

Karneval der Generationen - Freude schenken

Liebe Leserinnen und Leser,

seit 2011 organisiert der Arnsberger Seniorenbeirat zusammen mit den drei Karnevalsgesellschaften und der Fachstelle Zukunft Alter den „Karneval der Generationen“. Diese besondere Veranstaltung zielt darauf ab, dass auch ältere Menschen und Menschen mit Demenz an ihr teilnehmen können. Jedes Jahr wird der Karneval der Generationen von über 300 Gästen besucht und von über 50 Freiwilligen unterstützt - gerade für die Älteren ein wunderbarer Tag.

Da in diesem Jahr eine solche Feier völlig undenkbar ist, musste etwas Neues her.

Die Fachstelle Zukunft Alter bat Uwe Künkenrenken darum, einen Zusammenschnitt aus den vergangenen Veranstaltungen zu erstellen.

Diese DVD wurde an alle Pflegeeinrichtungen im Stadtgebiet versendet. Auf diese Weise konnte jede Einrichtung mit ihren Bewohnerinnen und Bewohnern eine eigene, kleine Karnevalsfeier organisieren und ein wenig in Erinnerungen schwelgen. Und das mit dem guten Gefühl, im kleinen Kreis und in Sicherheit feiern zu können.

Wir möchten mit diesem Beitrag ein Zeichen der Verbundenheit setzen, und die Tradition des Karnevals der Generationen auch in der Corona-Pandemie fortsetzen. Wir sehen jedes Jahr die Freude, die diese Feier für die älteren Gäste bedeutet – das wollten wir auch dieses Jahr unterstützen.

„Der Seniorenbeirat denkt in der Krise besonders an die Menschen, die allein sind und wenig Kontakte nach außen haben. Wir müssen alle Möglichkeiten nutzen, um sie zu erreichen.“, sagt Ingrid Dormann vom Arnsberger Seniorenbeirat.

Uwe Künkenrenken hat die DVD erstellt: „Es hat mir selbst großen Spaß gemacht, die schönsten Momente der vergangenen Jahre zusammen zu stellen. Ich freue mich, wenn die Einrichtungen die DVD einsetzen können.“

Am Donnerstag wurde beispielsweise im Haus Flammberg schon kräftig gefeiert. „Unsere regelmäßigen Besuche des Karnevals der Generationen konnten wir mit der DVD fortsetzen, was viel Freude und Spaß gemacht hat. So mussten wir nicht ganz auf diese schöne Feier verzichten, die wirklich jedes Jahr etwas ganz Besonderes ist.“, sagt Claudia van Vrijaldenhoven, Leitung Sozialer Dienst im Haus Flammberg.



Ihr Martin Polenz



Schnee vor dem Fenster

Text und Foto: Christine Rumpf

Da haben wir in den letzten Wochen doch tatsächlich noch einmal einen Winter bekommen, wie wir ihn schon mehrere Jahre nicht mehr hatten. Mengen an Schnee! Und am vergangenen Wochenende kam strahlender Sonnenschein dazu! Die Luft war herrlich! Perfekt für einen Spaziergang.

Für schöne Fotomotive reichte aber auch schon ein Blick vom Balkon. Ich habe hinunter geschaut auf unseren tief verschneiten Wäscheplatz. Glitzernder Schnee, nur eine einzige Fußspur und malerische Schatten. Mehr brauchte es gar nicht!

Auch das möchte ich Ihnen nicht vorenthalten!

Kindergartenkinder

Wohl nie war ich so froh darüber, genau gegenüber eines Kindergartens zu wohnen, wie in den letzten Monaten!

Es ist herrlich, die Kleinen zu beobachten, auch wenn sie jetzt natürlich nicht draußen spielen können! Und der Kindergarten ist derzeit ja auch nur für die sogenannte „Notbetreuung“ geöffnet.

Aber schon früh morgens sieht man die Unterschiede. Die einen sind noch ganz schläfrig und wollen bei Mama oder Papa auf den Arm. Den anderen kann es überhaupt nicht schnell genug gehen. Am besten, man rennt schon mal vorweg!

Lustig war es neulich morgens! Eine Mutter brachte ihren etwa dreijährigen Sohn zum Kindergarten. Wegen der Coronabestimmungen musste sie ganz um das Haus gehen, denn jede Gruppe muss ihren eigenen Eingang haben. Sohnemann war offensichtlich besessen von Forscherdrang. Da die Außenanlagen nach dem Neubau noch nicht fertig sind, gab es da eine wunderschöne große Pfütze! Welch eine Versuchung! Mama war ein paar Schritte vorausgegangen. Der Kleine blieb stehen und vergewisserte sich mit einem skeptischen Seitenblick: Mama guckt gerade nicht!! Also nichts wie rein in den Matsch! Genau in dem Augenblick drehte sich die Mutter um! Aus der Traum!

Erwachsene können ja soo gemein sein!!!

Überraschung...

Text und Foto: Marita Gerwin

Wie auf Wolke 7.

Es ist Samstag, 13. Februar 2021. Ein Wintertag par excellence. Die Sonne lacht vom strahlend blauen Himmel. Um 11 Uhr sind wir verabredet. Draußen. Auf der Straße.

Es ist eisigkalt.

Wir klingeln an der Haustür des 100jährigen Walter Rupert. Er wartet schon auf uns. Im dicken Mantel, mit Handschuhen und warmer Mütze bekleidet. Eine Woll-Decke unterm Arm.



Er nimmt Platz auf seinem Rollator, der in der Sonne steht. Er ist aufgeregt.

In gespannter Erwartung.

Und nicht nur er.

Wir haben eine Überraschung "im Gepäck". Herbert Diese-Kunz intoniert mit seiner Trompete beeindruckend das bekannte Musikstück "Ode an die Freude".

Im weiten Abstand zueinander. Glück verdoppelt sich, wenn man es mit anderen Menschen teilt. So wie Herbert Diese-Kunz, der Sauerländer mit seiner Trompete es in diesen schwierigen Zeiten von Corona macht.

Ich ziehe meinen Hut vor dem kreativen Kopf aus Arnsberg.

DANKE für das großartige musikalische Geburtstagsgeschenk an den 100 jährigen Walter Rupert aus Arnsberg.

Es war grandios. Die glänzenden Augen des alten Herrn und sein strahlendes Lächeln waren für mich das größte Glück.

Danke lieber Herbert, dass Du ihm heute Morgen bei strahlendem Sonnenschein dieses Trompetensolo geschenkt hast.

Mein Herz hüpfte vor Freude! Ich bin genauso aufgeregt wie das "Geburtskind". Engagement macht stark!

Herbert hat im wahrsten Sinne des Wortes Lachfalten ins Gesicht des 100jährigen Mannes gezaubert. Bewegte Bilder sagen mehr als tausend Worte. Emotionen pur inklusive.

Der Mann mit der Tompete. Er findet Wege aus der Einsamkeit.

<https://zauberhaftes-sauerland.com/2020/11/13/herbert-diese-kunz-der-mann-mit-der-trompete/>



Informationen rund um die Corona-Schutzimpfung

HÄUFIG GESTELLTE FRAGEN – UND ANTWORTEN

Teil 2

Sind die neuen Impfstoffe überhaupt sicher?

- In die Impfstoffstudien werden mehrere zehntausend Personen einbezogen. Schwerwiegende Nebenwirkungen sind bisher nicht gehäuft aufgetreten.
- Mögliche häufige Nebenwirkungen sind leichte bis moderate Schmerzen an der Einstichstelle, Erschöpfung sowie Kopfschmerzen, die vorübergehend auftreten und normalerweise innerhalb von zwei Tagen verschwinden.
- In den Zulassungsstudien können Nebenwirkungen mit einer Häufigkeit von 1 zu 1.000 beobachtet werden. Über langfristige Effekte können jedoch noch keine Aussagen gemacht werden.
- Gewisse Risiken lassen sich nicht ausschließen, aber tatsächlich werden in Deutschland generell nur Impfstoffe genehmigt, die unsere sehr strengen Sicherheitsstandards erfüllen und umfangreichen klinischen Prüfungen unterzogen wurden.
- Die Sicherheitsprüfungen wurden für die Corona-Schutzimpfung insofern optimiert, als die klassischen Prüfschritte parallel und nicht zeitversetzt erfolgt sind. Dabei wurden aber keine Prüfschritte ausgelassen.
- Die Sicherheit von uns allen hat oberste Priorität!

Wo kann ich Nebenwirkungen melden?

- Nebenwirkungen melden Sie direkt an Ihre/n Hausärzt:in oder in der Apotheke, bleiben Sie mit Ihrem/r Hausärzt:in im Austausch. Für die Bewertung der Nebenwirkungen, eine mögliche Diagnose und Folgebehandlung sind diese weiterhin Ihre Ansprechpartner, auch wenn sie Sie nicht geimpft haben.
- Verdachtsfälle zu Nebenwirkungen werden sehr ernst genommen und es wird so schnell wie möglich aufgeklärt, ob es sich um eine zufällig in zeitlichem Zusammenhang auftretende
.....
nicht bestätigt. Gerne können Sie Nebenwirkungen auch noch zusätzlich beim Paul-Ehrlich-Institut über die Webseite www.nebenwirkungen.bund.de oder über die SafeVac 2.0-App (die App des Paul-Ehrlich-Instituts) melden. Auch Ihr/e Hausärzt:in wird auftretende Nebenwirkungen an die vorgesehenen Stellen melden, das ist Pflicht.

Stimmt es, dass da Mikrochips drin sind?

- Solche Annahmen sind Verschwörungsmysmen, keine Tatsachen. Diese Behauptung ist nicht wahr.
- Wir dürfen nicht vergessen: Die Forschung am COVID-19-Impfstoff wird von Wissenschaftler:innen durchgeführt. Ihr Ziel ist die Entwicklung eines guten Schutzimpfstoffes gegen COVID-19.

Ich habe Angst vor Impfschäden!

- Ihre Gesundheit steht an erster Stelle. Ihr/e Hausärzt:in ist für Sie da und klärt Sie gerne zu allen Fragen rund um die Corona-Schutzimpfung auf.
- Es ist so: Die Corona-Schutzimpfung gibt Hoffnung auf einen sicheren und effektiven Schutz vor einer COVID-19-Erkrankung. Die Impfstoffe wurden im Rahmen von klinischen Studien vor der Zulassung bei mehreren zehntausend Freiwilligen untersucht und es traten bisher keine schwerwiegenden Nebenwirkungen auf.

Fortsetzung nächste Seite



Über langfristige Effekte können jedoch noch keine Aussagen gemacht werden.

- Das Risiko, Schäden durch die Erkrankung davonzutragen, ist viel höher.

Wieso konnte die Entwicklung so schnell gehen?

- Durch ähnliche Viren wissen die Forscher:innen bereits viel über SARS-CoV-2.
- Das lieferte relativ schnell eine gute Grundlage für die Entwicklung des COVID-19-Impfstoffes.
- Darüber hinaus haben Forscher:innen weltweit gleichzeitig daran gearbeitet, ihre aktuellen Ergebnisse miteinander geteilt und direkt an die Prüfbehörden weitergegeben. So ein globales wissenschaftliches Zusammenwirken gab es vor dieser Pandemie noch nie.
- Aber keine Sorge: Trotzdem wurden keine Prüfschritte weggelassen. Es wurde parallel an mehreren Prüfschritten und generell stärker zusammengearbeitet.
- Die zugelassenen COVID-19-Impfstoffe haben in klinischen Studien vor der Zulassung Wirksamkeit und gute Verträglichkeit gezeigt.

Können die neuen Impfstoffe unsere Gene beeinflussen/manipulieren?

- Sie sprechen die mRNA-Impfstoffe an. Diese werden nicht in DNA umgebaut und haben keinen Einfluss auf unsere Gene. Es ist nämlich so, dass aus mRNA in menschlichen Zellen keine DNA gemacht werden kann. DNA und mRNA – das klingt zwar ähnlich, ist aber etwas ganz anderes.
- Wenn Sie einen mRNA-Impfstoff bekommen, dann reagiert Ihr Körper, indem er Proteine herstellt, auf die Ihr Immunsystem wiederum mit der Bildung von Antikörpern antwortet, was für Sie dann den Schutz vor dem eigentlichen Virus bedeutet.

Sind wegen der Verwendung des mRNA-Impfstoffes Nebenwirkungen zu erwarten?

Impfreaktionen sind nicht gleich Nebenwirkungen! Auf Grund von klinischen Studien vor der Zulassung, die eine gute Verträglichkeit des Impfstoffes gezeigt haben, ist die Häufigkeit von Nebenwirkungen niedrig. Es kann allerdings, wie nach jeder Impfung, zu Impfreaktionen kommen. Impfreaktionen sind eigentlich ein gutes Zeichen dafür, dass Ihr Körper den Impfstoff aufnimmt und Antikörper entwickelt. Impfreaktionen können beispielsweise stärkere Kopfschmerzen, Glieder- und Gelenkschmerzen, lokale Einstichschmerzen am Arm, Müdigkeit oder grippeähnliche Symptome umfassen. Beobachten Sie Ihre Symptome und bei Fragen wenden Sie sich an Ihre/n Hausärzt:in, wie unter der Frage „Wo kann ich Nebenwirkungen melden?“ beschrieben.

Kann ich meine Kinder auch impfen lassen?

- Zunächst werden die Impfstoffe nur für Erwachsene zur Verfügung stehen. Das ist einfach der Tatsache geschuldet, dass die Impfung noch nicht ausreichend bei Kindern und Jugendlichen getestet wurde. Deshalb kann sie noch nicht einheitlich für diese jüngeren Personengruppen empfohlen werden.
- Wenn in hoffentlich naher Zukunft ein Impfstoff für Kinder entwickelt wird, muss dann ebenso wie für die Impfung für Erwachsene durch die Zulassungsbehörden sichergestellt sein, dass dieser wirksam und sicher ist.
- Wenn es so weit ist, werden auch für Ihre Kinder Impfempfehlungen ausgesprochen.

Rotkäppchen

Brüder Grimm. Zeichnung: Pixabay



Es war einmal ein kleines Mädchen, das von allen gemocht wurde. Ihre Großmutter schenkte ihr ein schönes rotes Käppchen aus Samt. Und weil ihr das Käppchen sehr gefiel, wollte sie es gar nicht mehr ausziehen. Darum wurde sie von allen Rotkäppchen genannt.

Eines Tages sprach ihre Mutter zu ihr: „Rotkäppchen, ich gebe dir ein Körbchen mit einem Kuchen und einer Flasche Wein. Bringe dieses Körbchen bitte zur Großmutter hinaus. Sie ist krank und schwach und wird sich darüber freuen.“ „Ja, das möchte ich gerne tun“ sagte Rotkäppchen zu ihrer Mutter.

Die Großmutter wohnte draußen im Wald, eine halbe Stunde vom Dorf entfernt. Als Rotkäppchen den Wald betrat, begegnete ihr der Wolf. Rotkäppchen wusste nicht, dass er böse war und fürchtete sich nicht vor ihm. „Guten Tag, Rotkäppchen!“ sprach er. „Schönen Dank, Wolf.“ „Wo willst du denn hin so früh, Rotkäppchen?“ „Zur Großmutter.“ „Was trägst du da in deinem Körbchen?“ „Kuchen und Wein, damit sich die Großmutter daran stärken kann.“ „Wo wohnt denn deine Großmutter?“ „Noch eine gute Viertelstunde weiter im Wald, unter den drei großen Eichen

steht ihr Haus“ sagte Rotkäppchen. Der Wolf dachte: „Das Kind wird mir noch besser schmecken als die Alte. Du musst dir einen Plan ausdenken, dass du beide erwischen kannst.“

Daraufhin verabschiedete sich der Wolf und nahm eine Abkürzung. Am Haus der Großmutter klopfte er an die Türe. „Wer ist draußen?“ „Rotkäppchen, ich bringe dir Kuchen und Wein, mach auf!“ „Drück nur auf die Klinke,“ rief die Großmutter, „ich bin zu schwach und kann nicht aufstehen.“ Der Wolf drückte auf die Klinke, die Türe sprang auf und ohne ein Wort zu sprechen ging er direkt zum Bett der Großmutter und verschlang sie. Dann zog er ihre Kleider an, setzte ihre Haube auf, legte sich in ihr Bett und wartete.

Rotkäppchen trat kurze Zeit später ein und rief „Guten Morgen, liebe Großmutter!“ bekam aber keine Antwort. Dann trat es ans Bett heran. Dort lag die Großmutter und hatte die Haube tief ins Gesicht gezogen und sah recht seltsam aus. „Ei, Großmutter, was hast du für große Ohren?“ „Dass ich dich besser hören kann.“ „Ei, Großmutter, was hast du für große Augen?“ „Dass ich dich besser sehen kann.“ „Ei, Großmutter, was hast du für große Hände?“ „Dass ich dich besser packen kann.“ „Aber, Großmutter, was hast du für ein entsetzlich großes Maul?“ „Dass ich dich besser fressen kann.“ Kaum hatte der Wolf das gesagt, sprang er aus dem Bette und verschlang das arme Rotkäppchen.

Dann legte er sich wieder ins Bett, schlief ein und fing laut zu schnarchen an. Der Jäger ging am Haus vorbei und dachte: „Wie die alte Frau schnarcht. Da frage ich lieber mal nach, ob ihr was fehlt.“ Er trat in die Stube und sah, dass der Wolf im Bette lag. Nun wollte er sein Gewehr anlegen, jedoch fiel ihm ein, dass der Wolf ja die Großmutter gefressen haben könnte. Vielleicht konnte er sie noch retten. So packte er den Wolf an den Füßen und schüttelte ihn, bis das Mädchen und die Großmutter heraus purzelten. Der Wolf floh aus dem Haus und ließ sich nie wieder blicken.

Da waren alle drei vergnügt. Die Großmutter aß den Kuchen, trank den Wein und erholte sich wieder.



Corona-Virus

Infizierte und Genesene in Arnsberg 16.02.2021

Infizierte und Genesene in Arnsberg

Täglich ab 12:00 Uhr neue Corona - Angaben finden Sie unter:
<https://www.arnsberg.de/corona>

| | Stadt Arnsberg | Hochsauerlandkreis |
|----------------------|------------------|--------------------|
| Bestätigte Fälle | 1.355 | 5.611 |
| Aktuell Infizierte | 104 | 270 |
| Genesene Personen | 1.226 | 5.218 |
| Verstorbene Personen | 25 | 123 |
| Stand: 16.02.2021 | 7-Tage-Inzidenz: | 73,5 |

Quelle: Stadt Arnsberg

Update vom 16. Februar, 9.33 Uhr: Der Inzidenz-Wert im HSK ist am Dienstag (Stand 0 Uhr) minimal gestiegen. Die Zahl der Corona-Neuinfektionen pro 100.000 Einwohner in sieben Tagen liegt heute den Angaben des Robert-Koch-Instituts zufolge bei 73,5 (Vortag: 73,1). Damit liegt der Hochsauerlandkreis weiterhin deutlich über der bundesweiten 7-Tage-Inzidenz von 58,7.

Traurige Neuigkeit: Das Landeszentrum Gesundheit Nordrhein-Westfalen (LZG NRW) meldet in seiner Zahlen-Übersicht vier weitere Todesfälle im Zusammenhang mit Corona im HSK.

Weitere Informationen dazu wird die Kreisverwaltung voraussichtlich am Mittag bekannt geben.

Corona im HSK: Weiterer Todesfall gemeldet

Update vom 15. Februar, 12.04 Uhr: Die aktuellen Corona-Zahlen aus dem HSK liegen vor. Wie bereits aus den Zahlen des RKI hervorgegangen war, gibt es ein weiteres Todesopfer im Zusammenhang mit Corona. Nach Angaben der Kreisverwaltung ist am vergangenen Freitag ein 87-jähriger Mann aus Bestwig gestorben. Die Zahl der Toten in Verbindung mit Covid-19 stieg damit auf 119.

Dem Gesundheitsamt wurden am Montag (Stand 9 Uhr) 72 Neuinfektionen (insgesamt 5600) und 94 weitere Genesene (insgesamt 5182) gemeldet. Damit sank die Zahl der Menschen aus dem HSK, die aktuell mit Corona infiziert sind, auf 299. Im Krankenhaus werden 46 infizierte Personen behandelt, 14 davon auf der Intensivstation. Fünf Covid-19-Patienten müssen beatmet werden.

Quelle: Sauerlandkurier

Coronavirus: Hilfsangebote in Arnsberg

NEU: Hotline der Stadt Arnsberg: 02932 201-1130 corona-auskunft@arnsberg.de.
Montag-Donnerstag: 08:00 – 17:00 Uhr und Freitag: 08:00 – 13:00 Uhr

Durch die Einrichtung dieser Hotline besteht für Bürger*innen nun die Möglichkeit, die eigenen Fragen zentral an eine Hotline zu stellen, ohne die zuständige Stelle innerhalb der Verwaltung ausfindig machen zu müssen.

Die Stadt sammelt alle lokalen Informationen zum Coronavirus: <https://www.arnsberg.de/corona>

Hotline der Stadt Arnsberg für Notlagen in Familien: 02932 201-1666

Frauenhaus Arnsberg

Tel.: 02931 6791 oder 02931 6783

Fax: 02931 93 95 33

frauenhaus-arnsberg@t-online.de

Frauenberatung Arnsberg

Arnsberger Straße 14

59759 Arnsberg

Telefon 02932 8987-703

beratung@frauen-hsk.de

Bei Verdacht auf Infektion:

Info-Hotline des Hochsauerlandkreises: 0291 94-2202

Montag bis Donnerstag von 08:00 Uhr bis 15.30 Uhr

Freitags von 08:00 Uhr bis 13:00 Uhr und Samstag – Sonntag 09:00 Uhr bis 16:00 Uhr

Die Hotline des Hochsauerlandkreises ist nur für gesundheitliche Fragen im Zusammenhang mit Corona zu kontaktieren.

<https://www.hochsauerlandkreis.de/regionale-themen/corona-aktuell>

Weitere wichtige Telefonnummern:

Telefonseelsorge: 0800/111 0 111 oder 222

Bereitschaftsdienst für ärztl. Hilfe: 116 117

Weißer Ring: 116 006

Nummer gegen Kummer: 116 111

Sucht & Drogen Hotline: 01805/313 031

Seniorentelefon: 0800/47 08 090

Muslimische Seelsorge: 030/44 35 09 821

Caritas: Offenes Ohr: 02931/5450516



Stadt Arnsberg

Fachstelle "Zukunft Alter"

Clemens-August-Straße 120

59821 Arnsberg

www.arnsberg.de www.arnsberg.de/zukunft-Alter

Kontakt:

Martin Polenz Telefon: 02932 201-2206

m.polenz@arnsberg.de

Binetha Beckmann Telefon: 02932 201 -2207

b.beckmann@arnsberg.de

Wenn Sie die folgenden Ausgaben von *Zukunft Alter aktuell* direkt per Mail erhalten möchten, teilen Sie uns das bitte mit: m.polenz@arnsberg.de