



ST. VINCENZ-HAUS

SENIOREN · WOHNEN · AM RHEIN



**Stille Generation /
Traditionalisten**

Babyboomer

**Generation
X**

**Generation
Y**

**Generation
Z**

1922 - 1945

1945 - 1965

1965 - 1980

1980 - 1995

1995 - 2010

©curaVendo GmbH

R(H)EINSICHT

02/2019

Impressum

HERAUSGEBER

Stiftung St. Vincenz-Haus
Betriebsgesellschaft mbH
Geschäftsführer Thomas Pinkawa
Konrad-Adenauer-Ufer 55
50668 Köln (Kunibertsviertel)
Telefon: +49 221 1639-0
E-Mail: redaktion@vincenz-haus.de
Internet: www.vincenz-haus.de

REDAKTION

Doris Krieger-Müller (v. i. S. d. P.),
Johannes Wery

FOTOS

Luke Wolfgarten, LukeWolfgarten.de

TITELFOTO

Pictogramme Generationen
©Pétrouche, stock.adobe.com

GESTALTUNG

Print-People.de

Alle Inhalte dieser Publikation, insbesondere Bilder, Grafiken und Texte sind urheberrechtlich geschützt (Copyright). Das Urheberrecht liegt, soweit nicht anders gekennzeichnet, bei der Stiftung St. Vincenz-Haus Betriebsgesellschaft mbH.

Aus dem Inhalt



GENERATIONEN

Die Jungen führen... 4
Generationen Workshop –
aus der Sicht der
älteren Generation

...die Älteren verstehen 5
Generationen Workshop –
aus der Sicht der
jüngeren Generation

**Miteinander leben und
voneinander lernen** 6
Betreuungsassistentin im
Betreuten Wohnen

**Simeon und Hanna
und das Jesuskind** 8
Zwei Generationen
begegnen sich

**Fagott, Klarinette,
Gitarre, Klavier...** 9
Studierende der Hochschule
für Musik und Tanz Köln
musizieren gemeinsam mit
unseren Bewohnerinnen
und Bewohnern



KULTUR
ZEN 10
Was ist das eigentlich?

All That Jazz 12
Musik, die Generationen
verbindet

KULINARISCH
Die Mischung macht's 14
Susann Hoffmann erzählt
von ihrer Arbeit
als Diätassistentin

The future is young!?

Zukunftsgespräch mit Thomas Pinkawa, Geschäftsführer der Stiftung St. Vincenz-Haus BGmbH

Die Jugend liebt heutzutage den Luxus. Sie hat schlechte Manieren, verachtet die Autorität, hat keinen Respekt vor den älteren Leuten und schwatzt, wo sie arbeiten sollte. ... so unter anderem sprach bereits Sokrates (469 - 399 v. Chr.) über die Jugend.

Thomas Pinkawa (lacht): Das war schon immer so, die Alten beschwerten sich über die Jungen und umgekehrt, daran hat sich bis heute nichts geändert. Verständigungsprobleme zwischen der jungen und der älteren Generation sind nichts Neues. Als ich jung war, wollte ich mich und natürlich auch die neuesten gesellschaftlichen Trends ausprobieren. Zum Glück traf ich immer wieder auf Menschen, die mich das ließen und mich zu verstehen versuchten. Dafür bin ich sehr dankbar.

Sie ließen im St. Vincenz-Haus einen mehrtägigen Generationen-Workshop durchführen „Die Jungen führen, die Alten verstehen“.

Im St. Vincenz-Haus sitzen wir sozusagen alle in einem Boot, von ganz jung bis zu älteren Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern und unseren betagten Seniorinnen und Senioren. Es ist wichtig zu verstehen, wie die einzelnen Generationen „ticken“, was sie ausmacht, welche Kompetenzen, Wünsche und Schwierigkeiten sie haben. Ich möchte wissen, was die heute jungen bewegt in einer immer älter werdenden Gesellschaft. Wie sie ihre Zukunft sehen. Die Zukunft geht uns alle an. Wir benötigen die Jugend, damit sie uns den Spiegel vorhält.

Wenn ich einmal alt bin, werden die Jungen die Zukunft bestimmen. Man darf dabei natürlich nicht vergessen, dass sie auch altern und sich das Problem zwischen den Generationen immer wieder neu erfindet. Jedoch: Gerade in Bezug auf den Fachkräftemangel steht generationsübergreifendes Arbeiten an erster Stelle.

Wie würden Sie die Jungen von heute beschreiben?

Ich selbst gehöre zur Generation der Baby-Boomer. Die jungen Yer und Zler empfinde ich meist als „open minded“, kommunikativ, unkompliziert, digital unheimlich versiert, gepaart mit einem guten Bewusstsein für die Umwelt. Das macht mir Freude. Wir Älteren können in der Hinsicht einiges von den Jungen lernen.

...und wie die Älteren?

Ja, die Älteren ab der Generation X aufwärts nehme ich als beständig, erfahren, gut organisiert und bewahrend war. Sie wissen was sie wollen und sie wissen meist zu schätzen was sie haben.

Letztendlich hat jede Generation ihre hervorzuhebenden Fähigkeiten. Da möchten wir Verständigungsbrücken schaffen. Die Arbeit soll ja allen richtig Spaß machen.

Wo geht es hin?

Da fällt mir spontan eine Ironie von Kaiser Wilhelm II (1859-1941) ein, der gesagt haben soll „Ich glaube an das Pferd. Das Automobil ist eine vorübergehende Erscheinung“. Spaß beiseite, so wird es nicht sein, ich denke, das lässt sich so genau nicht sagen. Die Gesell-

schaft befindet sich im Wandel. Der Demographische Wandel zeigt uns auf, wie die Überalterung der Gesellschaft in Deutschland voranschreitet, mit ihm vollzieht sich ein Wertewandel. Zudem schreitet eine rasche Digitalisierung der Arbeitswelt voran, da drohen Menschen und Firmen abgehängt zu werden. Einher damit geht ein Fachkräftemangel, der alle Branchen betrifft, auch die Pflege. All das bereitet Sorgen, Umstände, die bedacht sein wollen. In Panik zu verfallen ist m. E. der falsche Weg. Uns ist es wichtig, die Chancen darin zu sehen...

...die da wären?

Zu gestalten. Zukunft zu gestalten. Das ist spannend. Digitale Medien Sinn bringend einzusetzen, Smart Home, Assistenzsysteme für Bewohner und Mitarbeiter, digitale Mehrwerte zu schaffen und dabei den Kern unserer Arbeit nicht zu vergessen, sich um Menschen bedürfnisgerecht zu kümmern, ihnen soweit als möglich, Sicherheit, Geborgenheit und Gemeinschaft zu schenken. Ich muss zugeben, dafür braucht es Phantasie. Aber dabei können uns die jüngeren Menschen helfen. Sie bringen oft viel Erfahrung aus anderen Lebenswelten, auch digitalen und von Auslandsaufenthalten mit. Dies gepaart mit der Lebenserfahrung der Älteren, da sehe ich großes Potential. Deshalb ist es so wichtig, die unterschiedlichen Generationen in einen Dialog zu bringen! ■

Das Gespräch führte Doris Krieger-Müller

Generationen

Jede Vorgängergeneration sagt zur nächsten das Gleiche, das ist gut zu sehen.

Sehr schön, der Tag war schön aufgebaut, lockere Stimmung. Ich wusste nicht, dass Generationen unterschiedlich heißen und verstehe besser, warum ältere Menschen so reagieren, wie sie es tun.

Sehr schöner Tag, abwechslungsreich. Dass man auch was selbst erarbeitet hat, war gut.

Toller Austausch mit den unterschiedlichen Gruppen.

Der Tag war kurzweilig und interessant!

Die Jungen führen...

Workshop der Generationen – aus der Sicht der älteren Generation

In der Zeit vom 12.-15.03.2019 fand im Festsaal des St. Vincenz-Hauses ein „Workshop der Generationen“ statt. Eine Gruppe näherte sich dem Thema „aus der Sicht der älteren Generation“, zwei weitere Gruppen näherten sich aus der gegensätzlichen Perspektive. In einem abschließenden gemeinsamen Termin beider Gruppen wurden Gegensätze und Gemeinsamkeiten gegenüber gestellt. Der Workshop, an dem ich teilgenommen habe, stand unter der Überschrift „die Jungen führen“. Die Veranstaltung wurde geleitet von Frau Glowinski, Frau Woggon und Herrn Lüscher. Nachdem zu Beginn der Veranstaltung die Frage „Zu welcher Generation gehöre ich eigentlich?“ geklärt war, ging es im Anschluss darum, welche Eigenschaften die verschiedenen Generationen charakterisieren und wie sich die Eigenschaften auf das Privat- und Berufsleben auswirken. Daraus leitete sich eine der zentralen Fragestellungen dieses Workshops ab: Welche Erwartungen hat die junge Generation an uns als leitende Mitarbeiter des Unternehmens? Wechselnde Arbeitsgruppen haben sich mit verschiedenen Teilaspekten beschäftigt, und diese anschließend vorgestellt. Später wurde die Frage diskutiert, welche Arten von Teams es gibt, und welche Vor- und Nachteile diese kennzeichnen. Im dritten gemeinsamen Teil der Veranstaltungen wurden zunächst die Ergebnisse beider Gruppen vorgestellt. Die Gruppe der jüngeren Mitarbeiter stand unter der Überschrift „die Alten verstehen“. Mehr

dazu erfahren Sie im Beitrag meiner Kollegin Rose Omollo.

Die zunächst noch vorhandene beiderseitige Zurückhaltung wich bald einer Atmosphäre offenen Dialogs. Auch in diesem Teil war der Verlauf der Veranstaltung geprägt von Diskussionen und Arbeitsgruppen. Als gemeinsame Erkenntnis kristallisierte sich jedoch bald heraus, dass eine positive Zukunft des St. Vincenz-Hauses nur in Kooperation aller Generationen gestaltet werden kann. In einer Situation konstruktiver Zusammenarbeit ist Lernen keine Einbahnstraße. Sofern die beiderseitige Bereitschaft besteht, kann die jüngere von der älteren Generationen lernen und umgekehrt. Der älteren Generation in den leitenden Funktionen obliegt dabei die Verantwortung, eigene Erfahrungen und Wissen an die jüngere Generation weiterzugeben, um diese in die Lage zu versetzen, die Zukunft des St. Vincenz-Hauses mitgestalten zu können. Der Verlauf der Veranstaltung veranschaulichte, dass es im St. Vincenz-Haus keinen offenen Konflikt zwischen den Generationen gibt, sondern vielmehr Unterschiede, die die Vielfalt der Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter ausmachen.

Die Teilnehmer des Workshops haben sich abschließend positiv zum Verlauf der Veranstaltung geäußert und haben es sehr begrüßt, dass das St. Vincenz-Haus sich mit dem Thema auseinandersetzt. ■

Stefan Heitzer

...die Älteren verstehen

Workshop der Generationen – aus der Sicht der jüngeren Generation

Ich durfte an der Fortbildung Generationen-Workshop teilnehmen. Dieser Workshop hat mir einen guten Einblick in die gegenwärtige Situation der jungen und älteren Generationen gegeben.

Aufgrund des technologischen Fortschritts besteht oft ein Verständigungsproblem zwischen jungen und älteren Menschen in der Arbeitswelt aber auch im gesellschaftlichen Zusammenleben. Beispiele sind die Benutzung der Smartphones im Alltag, welche gerne und häufiger von jungen Menschen auch im Arbeitsleben genutzt werden. Ebenso sind Chatsysteme wie Whats App oder Facebook eher ein Verständigungsmittel der Y- oder Z-Generation. Vor allem die Generation der Baby-Boomer bevorzugt die persönliche Kommunikation. Aus meiner Sicht sind ältere Menschen umfassend gebildet. Sie pflegen in der Regel enge menschliche Kontakte und Beziehungen am Arbeitsplatz und im Privatleben. Ebenso verfügen sie über empathische Fähigkeiten und sind oft in der Lage, auch schwierige Situationen durch ein persönliches Gespräch und ihre Erfahrung zu deeskalieren. Ältere Menschen sind anderen Werten verhaftet. Dazu gehören ein stabiler Arbeitsplatz und ein Einkommen, welches es ermöglicht einen Lebensstandard mit Familie, Urlaub etc. zu bestreiten.

Im direkten Gegensatz dazu steht bei uns jüngeren Generationen die, Work-Life-Balance. Die bringt mit sich, dass nicht in erster Linie das Einkommen im Vordergrund steht, sondern vielmehr die Selbstverwirkli-

chung mit einem hohen Anteil an Freizeit. Und das bei minimalem Arbeitseinsatz.

Bei den älteren Generationen besteht in der Regel ein etabliertes Wertesystem, mit Werten wie Treue zum Arbeitgeber oder dem Sorgetragen für den Zusammenhalt einer Firma. Stabilität zählt. Bei jungen Menschen ist diese Verbundenheit zum Arbeitgeber weniger stark ausgeprägt. Wichtiger ist hier das eigene Wohlergehen.

Ältere Menschen haben im Alter oft einen Nachteil gegenüber jüngeren Generationen, da die körperliche und kognitive Kraft etwas nachlässt. Auch ist es schwieriger ältere Menschen an neue Prozesse im Arbeitsablauf und Neuerungen im Arbeitsumfeld zu gewöhnen und sie davon zu überzeugen. Junge Menschen sind da offener und leichter an neue Dinge heranzuführen.

Zusammenfassend kann gesagt werden, dass die langjährige Erfahrung und die erworbenen Kenntnisse der Generation X und der Generation der Baby-Boomer mit den Fähigkeiten der Generationen Y und Z gepaart werden können, um gemeinsam gute Arbeitsergebnisse zu erreichen.

Der praxisbezogene Workshop mit den vielen Übungen hat mir sehr geholfen, meine und die anderen Generationen besser zu verstehen. Das Beste ist, dass wir nun generationsübergreifend in sechs Gruppen weiterarbeiten. ■

Rose Omollo,

Pflegeassistentin Wohnbreich Kunibertsviertel



Leistungsangebot der Betreuungs- assistentinnen und -assistenten im Betreuten Wohnen

- Regelmäßige oder auch spontane Unterstützung bei Einkäufen
- Spaziergänge, ob im Rollstuhl, am Rollator oder gemeinsam Schritt für Schritt
- Begleitung zu Ärzten, ins Krankenhaus oder zu sonstigen Terminen (zu Fuß oder im Taxi)
- Unterstützung bei der Appartementgestaltung, beim Aufräumen etc.
- Zeitweise Übernahme von Aufgaben, wenn Angehörige im Urlaub oder anderweitig verhindert sind
- Nette Gespräche, Gesellschaft leisten, Vorlesen, auf andere Gedanken bringen



Miteinander leben und voneinander lernen

Meine Arbeit als Betreuungsassistentin im Betreuten Wohnen des St. Vincenz-Hauses

Jeder Mensch entwickelt im Laufe seines Lebens eine ganz persönliche Routine. Dieser Prozess beginnt schon sehr früh. Wir gehen in den Kindergarten, in die Schule, studieren oder machen eine Ausbildung. Wir ziehen aus dem Elternhaus aus und beginnen unser eigenes Leben auf verschiedenste Arten. Die heutige „junge Generation“ ist sehr geprägt von sozialen Medien, von Medien allgemein. Jede und jeder will individuell sein, muss sich selbst verwirklichen und gleichzeitig in das Bild der Gesellschaft passen. Wie war das früher? Wovon wurden die Mitglieder der „älteren Generation“ geprägt, als sie jünger waren? Was hat sich verändert, was ist gleichgeblieben und wie kommen zwei Menschen miteinander zurecht, die in völlig unterschiedlichen Abschnitten ihres Lebens stecken? Was macht uns Menschen aus, was für Geschichten tragen wir mit uns und wie können wir alle voneinander lernen und profitieren?

Ich bin Betreuungsassistentin im Betreuten Wohnen des St. Vincenz-Hauses und habe mir viele dieser Fragen gestellt, als ich die Menschen, mit denen ich jeden Tag arbeite und auch sehr viel Zeit verbringe, besser kennenlernte. In der Betreuungsarbeit im St. Vincenz-Haus wollen wir eine Vertrauensbasis aufbauen und aufrechterhalten. Wir wollen unterstützen, manchmal auch nur durch kleine Hilfestellungen, damit unsere Bewohnerinnen und Bewohner so lange wie möglich und in so angenehmer Weise

wie möglich ihr selbstbestimmtes Leben beibehalten können. Ob Spontane Spaziergänge, regelmäßige gemeinsame Einkäufe (Geteilte Last ist halbe Last), oder einfach nur ein offenes Ohr für Fragen und Probleme.

Gewöhnliche Alltagsaktivitäten, die unter manchen Umständen eine große Hürde darstellen können. Denn tatsächlich geht auch so mancher jüngere Erwachsene nicht gern allein zum Zahnarzt, andere können dies aus körperlichen Gründen nicht oder benötigen so etwas wie seelischen Beistand. Früher alltägliche Kleinigkeiten können auf einmal schwer fallen.

Besonders schön sind für mich die Momente, in denen auffällt, wieviel Alt und Jung teilen können in dieser gemeinsamen Zeit. So sprechen unsere Bewohnerin Frau Spiegel und ich beim wöchentlichen Einkauf über aktuelle Themen wie Politik, über die Rezepte meiner Großmutter oder über ihre Wochenenerlebnisse. Manchmal sind es bedrückende Themen, manchmal lachen wir zusammen und erfreuen uns einfach der frischen Luft. Manchmal kann ich Kraft und Motivation schenken, manchmal bin ich einfach nur da und in all diesen Fällen versuchen sowohl ich, als auch die Menschen mit denen ich arbeite, die Zeit so schön und sinnvoll zu gestalten wie es nur geht.

Bei der Arbeit hier im St. Vincenz-Haus treffe ich viele interessante, offene Menschen von denen ich

eine Menge lernen kann. Manche von ihnen treffe ich nur einmal, manche in regelmäßigen Abständen und manche jeden Tag.

Ich würde sogar behaupten die Routinen einiger Bewohnerinnen und Bewohner bereits zu kennen. Wir sprechen über frühere Hobbys, Vorlieben bei den Essgewohnheiten, über Familiäres und über alte Freunde. Manche der Bewohnerinnen und Bewohner lernen dadurch auch mich, meine Hobbys und meinen Arbeitsalltag kennen.

Hier im St. Vincenz-Haus treffen viele Generationen aufeinander. Es arbeiten Schüler und Auszubildende mit jungen und älteren Pflegekräften, mit Müttern und Vätern, mit Menschen, die ihr ganzes Leben gearbeitet haben und mit denen, die damit grade erst anfangen. Ich würde meine Arbeit als vielfältig und individuell bezeichnen. Es geht nicht nur um Termine, es geht ums gemeinsame Lachen, Lernen und tatsächlich manchmal auch ums gemeinsame Weinen. Emotionen gehören wie unsere Gliedmaßen zu uns und benötigen Pflege, Zeit und Aufmerksamkeit. Zudem sorgt die Vielfalt an Menschen, Generationen und Schicksalen für tolle Gespräche, Initiative und Engagement, sowohl auf Seite der Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter, als auch auf Seite der Bewohnerinnen und Bewohner. ■

*Felicitas Schleyer,
Betreuungsassistentin im Betreuten Wohnen*



Simeon und Hanna und das Jesuskind

Zwei Generationen begegnen sich

Der Titel der vorliegenden Ausgabe der R(h)einsicht heißt „Generationen“. Bei diesem Thema muss ich an eine Geschichte aus dem Lukasevangelium denken. Sie berichtet von der Begegnung der Generationen. Zwei alte Menschen, Simeon und Hanna, haben ein Leben lang auf das Kommen des Messias gewartet und um sein Kommen gebetet. Sie haben sich wie so oft auf den Weg in den Tempel gemacht. Und jetzt dürfen sie dem neugeborenen Jesuskind begegnen. Maria und Josef haben es nicht zu Simeon und Hanna gebracht, sondern zu Gott, der im Tempel in Jerusalem sein Zelt unter den Menschen aufgeschlagen hat. Sie haben Simeon und Hanna sicher nicht gekannt. Sie haben sich nicht miteinander verabredet. Sie waren einander fremd. Das Entscheidende wirkt bei dieser Begegnung der Heilige Geist: Er führt Simeon und Hanna zum Tempel. Er lässt die beiden alten Menschen erkennen, dass dieses unscheinbare Kind der von Gott gesandte Messias ist. Das ist keine Zufallsbegegnung. Das ist für die beiden treuen Beter eine Gnadenstunde.

So etwas kennen Sie vermutlich auch: Viele Menschen begegnen sich täglich und begegnen sich in Wahrheit – nie. Viele treffen sich oft. Aber nur wenige treffen sich wirklich. Echte Begegnungen sind selten. Sie geschehen dort, wo ein guter Geist herrscht, „Heiliger Geist“, sagt die Geschichte von Simeon und Hanna.

In der Begegnung der beiden Generationen ereignet sich auch der tiefste Sinn von Tradition, von Übergabe und Übernahme von Erfahrungen, Werten, Hoffnungen und Verheißungen. Diese Übergabe ermöglicht das Loslassen, wie es in den Worten des Simeon zum Ausdruck kommt: „Nun lässt du, Herr, deinen Knecht, wie du gesagt hast, in Frieden scheiden“. Solche Übergabe ermöglicht aber auch die Annahme der Zukunft, weil sie auf einem Fundament steht. Simeon und Hanna können ein Vorbild für die ältere Generation sein. Haben in jungen Jahren Arbeit und die Sorge für die Familie viel Zeit beansprucht, so bringt das Alter eine ruhigere Zeit, die es zu nützen gilt. Man kann in diesen Jahren das Gebet pflegen. Man kann immer wieder den Gang in die Kirche machen. Sie haben ja das Glück, eine eigene Kapelle im Haus zu haben. Und wer noch gut zu Fuß ist, der kann nebenan die altehrwürdige Kirche St. Kunibert besuchen. So wie Simeon und Hanna dem Heiland im Tempel begegnen konnten, so können auch Sie dem Heiland immer wieder begegnen. Im Tabernakel Ihrer Kapelle ist er gegenwärtig. Sie können jederzeit zu ihm kommen. Sie können bei ihm verweilen. Sie können ihm in der Heiligen Messe begegnen. Er spricht zu uns sein Wort. Er schenkt sich uns in der heiligen Kommunion. Das ist eine Gnadenstunde, für die wir Gott nicht genug danken können. ■

Dr. Peter Seul, Pfarrvikar, Kath. Pfarrgem. St. Agnes

Fagott, Klarinette, Gitarre, Klavier...

Studierende der Hochschule für Musik und Tanz Köln musizieren gemeinsam mit unseren Bewohnerinnen und Bewohnern

Schon eine knappe Stunde vor Beginn warten einige auf den Stühlen vor dem Eingangsbereich des Festsaals. Die Tür ist noch abgeschlossen und ich blicke in Gesichter voller Vorfreude.

Ein großer Teil der Gruppe wird erst kurz vor Beginn von unseren Betreuungsassistenten in den fünften Stock begleitet. Einige derjenigen, die selbstständig mit dem Aufzug nach oben fahren können, möchten auf keinen Fall etwas verpassen.

Eine halbe Stunde vor Beginn kommt die erste Studentin. Im Festsaal wird ein großer Stuhlkreis aufgebaut. Die Studierenden haben Instrumente mitgebracht – kleine Schlaginstrumente für unsere Bewohnerinnen und Bewohner, eine Gitarre, ein Fagott, eine Klarinette. Eine junge Dame setzt sich an den Flügel und als alle da sind, beginnt, pünktlich um 10:30 Uhr, unsere freudige Musikgruppe. In der musikalischen Begrüßungsrunde darf sich zum ersten gemeinsam gesungenes Lied jede Bewohnerin und jeder Bewohner eine eigene Begleitung aussuchen.

Rhythmisches Klatschen, Winken, leichtes Klopfen auf die Oberschenkel – der Kreativität sind keine Grenzen gesetzt.

Es folgen viele weitere Lieder. Die Studierenden suchen jeweils ein Stück aus, stellen es in der

Gruppe vor und alle machen mit. Oft sehr textstärker und mit großem Elan werden von früher bekannte Lieder gesungen. Manchmal wird die Begleitung in den einzelnen Strophen variiert. Eine



Bewohnerin kennt noch eine weitere Strophe und diese wird kurzerhand auch noch gesungen. In dieser Stunde blühen auch einige Bewohnerinnen, die sonst eher still und zurückhaltend sind, für eine Weile auf.

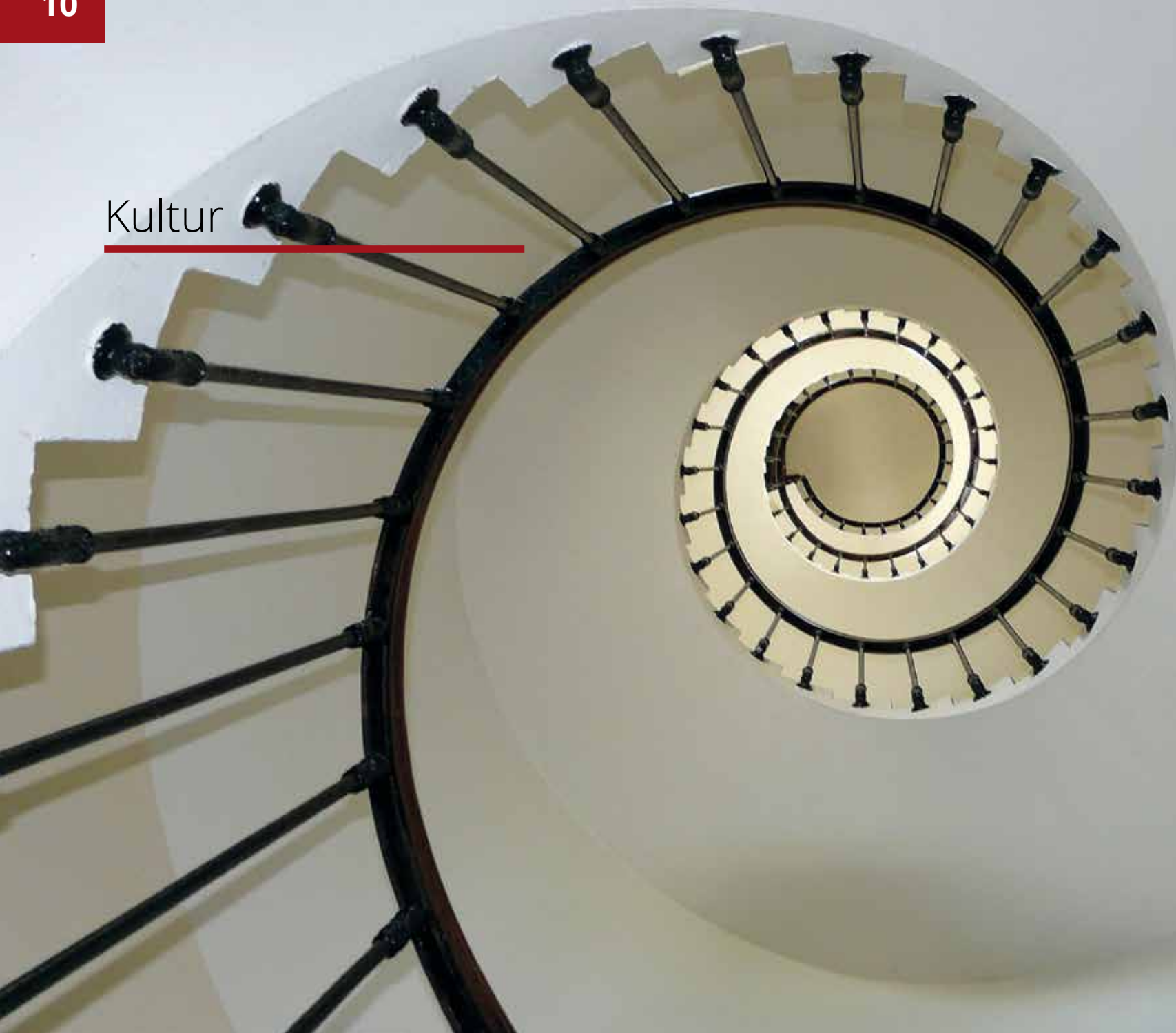
Im Anschluss habe ich die Gelegenheit mit Elyse Johnson-Wolf zu sprechen. Sie studiert im zweiten Semester Musik an der Hochschule für Musik und Tanz Köln. Die von Frau Prof. Dr. Corinna Vogel geleitete Musikgruppe im St. Vincenz-Haus ist nicht nur eine schöne Abwechslung für unsere Bewohnerinnen und Bewohner sondern auch für die Studierenden Teil eines Seminars des Bachelor of Music – Elementare Musikpädagogik. Auch sie sind mit großem Engagement und sichtlicher Freude bei der Sache. Frau Johnson-Wolf erzählt mir, dass es ihnen allen großen Spaß mache, gemeinsam mit älteren Menschen zu musizieren. Man könne viel voneinander lernen. Ein Generationen verbindendes Projekt sozusagen. Wie schön, dass uns die Studierenden und Frau Professorin Vogel auch im kommenden Semester wieder besuchen. Dann wird die Bandbreite der teilnehmenden Generationen noch um eine erweitert und Kindergartenkinder kommen zu uns ins St. Vincenz-Haus und sorgen mit Sicherheit noch mal für eine ganz andere

Dynamik. Wir freuen uns sehr darauf!

An dieser Stelle ein großes Dankeschön an Frau Professorin Vogel, Frau Johnson-Wolf und die anderen Studierenden für die Umsetzung dieses Projekts. ■

Johannes Wery

Kultur



ZEN

Was ist das eigentlich?

Man liest immer wieder dieses Wort ZEN – meist anerkennend und in positivem Zusammenhang – und kann sich darunter nichts vorstellen. Soll man sich damit beschäftigen? Hat man da was davon?

Ich kann hier nur von meiner persönlichen Erfahrung mit Zen erzählen. Als ich mich vor 30 Jahren von einem totalen Zusammenbruch infolge mehrfacher Überlastung wieder erholt hatte, fragte ich meinen Pfarrer, ob ich etwas tun könne um in Zukunft nicht wieder in eine derartige Situation zu geraten. Sehr vorsichtig und zurückhaltend deutete er an, ich könne ja mal schauen, ob ZEN zu mir passe. Das tat ich damals und nun habe ich eine sehr wertvolle Erfahrung in jahrelanger ZEN-Praxis hinter mir und bin völlig sicher, dass ein derartiger Zusammenbruch mich nicht mehr erreichen wird.

ZEN ist keine Lehre und keine Anleitung, vielmehr einfach eine Praxis. Sie kommt aus der fernöstlichen Kultur des Buddhismus, ist jedoch nicht mit Buddhismus gleichzusetzen. Sie ist wie gesagt keine Lehre und auch kein Glaube, daher auch keine Religion. Von den begleitenden Sätzen, die ich hörte, ist mir in guter Erinnerung: „Setze nie einen Kopf über deinen eigenen.“ Das heißt: Es kommt auf Dich an, nicht auf das, was Du hörst, was Du gesagt bekommst. Die Praxis des ZEN ist eine Form von Meditation in der Stille. Das Ego-Ich wird dabei entthront und ich entdecke etwas von meiner „Wesensnatur“, welche gerade nicht ichbezogen

ist. Der vom bedeutenden französischen, also „westlichen“ Philosophen Descartes (1596-1650) stammende Satz „Ich denke, also bin ich“ ist bekanntlich grundlegend für die aufgeklärte abendländische Kultur. Er gilt nicht in der fernöstlichen Kultur des Buddhismus und auch nicht im ZEN. Das heißt jedoch nicht, dass er etwa ausdrücklich geleugnet oder gar bekämpft würde. Er spielt einfach keine Rolle, er wird nicht beachtet. Die Zenpraxis, in der ich stehe bzw. sitze, heißt ZA-ZEN. Auf einem Zazen-Sesshin wird z. B. eine Woche lang strikt geschwiegen mit Ausnahme der förmlichen Kurzgespräche unter vier Augen mit dem Zen-Meister, die sich auf die eigene Übung in der Zen-Praxis beziehen. Das ist natürlich im heutigen Boom der Geschwätzigkeit etwas Besonderes und hat innere Konsequenzen der erfreulichen Art. Womit ich mich im Schweigen etwas abarbeitete waren die sogenannten Koans, eigenartige Sätze, die „präsentiert“, nicht etwa beantwortet werden. Ich habe gelernt, dass dabei Nachdenken nur hinderlich ist, dass es stattdessen um das Vertrautwerden mit dem Koan geht.

Daraus lässt sich für mich leicht erkennen, dass es im Umgang mit „schwierigen Menschen“ häufig besser ist, die Frage nach dem „warum“ zu unterlassen und stattdessen einfach zur Kenntnis zu nehmen, dass sie so sind, wie sie sind.

Einige Regeln, scheinbar nur Äußerlichkeiten, sind zu beachten: Im Sesshin wird dunkle, unauffällige, wo-

möglich schwarze Kleidung getragen, Uhren werden vorher abgelegt, kein Parfum, kein Duftwasser benutzt, nichts was Attraktivität signalisiert. Auch wortlose Kommunikation, Blicke, Zuzwinkern ist zu unterlassen. Jede und jeder meditiert für sich und möchte dabei nicht gestört werden. Nicht vermeidbarer Lärm von außerhalb, etwa Autos, Bauarbeiten, Geschrei, werden wahrgenommen und als Herausforderung zu intensiver Übung verstanden, jedoch nicht zum Nachdenken über das Warum oder Woher. Wiederum ist einfach zur Kenntnis zu nehmen, dass die äußeren, nicht zu beeinflussenden Verhältnisse einfach so sind, wie sie sind.

Neben dem oder der Roshi (Lehrer bzw. Meister) der oder die das Sesshin leitet, sind die vier Assistenten (weiblich und männlich) für den Ablauf des Sesshins wichtig. Der Roshi gibt täglich ein Teisho, das ist eine eigenartige Rede zwischen Vortrag und Predigt, jedoch keines von beiden. Dokusan ist das ganz persönliche Vieraugengespräch zwischen Lehrer(in) und Schüler(in).

Zen ist also ganz einfach und zugleich eine schwierig zu bewältigende Herausforderung. Sie formt die Praktizierenden ohne eine Indoktrination. Ich fühle mich ausgesprochen wohl unter den Mitübenden, vor allem auch am Ende eines Sesshins, wenn wieder ganz normal und immer entspannt fröhlich miteinander kommuniziert wird. ■ *Prof. Dr. Dieter Dieterich*



All That Jazz

Musik, die Generationen verbindet

Seit einigen Jahren besuchen wir nun schon regelmäßig Konzerte in der Philharmonie, in der Hochschule für Musik und Tanz Köln und in vielen anderen Spielstätten. Bisher lag der Schwerpunkt dabei immer auf Klassik. Egal ob Wiener Klassik, Musik der Romantik, oder Neue Musik. Die bei unseren Bewohnerinnen und Bewohnern durchaus unterschiedlichen Vorlieben werden regelmäßig bedient. Was jedoch bisher zu kurz kam: Der Jazz in all seinen Facetten und unterschiedlichen Stilen. Ermuntert durch eine Bewohnerin wollen wir das jetzt ändern und unser vielfältiges Veranstaltungsprogramm durch den regelmäßigen Besuch von Jazzkonzerten aufwerten. Bei Gefallen und ausreichendem Interesse planen wir außerdem eine Jazzkonzertreihe bei uns im Haus. Das freut mich persönlich ganz besonders. Ich besitze eine kleine aber feine Jazzschallplattensammlung und besuche auch privat sehr gerne Jazzkonzerte. Ich mag das Spontane, das Unerwartete, Improvisationen in neueren Jazzstilen und ich freue mich immer, wenn Musik sich nicht klar einem Genre zuordnen lässt. Wenn Grenzen verschwimmen. Grenzen zwischen moderner klassischer Musik und Jazz, Grenzen zwischen elektronischer Musik und Jazz. Grenzen zwischen unterschiedlichen Generationen von Musikern... Der Phantasie sind keine ebensolchen gesetzt! In Köln haben wir das Glück in einer Stadt mit einer ausgesprochen vielseitigen, kreativen und lebendi-

gen Jazzszene zu wohnen. Mit vielen traditionsreichen Spielstätten, mit kleinen Clubs und größeren Konzertsälen. Da fällt die Auswahl nicht leicht.

Wir starten mit zwei vielversprechenden Konzerten mit tollen jungen Musikerinnen und Musikern. Am Samstag, den 07. September fahren wir zum Stadtgarten und erleben das Bundesjazzorchester, das sich unter der Leitung von Jiggs Whigham dem musikalischen Schaffen der Kenny Clarke-Francy Bolland Big Band widmet. Dieses Ensemble, um den belgischen Pianisten und Arrangeur Francy Boland und den amerikanischen Schlagzeuger Kenny Clarke prägte die Jazzlandschaft Europas in den 1960er Jahren und hatte seinen Ursprung in Köln auf Initiative des italienischen und hier lebenden Jazz-Produzenten Gigi Campi.

Am Dienstag, den 05. November besuchen wir dann die Hochschule für Musik und Tanz Köln, in deren Konzertsaal die Kölner Kontrabassistin und Komponistin Hendrika Entzian mit ihrem 17-köpfigen Ensemble Entzian+ im Rahmen der Konzertreihe „Spitzentöne“ auftritt. Sie wurde 2018 mit dem WDR Jazzpreis in der Sparte „Komposition“ ausgezeichnet. Ich habe sie selbst schon einmal mit ihrem Quartett hören dürfen und bin sehr gespannt auf die Umsetzung ihres Modern Jazz in einer größeren Besetzung. Ich freue mich auf viele spannende und abwechslungsreiche Abende mit Ihnen! ■

Johannes Wery

Kulturelle Exkursionen

Mittwoch, 07. August, 13:45 Uhr

Kino im Filmpalast –

Der Junge muss an die frische Luft

Beginn der Vorführung: 15:00 Uhr

Rückkehr gegen 17:30 Uhr

Dienstag, 20. August, 18:30 Uhr

Schlosskonzert Brühl

Unter Freunden – Haydn und Mozart

Beginn des Konzerts: 20:00 Uhr

Rückkehr gegen 22:30 Uhr

Dienstag, 27. August, 13:30 Uhr

Ai Weiwei – Wo ist die Revolution?

Ausstellungsbesuch im K21 in Düsseldorf

Beginn der Führung: 15:00 Uhr

Rückkehr gegen 18:30 Uhr

Mittwoch, 04. September, 13:45 Uhr

Kino im Filmpalast – Colette

Beginn der Vorführung: 15:00 Uhr

Rückkehr gegen 17:30 Uhr

Samstag, 07. September, 19:00 Uhr

Stadtgarten – Bundesjazzorchester

A Tribute To The Kenny Clarke-Francy

Boland Big Band

Beginn des Konzerts: 20:00 Uhr

Rückkehr gegen 22:30 Uhr

Dienstag, 10. September, 17:30 Uhr

Veedel-Führung – Griechenmarktviertel

Beginn der Führung: 18:00 Uhr

Rückkehr gegen 20:00 Uhr

Montag, 23. September, 17:30 Uhr

Veedel-Führung – Südstadt

Beginn der Führung: 18:00 Uhr

Rückkehr gegen 20:00 Uhr

Montag, 30. September, 19:15 Uhr

Kölner Philharmonie,

Gürzenich Orchester Köln, F. Roth:

Prokofjew, Skrjabin

Beginn des Konzerts: 20:00 Uhr

Rückkehr gegen 22:30 Uhr

Donnerstag, 24. Oktober, 16:30 Uhr

Veedel-Führung – Neuhrenfeld

Beginn der Führung: 17:00 Uhr

Rückkehr gegen 19:00 Uhr

Dienstag, 05. November, 19:00 Uhr

Hochschule für Musik und Tanz Köln – Spitzentöne

Entzian+, Hendrika Entzian Kontrabass

Beginn des Konzerts: 19:30 Uhr

Rückkehr gegen 21:30 Uhr

Eine Teilnahme im Anschluss

an das Muschelessen ist möglich.



Weitere Termine für
kulturelle Exkursionen
finden Sie auf unserer
Homepage:
www.vincenz-haus.de



Kulinarisch

Die Mischung macht's

Susann Hoffmann erzählt von ihrer Arbeit als Diätassistentin im St. Vincenz-Haus

Susann Hoffmann ist als Diätassistentin Teil des Küchenteams im St. Vincenz-Haus. Gerne arbeitet sie im Team, sagt sie. Aber besonders gerne sei sie für die Anliegen der Bewohnerinnen und Bewohner rund um das Thema Essen da. Sie berate sie bei Ernährungsproblemen oder bei Krankheitsbildern, die eine Diät bedingen. Sie möge es auch, wenn Bewohner sie im Restaurant ansprechen, „Was kann ich denn heute essen?“ und sie dann mit Rat und Tat zur Seite stehen könne. Zu ihren Aufgaben gehört es auch die Diätischen Lebensmittel zu beschaffen, Sonderkostpläne zu erstellen und natürlich die Diätküche zu kochen und zu kontrollieren.

Mit dem Wort kulinarisch verbinde sie gutes, gesundes, nachhaltiges Essen in Gesellschaft. Den Genuss mit jemandem zu teilen, sei ihr ebenso wichtig wie ein gutes Lebensmittel. Essen solle auch Spaß und Freude bereiten.

Die Essgewohnheiten haben sich im Laufe der Zeit immer wieder geändert, findet sie. „Früher als die Menschen die Arbeit auf dem Feld nicht Maschinen überlassen konnten, war das Essen deftig. Die Menschen wussten was sie aßen, nämlich das, was sie selbst ernteten.“ Heute, empfindet sie, gäbe es einen Trend dahin zurück: „Schon seit längerem schätzen die Menschen wieder gute Lebensmittel, achten darauf ob sie auch nachhaltig produziert wurden und gesund sind.“ Essen sei auch Tradition: „Kochrezepte werden oft

von Generation zu Generation weitergegeben. Heutzutage, bei der Vielzahl der Lebensmittel, haben die Menschen das Glück, sich aussuchen zu können, was sie essen möchten. Wo es früher feste Essenszeiten gab, isst man heute immer seltener nach einem festen Rhythmus morgens, mittags, abends. Die ältere Generation hält den Rhythmus meist noch ein, wohingegen die Jüngeren die Essenszeiten locker nehmen, so wie es gerade passt.“

Auf die Frage, was ihr Lieblingsessen sei, antwortet sie: „Es gibt so viele Gerichte, die ich gerne esse, da mag ich mich nicht festlegen. Besonders mag ich die natürliche Küche, in die die Liebe von Handarbeit eingeflossen ist.“ Dabei muss sie ans Meer und die mediterrane Küche denken.

Wie sie sagt, freue sie sich über den Trend, dass Menschen wieder mehr auf Nachhaltigkeit und Umweltschutz schauen und es ein breites Angebot gebe, das die Vereinbarkeit von Familie und Beruf Generationen übergreifend möglich mache. Das gebe ihr auf der einen Seite ein heimisches Gefühl, auf der anderen Seite schätze sie trotzdem die unterschiedlichsten Dinge ausprobieren zu können. Besonders was Essen angeht, sei sie sehr experimentierfreudig und bringe umsetzbare Ergebnisse sehr gerne in ihre Arbeit ein. Ob traditionell oder modern, „Wo die Liebe den Tisch deckt, schmeckt das Essen am besten“, findet sie. ■

Das Gespräch führte Doris Krieger-Müller

Feste, Veranstaltungen und Ausflugsfahrten

FESTE

Dienstag, 13. August, 15:00 Uhr / Garten
Sommerfest

Dienstag, 24. September, 17:30 Uhr / Gartenrestaurant
Spezialitäten-Abend

Dienstag, 08. Oktober, 17:30 Uhr / Gartenrestaurant
Oktoberfest

Dienstag, 05. November, 17:30 Uhr / Gartenrestaurant
Muschelessen

Montag, 11. November, 11:11 Uhr / Festsaal
Karnevalseröffnung

VERANSTALTUNGEN IM FESTSAAL

Mittwoch, 28. August, 15:30 Uhr
Kölsches Sommerkonzert mit dem Gerold Kürten Chor

Dienstag, 17. September, 15:00 Uhr
Konzert für Klavier mit Evgenia Nekrasova
Große Zeitgenossen des 19. Jahrhunderts

Mittwoch, 23. Oktober, 15:30 Uhr
Schattentheater „Komm auf die Schaukel Luise“

Mittwoch, 30. Oktober, 15:30 Uhr
Fotovortrag mit Janne Neuman
Königsberg/Kaliningrad nach der Fußball-WM 2018

AUSFLUGSFahrTEN

Montag, 05. August, 15:00 Uhr
Fahrt in die Flora Köln
Mit Besuch des Gartenlokals „Dank Augusta“

Mittwoch, 14. August, 13:30 Uhr
Fahrt in die Eifel mit Schifffahrt auf dem Obersee
Der Nachbar des Rursees in der Eifeler Seenplatte

Donnerstag, 19. September, 10:30 Uhr
Herbstliches Siebengebirge: Schifffahrt mit der Moby Dick
Von Bonn nach Linz und zurück

Oktober
(Genaueres Datum wird noch bekanntgegeben)
Fahrt nach Düsseldorf mit Landtag und Rheinturm
Landtag NRW mit Besuch einer Plenarsitzung
Rheinturm mit Fahrt zur Aussichtsplattform

Weitere Veranstaltungstermine finden Sie auf unserer Homepage: www.vincenz-haus.de





Stiftung St. Vincenz-Haus Betriebsgesellschaft mbH
Konrad-Adenauer-Ufer 55
50668 Köln – Kunibertsviertel –
Telefon: 0221 1639-0
www.vincenz-haus.de
E-Mail: info@vincenz-haus.de

CO₂-neutral gedruckt

