


Wir feiern Jubiläum:

 **20 Jahre „TAPF“**





Marlies Schunke
Leitung „TAPF“

Liebe Gäste, liebe Angehörige,

Es sind jetzt fast 8 Jahre vergangen, seit ich im Dezember 2003 die Leitung der Tagespflege übernommen habe. Wir waren ein kleines Team, die Anzahl unserer Gäste war überschaubar und die Einrichtung selbst war auch schon in die Jahre gekommen. Uns allen war klar, dass sich etwas verändern musste, und so haben wir uns auf die Suche nach neuen Räumlichkeiten gemacht. Wichtig war uns dabei, für unsere Gäste eine seniorenge-rechtes Umfeld zu gestalten, in der sie sich sicher, wohl und geborgen fühlen. Wir hatten Glück und haben in der Hüttenstraße ein neues „Zuhause“ gefunden, mit Terrasse und einem kleinen Garten.

Wir alle werden älter - von Tag zu Tag, von Woche zu Woche, von Monat zu Monat, von Jahr zu Jahr. Dass wir älter werden, daran können wir nichts ändern, aber wie wir älter werden, das haben wir zum Teil selbst in der Hand. Es gilt, nicht nur dem Leben Jahre zu geben, sondern den Jahren Leben.

Es ist jeden Tag eine Herausforderung für uns, jedem einzelnen unserer Gäste gerecht zu werden, sie anzunehmen in ihrer Welt, sich auf sie einzulassen und sie zu akzeptieren wie sie sind. Altern ist stets das Ergebnis eines lebenslangen Prozesses mit ureigensten Erfahrungen und mit ganz individuellen Formen der Auseinandersetzung.

Im Namen meines Teams möchte ich mich ganz herzlich bei allen für Ihr Vertrauen bedanken, das Sie uns entgegenbringen, indem Sie Ihre Angehörigen in unsere Obhut geben und wir sie ein Stück auf ihrem Lebensweg begleiten dürfen. Jeder von uns bringt ein hohes Maß an fachlicher Kompetenz, persönlicher Wertschätzung und sozialer Ressourcen mit und somit wird es möglich, sich in ausreichendem Maß um jeden einzelnen unserer Tagesgäste individuell zu kümmern.

Ich wünsche Ihnen allen eine gute Zeit und viel Spaß beim Lesen unserer Jubiläumszeitung.

So begann es: Ein Wohnzimmer auf 170 Quadratmetern - Von der Idee zur Inbetriebnahme

1991 war der massiv einsetzende demografische Wandel noch nicht das handlungsleitende Thema in der gesundheits- und sozialpolitischen Diskussion Bayerns. Und dennoch erkannte der BRK-Kreisverband Ostallgäu schon frühzeitig die Notwendigkeit, entsprechende familienentlastenden Angebote der Zukunft zum Nutzen der Bürgerinnen und Bürger zu entwickeln. So ging es unter anderem darum, die 'Lücke' zwischen ambulanter Pflege (Sozialstation) und stationärer Pflege (Seniorenheim) fachgerecht, bedarfsorientiert und vor allem finanzierbar zu schließen. Ich war seinerzeit als stellvertretender Kreisgeschäftsführer im BRK-Kreisverband Ostallgäu an der Dienststelle Kaufbeuren tätig und habe mich - gemeinsam mit Renate Dantinger - diesem Thema nicht nur in der Konzeption, sondern auch in der praktischen Umsetzung gewidmet. Eine Wohnfläche mit ca. 170 Quadratmetern in der Proschwitzer Straße 9 sollte dann auch das erste 'Tages-DaHeim' für zuerst 15 Tagesgäste und später 10 Plätze, werden.



Die schwierige Finanzierung wurde durch großzügige Spenden hiesiger und überregionaler Geldinstitute sowie einem Zuschuss der Stadt Kaufbeuren wesentlich erleichtert. Wenn auch anfangs die Auslastung der ursprünglichen Tagespflege stark schwankte und nicht immer kostendeckend war, so zeigt sich spätestens jetzt: Die Idee hat Bestand, die 'neue' Tagespflege in der Hüttenstraße wird gut angenommen - die 'Umgebungsqualität' hat im Vergleich zum ersten Standort deutlich zugenommen. Und die qualifizierte, liebevolle Betreuung der Tagesgäste ist ein echtes Qualitätsmerkmal. Gratulation allen Beteiligten zum Jubiläum - auf die nächsten 20 Jahre! Das Rote Kreuz war und ist wieder mal Vorreiter auf sozialem und humanitärem Gebiet - aus Liebe zum Menschen!

Edgar Hoffmann

Ehem. Stellvertretender Kreisgeschäftsführer
BRK-Dienststelle Kaufbeuren



Liebe und Zuwendung stehen im Vordergrund

Tagespflegestelle des BRK: Alternative zum Altersheim

Von Alexandra Ginzel

Kaufheuren-Neugablonz
Vor gut einem Jahr hat die Tagespflegestelle in Neugablonz ihre Pforten geöffnet. „Dahin haben wir mit nur einer Seniorin bekommen“, erinnern sich Gisela Rothermel und Renate Nifflé an die Anfangszeiten. Heute sind sie und ihre beiden Mitarbeiter schon fast an den Rand ihrer Kapazitäten gestoßen.

Was nicht nur daran liegt, daß die Einrichtung berufsständigen Angehörigen die Möglichkeit bietet, daß sich tagsüber jemand um pflegebedürftige Verwandte kümmert, so daß sie nicht in Heime gehen müssen. Was den „Kunden“ vor allem geboten wird, ist Liebe und Zuwendung.

Fünfzehn Pflegeplätze stehen zur Verfügung, erläutert BRK-Geschäftsführer Edgar Hoffmann. Wobei die meisten Senioren sich eine Stelle teilen. Kommt der eine etwa an drei Tagen in der Woche, nimmt der andere den Platz nur an einem Nachmittag in Anspruch. „Das hängt in erster Linie von den Angehörigen ab“, so Nifflé.

Die beiden Leiterinnen, Gisela Rothermel und Renate Nifflé, sind beide ausgebildete Altenpflegerinnen. Unterstützt werden sie von einer Zusatzkraft: Einer gelernten Krankenschwester. Um den Fahrdienst, der die Leute abholt und anschließend wieder heimchauffiert, kümmert sich ein zivildienstleistender des BRK.

Senioren packen mit an

Der hat täglich auch als erster anzutreten, wenn es darum geht, diejenigen zur Tagespflegestelle zu bringen, die keine Fahrgemeinschaft haben oder nicht mehr alleine laufen können.

In dieser Zeit bereiten die übrigen Mitarbeiter das gemeinsame Frühstück vor.

Danach heißt es „mit anpacken“ für die Senioren. Der Tisch wird gemeinsam abgedeckt. Denn ein Hauptanliegen der drei Mitarbeiterinnen ist es, daß ihre Besucher auch lebenspraktische Fähigkeiten wie die Haushaltsführung, so gut es geht beibehalten. So wird auch der Mittagstisch gemeinsam gedeckt und der Kuchen für den Kaffeepausch selbst gebacken.

Gehört der Vormittag eher dem Haushalt, wird der Nachmittag der Muse gewidmet. Zweimal in der Woche kommt ein Akkordeonspieler zu Besuch, mit dem dann kräftig gesungen wird. Aber auch basteln und gemeinsame Spielpartien gehören zu den beliebten Beschäftigungen.

Ab und zu stehen sogar Ausflüge auf dem Programm, wie etwa zum Auerberg oder in den Oberbayer Kindergarten, mit dem die Tagespflegestelle seit einem Besuch der Kinder vor ein paar Wochen in engem Kontakt steht (AZ berichtete). Wie übrigens auch mit dem Verein Vita, einer Angehörigeninitiative zur Förderung verwirrter alter Menschen. Zusammen mit dieser Organisation werden alle zwei Wochen Betreuungsabende auf die Beine gestellt oder Info-Veranstaltungen für die Angehörigen.

Die größte Stärke der Tagespflegestelle ist jedoch die familiäre Atmosphäre. So entstehen unter den Senioren schnell Freundschaften. Geburtstage werden groß gefeiert. „Da kummert sich der eine um den anderen“, freut sich Renate Nifflé. Aber auch das Verhältnis zu den Betreuerinnen ist sehr herzlich. „Fehlt mal einer einen Tag, wird gleich besorgt nach ihm gefragt“, weiß die Altenpflegerin. Überhaupt ist es Sitte, daß sich die Pfleger einfach Zeit nehmen, sich auch die Sorgen und Nöte ihrer



Selbst mit anpacken, beim Malen oder Basteln kreativ sein: Das ist die Devise bei der Tagespflegestelle des Roten Kreuzes in Neugablonz. Die Stelle kann eine Alternative zum Altersheim sein.

Foto: Hildenbrand

Gäste anzuhören. Mit viel Liebe und Einfühlungsvermögen gehen die Mitarbeiter auf die „Patienten“ ein.

Beim Tagessatz von 84,20 Mark müssen sich die drei allerdings oft Klagen anhören. „Dabei muß man aber bedenken, daß wir zu dreiviertel schwer pflegebedürftige Leute betreuen“, fügt Nifflé an. Ohne diese teilstationäre Einrichtung müßten viele Senioren in ein Pflegeheim, das durchschnittlich 4000 Mark im Monat koste. Für viele ist die Tagespflegestelle ohnehin eine Überbrückung, bis ihr be- antragter Platz im Heim frei wird.

Hauptziel der Tagespflegestelle, die laut Hoffmann zur Zeit zu rund 70 Prozent ausgelastet ist, ist es jedoch, pflegebedürftigen Menschen zu ermöglichen, daß sie so lange wie

möglich zu Hause in ihrer gewohnten Umgebung bleiben können.

Damit das ganze Projekt überhaupt auf die Beine gestellt werden konnte, hat auch die Stadt zu den 120 000 Mark Einrichtungskosten 20 000 Mark beigesteuert. Dank weiterer Spenden und Zuschüsse blieben dem BRK schließlich noch gut 60 000 Mark an Kosten.

Für den Monat Dezember rechnet Hoffmann mit einem Defizit von 66 600 Mark, das zum Teil auch die Stadt übernehmen will. Doch ist das für ihn kein Grund zur Resignation: „Eine solche Einrichtung einfach aus dem Boden zu stampfen und nach einem Jahr schon in den schwarzen Zahlen zu sein, geht nicht.“

Dann war's soweit - Wir sind umgezogen



Die Tagespflege-
Heizelmänner sind
da! Heute (27.09.2009)
ziehen wir um -
HURRA!!!



Wir haben geschuftet, wir haben geschafft!!!
Vom Keller bis zum 1. Stock gerümpelt, dabei noch ge-
lacht!!! Endlich, endlich ist alles unter Dach und Fach



Frau Dantinger konnte sich die Haare raufen: „Kinder, Kinder, was habt ihr alles
gesammelt???“ Dies und jenes kann man nicht...??? - Kann man doch noch ge-
brauchen???“

Die Tagespflege stellt sich vor

Seit 1991 besteht mit der BRK-Tagespflege die erste gerontopsychiatrisch orientierte Tagespflege in der Region Kaufbeuren-Ostallgäu.

Die Einrichtung mit damals 10 Plätzen entstand aus der Notwendigkeit, insbesondere alte Menschen, die pflege- und betreuungsbedürftig waren oder sind, ein Verbleiben in der eigenen Häuslichkeit zu ermöglichen und die Angehörigen zu entlasten.

Viele ältere Menschen leben aber auch alleine in ihrer Wohnung und haben keine Angehörigen vor Ort, die sie betreuen können. Neben der Entlastung von Angehörigen in der häuslichen Pflege ist es für uns auch eine Aufgabe, diese alleinstehenden Menschen zu unterstützen.

Die Tagespflege ist aufgrund des demografischen Wandels unserer Gesellschaft als „Versorgungsbaustein“ heute wichtiger denn je.

Bis September 2009 – also 18 Jahre lang – befand sich die Tagespflege in der Proschwitzer Straße 9 im Ersten Stockwerk.

Seit Oktober 2009 liegt die Einrichtung mit rund 260 qm Nutzfläche im Zentrum des Kaufbeurer Stadtteils Neugablonz. Sie ist ein Teil der neuen Wohnanlage „Wohnen in allen Lebenslagen“ des Gablonzer Siedlungswerkes in der Hüttenstraße 5.



Die hellen und wohnlich eingerichteten Räume und der kleine Garten mit großer Terrasse bieten ein schönes Ambiente zum Wohlfühlen für unsere Tagesgäste.

Heute bieten wir Platz für 15 Tagesgäste kontinuierlich von Montag bis Samstag.



Das Einzugsgebiet umfasst die Stadt Kaufbeuren und den umliegenden Landkreis Ostallgäu, der durch den eigenen Hol- und Bringdienst gut erreichbar ist.



Nach einem gemeinsamen Mittagessen kann jeder Gast, der es wünscht, eine Mittagspause wahrnehmen. Ab 14.30 Uhr wird nochmal Program angeboten, das von den Pflegekräften interessant und abwechslungsreich gestaltet wird. Um den Tag ausklingen zu lassen, kommen dann bei Kaffee und selbstgebackenem Kuchen noch einmal alle zusammen, um dann ab 16.30 Uhr von unserem Fahrdienst nach Hause gebracht zu werden.

Für uns ist nicht nur die Arbeit in der Tagespflege wichtig, sondern auch die weitere, zufriedenstellende Betreuung zu Hause. Hier stehen der Kontakt und die Zusammenarbeit mit Ärzten, ambulanten Diensten und auch Nachbarn im Vordergrund.

Eine klare Tagesstrukturierung mit einem täglich wechselnden Gruppenprogramm steht im Vordergrund des Betreuungsangebotes. Die Gäste finden eine auf ihre Situation abgestimmte Tages- und Wochenstruktur vor, die ihnen wichtige Anreize bietet und einen elementaren Bestandteil der Lebensqualität bedeutet. Die angenehme und ausgeglichene Atmosphäre in der Tagespflege ist geprägt von gegenseitigem Verständnis, Wertschätzung, Unterstützung und der Bereitschaft zur Zusammenarbeit.

Gemeinsam mit allen Gästen beginnen den Tag mit einem Frühstück. Danach erfolgt die Aufteilung in mindestens zwei Gruppen oder in individuelle Einzelbetreuung, um den unterschiedlichen Fähigkeiten und Bedürfnissen unserer Gäste gerecht zu werden. Das Betreuungsangebot richtet sich nach den anwesenden Gästen und wird jede Woche neu erstellt.

Wir wünschen uns, dass wir unseren Gästen auch weiterhin ein Ort sind, wo sie so sein dürfen wie sie sind und wo sie sich wohlfühlen.

Renate Dantinger
Dipl. Sozialpädagogin (FH)
Sachgebietsleitung Soziale Arbeit



Das Team der Tagespflege

Die Tagespflege ist eine Einrichtung des Bayerischen Roten Kreuzes. Die Leiterin ist Frau Marlies Schunke, examinierte Krankenschwester mit der Fachweiterbildung Gerontopsychiatrie. Ihr Team besteht aus weiteren sieben Pflegefachkräften, zwei Pflegehilfskräften und einer Hauswirtschaftskraft und alle sind bemüht, die Gäste der Tagespflege mit ihren körperlichen und seelischen Bedürfnissen verantwortungsvoll, fachlich und menschlich kompetent zu betreuen.



**Marlies
Schunke**



**Andrea
Weiß**



**Elvira
Reichhart**



**Brigitte
Schmid**



**Marianne
Petrussek**



**Katharina
Fomin**



**Karin
Endler**



**Ulrike
Rieger**

Seit Juli gehören noch fünf weitere Mitarbeiterinnen zu unserem Team, damit wir auch die Samstage für unsere Gäste geöffnet sind: Anke Tröger, Ulrike Hofmann, Barbara Grimm, Ingrid Prielmann und Dorte Strobl.



Michi

Meinen Zivildienst in der Tagespflege begann ich im August 2005. Da ich meine reguläre Dienstzeit um einen Monat verlängerte, war ich bis Juni 2006 Mitglied im Team. Ich habe es seitdem nie bereut, mich für den Zivildienst entschieden zu haben, denn die Zeit brachte mir wertvolle Erfahrungen und es hat jeden Tag Spaß gemacht mit Marlies, Andrea und ihren Kolleginnen zu arbeiten.

So gab es stets unterschiedlichste Aufgaben für mich zu erledigen. Diese erstreckten sich über gewöhnliche Dinge wie den wöchentlichen Einkauf bis hin zu Ausflügen mit den Gästen. Diese konnten teilweise auch mal etwas anstrengender sein, ich erinnere mich da an einen Dehner-Ausflug mit Karin und einigen Gästen. Aber es war immer

lustig und die Arbeitsatmosphäre war zu jeder Zeit sehr gut. Ich denke auch gerne an die Weihnachtsfeier des Jahres 2005 zurück. Hierzu waren alle Gäste inklusive deren Familien eingeladen und ich musste als Nikolaus Geschenke verteilen. Obwohl ich mich zunächst nicht mit der Idee anfreunden konnte, ist dies einer der lustigsten Tage meiner Zivi Zeit geworden. Aber natürlich hat mich der Umgang mit hilfsbedürftigen Menschen auch persönlich weitergebracht. Es hat mir gezeigt, dass man auch mit minimalem Aufwand etwas bewegen und Menschen Gutes tun kann.

Ich freue mich ein Teil des Teams gewesen zu sein und wünsche euch viele weitere und hoffentlich erfolgreiche Jahre.

Michi



Benedict

Mein freiwilliges soziales Jahr begann ich 2010 in der Tagespflege. Da mein bisheriges Umfeld aus vorwiegend jugendlichen Menschen bestand, war es schon eine recht große Umstellung „von der Schulbank“ zu Senioren in der Tagespflege. Jedoch wurde ich vom Team herzlich aufgenommen und kompetent in all meine anfallenden Aufgaben und Pflichten eingearbeitet. Vom Fahrdienst bis zur vielseitigen Betreuung unserer Gäste. Ich habe erlebt wie hilfsbedürftig und sensibel die Senioren, oft dementen Menschen, mit ihren körperlichen und seelischen Einschränkungen sind – aber auch ihre so große Dankbarkeit für „Zuhören“, ein gutes Wort, Verständnis, eine Hand halten, oder eine Umarmung – sehr schnell hatte ich eine aufgeschlossene

freundschaftliche Beziehung zu unseren Gästen. Die gesamte herzliche, persönliche und gemütliche Atmosphäre ist für alle in unserer so schnelllebigen Zeit eine kleine Oase in der Tagespflege.

Mit etwas Wehmut nehme ich Abschied von hier, mit Dank und allen guten Wünschen an unsere Gäste und insbesondere Frau Schunke mit ihrem Team.

Etwas Wertvolles nehme ich mit, das der Dichter Antoine de Saint-Exupéry in Worte gefasst hat:

„Man sieht nur mit dem Herzen gut,
das Wesentliche ist für die Augen unsichtbar“

Mit lieben Grüßen, Euer Benedict.

Gemeinsam macht alles mehr Spaß

Bei uns ist immer viel angesagt - und sind unsere Gäste auch noch so hoch betagt!

Gymnastik, Basteln, Malen, Spielen, alles was Spaß und Freude macht, Rätseln und Gedächtnistraining, da wird scharf nachgedacht, aber es wird bei uns auch sehr oft und viel gelacht.



Gemeinsames Zusammensitzen liegt uns sehr am Herzen. Themenbezogene Beschäftigungen zum Beispiel Basteln, Malen, Erinnerungsarbeit, Gymnastik, Singen, Vorlesen und vieles mehr lockert den Tag auf und wir lernen die Gäste besser kennen.

Bei schönem Wetter machen wir gerne einen Spaziergang oder einen kleinen Ausflug. Auch unsere Terrasse bleibt nicht unbenutzt!!!

Gemeinsam feiern wir mit allen die Geburtstage unserer Gäste und Feiertage im Jahreskreis werden bei uns auch nicht vergessen.



Jeder der es hören mag, heute ist ein Jubeltag

In der Hüttenstraße 5, in Neugablonz – Kaufbeuren Alt und Jung sich herzlich freuen. Kaum zu glauben, aber wahr, die Tagespflege wird nun 20 Jahr!
 Wo man uns findet? Das ist kein Versteck, im Herzen von Neugablonz,
 an einem sonnigen Eck. Hinter ein´em schmucken Gärtchen, klein aber fein,
 liebe Gäste herzlich Willkommen, schaut nur herein. –

Gar freundlich wird man hier begrüßt, und schnell sich eine Freundschaft schließt!

Das Pflorgeteam will nur das Beste, für unsere lieben Tagesgäste.
 Ein Gutes Frühstück bei Kerzenschein, der Mittagstisch lädt später ein.
 Kaffee und Kuchen nicht zu vergessen, der Mittagsschlaf im Ruhesessel.
 Sind unsere Gäste auch hoch betagt, bei uns ist immer etwas angesagt!

Bastel und Gymnastik – Runde, Sing-, Rate, -Spiele-Stunde, Spaziergänge und
 kleine Ausflüge stehen auf dem Plan, für jedermann, so gut er kann.
 Alles, was Spaß und Freude macht – und ganz wichtig! Herzlich und viel wird bei
 uns gelacht!

Flotte Haare und schöne Füße? Bei uns kein Problem, Frisör und Pediküre sind
 im Haus, ganz bequem.

Zur Unterhaltung sind eine Musikpädagogin und ein Musiker da, die singen mit
 uns, begleiten auf der Gitarre und Harmonika.

Kummer und Trübsal lassen wir gar nicht aufkommen, wer möchte wird gerne von
 uns in den Arm genommen.

Bei uns herrscht Frohsinn, mit Lachen und Scherz, unser Motto lautet:

GIB MIR DEINE HAND

Wir sind für Sie da, vor allem aber mit viel, viel



Anekdoten aus 20 Jahren Tagespflege

Gedächtnistraining ist angesagt, und ist der Gast auch noch so hoch betagt! –
Bei uns wird scharf nachgedacht – jedoch genauso viel gelacht!

Karin
spricht über Pilze suchen
und sagt: „Ich habe einen ganz
ganz schlechten Orientierungssinn!!“.
Herr W. Schaut sie an und fragt:
„Aber Ihren Mann kennens scho
noch, od´r?“

Andrea fragt: „Wie heißt die
Hauptstadt von Deutsch-
land?“
Herr B: „Na, Pfarrkirchen!“

Andrea fragt
Herr J: „Wer kocht
denn bei Ihnen zu
Hause?“ Herr J.:
„Na, die
Regierung!“

Karin spricht über die
Redewendung: „Eigener Herd
ist Goldes Wert.“ Fr. G. lächelt:
„Ach, ja, mein verstorbener
Mann war auch Gold wert.“

Andrea sagt zu Herr W. bei der
Ankunft, als ein starker Wind weht:
„Ich liebe den Wind, der wirbelt
das Hirn zurecht!“ - Herr W.: „Ja,
wenn man eins hat!“

Karin spricht über
Pflanzen. Sie fragt: „Fleischfres-
sende Pflanzen, fressen die
wirklich Fleisch oder Insekten?“
Herr D.: „Ich weiß es nicht,
habe noch keine gefüttert“

Fr. S. sagt zu Kartin:
„Sie sind ein Engel“
Herr J.: „Na, wenn Sie sich
da mal nicht täuschen

Wir reden über den Herbst,
unter anderem auch über
Almen. Dazu singen wir das
Lied: „Auf der Alm da gibt´s
kei Sünd“. Frau G.: „Weil die
Männer müde sind!“

Herr Ht. trällert
ein Liedchen vor sich hin,
Karin fragt: „Was singen Sie da
für ein Lied?“ Herr H. „Na, die
Arie vom nackten Hamster“

Eva-Maria singt in gemütlicher Runde das Lied „Wenn der weiße Flieder wieder blüht“ und meint zu Frau B.: „Ja, Frau B., jetzt fängt der Flieder an zu blühen, die Knospen sind schon ganz dick!“ Frau B.: „Das ist aber gefährlich, oder?“

Karin
bei der Gymnastik:
„Nun heben wir das rechte Bein..“ Herr P.: „Ist ja kein Baum da!“

Karin macht eine Gymnastikübung, bei dem unsere Gäste mit dem Oberkörper hin- und herschwanken.
Herr B.: „Da wird ja die Milch sauer!“

Karin spricht über Hanwerks-Berufe. Herr R. erklärt den Beruf des Poliers: „Anweisung der Männer.“ - Karin: „Da mussten Sie sicher schwer mitarbeiten?“ - Herr R.: „Aber nur mit meinem Mundwerk!“

Herr B. liest ohne Brille die Zeitung. Karin fragt: „Können sie noch die kleine Schrift lesen? Aber ja! Meine Augen sind noch gut, weil ich nicht so oft nach den hübschen, jungen Mädchen geschaut habe!“

Karin
(bei der Gymnastik):
„...und jetzt strecken wir alle mal die Brust raus!“
Herr B.: „Und wer keine hat?“

Karin möchte bei der Gymnastik, dass alle versuchen einen Katzenbuckel zu machen. Darauf Herr P.: „Buckel ist da, nur die Katze fehlt!“

Das Älterwerden

Das Älterwerden hat auch seine guten Seiten,
ich muss nicht mehr so viel
mit anderen Menschen streiten,
weil viele Dinge mich kaum noch berühren.
Ich kann mein Leben
schon ein wenig abgeklärter führen.

Ich muss nicht mehr nach Lob
und Ansehen haschen,
viel lieber lasse ich mich dankbar überraschen
von kleinen Freuden, die die Tage bringen
und die in meinem Herzen lange weiterklingen.

Ich seh die eigenen Falten sogar schon gelassen
und fürcht nicht mehr,
ich könnte Wichtiges verpassen
an Glück und Lust in diesem Erdenleben,
ich lerne, mich allmählich selber abzugeben.

Das Leben hat mich
nach und nach zurechtgebogen,
bin wie ein Spielball auf und ab geflogen,
jedoch: ich bin noch da und nicht zerbrochen
und fühl mein Herz noch
warm und ganz lebendig pochen.

Ute Latendorf



