Erscheinungsweise: jährlich | Ausgabe 12 | *2026*

FREUNDE

Himmel blau.

Liebe Leserinnen und Leser,

manchmal reicht ein Blick nach oben, und etwas in uns wird weit. Das Blau über unseren Köpfen ist mehr als eine Farbe – es ist ein Versprechen: von Freiheit, von Leichtigkeit, von Möglichkeiten.

Im „Haus der Freunde" begegnen uns diese Momente des Himmels nicht nur draußen vor der Tür, sondern auch in den Geschichten unserer Bewohnerinnen und Bewohner. Ein Sehnsuchtsblick zum Fenster, der Traum vom Fliegen, die Erinnerung an Reisen, an offene Horizonte – all das trägt den Himmel in sich. Wie im letzten Magazin die Dinge im Zimmer Geschichten erzählt haben, sind es in diesem Jahr die Blicke nach oben, die zu Türen in das Innere der Menschen werden.

Der blaue Himmel steht für Augenblicke, in denen Grenzen für einen Moment weicher werden: wenn ein lang gehegter Wunsch plötzlich Wirklichkeit wird, wenn jemand spürt, dass er noch einmal „hoch hinaus" darf – im wahrsten Sinn des Wortes. Diese Ausgabe erzählt von solchen Stunden, in denen Freiheit nicht Theorie ist, sondern fühlbar wird. Von einem Flug im kleinen Flugzeug, von dem Gefühl, eine Stunde lang schwerelos zu sein, und von Menschen, die verstanden haben, was solche Momente bedeuten.

Hinter diesen Geschichten stehen viele, die unterstützen, mitdenken, mitträumen: Angehörige, Mitarbeitende, Begleitpersonen, unser Freundeskreis und Menschen von außen, die ihre Zeit, ihre Möglichkeiten und ihr Herz zur Verfügung stellen. Denn „Himmel blau" heißt in unserem Haus auch: Alles ist möglich – wenn wir es gemeinsam tragen.

Unser Zuhause liegt in einer wunderschönen Region am Starnberger See, gesäumt von Park, Wiesen und Wasser, wo der Himmel oft besonders tief und klar erscheint. Die Natur begleitet unseren Alltag: Spaziergänge am See, ruhige Stunden im Park, Ausflüge in die Umgebung. Diese Orte sind nicht nur schön, sie sind Räume für Entspannung und für Träume. Hier können Bewohnerinnen und Bewohner ihrem Blick wieder etwas Weite geben, hier entsteht immer wieder ein Stück Leichtigkeit, das den Tag beeinflusst.

Dieses Magazin ist eine Einladung, das Blau über uns neu zu sehen: als Symbol für Freiheit, für Mut, für die Kraft, Träume nicht aufzugeben. Vielleicht entdecken Sie beim Lesen und beim Betrachten der Bilder eigene Momente, in denen der Himmel für Sie besonders war – oder Stille, die am See oder im Park entsteht, wenn man einfach nur hinsieht und nachdenkt.

Wir wünschen Ihnen viele berührende Augenblicke mit dieser Ausgabe und ein Stück „Himmel blau" beim Lesen.

Herzlichst
Ihr Team vom „Haus der Freunde"

Fliegen über München – ein Traum wird Wirklichkeit

Diese Idee ist schon letztes Jahr entstanden. Leise, fast wie ein Gedicht, das noch niemand wirklich gehört hat.

Nach einem Ausflug zum Buchheim-Museum in Bernried wurde Frau H. gefragt, was sie sich am meisten wünscht. „Über München fliegen", sagte sie. „In einem kleinen Sportflugzeug." Und dann sagte jemand: „Das geht nicht." Herr B. war mit dabei, als Frau H. ihren Wunsch äußerte. Und Herr B. – in seinem Berufsleben Pilot – hatte ein Sportflugzeug. „Nein", sagte er, und es klang wie ein Versprechen. „Es geht natürlich. Wir machen das. Es ist sogar mein Satz: Alles ist möglich." Und so war es.

Wir haben wieder mal das Glück, einen besonderen Menschen auf unserem Weg zu treffen. Man kann ihn nicht nur als Fahrer oder Pilot bezeichnen. Man kann ihn sofort als Freund und Begleiter bezeichnen. Ein Mensch, der versteht, was Träume bedeuten, wenn man lange Zeit geglaubt hat, sie seien nicht mehr für uns möglich.

Es gab eine Zusage vom Freundeskreis – sie machen alles, was unseren Bewohnern guttut und Spaß macht. Es gab einen Termin nach Absprache, es gab schönes Wetter, und es gab den Flug. Es waren einige Personen, die zunächst nicht daran glauben wollten. Die dachten: „Das ist zu viel. Das ist zu riskant. Das ist nichts für uns." Aber die meisten sahen in diesem Gedanken etwas Einzigartiges. Etwas, das nicht nur ein Flug, sondern ein Erwachen war. Frau E. erklärte sich bereit, mit uns zu kommen, um Frau H. zu begleiten.

Am Startplatz stand das kleine Eurostar-Ultraleichtflugzeug vor dem Hangar und wartete. Die Stimmung unserer Bewohnerinnen war wie nie zuvor – so voller Freude, so voller Vorfreude, so voller Leben.

Herr B. beschrieb jeden einzelnen Schritt vor dem Start genau, fast wie in einem kleinen Drehbuch. Er setzte ein Wort nach dem anderen. Ein Gefühl nach dem anderen. Und dann: Frau H. im Cockpit. Der Motorlärm, der erste Blick, der erste kurze Austausch, ein Lächeln, Stolz im Gesicht.

Fast anderthalb Stunden lang stiegen wir in den Himmel. Weit über den Dächern, über die Felder, über die Erinnerungen. Wir flogen Richtung Alpenrand, Richtung Chiemsee. Fast anderthalb Stunden Freiheit, Schwerelosigkeit, ein Gefühl, das man kaum mit Worten beschreiben kann.

Doch es war nicht nur ein Gefühl von Freiheit. Es war auch Stolz. Stolz, dass sie sich so etwas erlaubt hat. Stolz, dass es Menschen gibt, die so etwas ermöglichen. Stolz, dass Träume nicht nur im Kopf bleiben, sondern im Herzen. Das Landen. Die Rückkehr.

Und dann die Frage: „Frau E. – sind Sie bereit?" „Jjj… ja?", sagte sie. „Also los." Und so konnte eine zweite Bewohnerin dasselbe Gefühl erleben – ungeplant, spontan, aus dem Moment. Fast wie ein Geschenk, das nicht geplant war, aber sehnlich erwartet wurde.

Wir fliegen oft mit Linienflugzeugen. Auch unsere Bewohnerinnen haben viele Urlaube, viele Ausflüge, viele Reisen gemacht. Aber das hier ist etwas, das man mit nichts vergleichen kann. Etwas, das nicht nur im Kopf bleibt, sondern im ganzen Körper. Etwas, das ins Herz schreibt: Alles ist möglich. Der Himmel war blau. Die Freiheit war echt.

„Hier ist es schön – schön, wieder draußen zu sein" – Ein Tag im Zoo

Ausflüge zu den Tieren begeistern unsere Bewohnerinnen und Bewohner immer wieder. Schnell finden sich viele Interessierte, die gern dabei sein wollen – oft zwei Gruppen, manchmal drei, und das ist kein Problem.

Herr G. gehört zu einer Gruppe bestehend aus sechs Bewohnern, die sich an einem sonnigen, heißen Tag auf den Weg zum Tierpark nach München macht.

Hier ist es außergewöhnlich schön und grün. Es gibt genug Schatten, genug Bäume, Platz für Gespräche, für Lachen, für einfaches „Zusammensein".

Nachdem die Frage „Wussten Sie eigentlich, dass Herr G. Biologe ist?" in die Runde geworfen wurde, erzählt Herr G. mit außergewöhnlichem Engagement von seiner Arbeit, von seinem Leben als Biologe. Und er überrascht alle mit seinem Wissen über die verschiedenen Tiere, ihre Besonderheiten, ihre Geschichten – mit einer Liebe, die spürbar ist. Frau R., unser größter Beatles-Fan, spottet, lächelt, spricht leise. „Ich denke, zu Ihrem Glück fehlen hier nur die Beatles", sagt sie.

Herr B. bleibt länger, beobachtet genau, betrachtet die geliebten Tiere, vor allem die Elefanten. Und er schaut, wie sie sich bewegen, wie sie sind…
Nach dem ganzen Tag bleibt ein Satz eines Bewohners im Kopf, der so einfach klingt, aber so tief ist: „Hier ist es schön – schön, wieder draußen zu sein, mit Menschen, zwischen so vielen Menschen, zu reden, zu hören und gehört zu werden." Dieser Satz hat mich inspiriert. Und vielleicht inspiriert er auch Sie. Denn das ist genau das, was wir jeden Tag möchten: Begegnung, Gespräche, Lachen, und das Gefühl, dass wir alle hier sind – und dass wir zusammen sind. Ein Tag im Zoo ist nicht nur ein Ausflug.

Es ist ein Moment, den wir gemeinsam leben.
Und ein Moment, der uns alle verbindet.

„Ich will wieder im Stadion sein“ – Herr M. und die Liebe zum FC Bayern

Herr M. ist einer unserer Bewohner, der oft in den Himmel schaut – und dabei nicht nur die Wolken, sondern die Sonne sucht. Wo es möglich ist, tankt er Energie aus Sonnenlicht und füllt seinen Vitamin-D-Speicher auf.

Immer wieder, wenn er mit uns vor dem Haus sitzt, schaut er nach oben, als ob er dort irgendwo einen Stadionplatz erkennen könnte. Herr M. ist ein begeisterter Fan, ein großer Liebhaber des Fußballs – und ein treuer FCB-Anhänger. „Vielleicht wäre es möglich, wieder im Stadion zu sein“, sagte er einmal. „Wir machen das so, dass es möglich wird.“

Solche Gespräche werden schnell zu Geschichten: von Spielen, von Plätzen, von genauen Momenten, die er erlebt hat. Von Erregungen, von Stolz, von Glück, das nur ein einziges Wort tragen darf: „Meister“. Dann schweift die Sprache weiter – zu Konzerten, zu großen Bühnen, zu Freundschaften. Er spricht von Freddie Mercury, von München, von Freiheit. Und ja, es gibt bei uns ein paar begeisterte Fans des FCB.

Bis ich die Eintrittskarten für ein Spiel gefunden habe, sind wir schon unterwegs. Zum Stadion. Ein wenig, um der vermissten Atmosphäre näher zu kommen, auch wenn sie nie ganz erreicht werden kann. Mit jedem Kilometer kommen wir nicht nur der Stadionatmosphäre näher, sondern die Bewohnerinnen und Bewohner auch ihren Erinnerungen.

Frau A. hatte ebenfalls nicht lange überlegt. Sofort sprudelte ihre Zusage heraus: „Ja, ich komme mit.“- Man sieht in ihren Gesichtern, wie viel es ihnen bedeutet, wieder hier zu sein, wieder im Stadion zu sein.

FC BAYERN Museum

Das Museum, die Ausstellung – sie werden zum ersten Mal gemeinsam besucht. Mit großer Konzentration, jede Erinnerung wird neu betrachtet, jedes Detail mit neuer Aufmerksamkeit. Sie entdecken Fakten, die sie längst kennen, doch mit einem Blick, der sie neu macht. Die Gesichter strahlen.

Und trotz der Hitze draußen finden sie irgendwo eine Kraft, um sich in dieser kleinen Stunde zu verwirklichen.

Der Blick auf die Arena ist ein Moment, der eine große Menge Erinnerungen bringt. Und man sieht, wie sehr sie sich in dieser kleinen Freude verwirklichen.

Der nächste Schritt: Das Spiel. Egal wie...

Wendelstein – „Hier ist man wieder frei“

Noch vor wenigen Monaten war es schwer, auch nur zwei Personen zu einen Ausflug zu bewegen. Heute erleben wir einen kleinen „Freude-Fehler“: Unsere Bewohner fragen, ob wir noch Platz im Bus haben. Immer entscheidet sich kurz vor Abfahrt jemand, spontan dazuzukommen.

Und so war es auch beim Ausflug auf den Gipfel des Wendelsteins. Dieser Ausflug war für uns sehr wichtig. Er entstand aus einer kurzen, aber klaren Aussage von Frau G.: „Ich habe fast die ganze Welt gesehen, aber ich war noch nie in den Bergen.“ „Dann machen wir das.“

Frau U. hatte fast den Ausflug vergessen und sagte in letzter Minute: „Selbstverständlich fahre ich mit.“ Und so war sie mit dabei.

Herr M. war sehr begeistert, obwohl er, wie immer, seine Emotionen nicht zeigte. Doch oben am Gipfel konnte er sie nicht länger verstecken. Ein leises Lächeln. Ein Blick, der weiter ging. Ein Moment, der ihn spürbar machte.

Auf dem Gipfel standen wir in den Wolken. Kurz darauf war der Himmel blau, die Sichtweite fast 100 Kilometer. Wir blickten in den Alpenhauptkamm. Genial.

Ein Bewohner sagte: „Hier sieht man alles von oben. Hier ist man wieder frei. Hier spürt man den Wind. Hier ist man wieder bei sich.“

Ein Ausflug in die Berge ist nicht nur ein Weg. Es ist ein Moment, den wir gemeinsam leben. Und ein Moment, der uns alle verbindet.

Und ja:
Die Bilder sagen mehr,
als Worte vortragen können.
Schauen Sie genau.
Die Fotos zeigen alles.

Wir schauen in die Zukunft

Wir schauen in die Zukunft.
Wir schauen in den Himmel.
Wir sammeln Mut, wir sammeln Motivation.

Wir schreiben unsere Geschichte weiter.
Wir gestalten unsere Zukunft weiter.
Es war eine herausfordernde Zeit.

Insolvenz, Schutzschirmverfahren, Unsicherheit – für Bewohner wie für Mitarbeitende.

Dank Schutzschirm und Unterstützung konnte unser kleines Haus bewahrt bleiben. Uns war es besonders wichtig, Ängste und Sorgen von Bewohnern und Mitarbeitenden fernzuhalten.

Unser Team – sowohl die alten als auch die neuen Mitarbeitenden – hat in dieser Zeit großen Einsatz gezeigt.
Und jetzt: eine große Erleichterung.

Wir sind ein stolzer Teil der Artemed-Gruppe. Mit Unterstützung unserer neuen Geschäftsführung und Klinikleitung, beginnen wir im „Haus der Freunde“ einen neuen Abschnitt.

Mit der Hoffnung auf neue Ziele: Digitalisierung, Realisierung unserer Ideen, Weiterentwicklung unserer Struktur. Wir haben immer noch die Lust, das „Sahnehäubchen“ – die kleine Krönung – in der Pflegeheimlandschaft zu sein.

Wir danken herzlich unserem unermüdlichen Freundeskreis für seine unentbehrliche Unterstützung. Nicht viele Einrichtungen haben das Glück, solche außergewöhnlichen Menschen an ihrer Seite zu haben.
Dies ist eine großartige Wertschätzung und Sorge für alles, was Menschlichkeit ausmacht – etwas, das nicht selbstverständlich ist.

Auch unseren Mitarbeitenden danken wir für ihren täglichen Einsatz.
Und wir danken für die Chance.

Wir freuen uns, wenn Sie als Mitglied oder mit einer Spende unseren Freundeskreis unterstützen. Herzlichen Dank!

Werden Sie Mitglied in unserem Freundeskreis Multiple-Sklerose-Klinik Kempfenhausen e.V.

Ihr Beitrag ist ein Beitrag für glückliche Momente, Lebensfreude und Wohlbefinden. Der Mitgliedsbeitrag beträgt 70 Euro im Jahr.
Wir freuen uns auch über eine Spende. **Ansprechpartnerin:** Ulrike Kölsch, info@freundeskreis-msk.de **www.freundeskreis-msk.de**

Impressum

Herausgeber: Freundeskreis Multiple-Sklerose-Klinik Kempfenhausen e.V., Milchberg 21, 82335 Berg · **Redaktion/Texte:** Zlata Raics, Wojtek Dynak.
Fotos: Wojtek Dynak.

Alle Copyrights an den Texten und Fotos liegen beim „Haus der Freunde“ bzw. den Herausgebern. Alle Rechte der Verbreitung (einschließlich Film, Funk und Fernsehen) sowie der fotomechanischen Wiedergabe und des auszugsweisen Nachdrucks vorbehalten.