LEBENSFREUDE News

Herbst 2022

Liebe Spenderinnen und Spender
Liebe Freunde und Freundinnen
der Stiftung Lebensfreude

Noch immer gehört Corona in unseren Alltag und die Maske gehört noch oft ganz einfach dazu. Auch wenn es für alle einfacher wäre mit freiem Gesicht aufeinander zuzugehen, so ist sie doch eine grosse Hilfe, schützt und erlaubt gleichzeitig den für Menschen mit einer Demenz so wichtigen Blickkontakt. Er ist ein Teil des Schlüssels zum Erreichen von Menschen, die sich zurückziehen, verunsichert und manchmal verängstigt sind.

Jemanden ruhig und liebevoll anzuschauen schafft Vertrauen und signalisiert «Ich bin da bei Dir, mit vollster Aufmerksamkeit und will Dich verstehen.»

Die Lebensfreude Clowns pflegen mit den Menschen, die sie besuchen, einen ganz bewusst geduldigen und liebevollen Augenkontakt und öffnen damit Herzen. Ich wünsche uns allen ein gegenseitiges, respekt- und liebevolles Aufeinanderachten und Hinschauen.

Herzlichst,

Christine Lienhard
Mit-Gründerin und Präsidentin

Stimmen aus der Fachwelt

Alexandra Gnehm
Dipl. Aktivierungsfachfrau HF

«Die Vorfreude auf die Clown-Besuche im Alterszentrum am Bach ist bei den Bewohnenden sowie Mitarbeitenden immer sehr gross. Wenn die zwei Lebensfreude-Clowns zusammen auf Besuch kommen ist es faszinierend, wie sie auf jeden Menschen eingehen und sie auf verschiedenste Art und Weise erreichen. Menschen mit fortgeschrittener Demenz werden ganz natürlich miteinbezogen, sie öffnen sich, und ihre Gesichter fangen an zu strahlen. Zusammen mit den Bewohnerinnen und Bewohnern werden auch altbekannte schöne Lieder gesungen. Es wird aber vor allem ganz viel gelacht und gelächelt. Auch Angehörige melden mir zurück, wie toll sie es finden, dass die Clowns eine so schöne Atmosphäre schaffen.

Zudem wollte ich fragen, ob wir für nächstes Jahr gleich wieder weitere Termine vereinbaren können!?...»

«Gerne möchte ich Ihnen noch eine so positive Rückmeldung für den freitäglichen Auftritt von den hübschen beiden Damen weitergeben. Unsere Bewohnenden, wie auch Frau Meier, die Stationsleiterin, die Mitarbeiterinnen aus der Pflege und ich haben den Auftritt sehr genossen und waren begeistert von der umsichtigen, ruhigen und fröhlichen Begegnung. Die beiden haben sich sehr feinfühlig verhalten, sind auf die Bewohnerinnen und Bewohner eingegangen und haben ihnen so manch ein Strahlen in die Gesichter gezaubert.»
V. Raas, Aktivierung

Lotti und Felix - mit Abstand und doch ganz nah!

Der Mensch im Zentrum

Lebensfreude-Clowns über ihre Arbeit

Greta Lebensfreude

alias Monika Zollinger

«Schon seit über 6 Jahren darf ich als Clownin Greta für die Stiftung Lebensfreude unterwegs sein. Diese Tätigkeit erfüllt mich immer wieder aufs Neue und bedeutet für mich ein steter Entwicklungsprozess, der auch meine Persönlichkeit und mein «Innenleben» bereichert.

Als Aktiviererin in einem Alters - und Pflegeheim durfte ich schon vorher Erfahrungen mit alten und betagten Menschen machen. Umso schöner war es, dass ich als Greta mein Gespür für Menschen mit Humor erweitern durfte. Weil sich die Arbeit mit Menschen in Kombination mit Humor so wunderbar ergänzt bin ich zur Zeit in Ausbildung zur Lach - und Humortrainerin.

Die Begegnungen mit Menschen stehen dabei für mich ganz im Vordergrund. Mit Musik, Spielereien und Leichtigkeit versuche ich das Gegenüber zu erreichen und zu berühren.

Kürzlich habe ich bei einem Besuch erlebt, wie eine Frau mich zu Beginn finster angeschaut hat und mir ziemlich deutlich zu verstehen gegeben hat, ich solle verschwinden. Weil wir mit noch anderen Bewohnenden in einer Stube waren, konnte ich den Raum nicht verlassen, habe aber ihren Wunsch, sie in Frieden zu lassen, respektiert. Im Verlaufe des Nachmittags, versuchte ich immer wieder mal vorsichtig Blickkontakt mit ihr aufzunehmen und sie auf feine Art und Weise zu erreichen. Die Bewohnerin reagierte jedoch nicht offensichtlich darauf.

Als es zur Verabschiedung kam und ich ihr die Hand reichte, hat sie gelächelt und sich strahlend für den Besuch bedankt.

Solche Erlebnisse bestätigen mir immer wieder, dass es sich lohnt, auf sensible, feinfühlige Art, mal leise, mal etwas beschwingter, geduldig und freudig am Ball zu bleiben.

Weil ich auch gerne kreativ und handwerklich unterwegs bin macht es mir besonders Spass Kostüme und Requisiten selber zu nähen, häkeln, werkeln und konstruieren. Auch für den Weihnachtsmarkt Konfitüre und Christbaumschmuck herzustellen macht viel Spass.

Auf diese Art ist auch mein Leben, trotz manchmal widrigen Umständen, immer wieder mit Lebensfreude erfüllt

Auf unserer Website **www.stiftung-lebensfreude.ch** unter der Rubrik „über uns“ stellen sich alle Lebensfreude-Clowns vor. Auch die ehrenamtlichen Mitglieder unseres Stiftungsrates sind dort aufgeführt.

Spezifische Schulung

Schulungen haben seit der Gründung der Stiftung einen grossen Stellenwert entsprechend berichten wir auch immer wieder darüber. Sie sind unumgänglich, um die Künstler bei Ihrer Arbeit bestmöglich zu unterstützen. Erfahrene Fachleute und TrainerInnen arbeiten regelmässig mit den Lebensfreude-Clowns.

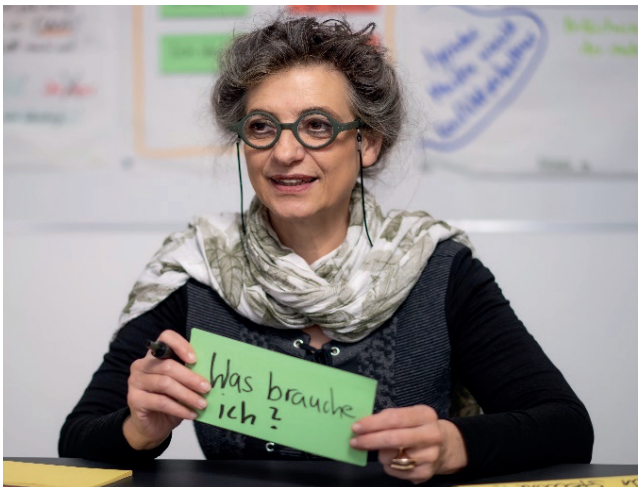
Fundiertes Wissen und regelmässige Übungen ergänzen die nicht trainierbaren Fähigkeiten wie Feinfühligkeit und Improvisationstalent.

Schulung in Covid-Zeiten. Maske und Abstand machen Schulung nicht einfacher – aber auch nicht unmöglich.

Zusammen bilden sie die Grundlage, die es den Clowns erlaubt fokussiert aber natürlich und mit viel Leichtigkeit und Empathie Menschen mit schwerer Krankheit oder Behinderung zu begegnen.

Mit der Kommunikationstrainerin Mariella De Matteis haben die KünstlerInnen noch während der Pandemie eine Schulung begonnen. Im November 22 und Januar 23 wird das Training weitergeführt und vertieft. Mariella De Matteis berichtet über ihre Arbeit und den Ansätzen, die sie dabei verfolgt:

Begegnung mit Demenz



Mariella De Matteis
«Als Kommunikationstrainerin erlebe ich viele Mitarbeitende in

Unternehmen, die regelrecht um Worte ringen, der verbale Ausdruck fällt ihnen schwer. Meine Aufgabe sehe ich nicht darin, die Menschen etwas zu lehren, sondern eher sie auf ihre eigenen Formen des Ausdrucks zu sensibilisieren.

Noch schwieriger wird es, wenn das Gegenüber eine von Demenz betroffene Person ist. Die Clown*innen der Stiftung Lebensfreude begegnen dieser Situation in ihrer Arbeit in Heimen oft. Im Training fragten sie z.B.: «Wie erreiche ich Herr/Frau XY? Wie merke ich, dass es den Menschen mit Demenz gut geht?»

In der Arbeit mit Pflegefachkräften wie auch mit den Clown*innen zeigt sich oft, wie viel Herzblut hinter ihrer Arbeit steckt, ein unerschütterliches Engagement im Sinne der Menschheit. Steht ihnen manchmal genau das im Weg, um ein entspanntes Arbeiten leben zu können?

So sehe ich in den Trainings eine schöne Methode, den Fokus auf sich selbst zu bringen. «Wie muss ich mich verhalten, sprechen, damit es mir selbst gut geht?»

Ich arbeite dabei mit der Integrativen Validation von Nicole Richard. Hier geht es darum, mit maximaler Empathie den Menschen mit Demenz begegnen zu können.

Die Clown*innen konnten z.B. in Rollenspielen die Validation ausprobieren und mit ihrer Erfahrung in den Heimen verbinden und dadurch weiterentwickeln.

Validation bringt nicht nur bei den von Demenz betroffenen Menschen Entspannung. Es ist gleichermassen eine Entlastung für Menschen, die mit Demenz in Berührung kommen.

Man könnte es auch «sich in das Leben des anderen begeben» nennen. Für den gewinnenden Zugang treten die eigenen Themen für einen Moment in den Hintergrund. Alles was im Dialog stattfindet, lebt aus der (Erlebnis)-Welt des anderen.

Entspannte Mitarbeitende und Bewohnende in den Heimen führen in aller Regel zu zufriedenen Angehörigen. Und das wiederum führt zu einer guten Reputation für das Heim. Man könnte sagen, es steht und fällt mit Momenten des Kontaktes zwischen Pflegepersonal und Demenzperson.

Ich sehe in meiner Arbeit - sei es in Trainings, Coachings oder Supervisionsmomenten - die Begleitung der Menschen hin zu einer angenehmen Entlastung.

Ich selbst habe eine Mutter mit Demenz und weiss um die Not, die im Umgang aufkommen kann.

mdm training
Mariella De Matteis

www.mdm-training.come

Dankeschön!

Ohne die wertvolle Unterstützung der Spender und Spenderinnen wäre es unmöglich, die unzähligen Lebensfreude-Momente zu bescheren. Dafür sagen wir von Herzen **DANKE!**

Reto Inauen, Vorsitzender der Bankleitung

«Die Raiffeisenbank Frauenfeld unterstützt die Stiftung Lebensfreude seit Jahren. Wir sind überzeugt, dass die Besuche der Mitarbeitenden der Stiftung bei betagten, dementen und behinderten Menschen ein wichtiger Beitrag für die Gesellschaft sind, denn gerade diese Menschen haben es verdient, dass wir uns besonders um sie kümmern.
Wir danken der Stiftung Lebensfreude für diesen wundervollen und herzerwärmenden Einsatz.»

Jede Spende, jeder Einsatz unseres Teams von Ehrenamtlichen ist für uns wertvoll. Den Clowns, die alle übers Jahr den einen oder anderen Einsatz absolut ehrenamtlich erfüllen, danken wir herzlich. Und nicht zuletzt auch dem ehrenamtlichen Stiftungsrat, der sich, ohne jegliche Spesen zu erhalten, für die Stiftung engagiert.

Events – endlich wieder!

Corona hat uns auch finanziell einen grossen Strich durch die Rechnung gemacht. Während die Lebensfreude-Clowns relativ rasch und mit vielen Schutzmassnahmen wieder arbeiten konnten, war es kaum möglich Charity-Anlässe durchzuführen. Während es im Dezember 2021 ganz knapp für zwei grossartige Konzerte der «Swiss Band» reichte, mussten alle Events anfangs 2022 abgesagt oder auf Eis gelegt werden. Ein Rückschlag für unsere Finanzierung. Umso grösser ist unsere Dankbarkeit und Erleichterung, dass zuerst im Spätfrühling und dann im Herbst, doch noch richtig tolle Wohltätigkeitsanlässe zugunsten der Stiftung Lebensfreude stattfinden konnten. Wir freuen uns riesig, dazu eine regelrechte Fotostrecke zu präsentieren:

Die Swiss Band, unter der Leitung von Matt Stämplfi spielte gleich zweimal für die Lebensfreude: Christmas Dreams in Frauenfeld, oben und Buchs, unten. Gastauftritte: Maya Regensberger, Pepe Lienhard

Evi Schuster, Präsidentin der Swiss Band, überreichte Martha und Kurt Lebensfreude sowie Christine Lienhard den Check.

Im Frühling fand in Richterswil ein einmaliger Jazznachmittag mit anschliessendem Käsebuffet und Gschwellti statt. Initiant: Kurt Leuenberger. Es spielten die «Bouchnuschti-Stompers». Pepe Lienhard unterstütze das Konzert als Gastsolist.

Der Lions Club Zürich-Waldegg lud zur Comedy Night mit Charles Nguela und Cenk Korkmaz. Der Erlös übertraf all unsere Träume und Erwartungen und wir schauen mit Erleichterung der Planung 2023 entgegen.

Bei schönstem Herbstwetter spielten Golfer- und Golferinnen in Lipperswil zugunsten der Stiftung Lebensfreude.

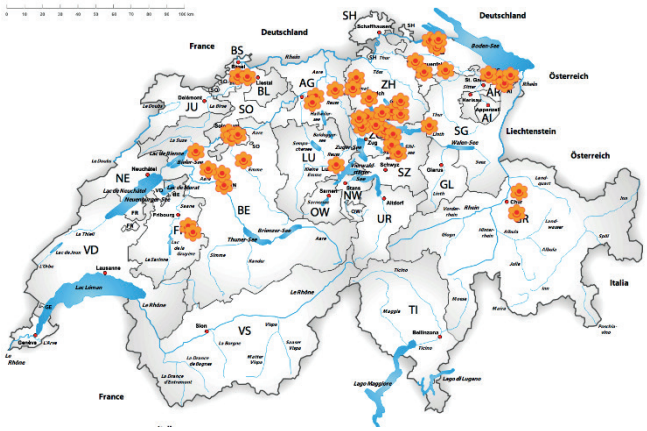
Trudi, Elsi und Felix mit vollem Einsatz

Farbe bringt Freude ins Leben

Seit Jahren treuer Turnierunterstützer: Urban Bernhardsgrütter, Sommerhalder Holzbau, Märstetten.

«Die Lebensfreude ist einfach eine gute Sache und wir sind immer wieder gerne als Turniersponsor dabei».

Wo die „Lebensfreude“ zu Besuch ist



Transparenz

Unsere Jahresberichte, Statuten, Jahresrechnungen, Revisionsberichte und Steuerbefreiung finden Sie jederzeit auf unserer Website **www.stiftung-lebensfreude.ch** unter der Rubrik „Transparenz“.

Sollten Sie weitere Auskunft wünschen stehen wir Ihnen jederzeit gerne zur Verfügung unter: **office@stiftung-lebensfreude.ch** oder Tel. 044 221 32 69
Wir freuen uns.

LEBENSFREUDE

Stiftung Lebensfreude
Laubgasse 45, 8500 Frauenfeld
044 221 32 69
office@stiftung-lebensfreude.ch
www.stiftung-lebensfreude.ch
PC 61-95446-4

IBAN CH64 0900 0000 6109 5446 4

Empfangsschein

Konto / Zahlbar an
CH64 0900 0000 6109 5446 4
Stiftung Lebensfreude
Laubgasse 45
8500 Frauenfeld

Zahlbar durch (Name/Adresse)

Währung **Betrag**
CHF

Annahmestelle

Zahlteil

Konto / Zahlbar an
CH64 0900 0000 6109 5446 4
Stiftung Lebensfreude
Laubgasse 45
8500 Frauenfeld

Zusätzliche Informationen
Newsletter 2022

Zahlbar durch (Name/Adresse)

Währung **Betrag**
CHF