



Erfüllend: Pflege als Beruf

Sabine Tschainer-Zangl: Umgang mit Demenz • Programm: Herbstwochen der Vielfalt
Ehrenamt: Social Days • Fachstelle für pflegende Angehörige: Gemeinsame Ferienzeit



LIEBE LESER*INNEN,

Wann haben Sie zuletzt in einer Bank oder Sparkasse mit einem Mitarbeitenden gesprochen? Wo recherchieren Sie, wenn Sie sich etwas Neues anschaffen möchten? Wie viele Bücher stehen in Ihrem Regal, die Ihnen Amazon geschickt hat? Wenn Sie einen handwerklichen Tipp brauchen: fahren Sie zum nächsten Baumarkt? Oder gucken Sie bei YouTube nach? In kaum einer Branche wird heutzutage noch so viel Leistung von Mensch zu Mensch erbracht wie in der Altenpflege. In der Pandemie wurden Altenpfleger*innen als Held*innen gefeiert, womöglich bewundert, aber – wenn überhaupt – nur selten beneidet.

Kein Wunder also, dass die Suche nach geeignetem, fachlich versiertem Personal in der Altenpflege schwierig ist. Seit Jahren geht die MÜNCHENSTIFT den Weg, ihren Nachwuchs selbst aus- und fortzubilden. Die Vorteile liegen auf der Hand: wir können sie nach unseren hohen Standards ausbilden und uns als attraktiver Arbeitgeber

beweisen, wenn es etwa um die persönliche Weiterentwicklung oder den beruflichen Aufstieg geht. Beispiele, warum und wie die Menschen zu uns gekommen sind und was aus ihnen geworden ist, finden Sie in dieser Ausgabe.

Originelle Ideen im Umgang mit Demenz, besonderes ehrenamtliches Engagement, Nachhaltigkeit und Qualität bei der Essensversorgung – weitere interessante Geschichten erwarten Sie in dieser Ausgabe. Viel Spaß beim Lesen!

Ihr
Siegfried Benker

INHALT

- 4 Panorama: CSD, Um- und Neubau u. a.
- 6 Fokus: Pflegekarriere bei der MÜNCHENSTIFT
- 9 Portrait: Sabine Tschainer-Zangl
- 10 Wohnen und Pflege: Nachhaltige Lebensmittel, Social Day u. a.
- 13 Kultur: Ausstellung
- 14 Aktuell bei der MÜNCHENSTIFT:
Herbstwochen der Vielfalt
- 15 Veranstaltungen:
Stadtführungen und Ausflüge
- 16 Häuser
- 13 Impressum

In den Häusern finden regelmäßig Ausstellungen mit Werken von Künstler*innen, Bewohner*innen und Mitarbeitenden statt (siehe Seite 3 und 13).



67 Absolvent*innen haben ihre Pflegeausbildung in diesem Jahr erfolgreich abgeschlossen. Mit großer Unterstützung der Ausbildungsteams konnten viele Schwierigkeiten des Pandemiejahres aufgefangen werden. 49 der Azubis bleiben der MÜNCHENSTIFT als Fachkräfte erhalten.



Christine Dannhauer
(Bewohnerin, Haus Heilig Geist)



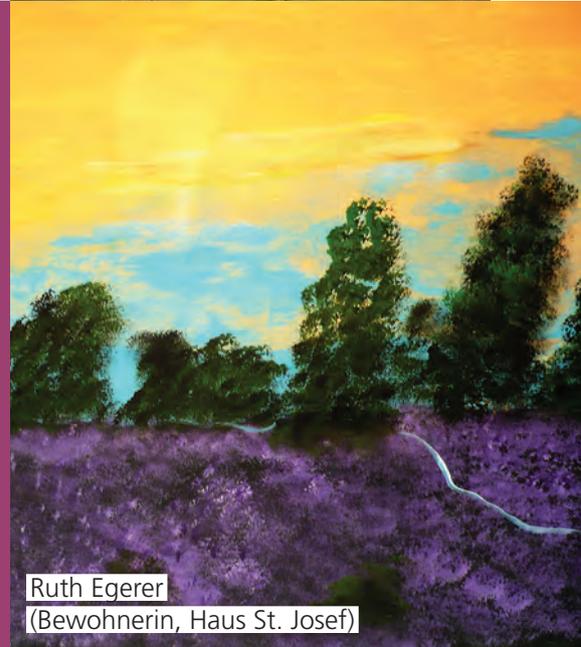
Katharina Sassenberg
(Bewohnerin, Hans-Sieber-Haus)



Liane Riss
(Künstlerin, München)

KUNST

bei der
MÜNCHENSTIFT



Ruth Egerer
(Bewohnerin, Haus St. Josef)



Claudia Botz
(Künstlerin, München)



Wolfgang Loeb
(Pflegefachkraft, Haus St. Josef)

ERLEBNIS CHRISTOPHER STREET DAY

Unter dem Motto „Vielfalt braucht Pflege und Pflege braucht Vielfalt“ war die MÜNCHENSTIFT wieder bei dem diesjährigen Christopher Street Day (CSD) mit einem Info-Stand am Marienplatz und einem Paradewagen, der vom ukrainischen Designstudio Braty gestaltet wurde, dabei. Der diesjährige CSD brach alle Rekorde. Mehr als 400.000 Menschen forderten gleiche Rechte und gesellschaftliche Akzeptanz für LGBTI*. Bis 14 Uhr hatten mehr als 3.000 Personen den Info-Stand besucht. ■



MODERNISIERUNG DURCH UMBAUTEN

Im Haus an der Rümmanstraße startete der Umbau des Atriums. Rund um den „Engelsgarten“ entstehen in schönem Ambiente neue Einzelzimmer für Pflegebedürftige. Die Zimmer verfügen über moderne Standards wie Barrierefreiheit und Digitalisierung.

Auch im Haus an der Tauernstraße beginnen die Arbeiten für den Neubau, der 2025 eröffnet wird. An die Stelle des abgerissenen Theatersaals und Verbindungsbaus (siehe Bild) entsteht auf sechs Geschossen ein voll digitalisiertes Gebäude mit neues-



tem Umweltstandard und großem Gartenbereich. Neben der vollstationären Pflege wird es einen ambulanten Pflegedienst, Tages- und Kurzzeitpflege sowie einen gerontopsychiatrischen Bereich bieten. Exklusiv im Haus an der Tauernstraße wird es

19 Plätze für Menschen mit intensivem Pflegebedarf geben. Ziel ist es, im Haus ein Kompetenzzentrum für den Fachbereich Intensive Pflege aufzubauen. ■



VIDEO

EHRENAMT BEI DER MÜNCHENSTIFT

Das Video „Das schönste Geschenk ist Zeit“ von MÜNCHENSTIFT, Münchner Bildungswerk und Evangelischem Bildungswerk München zeigt, wie beglückend ein Ehrenamt in einem Alten- und Pflegeheim sein kann (www.vimeo.com/muenchenstift/videos).

WUSSTEN SIE SCHON?

Im September starten **105 Auszubildende** bei der MÜNCHENSTIFT.

ISABEL ALLENDE ZUM 80STEN

Zum 80. Geburtstag der Schriftstellerin Isabel Allende erscheint ihr neuer Roman „Violeta“ im Suhrkamp Verlag, parallel dazu als Lesung der Schauspielerin Angela Winkler im Hörverlag.



Auch „Das Geisterhaus“ wird zu diesem Anlass erstmals als vollständige Lesung von Tanja Fornaro und Walter Kreye aufgelegt.

„Violeta“ handelt vom Leben der leidenschaftlichen, kämpferischen Violeta Del Valle im Spiegel der Umwälzungen des zwanzigsten Jahrhunderts. Die Protagonistin ist 100 Jahre alt. In Briefen erzählt sie ihrem Enkel während der Corona-Pandemie aus ihrem Leben: 1920 wurde sie während der Spanischen Grippe geboren. Leidenschaft, Entschlossenheit und Humor tragen sie durch ein Jahrhundert südamerikanischer Geschichte voller Krisen und Umbrüche, aber auch durch ein intensiv gelebtes Leben.

Isabel Allende, Violeta, Suhrkamp Verlag, 26,80 Euro; Hörbuch: Hörverlag, 26 Euro



WIEDER DABEI BEIM B2RUN

Zwei Jahre lang musste der beliebte Stadtlauf der Münchner Unternehmen pandemiebedingt ausfallen. Umso schöner, dass der B2Run am 12. Juli wieder stattfinden konnte. Die MÜNCHENSTIFT-Mitarbeitenden freuten sich auf das Wiedersehen und genossen bei ausgelassener Stimmung das sportliche Erlebnis. In mehreren Kategorien ging es durch das Münchner Olympiagelände zum eindrucksvollen Zieleinlauf im Olympiastadion.

ALTENPFLEGE BAROMETER 2022



Deutsches Altenpflegebarometer 2022
Das Stimmungsbild unserer Branche

Das Altenpflegebarometer 2022 der Evangelischen Heimstiftung und des Fachverlags Vincentz Network, das auf der letzten Altenpflegemesse (Altenheim EXPO) in Berlin vorgestellt wurde, bringt die Stimmung der Pflegebranche

auf den Punkt. Steigende Kosten und Fachkräftemangel gehören zu den Sorgen der fast 1.600 Führungskräfte aus rund 15.400 stationären Pflegeeinrichtungen und mehr als 14.700 ambulanten Diensten, die an der Studie teilnahmen.

96 Prozent attestieren, dass sich der Fachkräftemangel in den letzten beiden Jahren weiter verschärft hat. Von den aktuellen Maßnahmen der Politik erwarten nur wenige der Befragten eine Verbesserung, eine grundlegende Reform sei vielmehr nötig.

Pflegeeinrichtungen müssen bei dem Personalmangel daher selbst Standards setzen und entschlossen handeln – von der Rekrutierung und Ausbildung über gute Gehälter und individuelle Fördermaßnahmen bis zu einer motivierenden Unternehmenskultur. So gibt es bei der MÜNCHENSTIFT neben einer Vielfalt anderer Maßnahmen eine übertarifliche Entlohnung (siehe auch Fokusartikel „Das ist genau mein Ding“, Seite 6).



Mirjam Lades

„Das ist genau mein Ding.“

Es gibt viele interessante und vielseitige Tätigkeiten in der Pflege. Und viele Wege dorthin. Pflegefachkräfte der MÜNCHENSTIFT erzählen, wie sie zu einer erfüllenden Aufgabe fanden.

TEXT MONICA FAUSS FOTOS BARBARA DONAUBAUER



Benjamin Gaß

„Ich bin selbst überrascht“, stellt Maja Beganovic fest. „Vor 19 Jahren habe ich als kroatische ‚Gastarbeiterin‘ bei der MÜNCHENSTIFT angefangen und bin heute Hausleitung im Haus an der Effnerstraße.“ So wie der gelernten Krankenschwester geht es vielen Pflegefachkräften, wie z. B. Mirjam Lades und Benjamin Gaß.

Sich fachlich und menschlich entwickeln

„Ich war nach der Schule völlig orientierungslos, wohin es gehen sollte, irgendwas mit Kunst oder Sozialem sollte es sein“, erinnert sich Mirjam Lades, Palliativfachkraft im Haus an der Rümmanstraße. Da sie sich zu spät für ein FSJ zum Kennenlernen eines Kindergartens bewarb, landete sie durch Zufall im Hans-Sieber-Haus. „Ich war überrascht, wie gut mir die Arbeit mit den demenziell Erkrankten und dem Team gefiel“, erinnert sich die damals 19-Jährige. Sie blieb als Pflegehelferin, was 2000 noch ohne Ausbildung möglich war, und entschloss sich danach zur Ausbildung als Pflegefachkraft, um ihr Fachwissen auszubauen. „Das änderte meine Haltung sehr und ich wurde viel sicherer.“ Um noch anderes kennenzulernen, wechselte sie schließlich zu einem anthroposophischen Pflegedienst. „Als meine Tochter 2009 geboren wurde, entschied ich mich zur MÜNCHENSTIFT zurückzukom-

men und fand eine Aufgabe in der Pflegeoase im Haus an der Rümmanstraße. Bei den Arbeitszeiten wurde berücksichtigt, dass ich alleinerziehend war. Die Arbeit bei den fortgeschrittenen Demenzerkrankten gefiel mir sehr, die Atmosphäre war sehr schön, die Arbeit entspannt.“ Als sie in einen Bereich für Menschen mit leichter Demenz wechselte, änderte sich einiges: „Die Bewohner*innen hatten großen Bewegungsdrang und waren z. T. sehr herausfordernd. Doch ich fand selbst zu denjenigen einen Zugang, die aggressives Verhalten zeigten. Ich versuchte sie nicht zu verändern oder ihnen Hilfe aufzudrängen, sondern half ihnen, so zu sein, wie sie sein wollten.“

Da Mirjam Lades feststellte, dass sie am liebsten mit herausfordernden oder sterbenden Menschen arbeitete, machte sie 2018 eine Weiterbildung zur Palliativfachkraft und eine weitere zur Gesprächsbegleiterin zur gesundheitlichen Vorausplanung. „Ich erhielt viel Wissen, wie mit Schmerzen und Ängsten umzugehen ist und wie ich auf Angehörige eingehen kann.“ Seitdem 2019 eine Stelle als Palliative-Care-Fachkraft im Haus geschaffen wurde und auch das Konzept „Behandlung im Voraus planen“ eingeführt wurde, ist sie für die palliative Versorgung im Haus zuständig. Sie koordiniert Fachkräfte, Ärzte, Hospizkräfte und Angehörige. In Gesprächen mit Bewohner*innen und



Maja Beganovic



Als Palliative-Care-Fachkraft ist Mirjam Lades für die palliative Versorgung der Menschen im Haus an der Rümmanstraße zuständig. Den Bewohner*innen hilft sie bei der Entwicklung von Patientenverfügungen. Nach der Schulzeit hätte sie nie gedacht, einmal für ein Fachgebiet Verantwortung zu tragen.

Angehörigen hilft sie Patientenverfügungen zu erstellen mit den Wünschen, wie sie im Notfall medizinisch behandelt werden wollen. „Vor 15 Jahren hätte ich das nicht machen können. Ich habe mich nicht getraut, vor Menschen zu sprechen und mir nicht vorstellen können, mal in einem Haus für etwas verantwortlich zu sein oder Schulungen zu geben. Ich habe mich sehr entwickelt und entfaltet. Ich habe so ein Glück gehabt, hier gelandet zu sein, denn es ist genau das, was zu mir passt!“

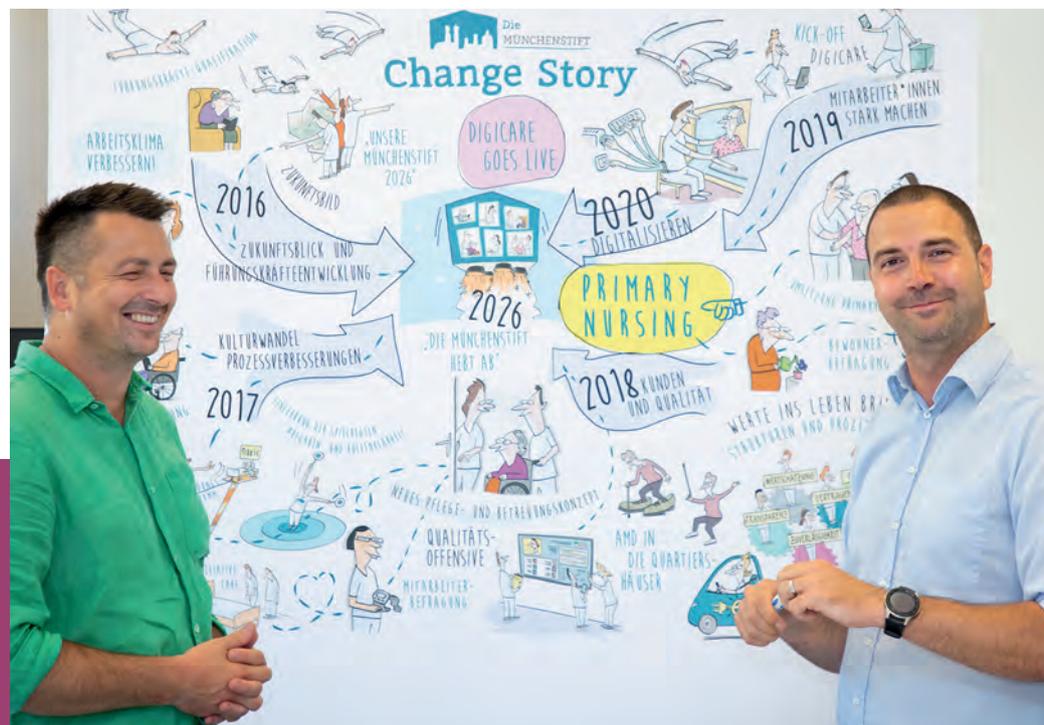
Offenheit und Freude am Austausch

„Ich kam über den Zivildienst zur Pflege“, erinnert sich Benjamin Gaß. Heute leitet er das Haus St. Martin in Giesing. „Obwohl es von allen Seiten hieß, ich sollte studieren, entschied ich mich 2002 zur Ausbildung zum Gesundheits- und Krankenpfleger,

denn das FSJ in der Notaufnahme eines Krankenhauses in Offenburg hat mir viel Spaß gemacht. In der Zeit half ich meine Oma zu pflegen und als Nebenjob betreute ich einen demenziell Erkrankten.“ Nach der Ausbildung wurde Benjamin Gaß übernommen und arbeitete in der Intensivstation. „Mir gefiel die Arbeit, nach zwei

Jahren fragte ich mich aber, wohin ich mich weiter entwickeln wollte.“ Er entschloss sich für ein Studium der Medizintechnik, schließlich lag ihm in der Schulzeit auch Mathematik. Doch nach zwei Semestern fehlte ihm der Austausch mit den Menschen und er wechselte zum Studiengang „Management des Gesundheitswesens“. Die praktischen Studieneinheiten und Praktika machte er im Qualitätsmanagement des Epilepsiezentrums Kehl-Kork. „Nach einem weiteren Einsatz bei der Pflegedienst- und der Einrichtungsleitung in einer anderen Klinik hatte ich einen riesigen Überblick und es stand wieder die Entscheidung an, wie es weitergehen sollte“, erinnert sich Benjamin Gaß. „Ich war 32 Jahre alt und habe mich gemeinsam mit meiner Freundin entschieden, ganz neu anzufangen und nach München zu

Benjamin Gaß knüpfte bei seinen Ausbildungs- und Studientappen an seine unterschiedlichen Fähigkeiten und Interessen an. Am Ende konnte er vieles zusammenbringen. Heute profitiert er als Hausleiter von Haus St. Martin von seinen vielen Erfahrungen.



gehen“. Er bewarb sich u. a. im Haus St. Martin auf eine Stelle im Qualitätsmanagement. Bei der Hospitation stellte er fest, dass ihm die Stelle nicht gefiel, aber auch noch eine andere als stellv. Pflegedienstleitung (sPDL) offen war. „So fing ich 2014 damit an.“ Als 2017 die Hausleitung (HL) wechselte, wurde er stellv. HL. „Das passte wunderbar, denn es ging in Richtung Management und Führung. Und als die HL Frau Ikonomou 2022 in das Haus St. Maria Ramersdorf wechselte, wurde ich selbst Hausleitung. Man

ihrer Schwester nach München folgen, die als Krankenschwester in einer Klinik arbeitete und machte in ihrer bosnischen Heimatstadt die Ausbildung zur Krankenschwester. Als ihre Bewerbung aber verloren ging, entschied sie sich, über ein Gesetz für kroatische Krankenschwestern, die in der Altenpflege eingesetzt wurden, nach Deutschland zu kommen. Sie wurde dem MÜNCHENSTIFT-Haus an der Rümmanstraße zugewiesen. „Ich war damals 21 Jahre alt und kannte keine Altenpflege, ich fand

nicht gut Deutsch sprach und mich mit den Bewohner*innen und den Kolleg*innen deshalb nur oberflächlich austauschen konnte. Als ich das erkannte, begann ich viel zu üben. Mit der Sprachbeherrschung änderte sich mein Verhältnis zur Altenpflege grundlegend. Ich fing an, Beziehungen zu den älteren Menschen aufzubauen und zu verstehen, wieviel sie erlebt haben. Auch gegenüber Kolleg*innen konnte ich mich äußern und meine Meinung sagen. Jetzt kam ich an und wurde Teil des Teams!“

Maja Beganovic begann sich für das Thema Qualität in der Altenpflege zu interessieren. „Es ärgerte mich, wenn sich niemand zuständig fühlte und Menschen ihrer Selbständigkeit beraubt wurden. Zu der Zeit wurde das Lebenswelt-Konzept bei der MÜNCHENSTIFT eingeführt, was ein großer Schritt in Richtung Pflegequalität war, indem die Individualität und die Gewohnheiten der Menschen stärker berücksichtigt wurden.“ Maja Beganovic machte Fortbildungen und Kurse und wurde 2010 stellv. Wohnbereichsleitung (WBL) im Haus an der Tauerstraße. „Ein Jahr später wurde ich WBL und war sehr glücklich, dass ich selbst Verantwortung übernehmen und mit dem Team Ideen verwirklichen konnte.“ Nach einem kurzen Einsatz als Qualitätsbeauftragte in einem anderen Haus, kam sie 2014 als stellv. PDL wieder zurück in ihr erstes MÜNCHENSTIFT-Haus in Schwabing. Als 2017 eine PDL im Haus an der Effnerstraße gebraucht wurde, wechselte sie noch einmal und konnte vieles von ihren Erfahrungen einbringen und 2021, als die Hausleitung in Rente ging, deren Aufgabe übernehmen. „Hier steht neben der Qualität die Teamführung im Mittelpunkt. Als HL muss man sehr präsent sein und als Vorbild wirken. Bei der Arbeit mit alten Menschen braucht man ein offenes Herz und viel Empathie. Seit meinem Start mit 21 Jahren bin ich vielen Menschen begegnet und hätte nie gedacht, wie weit ich es beruflich schaffen würde. Heute bin ich sehr erfüllt, glücklich und dankbar, dass ich die Gelegenheit bekommen habe.“



Maja Beganovic fand durch Umwege zur Altenpflege. Zu dem ungewohnten Arbeitsumfeld fand sie Zugang, indem sie ihre deutschen Sprachkenntnisse verbesserte und ihr persönliches Steckepferd und ihre eigene Expertise entwickelte. Heute ist sie Hausleitung des Hauses an der Effnerstraße.

hat mit sehr vielen Menschen und Charakteren zu tun, es ist wichtig ein Teamplayer zu sein, das habe ich durch alle meine Stationen gelernt. Sozialkompetenz ist das A und O.“

Ausdauer und Sprachkompetenz

„Ich wollte in einen sozialen Beruf, hatte überlegt Psychologie zu studieren, dann kam aber der Krieg“, erzählt Maja Beganovic. Sie wollte

es ganz furchtbar und war kurz vor der Kündigung. Da ich keine Alternative sah, entschied ich mich aber zu bleiben und aufs Ganze zu gehen.“ Sie arbeitete als Pflegehelferin und machte nach zwei Jahren die Anerkennungsprüfung als Pflegefachkraft. Auf die Prüfungen bereitete sie sich sechs Monate lang neben der Arbeit vor. „Ich habe das zwar gut geschafft, aber ich wollte nicht bleiben. Mich hemmte, dass ich

Gut für uns sorgen

Sabine Tschainer-Zangl widmet sich seit Jahrzehnten dem Thema Demenz. Die ehemalige Vorsitzende der Deutschen Alzheimergesellschaft gründete in München das Institut aufschwungalt. Sie ist Mitglied des Kuratoriums für Deutsche Altershilfe und schult auch Fachkräfte der MÜNCHENSTIFT.

Wie sind Sie zum Thema Alter und Demenz gekommen?

Ich hatte in der DDR Theologie studiert und mit der Ausreise war dieser Berufsweg zu Ende. Da ich gerne mit und für Menschen arbeite, studierte ich dann in Erlangen Gerontologie, das Praktikum machte ich bei der Alzheimergesellschaft. Dann arbeitete ich dort ehrenamtlich für Demenzerkrankte und ihre Angehörigen und merkte, wie mich diese Welt faszinierte, beeindruckte und berührte, sodass ich ab 1990 eine Beratungsstelle für Angehörige von Demenzzkranken mitaufbaute, die zweite in Deutschland. Heute kann man sich gar nicht vorstellen, wie wenig Hilfen es damals gab. Als ich Vorsitzende der Alzheimergesellschaft wurde, bemühte ich mich, das Thema der Bundes- und Landespolitik nahe zu bringen. Gesetzesreformen, die ausdrücklich die Belange von Demenzerkrankten und ihren Angehörigen berücksichtigen, waren ein wichtiger Schritt.

Eine der größten Ängste der Menschen ist es, an Demenz zu erkranken. Worauf kommt es an?

Wichtig ist zu wissen, dass Alzheimer nur eine von vielen Ursachen für kognitive Beeinträchtigungen im Alter ist. Viele andere können behandelt und geheilt wer-

den. Zu den Ursachen dieser sog. sekundären Demenz gehören z. B. Depressionen, Schilddrüsenfehlfunktionen, die Einnahme von mehr als vier Medikamenten gleichzeitig oder auch, zu wenig zu trinken. Demenzsymptome werden auch oft mit Symptomen alter Traumata verwechselt. Diese kommen im Alter und derzeit verstärkt mit dem Ukraine-Krieg hoch, auch deshalb ist es wichtig, genau zu unterscheiden. Der Hausarzt sollte bei Demenzverdacht zu einer Gedächtnisprechstunde, in der individuell und fächerübergreifend untersucht wird, überweisen, Adressen gibt es auf der Homepage der Alzheimergesellschaft.

Welche Menschen haben Sie auf Ihrem Weg beeinflusst?

Neben meiner Großtante, die fast 100 geworden ist und sehr souverän mit ihrer Demenzerkrankung umgegangen ist, die Mutter meiner Patentante. Sie war bis in das hohe Alter an der Jugend und an dem, was in der Welt passierte, interessiert. Ich habe sie mitgepflegt und hier meine ersten Pflegerfahrungen gemacht – nach meinem ersten Ferienjob als 16-Jährige in einem Altenheim in Dresden. Die Bedingungen dort waren katastrophal, das hat mich später sehr motiviert, mich für alte Menschen und die Pflege einzusetzen.



Was liegt Ihnen besonders am Herzen?

Ich erlebe viel Not bei Erkrankten, Angehörigen und Pflegekräften. Es ist mir ein großes Anliegen, dabei zu helfen, dass es ihnen etwas besser geht. Mein Motto ist, ihnen jeden Tag zu einem Lächeln oder Aha-Erlebnis zu verhelfen. Mein Buch „Demenzerisch® lernen“ ist eine Zusammenfassung meiner Erfahrungen und Überzeugungen. Alles Wissen hilft uns oft nicht in konkreten Situationen, es gibt keine Patentrezepte.

Wir müssen lernen, genau hinzuschauen und auch besser für uns selbst zu sorgen. Ich bin davon überzeugt, dass wir uns um mehr Eigenverantwortung und eine positive Einstellung zum Alter bemühen müssen. Das beeinflusst sehr, wie zufrieden wir alt werden.

Lesetipp: „Demenz ohne Stress: Demenzerisch® lernen für einen leichten Umgang mit Demenzerkrankten“, Beltz Verlag 2019, 19,95 Euro

MEHR NACHHALTIGE LEBENSMITTEL

Die Lebensmittel bei der MÜNCHENSTIFT stehen für Qualität und Nachhaltigkeit. Woher kommen die Kartoffeln und das Gemüse, die in den Gerichten der Wohnbereiche, Cafeterien und vom Lieferservice serviert werden?

„Schon vor Jahren haben wir angefangen, regionale und biologische Lebensmittel einzuführen“, so Gerhard Marktl, Abteilungsleitung Einkauf. „Heute beträgt der Anteil über 30 Prozent, unter anderem durch Kartoffeln und Gemüse von Biobauern aus dem Umland.“ Seit kurzem gehört der Konradhof aus Unering am Ammersee dazu.

„Der Konradhof wurde 1480 gegründet und blieb über die Jahrhunderte in der Familie“, erzählt Landwirt Stefan Dellinger, der den Hof 2016 vom Vater übernahm. Seit 2005 kümmerte er sich um das Hofgewerbe, in dem Gemüse und Kartoffeln vorverarbeitet werden, und begann auf einigen Flächen mit dem Bioanbau. 2019 wurde



„Die Abkehr vom Fleisch war wichtig. Heute halten wir nur noch Schafe, um eine Kreislaufwirtschaft zu ermöglichen, sie verwerten die Klee gras-Zwischenfrucht und düngen den Boden“, beschreibt Stefan Dellinger. Neben Saisonarbeiter*innen arbeiten zehn feste Mitarbeiter*innen auf dem



der ganze Konradhof ein Biobetrieb, 2020 folgte die Bioland-Zertifizierung.

Hof, auch sein Vater und seine Frau. „Es ist wichtig, durch den Bioanbau ohne Umweltgifte arbeiten zu können, für unsere Gesundheit, die Qualität des Trinkwassers und die Artenvielfalt in der Region. Schon jetzt merkt man die Folgen des Klimawandels, früher wäre es hier gar nicht möglich gewesen, Gemüse anzubauen. Dabei haben sich die Risiken durch Hagelstürme und Starkregen erhöht. Wir Menschen müssen umdenken!“

Neben dem eigenen Hofladen beliefert der Konradhof Gemüseboxen, Bioläden und Großküchen wie die MÜNCHENSTIFT. Die Kartoffeln werden am Vortag geschält und zusammen mit dem saisonalen Gemüse so früh ausgeliefert, dass die Köche in den MÜNCHENSTIFT-Häusern um 5.30 Uhr mit der Zubereitung der Tagesgerichte beginnen können. ■

UNSER TEAM

2.000 Mitarbeitende sind in den 13 MÜNCHENSTIFT-Häusern tätig. Mit ihrem Wissen und ihrer Zuwendung sorgen sie dafür, dass es den Bewohner*innen gut geht. Zum Beispiel Sandy Zimmermann (Zentrale Praxisanleitung, Haus Heilig Geist):

Seit wann sind Sie bei der MÜNCHENSTIFT und was tun Sie?
Ich fing 1999 im Haus Heilig Geist an. Meine Ausbildung zur Altenpflegerin habe ich in Thüringen gemacht. Als ich dort eine Werbung der MÜNCHENSTIFT sah, bewarb ich mich. Schnell wurde ich Wohnbereichsleitung, Qualitäts- und schließlich Ausbildungsbeauftragte. Seit 2017 bin ich Zentrale Praxisanleitung und kümmere mich um die Ausbildung unserer Auszubildenden und den Einsatz der Praktikant*innen.

Wie sorgen Sie dafür, dass es den Bewohner*innen gut geht?
Für meine Kollegin und mich ist es sehr wichtig, dass wir bei den Azubis Empathie erkennen. Das muss man mitbringen, alles andere kann man lernen. Die Bewohner*innen sollen sich wohlfühlen und sagen können, dass wir hier gute Fachkräfte ausbilden.

Was ist Ihnen bei Ihrer Arbeit besonders wichtig?



Sandy Zimmermann

Eine gute Zusammenarbeit mit Vorgesetzten, Kolleg*innen und Azubis. Wir haben ein sehr gutes Verhältnis untereinander, so dass Probleme auch mal außerhalb der Ausbildung besprochen werden. Wir haben eine Vorbildfunktion. Vertrauen, Offenheit, Ehrlichkeit sind wichtig und auch Spaß bei der Arbeit.

Wie werden Sie unterstützt?
Wir erhalten von unserem Vorgesetzten viel Vertrauen und Anerkennung. Das hilft, wenn es mal schwieriger ist. Auch die Zusammenarbeit mit den Wohnbereichen klappt sehr gut. Zudem helfen die Praxisanleitungen der anderen Häuser und die Ausbildungscoordination bei Problemen oder Fragen. Ein großer Dank geht an meine direkte Kollegin, wir sind ein tolles Team und immer füreinander da. ■

„DER PRINZ HÄTTE MIR AUCH GEFALLEN.“

Mit einem Märchenprojekt für Menschen mit Demenz, das von „Märchenland – Deutsches Zentrum für Märchenkultur“ entwickelt und den Krankenkassen gefördert wurde, setzen zwei MÜNCHENSTIFT-Häuser verstärkt auf die Kraft der Märchen. „Unsere Bewohner*innen erzählen, dass ihre Omas ihnen Märchen erzählt haben, alle kennen Märchen“, so Hedwig Gawlik, die zusammen mit Barbara Pröls für die Einführung und Etablierung der Märchenkompetenz im Haus St. Martin verantwortlich ist.

Der Vortrag einer Schauspielerin als Märchenerzählerin zum Start im April zeigte, wie stark der gekonnte Einsatz von Sprache, Gestik und Mimik wirkt. „Das regelmäßige und lebendige Märchenritual brachte viele Kindheitserinnerungen hervor und animierte unsere Bewohner*innen, mehr aus sich herauszugehen und ins Gespräch zu kommen“, beobachtete Barbara Pröls.

Eine Schulung der beiden Mitarbeiterinnen und von sieben Betreu-

verstärkt. Dazu gehören Filme, die auch im Kinoformat gezeigt werden können, Malvorlagen, Memorys und Hörbücher. Aber auch Videos mit einer Märchenerzählerin, die auch die Mitarbeitenden unterstützt, denen das freie Erzählen nicht liegt oder die sich mit der deutschen Sprache schwertun.

„Wir machen tolle Erfahrungen. Die Bewohner*innen sprechen, singen und leben richtig mit. Sogar die böse



ungsassistent*innen folgte, denn sie sollten das lebendige Erzählen erlernen und ihr neues Wissen an ihre Kolleg*innen in den Wohnbereichen weitergeben. Dadurch erhalten auch diese Anregungen, wie sie z. B. durch Stimmveränderungen oder Wiederholungen beim Vorlesen gezielt zum intuitiven Mitmachen anregen können.

Unterstützt werden sie durch Materialien, die die Wirkung der Märchen

Stiefmutter wurde schon einmal mit abstrafenden Worten in ihre Schranken gewiesen“, freut sich Barbara Pröls. „Die Grundgeschichte ist ja in allen Kulturen bekannt, sodass sie auch von unseren Bewohner*innen mit Migrationshintergrund verstanden werden.“ Und Kollegin Gawlik ergänzt: „Besonders an Regentagen ist das eine schöne zusätzliche Beschäftigung, und bald kommt ja der Herbst und Winter ...“

GUT ZU WISSEN

Urlaub für Pflegebedürftige und Angehörige

Ein gemeinsamer Urlaub für pflegende Angehörige und ihre Pflegebedürftigen bringt Abwechslung und Entspannung in den Pflegealltag. Dies scheint vielen nicht realisierbar.

Jedoch gibt es viele Angebote, die diese Ferien ermöglichen.

Betreutes Reisen in Gruppen ist geeignet für Pflegebedürftige, die allein oder in Begleitung von Angehörigen reisen. Diese können stundenweise durch einen Pflegedienst bzw. Betreuungskräfte entlastet werden. Einige Veranstalter holen ihre Reisegäste direkt an der Haustür ab.

Für allein oder in Begleitung einer Pflegeperson reisende Pflegebedürftige gibt es auch **Pflegehotels** mit Fachpersonal, wie z. B. Alten- und Krankenpfleger*innen. Die Angehörigen können die Sport- und Freizeitangebote im Hotel nutzen. Vor der Buchung sollte geprüft werden, ob es auch wirklich für den gewünschten Urlaub geeignet ist. Es sollte auch für Menschen mit hohem Pflegebedarf geeignet sein und über spezielle Angebote verfügen, wie z. B. Barrierefreiheit zu den Zimmern und öffentlichen Bereichen, einen Pflege- und Betreuungsdienst, ein Hausnotrufsystem sowie genügend Rollstühle und Hilfsmittel.

Pflegende Angehörige haben ein Anrecht auf eine **stationäre Reha**. Auf Wunsch kann die pflegebedürftige Person mitreisen und wird vor Ort betreut. Dies sollte jedoch vor Anreise mit der Reha-Klinik besprochen werden.

Fachstelle für
pflegende Angehörige,
Tel. (089) 62020-317

GEMEINSAME FREUDE IST DOPPELTE FREUDE

An einem Social Day können Unternehmensteams zusammen mit älteren Menschen etwas Schönes unternehmen. Ein Ausflug mit Bewohner*innen des Hauses an der Tauernstraße ist ein gelungenes Beispiel.

„Social Days in Pflegeheimen sind kein leichtes Unterfangen. Einerseits sollen die Bedürfnisse der Bewohner*innen im Mittelpunkt stehen, andererseits wünschen sich die Firmen oft ein Teamevent als ‚sozialen Wohlfühl-Tag‘ mit Programm, Mittagessen, Kaffee und Kuchen sowie aktiven Bewohner*innen“, so Birgit Buckan, zentrale

Cafeteria des Hauses und fanden sich beim ersten Austausch zu Duos zusammen. Um 9.30 Uhr wurden die Bewohner*innen und ihre Rollstühle von einem Bus abgeholt, begleitet von zwei Pflegefachkräften, der Ehrenamtskoordinatorin und eines Ehrenamtlichen des Hauses. „Es entstand schnell eine Kommunikation auf Augenhöhe, die zu einer schönen Atmosphäre beitrug“, erzählt die Ehrenamtskoordinatorin Stefanie Kelly. „Die jungen Menschen brachten ganz viel Empathie, Geduld und Humor mit.“ Als z. B. der 92-jährige Walther W. sich nicht im Rollstuhl schieben lassen wollte, obwohl das Gehen ihm ermüdete, motivierte ihn seine Begleiterin Jacqueline mit viel Leichtigkeit (siehe



Jacqueline und Walter W.

Ehrenamtskoordinatorin der MÜNCHENSTIFT. Deshalb sorgt sie zusammen mit den Ehrenamtskoordinatorinnen der Häuser, dass alle Seiten auf ihre Kosten kommen. Eine klare Kommunikation und frühzeitige Planung tragen wesentlich dazu bei.

So kam es zu einem unvergesslichen Ausflug zum Tierpark Hellabrunn von Mitarbeitenden der Firma K-Recruiting mit 14 Bewohner*innen in Rollstühlen. Nach einem Corona-Schnelltest trafen sich alle um 8.30 Uhr in der



Foto links): „Lieber Walter, ich bin ganz begeistert, wie fit du bist, und dass du gerne den ganzen Tag zu Fuß unterwegs sein möchtest, aber dann verlieren wir den Anschluss zu den anderen. Mein Vorschlag: wenn ich dich jetzt in den Rollstuhl setze, tauschen wir nachher, und du schiebst mich auch ein Stück.“

Nach einem Mittagessen, zu dem K-Recruiting alle einlud, vielen Stationen mit neuen Eindrücken und Gesprächen wurden die müden Bewohner*innen schließlich um 15.30 Uhr wieder abgeholt. „Obwohl einige anfangs etwas ängstlich waren, hat der gemeinsame Ausflug perfekt geklappt“, freut sich Stefanie Kelly. „Alle waren begeistert über die Abwechslung und Aufmerksamkeit, die ihnen geschenkt wurde.“ „Das war so ein schöner, erfüllender Tag, wäre es eigentlich möglich, dass ich die Josepha auch so einmal besuchen dürfte?“, fragte am Ende Theresa (siehe Foto links), sodass es auch ein Wiedersehen geben wird.



Theresa und Josepha B.

Info und Checkliste:
www.muenchenstift.de/ehrenamt
Birgit Buckan:
ehrenamt@muenchenstift.de

„UNTERWEGS MIT DEM FOTOAPPARAT FINDE ICH RUHE.“

In einer von der Künstlerin Roswitha Freitag initiierten neuen Ausstellungsreihe können Mitarbeitende der MÜNCHENSTIFT einmal jährlich im Kunstforum St. Josef ihre Werke zeigen.

Zu den Teilnehmenden gehört Bosko Palanacki. Seine Fotografien zeigen Landschafts- und Architekturbilder sowie experimentelle Motive aus über 20 Jahren. „Meine ersten Schritte machte ich mit 16 Jahren, ein benachbarter Fotojournalist inspirierte mich dazu“, erzählt der 51-Jährige aus Belgrad, der als stellv. Wohnbereichsmanager im Haus St. Martin tätig ist. „Meine erste Kamera war ein einfaches russisches Modell. Da es damals kein YouTube gab und noch keine leicht zu bedienenden Digitalkameras, besorgte ich mir als Anregung viele Fotobücher.“ Obwohl Bosko Palanacki inzwischen in München lebt und mit einer Digitalkamera arbeitet, hat sich sein Vorgehen seitdem nicht geändert. Bereits vor Sonnenaufgang zieht er los, vorher hat er genau geplant, was er fotografieren will. „Es kommt auf das Licht an, dabei weniger auf eine teure Kamera, sondern auf gute Augen und Schuhe,“ so die Pflegefachkraft. „Über die Zeit sind tausende Fotos zusammengekommen, aber ich freue mich, wenn im Jahr ein oder zwei gute Fotos dabei sind. Mir geht es beim Fotografieren um Spaß und Erholung. Wenn ich mit dem Fotoapparat unterwegs bin, finde ich Ruhe.“

Auf seinen Urlaubsreisen entstanden viele seiner schönsten Motive. „Da die MÜNCHENSTIFT sich der interkulturellen Öffnung verschrieben hat, kam unser Hausleiter auf die Idee, neben der Gemeinschaftsausstellung eine Einzelausstellung zu zeigen. Viele unserer Bewohner*innen sind gereist und die Kolleg*innen kommen aus unterschiedlichen Ländern.“



Gemeinschaftsausstellung, Kunstforum St. Josef,
15.9. bis 10.11.; Einzelausstellung Bosko Palanacki,
Haus St. Martin, 1.9. bis 18.10.

IMPRESSUM

HERAUSGEBER: MÜNCHENSTIFT GmbH, Gemeinnützige Gesellschaft der Stadt München, Kirchseeoner Straße 3, 81669 München, Tel. (089) 62020-340, Fax -336
 VERLAG: VIOS Medien GmbH, Waldstr. 26, 82194 Gröbenzell, Tel. (08142) 667884, Fax (08142) 667885, info@vios-medien.de
 KONZEPTION: VIOS Medien GmbH, Carola Ostler und Monica Fauss
 REDAKTION: Christian Liesenhoff (MÜNCHENSTIFT, verantwortlich), Monica Fauss, Carola Ostler
 GESTALTUNG: Sabine Löffler
 ANZEIGEN: VIOS Medien GmbH
 DRUCK: Fink GmbH Druck und Verlag, Pfullingen
 Das MÜNCHENSTIFT Magazin erscheint viermal im Jahr und wird kostenlos verteilt.
 Auflage: 11.000 Exemplare
 Alle Rechte vorbehalten, September 2022



Sitzen im Alter



Muckenthaler
ERGONOMIE

Pacellistraße 5 · 80333 München · www.sitzen-im-alter.de

*Bitte vereinbaren Sie einen Beratungstermin unter der Telefonnummer: 089 29 19 890

HERBSTWOCHE DER VIELFALT

Mit der Eröffnung der Ausstellung „Italienisches Leben in München“ (siehe unten) starten am 29. September die „Herbstwochen der Vielfalt 2022“ mit einem vielfältigen Programm. In das Haus St. Martin kommt am 18. Oktober etwa die Bestsellerautorin Lena Gorelik („Geschichten vom Ankommen und Bleiben“) zu einer Lesung im Rahmen der Migrationstage Obergiesing.

Seit 2015 lädt die MÜNCHENSTIFT jeden Herbst zu diesen abwechslungsreichen Veranstaltungen in ihre Häuser. Die Ausstellungen, Konzerte, Filme und Vorträge spiegeln den Öffnungsprozess der MÜNCHENSTIFT für migrantische und LGBTI*-Senior*innen wider.

Mehr Info: www.muenchenstift.de/veranstaltungen



ITALIENISCHES LEBEN IN MÜNCHEN

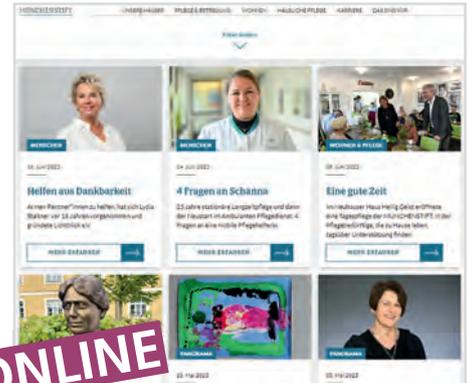
Italien und München sind seit langem eng verbunden. München bezeichnet sich selbst oft als die nördlichste Stadt Italiens. Diese Selbstbeschreibung ist das Resultat von jahrhundertlangem kulturellem Austausch, von Migration und Integration. Die Ausstellung „Italienisches Leben in München“ gewährt anhand von Interviews Einblicke in ganz persönliche Lebensgeschichten zwischen Schule, Arbeitswelt und Teilhabe sowie Kultur und Genuss in den beiden Ländern. Die Interviews werden von Porträts des Fotografen Francesco Giordano und einer historischen Einordnung begleitet.

Ausstellungseröffnung: Alfons-Hoffmann-Haus, 29. September, 18 Uhr, Anmeldung: vielfalt@muenchenstift.de



FOLGEN SIE UNS

Auch wenn Sie nicht bei Facebook angemeldet sind, können Sie hier Aktuelles von der MÜNCHENSTIFT lesen: www.facebook.com/muenchenstift



ONLINE

INFORMIERT BLEIBEN

Im MÜNCHENSTIFT Onlinemagazin finden Sie weitere Themen und hilfreiche Tipps: www.muenchenstift.de/magazin

FITNESSTRAINING FÜR DIE GRAUEN ZELLEN

Die geistige Beweglichkeit kann bis ins hohe Alter erhalten und gesteigert werden. In netter Gruppenatmosphäre werden Techniken zum Training der Merkfähigkeit eingeübt. Durch Einzel- und Gruppenübungen, die sich gut in den Alltag einbinden lassen, werden Aufmerksamkeit, Konzentration und Kombinationsgabe geschult. Für Ungewübte und Geübte geeignet.

Haus an der Effnerstraße, 15 mal, Dienstag, 4. Oktober bis 7. Februar, 14 bis 15 Uhr, 60 Euro (Ermäßigung für berechnigte Rentner*innen, gebührenfrei für Bewohner*innen der MÜNCHENSTIFT-Häuser), Anmeldung: (089) 99833-0



**Historisches Grün
Unbekannte Altstadt**

In alten Bildern und Plänen werden die Spuren historischen Grüns in der Münchner Innenstadt sichtbar. Der heutige Altstadtring entspricht in Größe der barocken Stadtbefestigung. Mit dem Verschwinden der Stadtmauern ab 1790 wurde ein grüner Ring um München herum angelegt. Die Führung auf den Spuren der frühen „Stadt-Landschaft“ des 19. Jahrhunderts geht vom Wittelsbacherbrunnen zum Alten Botanischen Garten, in die Galerie Handwerk, zum IHK-Jugendstilhaus, zum Rochusberg und den Klöstern.
Do., 20. Oktober, 14 Uhr

ANMELDUNG & INFORMATION

Tel. (089) 62020-340

Führungen und Vorträge, gemeinsames Essen, Ausflüge, Konzerte, Filme und Theater, Ausstellungs- und Museumsbesuche oder Kurse speziell für Hochaltrige – all das bieten Ihnen die Veranstaltungen der MÜNCHENSTIFT. Unter www.muenchenstift.de finden Sie weitere Informationen. Das aktuelle Programmheft können Sie auch kostenlos per Telefon bestellen.



**Klosterkirche St. Anna
Rokokojuwel im Lehel**

Die spätbarocke Klosterkirche St. Anna von Johann Michael Fischer und den Gebrüdern Asam, seit 1808 dritte Pfarrkirche Münchens, erwies sich trotz einer Erweiterung Mitte des 19. Jahrhunderts zunehmend als zu klein. Auf dem Grundstück direkt gegenüber errichtete Gabriel von Seidl 1887 bis 1892 die neue Pfarr-

kirche im Stil rheinischer Romanik. Sie besticht durch ihre malerische Einbettung in den unregelmäßigen gleichnamigen Platz sowie einen sehenswerten, modern und klar wirkenden Innenraum mit hochwertigen Ausstattungsstücken und sensibel restaurierten Wandgemälden.
Mi., 23. November, 11 Uhr



**Fassbinder
„Ich habe R. W. F. überlebt“**

Von den provokativen, exzessiven körperlichen Theater Rainer Werner Fassbinders trugen manche Schauspieler*innen Spuren für ihr Leben davon. Der Online-Vortrag befasst sich mit Fassbinders Nachkriegskindheit und dem Beitrag seines Theaters zur Subkultur der 1960er.
Mi., 30. November, 17 Uhr

ZU GUTER LETZT



Die Wäschewagen-Mitarbeiter-Pyramide als Abschluss der Team-Seminarwoche war einer der Höhepunkte im Jahr für die Bewohner*innen im Haus. Wo aber der sonst so begeisterte Rudolf K. (79) abgeblieben war, konnte sich keiner auf dem Flur erklären.

Fotos: Diego Delso (Wikimedia Commons), Oliver Raupach (Wikimedia Commons), Stadttarchiv München/KOE-RIN, rinascita e.V., Rainer Werner Fassbinder Foundation

DIE EINRICHTUNGEN DER MÜNCHENSTIFT GMBH



Allach-Untermenzing

AMD

Hans-Sieber-Haus
Manzostraße 105, 80997 München
Tel. (089) 14375-0, -230 (AMD)



Laim/Pasing

Alfons-Hoffmann-Haus
Agnes-Bernauer-Straße 185, 80687 München
Tel. (089) 546 47-0



Schwabing/Milbertshofen

Karl-Rudolf-Schulte-Haus
Leopoldstraße 261, 80807 München
Tel. (089) 356360-0



Bogenhausen

AMD

Haus an der Effnerstraße
Effnerstraße 76, 81925 München
Tel. (089) 99833-0, -230 (AMD)



Neuhausen

Haus Heilig Geist
Dom-Pedro-Platz 6, 80637 München
Tel. (089) 17904-0



Sendling

AMD

Haus St. Josef
Luise-Kiesselbach-Platz 2, 81377 München
Tel. (089) 74147-0, -230 (AMD)



Giesing

Haus St. Martin
St.-Martin-Straße 34, 81541 München
Tel. (089) 62020-0



Nymphenburg

Münchener Bürgerheim
Dall'Armstraße 46, 80638 München
Tel. (089) 15709-110



Zentrum

Mathildenstift
Mathildenstraße 3b, 80336 München
Tel. (089) 549156-55



Hadern

Margarete-von-Siemens-Haus
Heiglhofstraße 54, 81377 München
Tel. (089) 741550-0



Ramersdorf

Haus St. Maria Ramersdorf
St.-Martin-Straße 65, 81669 München
Tel. (089) 49055-0



Harlaching

AMD

Haus an der Tauernstraße
Tauernstraße 11, 81547 München
Tel. (089) 64255-0, -230 (AMD)



Schwabing

AMD

Haus an der Rümannstraße
Rümannstraße 60, 80804 München
Tel. (089) 30796-0, -230 (AMD)

Ambulanter Dienst (AMD)

In diesen Häusern befinden sich
AMD-Standorte:
Hans-Sieber-Haus
Haus an der Effnerstraße
Haus St. Josef
Haus an der Tauernstraße
Haus an der Rümannstraße

Münchner Menü-Service

Tel. (089) 62020-378

Hauptverwaltung

Tel. (089) 62020-340
Kirchseeoner Straße 3, 81669 München
info@muenchenstift.de
www.muenchenstift.de

Fachstelle für pflegende Angehörige bei der MÜNCHENSTIFT

Tel. (089) 62020-308



MÜNCHENSTIFT