

LINDENBLATT

NEUES AUS DEM LINDENFELD

Nr. 30 / Oktober 2009

Farben



LINDENFELD

Spezialisierte Pflege und Geriatrie

Inhalt	2
Editorial – D. Bütikofer.....	3
Gedanken zum Thema – H. Bauer	4
Vorstellung	5
Lindenblattaktion	6
Kurz-Interviews – E. Graf	7 / 8
Bedeutung und Wirkung der Farben – D. Bütikofer	9 / 10
Jubiläen	11
Wie entsteht die Farbe im Menschen? – D. Bütikofer -	12
Gib mir ... - G. Roy	13
Bilder von Bewohnerinnen, Bewohnern	14
Grün – R. Stöckli	15
Mandalas – D. Bütikofer	16
Farbtherapie – D. Bütikofer	17
Farbenpracht – H. Kaiser	18 / 19
Farbe ist Gegenstand – D. Bütikofer	20
Bevorzugung der Farben	21
Stafetten-Interview – E. Graf	22
Qualitätsgruppe – D. Bütikofer	23
Farben – S. Haller	24
Blumensprache	24
Die drei Farben Italiens – J. Müller	25
Hohelied der Farben – K. Schiessl	26 / 27
Buchbesprechung – D. Bütikofer	28
In eigener Sache	28



Impressum:

Auflage: 400 Exemplare
Erscheint: 2 x jährlich
Nächste Ausgabe: Frühling 2010 „Tempo“
Druck: Druckerei Suter, Oberentfelden

Redaktionsteam (von links nach rechts):
 Karin Schiessl, Esther Graf, Daniela Bütikofer

Einstieg ins Thema

In dieser Lindenblatt-Ausgabe werden wir Ihnen (trotz Schwarz-Weiss-Look) mit unseren Artikeln eine kunterbunte Beitrags-Palette präsentieren.

Farben können in uns tiefe Emotionen hervorrufen. Dabei reicht die Bandbreite von Wohlgefühl bis Abneigung. Wie Farben auf uns wirken ist individuell verschieden. Dennoch lassen sich bezüglich der Farbwirkung kulturelle Unterschiede feststellen. Besonders deutlich wird dies am Beispiel der Farbe Grün. Grün ist für uns Europäer völlig "normal" und gehört zum täglichen Leben, während Wüstenvölker mit Grün das Paradies verbinden. Die kulturellen Unterschiede prägen aber auch un-

sere Farbwahrnehmung. So gibt es etwa bei den Inuit viele verschiedene Namen für die Farbe Weiß und ihre Nuancen, während man im Deutschen mehr als vierzig Grüntöne kennt. Die Differenziertheit der Farbwahrnehmung, sowie ihre gesellschaftliche Bewertung sind demnach ein Spiegel der äußeren Gegebenheiten und soziokulturellen Strukturen.

Ob wir eine Farbe mögen oder nicht, hängt letztlich von unserer individuellen Empfindung ab. Diese ist zwar untrennbar mit unserem soziokulturellen Hintergrund verbunden, beruht aber immer auf unserer ganz persönlichen Geschichte und Erlebniswelt. Welche Farbe wir als schön, beziehungsweise weniger

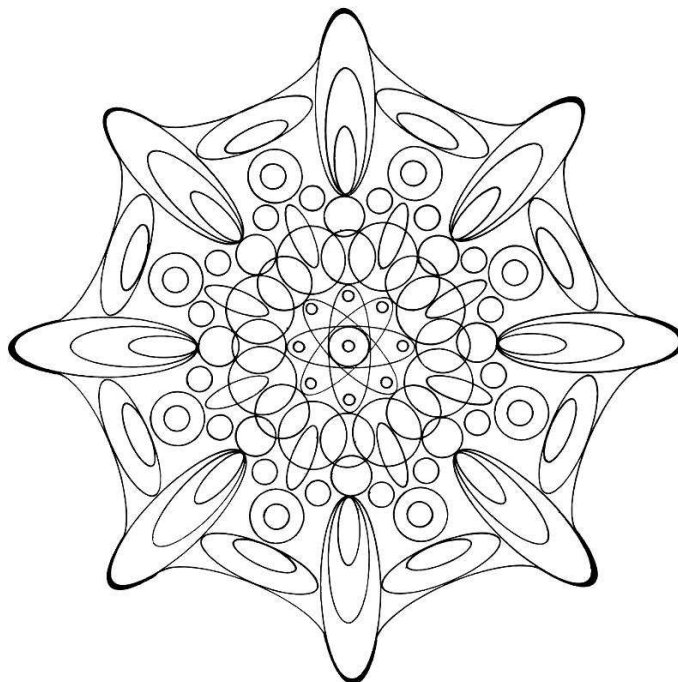
schön empfinden, gibt Aufschluss über unsere Persönlichkeit. So lassen sich alle Gefühle und Charaktereigenschaften mit Farben verbinden. Einen Überblick über die Bedeutung und Wirkung der Farben finden Sie in diesem Lindenblatt.

Nehmen Sie sich einen Moment Zeit, Ihre Augen zu schliessen. Stellen Sie sich einen Farbton vor und spüren Sie seine Informationen. Sie werden erstaunt sein, wie unterschiedlich Ihre Empfindungen je nach Farbe sein werden.

In diesem Sinne wünschen wir Ihnen nun viel Freude beim Erfahren und Erspüren unserer farbenprächtigen Welt.

Daniela Bütikofer

Falls Sie diese Lindenblatt-Ausgabe farbig ansehen möchten, besteht für Sie die Möglichkeit, dies auf unserer Homepage www.lindenfeld.ch zu tun. Sie finden das Lindenblatt dort unter „Berichte / Lindenblatt / Herbst 2009: Farben“.



Das Farbkonzept im Lindenfeld

Anlässlich der offiziellen Wiedereröffnungsfeier nach der Gesamtsanierung haben zahlreiche Besucherinnen und Besucher ihren Kommentar zum Farbkonzept abgegeben. Auch Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter, Bewohnerinnen und Bewohner, sowie Angehörige haben zur Farbgestaltung Stellung genommen. So unterschiedlich die verschiedenen Kommentare auch ausfielen, alle waren sie zutreffend, zumindest aus der Sicht der beurteilenden Person.

Aber warum gab und gibt das Farbkonzept überhaupt Anlass zu so vielen Diskussionen?

Wir Menschen brauchen die Farbe. Wir sind auf farbiges Sehen eingerichtet.

Farben wirken wie Energiestrahlen, sie fallen nicht nur in unsere Augen, sie treffen auch auf unseren Körper. Dabei kann die Wirkung von Farben so stark sein, dass wir körperlich darauf reagieren.

Es gibt also einen Zusammenhang zwischen unserer Wahrnehmung von Farben und einer allfälligen psychologischen Reaktion.

Nun denken Sie vielleicht automatisch an den Stier und das rote Tuch. Das wäre doch ein passendes Beispiel. Aber genau dieses Beispiel trifft nicht zu. Stiere reagieren nicht aggressiv auf die Farbe Rot, sondern auf die schnellen Bewegungen, die der Matador mit dem Tuch, der Muleta, vollführt. Die Muleta war ursprünglich weiss. Im letzten Teil des Stierkampfes färbte das Blut des Stiers die Muleta rot. Deshalb wurde ihre Farbe der Farbe des Blutes angepasst.

Trotzdem stimmt die Aussage, dass es einen Zusammenhang gibt zwischen Farbwahrnehmung und psychologischer Reaktion.

Somit lässt sich zusammenfassend in Bezug auf das Farbkonzept sagen:

- Farbe ist mehr als nur Dekoration
- Farbe ist pure Energie
- Farbe beeinflusst das gesamte Wohlbefinden

Gemäss publizierten Forschungsergebnissen können sich Demenzkranke an orange Gegenstände besser erinnern als an andere Farbtöne. Somit wird deutlich, dass Farben therapeutische Wirkungen aufweisen.

Bei der Gesamtsanierung wurde Wert darauf gelegt, mit einer harmonischen Farbgestaltung etwas dazu beizutragen, dass sich

Bewohnerinnen und Bewohner im Lindenfeld geborgen, sicher, vertraut und wohl fühlen. Die Räume sollten wohnlich, harmonisch und behaglich werden. Daher war es uns wichtig, dass diese Aufgabe mit besonderer Sorgfalt ausgeführt wurde.

Das Architektenteam hatte die Erarbeitung des Farbkonzeptes einer erfahrenen Künstlerin und Farbgestalterin übertragen. Erschwerend war in unserem Fall, dass grosse Farbflächen bereits vorhanden waren und unverändert übernommen werden mussten.

Der fertige Entwurf wurde der Baukommission vom Architekten mit Farbmustern vorgestellt. Es gab sehr viele Einwände und Wünsche nach Korrekturen. Aber genau das ist bei einem durchgehenden Konzept nicht möglich. Eine breit angelegte Umfrage beim Personal, den Besuchern und soweit möglich bei Bewohnerinnen und Bewohnern hätte möglicherweise zu einer interessanten jedoch niemals zu einer durchdachten Lösung geführt. Das bedeutete für die Baukommission, dass das vorgelegte Farbkonzept als Ganzes angenommen oder als Ganzes hätte abgelehnt werden müssen. Die Baukommission hat sich für die vorgestellte Arbeit entschieden.

Mittlerweile sind seit Abschluss der Gesamtsanierung beinahe zwei Jahre vergangen. Über das Farbkonzept wird nur noch selten gesprochen. Trotzdem haben diese Farben ihre Wirkung nicht verloren.

Hansruedi Bauer





Ich heisse **Silvia Rufener**

Seit dem 1. Mai 2009 arbeite ich in der Personaladministration. Es gefällt mir ausserordentlich gut, die Arbeit ist vielfältig sowie abwechslungsreich und den direkten Kontakt zu den Mitarbeitenden schätze ich sehr.

schliessend zu 100% auf einer psychogeriatrischen Station und dann als Betreuerin für körperlich Behinderte in einer Institution im Freiamt.

Nach diesen wertvollen Erfahrungen zog es mich wieder zurück in den kaufmännischen Bereich. Hier zeigte sich, dass das personelle Gebiet meinen Bedürfnissen, Erfahrungen und Interessen am Besten entspricht, und ich entschied mich für die Ausbildung zur Personal-sachbearbeiterin.

In meiner Freizeit lese ich sehr gerne, philosophische Themen und Sinnfragen interessieren mich am meisten. Den Ausgleich zur Arbeit finde ich zudem innerhalb der Familie, zusammen mit meinem Partner und meinen zwei Kindern im Alter von 23 und 24 Jahren, die sich sehr bereichernd auf mein Leben auswirken.

Ich bin gerne für Sie da und freue mich auf eine gute und angenehme Zusammenarbeit mit Ihnen.

In meinem erlernten Beruf als Kaufmännische Angestellte war ich bis im Jahr 2004 tätig. Berufsbegleitend absolvierte ich die Direktionsassistentinnenschule in Aarau. An Stelle einer weiter führenden Anstellung, wollte ich unbedingt einmal etwas anderes tun. So arbeitete ich an-

Verstärkung für das Team Therapien (von links nach rechts)

Elisabeth Lienhard

Ergotherapeutin

Nachdem ich in meinen ersten Berufsjahren mit Kindern gearbeitet habe, wechselte ich nach der Geburt unserer drei Töchter in die Geriatrie. Schon bald faszinierten mich die reiche Lebenserfahrung älterer Menschen und ihre Lebensgeschichten. Es erfüllt mich, Menschen in ihrem Alltag beim Tätigsein zu unterstützen und mit ihnen gemeinsam Wege und Lösungen zur Erhaltung oder Verbesserung der Selbständigkeit zu finden. Als Ergotherapeutin arbeite ich nun bereits seit über 25 Jahren.

Seit Mai gehöre ich zum Lindenfeld-Team. Das Lindenfeld wird mir immer vertrauter und ich freue mich, als Therapie-Teammitglied mitzuwirken.

Regula Huber

Ergotherapeutin

Als Erstausbildung machte ich eine Ausbildung als Koch, durchquerte von Schaffhausen bis ins Wallis die Schweiz und erlebte spannende Momente im Gastgewerbe. Doch war es immer mein Ziel, den einzelnen Menschen in seiner Selbständigkeit zu unterstützen und machte noch eine Zweitausbildung als Ergotherapeutin. Nach meiner Ausbildung im März 09 bekam ich die Möglichkeit im Lindenfeld neue Erfahrungen zu sammeln. Ich freue mich auf diese neuen Eindrücke und Erfahrungen.

Susanne Kümmerli

Physiotherapeutin

Nach der Ausbildung zur Physiotherapeutin während der ich auch ein Praktikum im Lindenfeld gemacht habe ging ich zuerst für ein paar Jahre nach Lausanne und von dort weiter nach Edinburgh. Ende März bin ich mit meiner Tochter und meinem Mann wieder zurück in die Schweiz gezogen um dann anfangs April im Lindenfeld wieder voll Elan in den Beruf einzusteigen. Ich freue mich auf viele spannende und bereichernde Begegnungen!



Lindenblattaktion Herbst 2009

Meine – Deine – Seine - Ihre Lieblingsfarbe ist gefragt,

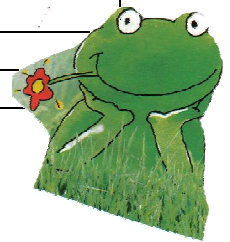
Denn viele Farben machen das Lindenblatt (und das Lindenfeld) bunt

Wir vom Redaktionsteam freuen uns über jeden Beitrag. Zum Beispiel: ernsthaft, witzig, schräg, einfach, fehlerhaft, interessant, tief schürfend... wichtig ist:

mitmachen und Farbe zeigen!

So bunt ist das Lindenfeld

Meine Lieblingsfarbe ist:	Sie bedeutet für mich/ Damit verbinde ich:
Orange	Wärme
Türkis	Freude und Fröhlichkeit
Schönes Dunkelblau	Bringt Glück mit Dunkelgelb
Blau	Himmel, Meer, Wasser, Weite und Klarheit Aber auch Kühle und Distanz
Grün	Hoffnung und gefällt mir
Orange	Untergang der Sonne
Blau/gelb	
Rot	Liebe
Grün in allen Facetten	Ruhe, Natur, es ist einfach schön
Blau	Wasser
Grün	Die Bauernregel: Wer sehr gerne grüne Erbsen mag, säe sie am Gründonnerstag (an dem vor dem Osterfest traditionell grüne Speisen serviert werden)
Pink	Street Parade, Sorglosigkeit und Freude
Grün	Leben, Hoffnung, Freude, Saft, Kraft, Gesundheit
Gold	Vollkommenheit, wertvoll, alles ist Glanz und Spiegel



Lieblingsfarbe vom Rapsak 409

Die Lieblingsfarbe blau macht ruhig und schlau das weiss ich genau!

Jawoll – RAPSAK 409

Herzlichen Dank fürs mitmachen!

Das Redaktionsteam

Farben und Wohlbefinden im Lindenfeld Esther Graf

Auf jeder Abteilung gibt es eine spezielle Farbe, die einen begrüsst, wenn man zur Lifttüre hinaustritt. Die Farben sind in Pastelltönen gehalten.

1. Stock: gelb; 2. Stock: hellblau; 3. Stock: hellgrün; 4. Stock: gelb; 5. Stock: rosa; 6. Stock: hellblau; 7. Stock: hellgelb

Die folgenden Fragen wurden allen Beteiligten gestellt:

- 1. Was ist ihre Lieblingsfarbe?**
- 2. Welcher Farb-Grundton herrscht in ihrer Abteilung/in ihrem Zimmer vor?**
- 3. Was löst diese Farbe in ihnen aus?**



Ernst Müller, 1. Stock

Zu 1.: Keine! Es kommt immer drauf an, wofür eine Farbe ist. Jeder Gegenstand hat eine eigene Idealfarbe.

Zu 2.: Gelb

Zu 3.: Gelb als Farbe, da kann ich nicht sagen, dass es schön ist. Ich fühle mich wohl, aber wenn alles gelb wäre, dann wäre es langweilig. Die Aufgabe der Farbe ist es, schön zu machen. Das ist schwierig, weil alle Leute unter „schön“ etwas anderes verstehen.



Robert Lüthy, 2. Stock

Zu 1.: Blau. Ich weiss nicht warum, blau ist so sauber, gedankenlos, ungeniert.

Zu 2.: Auf der Abteilung ist es Sauberkeit, überraschenderweise.

Zu 3.: Die Farben hier sind schön.



Lino Zamboni, 3. Stock

Zu 1.: Rot

Zu 2.: Das kommt auf die Position der Sonne an. Es sind viele Grün-Töne.

Zu 3.: Es ist ziemlich gut hier. Die Farben hier geben die Möglichkeit für eine dritte Farbe. Im Oktober, November, wenn im Herbst die Blätter fallen, gibt es verschiedene Farben. Wenn ich baue, hat jede spezifische Farbe ihren Preis. Das braucht viel Geld. Je nach Funktion setze ich eine andere Farbe ein.



Peter Eberle, 4. Stock

Zu 1.: Blau, meine Mutter sagte mir einmal, blau sei ihre Lieblingsfarbe. Das machte mir Eindruck. So habe ich auch diese Farbe gewählt. Überall, wo ich jemanden blau angezogen sehe, denke ich an die Mutter. Das tut mir gut.

Zu 2.: Da herrscht blau vor. *(Anmerkung der Redaktion: Es gibt da viele blaue Stühle)*

Zu 3.: Das löst eben blau aus. Das heisst Gedanken und Erinnerungen an die Mutter. Das trägt dazu bei, dass ich mich hier wohl fühle.

Marie-Luise Fischer, 4. Stock

Zu 1.: Rot, ein schönes rot. Wenn ich ein rotes T-Shirt trage freue ich mich daran und gucke mich an und sage: „wir zwei halten zusammen.“ Da mache ich so ein bisschen Quatsch.

Zu 2.: Das kann ich nicht sagen. Aber der Flur ist bei uns so gepflegt, dass wir aufpassen müssen, dass wir nicht hinfallen. Ich bin schon dreimal hingefallen und hatte blaue Flecken.

Zu 3.: Ein bisschen Farbe sollte reinkommen so wie bei uns im Zimmer an der Decke. *(An der Decke hängt ein hellgrünes Tuch mit einigen bunten Blumen und einem kleinen Papagei.)*



Ruth Schär, 5. Stock

Zu 1.: Ich habe gerne gemischte Farben: Rot, blau, weinrot, gelb, und vor allem grün und was es sonst noch gibt – und braun. Nur schwarz gefällt mir nicht.

Zu 2.: Auf der Abteilung ist es die Farbe violett. Im Zimmer habe ich farbige Blumen, ein Veilchenstößchen und ein Foto von mir und meinem Freund.

Zu 3.: Die Wirkung ist gut. Ich male auch viel mit violett und rot. Die violette Farbe auf der Abteilung ist zu schwach für mich. Ich achte weniger darauf. Ich habe die Farben gerne ein wenig stärker.



Eine weitere Stimme vom 5. Stock

Zu 1.: Blau

Zu 2.: Die Vorhänge im Zimmer sind écru, der Boden braun, der Kasten gelb-grün und die Wände weiss.

Zu 3.: Die Farben sagen mir gar nichts. Ich kann mich nicht so freuen, dass ich da bin. Mit meiner Lieblingsfarbe um mich herum wäre es mir momentan auch nicht wohler.

Brigitte Gloor, 6. Stock

Zu 1.: Rosa. Als meine Tochter klein war, habe ich sie nur rosa angezogen. Sie kann diese Farbe heute nicht mehr sehen. Die Farbe an sich gefällt mir. Vielleicht schaue ich die Welt durch eine rosa Brille an (*lacht*). Rosa ist friedlich, das fühlt man. Es fühlt sich gut an, dazu gehört auch eine gewisse Wärme.

Zu 2.: Hellblau

Zu 3.: Hellblau ist meine Farbe von früher (rosa ist meine heutige Farbe). Meine Schwester hatte immer rot, ich immer blau. Wenn ich die Farbe sehe, fallen mir keine Erinnerungen oder Gefühle ein. Es ist einfach auch eine gute Farbe.



Uschi Hauri, 7. Stock

Zu 1.: Rot, das ist einfach Leben (*dazu richtet sie sich auf und ihre Augen strahlen*)

Zu 2.: Das weiss ich nicht. Die Vorhänge sind beige.

Zu 3.: Die Farbe auf der Abteilung ist mir nicht bewusst, sie ist so selbstverständlich da. Sie ist angenehm.



Vito Valentini, 7. Stock

Zu 1.: Meine Lieblingsfarbe ist orange. Sie bedeutet mir Freude. Es ist eine schöne Farbe, eine lebendige Farbe. Sie gibt ein gutes Gefühl.

Zu 2.: Die Farbe auf der Abteilung ist weiss. Auch im Zimmer ist es weiss. Hellblau wäre schön – das ist eine lebendige Farbe.

Zu 3.: Mit hellblau verbinde ich die Natur und das Tierreich. Es ist eine lebendige, beruhigende Farbe für mich.



Ulrich Wernli, 7. Stock

Zu 1.: Blau, hellblau

Zu 2.: Beige oder weiss

Zu 3.: Eine helle Farbe, das habe ich gern

Bedeutung und Wirkung der Farben

Bearbeitet von Daniela Bütikofer

Mit jeder Farbe, mit der wir uns umgeben, begeben wir uns in ein Energiefeld der Botschaften.

Einen kleinen Überblick über die Bedeutung der Farben und die Wirkung auf Körper und Gesundheit können Sie hier entnehmen:

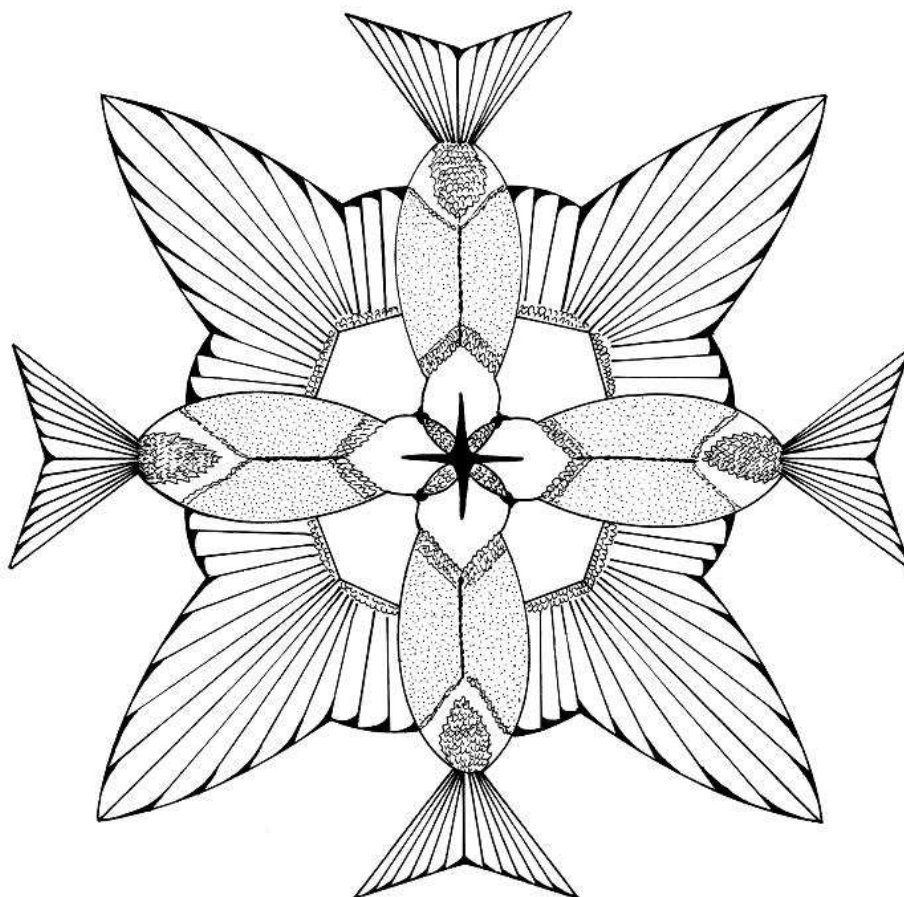


Die sieben Regenbogenfarben:

Die sieben Regenbogenfarben tragen ganz spezifische Energien und Heileigenschaften in sich, die dazu imstande sind, einen Ausgleich in unserem Energiesystem herzustellen und damit Gesundheit und Wohlbefinden zu gewährleisten:

Farbton	Bedeutung	Körper / Gesundheit
Rot ist die Farbe des Lebens, der glühenden Sonne und des Feuers	Rot ist eine warme Farbe. Sie ist die Farbe der Stärke, Gesundheit und Vitalität. Rot wirkt immer anregend, imponierend und dominant. Rot symbolisiert Aktivität, Energie und Lebensfreude. Rot schenkt Mut und Kraft. Liebe und Freude, Wut und Zorn sind die polaren Grössen der roten Farbe.	Rot gilt als Farbe des Herzens und der Lunge. Deshalb erhöht Rot den Puls, den Blutdruck und die Atemfrequenz. Rot fördert die Durchblutung und wird als „warme“ Farbe vor allem bei nicht entzündlichen Prozessen angewandt.
Orange ist die Farbe der Heiterkeit und des Frohsinns	Orange ist die Farbe der Gefühle, der Dualität und der Weiblichkeit. Optimismus und Lebensfreude, sind weitere Botschaften dieser Farbe. Orange steigert den Ehrgeiz und bringt Herzenswärme. Die Farbe wirkt aufheitend, bringt Kraft und Freude an der Arbeit.	Orange ist angezeigt bei Arterio-, Cerebral- und Coronarsklerosen. Bei Abmagerung und Anämie ist diese Farbe anzuwenden, auch bei allen Herzleiden, besonders bei Insuffizienz.
Gelb ist die Farbe der Klarheit, Intelligenz und des Denkvermögens	Gelb ist die hellste der warmen Farben, sie wirkt aufklärend, anregend, wärmend und aufheitend. Diese Farbe hilft uns, in der Gegenwart zu sein und beim Verarbeiten von Gefühlen und Erlebnissen. Gelb vertritt das sanguinische Temperament. Symbol der im Zenit stehenden Sonne. In der Farbpsychologie steht Gelb für losgelöste Heiterkeit.	Gelb stärkt die Nerven, regt den Magen an, ist die Farbe des Verdauungstraktes und des Drüsen- und Lymphsystems. Gelb gilt als Farbe des linken Gehirns, fördert Lerneifer und die Auffassungsgabe und wirkt günstig auf den Intellekt.
Grün ist die Farbe der Balance	Grün verkörpert die Farbe der Natur, des erwachenden Frühlings und des Wachstums. Wenn man sich erholen will, regenerieren oder gesund werden will, braucht man Grün. Diese Farbe vermittelt Harmonie und Herzlichkeit. Grün gleicht aus, bringt Zufriedenheit, beruhigt und entspannt. Grün vertritt das phlegmatische Temperament.	Grün unterstützt das Nervensystem, hat eine ausgleichende Wirkung und fördert so das Herz. Angezeigt bei Bronchialkatarrh, Keuchhusten und Gelenkentzündungen, sowie bei allen chronischen Krankheiten. Anwendung bei Geschwülsten, Geschwüren und Zysten, bei Augenkrankheiten sowie Diabetes.

<p>Blau ist die Farbe der Ruhe, Weite und Tiefe</p>	<p>Auf der Haut getragen, stärkt Blau die Stimme (gut bei Vorträgen, mündlichen Prüfungen, Singen, etc.). Die wohltuende, angenehm beruhigende Farbempfindung des blauen Himmels und des blauen Wassers befriedigt ein körperliches und seelisches Bedürfnis nach Ruhe und Frieden und führt zu innerer Harmonie und Ausgewogenheit.</p>	<p>Blau führt zu einer Verengung der Gefäße, verursacht damit eine Blutleere, wodurch die Haut schmerzempfindlicher wird und hat eine beruhigende, kühlende, blutdrucksenkende und entlastende Wirkung.</p>
<p>Indigo ist die Farbe des Vertrauens, der Intuition & der Tiefe</p>	<p>Diese Farbe hat auch mit Freiraum und Freiheit, sowie vertrauensvollem Loslassen zu tun. Indigo die Farbe der Ruhe und Unendlichkeit, vertritt das melancholische Temperament.</p>	<p>Indigo bringt tiefe Beruhigung und Entkrampfung. Es wirkt desinfizierend und abschwellend. Indigo kann Spasmen lösen (Migräne) und die Schlafbereitschaft fördern.</p>
<p>Violett ist die Farbe des Geistes</p>	<p>Violett enthält die Farben rot und blau zu gleichen Teilen, somit sind in dieser Farbe die beiden Gegensätze Aktivität (rote Energie) und Passivität (blaue Ruhe) enthalten. Violett gilt als Farbe der Inspiration, der Spiritualität, der Veränderung und der Neuorientierung. Wirkt dementsprechend auf das Unterbewusstsein, gibt geistige Kraft und bringt Erkenntnis. Violett gilt als Farbe der Emotion und des rechten Gehirns – damit also als meditative Farbe. Ein Hauch von Magie und Zauberei haftet dieser Farbe an.</p>	<p>Violett kann zur tiefen seelischen Befreiung führen. Daher kann Violett als Regulator der Schnittstelle von Psyche und Körper gesehen werden. Violett wirkt günstig auf die Milz, Energie spendend und anregend auf die Lymphe und hilft bei Migräne.</p>



15 Jahre



Catherine Baumann

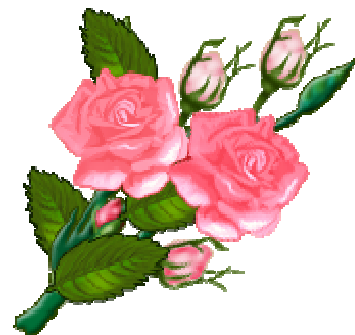


Aareckal Varghis



Josette Cavalieri

Wir danken den Jubilaren für Ihre langjährige Mitarbeit und wünschen Ihnen weiterhin viel Erfüllung im Beruf.



Wie entsteht die Farbe im Menschen?

Peter de Kleine

Bearbeitet von Daniela Bütikofer

Farbe ist elementarer, allgegenwärtiger Bestandteil der sichtbaren Welt und ihres Erlebnisinhaltes.

Sichtbare Strahlung und Materie sind die zwei Grundsubstanzen jeder Farberscheinung. Farbreiz, die visuelle Empfindung, entsteht, wenn sich das Licht einer Lichtquelle an einem Gegenstand bricht. Je nach Beschaffenheit der beleuchteten Materie werden die Lichtstrahlen unterschiedlich reflektiert oder absorbiert. Die spektrale Zusammensetzung des Farbreizes verändert sich mit der spektralen Zusammensetzung des Lichts. So ist die farbige Erscheinung der Gegenstände immer abhängig von der Lichtart und -qualität.

Farbe entsteht erst durch Mitwirkung des Auges. Der Sehsinn gilt dabei als umfassendste »Eintrittspforte« zur bunten Welt. Sichtbare Strahlung wird im Auge auf die Netzhaut gerichtet, auf der sich Rezeptoren (Stäbchen und Zapfen) befinden, die den physikalischen Reiz entschlüsseln und in eine physiologische Erregung umwandeln.

Der Sehvorgang beruht auf einem komplexen biochemischen Prozess, an dem u.a. 348 verschiedene Aminosäuren beteiligt sind.

Wirkungen der Farbe im physischen und neuropsychologischen Bereich hängen mit dem durch das im Gehirn und Rückenmark liegende Zentralnervensystem zusammen, das in der »formatio reticularis« im Hirnstamm Zentrum der »Auswertung« aller Stimulationsarten ist und Farbreize mit anderen Stimulationsquellen verknüpft. Zudem werden Farbreize zum Zwischenhirn und zur Hypophyse geleitet, die Funktionen anderer Hormondrüsen z.B. in der Nebennierenrinde reguliert.

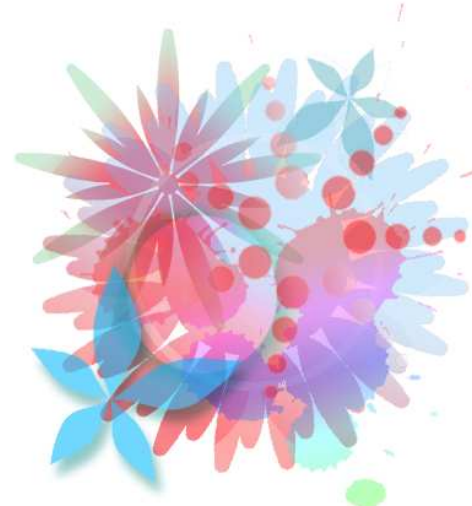
Erkenntnisse objektiver physiologischer Wirkungen von Farben wie Beschleunigung von Herzschlag, Puls und Atemfrequenz durch Rot oder die temperatur- und blutdrucksenkende Wirkung

von Blau sind wissenschaftlich längst gesichert.

Wirkungen der Farbe sind in jedem Fall aber stark abhängig vom spezifischen Farbton, von der Art der Applikation und von der Zeitdauer der Exposition.

Farben wirken bis zu einem gewissen Grad auch ohne visuelle Wahrnehmung. Untersuchungen zeigten, dass es auch eine außerhalb der Retina liegende visuelle Aufnahmefähigkeit gibt, die ihren Sitz in bestimmten Nervenzentren der Haut hat (vornehmlich in den Händen, der Stirn, im Nacken und auf der Brust), was bedeutet, dass Gestaltung mit Farbe auch von Blinden wahrgenommen werden kann.

Farbwirkung ist ein Zusammenspiel von äußerem Farbreiz und innerer Vorstellung. Farbeindrücke der Außenwelt sind Empfindungen, die an Gedächtnis und Erkenntnisvorgänge anknüpfen. Es ist von einem kognitiven und einem emotionalen Inhalt auszugehen. So wird das gesamte Gefüge von Leib, Seele und Geist im Denken, Fühlen und Wollen vom Farbreiz durchdrungen



Gebet um Lebensfragen

Herr, gib mir viel vom Gelb des Lichtes für die Dunkelheiten in meiner Seele,
 Herr, gib mir vom Orange der Wärme gegen alles Unterkühlte in meinem Herzen.
 Herr, gib mir vom Grün der Hoffnung gegen Resignation und Ausweglosigkeiten.
 Herr, gib mir vom Rot der Liebe, um davon wieder austeilen zu können.
 Herr, gib mir vom Blau des Glaubens, um meine Lebensentscheidungen zu leben,
 Herr, gib mir vom Violett der Busse für Wege zu Umkehr und Neuanfang.
 Herr, gib mir vom Schwarz des Todes, damit ich mich einstimme auf Abschiede.
 Herr, gib mir vom Weiss des Neuen, um offen und bereit zu sein.
 Herr, gib mir vom Braun der Erde für Bestätigung und Ausdauer.
 Herr, gib mir vom kostbaren Gold, dass ich dich als das Kostbarste ehre.
 Herr, gib mir ein wenig von allen Farben, denn buntes Leben lebt sich leichter.
 Herr, zeige mir ab und zu einen Regenbogen, damit ich weiss: Du bist ja da.

Dieses Gedicht sagt uns schon sehr viel über die Wirksamkeit und Bedeutung von Farben und doch ist es nur ein Bruchteil dessen, was es über die einzelnen Farben noch zu sagen gäbe.

Nur drei Farben benötigen wir, um die schier endlosen Variationen und Nuancen die es an Farbmischungen gibt, zu erzeugen. Dies sind die drei Primärfarben - ein warmes und kaltes Rot, Blau und Gelb. Um zum Beispiel ein Indigo zu erhalten benötigen wir zweidrittel des kalten Preussischblaus und ein drittel des warmen Zinnoberrots.

Farben haben auch ihre Polaritäten, denn Rot ist nicht nur die Farbe der Energie, des Mutes und des Vertrauens sondern auch der Brutalität, Wut und Agressionen. Blau steht für Bescheidenheit, Zufriedenheit und Sehnsucht, aber auch für Kälte, Passivität und Traurigkeit. Das reine Gelb vermittelt das Gefühl von Heiterkeit, Wärme, Positivität. Bricht man jedoch dieses reine Gelb mit Weiss oder Schwarz, so steht es für Neid, Geiz und Missgunst. Nie aber darf man nach der aufgetragenen Farbe alleine urteilen, was es denn jetzt damit auf sich hat, das wäre hypothe-

tisch. Das Gespräch ist sehr wichtig. Farben und Formen können die momentanen Gefühle ausdrücken. Dies ist besonders dort angebracht, wo Worte noch fehlen. Der Einstieg in ein therapeutisches Gespräch kann dadurch wesentlich erleichtert werden.

Farben können einem auch dienen um sich in einer Situation die zum Beispiel Mut erfordert sicherer zu fühlen, indem man rote Schuhe oder ein rotes Halstuch trägt. Von einem Chef habe ich einmal gehört, dass es immer, wenn er ein rotes Hemd getragen hat, mit ihm nicht gut Kirschen essen war. Meine Cousine hat ihr Arbeitszimmer, also dort wo sie ganz besonders aktiv sein möchte ganz in Rot ausgemalt. Ihr Mann, hat sie mir erzählt, käme immer sehr gestresst nach Hause und hätte auch noch Probleme mit dem Atmen. Hier müsste er sich mit dem oben erwähnten Indigo umgeben oder mit dieser zum tief durchatmen und entspannen hervorragend geeigneten Farbe malen.

Ja, so könnte man noch viel über unsere Farben plaudern und hätte doch nicht alles gesagt. Darum schliesse ich mein Statement zu den Farben und wünsche allen Lesern den Regenbogen, denn buntes Leben lebt sich's nun mal leichter.

Gertraud Roy
 Maltherapeutin

Die Originale der Bilder von Bewohnerinnen und Bewohnern des Lindenfelds können sie in der Cafeteria bewundern.
Gemalt unter der Anleitung von Frau Roy, Maltherapeutin



Gertrud Streit



Birgitta Binder



Birgitta Binder



Birgitta Binder



Alice Säuberli



Alice Säuberli



Ernst Stoll

Grün – die Farbe der Mitte

Das „Lindenfeld“ liegt mitten im Grünen, umsäumt von vielen Linden, Weiden und andern Bäumen. Im Frühjahr, als es draussen noch unwirtlich war, bestaunten meine mir anvertraute Bewohnerin und ich auf unsern wöchentlichen Spaziergängen auf dem Flur der Abteilung, wie aus den Knospen des Weidenbaums nahe am Fenster zuerst samtweiße Spitzen hervorlugten, dann eine Woche später die schneeweissen Weidenkätzchen sich sanft im Winde wiegten, schliesslich gelbe Staubfäden herauswachsen und sich die Blätter vom zarten Hellgrün in eine sattgrüne, fast undurchdringbare Blattmasse verwandelten. Und jetzt im Sommer drehen wir unsere Runden draussen rund ums „Lindenfeld“, unter grünen, schattenspendenden Bäumen, vorbei am gepflegten, sanftgewellten Rasengrün. Hier fühlen wir uns wohl, inmitten des Lebens, inmitten der Natur.

Nicht umsonst gilt Grün als Farbe der Mitte. Mitten im Jahr, im Sommer, entfaltet die Natur – bei Bäumen, Wiesen, Gemüse und Kräutern – ihr intensivstes Grün. Auch bei den meisten Pflanzen bildet das Grün die Mitte: Aus dem Boden ziehen die erdfarbenen Wurzeln die Nahrung. Braune Stämme und Äste oder grüne Stängel tragen die Baumkrone oder die Zweige. An deren Enden prangen in allen Farben leuchtende Blüten und Früchte. Und in der Mitte das verschwenderische Grün der Blätter, welche pflanzliches Leben in den meisten Fällen überhaupt erst ermöglichen. Farben entstehen aus verschiedenen langen Lichtwellen. Auch hier liegt Grün in der Mitte des Farbspektrums. Und beim Regenbogen – dem Sinnbild der Versöhnung - strahlt die grüne Farbe immer in der Mitte. Linden bilden mit ihrem grünen Blätterdach im Laufe der Jahrzehnte und Jahrhunderte mächtige Kronen: Sie vermitteln ein Gefühl der

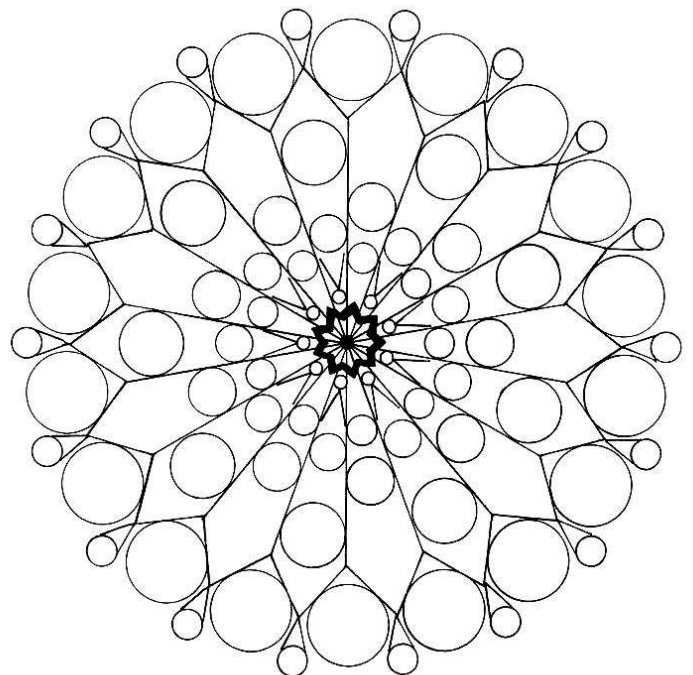
Geborgenheit. Wenn es auch nicht immer leicht ist, allen Bewohnerinnen und Bewohnern diese Geborgenheit im Letzten zu schenken, so versuchen doch sicherlich alle Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter unter dem schützenden Dach des „Lindenfelds“ echte Mitmenschlichkeit in die Mitte ihres Handelns zu stellen.

Das Grün der Linde ist daher die Symbolfarbe unseres Hauses. Grün ist die Farbe der Mitte – Grün ist deshalb auch die Farbe des Herzens. Herzlichkeit stellt den Mitmenschen in den Mittelpunkt. Grün ist zudem die Farbe der Hoffnung. Wie auch immer der Weg unserer Bewohnerinnen und Bewohner verlaufen mag, wollen wir ihnen jederzeit Hoffnung und Zuversicht schenken, dass wir bereit sind, sie zu begleiten, sie zu erfreuen und ihnen die Gewissheit zu schenken, dass uns ihr Wohl und Wehe sehr am Herzen liegt.

Rainer Stöckli, FML

Literaturtipp

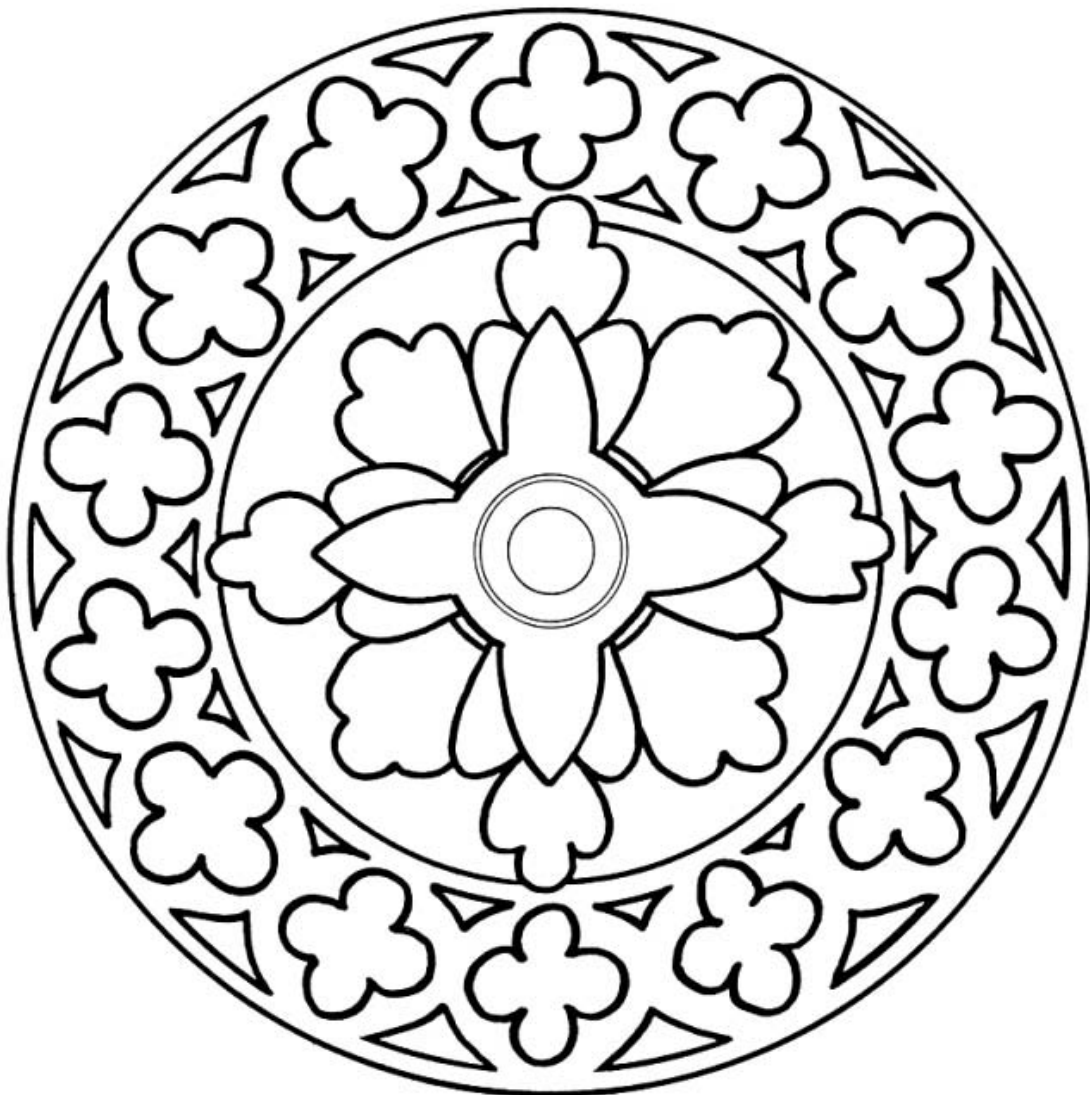
Ueli Seiler-Hugova. Farben – sehen, erleben, verstehen. AT-Verlag, Aarau 2007



Mandalas

Mandalas sind meditative Kraft- und Heilbilder. Sie faszinieren durch ihr Farben- und Formenspiel, durch ihre Ausstrahlung von Ruhe, Stärke und Harmonie. Mandalas wirken beim Ausmalen konzentrationsfördernd und haben eine harmonisierende und ausgleichende Wirkung auf unser Wohlbefinden. Sie lassen sich immer neu entdecken und bringen uns in Kontakt mit unserer Mitte, unserem Sein.

Gönnen Sie sich nun einige Minuten der Entspannung beim spielerischen Ausmalen der in dieser Ausgabe verteilten Mandalas:



Farbtherapie

Bearbeitet von Daniela Bütikofer

Leben ohne Licht ist nicht möglich. Licht wiederum ist die Summe aller «Farben» - ob sichtbar oder unsichtbar. Dass Licht und Farben bei richtiger Anwendung heilen können, ist die logische Schlussfolgerung einer Erkenntnis, die so alt ist wie die Menschheit selbst. Denn auf dieser Erkenntnis basierte ein großer Teil des Gesundheitswesens alter Kulturen. Schon die Ägypter, Griechen, Römer, Inder und Chinesen wussten um die heilsame Wirkung des Lichts und der Farben. Jede dieser Kulturen hatte ihre eigenen Methoden der "Licht- und Farbtherapie". Und es deutet vieles darauf hin, dass diese Therapien gerade im alten Ägypten hoch entwickelt waren!

Farben sind Strahlungskräfte, die auf uns einwirken, ob wir uns dessen bewusst sind oder nicht. Besonders deutlich wird dies, wenn wir in die Natur gehen und uns am Farbenspiel des blauen Himmels oder der grünen Wiesen erfreuen, während Dunkles allgemein als bedrohlich erlebt wird.

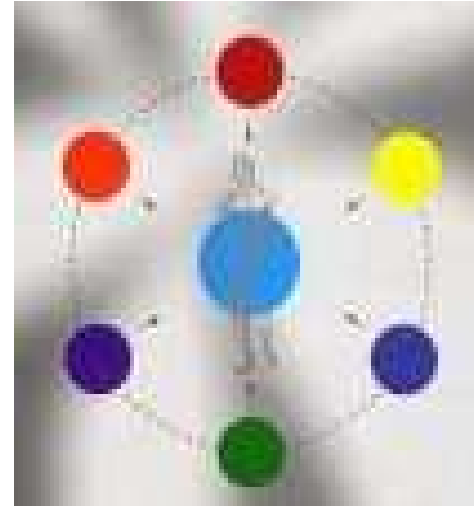
Im Zentrum der Farbtherapie steht das Licht als Kraft, welches alles Leben entstehen, sich entwickeln und heil werden lässt.

Die Farbtherapie basiert auf der Erkenntnis, dass Farben elektromagnetische Schwingungen darstellen. Die Energien der Farben vermitteln uns aufbauende, harmonisierende und regenerierende Kräfte. Sie regen damit die Vitalenergie an, beeinflussen Nerven, Drüsen und Organe und haben darüber hinaus auch einen ganz bedeutenden Einfluss auf die Psyche.

Wir nehmen Farben nicht allein mit unseren Augen auf, sondern mit allen unseren Sinnen.

Es gibt verschiedene Möglichkeiten Farben und deren Energien einzusetzen z.B. durch Seidentücher, Farbfolien, Farbbrillen, farbaktivierte Öle, Bach-Blüten, Edelsteine, im Wohnen, etc.

Man muss nicht krank sein, um die Wirkung der Farben für sich zu nutzen. Die Farbtherapie dient auch zur persönlichen Weiterentwicklung, als Gesundheitserhaltung, Gesundheitsvorsorge und für all diejenigen, die sich einfach etwas Gutes tun wollen.



FARBEN – PRACHT

von Helmut Kaiser

Am frühen Morgen zeigt sich der Himmel mehrheitlich grau. Das Grau ist von einer trüben Farbe, der ganze Himmel ist damit bedeckt – wie öde, langweilig! Für ein paar Minuten schliesse ich die Augen, denn das Bild, das der Himmel mir präsentiert, möchte ich gar nicht sehen.

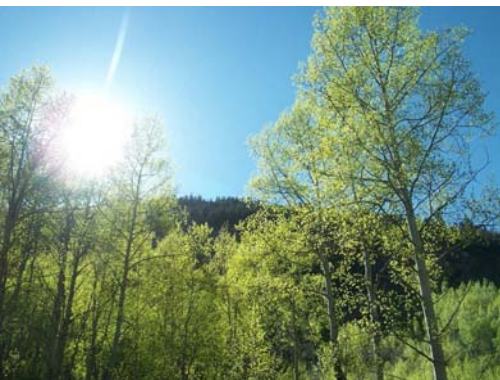
Nach einigen Minuten öffne ich die Augen. Der Himmel zeigt sich nun wesentlich freundlicher. Das öde Grau hat nun einer vielfältigen Grautönung Platz gemacht. Dass es viele verschiedene Grautönungen gibt, weiß ich, aber jetzt habe ich eine ganz große Palette in meinem Blickfeld. Da mache ich eine hellgraue Wolke aus, dort eine etwas dunklere und weiter rechts schiebt sich eine hässliche grauschwarze Wolke heran. Sie sieht ziemlich bedrohlich aus, Das

Licht verdunkelt sich, aber zum Glück nicht lange. Sie hat es eilig, hier wegzukommen. Was ihr nun folgt, ist eine große Weiße. Die ist schön, frohlockt mein Herz. Und siehe, da kommen kleinere, ebenso Weiße, in ihrem Schlepptau. Wie tolle, Fantasie anregende Formen und Figuren die doch haben. Immer und immer wieder muss ich lachen, so lustig und farbenfroh können doch Wolken sein. Jetzt reisst die Wolkendecke endgültig auf. Am unteren Teil des Horizonts erblicke ich einen Streifen mattes hellblau. Ein Stück weiter oben geben die weissen Wolken einen großen Fleck Himmel frei. Er ist von einem satten, strahlendem Blau, wunderschön! Das Blaue wird von den weissen, kurligen Wolken umrahmt. Einen besseren Rahmen kann es gar nicht geben. An diesen wunderbaren Farben kann ich mich nicht satt sehen. Dabei sind es doch bloß graue, weiße und blaue. Kein rot, grün, gelb und deren Nuancen. Nein, nur diese Wenigen und doch haben sie mich begeistert.



Kurze Zeit später kann ich aufstehen und checke meine E-Mails durch. Ich schaue aus dem Fenster und sehe einen strahlend blauen Himmel. Nichts wie raus! Ich steuere meinen Rollstuhl den Gang entlang, vorbei an dem Aufenthaltsraum, hin zum Lift. Überall wo ich vorbeikomme, blicke ich auf weiße, kahle Wände. Wie langweilig dieses Weiss doch ist – es schüttelt mich –brrrr! Ein Gedanke, eine Idee schwirrt durch meinen Kopf. Wie wäre es, wenn jede Abteilung ein anderes farbenfrohes Motiv hätte, das wie ein Graffiti gestaltet wäre, das wäre doch toll! An Ideen mangelt es sicher nicht, da wäre das Motiv Regenbogen, Wiese mit ihren schönen bunten Blumen, die Flower-Power Zeit, psychedelische Farbgebung. Motive gäbe es zu Hauf. Das wäre doch ganz toll! Da kommt mir spontan eine Textzeile von Nina Hagen in den Sinn. In ihrem Song *TV-Glotzer* kommt die Zeile vor, „ist alles so schön bunt hier. „ Für wahr, für wahr!

Nun kommt der Lift, Als ich drinnen bin und mich umschaue, muss ich mir sagen, da wäre doch auch ein Farbkessel kein Luxus! Jetzt bin ich im Erdgeschoss angelangt und verlasse den Lift. Ich werde von schönen, farbigen Blumen begrüßt. Ein angenehmes Weiss und ein kokettierendes Rot versetzen mich in eine freudige Stimmung. Doch hier gilt: mehr Farbe!



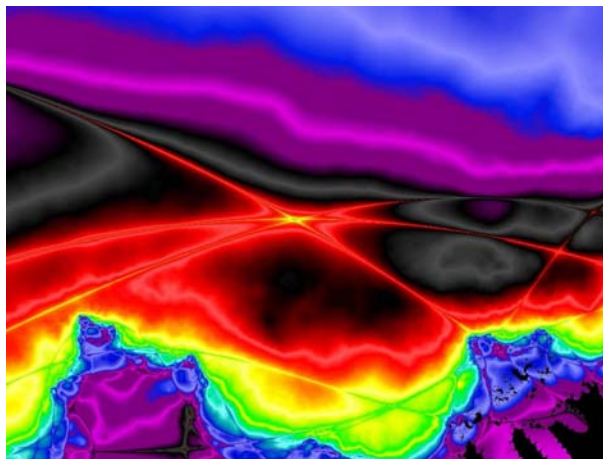
Ich verlasse das Gebäude und fahre zu meinem Ziel, dem Weiher. Das Grün der Bäume und Sträucher sticht mir ins Auge. Als ich den Kopf ein wenig anhebe, sehe ich eine ganze Reihe von Bäumen mit rotbraunen Blättern. Es ist eine Farbe, die nicht so recht in diese Umgebung passt. Ich nehme zwischen zwei braunen Bänken platz und schaue auf das trübe, grün schimmernde Wasser des Weihers. Ein fetter, schwarzer Karpfen zieht gemächlich seine Runden. Doch mein Blick verweilt nur kurze Zeit bei dem Fisch. Das Grün der Bäume, Sträucher und Gräser nimmt meine Aufmerksamkeit in Anspruch.

So viele Grüntöne in einem so kleinen Blickfeld habe ich noch gar nie wahr genommen. Da gibt es unzählige Abstufungen der Farbe Grün. Auf hell folgt ein mattes dunkleres Grün, ein sonnen-durchflutetes Grün eines Strauches.

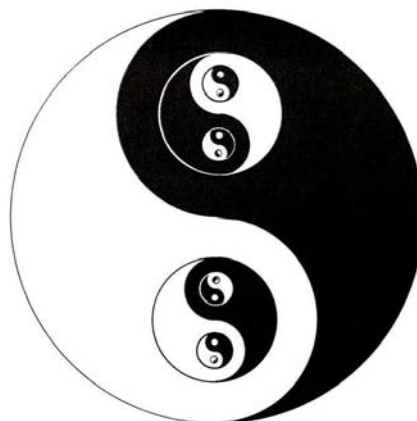
Die Krone des nächsten Baumes ist ganz dunkelgrün. Nur wenige Meter steht ein Baum mit einem knorrigen, braunen Stamm, dessen Blätter wiederum ein anderes Grün aufweist. So geht meine Tour de Vert weiter, jedes Mal mit einem anderen Grünton. Meine Reise ins Grüne ist so spannend, da kommen mir doch gerade meine Zeiten im Amazonasdschungel in den Sinn. In der Grünen Höhle, wie er auch genannt wird, habe ich diese Nuancen gar nicht wahrgenommen. Gibt es sie dort auch, frage ich mich. Ich wollte zwar lesen, doch jetzt habe ich etwas für meine Augen getan. Einen wunderbaren Augenschmaus!

Ich blicke jetzt zum Himmel empor und sehe einen fast wolkenlosen, strahlend blauen Horizont. Vereinzelt kann ich ein paar weiße Wölkchen ausmachen, Sie sind nicht sehr groß, aber sie sind so belebend. Sie geben durch ihres reine Weiss, eine ganz spannende und lebhaft Atmosphäre. Ohne diese formverändernden Wolken wäre auch der blaue Himmel ziemlich langweilig. Meine Augen schweifen zur Sonne hin. Sie strahlt mit einer fast weissen Scheibe herab. Ihr grelles Licht blendet mich, darum kneife ich meine Augen fest zu. Ich sehe viele Farben und Farbkombinationen, meist nur für Sekundenbruchteile. Ich lockere meine Augenlider ein bisschen, und die Farben werden heller und heller. Ich spiele nun mit meinen Augenlidern, mal drücke ich sie fest zu, dann lockere ich sie wieder. Das ist grossartig, sensationell! Ich denke an etwas Schönes und siehe die Farben und Figuren passen sich meinen Gedanken an. Jetzt versuche ich einen ganz speziellen Gedanken in Form und Farben zu gestalten, es gelingt. Der Gedanke an den faszinierendsten und interessantesten in meinem Leben, beschert mir eine Fülle der wunderbarsten, lieblichsten Farben. Manche Farbkombinationen sind so schön und geheimnisvoll, ich kann sie gar nicht beschreiben. Es ist ein Feuerwerk der Farben. Ich bin Regisseur und Hauptdarsteller zugleich. Ich verlasse nur ungern den Ort der

Symphonie



der Farben



Die Farbe ist der Gegenstand

Nadine Olonetzky

Bearbeitet von Daniela Bütikofer

Seit es die Erde gibt, gibt es auf ihr Farben. Die ersten Farben waren/sind diejenigen der Natur: die Pigmente aus zerriebener Erde, gemahlten Steinen und Pflanzen, pulverisiertem Metall. Heute sind auch synthetische Farben erhältlich, und mit meinem Computer könnte ich 16,7 Millionen verschiedene Farben herstellen.

Farben sind Energie. Farben beeinflussen nicht nur die Gefühle, sie wirken auch auf die Atmung, den Puls, den Blutdruck, die Muskelspannung. Sie dienen aber vor allem dem Informationsgewinn über die Umgebung zwecks besserer räumlicher Orientierung, sie intensivieren die Definition der verschiedenen Objekte und des Ortes, an dem diese sich befinden: die blauen Berge im Hintergrund, die grüne Wiese im Vordergrund...

Für Physiker sind Farben, kurz gesagt, unterschiedliche Wellenlängen, für Maler und Malerinnen ein unendlich wandelbares Ausgangsmaterial für ihre Arbeit. Eine Farbe ist nicht nur eine Schwingung und Energie, sie ist auch die Eigenschaft eines Materials, sie ist selbst körperhaft.

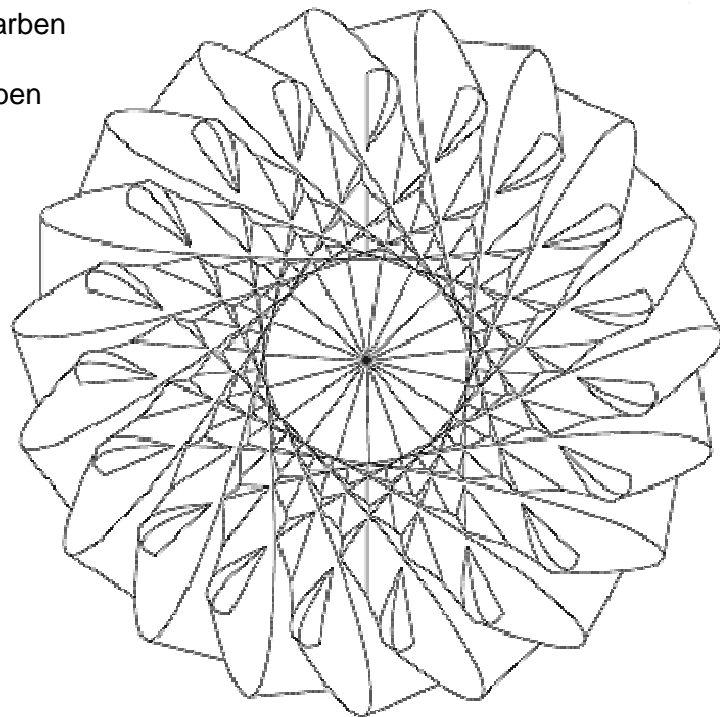
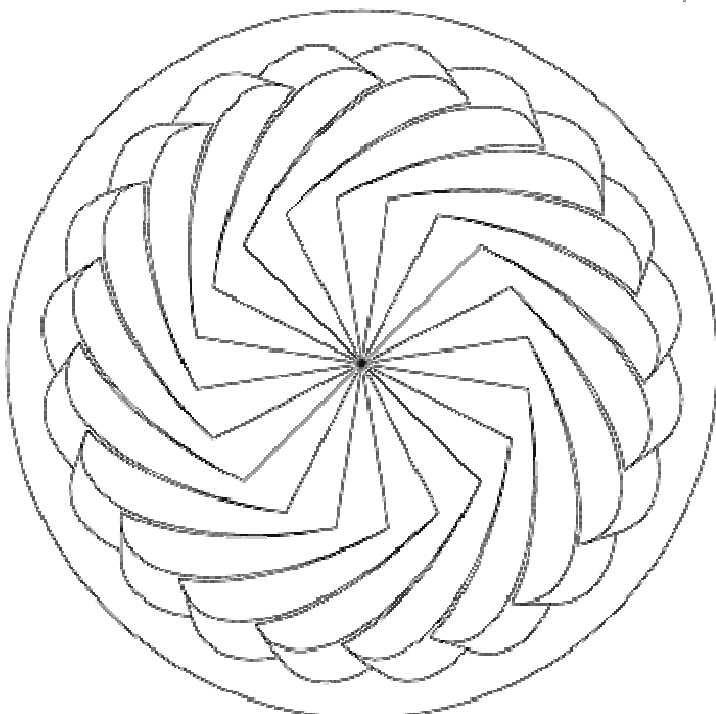
Jede Kultur und Epoche versteht die Farbe anders.

In unserer Gesellschaft hat das Leben an Geschwindigkeit gewonnen, die Lebenszusammenhänge sind zerstückelter geworden, man bewegt sich per Bahn von Ort zu Ort und flaniert nachts durch die „taghell“ erleuchteten Strassen der Grossstädte. Die Erfindung der Gaslaternen und des elektrischen Stroms schaffen nie dagewesene Lichtverhältnisse und Farbkompositionen.



Bevorzugung von Farben von speziellen Gruppierungen

Gruppierung	Bevorzugte Farben
Kinder	alle Grundfarben, kaum Mischfarben
Jüngere Menschen	helle, lebhafte Farben
Pubertät	plötzlich seltene, problematische Farben
Erwachsene	satte, glänzende Farben, Mischtöne
Ältere Menschen	dunkle, abgeschwächte Farben
Höheres Einkommen	Pastelltöne, Farbkompositionen, abgestufte Farbnuancen (Ton in Ton), zarte, gediegene Farben
Niedriges Einkommen	glänzende, unkomplizierte Farben, auch "knallige Töne"
Stadt	eher kältere Farben, Pastelltöne, Bevorzugung von grün und blau
Land	satte Farben, Bevorzugung von Rot und Mustern
Kopfarbeit	Blau
Handarbeit	Rot
Introvertierte	schwere dunkle Farben, Mischfarben
Extrovertierte	stark glänzende Farben, Vollfarben



Stafetten-Interview

E. Graf

Vorname, Name	Judith Müller
Zivilstand/Famile	erledigt
Wohnort	Oberentfelden
Beruf	Hotelfachassistentin



- ▶ **Hobbies**
Das Hündelen; Singen: ich singe im Frauenchor Oberentfelden. Das nächste, was wir vorhaben ist der kantonale Gesangswettbewerb in Zofingen. Dann ist da noch das Haus und der Garten und nichts tun. Wenn ich nachmittags frei habe, dann so zwei Stunden nichts tun, das gefällt mir.
- ▶ **Christina Baumgartner gab den Stafetten-Stab an dich weiter. Sie sagte: „Wenn du in der Cafeteria ein Bild aufhängen könntest, welches würdest du wählen?“**
Ich würde ein technisches Bild wählen, das heisst abstrakte Formen und farbig aber nicht zu bunt. Ich habe auch schon Bilder gemacht. In Athen hängt jetzt noch bei Freunden ein Bild von mir über dem Klavier. Das war ein Hochzeitsgeschenk von mir. (*lacht*)
- ▶ **Was magst du?**
Ich mag Offenheit bei den Menschen, denn ich habe es nicht gerne über sieben Ecken und ich mag meine Arbeit, aber auch den Feierabend.
- ▶ **Was magst du nicht?**
Wenn es im Sommer schon Winter ist, wie dieses Jahr. Es gefällt mir nicht, wenn ich die Heizung im Sommer anstellen muss.
- ▶ **Was ist das Wichtigste im Leben?**
Zufriedenheit! Wenn ich mich hinsetze und mir sagen kann: Es geht mir gut. So wie es läuft bin ich zufrieden. Was ich habe und nicht habe – es ist gut für mich.
- ▶ **Was ist das Wichtigste in deinem Beruf?**
Die Abwechslung! Das heisst ich bin überall: im Café, in der Wäscherei, im Lager. Ich habe mit allen Leuten im Haus zu tun. Nicht nur mit denen aus unserem Bereich, halt eben mit allen Leuten. Wichtig sind mir auch die Bewohnerinnen und Bewohner. Viele erzählen uns ihre Geschichten von tragisch bis auch lustig-interessant. Das gefällt mir sehr.
- ▶ **Was denkst du zum Thema „FARBE“?**
Farben bedeuten sehr viel. Psychisch und körperlich haben sie grossen Einfluss. Man kann Farben brauchen zum Heilen. Ich finde es ein gutes, vielfältiges Thema. Farben bestimmen ja unser Leben zu einem grossen Teil. Eine rote Rose hat eine andere Bedeutung als eine gelbe usw. Oder wenn man abends zum Beispiel ein rotes T-Shirt für den neuen Tag bereit legt, kann es sein, dass man dann am Morgen unbedingt ein blaues braucht. Das ist einfach so.
- ▶ **Was hast du für Träume für dein Leben? In welcher Farbe siehst du deine Zukunft?**
Wenn ich mir etwas wünsche, dann ist es, dass ich das ganz klar möchte. Ich sehe das eigentlich weiss – das ist so klar und weit. Denn in weiss sind alle Farben enthalten.
- ▶ **Wem gibst du den Interviewstab weiter, und welche Frage möchtest du ihr/ihm stellen?**
Josette vom 7. Stock. Sie wird ja bald pensioniert. Mich interessiert: Wie empfindest du das Lindenfeld vor deiner Pensionierung? Wie fühlst du dich da?

Laufende Arbeiten / Projekte der Qualitätsgruppe

Daniela Bütikofer


Die vom Kanton Aargau für das Jahr 2009 vorgegebenen Fokusfelder für das Qualitätsreporting konnten im Lindenfeld erfolgreich umgesetzt werden.

Ab dem Jahr 2010 muss das Gesamtprogramm (= alle sechs Fokusfelder) erfüllt und eingehalten werden.

Bis am 31. Dezember 2009 hat das Personal die Möglichkeit im Rahmen des internen Lob- und Beschwerdemanagements Anregungen mitzuteilen.

Gruppenmitglieder Qualitätsgruppe

Bereich	Person
Leitung	Sven Egger
RAI / Pflege	Daniela Bütikofer
Pflege	Irène Taimako, Geschützte Abt. 1
Administration	Käthy Balmer, Empfang
Therapien	Stefan Hirche, Physiotherapeut
Sozialdienst	Denise Dössegger
Technischer Dienst	Wolfgang Grassl
Hauswirtschaft	Judith Müller



Im Monat September hat ein Examen zur Dipl. Pflegefachfrau HF stattgefunden. Wir gratulieren
- Frau Rugova Nadija

herzlich zur bestandenen Prüfung und wünschen auf dem weiteren beruflichen und privaten Weg viel Erfolg.

Am 10. August haben im Lindenfeld die sechs neuen Fachfrauen Gesundheit (FaGe) - Lernenden ihre Ausbildung begonnen. Ebenfalls hat ein Lernender die Pflegeassistentenausbildung begonnen. Wir heissen alle Lernenden herzlich willkommen und wünschen ihnen bei der neuen Herausforderung viele erfolgreiche Momente.

- Frau Caruso Patrizia,
- Frau Bolliger Sina
- Frau Rickenbacher Céline
- Frau Suter Romana
- Frau Wöfli Mirjam
- Frau Wetter Flavie
- Herr Krasniqi Ideal



Farben

Kennen Sie die Geschichte von Frederick. Es ist ein Bilderbuch von Leo Lionni. Kurz zusammengefasst für diejenigen die es nicht kennen. Frederick ist ein Teil einer Familie von Feldmäusen. Der Sommer neigt sich dem Ende zu und die Mäuse machen sich an die Arbeit Wintervorräte zu sammeln. Alle sind am Arbeiten. Nur Frederick sitzt auf einem Stein und starrt vor sich hin. Sie ärgern sich und fragen ihn was er da mache. „Ich sammle Farben für die graue Winterzeit“ antwortet er. Die andern Mäuse verstehen ihn nicht.

Bis im Winter als Frederick ihnen die gesammelten Farben in Bildern nahe bringt. Gerne lasse ich sie an meiner persönlichen „Farbensammlung“ teilhaben. Blau wie der Sommerhimmel oder das blaue Meer in unseren Sommerferien. Rot meine Lieblingsfarbe als Kind. Roter Schulsack, rotes Etui, später eine rote Mappe. Grün wie das Wasser in der Aare und im Kanal, in dem ich dieses Jahr oft geschwommen bin. Gelb wie die Sonnenblumen die ich im Moment bei unseren Fahrten übers Land so oft bewundere. Orange wie das Lager-

feuer an dem wir mit unseren Kindern oft Würste gebraten haben. Obwohl Schwarz und Weiss nicht eigentliche Farben sind gehören sie in meinem Leben auch dazu. Schwarz die Motorradkleider in die ich oft am Feierabend steige und so wie in eine andere Haut schlüpfe. Weiss wie das Schuljahr das im Moment vor mir liegt – und hoffentlich mit farbigen Spuren aufgebrochen wird.

Ich wünsche ihnen auch viele Farbtupfer in ihrem Alltag

Sabine Haller Chelefrau

Blumensprache – Sag's mit Blumen

Bedeutung der Farben

Rosa: Schüchternheit, Du sollst Dir Zeit lassen rot: Du hast mein Herz gewonnen gelb: Eifersucht, Untreue, abnehmende Liebe weiß: Reinheit und platonische Liebe rot und weiß (je eine): Krieg rot und weiß (mehrere): Einigkeit, Herzenswärme

Knospen (rote): Hoffnung, die Liebe erwacht Knospen (weiße): Zärtlichkeit, zu jung für die Liebe

Bedeutungen der Blumen

Akelei (Aquilegia): Ich halte dich für einen Schwächling Angelika (Angelica): Es braucht ja niemand es zu wissen, wenn wir uns küssen Alpenrose (Rhododendron): Wann sehen wir uns wieder? Alpenveilchen (Cyclamen): Sie sind mir gleichgültig Aronstab (Arum): Ich teile deine Gefühle - verstehst du auch treu zu lieben? Aster: Von deiner Treue bin ich nicht überzeugt Aurikel (Primula auricula): Belästige mich nicht

Baldrian (Valeriana): Ich werde dich beschützen Belladonna (Atropa belladonna): Du bist schön, aber nicht ungefährlich

Blaustern (Scilla): Vergiß und vergib mir Brennessel (Urtica): Ich habe dich durchschaut, Grausamkeit Brunnenkresse (Nasturtium) Du entscheidest über mein künftiges Glück Buchsbaum (Buxus): Du bist entsetzlich spröde

Calla: Du bist schön. Ich bewundere Dich.

Chrysantheme (Dendranthema grandiflorum): Mein Herz ist frei

Dahlie (damals Georgine, Dahlia): Ich bin schon vergeben Dill (Anethum): Freude, Mut und Kraft und Leben hast mit Liebe Du mir gegeben Distel (Carlina auculis): Die Sache ist mir zu gefährlich

Eibe (Taxus) Ich liebe dich ewig Enzian (Gentiana): Deine Schönheit ist überwältigend Erdbeerblüte (Fragaria): Du bist mir viel zu unreif.



Auch beim Essen ist es wichtig mit den Farben zu spielen,
so wie auch bei diesem Gericht.

Die drei Farben Italiens

Judith Müller

Die **ROTE** wohlriechende Tomate, frisch vom Strauch.
Liebesapfel wird sie in anderen Sprachen genannt.

Der **WEISSE** Mozzarella zart, mild und federleicht.
Fein gewürzt schmeckt er himmlisch sämig.

Dazu der **GRÜNE** Basilikum frisch geschnitten und duftig.
Bei seinem Anblick jauchzen freudig schon alle
Geschmacksnerven.



Jeder Happen ist Balsam für die Seele, so soll Essen sein.
Eine Augen- und Gaumenfreude ein Hauch von Ferien,
Entspannung, Erholung und Zufriedenheit.
Selbst im Herbst, die Erinnerung an,
Sonne, Strand und Meer
in



ROT WEISS GRÜN

Das Hohelied der Farben

Bearbeitet von Karin Schiessl

Um die Grundfarben Rot, Blau, Gelb, Grün ranken sich allerlei Weisheiten und Geschichten. Auch wenn nicht alles stimmen sollte, schön zu lesen sind sie allemal.

Blaumachen

In Europa wurden im 18. Jahrhundert zum Färben von Stoffen häufig Blätter des Färberwaides verwendet. Stoffe und Blätter wurden in Kübel gelegt und mit Urin vergärt. Um die Blau-Wirkung zu verstärken, wurde dem Sud zudem Alkohol beigegeben. Nun tranken die Färber oft heimlich vom Alkohol. Wenn sie dann betrunken neben den Bottichen lagen, sagte man, sie seien «blau» und machten «blau». Erging es ihnen so schlecht, dass sie ausserstande waren, montags zur Arbeit zu erscheinen, frönten sie dem «blauen Montag».

BLAUBLÜTER

Adlige wurden als «Blaublüter» bezeichnet. Denn im Gegensatz zur armen Landbevölkerung, die sich bei der Arbeit auf dem Feld der Sonne aussetzte, pflegte der gehobene Stand seine noble Blässe. Durch deren weisse Haut schimmern die Adern bläulich hindurch, weswegen man von Blaublütern sprach.

FARBE DER TREUE

Blau gilt als die Farbe der Treue. Da Treu sein bekanntermassen erst in Abwesenheit des Geliebten, der Geliebten auf die Probe gestellt wird, tragen manche blaue Blumen Namen, die auf diesen Zusammenhang hinweisen: so etwa das Männertreu oder das Vergissmeinnicht.

UNTERWÄSCHE

In der Farbtherapie wird Gelb dem Magen, der Leber, der Bauchspeicheldrüse und den Bronchien zugeordnet. Die Farbe Gelb soll sich positiv auf die Drüsentätigkeit auswirken und die Entgiftung des Körpers unterstützen. Wer fastet oder abnehmen will, sollte daher bevorzugt gelbe Unterwäsche tragen.

BLATTGRÜN

Blätter und Pflanzen sind grün, weil sie das für die Fotosynthese wichtige Chlorophyll (Blattgrün) enthalten. Im Herbst ziehen die Pflanzen dieses zurück in Äste und Stämme. Jetzt wird sichtbar, was schon

von Beginn weg da war, aber vom grünen Farbstoff überlagert war: Die Blätter färben sich gelb und rot! Diese Farbstoffe enthalten vitaminähnliche Wirkstoffe, die Bäume und Pflanzen für die Wintermonate fit machen.

DER JUDEN STERN

Historisch gesehen steht Gelb generell für Neid oder für Menschen, die sich ausserhalb der Norm bewegen. So mussten Prostituierte in Hamburg und Leipzig Ende des 15. Jahrhunderts ein gelbes Kopftuch, einen gelben Umhang oder Schleier tragen. In der christlichen Symbolik steht Gelb für die Ketzerei und ist die Farbe des Judas. Im Mittelalter war in vielen Ländern jüdischen Menschen das Tragen eines gelben Rings vorgeschrieben. Auch wurden die Türen von Geächteten für alle gut sichtbar gelb gestrichen. Und im Spätmittelalter mussten Ketzer (Irrgläubige) bei ihrer Hinrichtung ein gelbes Kreuz tragen. Diese ausgrenzende, abwertende Symbolik von Gelb wurde von Adolf Hitler während des Zweiten Weltkriegs mit dem Judenstern wieder aufgegriffen. Heute wird Gelb in der Farbpsychologie allerdings mit Frische, Fröhlichkeit und Lebensfreude gleichgesetzt.

GRÜN HINTER DEN OHREN

Grün ist in vielen Kulturen die Farbe der Hoffnung und der Liebe. Daraus abgeleitet erklärt sich auch der Ausdruck «jemandem nicht grün sein», eben dann, wenn man einer Person nicht zugetan ist. Eine ähnliche Verkehrung ist in den Ausdrücken «Grünschnabel» und «grün hinter den Ohren» zu erkennen. Grün bedeutet zwar Leben und Aufbruch, hingegen sind Früchte die grün sind, noch unreif.





FEUEROGEL

Positive und negative Eigenschaften der Farbe Rot sind in Phönix, dem Feuervogel, vereint. Er symbolisierte in Ägypten, aber auch in China und Mittelamerika Erneuerung und Reinigung. Der Vogel übergibt sich dem Feuer und geht gereinigt und mit neuer Lebenskraft daraus hervor.

DER GRÜNE TOD

Die Farbherstellung stellte die Maler im 17./18. Jahrhundert

vor grosse Probleme. Um 1800 wurde dann das «Schweinfurter Grün» erfunden, eine Farbe, die aus Grünspan und Kupferarsenit gewonnen wurde. Damit stand eine wunderbare Farbe, aber auch eines der giftigsten Pigmente, die je in der Malerei verwendet wurden, zur Verfügung. Dieses Grün soll Napoleon in seiner Verbannung auf St. Helena zum Verhängnis geworden sein. Da seine Lieblingsfarbe Grün gewesen war, liess er verschiedene Räume grün streichen. Nach seinem Tod stellten Chemiker in seinen Haaren und Fingernägeln grössere Mengen Arsen fest. Napoleon war demnach nicht - wie vermutet - vergiftet worden, sondern an einer schleichenden Arsenvergiftung gestorben.

KRAFTSPENDENDES ROT

Der Glaube, dass die Farbe Rot vor bösen Einflüssen schütze, war in der Vergangenheit weit verbreitet. Waffen, Bäume und Tiere wurden bei Jagdvölkern deshalb mit roter Farbe bestrichen. Die Gladiatoren Roms tranken das Blut ihrer sterbenden Gegner, um deren Kräfte in sich aufzunehmen. Andere Völker badeten Neugeborene im Blut besonders schöner und kräftiger Tiere.

FARBENBLINDE STIERE

Rot wird aber auch mit Aggressionen und Gefühlsausbrüchen gleichgesetzt. Deshalb reizen die Stierkämpfer in Spanien die Tiere mit roten Tüchern. Ein Missverständnis: Die Stiere sind farbenblind und würden auch auf andersfarbige bewegte Tücher reagieren. Gelb im Kontrast mit Schwarz ist

in der Natur eine Warnfarbe, was auf den markanten Kontrast zwischen hell und dunkel zurückzuführen ist. So signalisieren etwa Wespen oder Bienen mit ihrem gelbschwarz gefärbten Körper: «Ich bin giftig und ungeniessbar.» Gelb hat eine starke Signalwirkung und bedeutet «Achtung!» Diese Symbolik findet man auch im alltäglichen Leben: so etwa im Fussball, wo Verstösse mit der Gelben Karte geahndet werden.

DER GRÜNE MANN

Während der grüne Drache und grüne Schlangen im alten China als Symbol der göttlichen Umwandlung und Weisheit galten, deutete das Christentum diese positive Symbolik (teilweise) um. In der christlichen Darstellung sind Dämonen von grüner Haut- oder Augenfarbe. Im Islam wiederum hat Grün eine positive Bedeutung. Die Sagengestalt al-Chadir («der grüne Mann») soll durch das Reich der Finsternis gewandert sein und den unbezwingbaren «weissen Felsen» als Einziger erklommen haben. Oben angekommen, trank er von der «Quelle des Lebens», dabei wurde sein Gewand grün, und er erlangte Unsterblichkeit.

FRUCHTBARKEIT

Das Tragen roter Bänder oder Tücher gehörte in vielen Kulturen zu den Hochzeitsbräuchen. So wurden römische Bräute mit einem feuerroten Tuch umhüllt, dem «Flamme-um», welches Fruchtbarkeit und Liebe garantieren sollte. In China wird die Braut in einem roten Brautkleid und einer roten Sänfte zur Hochzeitsfeier getragen. Wird dann ein Kind geboren, überbringen die Nachbarn dem glücklichen Paar rote Eier, als Zeichen für Glück und Wohlergehen.

DIE ERSTE FARBE

Bei der Entstehung verschiedener Sprachen bekam die Farbe Rot stets früh ein eigenes Wort. Meist gleich nach der sprachlichen Unterscheidung von «hell» und «dunkel». Rot war wahrscheinlich auch die erste Farbe, die der Mensch im Laufe der Evolution überhaupt sehen konnte. Darauf hin deutet der Umstand, dass bei Hirnverletzungen, die eine vorübergehende Blindheit auslösen, der Patient während der Genesung zuerst Rot wieder wahrnehmen kann.

Buchbesprechung von Daniela Bütikofer

Brautflug

von Marieke van der Pol

Können wir alles hinter uns lassen und am anderen Ende der Welt neu anfangen? Diese Frage hat sich wohl jede der Bräute gestellt, die am historischen „Brautflug“ im Oktober 1953 von London nach Neuseeland teilgenommen hat.

Dieser Flug hat tatsächlich stattgefunden. Es war ein internationales Flugrennen an welchem mehrere Flugzeuge teilgenommen hatten. Eine KLM-Passagieraschiene gewann mit einer Flugzeit von 37 Stunden und 30 Minuten das Rennen der Handicap-Klasse. An Bord befanden sich 26 Bräute, die in Neuseeland von ihren Zukünftigen erwartet wurden.

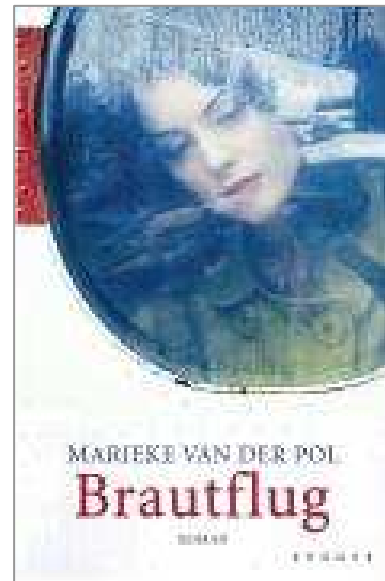
Der Autorin war von der Vorstellung eines Flugzeuges mit lauter Bräuten auf dem Weg in ein neues Leben so gefesselt, dass sie nach Neuseeland reiste und die Frauen des „Brautflugs“ interviewte. Es waren unterschiedliche

Persönlichkeiten mit völlig verschiedenen Lebenswegen. Sie waren alle am selben Tag am selben Ort in dem neuen Land angekommen und fingen bei null an. Alle wollten sie ihr Glück finden, eine neue Heimat, die Liebe, eine Berufung – einen neuen Anfang. Manchen gelang es, aber nicht allen.

Die Figuren des Romans „Brautflug“ sind zwar alle fiktional, hätten aber klar in dieser Form gelebt haben können:

An oben erwähntem windigem Oktobertag besteigen drei junge Frauen das Flugzeug nach Neuseeland. Es ist für sie ein besonderer Flug: an Bord sind viele hoffnungsvolle Auswanderinnen auf der Suche nach einem besseren Leben – mit einem Koffer voller Fähigkeiten und Prägungen im Gepäck. Sie sind auf dem Weg zu ihren Verlobten am anderen Ende der Welt.

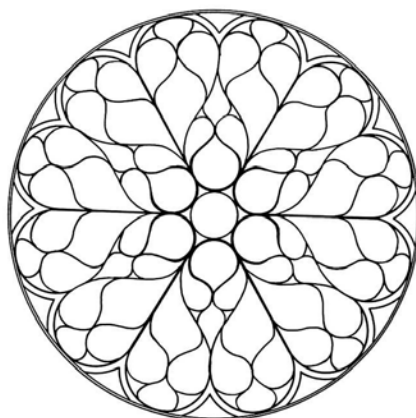
Im Zwischenreich über den Wolken begegnen Ada, Marjorie und Esther einander – und dem jungen Frank, dessen Zukunft noch ungewisser ist als ihre eigene. Niemand von ihnen ahnt, dass sich durch den „Brautflug“ ihre Wege für das ganze Leben miteinander verbinden und verweben werden ...



In eigener Sache

Beiträge und Ideen zum Thema von Bewohnern, Angehörigen, freiwilligen Mitarbeitern, Besuchern und Mitarbeitern sind herzlich willkommen.

Vielen Dank



Das Redaktionsteam

