dient beispielsweise die

Telefonanlage im Diakonie Klinikum Jung-Stilling für rund 1700 Endgeräte, während pro Senioren- und Pflegeheim der Diakonischen Altenhilfe Siegerland an einer Telefonanlage etwa 120 Telefone angeschlossen sind.

unsere Erfahrungen erst an den Stellen sammeln können, wo ein möglicher längerer Telefonausfall aufgrund des Wechsels nicht so viele Nachteile mit sich gebracht hätte wie in einem Krankenhaus oder Altenheim“, sagt Frank Müller. Bis es innerhalb der Diakonie in Südwestfalen an die Umstellung ging, eignete sich Müller in einem Seminar spezielles Wissen an. Fragen, die dabei unter anderem geklärt wurden, waren, wie Faxgeräte mit All-IP verbunden werden können – denn auch die galt es für das Team rund um Frank Müller zu berücksichtigen.

Damit All-IP in Einrichtungen der Diakonie in Südwestfalen ans Laufen gebracht werden konnte, musste zunächst die Umstellung genau geplant werden. Mitarbeiter aus der internen Haustechnik und des Telefonanbieters prüften dafür die Gegebenheiten vor Ort. Pro Einrichtung nötig waren eine Telefonanlage (die war bereits vorhanden), eine funktionierende Internetverbindung sowie ein IP-fähiger Router. Ferner führten die Techniker eine Bestandsaufnahme der Telekommunikationsgeräte durch und machten sich ein Bild davon, welche Endgeräte im Einsatz waren und welche mit der neuen Technik weiterhin im Bestand bleiben können. Fehlte etwas, wurde nachgerüstet.

Die Truppe, bestehend aus internen Haustechnikern, Mitarbeitern der Telefongesellschaft sowie der Wartungsfirma der Telefonanlagen, startete im November 2018 mit den ersten von insgesamt 147 ALL-IP-Migrationen. Begonnen wurde in Häusern der Sozialen Dienste, weiter ging es unter anderem in den Stationen der Ambulanten Diakonischen Dienste sowie in den Praxen der Medizinischen Versorgungszentren, ehe das Diakonie Klinikum und die Einrichtungen der Diakonischen Altenhilfe Siegerland an der Reihe



Die Telefonanlagen zählten für den technischen Leiter Frank Müller (links) und seinen Kollegen Marcel Jütte zu den zentralen Geräten bei der Umstellung auf ALL-IP.

waren. Eine Umstellung an sich läuft laut Frank Müller wie folgt ab: Einen Termin mit jeweils einem Mitarbeiter des Telefondienstansbieters und der Wartungsfirma der Telefonanlage vereinbaren, sich vor Ort mit ihnen treffen, den ALL-IP-fähigen Router mit der Telefonanlage verbinden, Testlauf durchführen. Frank Müller: „Der Wechsel fand in der Regel morgens zwischen sechs und acht Uhr statt, um in der telefonischen «Rushour» keine möglichen Unterbrechungen zu verursachen. Während einer solchen Umstellung ist es nämlich kurzzeitig nicht möglich, zu telefonieren.“ Mit „Rushhour“ (Hauptverkehrszeit) meint Müller die Zeit ab etwa 8.30 Uhr, wo die meisten Telefonate im Unternehmen ein- und ausgehen. Ziel war es, keine Telefonausfälle zu verursachen, was laut Frank Müller auch geklappt hat. „In der Regel fiel den Mitarbeitern die Umstellung gar nicht auf“, freut sich der technische Leiter.

Neben den Telefonanschlüssen wurden auch insgesamt 16 Brandmelde-

anlagen von ISDN auf ALL-IP umgestellt. Die sind im Diakonie Klinikum an den beiden Standorten Siegen und Freudenberg, in den sieben Häusern der Diakonischen Altenhilfe Siegerland sowie in den Heimen der Behindertenhilfe (Soziale Dienste) untergebracht. „Damit der Brandschutz auch weiterhin wie gewohnt gesichert ist, haben wir jeden der 16 Hauptmelder ausgetauscht. Zusätzlich richteten wir redundante Verbindungen per Mobilfunknetz ein.“ Das dient laut Müller als Absicherung, um bei gestörtem Internetzugriff weiterhin mit der Feuerwehr verbunden zu sein. Müller: „In solchen Fällen wird ein Alarm leitungslos per Funk statt über den fürs Internet nötigen Kupferdraht an die Feuerwehr gesendet.“

Rückblickend ist der Haustechnik-Leiter zufrieden, da auch bezüglich der Brandmeldeanlagen keinerlei Probleme aufgetreten sind: „Die Umstellungen auf ALL-IP haben dank der guten Arbeit aller Beteiligten tadellos und einfach toll geklappt.“ Blazenka Sokolova

# Tierische Freude im Seniorenheim

**Altenhilfe** Wenn im Hülsemann-Haus in Hagen-Hohenlimburg Besuch vom Verein „Herzberg Herdecke“ oder dem Reitstall Weidemann ansteht, dann ist schon Tage vorher die Vorfreude bei Bewohnern und Mitarbeitern groß. Denn das heißt: Bald können sie wieder Zeit mit Hühnern, Zwergponys und Co. verbringen.

**E**gal ob mit einem Huhn auf dem Schoß oder unterwegs mit einem Zwergpony: Die Bewohner des Hülsemann-Hauses in Hagen-Hohenlimburg können sich regelmäßig im wahrsten Sinne des Wortes „tierisch“ freuen. Wenn etwa die Hühner und Schafe des Vereins „Herzberg Herdecke“ zu Besuch im Seniorenheim sind, locken sie jedes Mal viele neugierige Bewohner an. Sie streicheln die Tiere und füttern sie – mehrmals im Jahr eine gelungene Abwechslung. Die Se-

nioren können sich voll und ganz auf die Tiere einlassen und so ein Vertrauensverhältnis zu ihnen aufbauen. Wenn sie die Federn der Hühner oder die Wolle der Schafe berühren, löst das ganz bestimmte Gefühle aus, die sie den Tieren gegenüber offen zeigen können. Schließlich bewerten Tiere das Verhalten nicht. Ganz im Gegenteil, auch sie genießen die Streicheleinheiten der Bewohner. Auch ein Rollstuhl stellt dabei kein Hindernis dar:

Dann wird das Huhn einfach auf den Schoß gesetzt. Einrichtungsleiterin Petra Fleger betont, dass der tierische Besuch insbesondere bei Demenzkranken auch eine therapeutische Wirkung habe und in ihnen sogar alte Erinnerungen wieder aufleben lasse: „Viele unserer Bewohner sind früher noch auf einem Hof aufgewachsen und fühlen sich durch den Kontakt mit den Tieren an diese Zeit erinnert.“ Durch die tiergestützte Intervention entsteht auch ein Gefühl von Trost und Geborgenheit und die Lebensfreude wird in den Bewohnern geweckt. Für diese Art der Therapie werden zudem nur sehr ruhige Tiere eingesetzt, die sich auf die Menschen und ihr Verhalten einstellen können, um mit ihnen auf sozialer Ebene zu interagieren. Zur Unterstützung wird diese Therapie oft mit Musik untermalt. Damit bauen die Bewohner eine emotionale und kommunikative Bindung zu den Tieren auf und Ängste und Sorgen verschwinden.

Die Zwergponys aus dem Reitstall Weidemann aus Breckerfeld stellen für die Bewohner des Hülsemann-Hauses eine besondere Attraktion

dar. Diese von Carola Weidemann speziell zur Therapie ausgebildeten Ponys sind nicht nur deutlich kleiner als ‚normale‘ Ponys, sondern auch besonders liebevoll und geduldig, sodass ihnen gleich die volle Aufmerksamkeit der Bewohner und Mitarbeiter garantiert ist. Diese ist auch allemal vonnöten, denn die Senioren dürfen eigenständig mit den Ponys an der Leine durch die Flure des Hauses spazieren. „Die Ponys wer-

„Der Kontakt mit den Tieren stellt für jeden Menschen eine große Stimulanz dar.“

**Petra Fleger**  
Einrichtungsleitung Hülsemann-Haus

den trainiert, mit den Bewohnern alleine und selbstständig zu interagieren“, erklärt Carola Weidemann. Damit die Ponys eine solche Vertrauensbasis herstellen können, ist eine Ausbildung von bis zu zwei Jahren nötig, wobei sie bereits über einen gewissen ruhigen und geduldigen Grundcharakter verfügen müssen. Zudem wird von ihnen Lern- und Anpassungsfähigkeit verlangt. Während der Ausbildung erlernen sie ihren ‚Job‘ in verschiedenen Stufen.



Die Zwergponys sind sehr liebevoll und anschiemig und passen sich im Hülsemann-Haus gerne den Bedürfnissen der Bewohnerinnen und Bewohner an.

Zunächst üben sie, wie man mit einem Einkaufswagen und auf unterschiedlichen Bodenbegebenheiten läuft, später wird dies präzisiert mit Training an Stock, Rollator oder Rollstuhl. Mit der Zeit automatisieren sich die Abläufe im Umgang mit Menschen, wobei sich die Ponys nach jedem Besuch ein paar Tage erholen dürfen. Die Zwergponys waren während des Lockdowns zeitweise auch die einzigen Tiere, die das Haus weiterhin besuchten. Sie wurden dafür den Mitarbeitern und Bewohnern des Hülsemann-Hauses anvertraut und nach dem Besuch wieder abgeholt, sodass sich keine zusätzlichen Personen in der Einrichtung aufhalten mussten. Diese tierischen Besuche waren für die Bewohner vor allem in der Zeit wichtig und hilfreich, in der sie aufgrund von Kontaktbeschränkungen keine Freunde und Verwandte sehen durften. Die Freude war groß, mit den Vierbeinern an der Leine durch das Haus laufen zu können.

„Der Kontakt mit Tieren stellt für jeden Menschen eine große Stimulanz dar, wengleich natürlich jeder Mensch anders reagiert“, stellt Petra Fleger fest. So habe sich jeder sehr über den tierischen Besuch gefreut. Während die einen sich an vergangene Tage erinnert fühlten, waren die anderen einfach nur froh, ein paar unbeschwerte Stunden mit den Tieren verbringen zu können.

Das Hülsemann-Haus, das zur Diakonischen Altenhilfe Siegerland gehört, vereinbart regelmäßig Termine zur tiergestützten Therapie, sodass die Zwergponys sicherlich bald wieder zu Gast sein werden, ebenso wie auch wieder vermehrt andere Tiere. **Tim Weber**

## Das Hülsemann-Haus

Das Seniorenheim in Hagen-Hohenlimburg pflegt und betreut ältere Menschen, die Hilfe im Alltag benötigen. Dazu stehen in der Einrichtung 92 Einzelzimmer, verteilt auf vier Wohnbereiche, zur Verfügung. Die Mitarbeitenden gehen bei der Pflege auch auf die individuellen Lebensgeschichten der Bewohner ein, um sie so bestmöglich zu unterstützen. Dafür wird etwa ein individueller Pflegeplan gemeinsam mit den Angehörigen erstellt, in dem nicht nur das körperliche, sondern auch das geistige und seelische Wohlbefinden bedacht wird. Zudem werden die Bewohner ihren eigenen Fähigkeiten entsprechend mit verschiedenen Angeboten unterhalten, beschäftigt und gefördert.

Das Hülsemann-Haus der Diakonischen Altenhilfe Siegerland bietet sowohl Langzeit-, als auch Kurzzeit- und Verhinderungspflegeplätze an.



Kuschelstunde im Hülsemann-Haus: Der tierische Besuch sorgt bei Bewohnern wie Mitarbeitern für große Freude.



© Pexels / Pixabay

[www.seniorenheime-diakonie.de](http://www.seniorenheime-diakonie.de)



**Physiotherapie** Der Nacken ist verspannt, der Rücken schmerzt, das Bein ist verletzt: Wer dann wieder fit werden möchte, kann es mit Kinesio-Tapes versuchen. Das Team im ARZ Siegerland in Siegen verrät, wie die bunten Bänder wirken.



Kunterbunte Helfer: Im ARZ Siegerland in Siegen klebt Einrichtungsleiter Maik Schöler Kinesio-Tapes auf schmerzende Körperstellen.

## Farbig und elastisch: Was Kinesio-Tapes können

Ob Fußballer, Tennisspieler oder Volleyballer – sie haben Kinesio-Tapes schon lange für sich entdeckt. Doch auch außerhalb des Sports sind die hochelastischen Stoffpflaster aus Baumwolle zu einer weit verbreiteten Methode geworden, um körperliche Beschwerden zu behandeln. Von einem verletzten Schulter- oder Sprunggelenk über einen verspannten Nacken und Rücken bis hin zu einer entzündeten Sehnenscheide – Kinesio-Tapes sind vielseitig einsetzbar.

Die Bänder gibt es in verschiedenen Farben. Sie sind atmungsaktiv, hautfreundlich und haben an der Unterseite eine Acrylklebeschicht, die für den Therapieerfolg eine besondere Rolle spielt: „Der Kleber ist wellenförmig aufgetragen, was dazu führt, dass die obere Hautschicht leicht massiert wird und die darunterliegenden Muskeln ge-

lockert werden. Das regt die Durchblutung an, Beschwerden können so gelindert werden“, sagt Maik Schöler, Leiter im Ambulanten Rehabilitations-Zentrum (ARZ) Siegerland in Siegen – einer

„Patienten mit Kinesio-Tapes müssen sich bewegen.“

**Maik Schöler**  
Physiotherapeut

Einrichtung der Diakonie Pflege und Rehabilitation der Diakonie in Südwestfalen. Schöler ist Physiotherapeut und Diplom-Sportlehrer und weiß, was wichtig für einen positiven Effekt ist: „Patienten mit Kinesio-Tapes müssen sich bewegen. Nur so können die Bänder vollständig wirken.“ Der Fachmann empfiehlt spazieren zu gehen, zu walken oder zu wandern. Der Vorteil der Bänder ist, dass sie schmerzende

Körperstellen stabilisieren und gleichzeitig die Bewegungsfreiheit nicht einschränken. Klassische Kinesio-Tapes sind auf einer Rolle angebracht – fünf Zentimeter breit, fünf Meter lang – und werden je nach Bedarf entsprechend zugeschnitten. Schöler: „Beschwerden lassen meist schon wenige Stunden nach dem Aufkleben der Bänder nach.“ Wissenschaftlich ist die Wirksamkeit von Kinesio-Tapes nicht belegt, doch: „Die vielen positiven Rückmeldungen von Patienten sprechen für die Tapes“, so der Physiotherapeut.

### Einsatz der bunten Bänder

Neben der Bewegung ist es wichtig, Kinesio-Tapes mit Kenntnis der Anatomie des menschlichen Körpers genau anzulegen. Experten raten, sich die Bänder von Fachleuten auf die schmerzende Stelle kleben zu lassen. Der Grund: „Das Tape muss je nach Beschwerde-Art unterschiedlich gedehnt

### Wussten Sie schon, dass...

...es das ARZ Siegerland an vier Standorten gibt? Neben dem ARZ Siegen im Obergeschoss des Diakonie Klinikums Jung-Stilling können sich Patienten auch im ARZ Freudenberg (Krottorfer Str. 27), ARZ Kredenberg (Dr.-Stelbrink-Str. 47) sowie im ARZ Siegbogen (Weidenauer Str. 196) bei Beschwerden Kinesio-Tapes aufkleben lassen. Ob klassische Physiotherapie und Krankengymnastik, Lymphdrainagen, Massagen oder Sportphysiotherapie: Die Praxis-Teams helfen ihren Patienten auf verschiedene Weise dabei, gesund zu werden und fit zu bleiben.

werden, um die Muskulatur entweder zu entspannen oder anzuregen“, erklärt Maik Schöler. Im ARZ Siegerland werden Kinesio-Tapes von Physio- oder Ergotherapeuten angebracht. Ob mehrere parallele Streifen oder gitterförmige Klebetechniken – wie die Tapes aufgeklebt werden, hängt von den Beschwerden ab. Um beispielsweise einen verspannten Nacken zu behandeln, kleben Fachleute ein zehn bis fünfzehn Zentimeter langes Kinesio-Tape schräg vom Nacken hin zum Schulterblatt auf die Haut. Auf gleiche Art bringen sie noch ein Tape auf der anderen Schulter-Nackenseite an und kleben zwischen linkem und rechtem Band waagrecht ein weiteres Stoffpflaster auf. Das Tape hält besser, wenn die Ecken rund abgeschnitten sind. Wie bei einem herkömmlichen Pflaster gibt es an der Klebefläche eine Schutzfolie. Diese wird gleichmäßig, während das Band auf die entsprechende Stelle geklebt wird, abgezogen. Bei Patienten, die am zu behandelnden Körperbereich stärkeren Haarwuchs haben, ist es sinnvoll, die Haare zuvor zu rasieren, um die Wirksamkeit zu verbessern. Kinesio-Tapes können so lange auf der Haut bleiben, bis sie sich von selbst lösen. Wer sich nach ein paar Tagen besser fühlt, kann das Band selbst abziehen. Maik Schöler gibt den Tipp: „Wer Schwierigkeiten hat, es zu entfernen, kann es zunächst unter der Dusche versuchen oder mit etwas Creme nachhelfen.“

Neben verspannten Muskeln und Gelenkbeschwerden werden Kinesio-Tapes auch bei Blutergüssen und Prellungen eingesetzt. Die Bänder können dann insofern Abhilfe schaffen, dass sie bei jeder Bewegung sanft massieren, dadurch den Lymph- und Blutfluss anregen und so Schwellungen und Schmerzen mildern. Um solchen Beschwerden vorzubeugen, lassen sich Sportler die Tapes oft präventiv anlegen. Ferner kann das dabei

helfen, dass ihre Muskulatur nicht so schnell ermüdet. Auch können Kinesio-Tapes, nach ärztlicher Absprache, für Schwangere wohltuend sein, wenn sie beispielsweise unter Rückenschmerzen leiden. Eine Therapie mit den bunten Bändern kann je nach Beschwerdeform mit weiteren Behandlungsmöglichkeiten kombiniert werden. Bei einem verspannten Nacken können unter anderem Dehnübungen oder bei einem Hexenschuss eine Rotlichttherapie zusätzlich helfen.

### Einfluss der Farben

„Die Wirksamkeit der Farben ist wissenschaftlich nicht belegt und wird unterschiedlich von Therapeuten beurteilt“, sagt Maik Schöler. So meinen manche, dass dunkle Farben mehr Licht absorbieren würden und das Tape somit mehr Wärme entfaltet, was beispielsweise bei verspannten Muskeln helfen kann. Helle Farben hingegen würden das Licht reflektieren und die Temperatur unter dem Tape senken. Der kühlende Effekt sei bei Prellungen von Vorteil. Schöler und sein Team gehen beim Kleben der Kinesio-Tapes so vor, dass sie die Patienten vorab fragen, welche Farbe sie bevorzugen. Ob blau, gelb, rot, pink, schwarz oder im Zebra-Muster – während es die Tapes zur Zeit ihrer Erfindung bloß in Hautfarbe gab, sind sie heutzutage in verschiedenen Farben und Designs erhältlich.

### Kinesio-Tapes und Wasser

Eine Frage, die laut Schöler im ARZ oft von Patienten gestellt wird, ist, ob sie mit den Klebebändern duschen gehen dürfen. Kinesio-Tapes sind wasserbeständig und bleiben beim Duschen oder Schwimmen haften. Patienten mit einem Tape sollten anschließend bloß beachten, die betroffene Stelle nicht wie herkömmlich abzutrocknen, sondern sie mit einem Handtuch leicht abzutupfen oder trocken zu föhnen, um das Band nicht versehentlich zu

## Kinesio-Tapes: Herkunft

Kenzo Kase, ein japanischer Chiropraktiker, behandelte zu Beginn der 1970er-Jahre erstmals schmerzende Gelenke und Muskeln mit dehnbarem Verbandmaterial. Er erfand ein elastisches Klebeband, das die volle Bewegungsfreiheit von Haut, Gelenken und Muskulatur erhält. In den 1990er-Jahren kam das Kinesio-Tape dann auch nach Europa.

## Diverse Einsatzbereiche

- Muskelverspannungen und -zerrungen
- Gelenkverletzungen (Hand-, Sprung- und Kniegelenke, Schulter, Ellenbogen)
- Nacken-, Rücken-, Schulter-, Bein- und Fußschmerzen
- Sportverletzungen
- Fehlhaltungen
- Haltungsschwächen
- Prellungen
- Regelschmerzen

lösen. Der Kleber der Tapes hält meist eine Woche – oft auch länger.

### Was dagegen spricht

Beim Kinesio-Tape gibt es nur wenige Nebenwirkungen. Dennoch empfehlen Experten, dass Menschen mit einer Pflasterallergie, mit Hauterkrankungen wie Neurodermitis, Hautreizungen wie Sonnenbrand, offenen Wunden und Krampfadern von der Methode absehen sollten. **Blazenka Sokolova**

# AUFLÖSUNG

## Bilderrätsel



2	5	3	9	7	8	1	6	4
4	8	1	2	3	6	9	5	7
7	6	9	4	1	5	3	2	8
1	3	6	5	8	4	7	9	2
9	4	8	7	6	2	5	1	3
5	2	7	1	9	3	8	4	6
6	1	4	8	5	7	2	3	9
3	7	5	6	2	9	4	8	1
8	9	2	3	4	1	6	7	5

Normal

4	8	5	7	9	6	1	2	3
3	1	7	2	8	5	6	4	9
9	2	6	1	3	4	7	5	8
5	9	8	3	7	1	4	6	2
2	3	1	4	6	8	9	7	5
6	7	4	9	5	2	3	8	1
1	6	3	8	2	7	5	9	4
7	4	2	5	1	9	8	3	6
8	5	9	6	4	3	2	1	7

Schwierig

## Sudoku

## Knobelfragen

- Das Kind heißt Peter.
- 7 Kinder mit je 7 Rucksäcken = 49 Rucksäcke. In jedem Rucksack sind 7 Katzen:  $49 \times 7 = 343$  Katzen. Jede Katze hat sieben Kätzchen:  $343 \times 7 = 2401$ . 343 Katzen + 2401 Kätzchen = 2744 Tiere. Jedes Tier hat 4 Beine.  $2744 \times 4 = 10976$  Beine. Dazu kommen noch 7 Kinder mit je 2 Beinen:  $10976 + 14 = 10990$ .
- 15 Personen: 14 Fahrgäste und der Fahrer.
1. Den ersten Schalter anschalten und 10 Minuten warten. 2. Den ersten Schalter ausschalten. 3. Den zweiten Schalter anschalten. 4. Hoch gehen. 5. Die Glühbirne, die brennt, gehört zu Schalter zwei. 6. Die Glühbirne, die sich heiß anfühlt, gehört zu Schalter eins. 7. Die kalte Glühbirne, die nicht brennt, gehört zu Schalter drei.
- Der Tag vor dem Tag nach morgen ist Mittwoch. 2 Tage später wäre dann Freitag. An diesem Wochentag findet ihr Vorstellungsgespräch statt.

## Kreuzworträtsel

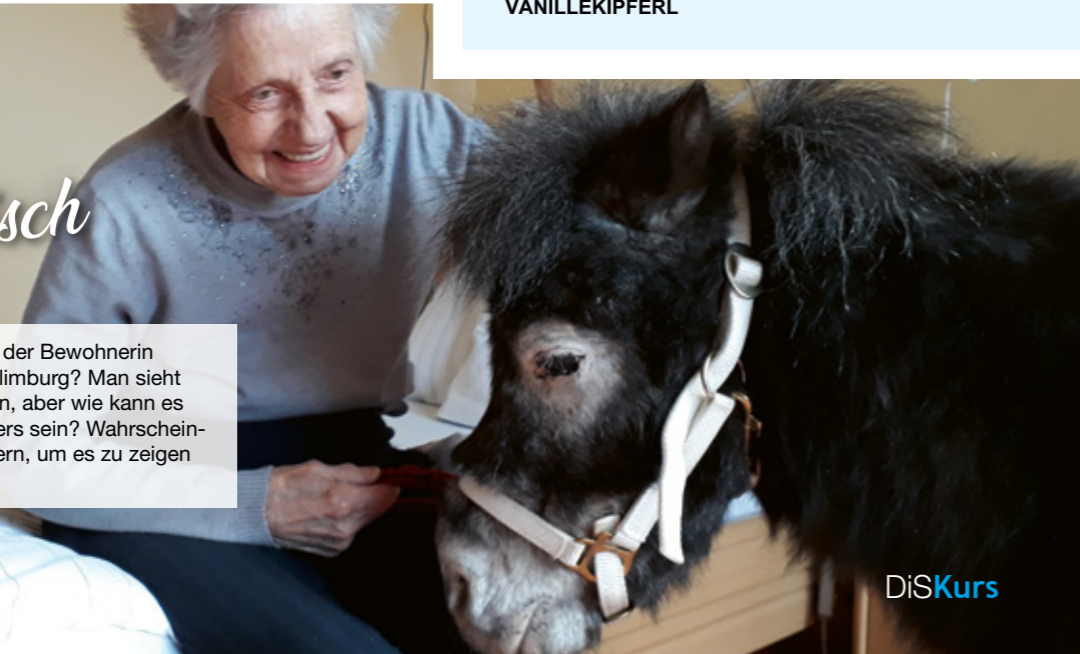
■■■■H O ■■■■S ■ S ■ O ■■ E ■■  
 T A U M E L ■ R E C H T S K U N D I G  
 A R N I K A ■ E ■ R U E P E L E I ■ U  
 ■ K S ■ T ■ S T O A ■ K I R ■ F ■ S A  
 ■ O ■ K O L K R A B E ■ R ■ D A K A R  
 I N K A ■ L A O ■ B ■ A R T U S ■ L A  
 N A S E N ■ G ■ K L O N E ■ E ■ J I M  
 ■■■■H ■ F E I N E ■ N ■ A R M A N I  
 M A N G A N ■ I ■ G A R D E N I E ■  
 ■ O N E ■ S ■ E G L I ■ H U R ■ P ■ M  
 ■ D H ■ L E H R G A N G ■ L ■ B U B I  
 K R I P O ■ J O E ■ K ■ K A N A R E N  
 V I E R E R ■ T ■ A G R A R ■ L ■ L I  
 ■ G B ■ T ■ C E L L O ■ R ■ K I T A ■  
 ■■■■B E T O N ■ O ■ P N E U ■ A G E  
 Z U T U N ■ M ■ H E I R A T E N ■ E P  
 ■ K ■ R ■ S E M E ■ A O K ■ R ■ U R I  
 W E T T S T R E I T ■ P ■ A Z U R N ■  
 ■ L O ■ G E S ■ S ■ N A G Q U ■ B ■ A  
 S E R A ■ L E I S T E N ■ U N R A S T  
 ■ I R R E L E V A N T ■ R I G O R O S  
 VANILLEKIPFERL



Hier ein Herzchen aus Lebkuchen, da ein Täfelchen Schokolade und ein kandiertes Äpfelchen zwischendurch. Gesund ist das gar nicht, auch nicht an Weihnachten. Wer denkt, dass die Welt garniert mit Zuckerguss gleich besser aussieht, wird irgendwann aus den süßen Träumen erwachen. Doch immerhin: Mit poppevollem Magen stellen sich Ruhe und Besinnlichkeit am Heiligen Abend garantiert ganz von alleine ein. Karikatur: Kristina Hammer

## Einfach tierisch

Ob es dem Minipony genauso gefällt wie der Bewohnerin des Hülsemann-Hauses in Hagen-Hohenlimburg? Man sieht es dem Vierbeiner vielleicht nicht direkt an, aber wie kann es denn bei solch einer Streicheleinheit anders sein? Wahrscheinlich ist er auch einfach etwas zu schüchtern, um es zu zeigen – und er freut sich lieber nach innen.



## „Villa Fuchs“ rückte aus zum Kletterspaß

Pflegekinderdienst organisierte Ausflug mit Abenteuergarantie und Nervenkitzel

Grenzerfahrungen, Teamgeist, Adrenalin: Zwölf Pflegekinder haben an der frischen Luft eine Menge Spaß erlebt. Gemeinsam mit drei Mitarbeiterinnen des Pflegekinderdienstes „Villa Fuchs“ genossen die Mädchen und Jungen bei sonnigem Wetter die Natur im Kletterwald Freudenberg. Die Kinder tobten sich aus, schwangen sich von Hochseil zu Hochseil und balancierten konzentriert über wackelige Hängebrücken. Dabei lernten sie, einander zu vertrauen und gleichzeitig für andere Verantwortungen zu übernehmen. Auch war Geduld gefragt, wenn ein Ziel nicht leicht zu erreichen war oder jemand mal auf sich warten ließ. Die Begleiterinnen waren beeindruckt vom Einsatz und der Energie der Mädchen und Jungen: „Die Kinder hatten sichtlich Freude und möchten dieses Abenteuer bald noch einmal wiederholen“, sagte Daniela Herling, Ansprechpartnerin des Pflegekinderdienstes für das Stadtgebiet Siegen. Der Pflegekinderdienst „Villa Fuchs“ in Trägerschaft der Sozialen Dienste der Diakonie in Südwestfalen sucht in Zusammenarbeit mit dem Sozialdienst katholischer Frauen (SkF) Familien, Paare und Alleinstehende, die sich vorstellen können, ein Pflegekind aufzunehmen. Auch aktuell werden Pflegefamilien und Bereitschaftspflegefamilien gesucht. Interessierte können sich unter 0271/681 961-30 (oder -31) sowie per Mail an [pfegekinderdienst@diakonie-sw.de](mailto:pfegekinderdienst@diakonie-sw.de) melden. Unter [www.pfegekinderdienst-siegen.de](http://www.pfegekinderdienst-siegen.de) gibt es zudem weitere Informationen. (sok)



# Abdulahdi Benni erfüllt sich einen Kindheitstraum

**Flüchtlingsarbeit** Fachinformatiker werden – ein Wunsch, den Abdulhadi Benni bereits als Kind hatte. Seit Sommer 2020 macht er eine Ausbildung in der Informationstechnologie (IT) der Diakonie in Südwestfalen. Den Weg dorthin ebnete er sich mit dem Projekt „Pfleger kennt keine Grenzen“.

**A**rbeitsplätze mit Computertechnik einrichten, Programme installieren, technische Probleme beheben: Der Tagesablauf von Abdulhadi Benni ist mit bunten Aufgaben gestaltet. Und die machen ihm Spaß. Als Auszubildender zum Fachinformatiker für Systemintegration hat der 27-Jährige bereits einiges gelernt. Computer, öffentliche Netzwerke und technische Entwicklungen faszinieren ihn seit langem – damit zu arbeiten noch mehr: „Ich bin neugierig, was diesen Bereich betrifft und offen dafür, Neues zu lernen“, macht der gebürtige Syrer deutlich. Neben der Freude, die ihm der Beruf bringt, steht für den Auszubildenden im zweiten Lehrjahr noch eine Sache im Fokus: Die Chance auf ein eigenständiges Leben in Ruhe und Frieden.

2015 flüchtete Abdulhadi Benni gemeinsam mit seinen Eltern und vier Geschwistern aus dem Kriegsgebiet Aleppo im Norden Syriens. Erste Anlauf-

stelle war die Türkei. Von dort aus ging es über die Balkanroute nach Deutschland. Der junge Mann erinnert sich: „Wir fuhren mit 300 Leuten stehend und dicht an dicht in einem Lastwagen an die Küste, saßen dann mit 60 Menschen in einem Schlauchboot auf dem Weg nach Griechenland und kamen in einem Flüchtlings-Camp an. Dort schliefen wir auf dem Boden. Mal gab es etwas zu essen, mal auch nicht.“ Rückblickend ist der junge Mann froh, dass er zeitnah mit seiner Familie weiterziehen konnte – auf einem Schiff in Richtung Athen. „Neben all den ungeschönen Erlebnissen, war das mal ein guter Moment. Wir hatten auf dem Schiff ein eigenes Zimmer, konnten endlich duschen.“ Von Griechenland aus führte der Weg des Syrers über Nordmazedonien, Serbien, Kroatien und Slowenien nach Österreich, bis er München erreichte.

Nach kurzem Aufenthalt ging es weiter nach Dortmund und schlussendlich nach Wilnsdorf. Etwa ein halbes Jahr später, im Sommer 2016, erzählte ihm ein Freund von „Pfleger kennt keine Grenzen“ – dem Flüchtlingsprojekt der Diakonie in Südwestfalen. Dieses richtet sich an junge geflüchtete Menschen und bietet ihnen den Einstieg in einen Pflegeberuf. Das Freiwillige Soziale Jahr (FSJ) steht im Mittelpunkt des Projekts, dem sich die Teilnehmer annehmen. Zudem werden sie mit Sprachkursen so vorbereitet, dass sie nach dem FSJ eine Ausbildung in der Pflege beginnen können.

Abdulahdi Benni zögerte nicht und kontaktierte Projekt-Initiator Dirk Hermann. Seit 2016 unterstützt der Referent für Freiwilligendienste junge Flüchtlinge auf dem Weg, Karriere in der Pflege zu machen. Wem der Beruf nicht liegt, wird jedoch nicht alleine gelassen. Hermann: „Es ist natürlich nicht jeder für diesen Job gemacht.“ So ist es laut Hermann bereits vorgekommen, dass Teilnehmer nach dem FSJ andere Bereiche aufsuchten – so wie Abdulhadi Benni. Sein Freiwilliges Soziales Jahr machte

er ab Herbst 2016 auf der Station für Innere Medizin im Diakonie Klinikum Jung-Stilling. Er meisterte erfolgreich die Deutsch-Sprachprüfung, war anschließend für zwei Jahre im Hol- und Bringdienst des Klinikums tätig. „Dank dieser Tätigkeit konnte ich meinen Führerschein machen, mir ein Auto kaufen und eine Wohnung mieten“, sagt der 27-Jährige. Ferner konnte er seine Deutsch-Kenntnisse in dieser Zeit weiter ausbauen. Dirk Hermann erlebte den jungen Mann von Anfang an als zielstrebig und sortiert: „Er wusste schon immer, was er im Leben erreichen möchte und war sich stets bewusst, welche Herausforderungen er zu meistern hat, um sich erfolgreich zu integrieren. Und das ist ihm gelungen.“

Abdulahdi Benni fand Gefallen an der Arbeit mit Menschen im Krankenhaus. Der langersehnte Wunsch, mit Informationstechnik zu arbeiten, ließ ihn jedoch nicht los. 2019 wurde ein Stellenangebot für eine Ausbildung in der Informationstechnologie (IT) der Diakonie in Südwestfalen ausgeschrieben. Abdulhadi Benni bewarb sich, wurde zum Vorstellungsgespräch geladen und hielt schon bald seinen Ausbildungsvertrag in den Händen. „Das war das Beste, was mir passieren konnte. Endlich war ich meinem Traum ganz nah“, sagt Abdulhadi Benni stolz. Schon als Kind half er in Syrien Freunden und Bekannten bei Problemen mit Computern oder anderen technischen Geräten.

Als Jugendlicher arbeitete er in seinem Heimatland in einem Mobilfunk-Laden. Hobbymäßig eignete er sich immer wieder technisches Wissen an. „Was ich jetzt bei der Diakonie in Südwestfalen mache, ist genau das, was ich schon immer wollte.“ Im Team der IT fühlt sich der junge Mann wohl und zugehörig. Er kann sich aktuell nicht vorstellen, woanders tätig zu sein. Abdulhadi Benni ist angekommen. Dass ihm die Tätigkeit liegt, bestätigt Rita Balve-Epe, Leiterin der Abteilung für Informationstechnologie: „Unser Auszubildender ist engagiert, interessiert, freundlich und leistet gute Arbeit. Hervorzuheben ist, dass er sich sehr gut in unser Team integriert hat.“ Was seine Zukunft betrifft, so hat der 27-Jährige seine Ziele fest im Blick. Er möchte seine Ausbildung erfolgreich abschließen und am liebsten auch weiterhin in dem Sieger Unternehmen bleiben. Abdulhadi Benni sagt: „Bei der Diakonie in Südwestfalen hat mein neues Leben begonnen.“ Und was sind einmal seine weiteren Pläne? Er schmunzelt:

„Eine Familie gründen und ein eigenes Haus bauen.“  
Blazenka Sokolova

## Flüchtlingsprojekt der Diakonie in Südwestfalen

Im Herbst 2016 rief die Diakonie in Südwestfalen das Flüchtlingsprojekt „Pfleger kennt keine Grenzen“ ins Leben. Es richtet sich an Frauen und Männer, die aus ihren Heimatländern nach Deutschland geflüchtet sind. Bevorzugt angesprochen sind junge Menschen. Teilnehmer machen für 12 bis 18 Monate ein Freiwilliges Soziales Jahr (FSJ) im Diakonie Klinikum oder in Einrichtungen der Diakonischen Altenhilfe Siegerland. Dreimal pro Woche sammeln sie praktisches Wissen, an den anderen Tagen lernen sie Deutsch, um die offiziellen Sprachprüfungen zu bestehen. Das gilt als Voraussetzung für die spätere Ausbildung. Um die Flüchtlinge auf den Einbürgerungstest vorzubereiten, stehen auch Politik und Sozialkunde auf dem Plan. Dass das Projekt Früchte trägt, belegt Teilnehmer Juljan Mikli, der im November 2020 als erster „Pfleger kennt keine Grenzen“ in allen Stufen durchlaufen hat.

Heute ist er als examiniertes Altenpfleger im Diakonie Klinikum in Siegen tätig. Mit ihm haben bislang insgesamt sieben junge Frauen und Männer das Projekt erfolgreich abgeschlossen – zwei davon im Handwerksbereich. Zwölf machen aktuell eine Ausbildung in der Pflege, weitere sieben erlernen einen handwerklichen Beruf. Im FSJ sind derzeit 14 Teilnehmer.

„Bei der Diakonie in Südwestfalen hat mein neues Leben begonnen.“





# Gesund und fit durch den Arbeitstag

**Gesundheit** Stundenlang gegessen, Schokolade genascht und die Pause am Schreibtisch verbracht: Tage wie diese sind keine Seltenheit für viele Menschen mit Büro-Jobs. Doch gesund ist anders. Für wenig Bewegung, ungesundes Essen und fehlende Pausen gibt es früher oder später die Quittung – der Körper protestiert mit Rückenschmerzen, Übergewicht oder Konzentrationsproblemen. Mit diesen Tipps von Ernährungsberaterin Sabine Schmidt steht einem aktiveren Büro-Tag nichts mehr im Wege.

## 8 Tipps fürs Büro

**1 Regelmäßig trinken:** Erhält der Körper über den Tag zu wenig Flüssigkeit, kann das zu Kopfschmerzen und Konzentrationsproblemen führen. Einhalb bis zwei Liter Flüssigkeit pro Tag benötigt der Körper eines Erwachsenen. Wer wenig Durst verspürt oder im stressigen Büroalltag das Trinken schlichtweg vergisst, kann sich die Getränke sichtbar auf den Tisch stellen. Als Durstlöscher sind Wasser, ungesüßter Tee und auch ungesüßter Kaffee geeignet. Schwarzer Tee und Kaffee enthalten mit Koffein und Theobromin zusätzlich belebende Inhaltsstoffe. Werden die heißen Büro-Klassiker gut vertragen, sind auch drei bis vier Tassen pro Tag kein Problem.



**Sabine Schmidt**  
Ernährungsberaterin

**2 Gesunde Snacks:** Für den kleinen Hunger im Büro stehen oft Schokolade, Kekse und Gummibärchen parat. Zwischendurch wird immer wieder zugegriffen. Dadurch steigt der Blutzuckerspiegel schnell an und fällt ebenso schnell wieder ab – Heißhunger entsteht. Obst, Gemüse und Nüsse sind eine gute Alternative (siehe Kasten).

**3 Das Mittagessen planen:** Hungrig geht es in der Pause in die Kantine. Die Zeit ist knapp, die Auswahl muss schnell gehen. Sofort fällt die Currywurst mit Pommes ins Auge – die Entscheidung ist gefallen. Womöglich ebenso leckere und dazu noch gesunde Alternativen haben keine Chance. Um das zu ändern, kann es helfen, vorab einen Blick auf die Menüauswahl zu werfen. Denn wer gut informiert ist und sich vorher festlegt, lässt sich nicht so leicht vom Heißhunger leiten. So wandert eher einmal ein vitaminreicheres und kalorienärmeres Gericht auf den Teller. Der Königsweg: Das Mittagessen zuhause nach den eigenen Vorlieben und aus frischen Zutaten selbst zubereiten. Oft lohnt es sich, gleich für mehrere Tage vorzukochen.

**4 Mitstreiter suchen:** Gute Vorsätze sind gemacht und trotzdem setzen sich die eingefahrenen Routinen wieder durch. Gewohnheiten auf lange Sicht zu ändern, gelingt viel leichter, wenn sich Gleichgesinnte zusammentun. Ein gemeinsamer Spaziergang in der Pause, der Besuch der Betriebssport-Gruppe, sich zusammen das Rauchen abgewöhnen oder reihum als Alternative zu Süßem einen Obstteller zuzubereiten sind nur einige Möglichkeiten, um den Büroalltag im Team gesünder zu gestalten.

**5 Die Augen entspannen:** Wer über viele Stunden ohne Unterbrechung auf einen Monitor blickt, sollte seinen Augen immer wieder eine Pause gönnen. Denn bei der Computerarbeit blinzeln wir weniger. Brennende, gereizte Augen sind die Folge. Abhilfe schafft es zum Beispiel, regelmäßig bewusst in die Ferne zu blicken oder die Augen einige Male kreisen zu lassen.

**6 Körperlich aktiv sein:** Hauptursache für Rückenschmerzen ist mangelnde und einseitige Bewegung. Generell gilt: Stundenlanges Sitzen ohne die Haltung zu ändern, sollte vermieden werden. Hier hilft es schon, regelmäßig bewusst die Sitzposition zu ändern und wo immer möglich Bewegung einzubauen. Das können zum Beispiel kleine Gänge zum Kopierer und zur Kaffeemaschine oder auch einige Schritte im Büro sein. Auch der Klassiker der Bewegungstipps hilft: Treppen statt Aufzug nutzen.

**7 Die Pause nicht am Schreibtisch verbringen:** Kaum ist das Mittagessen aufgetischt, klingelt das Telefon, eine Mail muss auch noch schnell nebenbei beantwortet werden. Einmal abschalten? Fehlanzeige. So ergeht es vielen, die ihre Mittagspause am Arbeitsplatz

verbringen. Um tatsächlich einige Minuten auf andere Gedanken zu kommen und das Essen zu genießen, empfiehlt es sich, auch räumlich etwas Abstand zu nehmen – zum Beispiel in die Kantine gehen, sich mit Kollegen verabreden oder einen Spaziergang unternehmen.

## 8

**Das Laster mit dem Rauchen:** Feuerzeug und Zigaretten schnappen und dann kurz vor die Tür: Das gehört für viele Menschen auch zum Büroalltag. Ideal für den Körper ist natürlich, komplett mit dem Rauchen aufzuhören. Ebenso kann auch damit begonnen werden, die Zigaretten-Anzahl oder die Zahl der Raucherpausen pro Tag festzulegen und zu reduzieren. Um die Selbstdisziplin zu erhöhen, kann es helfen, Kollegen einzuweihen. Ist der Drang, zur Zigarette zu greifen hoch, hilft Ablenkung – etwa ein Stück Obst essen oder Wasser trinken.

### Gesunde Snacks für zwischendurch

Die Deutsche Gesellschaft für Ernährung (DGE) empfiehlt, am Tag mindestens fünf Portionen Obst und Gemüse zu essen. Das Maß für eine Portion ist die eigene Hand. Für das Büro eignen sich diese Sorten, denn sie sind gut bekömmlich und liefern neben vielen Vitaminen auch neue Energie:

**Trauben, Birnen und Äpfel** sind erfrischend und gleichzeitig dank des enthaltenen Fruchtzuckers gute Energielieferanten.

**Bananen** sind leicht verdaulich und sind dank ihrer Schale schon perfekt verpackt für die Arbeitstasche.

**Möhren, Radieschen und Paprika** können leicht in kleine Streifen geschnitten werden und eignen sich besonders gut als kalorienarmer Snack für zwischendurch.

**Gurken** enthalten viel Wasser und sind gerade an heißen Sommertagen eine willkommene Erfrischung.

**Nüsse und Trockenobst** sind gesunde Energielieferanten. Etwas weniger als eine Handvoll, etwa 25 Gramm, sind das Maß für eine Portion.



Fast 40 Jahre lang war Magdalena Korstian ein Teil des Unternehmens. Im Oktober verstarb sie im Alter von 66 Jahren.

## Abschied von Magdalena Korstian

Die Diakonie in Südwestfalen trauert um die im Oktober verstorbene Magdalena Korstian. Zuverlässig, engagiert, kompetent: Diese Eigenschaften waren es, die die Kollegen an Magdalena Korstian besonders schätzten. Nach ihrer Lehrzeit als Industriekauffrau und Verkaufssachbearbeiterin wurde Magdalena Korstian als Leiterin der stationären Leistungsabrechnung und als stellvertretende EDV-Leiterin beim Ev. Krankenhausverein Siegerland eingestellt. 1992 erfolgte der Wechsel in

die Personalabteilung – als stellvertretende Leitung. Ihr Wissen zu erweitern, darauf legte sie großen Wert. Unter anderem absolvierte Magdalena Korstian Fortbildungen in den Bereichen Programmierer und Personalfachkauffrau. In den vergangenen zwei Jahren trat die nun Verstorbene etwas kürzer, war aber immer noch für ihre Kollegen da. Die Todesnachricht wurde mit großer Trauer aufgenommen. Korstians Kompetenz und ihre Leidenschaft werden Unternehmen und Kollegen fehlen. (sg)

## Friederike Jünner koordiniert Selbsthilfe

Friederike Jünner ist neue Koordinatorin der Selbsthilfekontaktstelle der Diakonie in Südwestfalen in der Siechener Friedrichstraße. Sie tritt damit die Nachfolge von Gabriele Hermann an, die diese Stelle bis zu ihrem Ruhestand knapp drei Jahrzehnte inne hatte. Friederike Jünner ist als eine von zwei Koordinatorinnen erste Anlaufstelle für Menschen, die gerne in Gruppen über ihre Probleme reden möchten. Dabei wird insbesondere Menschen geholfen, die durch körperliche Erkrankungen

unter Schmerzen oder auch so entstehende Einschränkungen im Alltag leiden. Friederike Jünner studierte in Bochum Soziale Arbeit, danach arbeitete sie sechs Jahre in der Kinder- und Jugendarbeit in Münster. Diese Erfahrungen möchte die 30-Jährige nun an ihrem neuen Arbeitsplatz einbringen: „Bisher hatte ich noch nichts mit dem Gesundheitswesen zu tun. Jetzt muss ich mich erst einmal über Krankheiten genauer informieren.“ Friederike Jünner lebt mit ihrer Familie in Siegen. (tw)



Friederike Jünner ist neue Koordinatorin der Selbsthilfekontaktstelle.

## Mit dem Fahrrad zu den Pflegekunden

Jens Heißner nutzt es bisher am meisten. Doch auch die anderen Mitarbeitenden der Ökumenischen Sozialstation Betzdorf-Kirchen können, wenn sie wollen, mit dem neuen E-Bike zu den Kunden fahren. Denn der Standort Betzdorf der Sozialstation möchte eine Alternative zum Dienstauto bieten und damit auch einen kleinen Beitrag zum Klimaschutz leisten. Mit dem E-Bike kann praktisch jede notwendige Fahrt realisiert werden. So ist etwa in der Tasche auf dem Gepäckträger immer das wichtigste Pflegematerial. Der Zweck der Fahrt spielt letztlich keine Rolle, lediglich Entfernung und Fahrzeit stellen manchmal noch Probleme dar. Für „Hauptnutzer“ Jens Heißner ist aber auch das keine Herausforderung. Er kennt sich in Betzdorf und Umgebung bestens aus und ist auch privat ein begeisterter Radfahrer. „Vor allem für längere Strecken sollte man ein paar

Schleichwege kennen“, sagt er. Diese Kenntnisse helfen Jens Heißner nun auch im beruflichen Alltag weiter, denn seine Routen gehen oft über Betzdorf hinaus und führen nach Scheuerfeld, Wallmenroth und Alsdorf – manchmal sogar bis nach Katzwinkel. Zu der Tour mit dem E-Bike wird natürlich niemand gezwungen. „Man braucht eine gewisse Affinität zum Fahrradfahren. Am Ende soll es ja auch etwas Spaß machen“, erklärt Heißner. Zudem ist das E-Bike nicht immer von Vorteil. „Wenn wir einen Auszubildenden zu einem Pflegekunden mitnehmen, können wir ja schlecht zu zweit auf dem Fahrrad sitzen“, sagt Heißner und lacht.

Die Ökumenische Sozialstation Betzdorf-Kirchen steht in Trägerschaft der Diakonie in Südwestfalen sowie des Fördervereins der Ökumenischen Sozialstation. Die Idee für die Anschaffung kam von Harry Feige, Geschäftsführer der Ambulanten Diakonischen Dienste (ADD), und Abteilungsleiterin Heike Bauer. „Wir haben relativ spontan überlegt, ein E-Bike zu kaufen und da-



Jens Heißner und Pflegedienstleiterin Kerstin Steiger freuen sich über das neue E-Bike.

mit den Mitarbeitern ein alternatives Transportmittel zur Verfügung zu stellen“, sagt Kerstin Steiger, Pflegedienstleiterin der Sozialstation einmal testen, wie das E-Bike angenommen wird. Sollte es sich lohnen, kann ja vielleicht sogar bald der Auszubildende mit einem E-Bike hinterherradeln. (tw)

## Kindergartenkinder singen für den Tagestreff

Es sind nur wenige Meter, die den Tagestreff „Haus Emmaus“ und die evangelische Kindertagesstätte am Fischbacherberg trennen. Die Corona-Pandemie sorgt indes dafür, dass sich die Senioren und Kinder von der Ypernstraße in den vergangenen Monaten gar nicht sehen konnten. Nun wurde ein „Besuch auf Abstand“ realisiert: Die Mädchen und Jungen machten sich auf den Weg zu den Senioren. Im Freien wurden dann – passend zur Jahreszeit – Martinslieder gesungen. Das Treffen mit Gitarrenbegleitung fand im Außenbereich des Tagestreffs, einer Einrichtung der Ambulanten Diakonischen Dienste der Diakonie in Südwestfalen, statt. Egal ob bei „St. Martin“ oder „Ich geh mit meiner Laterne“: Die jungen Sängerinnen und Sänger begannen und die Senioren stimmten schnell mit ein. Die Freude über das Wiedersehen war auf beiden



Ein Gruß auf Abstand: Über den Besuch der Kindergartenkinder freuten sich die Senioren des Hauses Emmaus auf dem Fischbacherberg in Siegen.

Seiten groß, wie die Einrichtungsleiterin des Tagestreffs, Kristin Kandzia, zusammenfasste: „Die Kooperation mit den Kita-Einrichtungen ist uns wichtig. Kinderstimmen zu hören, das erfüllt

viele unserer Gäste mit Freude. Erinnerungen aus eigenen Kindertagen werden hervorgerufen und Emotionen geweckt.“ Sobald es Corona zulässt, sollen regelmäßige Treffen stattfinden. (sg)



Ausbildungsbeginn für Antonia Withake, Anna Lütticke, Maximilian Heidrich, Marlis Schuller und Olga Barsch (von links).

## Ausbildungsstart im OP-Saal

Sie instrumentieren bei Operationen, bereiten den Eingriff vor und sind Ansprechpartner für die Patienten: In den kommenden drei Jahren erlernen Antonia Withake, Anna Lütticke, Maximilian Heidrich, Marlis Schuller und Olga Barsch die Aufgaben von Operationstechnischen Assistenten (OTA) an den beiden Standorten des Diakonie Klinikums. Zentral-OP-Leiterin und OP-Managerin Brigitte Reber begrüßte: „Stellvertretend für das gesamte Team wünsche ich unseren neuen

OTA-Schülern einen guten Start in die Ausbildung.“ Dem schloss sich Verwaltungsdirektor Jan Meyer an: „Wir freuen uns, dass Sie Teil unserer OP-Teams sind.“ Die Ausbildung gliedert sich in einen praktischen und in einen theoretischen Teil. Die praktischen Einsätze absolvieren die Auszubildenden am Diakonie Klinikum Jung-Stilling in Siegen und am Diakonie Klinikum Bethesda in Freudenberg. Die Theorie wird im Gesundheits- und Bildungszentrum Oberberg in Gummersbach gelehrt. (che)

## Trauer um Professor Dr. Gerhard Hufnagel

Der Förderverein des Freudenberger Krankenhauses und das Diakonie Klinikum trauern um Professor Dr. Gerhard Hufnagel, der Ende Oktober im Alter von 82 Jahren verstarb. Mit ihm verlor das Bethesda einen großen Unterstützer. Hufnagel war Gründungsmitglied des Fördervereins und bis zuletzt aktiv als stellvertretender Vorsitzender.



„Bethesda“. Konstruktiv, engagiert und wirkungsvoll setzte er sich in Freudenberg 14 Jahre lang für die Belange von Prof. Dr. Gerhard Hufnagel verstarb im Oktober im Alter von 82 Jahren.

Träger des Bundesverdienstkreuzes, Politikwissenschaftler, Universitäts-Professor und ein großer Familienmensch: Prof. Dr. Hufnagel packte vieles an und erfüllte seine Aufgaben mit Leidenschaft. So auch seine Tätigkeit für das

Patienten und Mitarbeitern des Klinikums ein. Vermissen werden ihn dort insbesondere seine Vorstandskollegen rund um die Vorsitzende Ilona Schulte: „Mit Prof. Dr. Hufnagel verliert unsere Gemeinschaft nicht nur einen kompetenten Berater und ruhigen Macher, sondern auch einen wundervollen Menschen und Freund.“

Gerhard Hufnagel, 1939 in Völklingen an der Saar geboren, studierte an den Universitäten Bonn und Tübingen. Nach seiner Promotion in Zeitgeschichte und Soziologie lehrte er in Großbritannien. 1974 nahm er den Ruf auf eine Professur für Politikwissenschaft an der Siegener Hochschule an. Besonders am Herzen lag ihm hier die Verbindung von Universität und Region. Für seinen Einsatz als „Brückenbauer“ erhielt er das Bundesverdienstkreuz. (sg)

# Gesegnete Weihnachten und ein frohes neues Jahr.

**Bleiben Sie gesund.**  
Ihre Diakonie in Südwestfalen.



Kurs



**Diakonie**   
in Südwestfalen

Herausgeber:  
Diakonie in Südwestfalen gGmbH  
Wichernstraße 40 | 57074 Siegen  
Referat Presse, Kommunikation & Marketing

© 2021 – Alle Rechte vorbehalten.

 [facebook.com/diakoniesw](https://facebook.com/diakoniesw)

**DiS** Kurs

**DiSkurs.** Das Unternehmensmagazin  
11. Ausgabe | Dezember 2021

Dieses Produkt ist kostenlos erhältlich in allen  
Einrichtungen der Diakonie in Südwestfalen  
sowie als ePaper im Netz unter:

 [instagram.com/diakoniesw](https://instagram.com/diakoniesw)



[www.diakonie-sw.de](https://www.diakonie-sw.de)

 Diakonie in Südwestfalen