KURPARK-RESIDENZ **BAD SALZSCHLIRF**

Unser Magazin

AUS DER RESIDENZ

Generations-übergreifender Vorlesetag

DIE INCURA-GRUPPE STELLT VOR

Senioren-Residenz Malsch

RATGEBER

Den Tag Revue passieren lassen

Jetzt auch auf Facebook

Inzwischen gehört Facebook auch für die INCURA-Gruppe zum digitalen Alltag.
Folgt uns: INCURA Senioren-Residenz Gruppe

INCURA®

TAGEBUCH – AUCH ALS APP

Ein frisches Jahr liegt vor uns. Eine gute Gelegenheit, neue Rituale zu entwickeln, die mehr Tiefe in unser Leben bringen. Daher widmen wir uns in dieser Ausgabe in der Rubrik „Gut zu wissen“ dem Tagebuchschreiben. Denn das tägliche Notieren kann uns dabei unterstützen, Gedanken zu sortieren, Erinnerungen festzuhalten oder Gefühle auszudrücken.

Wer mit dem Handy gut zurechtkommt, dem möchten wir Tagebuch-Apps für das Handy oder Tablet ans Herz legen. Mit Apps wie „Diaro“, „Daylio“ oder „Journi“ lassen sich Ereignisse, Erfahrungen, Gedanken, Gefühle, Geheimnisse und Ideen digital festhalten und – je nach persönlicher Präferenz – vor dem Zugriff Dritter schützen oder mit anderen teilen.

IMPRESSUM

Herausgeber:
INCURA GmbH · Zeppelinstr. 4–8 · 50667 Köln
Tel. 0221 280698-0 · info@incura.de
www.incura.de

Geschäftsführer: Andreas Bochem

Haftungshinweis:
Trotz sorgfältiger Kontrolle übernimmt die INCURA GmbH keine Haftung für die Inhalte der Zeitschrift. Alle Texte und Abbildungen sind urheberrechtlich geschützt.

Gestaltung & Realisierung:
SCHOENE AUSSICHT Ideenagentur GmbH
Mittelstraße 29 · 36037 Fulda
Tel. 0661 296968-0 · www.ideenagentur.de

Druck:
JD Druck GmbH
Umgehungsstr. 39 · 36341 Lauterbach
Tel. 06641 9625-0 · www.jd-druck.de

Fotos & Illustrationen: gettyimages.de

Liebe Leser(innen),

nun sitze ich hier und schreibe das Vorwort für unsere Frühlingsausgabe der Hauszeitung. Draußen fallen weiße Schneeflocken und das Corona-Virus hält uns weiter in Atem.

Die anstehenden Impfungen gegen Corona geben uns Hoffnung, dass wir das Virus schnell wieder in den Griff bekommen.

Auch der Frühling gibt neue Hoffnung, das Erwachen der Natur zeigt sich mit zarten Knospen an den Bäumen, die ersten Blumen strecken ihre Köpfe ins Licht und die Vögel erfreuen uns mit ihrem Gesang. Genießen Sie diese wunderschöne Jahreszeit mit all ihrem Wandel und schöpfen Sie Kraft und Energie aus den ersten wärmenden Sonnenstrahlen.

Ich wünsche Ihnen viel Freude am Frühling und hoffentlich viele schöne und sonnige Frühlingstage.

Ihre Anja Töne,
Einrichtungsleitung

Hinweis

zu unseren Veranstaltungen

Bei Erstellung dieses Heftes konnten wir noch nicht absehen, ob Gruppenangebote, Feste oder Ausflüge stattfinden dürfen. Bitte informieren Sie sich direkt in Ihrer Residenz, zum Beispiel über die Aushänge am Schwarzen Brett. **Vielen Dank für Ihr Verständnis!**

MALER WALTER HEILAND

Walter Heiland (1880 bis 1962) hat eine akademische Ausbildung an der Königlichen Akademie in Berlin und der Kunstakademie in Karlsruhe erhalten. Die Ausstellung präsentiert in den ausgestellten Werken die künstlerische Vielfalt des Malers. Die Entwürfe für Gesellschaftsräume und Kirchen zeigen einen Perfektionisten der Dekorationsmalerei. Seine meist gegenständlichen Werke erzählen eine Geschichte und zeichnen sich durch eine beeindruckende Präzision aus. Die in warmen Farben gemalten Landschaftsbilder entstanden rund um Bad Salzschlirf und spiegeln den eigenwilligen Charakter der Landschaft wider.

GRATULATION

Wir gratulieren unseren Mitarbeiterinnen Frau Simon und Frau Fink ganz herzlich zur bestandenen Prüfung zur Wohnbereichsleitung und wünschen alles Gute für die Zukunft. Wir freuen uns weiterhin auf gute Zusammenarbeit.

V. l.: Frau Kriegelstein, Frau Fink, Frau Simon, Frau Töne

Immer auf dem neusten Stand

auch während der Pandemie

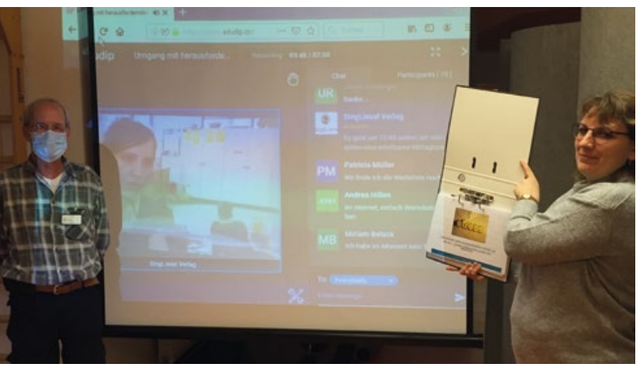
Zum Qualitätsstandard des Hauses gehören die regelmäßigen Weiterbildungen der Mitarbeiter. Die Betreuungsassistentinnen § 43b SGB XI und Assistenten absolvieren jährlich 16 Pflichtstunden in Kooperation mit den Bildungsträgern in der Region.

Pandemiebedingt konnten so einige Seminare 2020 leider nicht stattfinden. Das hinderte die interessierten Kolleginnen aber nicht daran, in Sachen Fortbildung neue Wege zu gehen. Mit dem „SingLiesel Verlag“, einem langjährigen Partner in Sachen Therapie und Beschäftigungsmaterial, nutzten wir die Möglichkeit der Online-Schulungen. Ob „Palliative Care“, „Der Umgang mit herausforderndem Verhalten“, „Gedächtnistraining in Bewegung“ oder „Yoga auf dem Stuhl“, die Betreuungskräfte § 43b SGB XI waren begeistert.

Anhand von Handouts und Skripten konnten sich alle in das Thema einlesen, während des Seminars Rückmeldungen im Chat geben und gegebenenfalls Fragen stellen. Dass die Schulungen kurzweilig waren und dazu noch Spaß machten, zeigen auch die Fotos anbei.

Für das erste Halbjahr 2021 wurden schon weitere Themen gewünscht: „Malen mit Menschen mit Demenz“, „Lebensraum Bett“, „Heute schon dokumentiert?“ oder „Umgang mit psychischen Erkrankungen“.

Gutes Gelingen bei der Umsetzung des Neuerlernten in der praktischen Arbeit mit unseren Bewohnern und weiterhin viel Freude an den Schulungen wünscht Betreuungsdienstleitung Susanne Fett.



Links oben: Herr Weller und Frau Miller,
links unten: Frau Baurichter,
rechts: Frau Eurich und Frau Miller

FLAMMKUCHEN ZU NIKOLAUS

Zum Nikolaustag haben Frau Töne (Einrichtungsleitung) und Frau Kriegelstein (Pflegedienstleitung) die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter zum leckeren Flammkuchenessen eingeladen. Als Dankeschön für den Teamgeist und den gebrachten Einsatz in den vergangenen Monaten haben es sich die Chefinnen des Hauses nicht nehmen lassen, die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter selbst zu verwöhnen. Alle waren begeistert und haben es sich schmecken lassen.

GEWINNERIN PREISAUSSCHREIBEN

Einrichtungsbeirätin Ute Ewald ermittelte unter den 42 Einsendungen die glückliche Gewinnerin des Gewinnspiels unserer Magazin-Weihnachtsausgabe.

Frau Rosemarie Heilmann darf sich schon kurze Zeit nach Ihrem Einzug über einen Gutschein von 25 € freuen, den sie für die neue Frühlingsmode einsetzen möchte.

Wir wünschen viel Vergnügen mit dem Gewinn und beim Einleben in das neue Zuhause!

SUCHEN & GEWINNEN

Der Marienkäfer ist auch unter dem Namen „Glückskäfer“ bekannt. Auch in diesem Heft bringen die kleinen Käferchen Glück und Gewinne.

Wie viele Marienkäfer zählen Sie?
Senden Sie uns eine Postkarte mit der Lösung an:
INCURA GmbH · Zeppelinstr. 4–8 · 50667 Köln
oder geben Sie Ihre Postkarte an der Rezeption ab.
Einsendeschluss ist der 31.03.2021.

		6			
	1		2	6	
	3				2
4				5	
	6	1		2	
			4		

Die INCURA-Gruppe stellt vor

Senioren-Residenz Malsch

Bei einem Rundgang durch das jüngste Haus der INCURA fällt auf: Hier ist alles besonders modern, freundlich und regional geprägt. Sie ist erst ein Jahr alt und gehört schon fest zur Region: Die Senioren-Residenz Malsch hatte im Landkreis Karlsruhe einen super Start. Die Einrichtung, die aus einem Pflegeheim mit 84 Zimmern und einem Wohntrakt mit 22 Apartments besteht, liegt auf einem ehemaligen Gärtnereigelände direkt am Bahnhof. Rundherum entsteht derzeit ein neues Wohngebiet für alle Generationen. Hier wohnt man zentral, modern und mitten im Leben. Viele Partnerschaften in der charmanten Gemeinde Malsch – etwa mit dem Heimat- oder Faschingsverein – sorgen für ein lebendiges Miteinander.

Die Bewohner lieben den hübsch gestalteten Außenbereich und die zahlreichen Balkone der Residenz, wo man unter großen Sonnenschirmen das Leben unter freiem Himmel genießen kann. Im Haus selbst ist alles offen und einladend gestaltet. Immer 28 Senioren leben in einem Wohnbereich zusammen, wo es mehrere Räume für gemeinsame Mahlzeiten oder Freizeitangebote gibt. Die Wohnbereiche sind nach regionalen Besonderheiten wie dem Naherholungsgebiet „Malschauen“ oder dem „Greiderwisch“ – einem traditionellen Kräuterbündel – benannt.

Besonders gelobt wird die Küche des Hauses: Einrichtungsleiterin Ines Raphael und Küchenchef Andreas Zanger legen großen Wert auf eine abwechslungsreiche, frische und ansprechend angerichtete Kost. Den ganzen Tag steht leckeres Obst bereit. Freitags verwöhnt eine Friseurin die Senioren im hauseigenen Friseurstübchen mit Waschen, Schneiden und Föhnen. Man kann nicht anders – in der Senioren-Residenz Malsch muss man sich einfach wohlfühlen!

Kartoffeltag

Küchenaktionstage in den Herbst- und Wintermonaten

Montagmorgens in der Speiseplanbesprechung stellte Einrichtungsbeirätin Ute Ewald die entscheidende Frage: „Können wir abends nicht mal eine schöne gebackene Folienkartoffel mit Sourcream“ anbieten? Oder Kartoffelwurst mit leckeren Béchamelkartoffeln? Es gibt ja so tolle Kartoffelrezepte.“ Schon war die Idee geboren, der Kartoffel im Speiseplan einen Ehrentag einzuräumen. Beginnend mit dem Frühstück und einem knusprigen Kartoffelbrot bzw. Kartoffelbrötchen. „Ja, aber wenn Kartoffeln, dann auch Kürbis.“ Allgemeines Gelächter. Schnell wurden im 14-täglichem Rhythmus die Daten gefunden und vielversprechende Gerichte auf dem Speiseplan vermerkt. Die Mitarbeiter des Betreuungsdienstes kümmerten sich um Gedichte, Lieder und Dekoration zum Thema und stimmten die themenzentrierten Stunden der Erinnerungspflege auf den Menüplan ab. Mit dem umgedichteten Lied „Auf der schwäb’schen Eisenbahne“ wurde die „Kartoffelhymne“ im Speisesaal zum Besten gebracht:

Alle Menschen, Groß und Klein,
leben nicht vom Brot allein,
auch Kartoffeln müssen sein,
denn die schmecken immer fein,
trulla, trulla, trullala, trulla, trulla, trullala,
auch Kartoffeln müssen sein,
denn die schmecken immer fein!!!

Mittwochs woll’n wir mal versuchen
den Kartoffel-Reibekuchen.
Mittwochs steht auf unserm Tisch
leckrer Puffer, kross und frisch.

Wie in der Strophe besungen, gab es zum Beispiel leckere hausgemachte Reibekuchen mit Meerrettichschmand und Lachs. Es folgte 14 Tage später ein köstlicher Kürbistag, der mit dem „Kartoffeltag“ durchaus mithalten konnte. Und dennoch freute sich Küchenchef Mathias Pappert besonders auf den herzhaften „Vogelsberger Schlachttag“, der die ländliche Tradition im November wiederspiegelt. Im Dezember wird Weihnachtliches aufgetischt und im Januar dürfen sich alle auf die Fortsetzung der Küchenaktionstage freuen.

Susanne Fett, Betreuungsdienst

Generationsübergreifender Vorlesetag

in Zeiten von Corona

Links: Bodelschwingh-Schulklasse in Hünfeld, rechts: Herr Schmundt aus der Kurparkresidenz

Anders als in den anderen Jahren zuvor fand der diesjährige bundesweite Vorlesetag an der Friedrich-von-Bodelschwingh-Schule in Großenlüder – digital per Zoom – statt. Der Vorlesetag dient der Förderung der Lesekompetenz und soll Kinder und Jugendliche durch das Vorlesen motivieren, selbst mehr zu lesen.

Wie in den vergangenen Jahren konnte auf bewährte Freundschaften zurückgegriffen werden: Die Residenzbewohner Dagmar Stubenhöfer, Hildegard Lerg, Michael Schmundt, Helmut Weinert, Susanne Fett und Michael Walz vom Betreuungsdienst sowie Vorlesepatin Astrid Fischer lasen für die Schülerinnen und Schüler der Grund- und Mittelstufenklasse vor.

Zu Beginn wurden Laptops hochgefahren, Beamer angeschlossen und Activeboards verbunden. Nach einigen anfänglichen technischen Schwierigkeiten ging es los. Die Freude war groß, als man nicht nur die Schülerinnen und Schüler der anderen Klassen, sondern auch die erste Vorleserin sehen konnte. Nachdem die anfänglichen Hemmungen, sich über den Bildschirm zu begrüßen, überwunden waren, lauschten die Kinder gespannt verschiedenen Geschichten und Gedichten. Später durften sich die Schülerinnen und Schüler bei einer Mitmachgeschichte ihr Wunschweihnachten vorstellen, einen lustigen Weihnachtsreim vervollständigen oder sich bei einer Bewegungsgeschichte körperlich betätigen.

Ein besonderes Highlight lieferte Michael Schmundt, der ein englisches Gedicht vortrug und dazu ein selbst gemaltes Bild zur Erläuterung der unbekannten Vokabeln präsentierte.

Alle Kinder, Vorleserinnen wie auch die Lehrkräfte der Friedrich-von-Bodelschwingh-Schule waren begeistert über diese moderne und „coole“ Vorlesebegegnung, die allen Beteiligten so viel Freude bereitet hat, dass weitere Vorleseaktionen, nicht nur zur Weihnachtszeit, geplant sind.

Stephan Finke Rektor,
Susanne Fett Betreuungsdienstleitung

ACHTUNG

Eventuell entfallen Veranstaltungen wegen Corona. Bitte beachten Sie entsprechende Aushänge.

WOCHENAKTIVITÄTEN

Montag	10.00 Uhr	**Handarbeitskreis** mit A. Eurich	Hobbyküche
	10.00 Uhr	**Einrichtungsbeirat** mit Susanne Fett	Bastelraum
	10.30 Uhr	**Speiseplanbesprechung,** 14-täglich	Bastelraum
	10.30 Uhr	**Sprechstunde** mit S. Fett und A. Töne, monatlich	Bastelraum
	10.30 Uhr	**Gesellschaftsspiele** mit Herrn Weller	WB 2
	10.45 Uhr	**Erinnerungspflege/10-Minuten-Aktivierung**	WB 3
Dienstag	10.30 Uhr	**Gesellschaftsspiele** mit Holger Weller	WB 3
	10.45 Uhr	**Erinnerungspflege/10-Minuten-Aktivierung**	WB 2
	14.00 Uhr	**Snoezelwagenbesuch** der Schwerstpflegebedürftigen	WB 1
	14.30 Uhr	**Singen und Bewegen** mit Nicole Baurichter	WB 3
Mittwoch	10.30 Uhr	**Gymnastik zur Musik** mit Ulrike Eifert, Martina Plappert	WB 1
	11.00 Uhr	**Erinnerungspflege/10-Minuten-Aktivierung**	WB 2
	14.00 Uhr	**Snoezelwagenbesuch** der Schwerstpflegebedürftigen	WB EG/UG
	14.30 Uhr	**Singen und Bewegen** mit Nicole Baurichter	WB 2
	15.30 Uhr	**Gesellschaftsspiele** mit Holger Weller, Natalia Miller	WB EG/UG
	16.00 Uhr	**Klangtherapeutische Erlebnisgruppe** 14-täglich	Gymnastikraum
Donnerstag	10.00 Uhr	**Kreatives Gestalten** Männerwerkstatt mit Susanne Fett, Michael Walz	Bastelraum
	10.30 Uhr	**Musik-Gymnastik** mit Martina Plappert, Ulrike Eifert	WB 2
	10.45 Uhr	**Erinnerungspflege/10-Minuten-Aktivierung**	WB EG/UG
	14.00 Uhr	**Snoezelwagenbesuch** der Schwerstpflegebedürftigen	WB 2
	15.00 Uhr	**Singen und Bewegen** mit Nicole Baurichter	WB 1
	16.00 Uhr	**Musik-Gymnastik** mit Martina Plappert, Ulrike Eifert	WB 3
Freitag	10.30 Uhr	**Musik-Gymnastik** mit Martina Plappert, Ulrike Eifert	WB EG/UG
	15.00 Uhr	**Kaffee-/Teestunde** f. Schwerstpflegebedürftige/Angehörige	Festsaal
Samstag	14.00 Uhr	**Einzelbetreuung** der Bewohner gemäß § 43b SGB XI	WB
Sonntag	14.00 Uhr	**Einzelbetreuung** der Bewohner gemäß § 43b SGB XI	WB

Den Tag Revue passieren lassen

Warum so viele Menschen wieder Tagebuch schreiben

Jeder Tag ist einzigartig. Auch wenn die Stunden zwischen dem Aufstehen und Zubettgehen oft einem ähnlichen Ablauf folgen, gibt es an jedem einzelnen Tag Besonderheiten. Mal ist es ein schönes Gespräch oder eine Entdeckung beim Spaziergang, mal ein leckeres Mittagessen oder eine besonders intensive Erinnerung an früher. Mit Tagebuchschreiben lassen sich solche Momente, aber auch die Gedanken und Gefühle des Tages festhalten.

Kennen Sie das? Die Wochen und Monate vergehen wie im Flug und am Ende des Jahres weiß man gar nicht mehr genau, wie die Tage rumgegangen sind. Um die Zeit oder besondere Momente und Erlebnisse des Jahres wenigstens ein bisschen festzuhalten, kann das Führen eines Tagebuchs eine gute Hilfe sein.

Tagebuchschreiben – oder Journaling, wie man heute sagt, – ist wieder im Trend. Vielen Menschen, die Tagebuch führen, geht es um mehr Tiefe im Leben. Denn das Schreiben und Reflektieren richtet unsere Aufmerksamkeit nach innen und gibt unseren Gedanken und Gefühlen Raum. Gleichzeitig lässt es uns zur Ruhe kommen und funktioniert ein bisschen so wie eine Stopptaste im Alltag.

Ich reise niemals ohne mein Tagebuch. Man sollte immer etwas Aufregendes zu lesen bei sich haben.
Oscar Wilde

Notizen an sich selbst zu schreiben, kann auch dazu beitragen, die Merkfähigkeit und Konzentration zu verbessern, den Geist klarer werden zu lassen oder Gedanken zu sortieren und leichter auszuformulieren. Vielleicht möchte man seine Notizen auch den Nachkommen hinterlassen und wichtige Lebensereignisse oder Erfahrungen für sie festhalten.

Großes schriftstellerisches Talent braucht man fürs Tagebuchschreiben nicht. Loslegen kann man auch mit kurzen Stichwörtern. In den Buchhandlungen gibt es dafür nicht nur massenweise hübsche leere Notizbücher. Sondern auch Journale mit vorgegebenen Fragen für jeden Tag. Manche sind speziell für Seniorinnen und Senioren konzipiert. Die Fragen können helfen, Ordnung in die eigenen Gedanken zu bringen und das Tagebuchschreiben zu erleichtern.

Sie möchten gleich loslegen? An diesen Fragen können Sie sich beim Tagebuchschreiben orientieren:

- **Was habe ich heute erlebt?**
- **Was hat mich heute glücklich gemacht?**
- **Worüber habe ich mich geärgert?**
- **Welche Gefühle waren heute besonders stark?**
- **Wem habe ich heute eine Freude gemacht?**
- **An welchen Menschen habe ich heute besonders gedacht?**
- **Wofür bin ich heute dankbar?**
- **Was möchte ich morgen tun?**

Ganz einfach Freude schenken

Mit unserem Restaurant-Café-Gutschein schenken Sie zu jedem Anlass das Richtige! Der Gutschein kann über jeden von Ihnen vorgegebenen Betrag ausgestellt werden. Erhältlich in unserem Restaurant-Café.

INCURA
KURPARK-RESIDENZ
SENIOREN-RESIDENZ

KURPARK-RESIDENZ BAD SALZSCHLIRF GMBH
Im Kurpark 2 · 36364 Bad Salzschlirf
Telefon 06648/9111-0 · info@kurparkresidenz.incura.de

WEITERE STANDORTE

SENIOREN-RESIDENZ LINZ GMBH
Sankt Antonius
Telefon 02644/944-0

SENIOREN-RESIDENZ SCHIFFERSTADT GMBH
Sankt Johannes
Telefon 06235/4930-0

SENIOREN-RESIDENZ DUDENHOFEN GMBH
Sankt Sebastian
Telefon 06232/9008-0

SENIOREN-RESIDENZ WEINHEIM GMBH
Sankt Barbara
Telefon 06201/7205-400

SENIORENHEIM PARKHÖHE LINDENFELS GMBH
Telefon 06255/9605-0

SENIOREN-RESIDENZ HEPPENHEIM GMBH
Sankt Katharina
Telefon 06252/9599-500

SENIOREN-RESIDENZ BENSHEIM GMBH
Villa Medici
Telefon 06251/7046-0

SENIOREN-RESIDENZ MALSCH GMBH
Telefon 07246/94416-0

SENIOREN-RESIDENZ DETTENHEIM GMBH
Telefon 07247/80096-0

www.incura.de