

Ein Coiffeursalons im Heim bietet mehr als nur Haarpflege – er ist auch ein Wohlfühlort

## Verwöhnstunde unter der Haube

**Luftige Haare sind nicht bloss hygienisch: Eine hübsche Frisur kann auch sehr betagten Menschen zu einem besseren Wohlbefinden verhelfen. Wer frische Haare, gepflegte Hände und gut versorgte Füsse hat, fühlt sich besser. Das ist auch die Überzeugung im Altersheim Marienhaus Basel.**

Von Claudia Weiss

Jeden Freitag sitzt Henriette Schirmaier, 90, im Coiffeursalons und lässt sich eine hübsche Löckchenfrisur machen. Seit einem halben Jahr tut sie das im kleinen Salon des Alters- und Pflegeheims Marienhaus in Basel. Sie lächelt fein: «Ja, dann bin ich für das Wochenende frisch, wenn mich meine Kinder abholen.» Ihr Sohn und ihre Tochter haben beim Heimeintritt gewünscht, dass die Mutter ihren wöchentlichen Coiffeurtermin weiter wahrnehmen kann, «so wie früher immer».

Das kennt Heimcoiffeuse Carmen La Rocca auch von anderen Kundinnen: «Es sind oft die Angehörigen, die möchten, dass die Mutter weiterhin die Haarpflege erhält, die sie seit Jahren gewohnt ist.» Manche ihrer Kundinnen merken zwar nicht mehr selber, wann wieder eine Woche vorbei ist. «Aber sie merken, dass sie sich wieder wohlfühlen.»

Henriette Schirmaier jedoch hat ihre Wochentermine im Griff. Sie erklärt fröhlich, sie sei eigentlich eine unkomplizierte Kundin: «Waschen, Legen, das genügt mir. Hauptsache, mein Kopf ist wieder frisch und sauber.» Sie fühle sich dann einfach gut und müsse die ganze Woche nichts mehr an den Haaren machen. «Manicure und Pedicure brauche ich nicht, aber der Coiffeur ist mir wichtig, und ich geniesse den Besuch immer sehr.» Vor der Tür steht eine Pflegefachfrau. Sie begleitet Frieda

Gschwind in den Salon. Frieda Gschwind trägt einen roten Rock, eine Leopardenbluse, um den Hals eine Kette, auf dem Kopf eine prachtvolle weisse Haarwelle: Auf den ersten Blick ist klar, dass die alte Dame grossen Wert auf ein gepflegtes Äusseres legt. Coiffeuse Carmen La Rocca begrüsst sie herzlich, dann schiebt sie Henriette Schirmaier die Föhnhaube über den Kopf mit den sorgfältig gewickelten Bigoudis. Die nächste halbe Stunde wird die Kundin genüsslich im warmen Wind dösen. Derweil setzt die Coiffeuse Frieda Gschwind vor dem Waschbecken zurecht und beginnt mit dem Haarewaschen.

Die 84-jährige Kundin geniesst die sanfte Kopfmassage sichtlich. Sie hält die Augen auch dann noch entspannt geschlossen, als Carmen La Rocca die Haare sorgfältig mit Tuch abrubbelt und sanft kämmt. Dann schaut sie interessiert zu, wie die Coiffeuse routiniert Bigoudi um Bigoudi in die kräftigen leuchtweisen Strähnen wickelt. Die Coiffeuse richtet sich jeweils nach den Kundinnen: «Manche geniessen still, andere erzählen die ganze Lebensgeschichte, das finde ich jeweils sehr schön und spannend.»

**«Mir war es schon immer sehr wichtig, gepflegt daherzukommen», sagt Frieda Gschwind.**

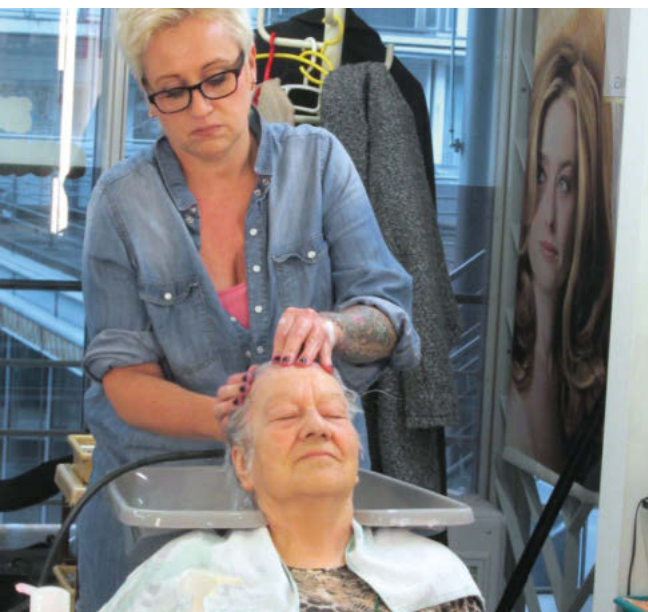
**«Es soll im Alter sein wie früher immer»**

Frieda Gschwind geniesst still. Aber sie schaut sehr zufrieden in den Spiegel, als ihre Haare sanft gebürstet werden. «So schönes kräftiges Haar», schwärmt Carmen La Rocca. Die alte Dame strahlt. «Ja, es war mir halt schon immer

sehr wichtig, gepflegt daherzukommen», sagt sie. Die Coiffeuse ergänzt: «Frau Gschwind hat eine grosse, gute Familie, und ihre Kinder wünschen, dass ihre Mutter auch im Alter so gepflegt bleiben darf. Wie früher immer.»

Carmen La Rocca nimmt ein Bigoudi nach dem anderen und rollt sie ein, sie arbeitet sorgfältig und routiniert. «Das ist die meistgewünschte Frisur im Heim, Waschen, manchmal Nachschneiden, Legen und Föhnen», sagt sie. «Einige lassen ihre

>>



Waschen, Legen, Föhnen: Bei Coiffeuse Carmen La Rocca geniessen diese Bewohnerinnen einen Service wie früher immer. Von Oben: Henriette Schirmaier, Frieda Gschwind (rechts im grossen Bild fertig frisiert) und Marie Peyer.

Fotos: Claudia Weiss



Haare färben, aber modisch-ausgefallene Frisuren schneide ich eher den auswärtigen Kundinnen, die sich ebenfalls hier anmelden können.» Auch Männer aus dem Alters- und Pflegeheim kommen zum Haarschneiden in ihren Salon. Carmen La Rocca schmunzelt: «Bei den Männern ist es aber eher die Pflege, die sie anmeldet, weil sie dringend einen Schnitt nötig haben.

Oft ist es nicht unbedingt deren eigener Wunsch.» Rasuren bietet sie allerdings nicht an, diese übernehmen die Pflegefachleute auf der Abteilung.

Carmen La Rocca, kurze platinblonde Strubelfrisur, modische schwarze Brille und den rechten Arm voller Blumentattoos, stellt man sich auf den ersten Blick gar nicht unbedingt in einem Altersheimsalon vor. Aber die Stelle passt – für sie, aber auch für ihre Kundschaft. Über die Blumentattoos habe sich beispielsweise noch nie jemand aufgehoben, sagt sie: «Einige fragen höchstens interessiert, ob das für immer bleibe und ob es weh getan habe.»

#### Die gleiche wertschätzende Haltung wie im ganzen Haus

Die 47-jährige Coiffeuse arbeitet seit über zwanzig Jahren in Altersheimen, seit sechs Jahren im Marienhaus, und sie liebt ihre Arbeit. Als sie seinerzeit sehr jung Mutter geworden war, kamen ihr vor allem die regelmässigen Arbeitszeiten gelegen. Aber sie mag auch ihre Kundschaft. An diesem Freitag, sagt sie,

### Ab und zu versteht eine Kundin nicht mehr, warum sie ihren Kopf nach hinten beugen soll.

habe sie lauter angenehme Kundinnen auf dem Programm. Die älteste ist stolze 106 Jahre alt, sie komme immer sehr schick und in hübschen Tigerfinken daher und plaudere so unterhaltsam, «ich habe sie richtig gern».

Dennoch seien nicht alle Kundinnen ganz einfach, besonders jene, die eigentlich gar nicht kommen wollen oder nicht verstehen, warum sie ihren Kopf über das Waschbecken nach hinten beugen sollen. Manchmal muss eine ganz unwillige Kundin dann halt ohne Haarpflege wieder ins Zimmer zurückbegleitet werden. «In solchen Fällen ist es wichtig, dass man auch Menschen mit Demenz einfach gern mag und Respekt vor ihnen hat», sagt Carmen La Rocca.

Für Heimleiterin Susanne Furler ist eine solche Haltung wichtig. Genau deshalb hat sie sich dafür entschieden, nicht nur einen ständigen Salon im Haus zu haben, sondern die Coiffeusen Carmen La Rocca und Cornelia Good auch gleich bei sich anzustellen. In den meisten anderen Institutionen mieten sich die Coiffeuren ein und arbeiten auf eigene Rechnung. «Ich finde es jedoch sehr wichtig, dass auch die Coiffeusen direkt für uns arbeiten und die wertschätzende Haltung vertreten, die wir gegenüber unseren Bewohnerinnen und Bewohnern an den Tag legen», sagt Susanne Furler. Finanziell sei das nicht lohnend. Auf einer anderen Ebene aber umso mehr: «Wir legen grossen Wert darauf, dass ältere Menschen gepflegt daherkommen und im Mittelpunkt stehen – auch physisch.» Das habe eine grosse Auswirkung auf das Wohlbefinden.

## Wohlfühlen von Kopf bis Fuss

Kopfpflege dient längst nicht nur der Hygiene, sie kann das gesamte Wohlbefinden erheblich steigern. Weniger gut sichtbar, weiter weg und daher oft ein wenig vernachlässigt ist die Partie am anderen Ende des Körpers: an den Füssen. Auch Fusspflege ist jedoch besonders im Alter sehr wichtig. Viele Alters- und Pflegeheime bieten daher Podologie in einer hauseigenen Praxis an oder lassen regelmässig freischaffende Podologinnen und Podologen kommen. Diese kennen die Lösung für Probleme wie Hammerzehe, Hallux Valgus oder Hühneraugen und andere altersbedingte Fussläsionen.

Zur Vorbeugung gegen Fussprobleme empfehlen Fachleute, weite, bequeme, druckfreie Schuhe zu tragen oder wenn möglich barfuss zu gehen. Besonders Menschen mit Diabetes müssen auf ihre Füsse Acht geben, sie spüren allfällige Verletzungen schlechter, und diese heilen erst noch langsamer ab.

Liegt kein medizinisches Fussproblem vor, kann auch eine sorgfältige Pedicure, also eine kosmetische Fusspflege, sehr wohltuend sein: Fachpersonen können Hornhaut und eingewachsene Zehennägel behandeln, und auf Wunsch verpassen sie Zehennägeln einen schönen Nagellackanstrich. Denn gepflegte Füsse tragen ebenso zum Wohlbefinden bei wie frische Haare – und gepflegte Hände. Teile dieser Pflege übernehmen die Pflegefachpersonen. Dafür, dass Bewohnerinnen und Bewohner von Kopf bis Fuss gut versorgt sind, sorgen in vielen Institutionen zusätzlich spezialisierte Fachpersonen: Coiffeur, Manicure, Pedicure oder Podologin.

#### Kein Stress, auch wenn es länger dauert

An einem Freitagmorgen ist der Terminplan im Coiffeursalon tatsächlich beinahe voll. Henriette Schirmaier ist inzwischen in ihr Zimmer zurückgekehrt, mit einem Kranz luftig-weisser frischer Löckchen um ihr zufriedenes Gesicht. Carmen La Rocca kann sich eingehend mit den vollen Haaren von Frieda Gschwind beschäftigen und sie zu einer grauweissen Welle frisieren. Ein bisschen Kämmen hier, ein wenig Strecken dort – fertig ist die elegante Frisur. Die gepflegte alte Dame lächelt glücklich in den Spiegel, ihre schicke Frisur wird für die nächste Woche halten.

Auf den Stuhl neben ihr hat sich bereits die nächste Kundin gesetzt. Die Coiffeuse lässt sich nicht aus der Ruhe bringen. «Ich habe immer genügend Zeit für meine Kundinnen», sagt sie. «Auch wenn jemand verspätet zu einem Termin erscheint oder unter der Föhnhaube einschläft.» Diese Flexibilität ist der Vorteil, so wie sie angestellt ist.

«Normalitätsprinzip», nennt der Leiter Pflege und Betreuung, Jean-Marie Schmidt, solche Angebote im Heim: «Wir möchten den Leuten hier das anbieten, was sie sich von früher gewohnt sind, sodass ihr Leben ähnlich weitergeht wie früher.» Der Coiffeurbesuch sei für viele ein kleiner Tapetenwechsel, ein Grund, das Zimmer zu verlassen und Leute zu treffen. Tatsächlich: Immer wieder spaziert jemand durch den Gang neben dem Salon und schaut durch die grossen Glasscheiben, grüsst, kommt kurz zum Plaudern.

Schade sei einzig, findet Jean-Marie Schmidt, dass es oft vom Geld abhängt, ob man bestimmte Angebote im Alter noch geniessen könne: «Nicht alle Familien finden beispielsweise einen

wöchentlichen Coiffeurtermin für die Mutter nötig.» Dabei seien gerade solche Dinge wichtiger, als man denke: «Schönheit hat kein Alter. Alte Menschen scheinen plötzlich wieder jünger, wenn sie frisch aussehen, sie sind weniger isoliert und haben eine bessere Stimmung.»

### **Körperpflege auf der Abteilung**

Waschen, Schminken und Handpflege übernehmen die Pflegefachleute auf der Abteilung. Wenn sich jemand den Coiffeur nicht leisten kann, übernimmt die Pflege auch das Haarwaschen. «Und sie schauen mit den Angehörigen, welche Körperpflege und welche Kleidung für die Bewohnerinnen und Bewohner wichtig sind», sagt Schmidt. Er kennt einige Bewohnerinnen, denen man ihre Demenz kaum anmerkt, weil sie so gepflegt daherkommen. «Das hat einfach ein ganz anderes Auftreten zur Folge.»

Im Salon hat sich inzwischen wieder eine neue Kundin eingefunden. Marie Peyer, 96 Jahre alt und geistig voll fit, ist seit vier Jahren Witwe und wohnt seit zweieinhalb Jahren im Marienhaus. Alle 14 Tage hat sie einen Coiffeurtermin, und sie freut sich immer, die neusten Heftli durchblättern zu können. «Nächstes Mal müssen wir ein bisschen schneiden», sagt Coif-

feuse La Rocca, während sie die Bigoudis einrollt. Marie Peyer lacht und sagt: «Jaja, ich mache ja, was Sie befehlen.» Sie überlegt kurz und sagt: «Ich lache immer gern, denn wahres Glück lässt sich nicht kaufen, das kommt von innen.» Dann erzählt sie von ihrer Familie, von der Enkelin in Berlin, die sie regelmässig besucht, und vom Sohn und seiner Pferdezucht.

Von der Cafeteria unten ist Stimmengemurmel zu hören, ab und zu spaziert jemand vorbei und grüsst. Marie Peyer verschwindet unter der Föhnhaube, die leise summt. Sie liest ein wenig, döst ein und geniesst sichtlich die vertraute Coiffeursalons-Atmosphäre.

Die Zeit ist um, mit einem Klick schaltete sich die Föhnhaube aus. Marie Peyer wacht auf und beobachtet, wie Carmen La Rocca die silber-

nen Metallbigoudis ins Haar ausrollt. Mit der Bürste auflockern, mit Hand formen – und auf ihrem Kopf prangt eine flauschige, schneeweisse Frisur, luftig und frisch, wie zarte Zuckerwatte. «Schön, schön», sagt Marie Peyer zufrieden. Sie kramt das Portemonnaie hervor: Sie zahlt immer selber und immer bar: «Ich will nichts schuldig bleiben». Ausserdem hat sie das immer so gemacht. 33 Franken 50 kostet einmal Schönmachen, das ist günstiger als in der Stadt. «Und es ist schön, dass der Salon gleich im Haus ist.» ●

---

**Frau Peyer zahlt die 33.50 Franken immer in bar. So, wie sie das auch früher immer gemacht hat.**

---