

MARTA SCHANZENBACH

HERBST 2020

Journal

Neues aus dem AWO-Seniorenzentrum Marta-Schanzenbach-Haus

FESTER STAND

Übungen
zur Sturzprävention



ANKOMMEN IN EINEM NEUEN ZUHAUSE

Wie wir Ihnen helfen, Fuß zu fassen



MEIN LIEBSTER GEGENSTAND

Liselotte Rinkel und ihr
Handy



Seniorenzentrum
Marta-Schanzenbach-Haus
Offenburg



Daniel Stadler
Einrichtungsleiter

Liebe Leserinnen und Leser,

Corona – ein Thema, das uns alle noch immer in Atem hält und den Menschen viele Einschränkungen auferlegt. Besonders schade: Dadurch entfallen viele schöne Dinge, die man sonst gemeinsam mit anderen erleben würde. Ausflüge, Veranstaltungen, Gottesdienste, Cafébesuche, gemeinsame Liederrunden und noch vieles mehr. Alles Ereignisse und Erlebnisse, die normalerweise den Alltag im Marta-Schanzenbach-Haus bestimmen.

Nun haben viele Programmpunkte den Sommer hinweg zwar nicht stattfinden können; gleichwohl aber versuchten unsere Betreuungskräfte hier im Haus für ein paar »Farbtupfer« zu sorgen. Ob eine gemeinsame Runde mit Eis essen auf der Sonnenterrasse oder die Zubereitung von Milchshakes für die Bewohnerinnen und Bewohner. Es war nicht das »ganz große Kino«, aber zumindest eine willkommene Abwechslung.

Und weil wir optimistisch sind und grundsätzlich positiv denken, hoffen wir stark, dass schon bald wieder die Fröhlichkeit in »ganz großer Runde« stattfinden kann. Die Planungen hierzu sind jedenfalls vorhanden und können vielleicht schon bald wieder in die Tat umgesetzt werden. Hierauf freut sich

Ihr Daniel Stadler
Einrichtungsleiter

ALLGEMEIN

- Fester Stand** 4
Tägliche Übungen zur Sturzprävention

SPEZIAL

- Ankommen in einem neuen Zuhause** 8
Wie wir Ihnen helfen, im Seniorenzentrum Fuß zu fassen

AKTUELL

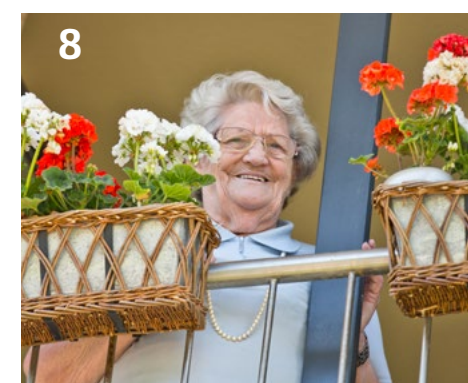
- Mein liebster Gegenstand** 12
Liselotte Rinkel und ihr Handy

- Herbstspeisen-Rätsel** 14
Können Sie alle 14 Gerichte finden?

- Die feinen Unterschiede** 16
Nachgefragt

- Der Esel auf dem Burschel** 18
Ein Denkmal mit Aussicht

- Wussten Sie schon?** 20
Von Männerhemdem und Damenblusen



IHR AWO-SENIORENZENTRUM STELLT SICH VOR

- Ihre Ansprechpartner/innen auf einen Blick** 19

Fester STAND

ÜBUNGEN ZUR STURZPRÄVENTION

Mit jedem Lebensjahr steigt das Risiko, hinzufallen. Mehr als die Hälfte der 80-jährigen Seniorinnen und Senioren stürzen sogar einmal pro Jahr. Die Gründe sind vielfältig und die Angst ist groß. Was man dagegen tun kann und wie wir im Alter sicher unterwegs bleiben, erklärt Übungsleiterin Carola Schark

Frau Schark, warum wird man im Alter so anfällig für Stürze?

Dafür gibt es verschiedene Gründe. Viele Menschen bewegen sich mit zunehmendem Alter einfach weniger, weil sie sich schonen wollen oder Schmerzen haben. Dadurch lässt die Muskelkraft nach. Es gibt etwa 50 verschiedene Sturzrisiken bei älteren Menschen. Oft sind es zum Beispiel Nebenwirkungen von Tabletten, Bewegungsmangel, Krankheiten etc. Auch unser Gleichgewichtssinn nimmt bereits ab dem 30. Lebensjahr ab. Zwar nur minimal, aber stetig. Dazu kommt noch ein ganz wesentlicher Faktor. Und der heißt Angst. Wer wackelig auf den Beinen wird, hat verständlicherweise Angst davor, zu stürzen, bewegt sich weniger und wird dadurch zunehmend immobil. Das ist ein Teufelskreis, den man durchbrechen muss und auch kann.

Woran erkennt man, dass ein Mensch ein erhöhtes Sturzrisiko hat?

Ich sehe oft Menschen auf der Straße und muss mir selbst auf die Zunge beißen, dass ich sie nicht da-

rauf anspreche und anleite. Zum Beispiel dann, wenn sie auf den Boden schauen, um zu sehen, wo sie hingehen. Sie suchen Anhaltspunkte, möchten sich ständig irgendwo festhalten und verwenden dadurch oft falsche Gehhilfen wie etwa Walkingstöcke. Gefährlich wird es auch, wenn jemand beim Laufen die Hände hinter dem Rücken verschränkt. Dadurch haben sie keinerlei Möglichkeit, sich abzufangen, falls sie stürzen sollten. Und dann ist da natürlich noch das Schuhwerk. Wer mit Schlappen oder Absätzen unterwegs ist, erhöht sein Sturzrisiko enorm.

Und wie kann man Stürzen entgegenwirken? Was würden Sie empfehlen?

Man sollte Walkingstöcke und provisorische Gehhilfen vermeiden und stattdessen auf festes Schuhwerk zurückgreifen. Damit hat man einen sichereren Stand. Auch für zu Hause gilt: Lieber Turnschuhe statt Schlappen tragen. Außerdem sollte man immer darauf achten, nicht zu schlurfen und mit dem ganzen Fuß ►

»Bereits ab dem 30. Lebensjahr nimmt unser Gleichgewichtssinn ab.«



FOTO: ISTOCK.COM/FATCAMERA

abzurollen. Das Wichtigste ist jedoch: Selbstvertrauen und Zuversicht in den eigenen Körper haben. Nur weil man alt ist, heißt das nicht, dass man zwangsläufig stürzen muss. Mit gezielten Übungen kann man dem gut entgegenwirken.

»Nur weil man alt ist, heißt das nicht, dass man zwangsläufig stürzen muss.«

gender, erzielt aber auch mehr Erfolge. Es gibt nur eine Übung, die wirklich auf Schnelligkeit geht. Und das ist der Schutzschritt. Den sollte man allerdings zunächst mit einer Trainerin oder einem Trainer üben.

Und was trainiert man mit den Übungen?

Einfach alles! Bei der Sturzprävention werden Muskeln, Beweglichkeit, Gleichgewicht und Koordination trainiert. Das erreicht man schon durch einfache Kraft- und Balanceübungen, die sich auch gut in den Alltag integrieren lassen. Menschen mit Demenz oder Personen, die im Rollstuhl sitzen, können ebenfalls mit Übungen ihre Beweglichkeit steigern und erhalten dadurch mehr Sicherheit.

Wie sieht es mit der Ausführung aus? Auf was muss man achten?

Viele Menschen tendieren dazu, die Übungen schnell und ruckartig durchzuführen. Bei dem Training muss man jedoch Tempo rausnehmen. Eine langsame Ausführung ist zwar anstren-

Welchen Ratschlag geben Sie Ihren Kursteilnehmerinnen und -teilnehmern?

Nicht so viel aufs Alter zu geben. Manchmal kommen Leute zu mir, die sagen: »Ich bin aber schon 85!« Das beeindruckt mich wenig. Die älteste Person, die mit mir den Schutzschritt geübt hat, war 104. Aktiv sein kann man in jedem Alter, angepasst an die eigenen Möglichkeiten.



Carola Schark arbeitet seit 2002 als Übungsleiterin für Seniorengymnastik. Im AWO Seniorenzentrum Emmi-Seeh-Heim ist sie unter anderem als Trainerin für Sturzprophylaxe tätig. ❤️

FOTOS: PRIVAT, ISTOCK.COM/JEFBERGEN

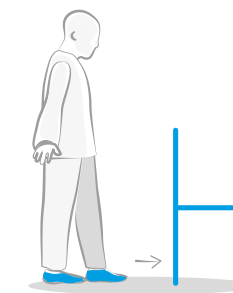


5 ÜBUNGEN ZUR STURZPRÄVENTION

Sie brauchen nicht immer eine Trainerin wie Carola Schark, damit Sie Ihre Standhaftigkeit trainieren können. Diese Übungen eignen sich perfekt für zu Hause. Und schon mit 3 Minuten am Tag können Sie einiges erreichen

1

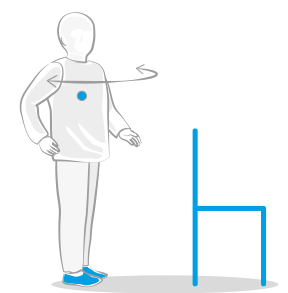
BALANCIEREN IM TANDEMSTAND



- Füße stehen auf einer Linie, Zehen berühren die Ferse
- Bis 30 Sekunden ausbalancieren
- Beine wechseln

2

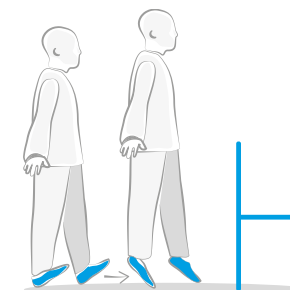
RUMPF DREHEN IM STAND



- Füße so eng wie möglich aneinanderstellen
- Abwechselnd über rechte und linke Schulter schauen
- 5 x pro Seite

3

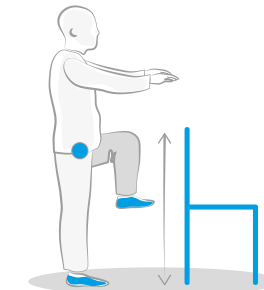
FERSEN- UND ZEHENSTAND



- Gewicht von Fersen auf Zehenspitzen verlagern
- 3 x 5 Fersen-/Zehenwechsel

4

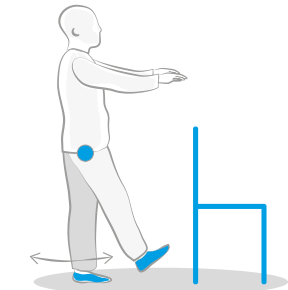
GLEICHGEWICHT HALTEN IM EINBEINSTAND



- Auf einem Bein stehend das Gleichgewicht halten
- 5 x pro Bein für 10 Sekunden

5

GLEICHGEWICHT HALTEN WÄHREND BEINBEWEGUNG



- Ein Bein vor- und zurückbewegen
- 5 x pro Bein

ANKOMMEN in einem neuen Zuhause

*»Und jedem Anfang wohnt
ein Zauber inne, der uns
beschützt und der uns hilft,
zu leben.«*

Hermann Hesses Gedicht »Stufen« ist ein guter Begleiter für alle Menschen, die vor Veränderungen stehen, egal in welchem Alter. Der Umzug in ein Seniorenzentrum wird von vielen Gefühlen begleitet: Aufregung, Trauer, Erleichterung und vielleicht auch Angst. Aber das muss nicht sein. Fünf Mitarbeiterinnen aus den Einrichtungen der AWO Baden erklären, wie man sich schnell zu Hause fühlt und was man selbst tun kann, um in der neuen Umgebung richtig anzukommen.



Wir entdecken gemeinsam das Haus

Rosemarie Rimpf, Seniorenzentrum Ludwig-Frank-Haus

»In den ersten Tagen nach dem Einzug werden neue Bewohnerinnen und Bewohner von unseren Betreuungskräften durchs Haus geführt. Wo finden Veranstaltungen statt? Wo kann man seinen Geburtstag feiern? Wie kommt man in den Garten? Es gibt so viel Neues zu entdecken und zu erfahren. Mit unserem Wegweiser findet man sich schnell zurecht.«

Jeder Mensch hat seine Geschichte

Jutta Gramlich, Verwaltung, Seniorenzentrum Kranichgarten

»Was haben Sie früher gemacht? Welchen Beruf haben Sie ausgeübt? Was essen Sie gerne? Für welche Themen brennen Sie? Wir möchten unsere Bewohnerinnen und Bewohner näher kennenlernen. Aus diesem Grund führen wir Gespräche zu Biografie und Vorlieben. Wer zum Beispiel gerne backt, kann sich damit auch in den Hausgemeinschaften einbringen. Wer gerne knobelt, kommt im wöchentlichen Gedächtnistraining auf seine Kosten.«



Das Zimmer – Der persönliche Rückzugsort

Nathalie Lévêque, Sozialer Heimdienst, Seniorenzentrum Hanauerland

»Es ist schön, die eigenen Sachen bei sich zu haben. Deshalb können Bewohnerinnen und Bewohner ihre Zimmer bei uns ganz individuell gestalten. Zum Beispiel mit einem Regal voller Bücher, mit Familienbildern oder sogar dem Lieblingssessel. Alles findet seinen Platz. Das schafft vom ersten Tag an eine wohnliche und gemütliche Atmosphäre.«

Eine Gemeinschaft, die wie Familie ist

Elies Pastrik, Einrichtungsleitung, Seniorenzentrum Am Feldrain

»Bei uns lebt man wie in einer großen Familie. In unseren Hausgemeinschaften, in denen bis zu 14 Menschen leben, kann sich jede und jeder einbringen. Die gemeinsame Küche sowie der Wohn- und Essbereich sind voller Leben. Hier trifft man immer jemanden für eine Spielrunde, für eine Tasse Kaffee oder ein Gespräch. Einsam fühlt man sich nicht.«

Wir fördern den Austausch

Anke Meßner-Bippus, Sozialer Heimdienst, Seniorenzentrum Am Stadtpark

»Bei unserem Mittagstisch können Bewohnerinnen und Bewohner sowie externe Gäste zum Essen zusammenkommen. Das ist der perfekte Ort, um sich auszutauschen und neue Bekanntschaften zu machen. Auch Freunde und Familie sind immer herzlich willkommen.«

Die Einrichtungen der AWO Baden bieten die besten Voraussetzungen für einen guten Start. Und auch Sie selbst können beeinflussen, ob aus einem Haus ein Zuhause wird.



5 TIPPS, WIE SIE SICH SCHNELL ZU HAUSE FÜHLEN

● SEIEN SIE OFFEN

Gehen Sie auf andere Bewohnerinnen und Bewohner zu. Tauschen Sie sich aus, verabreden Sie sich und erkunden Sie die neue Umgebung.

● FRAGEN, FRAGEN, FRAGEN!

Ihnen ist etwas unklar? Dann zögern Sie nicht, andere um Hilfe zu bitten. Damit können Unsicherheiten schnell aus dem Weg geräumt werden und Sie fühlen sich direkt wohler und sicherer.

● BEHALTEN SIE IHRE RITUALE BEI!

Rituale geben Struktur für den Alltag. Vielen Ihrer Gewohnheiten können Sie auch im Seniorenzentrum weiter nachgehen. Sie trinken gerne Tee am Morgen oder machen einen Spaziergang vor dem Abendessen? Nur zu!

● BESUCHEN SIE VERANSTALTUNGEN!

Ob Gedächtnistraining, Singen, Basteln, Gottesdienste oder Gymnastik, es gibt zahlreiche Veranstaltungen, bei denen Sie neue Menschen kennenlernen und Ihre Woche bunt gestalten können.

● ZEIGEN SIE, WER SIE SIND!

Jeder Mensch bringt etwas Besonderes und Neues ins Haus. Sie können gut backen, lieben Spiele oder reden gern über Geschichte? Dann bringen Sie sich ein und bereichern Sie auch andere.



MEIN LIEBSTER GEGENSTAND

In dieser Rubrik stellen Bewohnerinnen und Bewohner in kurzen Worten ihren liebsten Gegenstand, ihr liebstes Erinnerungsstück oder Ähnliches vor. Etwas, das für sie besonders wertvoll, wichtig oder bedeutsam ist. In dieser Ausgabe des Marta-Schanzenbach-Journals:

LISELOTTE RINKEL & IHR HANDY

Da sage noch einer, ältere Menschen kämen mit der modernen Technik nicht zurecht. Für Liselotte Rinkel ist sie derzeit geradezu ein Segen.

Auch wenn die Besuchsregelungen mittlerweile gelockert wurden, so waren die Bewohnerinnen und Bewohner während der Hochphase der Corona-Epidemie doch sehr von der Außenwelt abgeschnitten. Zumindest, was den persönlichen Kontakt zu den Angehörigen betrifft.

Eine pragmatische Lösung fand sich jedoch im Hause Rinkel. Per Handy (siehe Foto unten) konnte Frau Rinkel den regelmäßigen Kontakt zu ihrem Ehemann halten. Wie sehr die beiden miteinander verbunden sind, kann man übrigens auf dem Foto links erkennen. Dieses wurde vor nicht allzu langer Zeit im Zuge der Diamantenen Hochzeit des Ehepaars Rinkel aufgenommen.





HERBSTSPEISEN-RÄTSEL

So bunt die Blätter an den Bäumen, so bunt sind im Herbst auch die Speisen auf dem Teller. In unserem Rätsel haben wir 14 jahreszeitliche Gerichte versteckt. Können Sie alle finden?

R	X	G	K	I	V	D	T	N	R	Z	Q	Q	Y	L	G	S	N	Y	Q	I
H	K	V	R	S	F	Q	T	M	A	R	O	N	E	N	R	A	E	V	U	K
B	Ü	O	F	L	A	M	M	U	C	H	E	N	S	E	L	L	A	Q	I	O
M	R	R	T	T	P	C	T	S	F	M	O	K	U	L	I	B	P	I	C	H
P	B	B	M	M	E	S	H	M	X	J	C	X	B	J	N	E	F	N	H	L
P	I	A	G	R	I	S	O	T	T	O	E	L	A	U	L	I	E	G	E	R
F	S	L	G	E	H	L	H	Z	M	T	Y	N	C	F	Q	E	L	W	V	O
E	S	D	B	A	O	P	Z	O	O	M	C	S	M	W	G	J	S	E	W	U
F	U	R	T	R	D	W	Q	L	I	O	N	C	G	M	P	D	T	R	R	L
F	B	L	U	M	E	N	K	O	H	L	S	A	L	A	T	A	R	T	U	A
E	P	A	T	G	G	O	L	H	F	E	N	C	H	E	L	R	U	E	K	D
R	E	N	A	R	X	O	A	U	Y	W	M	N	J	J	D	J	D	E	A	E
K	A	R	T	O	F	F	E	L	A	U	F	L	A	U	F	E	E	B	M	N
I	N	U	S	Y	G	B	C	X	Q	T	L	G	V	K	M	E	L	D	I	E
W	I	R	S	I	N	G	P	F	A	N	N	E	D	R	V	L	O	E	L	M
Z	W	E	H	Ü	H	N	E	R	S	U	P	P	E	S	L	I	K	X	L	K
P	E	Q	I	N	H	A	G	E	B	U	T	T	E	J	F	N	B	L	E	C
Q	R	N	P	X	J	Y	T	Q	D	X	E	I	Q	D	U	G	Y	X	X	L
S	L	K	P	I	L	Z	P	F	A	N	N	E	Q	X	M	P	W	V	G	P
U	E	I	A	O	R	N	S	J	A	S	M	I	N	H	U	Q	Z	E	Y	N
M	Z	W	I	E	B	E	L	K	U	C	H	E	N	O	M	X	H	F	B	U

AUFLÖSUNG: Kürbissuppe, Flammkuchen, Zwiebelkuchen, Kartoffelaufguss, Kohlradauflauf, Quiche, Maronen, Pilzpfanne, Hühnersuppe, Ingwertee, Risotto, Apfelstrudel, Blumenkohl Salat, Wirsingpfanne

FOTO: UNSPLASH//MONIKA GRABKOWSKA

DIE FEINEN UNTERSCHIEDE

Haben Sie sich schon mal gefragt, warum manche Menschen Grapefruit und andere Pampelmuse sagen und dabei doch das gleiche meinen? Warum spricht man vom Kölner Dom, aber vom Freiburger Münster? Wir haben die Dinge unter die Lupe genommen und erklären Ihnen die feinen Unterschiede, über die Sie vielleicht noch nie nachgedacht haben, das aber spätestens jetzt tun werden

Es kommt nicht auf die Größe an DOM VS. MÜNSTER

»Dom und Münster« – zwei Begriffe, die nur schwer zu unterscheiden sind. Denn in beiden Fällen handelt es sich zumeist um große Kirchenbauten (häufig im gotischen oder romanischen Stil). Um genau differenzieren zu können, muss man sich die Funktion der jeweiligen Kirche anschauen. Ein Dom (lat. domus: Haus) ist eine Bischofskirche. Gleiches gilt übrigens auch für Kathedralen (lat. cathedra: Bischofsstuhl). Der Begriff »Kathedrale« ist in Deutschland jedoch nicht sehr geläufig. Ein Münster hingegen ist ursprünglich eine klösterliche Niederlassung (lat. monasterium: Kloster). Im Laufe der Jahrhunderte wurde der Begriff »Münster« aber ein gebräuchlicher Ausdruck für große gotische Kirchenbauten (siehe Freiburger oder Ulmer Münster, die zugleich auch Bischofssitze sind). Münster finden sich sehr häufig in Süddeutschland – einfach deshalb, weil im katholischen Süden Klosterbauten eine größere Tradition besitzen als im eher evangelisch geprägten Norden von Deutschland.

Ist es wurscht? ROTE VS. WEISSE BRATWURST

Wer vom Hunger gepackt wird, sucht nicht selten einen Imbiss auf, um sich eine Bratwurst zu gönnen. Dann steht man vor der schwierigen Frage: rot oder weiß? Irrtümlicherweise glauben viele Menschen, die rote Bratwurst wäre aus Rindfleisch, die weiße hingegen aus dem wesentlich helleren Schweinefleisch hergestellt. Diese Annahme ist jedoch falsch. Die gängigen Bratwürste stammen gemeinhin vom Schwein. Der Unterschied zwischen »rot« und »weiß« ist der, dass die rote Bratwurst angeräuchert und aufgebriht ist. Dadurch erhält sie ihre rote Farbe – und schmeckt im Gegensatz zur »Weißen« auch etwas deftiger.

Geschmackssache PAMPELMUSE VS. GRAPEFRUIT

Viele Menschen werfen die Begriffe »Pampelmuse« und »Grapefruit« in eine Schale, handelt es sich doch scheinbar um die gleichen Früchte. Tatsächlich aber besteht ein wesentlicher Unterschied zwischen den beiden. Die Pampelmuse ist eine natürlich vorkommende Zitrusfrucht. Sie hat eine gelblich-grüne Schale und kann bis zu zwei Kilogramm schwer werden. Die Grapefruit dagegen ist eine Züchtung aus Pampelmuse und Orange. Im Gegensatz zur mitunter recht säuerlichen Pampelmuse hat die Grapefruit einen wesentlich mildereren, weil süßlicheren Geschmack. Wer übrigens einmal auf den Begriff »Pomelo« stößt: Hierbei handelt es um eine weitere Züchtung, nämlich aus Grapefruit und Pampelmuse.

DER ESEL AUF DEM BURSCHEL

Wer aus Offenburg in Richtung des Ortsteils Zell-Weierbach fährt, sieht hoch über dem Ort einer Skulptur, die einen Esel darstellt: das Wahrzeichen dieser Reblandgemeinde. Die auf 245 Metern gelegene Erhebung, auf der das Denkmal steht, nennt sich »Burschel« und ist quasi der Hausberg von Zell-Weierbach. Von hier oben hat man einen herrlichen Ausblick auf den Ortskern und auf Offenburg; aber auch weit in die Rheinebene bis hinüber nach Frankreich und den Vogesen.

Adolf Spinner, Gründer der »Schöne-Gute-Heimat-Stiftung«, ist der Spender der Esel-Skulptur, die 1988 von Armin Göhringer aus Zell am Harmersbach gefertigt wurde.

Nicht nur Spaziergängerinnen und Spaziergänger finden regelmäßig den Weg auf den Burschel und damit zum »Esel«. Auch für Feste dient die Anhöhe regelmäßig als Treffpunkt, wie zum Beispiel dem jährlichen Lichterfest im November oder dem »Burschelfest«, das der Turnverein Zell-Weierbach jedes Jahr im Mai veranstaltet.



Seniorenzentrum
Marta-Schanzenbach-Haus
Offenburg

Schön, dass Sie mehr wissen möchten!

Für alle Fragen und Wünsche stehen wir gern zur Verfügung. Zögern Sie nicht, uns anzurufen.
Tel. 0781 6206-0

Montag – Donnerstag 8:00 – 16:00 Uhr
Freitag 8:00 – 14:00 Uhr



Daniel Stadler
Einrichtungsleitung
daniel.stadler@awo-baden.de



Frank Wickertsheim
Pflegedienstleitung
frank.wickertsheim@awo-baden.de



Regina Gerein
Verwaltung
regina.gerein@awo-baden.de



Martina Jekal
Verwaltung
martina.jekal@awo-baden.de



Claudia Galinski
Hauswirtschaftsleitung
hwl.szoffenburg@awo-baden.de



Sharon Krumm
Verwaltung
sharon.krumm@awo-baden.de



Ralf Herrmann
Technischer Hausmeister

IMPRESSUM

Die Heimzeitung des AWO Bezirksverbands Baden e.V. ist ein Informations- und Unterhaltungsmagazin für Seniorinnen/Senioren, deren Angehörige sowie Interessierte. Das Magazin setzt sich aus allgemeinen sowie regionalen Themen direkt aus dem jeweiligen redaktionsleitenden AWO-Seniorenzentrum zusammen und erscheint vierteljährlich.

HERAUSGEBER

AWO Bezirksverband Baden e.V.
Hohenzollernstraße 22 | 76135 Karlsruhe
T. +49 721 82 070 | F. +49 721 82 07 600
info@awo-baden.de

REDAKTION

Daniel Stadler und
die COMMWORK Werbeagentur GmbH

FOTOREDAKTION

AWO-Seniorenzentrum Marta-Schanzenbach-Haus und Eric Langerbeins,
COMMWORK Werbeagentur GmbH

LAYOUT/PRODUKTION

COMMWORK Werbeagentur GmbH
Deichstraße 36b | 20459 Hamburg
T. +49 40 32 555 333
F. +49 40 32 555 334
info@commwork.de

LEKTORAT

Manuela Tanzen

WUSSTEN SIE SCHON?

ZUGEKNÖPFT

Warum sich bei Männerhemden die Knöpfe auf der rechten Seite und bei Damenblusen auf der linken Seite befinden

In unserer Gesellschaft ist die große Mehrheit Rechtshänder. Entsprechend sind Knöpfe, die auf der rechten Seite des Hemdes angeordnet sind, für die Männer leichter zu schließen.

Nun sind zwar auch die Damen mehrheitlich Rechtshänderinnen. Warum befinden sich ihre Knöpfe dann links? Das geht auf alte Zeiten zurück, in denen Damen, die sich Blusen leisten konnten, eine Zofe hatten. Diese half beim Ankleiden – und somit auch beim Schließen der Bluse.

Für die Zofe, die vor ihrer »Herrin« stand, war die auf der linken Seite angeordnete Knopfleiste wesentlich einfacher zu knöpfen.



FOTO: UNSPLASH.COM/TAJISIIA SHESTOPAL

AWO Seniorenzentrum Marta-Schanzenbach-Haus

Wichernstraße 1d · 77656 Offenburg · Tel. 0781 6206-0 · Fax 0781 6206-66

www.awo-seniorenzentrum-marta-schanzenbach-haus.de



Seniorenzentrum
Marta-Schanzenbach-Haus
Offenburg