

# BEN ECHO

Zeitung für Werne



Stadt Werne -  
Koordinierungsstelle  
für Bürgerschaftliches  
Engagement, Senioren-  
und Behindertenarbeit  
(BEN)

Auflage: 1.000 Stück



## Glück bedeutet für mich:



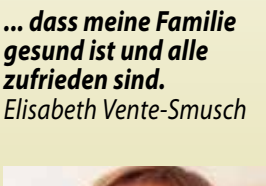
**... dass ich eine eigene Familie habe und gebraucht werde.**  
Barbara Rose



**... ein gutes Buch zu lesen oder mit meinem Mann am Meer entlang zu gehen.**  
Inge Bulla



**... das erste Grün im Frühling nach einem langen Winter.**  
Annette Alfermann



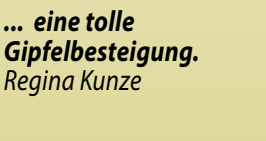
**... dass meine Familie gesund ist und alle zufrieden sind.**  
Elisabeth Vente-Smusch



**... wenn ich weiß, dass es meiner Familie gut geht.**  
Ingeborg Kahlau



**... drei gesunde Kinder zu haben.**  
Regine Mühlenbeck



**... eine tolle Gipfelbesteigung.**  
Regina Kunze



**... Gesundheit, ein gutes Umfeld und dass meine Töchter so vorbehaltlos zu mir stehen.**  
Karin Klüppel



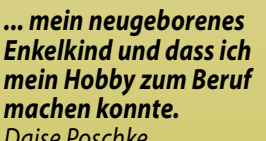
**... meine Frau und alles, was sie in mein Leben bringt.**  
Günther Smusch



**... schöne Erlebnisse in Gemeinschaft mit anderen Menschen.**  
Änne Fleischer



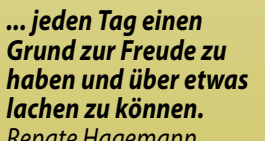
**... Sonnenstrahlen auf der Haut zu spüren.**  
Martina Bußmann



**... mein neugeborenes Enkelkind und dass ich mein Hobby zum Beruf machen konnte.**  
Daise Poschke



**... ein Glas Wein, ein gutes Buch und ein knisterndes Feuer.**  
Helga Lücking



**... jeden Tag einen Grund zur Freude zu haben und über etwas lachen zu können.**  
Renate Hagemann



**... Gesundheit, das Wohlergehen meiner Kinder und der Frieden in der Welt.** Gisela Stehmann-Lehmann



**... das Hier und Jetzt bewusst erleben zu dürfen.**  
Christiane Fahle





**MitgliedPlus** <sup>+</sup>

„Mit MitgliedPlus  
günstiger shoppen!“

Mitglieder-  
Mehrwert-  
programm

Jeder Mensch hat etwas, das ihn antreibt.



[www.vb-kawe.de](http://www.vb-kawe.de)

Wir machen den Weg frei.



**Volksbank  
Kamen-Werne eG**

Ihre Bank - seit 1888

## Editorial

### Auf der Suche nach den Momenten des Glücks



Jochen Höinghaus über Glück in uns.

*BEN-Echo feiert Geburtstag: Zum zehnten Mal halten Sie nun eine Zeitschrift in Händen, die es sich in den vergangenen Jahren zur Aufgabe gemacht hat, die vielfältigen Themen rund um „Senioren, Pflege sowie Menschen mit Behinderung“ zu bündeln und aus einer „etwas anderen“ Perspektive zu beleuchten.*

*Traditionell steht jede Ausgabe unter einem anderen Motto. In den vorbereitenden Sitzungen der ehrenamtlich tätigen Redakteure wuchs der Wunsch, dass es bei der Geburtstagsausgabe um das „Glück“ gehen sollte - etwas, das jeder sucht und gerne hätte.*

*Allen Beteiligten war dabei klar, dass es nicht leicht sein würde, sich diesem Thema auch nur ansatzweise erschöpfend zu nähern. Schließlich gibt es keine absolute „Glücksformel“! Und was „Glück“ am Ende tatsächlich für jeden einzelnen ist – wer weiß es? Zu vielschichtig sind die Facetten, zu verschiedenen individuelle Erwartungen und zu unterschiedlich mögliche Rahmenbedingungen. Was für den einen ein durch nichts zu überbietender Glücksmoment ist, kann für den anderen die Normalität seines Alltags sein. Die individuelle Sichtweise macht den entscheidenden Unterschied*

*aus. So bleibt die Erkenntnis, dass das Streben und die Suche nach dem Glück zwar allen Menschen gemein ist, wie Glücksmomente letztlich jedoch aussehen und sich anfühlen, entscheidet jeder einzelne individuell.*

*Deutlich wird dies einmal mehr an der (nicht repräsentativen) Umfrage, die die Titelseite der vorliegenden BEN-Geburtstagsausgabe zielt. Die zahlreichen Einschätzungen, Bemerkungen und Hinweise zum persönlichen Glücksempfinden unterstreichen eindrucksvoll, wie sehr die persönliche Situation die jeweilige Stimmung beeinflusst. Gleichwohl: Um Glück zu empfinden, reicht es oft schon aus, uns Dinge bewusst zu machen, die wir für selbstverständlich halten, die aber wichtig für unser emotionales Wohlbefinden sind (z. B. Gesundheit, Familie und Freunde).*

*Sein eigenes Glück zu erkennen heißt, zu träumen, aber richtig zu träumen. Träumen ist gut und wichtig, nur dass es im richtigen Maße geschehen sollte. Es bringt nichts, immer nur mehr und mehr zu wollen. Viel wichtiger ist es, Träume zu haben, die man in realistische Ziele umwandeln und nach denen es sich lohnt zu streben.*

*Es geht darum, zu überlegen, was man wirklich braucht und haben möchte und dann darauf hinzuarbeiten. Wenn man seine eigenen kleinen Ziele erreicht, ist das ein viel größeres persönliches Glück. Und es ist einfacher zu erreichen.*

*Und noch eines ist ganz typisch für persönliches Glück: Es ist kein Zustand, den wir dauerhaft verspüren können. Glück kann man nicht behalten oder festhalten. Man kann es suchen, für einen Moment genießen - und dann verliert man es wieder.*

*Gerade das ist aber die große Chance, sich im Leben zurechtzufinden, anzukommen und persönliche Zufriedenheit oben an zu stellen. Machen Sie sich auf die Suche nach Ihren persönlichen Glücksquellen. Manchmal erweist sich in diesem Zusammenhang etwas als Glücksfall, das sich noch im ersten Moment als Frust angefühlt hat.*

*In diesem Sinne würde ich mich gemeinsam mit meinen Redaktionskollegen sehr freuen, wenn das aktuelle BEN-Echo dazu beitragen könnte, Ihnen einen dieser kleinen Glücksmomente zu vermitteln.*

## Ehrenamt hat ein Gesicht

### Interview mit der Musikerin und Chorleiterin Dagmar Borowski-Wensing

*Dagmar Borowski-Wensing hat Schulmusik und evangelische Religionspädagogik studiert und mit dem 1. und 2. Staatsexamen abgeschlossen. Danach absolvierte sie ein Studium für evangelische Kirchenmusik in Düsseldorf, das sie mit dem B-Examen beendete. Seit 1996 arbeitet und lebt sie mit ihrem Mann, Dr. Hans-Joachim Wensing, der ebenfalls Schul- und katholischer Kirchenmusiker ist, in Werne. Ihren Schwerpunkt sieht sie in der Vernetzung von alter und neuer Musik sowie in der ökumenischen Arbeit.*

*BEN-ECHO-Redaktionskollege Franz-Josef Dahmen sprach mit der engagierten Chorleiterin.*



*Dagmar Borowski-Wensing ist eine talentierte Musikerin und engagierte Chorleiterin in unserer Stadt.*

#### **BEN-ECHO:**

Wie viele Chöre leiten Sie in Werne und Umgebung und wie setzen sich diese zusammen?

#### **Dagmar Borowski-Wensing:**

Zurzeit leite ich regelmäßig vier Chöre: Den Frauenchor „Singing Ladies“ (inzwischen ohne „w“), den Gospelchor „Life Line“, den kleinen Kinderchor „Life Line Kids“ sowie den Projektchor „Mixtur 4fach“.

#### **BEN-ECHO:**

Wenn man Sie vor den Chören in Aktion sieht, strahlen Sie eine große Lebensfreude aus!

#### **Dagmar Borowski-Wensing:**

Singen, besonders in der Gemeinschaft eines Chores, hat mich von klein auf stets begeistert. Dabei bin ich in erster Linie aus ganzem Herzen der Kirchenmusik mit all ihren Möglichkeiten verpflichtet. Gemeinsam sakrale Werke - egal, ob alte oder neue Musikstile - zu erarbeiten und eventuell im Gottesdienst als Beitrag zur Verkündigung „mit - zu - teilen“ oder im Konzert zu Gehör zu bringen, macht große Freude. Wenn durch

unser Singen anschließend weitere Menschen zum Mitmachen angesteckt werden, motiviert dies immer wieder neu.

#### **BEN-ECHO:**

Der Chorgesang in Werne bietet eine große Palette an Möglichkeiten. Wo würden Sie sich einordnen?

#### **Dagmar Borowski-Wensing:**

Mit Leib und Seele bin ich Kirchenmusikerin, und sehe in der Vermittlung von alter und neuer geistlicher Musik meinen Schwerpunkt. Aber mir macht auch singbare U-Musik im geeigneten Rahmen viel Spaß.

#### **BEN-ECHO:**

Haben Sie noch einen großen musikalischen oder privaten Traum, den sie sich noch erfüllen möchten?

#### **Dagmar Borowski-Wensing:**

Wir planen z. Z. mit dem Gospelchor in Kooperation mit dem Herberner Gospelchor (Leiter: Uwe-Reiner Bochmann) und mit dem Chor von St. Christophorus „Vocapella“ (Leitung:

mein Mann) ein sinfonisches Gospelatorium für Chor und Orchester im Sommer 2015 aufzuführen. Ja, ich habe einen privaten Traum: Ich wünsche mir, soviel Schokolade essen zu dürfen, wie ich kann - ohne zuzunehmen (lacht!).

#### **BEN-ECHO:**

Wieviel Musikinstrumente spielen Sie?

#### **Dagmar Borowski-Wensing:**

Alles, was Tasten hat: Klavier, Orgel, Akkordeon und ein bisschen Gitarre.

#### **BEN-ECHO:**

Ihr schönstes Erlebnis mit einem Chor oder bei einem Auftritt?

#### **Dagmar Borowski-Wensing:**

Bei einem Weihnachts-Chorkonzert kam in einer kurzen Pause plötzlich ein behindertes Kind nach vorne und sang aus dem Stand das Weihnachtslied „Stille Nacht“.

#### **BEN-ECHO:**

Herzlichen Dank für das Gespräch!

## Ehrenamtskarte NRW

### Bürgermeister Lothar Christ verleiht 100. Ehrenamtskarte

„Bitte werben Sie auch im Freundes- und Bekanntenkreis für das Ehrenamt!“ Mit diesem Appell schloss Bürgermeister Lothar Christ die Feierstunde anlässlich der Verleihung weiterer fünf Ehrenamtskarten NRW an verdiente Werner Bürgerinnen und Bürger. Der Stadtrat hatte im Jahre 2010 mit Blick auf die Würdigung des ehrenamtlichen Engagements beschlossen, sich dem landesweit ausgeschriebenen Projekt „Ehrenamtskarte NRW“ anzuschließen. Insgesamt 194 (von 369) NRW-Kommunen beteiligen sich aktuell daran, wobei inzwischen rd. 26.000 Ehrenamtskarten ausgehändigt wurden.

Eine echte Erfolgsgeschichte also – und das bis heute: Schließlich konnte Bürgermeister Lothar Christ auf ein kleines Jubiläum verweisen und die inzwischen 100. Ehrenamtskarte an Christiane Kortländer überreichen, die sich seit vielen Jahren – ebenso wie Brigitte Imielinski – aktiv in der evangelischen Tageseinrichtung „Arche Noah“ engagiert. Weitere Ehrenamtskarten erhielten Hildegard Siepmann, die den Verkauf im „Düt un Dat“-Laden unterstützt und regelmäßig im Café der Lokalen Agenda „Mach mal Pause“ aushilft sowie Michael Wende, dessen Schwerpunkt in der Vorstandsar-



*Christiane Kortländer, Hildegard Siepmann, Michael Wende, Brigitte Imielinski und Markus Rohe (v.li.) erhielten aus der Hand von Bürgermeister Lothar Christ die Ehrenamtskarte NRW überreicht.*

beit des Verbandes „Wohneigentum“ (vorm. Deutscher Siedlerbund) liegt.

Markus Rohe wurde bereits zum zweiten Mal mit der Ehrenamtskarte ausgezeichnet: Als Vorsitzender des Schützenvereines Varnhövel-Ehringhausen tritt er für den Erhalt des Schützenbrauchtums ein und ist daneben Abteilungsleiter „Jugend“ beim WSC 2000 und trainiert eine Fußball-Mädchenmannschaft. Der krankheitsbedingt in der Feierstunde fehlende Jan Rensmann erhielt die

Ehrenamtskarte für sein außerordentliches Engagement im Pfarreirat St. Johannes im Stadtjugendring sowie als Leiter des Messdiener-Austausches mit der französischen Partnerstadt Bailleul.

Ein besonderes Dankeschön des Bürgermeisters galt den insgesamt 32 Vergünstigungsgebern in der Stadt Werne, die entsprechende Angebote für alle Ehrenamtskarteninhaber bereithalten. Nicht zuletzt ihre Bereitschaft zur „großherzigen Unterstützung sei einer der Schlüssel zum Erfolg“.

## Besucherguppe von der „Arena auf Schalke“ angetan

*Insgesamt 32 erwartungsfrohe Ehrenamtskarteninhaber NRW aus den Städten Werne, Lünen, Bergkamen und Selm waren der Einladung gefolgt, einen gemeinsamen Tag auf dem Gelände der „Arena auf Schalke“ zu verbringen.*

„Ich freue mich, dass es uns auf diese ganz besondere Art und Weise gelungen ist, unseren ehrenamtlich aktiven Bürgerinnen und Bürgern für ihr langjähriges Engagement ein herzliches

Dankeschön auszusprechen“, befand Bürgermeister Lothar Christ auf Grund der positiven Resonanz.

Mit an Bord des von der Firma Vehling kostenlos zur Verfügung gestellten Reisebusses fanden sich auch eine Reihe erklärter Schalke-Fans, so dass nicht zuletzt die 90-minütige Führung durch die „Veltins-Arena“, die mit zahlreichen Besonderheiten beeindruckte, ein positives Echo fand. Ob nun der herausfahrbare Rasen, die

zu schließende Dachkonstruktion oder die große Zahl an VIP-Logen: Ein Besuch in der Arena – egal ob Fan oder nicht – dürfte immer wieder ein besonderes Erlebnis sein.

Der Besuch im Fan-Shop und ein frisches Veltins im Schalke-Bistro rundeten eine gelungene Veranstaltung ab, die – so der Wunsch vieler Teilnehmer – eine Neuauflage finden sollte. Allerdings könnte es dann zum BVB in den Signal-Iduna-Park gehen ...

## „Glücks“-Erfahrungen

### Dr. Hans-Peter Böhm: Pilgern auf dem Jakobsweg

*Eine Fahrt über 3.300 km in 209 Stunden reiner Fahrtzeit kann man nicht in einem kurzen Artikel beschreiben, zu vielfältig sind die Eindrücke. Ich habe jeden Abend Tagebuch geschrieben und erfreue mich heute immer mal wieder daran. Dann wird auch die Erinnerung wach, wie oft ich „Glück hatte“ oder einen guten Schutzengel.*

Santiago de Compostela – dieser Name hatte für mich seit einigen Jahren einen magischen Klang. Europäischer Pilgerweg, mehr als tausendjährige Tradition, Heiliges Jahr – das waren nur einige der Stichworte, die sich damit verbanden. Demgegenüber standen Pyrenäen-Überquerung (dass danach noch anstrengendere Pässe folgten, ahnte ich ja nicht) und – von Werne aus – über 2000 Kilometer unbekannte Wege.

Als Fußpilger sah ich mich nicht, Wandern gehörte nicht zu meinen Leidenschaften. In unseren heißen Sommern hatte ich gelernt, dass man die Hitze auf dem Fahrrad dank des Fahrtwinds gut ertragen kann. Das müsste doch auch in Südfrankreich und Spanien im August gelten. Aber als Schreibtischläufer so weit mit dem Rad?

Die Überlegungen zu einem Weg von Werne nach Santiago kreisten um den Gegensatz zwischen kurzer Strecke und nicht zu vielen Steigungen am Anfang. Gewonnen hat die Scheu vor Bergstrecken. Die weitere Strecke brauchte natürlich mehr Zeit; am Übergang vom Berufsleben zum Ruhestand hatte ich davon reichlich. Die Strecke der Wahl verlief – passend für den Münsterländer – bis zum Pyrenäenvorland entlang von Flüssen und Kanälen, also weitgehend steigungsfrei.



Glücklich am Ende eines langen Weges: Dr. Hans-Peter Böhm.

#### Glück gehabt

- Heil angekommen – mindestens einmal hat (in Nîmes) eine Autofahrerin für mich gebremst. Wahrscheinlich kam das noch öfter vor, ich habe es dann nur nicht gemerkt.
- Immer eine Bleibe für die Nacht gefunden, zweimal war es das letzte verfügbare Zimmer...
- Am Straßenrand einen Gärtner getroffen, der mir nicht nur den besten Weg erklärte, sondern gleich eine kleine Karte zeichnete.
- Nach zwei Stunden Dauerregen

tropfnass in einem kleinen Bistro Aufnahme gefunden und trotz unpassender Tageszeit sehr gut versorgt worden zu sein.

- Eine einzige Panne – aber in der Nähe eine Werkstatt gefunden, die den Pilger trotz Warteliste vorzog.

#### Glück empfunden

Glücklich war ich bei der Ankunft in Santiago und beim Anblick der Kathedrale. Ein ganz besonderes Glücksgefühl war für mich – und ist es vermutlich für jeden Pilger – die Umarmung der Jakobusbüste im

Hochaltar. Nach dem Rückflug in 5 Stunden statt in 70 Tagen kam dann eine gewisse Ernüchterung: Das Ziel war erreicht und jetzt stand der Alltag an, u. a. mit zwei Klappkisten voller Post. Im Rückblick gilt eindeutig „der Weg ist das Ziel“, viele Pilger haben mir dabei Recht gegeben.

Glücklich war ich aber auch vorher ganz oft: Wenn es am Morgen nicht regnete, wenn die Straße leer und ich mitten in der Natur war, wenn das Rad bei Rückenwind wie von allein fuhr, wenn die Passhöhe nach stundenlangem Anstieg in Sicht kam (den Blick zum Scheitel des Pyrenäenpasses benutze ich noch heute als

Bildschirmschoner). Das sind unvergessliche Momente, von denen ich in den ersten Monaten nach der Heimkehr fast jede Nacht geträumt habe.

### Und danach

Ich wollte das Glücksgefühl des Weges wiederholen und habe noch zwei Versuche unternommen. Beide haben keinen glücklichen Abschluss gefunden: Der erste endete mit einer Lebensmittelvergiftung, so dass ich einen Tag hinter Verdun abrechnen musste.

Immerhin hatte ich kurz vor dem

verdorbenen Essen auch ein Glückserlebnis: Als Deutscher in Verdun (!) in der hl. Messe die Lesung vortragen zu dürfen ist für mich unvergesslich; da glaubt man dann wirklich, dass die Tragödie der Schlacht vor Verdun überwunden ist.

Der zweite Versuch endete in Nancy mit gebrochenem Arm, Operation vor Ort und ADAC-Krankentransport nach Hause. Radlfreunde meinten danach, ich solle mir vielleicht nun doch ein anderes Ziel suchen. Aber der Jakobsweg ist wie eine schwere Infektion, die meisten, die davon befallen sind kommen von der Faszination nicht mehr weg.



Rd. 3.300 Kilometer gilt es bis Santiago de Compostela zu bewältigen.

## Ausflugtipps der Region

### Kennen Sie das westfälische Städtchen Telgte?



**Telgte** ist vielfältig, bunt und abwechslungsreich.

Die westfälische Kleinstadt (ca. 20.000 Einwohner) gehört zu den ältesten

Städten des Münsterlandes (1238 Verleihung der Stadtrechte).

Seinen Ursprung verdankt Telgte einer Emsfurt, an der sich bedeutende Handelswege trafen. Vermutlich wurde zu Beginn des 9. Jahrhunderts durch Liudger, dem ersten Bischof von Münster, eine Pfarrkirche errichtet. Von dieser Kirche und zwei Haupthöfen ging die weitere Besiedlung aus.

Ein bemerkenswertes Ereignis war die Gründung des **St. Rochus-Hospitals** durch den Franziskanerpater Christoph Bernsmeyer (1777-1858). Es wurde 1848 fertig gestellt und hat sich zu einer modernen Fachklinik für Psychiatrie, Psychotherapie und Neurologie entwickelt.

Die Bürger haben sich mit Erfolg dafür eingesetzt, die **historische Altstadt** zu bewahren. Vor allem die kleinen Gässchen und Plätze spiegeln die mittelalterlichen Strukturen wider und vermitteln eine besonders gemütliche Atmosphäre.

Telgte (auch 1200-jährige **Wallfahrtsstadt**) hat als größten Anziehungspunkt die Wallfahrtskapelle mit der 600 Jahre alten Pieta.

Dazu kommen das weithin bekannte ehemalige Museum Heimathaus Münsterland und das 1994 eröffnete Krippenmuseum. Das daraus entstandene heutige **RELIGIO - Westfälisches Museum für religiöse Kultur** bietet den Besuchern seit April 2012 anschauliche Antworten auf religiöse

Fragen; **Kapelle, Museum** und **Clemenskirche** bilden zusammen den sogenannten **Telgter Dreiklang**.

Die **kunstvollen Skulpturen**, die es überall zu entdecken gibt, verleihen der Stadt ihren besonderen Charakter.

Seit 2010 verbindet die **Kulturspur aus roten Tonsteinen**, die in das Gehwegpflaster eingelassen sind, die Sehenswürdigkeiten der Altstadt, deren jahrhundertalte Geschichte damit auf neue Weise erlebbar wird. Wer dieser Spur folgt, wird viele Orte finden, an denen es sich lohnt anzuhalten und zu verweilen und dadurch die Geschichte dieser Stadt und was den Menschen in Telgte wichtig war und ist, kennenzulernen.

Die Objekte fordern die Betrachter auf, aktiv zu werden und Fragen zu stellen. Die Werke bieten somit beinahe sprichwörtlich „Unterhaltung“. Die Stadt Telgte ist zu allen Jahreszeiten einen Besuch wert.

**Entfernung** von Werne bis Telgte: ca. 50 km

#### **Fahrtroute:**

B 54 Herbern - Rinkerode - Albachten - Wolbeck - Telgte

oder A1 bis Münster-Süd, Umgehungsstr. Richtung Telgte / Warendorf

#### **Parkplätze:**

Drei große Parkplätze liegen nahe beieinander und sind zur Stadt/zum Markt fußläufig gut zu erreichen (Navi-Eingabe: „Emstor“ oder „Baß(ss)feld“).

Zentraler Parkplatz:  
Knickenbergplatz (mit WC).

#### **Gastronomie:**

Telgte bietet ein großes gastronomisches Angebot:

##### *Am Marktplatz:*

alter Gasthof Seiling, Kaffeerösterei, Café im Böttcherhus, Stadtcafé

##### *Kapellenstr. = Straße zum Museum und zur Gnadenkapelle:*

italienisches Restaurant, Oma Lina, zentrales Café.

*Der Flyer „Spurensuche in Telgtes Altstadt - ein Stadtrundgang“ kann beim Verkehrsverein, Kapellenstr. 2, 48291 Telgte Tel.: 02504-690100 angefordert werden.*

*Weitere Infos unter [www.telgte.de](http://www.telgte.de)*





## Pflegebeirat aktuell

### Diagnose Demenz: Neuer Ratgeber hilft weiter

*Rund 1.000 Menschen leiden nach der Statistik in Werne an Demenz. Familienmitglieder sind mit den Wesensveränderungen ihrer Angehörigen häufig überfordert. Ein neuer Ratgeber zeigt ihnen nun Wege auf, wie sie mit der Krankheit umgehen können und wo sie in Werne Unterstützung finden.*

Das handliche Heft im ansprechenden Design stellten die Vertreter des Pflegebeirates in der Stadt Werne und des Arbeitskreises Demenz vor, die das Info-Heft in einer gemeinsamen Arbeitsgruppe entwickelt haben. Die Broschüre wurde in einer Auflage von 2.500 Exemplaren gedruckt und liegt öffentlich aus. Da alle Beteiligten des Pflegebeirates in einer Umlage einen finanziellen Beitrag geleistet haben, konnte es ohne Werbung finanziert werden.

Jochen Höinghaus, Leiter der Koordinierungsstelle für Bürgerschaftliches Engagement, Senioren- und Behindertenarbeit der Stadt Werne (BEN) bezeichnete die Broschüre als ein „herausragendes Leuchtturmprojekt“. Nach dem erfolgreichen Thementag „Demenz“ im Frühjahr 2013 sei das Thema stärker ins Bewusstsein gerückt und im Pflegebeirat sowie dem Arbeitskreis Demenz die Entscheidung getroffen worden, einen Wegweiser zu erstellen.

„Unser Ziel ist, Betroffenen und Angehörigen einen Überblick über den Zugang zu bestehenden Hilfs- und Entlastungsangeboten in Werne zu erleichtern“, sagte Constanze Spellerberg aus dem begleitenden Arbeitskreis.



*Stellten den neuen Demenz-Wegweiser vor (v.li.): Dr. Heinz Brückmann, Constanze Spellerberg, Sabine Oboda, Gabriele Kranemann, Melanie Schneider und BEN-Leiter Jochen Höinghaus.*

In insgesamt acht gemeinsamen Sitzungen wurde das entsprechende Daten- und Textmaterial zusammengetragen: Herausgekommen ist dabei eine umfassende Informationsschrift, die die verschiedensten Ansprechpartner auflistet – von den Adressen der Pflegedienste über Anbieter von Essen auf Rädern, Pflegekurse für Angehörige und Betreuungsmöglichkeiten bis hin zu Tagespflegeeinrichtungen, Wohngruppen für Demenzkranke oder Seniorenheime.

Dem Thema Patientenverfügung und Vorsorgevollmacht widmet sich der Ratgeber ebenso wie dem Thema „Beistand am Lebensende“. Und

selbstverständlich erhält der Nutzer auch eine Erklärung, was Demenz ist und wie man die Symptome erkennt. Gabriele Kranemann, Leiterin der Familienbildungsstätte, wies auf die große Bedeutung des Hilfsangebotes hin: „1,5 Millionen Menschen werden in Deutschland von ihren Angehörigen gepflegt. Damit sind die Familien der größte Pflegedienst der Nation“. Gerade deshalb sei es wichtig, den Angehörigen möglichst viel Unterstützung bei ihrer Arbeit zu geben.

Der Demenzwegweiser ist u. a. erhältlich bei der Stadt Werne, Konrad-Adenauer-Platz 1, 59368 Werne.

### Selbsthilfegruppe „Morbus Crohn“

Für die meisten Betroffenen bedeutet die Diagnose Chronisch-Entzündliche-Darmerkrankung (z. B. „Morbus Crohn“ oder „Colitis ulcerosa“) einen schwerwiegenden Eingriff ins

bisherige Leben. Ansprechpartner einer Selbsthilfegruppe in Werne ist Angelika Wronski, Holtkamp 32, Tel.: 02389-5261163 (E-Mail: shg-unna-ced@gmx.de).

## Ernährungstipps

### „Mood Food“ - Essen Sie sich glücklich!

**Nudeln machen glücklich!**  
**Mit Zucker lacht das Leben!**  
**Milch macht müde Männer munter!**  
**Fleisch ist ein Stück Lebenskraft!**  
**... macht Kinder froh und Erwachsene ebenso!**

**Wer kennt sie nicht, die Werbeslogans von gestern und heute? Aber was ist wirklich dran an diesen vollmundigen Versprechen? Können Lebensmittel die Stimmung beeinflussen? Und wieviel Zucker darf es denn sein, damit auch Waage und Hausarzt noch lachen? Welche geheimnisvollen Zutaten verbessern Wohlfühl und Energie? Und wo finde ich diese Zaubermittel?**

Tatsächlich kann man mit geschickter Auswahl ausgewählter Nahrungsmittel den Stoffwechsel ein wenig so beeinflussen, dass das Wohlbefinden steigt. Aber natürlich tut ein Zuviel (z. B. von Zucker und Fett) auch der Gesundheit und der Figur nicht gut, was dann wiederum zu Stress führen kann.

#### Wichtige „Zaubermittel“

##### - Eiweiß

besonders Tryptophan ist wichtig als Vorstufe für das Wohlfühlhormon Serotonin und das Hormon Melatonin, das für guten Schlaf sorgt. Zu finden in Hafer, Bananen, Milch, Eiern, Kakaobohnen, Hülsenfrüchten.

##### - Kohlehydrate

sorgen für die schnelle Aufnahme von Tryptophan ins Gehirn. Kohlehydrate in Vollkorngetreide, Gemüse und Früchten bevorzugen, „Süßkram“ sollte max. 5 - 10 % der Gesamtkalorien ausmachen. Dazu zählt auch die Marmelade auf dem Brot und der Zucker im Kaffee!



Gesundheitstrainerin Annette Alfermann über Nahrungsmittel, die den Stoffwechsel beeinflussen und das Wohlbefinden steigern können.

##### - $\Omega$ -3-Fettsäuren

regen die Produktion von Serotonin (s.o.) an, fördern das Denkvermögen. Besonders in Fisch, Weidemilch und -butter, Leinöl, Rapsöl enthalten.

##### - Ballaststoffe

halten den Blutzuckerspiegel stabil, dadurch gleichmäßige Serotoninwirkung und weniger Heißhungerattacken.

In Vollkorngetreide, Gemüse, Hülsenfrüchten und Trockenfrüchten.

##### - Magnesium

Anti-Stress-Mineral, entspannt die Muskeln, stärkt das Nervenkostüm. In Vollkorngetreide (Haferflocken!), Nüssen, Hülsenfrüchten, Gemüse.

##### - Vitamin-B-Komplex

verhindert starke Stimmungsschwankungen, fördert die Konzentration. In kräftig gefärbtem Obst und Gemüse, Hülsenfrüchten, Vollkorngetreide.

##### - Gewürze

regen den Stoffwechsel an, fördern die Produktion von Serotonin (s.o.), wecken positive Erinnerungen. Besonders gut: Vanille, Zimt, Ingwer, Chili, Curry, Kräuter.

**Wie sieht es denn nun mit den Werbeversprechen aus? Ganz verzichten muss man auf gar nichts, aber manches kann man auch noch besser machen.**

#### Nudeln machen glücklich!

Wirkung durch: Eiweiß aus Getreide, Kohlehydrate.

##### Glücksturbo:

Vollkorngetreide (Dinkel, Buchweizen), besonders gut in Kombination mit Milchprodukten (Käse), Fisch (Lachs), und /oder Hülsenfrüchten (z.B. Linsen).

#### Mit Zucker lacht das Leben

Wirkung durch: Kohlehydrate

**Glücksturbo:**

natürliche Süßungsmittel wie süßes Obst, Trockenfrüchte, Dicksäfte oder Vollrohrzucker liefern zusätzlich Mineralstoffe und Enzyme, sie sparen durch intensiven Geschmack Kalorien. Maximal soviel „Süßkram“ pro Tag, wie auf den eigenen (!) Handteller passt.

**Fleisch ist ein Stück Lebenskraft**

Wirkung durch:

Eiweiß, Zink, Selen, Eisen, Vitamin B12 (bei Fisch auch Jod, Vit. D,  $\Omega$ -3-Fettsäuren)

**Glücksturbo:**

auf artgerechte Haltung achten, geräuchertes und stark verarbeitetes (rotes) Fleisch (z. B. Wurstwaren) sehr selten verzehren, Fleisch und Fisch insgesamt auf ca. 600 g/Woche beschränken

**Milch macht müde Männer munter**

Wirkung durch:

Eiweiß (Tryptophan), Vit. D, Calcium, Kohlehydrate (Milchzucker)

**Glücksturbo:**

fettarme („faire“) Sorten bevorzugen, besonders günstig in Kombination mit Kartoffeln, Hülsenfrüchten, Getreide (Haferflocken!). Altes Hausmittel: heiße Milch mit Honig

**... die zarteste Versuchung, seit es Schokolade gibt**

Wirkung durch:

Eiweiß (Tryptophan), Kohlehydrate (Zucker), Schmelzverhalten (Fett)

**Glücksturbo:**

dunkle Schokolade enthält mehr Tryptophan aus Kakao und weniger Zucker

**... macht Kinder froh und Erwachsene ebenso**

Wirkung durch:

Kohlehydrate. Leider sind hier nur wertlose Kohlehydrate enthalten. Sie lassen den Blutzucker schnell ansteigen, durch die folgende Insulinproduktion wird ein neuer Heißhungeranfall ausgelöst.

**Glücksturbo:**

Nur sehr sparsam verzehren!

Bei Heißhunger auf Süßes keine „Light“-produkte! Auch zugesetzten Fruchtzucker meiden, er führt zu fehlendem Sättigungsgefühl, schnellerer Gewichtszunahme, gefährlicher „Bauchspeck“!

**Selbermachen ist gar nicht schwer und führt auf verschiedene Weise zu Glücksgefühlen:**

Kochen ist ein sinnliches Erlebnis: Fühlen, riechen, schmecken Sie mal wieder ganz bewußt!

Kochen stärkt soziale Kontakte durch gemeinsames Essen und gemeinsame Rituale!

Selbstgemachtes macht zufrieden!

Selbstgemachtes schont Portemonnaie und Umwelt!

**Müsli nach Dr. Cousmine**

(4 Port.):

200 g Banane mit 2 El. Leinöl, 200 g Magerquark und soviel Orangensaft pürieren, dass eine cremige Masse entsteht.

1 Apfel fein raspeln, 200 g Obst der Saison zerkleinern und mit 4 El. Haferflocken und 1 El. gehackte Nüsse in die Quarkmasse geben.

**Sonntagsbrötchen**

(ca. 10 Stück):

500 g Weizen- oder Dinkelvollkorn-

mehl mit 500 g abgetropftem Magerquark,

1 Ei, 1 Tl. Salz und 2 Päckchen Backpulver verkneten.

Brötchen formen, mit etwas Milch bestreichen und mit Haferflocken o. Sesam bestreuen.

Ein Backblech mit Backpapier auslegen und die Brötchen bei 200 °C (Umluft 180°C) 10-20 min. backen. Die Backzeit hängt stark vom Backofen ab. Die Brötchen sind gar, wenn sie sich hohl anhören, sobald man auf die Unterseite klopft.

**Forellencreme:**

2 geräucherte Forellenfilets mit 2 Gabeln zerzupfen, mit 200 g Frischkäse mischen.

2 kleine Gewürzgurken sehr fein hacken, einige Zweige Petersilie und Dill sehr fein hacken, beides mit der Creme mischen.

Mit Zitronensaft, Salz und Pfeffer abschmecken, mit einigen Dillspitzen verzieren.

**Schnelle Mousse au Chocolat:**

500 ml Sahne erwärmen, 150 g Bitterschokolade darin schmelzen lassen. Über Nacht kalt stellen. Vor dem Servieren mit einem Mixer zu einer locker cremigen Masse aufschlagen. Bleibt mehrere Stunden fest.

Variationen:

- Gewürze (Zimt, Ingwer, Kardamom, Lebkuchengewürz)
- mit Schuss (Rum, Amaretto, Eierlikör)
- mit fein gehackten Trockenfrüchten (Ingwerstücke, Cranberries, diese aber erst am Schluss unterheben).

**Gutes Gelingen und guten Appetit!**

## Aktuelles aus der Seniorenvertretung

### Dieter Schimmel als Vorsitzender bestätigt

*Die Neuwahl des Vorstandes nutzte Bürgermeister Lothar Christ zu einem Besuch bei der Seniorenvertretung, um auch und gerade dem Vorsitzenden Dieter Schimmel und seinen Mitstreitern für ihr langjähriges Engagement zu danken.*

„Hier wird seit vielen Jahren gute und wichtige Arbeit im Ehrenamt geleistet!“ Beispielhaft führte er das einmal jährlich stattfindende Seniorenkino an und erinnerte an den im Rahmen von Sim-Jü mit 400 Besuchern ausverkauften „Ü 60-Treff“.

Nachhaltig sei zudem die Entwicklung der Notfallkarte gewesen, die inzwischen in vielen Städten der Nachbarschaft Nachahmer gefunden hätte. „Bleiben Sie weiterhin aktiv und setzen sich für die Belange der älteren Menschen in unserer Stadt ein“, ermunterte Bürgermeister Lothar Christ alle Mitglieder.

Im Anschluss daran erfolgte die Wahl des neuen (und alten) Vorstandes: Wahlleiter Hans Weiß bedankte sich stellvertretend für den persönlichen

Einsatz und durfte sich anschließend über einstimmige Ergebnisse freuen. Vorsitzender bleibt Dieter Schimmel, dem Gudrun Lenziewski als Stellvertreterin zur Seite steht; die Schriftführung liegt weiterhin in den Händen von Christa Mühlenbeck und auch Geschäftsführer Heinrich Dahlmann wurde in seinem Amt bestätigt.

#### Neuer Flyer

Über die angedachten Projekte und Planungen für das kommende Jahr berichtete Jochen Höinghaus, Leiter der Koordinierungsstelle für Bürgerchaftliches Engagement, Senioren- und Behindertenarbeit (BEN). Neben den bewährten Veranstaltungen soll ein neuer Flyer aufgelegt werden, der allgemeine Informationen über die Arbeit und Angebote der Seniorenvertretung enthalten wird.

Weitere Informationen sind erhältlich bei der Seniorenvertretung der Stadt Werne, Dieter Schimmel (Tel.: 02389/1037, E-Mail: dieter.schimmel@helimail.de)



*Bürgermeister Lothar Christ (3.v.li.) besuchte die Seniorenvertretung und bedankte sich für das vorbildliche ehrenamtliche Engagement.*

### „Offener Treff“ im Pfarrheim St. Johannes

Beim offenen Treff des Blinden- und Sehbehindertenvereins Kreis Unna eingetragen im Blinden- und Sehbehindertenverein Westfalen e. V., steht der Informations- und Erfahrungsaustausch über den Umgang mit der Diagnose einer Augenerkrankung und die Lebensbewältigung trotz einer Sehbehinderung im Mittelpunkt.

Zum Treff sind die Betroffenen und ihre Angehörigen an jedem dritten Mittwoch im Monat eingeladen.

In lockerer Atmosphäre treffen sich alle Teilnehmer von 15:00 bis 18:00 Uhr im St. Johannes-Pfarrheim, St. Johannes 15, in Werne. Ansprechpartnerin ist Angelika Börste (Tel.: 02389-45336).

### Beratung für Menschen mit Augenerkrankung

Der Blinden- und Sehbehindertenverein Kreis Unna, eingetragen im Blinden- und Sehbehindertenverein Westfalen e. V., bieten an jedem dritten Montag von 11:30 bis 13:30 Uhr im Stadthaus (Kleiner Sitzungssaal) in Werne, Konrad-Adenauer-Platz 1 eine Sprechstunde für Menschen mit einer Augenerkrankung.

Für die Beratung ist es hilfreich, wenn Ratsuchende vorhandene Unterlagen über die Augenerkrankung und Bescheide über Antragstellungen mit in die Sprechstunde bringen. Die Beratung ist kostenfrei.

Weitere Informationen gibt es bei Silvia und Michael Goerdes, Tel.: 02306-912 6364 (E-Mail: wsw-beratungsstelle-luenen@gmx.de).

## Aktuelles aus dem Behindertenbeirat

### Inklusion: Auf der Suche nach der Chancengleichheit . . .

*Was wäre, wenn alle Menschen in Werne in gleicher Weise am öffentlichen Leben teilhaben könnten? Was wäre, wenn es in unserer Stadt und in den öffentlichen Gebäuden keine Barrieren mehr gäbe? Was wäre, wenn Menschen mit und ohne Handicap in der Schule und im Beruf die gleichen Chancen hätten? Wie kann eine Vision der Chancengleichheit - oder auch Inklusion - in unserer Stadt entstehen und Wirklichkeit werden?*

Mit diesen und weiteren Fragen setzte sich auf Einladung des Behindertenbeirates der Stadt Werne eine Gruppe aus Schülern, Menschen mit Behinderung und zahlreichen Interessierten im Rahmen eines Tagesseminars in der Cafeteria des Stadthauses auseinander. Referentin war die aus Berlin angereiste Heilpädagogin Anna Roemer.

„Der Behindertenbeirat der Stadt Werne möchte vor allem das Thema „Inklusion“ und die besonderen Herausforderungen, die ein Weg zur

Inklusion mit sich bringt, intensiv beleuchten“, erläuterte BEN-Leiter Jochen Höinghaus die Motive der Veranstalter. Aus dem Blickwinkel einer Integrativen Heilpädagogin führte Referentin Anna Lena Roemer durch die Veranstaltung und diskutierte zunächst verschiedene Aspekte der Inklusion.

„Inklusion ist ein Prozess, bei dem alle Menschen vollkommen unabhängig von Behinderung nach ihren Vorstellungen am Leben in der Gesellschaft teilhaben können“, erklärte die gebürtige Wernerin, die zurzeit ihr Masterstudium „Inklusive Gemeinwesenarbeit“ absolviert.

#### „Keine Gleichmacherei“

„Dabei sollte auf die Bedürfnisse aller geachtet werden. Zusätzlich darf jeder selbst bestimmen“, sagte die 27-jährige Studentin, „so muss auch eine Person mit Behinderung nicht in einem Wohnheim wohnen, wenn sie es nicht möchte.“

Ziel des Seminars mit abschließender Diskussionsrunde war dabei vor allem, dass alle Teilnehmer beim Thema „Inklusion“ ins Grübeln kommen und merken sollten, dass Inklusion keinesfalls mit Begriffen wie „schlecht“ oder „Gleichmacherei“ einhergehe. „Und am Ende nicht so kompliziert ist, wie es scheint“, ergänzte Anna Lena Roemer schmunzelnd.

Außerdem sollten Visionen für die Stadt Werne entwickelt und der Blick geschärft werden für das, was bereits inklusiv ist. Gerade diese Sichtweise sei besonders wichtig, denn viele Bürger/innen würden denken, dass sie das Rad neu erfinden müssten.

Auf dem Weg dorthin klärten die Teilnehmer mit der Referentin die Grundbegriffe „Inklusion“ und „Behinderung“. Anschließend bezogen sie das Thema in den verschiedenen Lebensbereichen, wie Sport und Freizeit, Wohnen oder Teilhabe im Gemeinwesen, auf Werne.



Rund 35 Teilnehmer nahmen an dem Tagesseminar zum Thema „Inklusion“ teil. Die Leitung hatte die gebürtige Wernerin und Heilpädagogin Anna Lena Roemer (3.v.l.).

## Pflege aktuell

### Constanze Spellerberg betreibt neues „Hospiz am Wallgang“

„Das ist ein Meilenstein in der Versorgung von Patienten am Lebensende.“ So kommentierte Dr. Eberhard Albert Lux, Chefarzt an der Klinik für Schmerz- und Palliativmedizin am St. Marien-Hospital Lünen, die Pläne für ein Hospiz, die Bauherrin Constanze Spellerberg vorstellte. Mit dem ersten Spatenstich für das Drei-Millionen-Euro-Projekt in der Nachbarstadt Lünen ging sowohl für den Palliativmediziner als auch für Constanze Spellerberg ein lang gehegter Traum in Erfüllung.

Das „Hospiz am Wallgang“, das in einem Jahr eröffnet werden soll, bietet Platz für zwölf lebensbedrohlich erkrankte Menschen, die nur noch wenige Tage oder Wochen zu leben haben. „Nicht jeder Mensch hat das Glück, in seinem eigenen Zuhause friedlich einschlafen zu können“, sagt Constanze Spellerberg. „Doch jeder hat das Recht, dass in unserer Gesellschaft alles dafür getan wird, ihm ein selbstbestimmtes, schmerzfreies und würdiges Sterben in einer angenehm und persönlich gestalteten Umgebung zu ermöglichen.“

Das viergeschossige Gebäude mit einer Nutzfläche von 1.200 Quadratmetern, das von dem Architektenteam Björn Schreiter entworfen wurde und von Generalunternehmer Peter Czub gebaut wird, bietet dafür die besten Voraussetzungen: Für die Patienten gibt es im ersten und zweiten Obergeschoss jeweils sechs Gästezimmer, eine Versorgungsküche und einen gemeinsamen Wohnbereich. Im dritten Obergeschoss stehen ihnen ein separates Pflegebad für spezielle Anwendungen und Massagen, ein Kaminzimmer und eine Bibliothek zur Verfügung.

Ein großer Freibereich mit einer 40 Quadratmeter großen Dachterrasse, der mit einem Segel bespannt ist,



Generalunternehmer Peter Czub, Palliativmediziner Dr. Eberhard Albert Lux, Architekt Björn Schreiter und Bauherrin Constanze Spellerberg (v. l.) beim ersten Spatenstich für das neue „Hospiz am Wallgang“ in Lünen.

ermöglicht es, dass die Gäste auch dann die frische Luft genießen können, wenn sie selbst nicht mehr in der Lage sind, spazieren zu gehen. Auf Wunsch können sie auch von ihren Patientenbetten aus die Atmosphäre auf der Dachterrasse genießen.

Im Erdgeschoss befinden sich neben dem Büro der Hospizleitung zwei Apartments, in denen Angehörige übernachten können, ein großer Gemeinschaftsbereich, in denen sich Angehörige miteinander austauschen oder sich in Ruhe mit den Pflegekräften unterhalten können und ein Schulungszentrum. Hier sollen künftig Fortbildungskurse für alle Mitarbeiter des Hospizes und ehrenamtliche Helfer stattfinden.

Getragen wird das „Hospiz am Wallgang“ von Constanze Spellerberg, die u.a. den ambulanten Pflegedienst „Constanze Jakobke“ sowie mehrere Demenz-Wohngemeinschaften betreibt. Ein Förderverein, der in den nächsten Monaten gegründet wird, kümmert sich um die Öffentlichkeitsarbeit für das Hospiz. Ihm werden – neben engagierten Bürgern, die die neue Einrichtung ehrenamtlich unterstützen wollen – Vertreter aus

den Bereichen Medizin, Pflege und Finanzen angehören.

Für die Patienten ist die Zeit, die sie in dem Hospiz verbringen, übrigens kostenlos: 90 Prozent der Unterbringung finanziert die Krankenkasse, zehn Prozent trägt das Hospiz aus Spendenmitteln selbst.

„Wir Palliativärzte freuen uns sehr über dieses Projekt, weil damit eine Versorgung entsteht, die bisher gefehlt hat“, sagte Dr. Lux auch im Namen des Palliativnetzes, dem sieben Mediziner aus Lünen und Werne angehören. „Dafür, dass jemand nicht nur bürgerschaftliches Engagement beweist, sondern auch noch ein unternehmerisches Risiko eingeht, muss man wirklich sehr danken!“

Für Constanze Spellerberg erfüllt sich mit diesem Hospiz ein Herzenswunsch, den sie seit fast 20 Jahren hat – nicht zuletzt durch persönliche Erfahrungen, die sie auf einer Frühchen-Station in Münster erlebt hat. „Wie die Mitarbeiter damals mit den Angehörigen und verstorbenen Säuglingen umgegangen sind, war für mich sehr berührend – so etwas hatte ich noch nicht erlebt.“

## Buchempfehlung

### „Den Tagen mehr Leben geben“ von Dörte Schipper



Um den Arbeitsplatz von Ruprecht Schmidt würden die meisten Menschen einen Riesebogen machen. Er liegt zwar mitten im Leben, in Spuckweite der Reeperbahn, da also, wo Hamburg schillert wie eine Christbaumkugel. Aber es ist kein Ort von Sex und Sünde – sondern einer, wo gestorben wird. Jeden Tag. Sein Arbeitsplatz ist die Küche eines Hospizes namens Leuchtfeuer, seit zwölf Jahren ein Refugium für dem Tod geweihte Menschen.

Für insgesamt elf Patienten und ihre Familien bringt der 46-jährige Koch einen Rest von Normalität und Geborgenheit. Und das an dem wohl letzten Ort, an dem man einen ehemaligen Sternekoch vermuten würde. „Ganz klar, hier muss ich meine Eitelkeit als Koch zurücknehmen“, sagt der schlanke, grauhaarige Mann mit den freundlichen, braunen Augen. „Denn ich koche nicht bloß Gerichte, sondern vor allem Erinnerungen.“

Was will ein Mensch essen, wenn er den Tod vor Augen hat? In der Regel keine kulinarischen Experimente, sondern einfache Dinge. Muttis Küche wie Hühnerfrikassee, Königsberger Klopse oder Steckrüben. Das allerletzte Stück Leben hat fast immer mit glücklichen Erinnerungen an die Kindheit zu tun. Mit dem Grießbrei oder dem Apfelkuchen von Oma, mit Rinderroulade bürgerlich von Mama, mit dem Labskaus, den es nur im Lieblingslokal in Cuxhaven gab.

„Was darf ich für Sie kochen?“ Mit dieser Frage betritt Ruprecht Schmidt jeden Tag die hellen, gemülichen Zimmer des Hospizes. Und jeden Tag muss er sich wappnen gegen das, was anderen Köchen nie passiert. Denn die Kollegen kochen in der Regel für Menschen, die Lust haben, etwas zu essen. Schmidt dagegen kocht für Menschen, die meist keine Lust zum Essen mehr haben. „Ich komme wieder“, sagt er deshalb, wenn ein Patient antwortet: „Das lohnt doch gar nicht mehr.“ Oder: „Ich spuck sowieso alles wieder aus.“

Aussichtslos? Nicht für den ehemaligen Archäologiestudenten, der jahrelang in Sterneläden gekocht hat, der sich bei jedem Teller den Angstschweiß von der Stirn wischte. Immer Hochdruck, immer verwöhnte Gäste. Beim Catering gab es häufig keine brauchbaren Arbeitsgeräte in der Designerküche. Und nicht nur eine Gastgeberin tat so, als habe sie selbst gekocht.

„Ich hatte dieses ganze Chichi satt“, sagt Schmidt. Deshalb hat er auch kein Problem damit, dass es jetzt vor allem kulinarische Selbstlosigkeit und Geduld sind, die von ihm gefordert werden. Seine Gäste erwarten keine Seigelterrinen auf Sauerampfergelee

und keinen Kellner, der mit Schwung die Silberglocke hebt – sie erwarten gar nichts mehr. Schmidts Aufgabe ist es, ihren Appetit behutsam wieder zu wecken – auch wenn es nur für ein paar letzte Tage ist.

Trotz des schmalen Tagessatzes von sieben Euro erfüllt er jeden Extrawunsch, auch wenn es ihn gelegentlich nervt, dass zwar alle Kartoffelbrei zum Mittag wollen, aber einer mit Milch, der nächste mit Sahne, der dritte mit Muskat und der vierte nur mit Salz. „Ein Dementer wollte ausschließlich Kartoffelbrei, zu jeder Mahlzeit, aber nur mit geschmolzenen Zwiebeln. Hat er natürlich gekriegt.“

Für Todkranke zu kochen ist häufig schwieriger, als Schmidt anfangs dachte. Hausmannskost und Muttiküche sind kein Problem? Tja, und dann wünscht sich ein Patient Birnen, Bohnen und Speck – und schickt den vollen Teller enttäuscht zurück. Die weiße Sauce war das Problem. Schmidt hatte eine Béchamel gemacht, doch der Patient wollte nur Sahne und Butter in die Gemüsebrühe gerührt.

Dann muss der Koch ihn im Gespräch herausfinden und treffen, diesen einzigartigen, erinnerungsgesättigten Geschmack, muss alle Zutaten und Kräuter kennen – und wird von einigen Gästen trotzdem immer wieder zurück an den Herd geschickt.

„Ich koche rückwärts“, sagt Schmidt. „Das heißt, ich sehe das Gericht auf dem Teller und verfolge es dann bis in alle Einzelteile zurück.“ Dabei muss er sich als Koch zurücknehmen, auch wenn er sich viel Mühe gemacht hat. Frauen sind übrigens auch in ihren letzten Tagen oft bescheidener als Männer. „Extra kochen für mich? Das

## Bildrätsel

### Mit offenen Augen durch Werne gehen

*muss doch nicht sein“, sagte ihm eine. Während ein Mann, gefragt nach seinem Lieblingsgericht, den Koch nur fragte: „Bratkartoffeln mit Speck, scharf gebraten. Kriegen Sie das hin?“*

Es mag zynisch klingen, aber es stirbt sich wohl schöner, wenn man bis zum letzten Atemzug von Ruprecht Schmidt bekocht wird. Dafür sind alle dankbar, auch die, die sich mit dem letzten Abschied schwer tun.

Manche wollen ausschließlich vertraute Kost, andere probieren zum Schluss einen Hauch Exotik, sie lassen sich vom Koch zu Spargel mit Meeressrüchten oder Hähnchenbrust mit Zitronensauce überreden. *„Einmal noch Steak“, bat ein Mann, der nicht mehr kauen konnte. Also schnitt ihm Ruprecht Schmidt das Fleisch in ganz kleine Stücke. „Eine letzte Zigarette“, sagte eine Frau und griff zum Feuerzeug. Einen Tag später starb sie.*

*„Bis zum Schluss hat sie mit Genuss gelebt“, sagt Schmidt lächelnd. „Das macht mich glücklich.“ Und was würde er sich selbst wünschen? „Einen Nudelschinkenauflauf mit Tomatensauce.“*

#### Fazit

Das Buch „Den Tagen mehr Leben geben“ ist anrührend und dabei gut zu lesen. Ein tolles Buch, das man nicht mehr aus der Hand legen kann. Ruprecht Schmidt kann zwar das Leben seiner Gäste nicht verlängern, aber es versüßen, das kann er schon. (evs)

Dörte Schipper:

„Den Tagen mehr Leben geben“  
Der Starkoch vom Hospiz  
und seine Gäste

Verlag Herder - 256 Seiten, kartoniert  
ISBN: 978-3-451-06609-2 9,99 EUR

Regelmäßig lädt BEN-Echo seine Leser zum Mitraten ein. Einmal mehr geht es auch heute wieder um das Erkennen eines speziellen Fotoausschnittes an geschichtsträchtiger Stelle in unserer Stadt.

Ein wunderschönes Motiv entdeckte BEN-Redaktionsmitglied Wolfgang Poschke im Rahmen eines Rundgangs durch unsere historische Altstadt.

Erkennen Sie das Motiv und wissen Sie, wo das Foto entstanden ist bzw. was es zeigt?

Dann senden Sie bitte Ihre - hoffentlich richtige - Antwort mit Absender und unter Angabe Ihrer Telefonnummer bzw. E-Mail-Adresse bis spätestens zum **31. Juli 2015** an die

**Koordinierungsstelle  
für Bürgerschaftliches  
Engagement, Senioren- und  
Behindertenarbeit (BEN)  
Konrad-Adenauer-Platz 1  
59368 Werne  
E-Mail: [BEN@werne.de](mailto:BEN@werne.de)**

Zu gewinnen gibt es zwei Eintrittskarten für die Freilichtbühne, zwei Kinokarten für die Seniorenkino-Veranstaltung im Capitol-Cinema-Center Werne sowie ein Gutschein für zwei Eintrittskarten einer Kulturveranstaltung im Rahmen des städtischen Theaterabonnements. Der Rechtsweg ist ausgeschlossen.

Das Bilderrätsel in Ausgabe 2/2014 fand großen Zuspruch. Zahlreiche Einsender erkannten den veröffentlichten Bildausschnitt der Mutter Gottes an der Klostermauer.



#### Gewonnen haben:

**Elisabeth Holtmann, Steinstraße 23 (zwei Kinokarten), Theresia Meyer, Kurt-Schumacher-Straße 19 (zwei Eintrittskarten für eine Kulturveranstaltung im Rahmen des städtischen Theaterabonnements) sowie Anne Schulz, Hornsberg 68 (zwei Eintrittskarten für die Freilichtbühne).**

Allen Gewinnern herzlichen Glückwunsch und den Einsendern vielen Dank!

#### BEN ECHO Impressum

#### Ehrenamtliche Redaktion:

Elisabeth Vente-Smusch (evs)  
Wolfgang Poschke (wp)  
Franz-Josef Dahmen (fjd)  
Jochen Höinghaus

#### Druck:

Beckmann Print Medien GmbH  
Penningrode 46, 59368 Werne