

HESTIA

STRALSUND

Journal

37. Ausgabe I/ 2011



Ausbildung zum Präventions- /Deeskalationstrainer

Im Jahr 2010 ermöglichte uns die HESTIA eine Ausbildung zum Präventions-/Deeskalationstrainer.

Dafür mussten wir in regelmäßigen Abständen für drei Tage nach Berlin.

Dort erlernten wir, wie man Konflikte vermeidet oder Konflikte löst, wie man Sicherheitsregeln einhält sowie Hand- und Teamtechniken aus dem Tai Chi. Bei unserem letzten Ausbildungsseminar bestätigte uns der Leiter von „Konflikt-Fit“, Berlin, Olaf Schmelzer, den Abnahmetermin für unseren ersten Kurs als Trainer für Anfang Februar 2011.

Damit waren wir die ersten von 15 Ausbildungsteilnehmern, die ihren Abnahmekurs absolvieren durften.

Natürlich stieg die Nervosität, um so dichter der Termin heranrückte. Es folgte eine Woche intensive Vorbereitung und immer wieder hatten wir neue Ideen zur besseren Kursgestaltung. So wurde schnell ein normaler Arbeitstag auf insgesamt 12 Stunden erhöht.

Dann war es endlich soweit. Vom 01.02.2011 bis 03.02.2011 hatten wir unseren ersten Kurs! Zu diesem Kurs durften wir 11 Mitarbeiter aus der HESTIA begrüßen sowie den Leiter von „Konflikt-Fit“ aus Berlin. Der ganze Kurs wurde dank der guten Mitarbeit der HESTIA-Mitarbeiter ein riesiger Erfolg.

Selbst der Leiter von „Konflikt-Fit“, Herr Schmelzer, war vom Wissen sowie von der Begeisterung beim Üben der Tai Chi-Techniken der Mitarbeiter beeindruckt.



Auf diesem Weg möchten wir uns ganz herzlich bei allen Teilnehmern unseres ersten Kurses „Deeskalationstraining“ bedanken – und zwar bei: Antje Dünow, Katrin Straubing, Waltraud Schulz, Katrin Mertens, Marina Wondzinski, René Berkahn, Arne Haack, Jens Köhler, Mike Brockmann, Christian Ottensmeier und

Martin Hauswald sowie bei dem Team der Haustechnik!

Einen ganz besonderen Dank möchten wir auch der Geschäftsführung geben, die uns diese Ausbildung ermöglicht hat!

Jetzt heißt es: Auf zum nächsten Kurs und wir hoffen, dass wir mit unserem erlernten Wissen allen Mitarbeitern mehr Sicherheit am Arbeitsplatz geben

können und mit Hilfe der Geschäftsführung diese im Alltag umsetzen!

Tomas Busch & Sebastian Herrmann

Meinungen zum Kurs:

„Ich fand diesen Kurs sehr gut, grad auch die Handtechniken. Ich hoffe, dass die Mitarbeiter dies regelmäßig üben können.“

René Berkahn

„Ich fand den Kurs auch gut. Ich war beeindruckt von den Techniken – diese waren sehr interessant. Was das Theoretische angeht, hab` ich Bedenken, dies in der Praxis umzusetzen.“

Waltraud Schulz

Erinnern – Betrauern – Wachrütteln

Im Jahr 2008 richtete der Landesverband Sozialpsychiatrie MV e.V. in Kooperation mit dem Landesverband Psychiatrie-Erfahrener MV e.V., dem Landesverband MV



der Angehörigen und Freunde psychisch Kranker e.V. und vielen anderen Organisationen die erste zentrale Gedenkveranstaltung zur Erinnerung an die Opfer der nationalsozialistischen Gewalt gegenüber behinderten und psychisch kranken Menschen in Mecklenburg-Vorpommern aus.

Der 27. Januar – der bundesweite Gedenktag für die Opfer des Nationalsozialismus – wurde für diese Veranstaltung bewusst ausgewählt. Hitlers sogenannter Euthanasieerlass leitete 1939 die T4-Aktion und damit die systematische Ermordung von etwa 70.000 Menschen in Tötungsanstalten ein. Über 300.000 weitere kranke und behinderte Menschen wurden bis 1945 in psychiatrischen Kliniken und sogenannten Fachabteilungen umgebracht; mehr als 400.000 Kinder und Erwachsene zwangssterilisiert.

Eine Anerkennung als NS Opfer wurde ihnen lange verwehrt; die Scham und das Stigma leben weiter.

Im Rahmen dieser Veranstaltungsreihe wechselte der Ort jährlich zu einem anderen, aus historischer Sicht für die damaligen Verbrechen des NS Regimes bedeutsamen Ort in MV. In Stralsund, Rostock und Schwerin wurden der Opfer unter großer Beteiligung von Besuchern des ganzen Landes gedacht.

Mitarbeiter stellen sich vor...

Nachdem ich mehrfach gebeten wurde, mich bei der HESTIA-Zeitschrift vorzustellen – hier nun ein paar Worte zu meiner Person...

Mein Name ist Martin Hauswald und ich bin 23 Jahre alt. Bevor ich in die „Alte Gärtnerei“ im Sozialdienst angestellt wurde, war ich Student an der Fachhochschule „Zittau/Görlitz“ und studierte dort fleißig Diplom Heil-/Behindertenpädagogik (FH). Obwohl die Gegend um Görlitz auch sehr schön ist, liegen meine Wurzeln woanders. Ursprünglich komme ich aus Böhlen; eine Stadt, die etwa 20 Kilometer von Leipzig entfernt liegt.

Martin Hauswald

Nun im vierten Jahr fand die Veranstaltung in Ueckermünde statt.

Es liegt in unserer Verantwortung, die Erinnerung an die Menschenverachtung und die damaligen Verbrechen und nicht zuletzt an die zum Teil namenlosen Opfer wach und lebendig zu halten und gleichzeitig die Brücke zu aktuellen ethischen Diskursen in der Behindertenhilfe und Psychiatrie zu schlagen.



Ein Gedanke, den eine Bewohnerin aus dem „Inselhus“ nach der Gedenkveranstaltung laut äußerte, ist mir sehr unter die Haut gegangen: „Ich bin so froh, dass ich damals noch nicht gelebt habe! Ich wäre ja nichts wert gewesen, die hätten mich umgebracht!“

Silvana Käfer

Bewohner stellen sich vor...

Hallo, liebe HESTIA-Bewohner und –Mitarbeiter. Mein Name ist Gerhild Lukes. Ich bin bereits 50 Jahre alt und komme von der schönen Insel Rügen, wo ich mit



meiner Mutter zusammen in dem kleinen Örtchen Wiek gelebt habe. Von dort aus besuchte ich 2 x die Woche die Freizeitstätte der Lebenshilfe in Garz. Leider starb meine Mutti letztes Jahr, so dass für mich ein neues Zuhause gefunden werden musste. Und

so kam ich dann am 13. September 2010 in die HESTIA Pflege- und Heimeinrichtung GmbH, wo ich im Wohnbereich „Birke“ unterkam. Es hat zwar eine Weile gedauert, bis ich mich hier eingelebt hatte, doch nun fühle ich mich recht wohl in meiner neuen Umgebung und verstehe mich gut mit meinen Mitbewohnern und dem Personal.

Liebe Grüße, Eure „Hilde“

Treffpunkt „Bleicheneck“

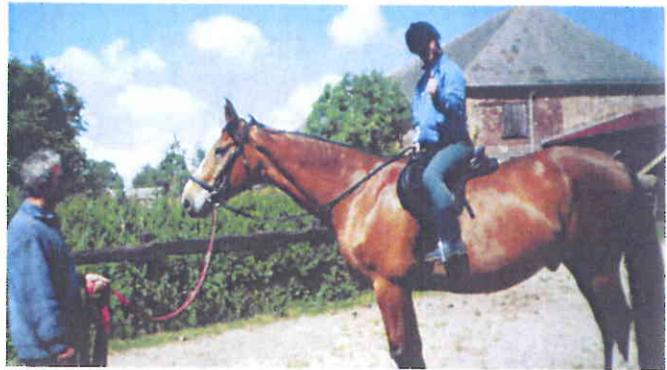
Seit Dezember 2010 gehe ich in meiner Freizeit zum „Bleicheneck“. Es ist ein Treffpunkt für behinderte Menschen. Das erste Mal wurde ich durch Frau Mertens und Frau Salewski dorthin begleitet. Da ich ja ein gebürtiger Stralsunder bin, gehe ich jetzt ganz alleine dorthin. Die Freizeitangebote beim „Bleicheneck“ gefallen mir sehr gut. Ich war schon mit zur Eishalle in Rostock, habe beim Waffelbacken mitgemacht und nahm an der Weihnachtsfeier 2010 teil. Anschließend haben wir einen Klönsnack gemacht – mit Kuchen und Kaffee. Bald finden Bowling und ein Dart-Turnier statt. Auch ein Urlaub wird vom „Bleicheneck“ geplant. Vom 05. August bis 12. August 2011 soll es nach Erfurt gehen. Das ist jetzt mein Ziel und deshalb bin ich jetzt auch schon fleißig am Geldsparen. Es wäre zu schön, wenn es klappen würde – wir müssen es noch bei der Pflegevisite besprechen

Dieses Jahr bin ich fast 5 Jahre bei der HESTIA in der „Alten Gärtnerei“. Ich hoffe, dass ich bald in ein betreutes Wohnen komme. Das wäre ein großer Wunsch von mir.

Viele Grüße, bis bald - Herr Frank

Reiten in Obermützkow...

Mein Name ist Jörg Wachholz und ich möchte Euch von meinem Hobby, dem Reiten, ein wenig erzählen.



Auf dem Bild sind mein Pferd „Kronprinz“ und ich zu sehen. Natürlich darf ich nicht alleine reiten – nur an der Longe mit meinem Trainer. Reiten fahre ich immer nach Obermützkow. Im Frühjahr geht es endlich wieder los. Darauf freue ich mich schon sehr. Mein Papa begleitet mich jeden Montag dorthin.

So, das war's schon. Vielleicht habt Ihr jetzt auch Lust, mal beim Reiterhof in Obermützkow reinzuschauen.

Euer Jörg Wachholz „Haus am Wald“

Ein Besuch beim „Insel e.V. Kransdorf“

Sicherlich wundert Ihr Euch, was Kransdorf jetzt mit der Werkstatt für behinderte Menschen in Stralsund zu tun hat, über die ich an dieser Stelle ansonsten berichte. Eigentlich nur so viel, dass es dort auch eine anerkannte



Werkstatt gibt und unsere Wohnheimbewohner frei wählen können, in welcher der beiden Einrichtungen sie arbeiten möchten.

So ist Herr Reichelt schon seit längerem in Kransdorf und Herr Kandel durchläuft seit Dezember 2010 den Berufsausbildungsbereich. In Kransdorf gibt es folgende Schwerpunkte: Gärtnerei, Ackerbau und Viehzucht (z.B. Mutterkuhhaltung oder Gänsemast), Pferdehof, Tischlerei, Töpferei, Straßenbau und Bäckerei.

Herr Reichelt arbeitet vorwiegend im Straßenbau. So hat er schon viele Gehwege gemeinsam mit anderen gepflastert und trug hiermit zur Verschönerung und Begehbarkeit des Geländes bei.

Während meines Besuches befreite er die Straßen von Eis und sorgte für die Sicherheit der Passanten und Kraftfahrzeugführer.

Herr Kandel war bei den Pferden anzutreffen. Stolz führte er mich durch den Pferdestall und erklärte seine Aufgaben; z.B. die Pferde auf die Koppel bringen, Boxen ausmisten, Stroh holen usw. Gerade diese Tätigkeit fördert bei Herrn Kandel einen sensiblen Umgang mit



Tieren – aber auch mit anderen Mitarbeitern. Denn im Stall sind Ruhe und Umsichtigkeit vonnöten. Wenn alles gut läuft, erhält Herr Kandel ab April 2011 einen festen Arbeitsvertrag und findet hier eine berufliche Perspektive. Ich wünsche ihm viel Erfolg.

Roland Jesse

Die Jecken vom „Haus am Wald“ sind los ...

Am 24. Februar 2011 war es soweit. Das „Haus am



Wald“ feierte seine alljährliche Faschingsfeier. Los ging es um 14.00 Uhr bei Kaffee und Kuchen. Alle Bewohner



lassen. Zum krönenden Abschluss gab es ein leckeres Abendbrot und ein Glas selbstgemachte, alkoholfreie Bowle. Alle Bewohner fanden es



sehr schön und hoffen, dass auch im nächsten Jahr wieder

trafen sich – natürlich im schicken Kostüm – und genossen das Zusammensein. Nach dem Kaffeetrinken startete die Disco. Die Bewohner hatten viel Spaß und alle tanzten ausge-



eine solch lustige Party stattfinden wird.



„Haus am Wald“



Aloa-He im „Inselhus“...

Unter diesem Motto feierten wir unseren Fasching im Inselhus. Unsere Deko sowie die Kostüme wurden



im Hawaii-Stil gehalten. Die Heimbewohner fertigten Blumenketten für Haar und Hals sowie Röcke aus Krepp-



papierstreifen in der Ergotherapie. Die Aufregung und Freude war schon Tage vorher allen im Haus anzumerken, denn die Flure und der Gemeinschaftsraum wurden



bunt geschmückt. Passend zum Hawaii-Thema gab es Eis und Früchte zum Kaffee und einen selbstgemischten Kokosnusscocktail. Mit Musik sowie Spielrunden



verging der Nachmittag wie im Fluge und es herrschte ausgelassene Stimmung im ganzen Haus. Zum Ausklang des Tages wurde natürlich Toast Hawaii gereicht, was bei allen Bewohnern super ankam.



Müde und k.o. vom vielen Tanzen gingen alle ins Bett. Am nächsten Tag gab es von den Bewohnern eine positive Rückmeldung, wie schön der Fasching doch war.



Dörte Behrend
„Dat Inselhus“

Vaya con dios...

Liebe Leser,

es ist Sonntag, der 13.02.2011, 12.19 Uhr und wir sitzen in der Regionalbahn 18510 von Berlin nach Stralsund.



Genau die richtige Zeit, um unseren Konzertbesuch bei den „Flippers“ in der O2-World-Arena in Berlin zu reflektieren.

Ausschlaggebend für unsere Reise war Ute Kollwitz.



Sie ist bekennender Fan dieser Gruppe und war am Samstag das 5. Mal live dabei. Aber so eine große Halle war für sie und die anderen Fans auch eine Premiere. Ca. 8.000 Zuschauer wollten ihren Idolen nach 40 Jahren Danke sagen, denn die „Flippers“ sind mit ihrem Programm „Es war eine schöne Zeit“ auf Abschiedstour. So hielt es die Leute nicht auf ihren

Sitzen. Sie sangen, tanzten, klatschten kopfüber, übergaben Blumen und Geschenke – und das Trio dankte es ihnen mit einer extralangen Zugabe. Dies könnt ihr



jetzt als DVD im Handel erwerben – denn die Show wurde aufgezeichnet. Vielleicht erkennt Ihr einen von uns in den Zuschauerrängen wieder – viel Spaß. Dieser Kurzbesuch war für uns eingebettet in einem 3-tägigen Kurztrip nach Berlin. So verlief alles relaxt. Es war Zeit für einen kleinen Bummel über den Alexanderplatz, für ein Essen in einem italienischen Restaurant und die Nutzung des Berliner Nahverkehrs. So fuhren wir begeistert S- und U-Bahn und waren erstaunt, wie schnell man von A nach B kommt. Ein Besuch in der Hauptstadt ist und bleibt immer etwas Besonderes; irgendwie international.

Bewohner und Betreuer der WG I

Hippotherapie

Ich heiße Jasmina Stade und wohne seit dem 14.11.2008 im „Haus am Wald“. Ich sitze im Rollstuhl, da meine Beine spastisch gelähmt sind.

Einmal im Monat fahre ich zum therapeutischen Reiten nach Glutzow.

Das ist das Reittherapeutische Zentrum des Vereins „Insel e.V. Kransdorf“.

Meine Therapeutin, Synke Winter, betreut mich beim Reiten.

Auch meine drei anderen Mitbewohner Herr Reif, Andreas Roll und Jens Lemke sind immer dabei.



Mein Therapiepferd ist ein schwarzes Pony, namens Wilde. Sie ist für das therapeutische Reiten speziell ausgebildet.

Wilde hat einen ruhigen, geduldigen, kontaktfreudigen und sensiblen Charakter. Die spastische Lähmung in meinen Beinen (eine zu stark gespannte Muskulatur) gibt beim Reiten nach; dadurch wird meine gesamte Haltung – vor allem des Oberkörpers – geschult und das Balancegefühl verbessert. Außerdem habe ich sehr viel Spaß dabei.

Hier noch einmal ein Hinweis zum Männer-Fußball

Wer Interesse am Fußballspielen hat, kann gerne immer freitags von 18.30 Uhr – 20.30 Uhr in der kleinen Turnhalle am Dänholm vorbeischauen. Die Halle steht uns noch bis zum 01.07.2011 zur Verfügung – danach werden wir voraussichtlich in die Sommerpause gehen.

Ab September/Oktober (genauer Termin wird noch bekannt gegeben) werden wir voraussichtlich in die nächste Hallensaison gehen. Nach Absprache kann auch gern ein Freund bzw. Bekannter zum Fußball mitgebracht werden.
Karsten Köpcke

Kultur-Tipp: 3D-Kino in Stralsund

Seit kurzem haben auch die Stralsunder die Möglichkeit, Filme in 3D zu schauen.

Was ist eigentlich 3D?

Ein 3D-Film (dreidimensionaler Film) ist ein Film, der dem Zuschauer durch stereoskopische Verfahren ein bewegtes Bild mit dem Eindruck echter räumlicher Tiefe bietet.

Für dieses Erlebnis kann man im Kino Stralsund eine 3D-Brille für 1,- € erwerben, um diesen Spezialeffekt nutzen zu können...



Und hier kommt ein Kino-Tipp:

„Rio“ - Brasilianisches Temperament in 3D - und zwar aus der Vogelperspektive:

Zwei blaue Aras, die gegensätzlicher nicht sein könnten, begeben sich auf die Abenteuerreise ihres Lebens...

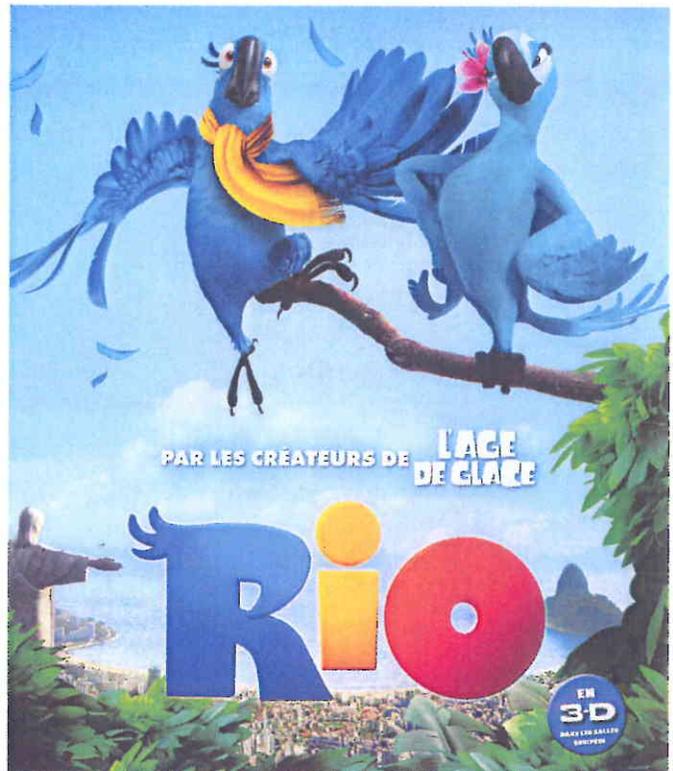
Blu ist ganz schön klug, süß und ein bisschen zerrupft. Und außerdem fest davon überzeugt, der letzte Vertreter einer seltenen Ara-Spezies zu sein!

Kein Wunder, denn von der Welt hat der kleine Papagei in seinem Käfig irgendwo in Minnesota noch nicht viel erfahren. Bis jetzt hat ihn das nie gestört, denn mit seiner Besitzerin versteht er sich prächtig. Gut beschäftigt mit seinem Spiegel und dem Glöckchen in seinem vergitterten Zuhause muss Blu jedoch eines Tages erfahren, dass es außer ihm noch einen anderen blauen Ara auf der Welt gibt – ein Papageienmädchen, das in Rio de Janeiro lebt.

Blus Ziel ist klar: Auf an die Copa Cabana, und zwar

samt Käfig, denn Fliegen hat der Vogel schließlich nie gelernt!

Tatsächlich begegnet er der hübschen Jewel. Und die



ist eine echte Brasilianerin – lebenslustig, temperamentvoll und furchtlos.

Ob es ihr und dem frechen Tukan gelingt, dem schüchternen Blu das Fliegen beizubringen?

Filmstart ab 07.04.2011

Aktiv beim Bowlen

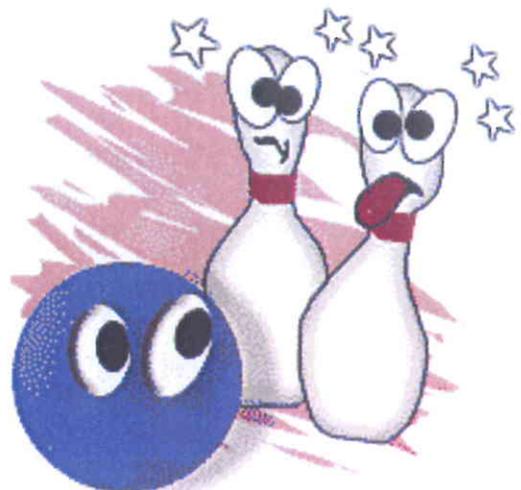
Am 26. Januar 2011 hieß es: Die Kugel rollt!

Wir, vom Inselhus, wollten es zum ersten Mal wissen, wie es ist, auf einer richtigen Bahn zu bowlen. Da wir immer fleißig geübt hatten, klappte es auch auf Anhieb. Das Bowling hat uns sehr gut gefallen und wir haben uns vorgenommen, es jetzt 1 x im Monat beizubehalten.

Der Punktestand sah wie folgt aus:

Sieger	mit 108 Punkten	Axel Friedel
danach folgten:	mit 102 Punkten	Annelore B.
	mit 101 Punkten	Bodo K.
	mit 89 Punkten	Ingrid D.
	mit 72 Punkten	Hannelore B.
	mit 72 Punkten	Manfred H.

„Dat Inselhus“



Himbeer-Dessert

Zutaten:

- 1 Liter Schlagsahne
- 1 – 2 Packungen gefrorene Himbeeren
- 2 Packungen unbehandeltes Baiser
- 3 – 4 Päckchen Sahnesteif

1. Sahne mit Sahnesteif (ohne Vanillezucker) sämig schlagen
2. schichtweise in die Schüssel geben:
 - Baiser zerkrümeln
 - Himbeeren verteilen
 - Sahne darüber geben
 - zuoberst Baiser
3. anschließend 4 – 5 Stunden in den Kühlschrank



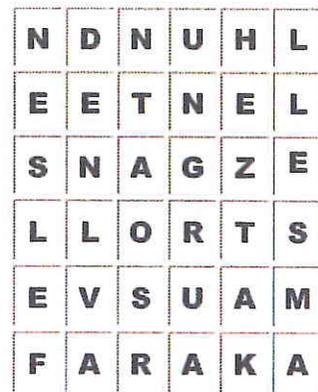
Guten Appetit!

Zum Schmunzeln

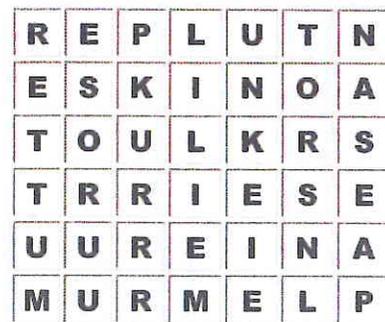


Eine kleine Schildkröte klettert einen hohen Baum hoch. Oben angekommen streckt sie alle Viere von sich und springt einfach runter. Sie schlägt hart auf dem Boden auf. Die Schildkröte kraxelt erneut rauf, springt – wieder ein harter Aufprall. Beim zehnten Fall sagen zwei Adler auf dem Nachbarbaum: „Wir sollten ihr langsam mal sagen, dass sie nur adoptiert ist.“

Suchrätsel



Amsel - Ara - Ente - Felsen - Gans
Hund - Katze - Maus - Troll - Vogel



Ina - Kur - Lilie - Murmel
Mutter - Nase - Nelke - Riese
Rose - Rum - Ski - Skin
Tor - Tulpe - Ulk - Uri

Thema: Berufe



- | | | | |
|----|------------|----|--------------|
| 1 | Anwalt | 13 | Lehrer |
| 2 | Apotheker | 14 | Maler |
| 3 | Arzt | 15 | Maurer |
| 4 | Bergmann | 16 | Metzger |
| 5 | Brauer | 17 | Pastor |
| 6 | Clown | 18 | Richter |
| 7 | Dachdecker | 19 | Schauspieler |
| 8 | Elektriker | 20 | Schreiner |
| 9 | Erzieher | 21 | Sportler |
| 10 | Fischer | 22 | Taxifahrer |
| 11 | Kaufmann | 23 | Tischler |
| 12 | Koch | 24 | Uhrmacher |

Herausgeber: HESTIA
Pflege- und Heimeinrichtung GmbH

Redaktion: D. Behrend, A. Redieck,
J. Ziethen, R. Jesse,
S. Fritz, C. Vierk, D. Siemund,
C. Ottensmeier, S. Käfer

Impressum

E-Mail: claudia.vierk@hestia-hst.de
Druck: TYBE Druck Stralsund
Auflage: 300 Exemplare