

# zitha NEWS

ZEITUNG VUN ZITHA SENIOR

N°8

DEZEMBER  
2016



In diesem Heft

S. 6 Le dossier de Soins Partagé

S. 12 Ouverture du Foyer Bourbon

S. 16 Neubau: Seniorenresidenz Bethanien

S. 18 Fête des jubilés

zitha   
senior



Titelfoto:  
Fête des jubilés  
© Patrick Bück / ZithaSenior



## Seite 4

"Feste und Bräuche im Jahresverlauf"

Tradition und Brauchtumsgeschichte in der  
Seniorie St Joseph Consdorf



## Seite 8

Spezialisierte Betreu-  
ung in der Seniorie

Rehabilitation einer  
Bewohnerin



## Seite 9

Konferenz mit Pater Dr.  
Reinhard Körner

„Auf Weisheit hören - was  
religiöse und religionslose  
Menschen verbindet“



## Seite 10

Testimonial: Mitarbeiter  
im Gespräch

Nora Berscheid berichtet  
über ihr Praktikum in  
der Seniorie Ste Zithe  
Contern



©sxc.hu/ Rasto Belan

## Seite 11

Exerzitien für Ungeübte

"Ich gehe in die Stille, um  
auf das zu hören, was Gott  
von mir will"



## Seite 13

Der neue „RTS“

Die neue Arbeitsregelung  
für Mitarbeiter bei  
ZithaSenior



## Seite 14

Entdeckung anderer  
Welten...

Ein Bericht über  
den Besuch von  
Demenzdörfern



## Seite 17

Brand in der Seniorie  
St Joseph Consdorf

Über die Wichtigkeit  
der internen  
Evakuierungsfort-  
bildungen



## Seite 19

Voeux 2017

ZithaSenior wünsch  
schéi Feierdeeg



## Seite 20

Malawi und St. Gabriel's  
Hospital

Medizinstudentin  
Nathalie Münster  
unterwegs in Malawi

## Seite 22/23

Die Kunst der kleinen  
Schritte

Ein Gebet nach  
Antoine de Saint-Exupéry



## Liebe Leserinnen und Leser, liebe Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter,



Ein ereignisreiches Jahr neigt sich dem Ende zu. Vieles ist in der Welt geschehen und so Manches hat sich verändert. Wie Sie in dieser Ausgabe sehen werden, hat auch bei ZithaSenior die Entwicklung nicht Halt gemacht. Wir sind froh, dass sich 2016 eine Reihe neue Perspektiven aufgezeigt hat und wir wichtige Weichen für die Zukunft gestellt haben.

Danken möchte ich auch in diesem Jahr allen unseren engagierten und mit viel Herz und Liebe tätigen MitarbeiterInnen. Wir wissen, dass Ihre Arbeit oft nicht leicht ist, und vertrauen darauf, dass Sie sich dennoch immer wieder zum Wohle unserer Bewohner und Pensionäre einsetzen. Seien Sie sich des Dankes und der Anerkennung durch den gesamten Verwaltungsrat sicher.

Für das Weihnachtsfest und das kommende Jahr wünsche ich Ihnen, liebe MitarbeiterInnen und liebe Freunde von ZithaSenior, persönliches Wohlergehen und eine Zeit der Ruhe und Entspannung, damit Sie das neue Jahr mit Zuversicht und Gelassenheit beginnen werden. Mich haben in diesem Jahr die auf Seite 23 abgedruckten Worte von Antoine de Saint-Exupéry angesprochen. Es würde mich freuen, wenn dieses Gebet Ihnen nicht nur Nachdenklichkeit, sondern neue Hoffnung vermitteln würde. Dies wünsche ich Ihnen für 2017.

Mit herzlichem Gruß

## Mesdames, Messieurs, Chers collaboratrices et collaborateurs,



Nous approchons la clôture d'une année riche en évènements et en changements dans le monde, ainsi que dans notre entreprise. Comme annoncé précédemment, ZithaSenior se développe et se diversifie. C'est avec une certaine fierté que nous observons l'année écoulée, où nous avons tracé de nouvelles perspectives et posé les voies pour l'avenir.

Nous souhaitons exprimer notre profonde gratitude envers tous nos collaborateurs qui s'engagent au quotidien avec passion et dévouement au service des personnes âgées. Le travail en gériatrie reste un défi de tous les jours qui sans aucun doute confronte avec ses propres limites et demande une motivation approfondie pour des prises en charge exigeantes. Les membres du conseil d'administration savent apprécier ces efforts fournis et expriment leur remerciement.

En vue des fêtes de fin d'année, nous adressons aux collaborateurs et amis de ZithaSenior nos meilleurs vœux de santé et de bonheur. Que la nouvelle année vous apporte sérénité et confiance dans l'avenir. En lisant les paroles de Antoine de Saint-Exupéry reprises page 22 nous pensons qu'au delà de la réflexion, l'espoir renaîtra toujours.

Bien cordialement



*Dr Carine Federspiel*  
Présidente du comité de direction  
ZithaSenior



*Hans Jürgen Goetzke*  
Directeur Général  
Fondation Ste Zithe



## „Feste und Bräuche im Jahresverlauf“

Mitarbeiter des Betreuungsteams fragen sich oft wie man den Aktivitäten- und Veranstaltungsplan für unsere Bewohner „attraktiver“ oder „moderner“ gestalten kann. Wir in Consdorf haben uns gefragt: Welche Feste sind wirklich wichtig für die Bewohner? Welche Alltagsbräuche hat der Bewohner in seiner Präsenzzeit gelebt? Was bedeutet das für die Begleitung demenziell veränderter Bewohner?

Basierend auf diesem Hintergrund haben wir eine festliche Jahresplanung entworfen, die einen Ideenkatalog zu fast allen traditionellen luxemburgischen Festen und Bräuchen beinhaltet. Dieser Ideenkatalog ist eine Kombination aus dem katholischen Kirchenjahr und dem gregorianischen Kalender, an welchem sich unsere Generation heutzutage orientiert. Unsere Bewohner mit demenzieller Veränderung

### Tradition und Brauchtumsgeschichte integriert im Betreuungsalltag der Seniorie St Joseph Consdorf

sind jedoch überwiegend vom Kirchenjahr geprägt, da Luxemburg eine starke katholische Brauchtumsgeschichte hat.

Früher wurde alles im Leben nach festen Regeln durchgeführt. Die Bauern hatten ihre Bauernregeln, es gab feste Rituale rund um das Essen (z.B. Aufstehen durfte man erst, wenn der Letzte fertig war; es wurde vor dem Essen gebetet) und vor Allem die christlichen Feiertage hatten ihre festen Bräuche (z.B. an Aschermittwoch und Karfreitag wurde kein Fleisch gegessen).

Demenziell veränderte Bewohner bekommen durch das Einhalten von geprägten Regeln, Sicherheit, Vertrauen, Normalität und ein „Daheimgefühl“ vermittelt.

Am „Fetten Donneschdeg“, dem Anfang der luxemburgischen Fastnacht, werden traditionell „Fueskichelcher“, „Mäisercher“ und andere Leckereien gebacken. Das Menü einer Kochgruppe könnte aus Gemüsesuppe und klassischem „Eisekuchen“ bestehen. Am „Léiffraweschdag“, dem größten Marienfest im Jahr, wird ein Bündel aus verschiedenen Kräutern, Getreide- und Gemüsesorten gebunden und in der Messe gesegnet. Dieser soll





Glück für Haus, Familie und Tiere bringen, sowie vor Naturkatastrophen schützen. Hier besteht die Möglichkeit mit den Bewohnern zusammen in den naheliegenden Feldern oder dem hauseigenen Garten Getreide, Gemüse und Kräuter zu sammeln und zu einem „Krautwäsch“ zu binden. Durch die stimulierende Wirkung der verschiedenen Pflanzen über den Seh-, Tast- und Geruchssinn, werden Erinnerungen geweckt, die auch bei Bewohnern, die sonst eher weniger gesprächig sind, eine Plauderstimmung aufkommen lässt.

Neben den christlichen Bräuchen, beinhaltet die Jahresplanung aber auch landestypische Ausflüge, z.B. eine Fahrt auf der „Princesse Marie-Astrid“ oder der Besuch der Schobermesse, sowie mehrtägige Ausflüge mit Übernachtung, hausinterne Feste und Konzerte. Die Planung für das Jahr 2017 ist schon in vollem Gange.



Lorraine LUTGEN

*Ergothérapeute*

*Seniorie St Joseph Consdorf*

# Le Dossier de Soins Partagé

*ZithaSenior est prêt  
pour le DSP*

Le DSP (Dossier de Soins Partagé) est le dossier électronique d'échange et de partage de données de santé.

C'est un outil collaboratif entre professionnels de santé et à la disposition du patient. Il a pour but de faciliter la communication entre les différents acteurs de santé et d'assurer une meilleure prise en charge coordonnée qui favorisera la continuité des soins. Le DSP ne se substitue pas aux dossiers professionnels.

Le dossier informatisé du résidant est en place chez ZithaSenior depuis une dizaine d'années. Les derniers mois il a été revu, développé et adapté en profondeur avec l'objectif de passer en 2017 à une documentation sans papier.

ZithaSenior est novatrice avec son approche intégrée du dossier informatisé qui ne comporte pas uniquement le volet soins mais surtout aussi le volet médical.

Avec un accès à distance sécurisé via Healthnet tous les praticiens agréés chez ZithaSenior peuvent consulter et inscrire leurs observations et prescriptions. Tous les diagnostics sont saisis selon la classification internationale et leur évolution est continuellement documentée.

Non seulement les maisons de soins de ZithaSenior à Luxembourg, Pétange, Contern et Consdorf, mais aussi ZithaMobil, le réseau d'aide et de soins à domicile et ZithaAktiv, le centre de la mémoire et de la mobilité, ainsi que le Foyer de jour pour personnes âgées sont équipés avec

les meilleurs outils informatiques permettant l'encodage immédiat des prestations d'évaluation, de diagnostic, de soins et de traitement.

Les collaborateurs de ZithaSenior ont été instruits pour la manipulation aisée du logiciel installé sur des ordinateurs portables.

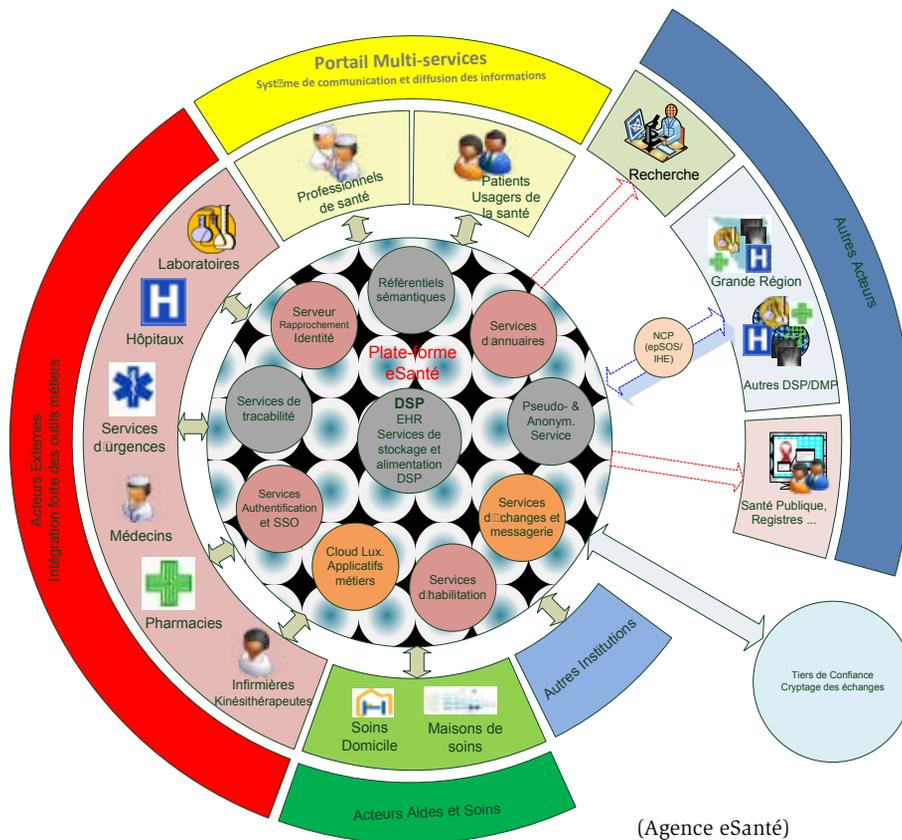
Au moment du transfert d'un résident par exemple pour une hospitalisation un résumé clinique actualisé peut être édité à tout moment.

Le principe du traçage permet d'identifier chaque agent prestataire, ainsi que de retrouver toutes les inscriptions.





Le schéma suivant détaille la place de la plateforme eSanté dans l'écosystème de la santé au Luxembourg



La plateforme se situe au coeur des échanges de santé, et ses nombreux services sont à la disposition de tous les acteurs.

Le DSP (Dossier de Soins Partagé) est le dossier électronique d'échange et de partage de données de santé. C'est un outil collaboratif entre professionnels de santé et à la disposition du patient. Il a pour but de faciliter la communication entre les différents acteurs de santé et d'assurer une meilleure prise en charge coordonnée qui favorisera la continuité des soins. Le DSP ne se substitue pas aux dossiers professionnels. (Agence eSanté)

En plus du dossier traditionnel comportant la démarche de soins, les traitements et les transmissions professionnelles, le dossier de chaque résidant comporte les résultats de ses évaluations individuelles dans les domaines fonctionnel, moteur, cognitif, émotionnel, nutritionnel, ainsi que l'évaluation de la douleur et le suivi des risques. Les risques suivis concernent la confusion, la dépression, les chutes, les escarres, la sarcopénie, la dénutrition et la poly-médication. Ces éléments fournissent mensuellement le tableau de bord suivi par les directions afin de piloter leurs services.

Ainsi ZithaSenior s'est préparé dans le domaine du dossier informatisé pour adhérer au projet national mené par E-Santé.

Dans les prochains mois de nouvelles adaptations s'imposeront suite à la mise en vigueur de la nouvelle loi sur la réforme de l'assurance dépendance, mais somme toutes le dossier actuel de ZithaSenior comporte tous les éléments fondamentaux du futur cahier de charges, qui devra néanmoins être transposé techniquement.



Dr Carine FEDERSPIEL  
Direction ZithaSenior



## Spezialisierte Betreuung in der Seniorie

Frau Müller (\*) ist am 3. März 2016 bei uns in der Seniorie St Joseph Consdorf eingezogen. Davor lag sie, aufgrund eines Traumas mit subarachnoidaler Blutung, über 3 Monate im Krankenhaus. Durch dieses Trauma und dem darauffolgenden Apoplex, entwickelte sie eine Hemiparese rechts und eine Aphasie die sie im Alltag stark einschränkten. Ein selbständiges Leben zu Hause war nur noch sehr schwer vorstellbar.

Trotz dieser Rückschläge war Frau Müller motiviert ein Stück Autonomie zurück zu gewinnen. Ihr Ziel war es, wieder gehen zu können. Nach dieser gemeinsam getroffenen Zielvereinbarung, erhielt sie regelmäßig Physio- und Ergotherapie. Kleine Steigerungen, die sehr schnell erzielt wurden, wie zum Beispiel den Transfer vom Rollstuhl in den Stand und wieder zurück, bestärkten die Bewohnerin in ihrem Vorhaben. Aufgrund dieser Erfolge baute sie zudem ein gewisses

Vertrauensverhältnis zum Personal auf.

In einem weiteren Stadium zielte die Therapie auf den Aufbau der Kniekontrolle auf der betroffenen Seite, so dass Frau Müller hier wieder eine Standbeinphase entwickeln konnte. Nach einigen Trainingseinheiten hatte sie auch dieses Zwischenziel erreicht und war bereit die ersten Schritte mit zwei Hilfspersonen, auf einer kleinen Strecke auszuführen. Aus der kleinen Strecke wurde nach und nach eine immer längere Strecke und aus den zwei Hilfspersonen wurden schrittweise nur noch eine Hilfsperson und eine Unterarmgehstütze.

Mittlerweile kann sich die Bewohnerin mit diesen beiden Stützen fortbewegen und ist sehr stolz auf ihre erreichten Ziele.

Durch den starken Willen von Frau Müller und die Mithilfe des gesamten

Pflege- und Betreuungspersonals, das täglich mit Frau Müller kleinere Strecken geübt hat, wurde dieses positive Ergebnis erreicht. Um den erlangten Status Quo zu stabilisieren und gegebenenfalls noch weiter zu verbessern, wird weiterhin regelmäßig und sehr gezielt mit der Bewohnerin trainiert. Der hier erzielte Erfolg kann als ein Paradebeispiel für eine geglückte Rehabilitation eines Pflegeheimbewohners mit schweren funktionellen Einschränkungen angesehen werden und hebt die Sinnhaftigkeit von hochspezialisierten Betreuungskräften in der Altenpflege hervor.

(\*) = Name geändert



Steven IGEL

*Kinésithérapeute*

*Seniorie St Joseph Consdorf*



## Ein Rückblick: Konferenz zum Thema "Auf Weisheit hören – was religiöse und religionslose Menschen verbindet" mit Pater Dr. Reinhard Körner

CONFERENCES  
ZITHA



© Pater Dr. Reinhard Körner

Es ist Montag, der 17. Oktober 2016 kurz nach 19 Uhr, als sich Pater Dr. Reinhard Körner nach der Begrüßung von Hans Jürgen Goetzke, im Konferenzraum der Franziskanerinnen in der rue Gaston Diderich hinter das Mikrophon stellt. Ein Flipchart ist aufgestellt, auf dem mit blauem Filzstift das Konferenzthema steht. Pater Körner hat es selbst darauf geschrieben und liest es zur Eröffnung vor: „Auf Weisheit hören – Was religiöse und religionslose Menschen verbindet.“ Der Karmelit in braunem Habit beginnt die diesjährige Konferenz der Fondation Ste Zithe zunächst mit der Erläuterung der Begrifflichkeiten, was bedeutet es überhaupt religiös, religionslos oder gar atheistisch zu sein? Die Komplexität des Themas liegt auf der Hand, denn ein Schubladendenken mit Zuordnung in Kategorien gestaltet sich als schwierig: In welche Schublade passen zum Beispiel spirituelle Menschen hinein, die sich keiner Religion zugehörig fühlen? Was bedeutet Spiritualität?

In Luxemburg wächst die Anzahl der Religionslosen um zwei drittel. In Deutschland haben ein drittel keine Religion. „In der ehemaligen DDR in der ich aufwuchs“, so Pater Dr. Reinhard Körner, „gab es damals 14% Christen und 86% Religionslose oder bzw. „Normale“ wie sich Religionslose dort selber bezeichneten“ fügt er schmunzelnd hinzu. „Wir sind zuerst Menschen“ sagt Pater Reinhard und beruft sich dabei auf die Schöpfung des Menschen in der Bibel, Gott erschuf diesen ungeachtet jeglicher Religion oder Weltanschauung.

Doch was verbindet Menschen? Pater Körners Antwort und These darauf lautet: Auf Weisheit hören.

Dahinter steckt eine recht einfache Herangehensweise, die im Wort selbst liegt: Weisheit bedeutet auf etwas hinweisen, eine weisende Richtung

haben. Weisheit, die mich weiterweist und weiterbringt. Pater Körner sagt, dass vor allem spirituelle Menschen immer nach Weisheit/ weisender Wahrheit suchen und ganz bewusst auf diese hören. Eine Weisheit oder auch Erkenntnis kann nicht nur angenehmer sondern auch unangenehmer Natur sein, der Umgang damit liegt in der individuellen Natur des Menschen: Das alte Testament nennt dazu drei Umgangsformen mit Wahrheiten, die Pater Körner zitiert: Ersterer ist der kluge Umgang mit Weisheit, sie bedeutet sich der Weisheit zu öffnen und diese zulassen. Die zweite Art und Weise ist die törichte – der Mensch hat in diesem Fall für diese Weisheit kein Ohr – er hat nichts damit zu tun. Die dritte Umgangsform ist die frevelhafte Art und Weise: In diesem Fall ist Weisheit für den Menschen hörbar, sie wird jedoch so angepasst, dass es für den Mensch als Person am angenehmsten ist. Es entsteht eine manipulierte Wahrheit, die man sich zu Nutze macht und bewusst verdreht wird, um eventuellen Unannehmlichkeiten aus dem Weg zu gehen. „Denken Sie mal an die Menschen in ihrer Umgebung und da werden sie schnell feststellen, wie andere das tun“, so Pater Körner und fügt wieder mit einem Schmunzeln hinzu: „Und weil das mit Anderen so gut klappt, schaffen Sie es auch bei sich selbst Ihre Umgangsform mit Weisheiten zu erkennen“.

„Weisheit kann vor viel Unrecht bewahren“, so Pater Körner und Weisheiten können unabhängig von jeder Religion, spiritueller Ausrichtung, Religionszugehörigkeit oder von Atheisten verstanden werden, auf Gemeinsames zurückgreifen und somit verbinden. Beispiele dafür sind vielfältig – es kann ein Satz aus einem Buch sein, von dem jemand fasziniert

ist oder eine gemeinsame Erkenntnis etc. Sie wird im Inneren wahrgenommen und zeigt sich oftmals auch spontan in Form einer Erkenntnis. Diese Wahrheiten können gleichermaßen von vielen oder allen Menschen wahrgenommen werden und somit verbinden. Lediglich der Umgang mit weisenden Wahrheiten kann sich unterscheiden, denn dieser obliegt dem individuellen Empfänger selbst.

Vor allem in der Kommunikation ist es wichtig, auf weisende Wahrheit zu hören. Pater Körners Erfahrung ist es, dass Christen oder andere Religionen in der Kommunikation dort versagen: Es bringe nichts mit Glaubenssätzen Menschen zu bekehren. Jemand der religionslos ist, nimmt dazu eine ablehnende Haltung an. Die Kommunikation bricht ab. Kirche habe ihre eigene Kommunikation, die für „Außenstehende“ unverständlich ist, kritisiert Pater Körner. Eine Kommunikation, die hingegen auf der Grundaktivität des bewussten Hörens und vorbehaltlosem Zulassens weisender Wahrheit besteht, kann Menschen auch in Ländern, in denen Säkularisierung stattfindet verbinden. Die Kirche im Allgemeinen hat verlernt in dieser Art und Weise zu kommunizieren und steht genau vor dieser Herausforderung.



Nina Simon

Assistante à la Direction  
Fondation Ste Zithe



**“Ich habe wunderbare Menschen kennengelernt, die voller Freude und Dankbarkeit sind”**

—  
Stagiaire  
Nora BERSCHIED  
berichtet über  
ihre Erfahrungen in der  
Seniorie Ste Zithe Contern  
—

Ich war sehr aufgeregt, als ich am 1. August 2016 zum ersten Mal die Türen der Seniorie Ste Zithe Contern durchquerte. So richtig vorstellen konnte ich mir den Ablauf der folgenden Tage und meine Arbeit in dem Moment noch nicht. Viele Ängste und Unsicherheiten schwebten mir durch den Kopf. Als angehende Grundschullehrerin bin ich es gewohnt mit Kindern und Jugendlichen zu arbeiten; die Arbeit mit Senioren aber war eine neue Herausforderung für mich. Meine Ängste wurden mir jedoch schnell genommen. Das multidisziplinäre Team hat mich sogleich herzlich in seinen Kreis aufgenommen und mir viele Tipps und Hintergrundinformationen gegeben. Ihnen verdanke ich auch, dass es mir sehr schnell gelang eine gute Beziehung zu den Bewohnern aufzubauen. Meine Freude mit den Bewohnern und meinen Arbeitskollegen zu arbeiten stieg täglich. Innerhalb kurzer Zeit lernte ich sehr viel dazu und fühlte mich immer gelassener und schon bald als Teil des Teams.

In den zwei Wochen konnte ich bei den vielfältigen Aktivitäten auch erkennen wie Mitarbeiter unterschiedlicher Berufsgruppen jeweils mit den Bewohnern umgingen. Als angehende Pädagogin kann ich aus kritischer Sicht behaupten, dass alle Beteiligten eine bemerkenswerte und effiziente Arbeit leisten. Auch wenn jeder eine andere Beziehung zu den verschiedenen Bewohnern hat, merkt man deutlich, dass die Bewohner den Betreuern ans Herz gewachsen sind. Aus einer gewissen Distanz konnte ich erkennen wie hilfsbereit und aufmerksam sich die Betreuer verhalten.

Insgesamt habe ich das Arbeitsklima und den Umgang der Mitarbeiter der Seniorie Sainte Zithe Contern sehr genossen.

Wie in jeder großen Einrichtung werden auch hier Mitarbeiter täglich mit neuen Problemen konfrontiert, die vom Personal schnell und professionell gelöst werden, um den Bewohnern das Leben so angenehm wie möglich zu gestalten.

In meiner Zeit in der Seniorie konnte ich verschiedene Bewohner besser kennenlernen und eine Beziehung zu ihnen aufbauen. Zusammen haben wir Spaziergänge unternommen, gesungen, genäht, getanzt und außerdem viele interessante Gespräche geführt. Diese Erfahrung hat mich sehr bereichert, denn ich habe dort wunderbare Menschen kennengelernt, die voller Freude und Dankbarkeit sind und die mir über die zwei Wochen richtig ans Herz gewachsen sind.

Schlussendlich möchte ich mich herzlich bei der Direktion bedanken, die es mir ermöglicht hat hier zu arbeiten und dass ich so viele neue Erfahrungen sammeln durfte. Aber auch großer Dank gilt den liebevollen Bewohnern, mit denen ich gearbeitet, diskutiert und gelacht habe.

Ein besonderer Dank möchte dem Betreuungsteam aussprechen, das mich so gut aufgenommen hat und das mir so viel mit auf den Weg gegeben hat. Es hat mir ermöglicht, eine schöne Verbindung zu den Bewohnern aufzubauen.

Ich wünsche mir aus ganzem Herzen, dass die Bewohner trotz ihrer Ängste stark bleiben und ihre oft bewundernswerte Lebensfreude nicht verlieren.

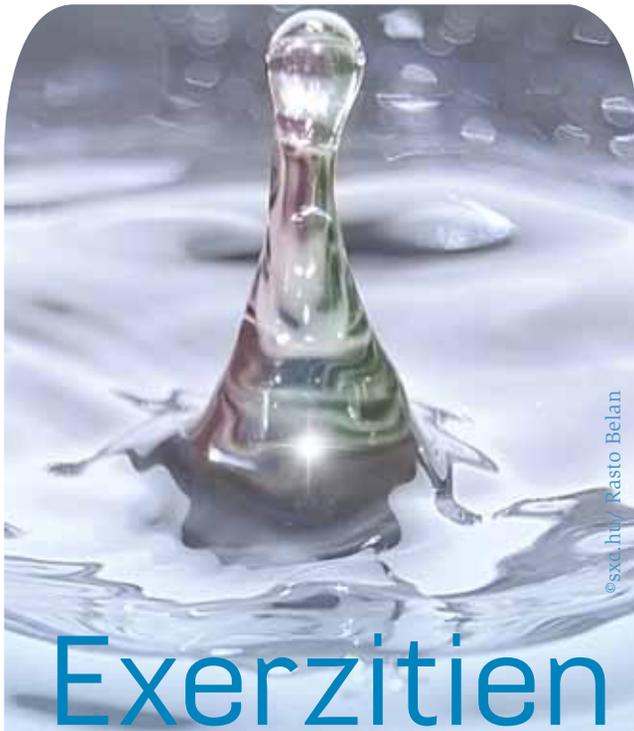
Nora BERSCHIED

Stagiaire

Seniorie Ste Zithe Contern

Tertiar  
Karmelitinnen

la source



# Exerzitien

„Ich gehe in die Stille, um auf das zu hören, was Gott von mir will“

*Exerzitien für „Ungeübte“*

Mit einem gewissen Augenzwinkern wurde dieser Titel für das Exerzitienangebot in la Source ausgewählt. Ab November 2016 bietet la Source Exerzitien an. An drei Wochenenden 2016/2017 - jeweils von Freitagabend bis Sonntagvormittag - wird Gelegenheit geboten sich in kleinen Schritten in diese besondere Form bewusster Zurückgezogenheit einzuüben.

Exerzitien sind Tage in denen man sich aus dem Trubel des Alltages zurückzieht, um auf das Auf und Ab des eigenen Lebens zu schauen und Zeit zu haben, sich zu fragen, was die Quellen des eigenen Lebens sind und sich wieder neu der eigenen Mitte bewusst zu werden und zu überprüfen, ob der christliche Glaube hier Orientierung geben kann.

Anders als für Ordensangehörige oder Exerzitienkundige, klingen für viele „Ungeübte“ zwei Worte in der Überschrift fremd : Stille und Gott.

Stille ist im beruflichen und familiären Alltag wenig zu finden. In einer immer hektischeren Zeit

## Termine

- 17. -19. März 2017  
Anmeldung möglich bis 20. Februar 2017
- 10. - 12. November 2017  
Anmeldung möglich bis 16. Oktober 2017

## Die Referentinnen

- Soeur Myriam Ney  
Dipl. Sozialpädagogin (FH)  
Dipl. Pädagogin, Dr. paed.  
Gesprächstherapeutin  
Karmelitische Exerzitienbegleiterin
- Angelika Nettenmann  
Yogalehrerin BDY / EYU  
Yogatherapeutin i.A.  
Bankfachwirtin
- Elisabeth Weber-Juncker  
Dipl. Theologin  
Gesprächstherapeutin  
Psychoonkologin  
Coach

mit ihren multidigitalen Medien ist Stille - wirkliche Stille - für viele nur schwer auszuhalten. Dabei ist Stille nicht passiv, sondern sie ist eine Handlung und eine kraftvolle dazu. Allerdings sind die meisten Menschen darin ungeübt. Deshalb verstehen sich diese Exerzitien auch als eine Einladung an alle, die eine Sehnsucht nach Stille in sich tragen, ohne diese bewußt eingeübt zu haben.

Die angebotenen Exerzitien orientieren sich an der Form der Karmelitischen Exerzitien, in denen im Schweigen diese Tage gelebt werden und in denen es durch die Exerzitienbegleiterinnen zwei Impulse zum Nachdenken, Meditieren und Beten geben wird. Atem- und Körperübungen begleiten diesen Weg in die Stille unterstützend. Als eigentlicher Gesprächspartner soll Gott bewusst gesucht werden.

Es ist sonst kein weiteres Programm vorgegeben. Jeder kann sich auf seine Weise der Besinnung hingeben, wobei auch Schlaf nachholen und Spaziergehen in der Natur ihren Platz haben dürfen.



**Elisabeth Weber-Juncker**

*Referentin für Theologie*

*und Palliative Care*

*Fondation Ste Zithe*



# Foyer Bourbon

*Ouverture du Foyer de jour -  
30, rue Ste Zithe, L-2763 Luxembourg*

**Le nouveau foyer de jour « Foyer Bourbon » a ouvert ses portes au 30, rue Ste Zithe.**

**Depuis plus d'un an les soignants de ZithaMobil interviennent au domicile des personnes âgées pour leur offrir toutes les prestations couvertes par l'assurance dépendance, ainsi que tous les actes infirmiers. Mais un grand nombre de personnes âgées concernées demandent, en plus des gardes individuelles qui leur sont proposées à leur domicile, de pouvoir profiter des activités de soutien spécialisé pour rompre d'un côté avec la solitude et de l'autre côté pour profiter de la prise en charge qualifiée par des thérapeutes spécialisés en gériatrie.**

L'accueil au foyer de jour est possible tous les jours de la semaine entre 9.00 et 17.00. Le transport accompagné du domicile vers le foyer est assuré par nos minibus et les horaires sont convenus individuellement.

Suite à l'analyse personnalisée des besoins des visiteurs différentes activités sont proposées aussi bien le matin que l'après-midi. Un accent particulier est mis sur la convivialité soutenue par une cuisine du terroir préparée tous les jours sur place. L'objectif principal de la prise en

charge en foyer de jour est l'aide au maintien à domicile. De plus en plus de seniors désirent rester dans leur domicile privé, même quand un certain besoin d'aide dans la vie quotidienne devient manifeste.

Pour ZithaSenior l'agencement des prestations proposées aux seniors à domicile se base sur une parfaite confiance mutuelle. Les seniors demandent à voir les mêmes personnes de contact, qu'ils connaissent et à qui ils se confient. ZithaSenior gère les informations qui concernent ses clients avec grand respect et confidentialité. Chaque senior est considéré pour son unicité, les désirs de chacun sont écoutés et selon le principe d'une prise en charge globale médico-psycho-sociale autour de la personne, un programme individualisé est établi sur mesure.

Concrètement le nombre et le type d'interventions à domicile est décidé communément selon les attentes personnelles, la fréquentation du foyer de jour et une option choisie selon la demande et le besoin du client.

En fonction des maladies et des besoins individuels des prises en charge en soins propres dits, des activités d'appui à l'indépendance par des spécialistes, ainsi que des activités

d'accompagnement sont proposées et adaptées chaque semaine. En présence de troubles de la mémoire ou de difficultés à l'orientation un encadrement rapproché et sécurisant est organisé.

Le partenaire ou l'aidant informel du client est le bienvenu pour participer aussi à certaines activités par exemple dans le domaine de la relaxation, de la gymnastique douce ou alors à l'occasion d'excursions ou de promenades. Des séances d'information et de guidance sont organisées chaque mois permettant d'actualiser divers thèmes par exemple au sujet du vieillissement, des aides techniques à domicile, de l'organisation des aides à domicile ou de démarches administratives.

Le programme hebdomadaire des activités d'appui et d'accompagnement est coordonné par un ergothérapeute diplômé, qui organise les interventions ciblées de son équipe composée d'éducateurs et d'aides socio-familiales.



**Dr Carine FEDERSPIEL**  
*Direction ZithaSenior*



# Ressources humaines

## Der neue „RTS“

Seit dem 1. Oktober 2016 ist der neue « RTS » in Kraft getreten.

Der RTS – der Name steht für „Régime de Travail d'un Service“, bestimmt die Arbeitsreglung aller Mitarbeiter von ZithaSenior. Der RTS ersetzt den derzeit gültigen « ROI », also „Règlement d'Ordre Interieur“. Er wurde zwischen den Beauftragten der vier Personalvertretungen sowie der Direktion von ZithaSenior verhandelt und unterzeichnet.

Der RTS ist der luxemburgischen Gesetzgebung sowie den Kollektivverträgen FHL und SAS angepasst. Während den Verhandlungen ist fortwährend auf die Unternehmenspraxis der vier Seniorien geachtet worden. So konnte in allen Punkten ein Konsens oder zumindest ein Kompromiss gefunden werden.

Die Direktionsmitglieder stellten gemeinsam mit den Personal- und Gewerkschaftsvertretern den neuen Text in den vier Seniorien vor. Hierdurch wurde ein Einblick in die wichtigsten Prinzipien der überarbeiteten Arbeitszeiten und ein Beitrag zur Diskussion rund um die Neuerungen gewährleistet.

Das Dokument liegt in französischer und deutscher Sprache vor.



Danielle Minn

*Coordinatrice Ressources humaines*

*Seniorie St Joseph Pétange*



### Das Wichtigste in Kürze :

- Der Arbeitszeitplan wird spätestens 7 Werktage vor seinem Inkrafttreten veröffentlicht.
- Die tägliche Arbeitszeit darf nicht unterhalb der Regelarbeitszeit des jeweiligen Beschäftigungsgrades geplant werden (z.B. bei einem Beschäftigungsgrad von 75% sind das 6 Stunden).
- Mitarbeiter, die länger als 5 Stunden am Stück arbeiten, haben Anspruch auf eine ununterbrochene tägliche bezahlte Pause von 15 Minuten.
- Bei Konflikten bezüglich der Urlaubszeiten zwischen Mitarbeiter und Vorgesetzten, können Mitglieder von Direktion und Personalvertretung zur Schlichtung hinzugezogen werden.
- Anträge auf Sonderwünsche (desiderata) werden soweit wie möglich berücksichtigt und genehmigt. Sie müssen bis spätestens zum 10. des Monats eingereicht werden, der demjenigen vorausgeht, auf den sie sich beziehen.
- Piercings und Tätowierung sind zulässig insofern sie diskret und nicht provokativ sind. Es ist dem jeweiligen Direktor/in der Seniorie vorbehalten hierüber zu entscheiden.
- Dem Personal werden Pausenräume zur Verfügung gestellt.



## Entdeckung anderer Welten...

**Mit der Versorgung demenziell erkrankter Menschen werden unsere Einrichtungen täglich vor vielseitige Herausforderungen gestellt. Denn Menschen mit Demenz leben zunehmend in ihrer eigenen Welt!**

Durch die Veränderung der Selbst- und Umweltwahrnehmung, durch Orientierungsprobleme, Konzentrationsprobleme, Sprachstörungen, Vergesslichkeit, Beeinträchtigungen des Denkvermögens und dem körperlichen Abbau kommt es zunehmend zu Schwierigkeiten bei der Verrichtung alltäglicher Tätigkeiten.

Die Fähigkeit, Stimmungen und Emotionen wahrzunehmen, bleibt bis zuletzt erhalten. Menschen mit Demenz verfügen über eine Fülle von Emotionen und drücken diese auch aus. Nicht selten sind Mitarbeiter konfrontiert mit Trauer, Angst Unsicherheiten, Scham, Wut oder sogar Panik. Auch ein typisches Verhalten ist das sogenannte „Wandering“ oder der Drang zum Weg- bzw. Hinlaufen.

Eine positive Grundhaltung, Empathie und Wertschätzung in der Versorgung dieser Menschen stehen bei uns an erster Stelle. Dennoch stoßen wir aufgrund von verschiedensten Umweltfaktoren oder baulichen Voraussetzungen an unsere Grenzen und versuchen mit viel Engagement diese zu verschieben oder aufzulösen.

So stellen wir uns jeden Tag die Frage was wir in der Betreuung und Pflege dieser Menschen anpassen oder verbessern können. Mit dieser Frage machte sich eine Delegation aus unseren Einrichtungen am 27. September 2016 auf den Weg um neue Welten (Konzepte) zu entdecken.

### Besuch des AWO Seniorenzentrums Süssendell

Erster Halt war das seit März 2016 neu in Betrieb genommene AWO Seniorenzentrum Süssendell, das sogenannte „Demenzdorf“. Wie der Name schon sagt, handelt es sich um eine Pflegeeinrichtung speziell für an

Demenz erkrankte Menschen.

Empfangen wurden wir von Frau Nicole Mehr, der Einrichtungsleitung. Sie gab uns einen Einblick in das Konzept und die neue innovative Wohnform.

Eckpfeiler des Konzeptes sind das Normalitätsprinzip, die Milieuorientierung, die Personenzentrierung, Kommunikation und die Integration in die Gesellschaft.

**Auf dem Plan  
standen  
zwei  
Pflegeeinrichtungen:**

Im anschließenden Rundgang besichtigten wir die unterschiedlich gestalteten Wohnhäuser, die Werkräume und das Gelände.

Insgesamt können in der Altenpflegeeinrichtung bis zu 80 Menschen, die an Demenz erkrankt sind, leben. Die Einrichtung besteht aus fünf Wohneinheiten,

die sich um einen Platz mit zentralem Gebäudeensemble gruppieren, dem „Dorfplatz“. Die jeweiligen Eingänge der Wohneinheiten liegen in Richtung Dorfplatz und sind durch überdachte Gänge miteinander verbunden. Auf dem „Dorfplatz“ befinden sich ein Werkhof mit verschiedenen Themenräumen wie

Werkstatt, Einkaufslädchen, Gärtnerei, Backstube, Wäscherei, Näherei, Andachtsraum, Café, Wellness-Bad und Verwaltung. Dieser Platz ist Ort der Aktivität und Orientierung, hier strukturiert sich rhythmisch der Tages- Wochen- und Jahresverlauf. Das Leben in dorffähnlichen Wohn- und Lebensstrukturen („gelebte Nachbarschaft“)





bietet eine an der Normalität orientierte Tagesstruktur. Alle Gebäude in diesem Bereich sind frei zugänglich, offen und durch große Fenster gut einsehbar.

Die Wohnhäuser sind in unterschiedlichen Wohnstilen gestaltet. Bestandteil ist immer eine zentrale Wohnküche und ein Wohnzimmerbereich „die lebendige Mitte“ in dem sich das Leben abspielt. Von da aus gehen zu beiden Seiten die Bewohnerzimmer ab. Dieses sind ausschließlich Einzelzimmer mit eigenem, barrierefreiem Bad.

Das alltägliche Leben in Form häuslicher Geselligkeit und hauswirtschaftlicher Verantwortung findet innerhalb der Wohngruppen statt; dort wird gekocht, gelesen, gespielt und erzählt. Zum Arbeiten und Werken verlässt man sein eigenes Heim und kann die vielfältigen Möglichkeiten des Dorfkentrums individuell nutzen.

Die Bewohner werden durch ein multiprofessionelles Team begleitet, gepflegt und betreut. Hierzu zählen Pflegepersonal, verschiedene Therapeuten, hauswirtschaftliche Präsenzkkräfte und Alltagsbegleiter. Der Einblick zeigte, dass das mündlich vorgestellte Konzept wieder zu finden war. Es war erkennbar, dass diese Lebens- und Wohnform den Bewohnern eine bedürfnisorientierte Versorgung gewährleistet. Die bauliche Gestaltung und Vielfalt von Stimulationsmöglichkeiten ermöglichen den Bewohnern eine große Bewegungsfreiheit und Sicherheit sowie eine Vielzahl individueller, sinnstiftender Tätigkeiten.

### Besuch des AWO Walter-Heckmann Senioren- und Sozialzentrums

Nach einer kurzen Mittagspause machten wir uns auf den Weg nach Herzogenrath in das Walter-Heckmann Senioren- und Sozialzentrum der AWO.

Dort erwartete uns eine Vorstellung des „3 Welten-Konzept“ im Haus Merkstein. Empfangen wurden wir von Einrichtungsleiter Herrn Lothar Cecharowski und zwei Wohnbereichsleiterinnen, die uns das Konzept vorstellten:

Die Einrichtung „Haus Merkstein“ konzentriert sich auf die Pflege und Betreuung demenziell erkrankter Menschen in Anlehnung an das 3-Welten-Konzept aus der Schweiz. Diese Betreuungsform berücksichtigt den Verlauf einer Demenzerkrankung in der Unterteilung, leichte bis mittelschwere (1. Welt), mittelschwere bis schwere (2. Welt) und schwere (3. Welt) Demenz.

Der Leitgedanke des 3-Welten-Konzepts besteht darin, dass demenziell erkrankte Menschen im Verlauf ihrer Erkrankung drei verschiedene Erlebniswelten durchlaufen - sie gehen einher mit dem Schweregrad der Demenz.

Im Haus Merkstein werden diese drei Erlebniswelten in drei Lebensräume räumlich getrennt. Jeder der drei Bereiche/Wohnstöcke bietet Platz für 21 Bewohner die in Einzelzimmer aber auch als Doppelzimmer zur Verfügung stehen. Die Raum-, Farb- und Lichtgestaltung sowie die Pflege und Betreuung ist den Fähigkeiten und Bedürfnissen der Bewohner angepasst. Im vorderen Bereich jeder Etage befindet sich ein Gemeinschaftsbereich, in der eine Küchenzeile integriert ist. Die Anordnung der Flure

ermöglicht einen Rundlauf. Alle Räumlichkeiten sind so gestaltet, dass sie sowohl anregend wirken als auch Geborgenheit vermitteln.

Bei der Besichtigung der einzelnen „Welten“ fiel vor allem auf, dass die Wohnstöcke sehr individuell und bunt gestaltet waren.

Die 1. Welt erschien einladend und zeigte uns ein Bild für viel Raum, Privatsphäre und ein angenehmes Zusammenleben.

Die 2. Welt zeigte sich dagegen eher als chaotisch und unorganisiert. Ein Angebot an verschiedenen Materialien zum eigenen Gebrauch wie Bügelbrett, Puppen usw. säumten den Rundweg auf der Etage. Erklärt wurde uns dieses durch den Leitsatz: „Leben und Leben lassen“! Verhaltensweisen von Bewohnern werden akzeptiert, es wird kaum in das Handeln und Beschäftigen eingegriffen, solange es keinem anderen oder dem Bewohner selbst schadet.

Ein Überschwang an Dekoration und Sinnesbelebung im Sinne von Musik und Farbgestaltung erlebten wir in der 3. Welt. Das Zusammenleben und Sterben in Gemeinschaft wird hier gelebt. Eine Besonderheit dieser Welt - durch die nicht kontinuierliche Belegung der Betten wohnen und leben in diesem Bereich auch somatisch erkrankte Bewohner. Das Zusammenleben wird in dieser Einrichtung als unproblematisch wahrgenommen.



Zum Schluß stellten uns zwei Mitarbeiter der Küche, Lebensmittel und Mahlzeiten in passierter Form vor, die den individuellen Bedürfnissen und Wünschen der Bewohner angepasst sind.

Die Besichtigung dieser Einrichtung hinterließ einen etwas irritierenden Eindruck in Bezug auf eine individuell angepasste und bedürfnisorientierten Versorgung der Bewohner. Verschiedene Merkmale waren nicht eindeutig erkennbar oder für uns nicht vollständig nachzuvollziehbar.

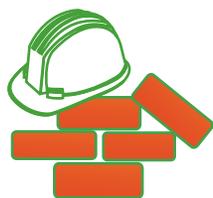
Es war ein informativer, interessanter und ereignisreicher Tag. Wir erlebten Neues aber auch uns Bekanntes, wenn auch in einer anderen Form und einem anderen Ansatz.



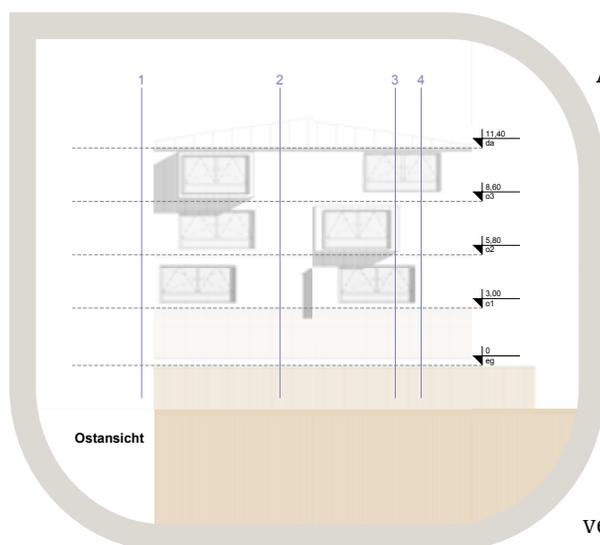
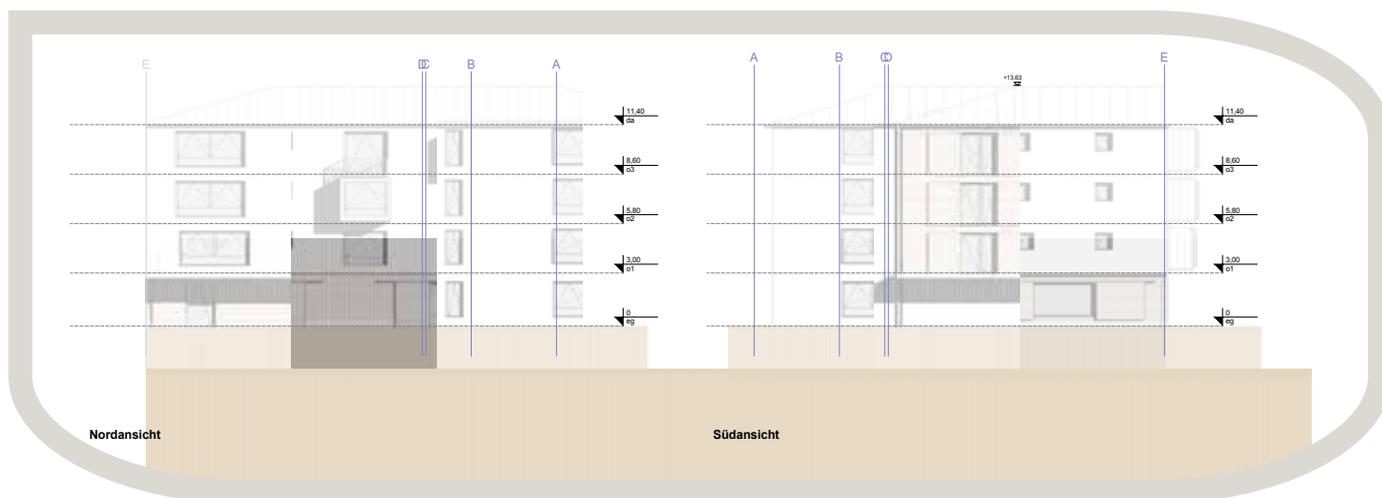
Heidi Grundhöfer

*Responsable soins et encadrement*

*Seniorie St Joseph Consdorf*



## Neues Bauprojekt: Seniorenresidenz Bethanien



In der Seniorie Pétange besteht eine rege Nachfrage zur Aufnahme von potentiellen Bewohnern welche autonom sind, jedoch geringe gesundheitliche Beeinträchtigungen oder Selbstständigkeit aufweisen. Derzeit kann die Seniorie Pétange die Aufnahme jener Kunden nicht gewährleisten.

Mit dem Konzept einer Seniorenresidenz kann dieser Klientel eine Alternative zum Pflegeheim angeboten werden.

Das Wohnhaus Bethanien II, welches bis heute als Wohngemeinschaft der Ordensschwwestern genutzt wird, wird zu einer Seniorenresidenz umgebaut.

Das Nachbarhaus von Bethanien II wurde gekauft. In der gleichen

Architektur werden zusätzliche neue Wohnungen gebaut. Die Gemeinschaft der Ordensschwwestern aus Bethanien II wird schrittweise in die Seniorie umziehen.

In Zukunft sollen die bestehende Seniorie und die neue Seniorenresidenz eng kooperieren und zusammen funktionieren. So sollen die zukünftigen Mieter der Seniorenresidenz die verschiedenen Angebote der Seniorie (ambulanten Pflegedienst, Tagesstätte, Restaurant, Cafeteria, Konzerte, Gottesdienste usw.) in Anspruch nehmen können.

Gleichzeitig entsteht mit der Seniorenresidenz der Stützpunkt des ambulanten Pflegedienstes in Pétange mit der Antenne von ZithaMobil.

Baubeginn ist Anfang 2017, damit die ersten Bewohner Mitte 2018 einziehen können.

Je nach persönlichem Geschmack und finanziellen Möglichkeiten, stehen den Interessenten zwei Wohnungstypen zur Auswahl :

- 5 Wohnungen mit je 3 Zimmern und einer Wohnfläche von 90 qm
- 9 Wohnungen mit je 1 Zimmer und einer Wohnfläche von 40 qm

Somit werden insgesamt 14 Wohnungen angeboten mit einer gesamten Wohnfläche von etwa 1000 qm.

Der Standort Pétange wird in Zukunft in der Lage sein ein Gesamtspektrum an Leistungen für Senioren anbieten zu können :

- Stationäre Langzeitbetreuung für pflegebedürftige und/oder demente Senioren
- Wohnmöglichkeit für Senioren in einer Seniorenresidenz
- Ambulante Pflege für Senioren in der direkten Nachbarschaft der Seniorie
- Tagesstätte zur Tagesbetreuung von Senioren



Laurent Origer

Directeur

Seniorie St Joseph Pétange



# Brand in der Seniore St Joseph Consdorf

*„Üben lohnt sich“- Dank an die Mitarbeiter*



## *Über die Wichtigkeit der internen Evakuierungsfortbildungen*

**Am 5. Oktober 2016 wurden die Bewohner und die Mitarbeiter der Seniorie 2016 auf eine ernste Bewährungsprobe gestellt.**

**In einem Bewohnerzimmer des erst kürzlich eröffneten Anbaus brach ein Feuer aus. Dieser Vorfall, der Dank des beherzten und konsequenten Eingreifens der Consdorfer Mitarbeiter ohne körperliche Schäden für Bewohner und Mitarbeiter ausging, hat uns vor Augen geführt wie wichtig und unabdingbar regelmäßige Fortbildungen in der Evakuierung von körperlich beeinträchtigten und dementen Bewohner sind.**

Die Seniorie St Joseph in Consdorf führt seit Mitte 2016 umfassende interne Fortbildungen durch mit Hilfe derer unsere Mitarbeiter auf die richtige Handhabung der Brandmeldezentrale, der Durchführung der Evakuierung von immobilisierten Menschen und dem allgemeinen Verhalten bei Alarm vorbereitet werden.

Der Vorfall am 5. Oktober 2016 und die während dieses Vorfalles gemachten Erfahrungen brachten uns weitere wichtige Erkenntnisse die wir in die ZithaSenior-internen Krisenprozeduren einfließen lassen.

**Mein ganz  
spezieller Dank  
geht an das  
Personal  
der Seniorie St  
Joseph Consdorf.**

Die Consdorfer Mitarbeiter haben einmal mehr bewiesen, dass sie nicht nur mit schwierigen Situationen umgehen können. Die Mitarbeiter haben zudem gezeigt, dass wenn es um die Sicherheit und das Wohl der Bewohner geht, keine Sekunde gezögert wird sondern der Bewohner an erste Stelle steht. Danke liebe Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter für Eure Hingabe, Danke für Euren Einsatz.

Ein großes Dankeschön geht außerdem an die freiwilligen Feuerwehren der Gemeinden Consdorf und Berdorf. Wenige Minuten nach der Alarmierung konnten wir auf kompetente Hilfe und Unterstützung der beiden Wehren zählen die den Brand nach relativ kurzer Zeit unter Kontrolle hatten.



Jean-Paul Steinmetz, PhD  
*Directeur*  
*Seniorie St Joseph Consdorf*



10 novembre 2016

# Fête des jubilés

chez ZithaSenior



## 10 ans

ZithaSenior Centrale  
Tanja STEICHEN

Seniorie St Jean de la Croix  
Luxembourg  
Nazma AKHTER ép. ABUL

Seniorie St Joseph  
Pétange

Sabrina BATISTA ALMEIDA ép. DA CRUZ PEREZ  
Maria DOS SANTOS FERNANDES  
Sandy GELHAUSEN ép. DUARTE  
Alba HUBERT ép. GALEOTE  
Sonja KOLBUSCH ép. KRIER  
Tessy MAES  
Laurent ORIGER  
Martine STAAR

## Retraite

Seniorie St Joseph  
Consdorf  
Mariette FISCHBACH

Seniorie St Jean de la Croix  
Luxembourg  
Augusta FERREIRA ép. PEREIRA PONTES  
Christine LEGENDRE ép. LAHR

Seniorie St Joseph  
Pétange  
Eloisa de Jesus SILVA



## 25 ans

Seniorie St Joseph  
Pétange  
Mireille BERNIS  
Evelyne THEISEN

## 35 ans

Seniorie St Joseph  
Pétange  
Lucinda PEREIRA MACHADO ép. ANTUNES





zitha   
aktiv



zitha   
résidences



ZithaSenior wënscht  
schéi Feierdeeg a vill Gléck am Neie Joer



  
**Guy KOHNEN**  
Dir. Seniorie Ste Zithe  
Contern

  
**Dr Carine FEDERSPIEL**  
Présidente  
Comité de Direction ZithaSenior

  
**Laurent ORIGER**  
Dir. Seniorie St Joseph  
Pétange

  
**Jean-Paul STEINMETZ**  
Dir. Seniorie St Joseph  
Consdorf

  
**Chantal KOENIG**  
Dir. adj. Seniorie Ste Zithe  
Contern

  
**Julien GANGOLF**  
Dir. Seniorie St Jean de la Croix  
Luxembourg

  
**Martine VALENTINY**  
Dir. ZithaMobil



# Malawi und St. Gabriel's Hospital

## Erste Eindrücke in Namitete!

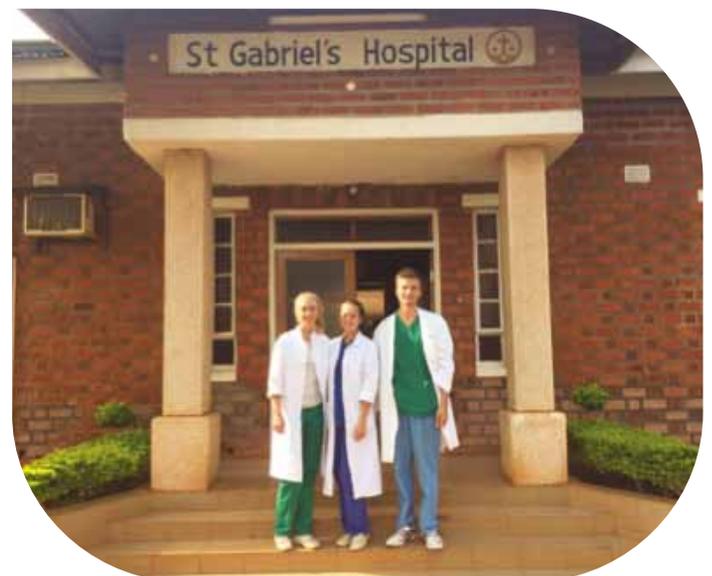
Ankunft in Namitete, das langersehnte Abenteuer beginnt!

Schon bei der Landung können wir, 3 StudentInnen von der Uni... aus München, einige Blicke auf das Land werfen, wo wir den nächsten Monat verbringen werden: dass es seit März nicht einen einzigen Tropfen Regen gegeben hat, ist nicht schwer zu erkennen, die Landschaft ist geprägt von Dürre.

Nachdem wir unser Gepäck (leider noch nicht ganz vollständig) eingesammelt haben, geht es mit dem Taxi Richtung Namitete. Mittlerweile ist es schon nach 17:00 Uhr und wir erleben zum ersten Mal, was „Dunkelheit“ hier heißt: alles verschwindet im Dunkeln, nur einige Häuser sind zu erkennen, wenn ein Kerzenlicht brennt!

Der Fahrer erklärt uns, dass es zurzeit einen „blackout“ gibt – das Land kämpft schon seit längerer Zeit mit Strommangel und ist daher gezwungen, regelmäßig den Strom in verschiedenen Stadtteilen abzuschalten.

Als wir in Namitete ankommen, können wir auch hier erst einmal nicht viel erkennen. Außer ein paar Lichtern am Krankenhaus ist alles in der malawischen Nacht verschwunden. Dafür erleben wir aber die Unendlichkeit des afrikanischen Sternenhimmels und werden von Dr Flohr, dem Gynäkologen, und seiner Frau ganz herzlich empfangen.

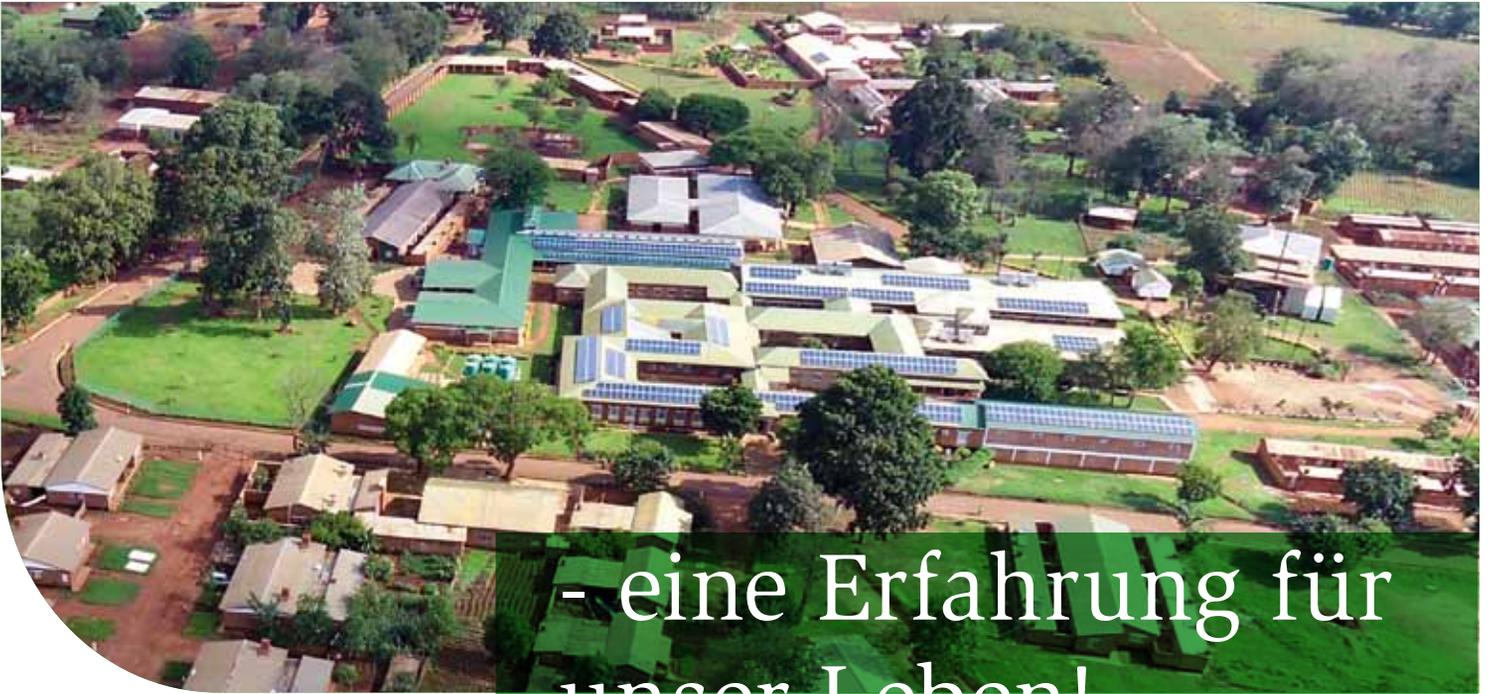


## Ein Tag im St Gabriel's Hospital

Am nächsten Morgen sieht die Welt um uns herum ganz anders aus. Bei Tageslicht können wir erkennen, wie unser Zuhause für die nächsten Wochen aussieht und wir sind beeindruckt, wie ordentlich und sauber alles ist. Die Häuser, das Guesthouse und besonders das Krankenhaus sehen sehr gepflegt aus und das Personal, unter der Leitung von Dr Mbeya, gibt sich dabei sehr viel Mühe.

Um 7:30 Uhr jeden Morgen beginnt der Tag im Hospital! Die Ärzte, „clinical officers“ und Krankenpfleger treffen sich zum „morning report“, wo alle wichtigen Fälle vorgestellt und besprochen werden, oder Präsentationen zu interessanten Themen stattfinden. Unsere größte Herausforderung in den ersten Tagen ist die Sprache: „Malawi-Englisch“ entspricht nicht ganz unserem Schulenglisch und anfangs müssen wir manchmal nachfragen, was gemeint ist.

Danach geht es zur Krankenhausbesichtigung. Das St. Gabriel's Hospital, welches 1959 von den Karmeliterinnen aus Luxemburg -Zitha-Schwestern- gegründet wurde, hat sich mittlerweile zu einem District-Hospital im ländlichen Teil Malawis entwickelt und verfügt über 250 Betten.



- eine Erfahrung für  
unser Leben!



Diese sind grob aufgeteilt in ein „female-“, und ein „male-ward“, zusätzlich zu einem Bereich nur für chirurgische Patienten und einer großen

pädiatrischen Station. Im Gegensatz zu vielen anderen ärztlichen Einrichtungen kann das St. Gabriel's mehrere deutsche Fachärzte aus den Bereichen Innere Medizin, Chirurgie und Gynäkologie vorweisen und somit die Entwicklung echter Fachabteilungen vorantreiben.

### Meine Erfahrung als angehende Ärztin

Die meiste Zeit meines Praktikums habe ich in der Gynäkologie-Abteilung bei Herrn Dr. Flohr verbracht. Ich habe dort gelernt, was es heißt mit wenig Mitteln, gezielt und effizient den Frauen zu helfen und beizustehen. Sinn für das Praktische und Improvisationsvermögen sind permanent gefragt, ob in der ambulanten Versorgung oder auch im Operationssaal. Sehr beeindruckt hat mich auch der „labour ward“, oder wie man bei uns sagen würde, der Kreissaal. Hier kommen jährlich ungefähr 4000 Kinder zur Welt. Dies im Alltag zu bewältigen stellt eine riesige Herausforderung für den Arzt und das Personal dar. Leider gibt es bis jetzt noch keine getrennte Station für

Neugeborene, umso mehr hat mich fasziniert, mit welchen einfachen Mitteln die KrankenpflegerInnen sich dort für das Überleben der Kleinen einsetzen und wie man mit Weiterbildungen für das Personal versucht, einen höheren Standard der Patientenversorgungen zu erreichen.

Die vier Wochen im St Gabriel's Hospital sind vergangen wie im Flug und auch nach meiner Rückkehr in eine doch ganz andere Welt, sind mir die Eindrücke und alles was ich in Malawi erleben konnte, immer noch sehr nahe. Ich weiß, dass alles, was ich dort gelernt habe, eine Bereicherung für meinen beruflichen und persönlichen Weg darstellt. Neben dem Klinikalltag haben besonders die Menschen mich sehr berührt und ich werde die Malawianer mit ihrer positiven Einstellung und ihrer Lebensfreude in besonderer Erinnerung behalten.

Bei all denen, die uns das Praktikum ermöglicht und zum Gelingen beigetragen haben, möchte ich mich ganz herzlich bedanken für diese unvergessliche Erfahrung!



Nathalie Münster

# L'art des petits pas

*(d'après Antoine de Saint-Exupéry)*

« Seigneur, apprends-moi l'art des petits pas.  
Je ne demande pas de miracles ni de visions,  
Mais je demande la force pour le quotidien !

Rends-moi attentif et inventif pour saisir  
Au bon moment les connaissances et expériences  
Qui me touchent particulièrement.

Affermis mes choix  
Dans la répartition de mon temps.  
Donne-moi de sentir ce qui est essentiel  
Et ce qui est secondaire.

Je demande la force, la maîtrise de soi et la mesure,  
Que je ne me laisse pas emporter par la vie,  
Mais que j'organise avec sagesse  
Le déroulement de la journée.

Aide moi à faire face aussi bien que possible  
A l'immédiat et à reconnaître l'heure présente  
Comme la plus importante.

Donne-moi de reconnaître avec lucidité  
Que la vie s'accompagne de difficultés, d'échecs,  
Qui sont occasions de croître et de mûrir.

Fais de moi un homme capable de rejoindre  
Ceux qui gisent au fond.

Donne-moi non pas ce que je souhaite,  
Mais ce dont j'ai besoin.  
Apprends-moi l'art des petits pas ! »



# Die Kunst der kleinen Schritte

*(nach Antoine de Saint-Exupéry)*

Ich bitte nicht um Wunder und Visionen, Herr,  
sondern um die Kraft für den Alltag.  
Lehre mich die Kunst der kleinen Schritte.

Mach mich sicher in der rechten Zeiteinteilung.  
Schenk' mir das Fingerspitzengefühl, um herauszufinden,  
was erstrangig und was zweitrangig ist.

Schenk' mir die nüchterne Erkenntnis,  
dass Schwierigkeiten, Niederlagen, Misserfolge, Rückschläge  
eine selbstverständliche Zugabe zum Leben sind,  
durch die wir wachsen und reifen.

Erinn're mich daran,  
dass das Herz oft gegen den Verstand streikt.

Schick' mir im rechten Augenblick jemanden,  
der den Mut hat,  
die Wahrheit in Liebe zu sagen.

Du weißt,  
wie sehr wir der Freundschaft bedürfen.  
Gib dass ich diesem schönsten, schwierigsten, riskantesten  
und zartesten Geschenk des Lebens gewachsen bin.

Verleihe mir die nötige Phantasie,  
im rechten Augenblick ein Päckchen Güte  
mit oder ohne Worte an der richtigen Stelle abzugeben.

Bewahre mich vor der Angst,  
Ich könnte das Leben versäumen.

Gib mir nicht,  
was ich mir wünsche,  
sondern das,  
was ich brauche.

Lehre mich die Kunst der kleinen Schritte.

Eisen neie  
Projet  
hei am Land!



Eine größere Kapelle für die  
Seniorie Ste Zithe Contern

**W**er braucht heute noch eine größere Kapelle? Wir in der Seniorie Ste Zithe Contern. Denn bei der Planung der Seniorie Ste Zithe Contern hat man vor einigen Jahren die spirituellen Bedürfnisse der Bewohner und ihrer Angehörigen stark unterschätzt.

**D**ie vorhandene Kapelle, die insbesondere für Rollstuhlfahrer viel zu wenig Platz bietet, ermöglicht meist keinen ungestörten und würdevollen Ablauf der Gottesdienste.

**A**us diesem Grund haben die ZithaSchwestern und der Verwaltungsrat der Fondation Ste Zithe beschlossen, eine größere Kapelle am Standort Contern zu bauen.

**D**er neue Kappellenraum wird 120 m<sup>2</sup> haben und damit um das Dreifache größer sein als die bisherige Kapelle.

[www.zitha.lu](http://www.zitha.lu)

32, rue Ste Zithe  
L-2763 Luxembourg

Fondation Ste Zithe  
BIC: BCEELULL  
IBAN: LU47 0019 1300 1330 3000

Helfen Sie mit,  
dieses Projekt  
zu realisieren.