

SANKT SEBASTIAN POST

Herbst/2015



Das Magazin der INCURA GmbH

Schifferstadt
**Ausflug zum Vogel-
park und Grillhütte**

Sankt Sebastian
**Flöten-Ensemble
„Flauto trinitatis“**

Gut zu wissen
**Gesunde
Sommergetränke**

*Wilde
Schönheit
Pfalz*



Wohnen. Leben. Sicherheit. www.incura.de

INCURA®

Titelthema
„Wilde Schönheit Pfalz“

Augen wie ein Luchs – die braucht man, um das schöne Wildtier zu beobachten. Das Streifgebiet eines Luchses ist zwischen 50 und 400 Quadratkilometer groß. Da Luchse zudem nicht nur scheu sind, sondern auch in der Dämmerung und Dunkelheit aktiv, kann man sie in freier Wildbahn nur mit viel Glück beobachten. Der Luchs, nach dem Bären und dem Wolf das größte in Europa heimische Landraubtier, galt in Deutschland als ausgerottet. Jetzt bemüht sich unter anderem das Land Rheinland-Pfalz um seine Wiederansiedlung. 20 Tiere werden derzeit im Pfälzer Wald ausgewildert.
Wir sagen: Herzlich willkommen, Luchse!



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
 Am Alten Schlachthof 4 · 36037 Fulda
 Tel. 0661 580038-0 · www.ideenagentur.de

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

Fotos & Illustrationen:
 istock.com



Liebe Leser(-innen),

HERBST,
 so nennt man die Jahreszeit zwischen dem 23. September und dem 21. Dezember.

In dieser Zeit erleben wir die Blüte der Herbstblumen wie die Asters, die Herbstzeitlosen und die Herbstheide.

In den Herbst fällt die Erntezeit, die Weinlese, aber auch die Zeit von Trost und Trauer, die ihren Ausdruck in besinnlichen Feiertagen oder Gedenktagen findet, wie der Tag der Deutschen Einheit am 3. Oktober, der Reformationstag der Protestanten am 31. Oktober, Allerheiligen am 1. November und Allerseelen am 2. November.

Wir möchten, gerade in dieser Jahreszeit, auch die Fröhlichkeit nicht außer Acht lassen und laden Sie daher wieder zu vielen schönen Veranstaltungen ein, die Sie aus den Kalenderseiten entnehmen können. Beachten Sie auch insbesondere unsere Vorankündigungen. Weiterhin wollen wir Ihnen in dieser Ausgabe wieder von den vergangenen Veranstaltungen berichten.

So war unser Sommerfest wieder ein voller Erfolg. Nochmals vielen Dank an alle, die uns so tatkräftig dabei unterstützt haben.

Nun wünsche ich Ihnen viel Spaß beim Lesen, bleiben Sie gesund und kommen Sie gut durch den Herbst.

Ihre Evi Ehrhardt-Steck, Einrichtungsleitung

**Vogelpark-
Ausflug**



Sudoku

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

**Ausflug in den Vogelpark
Schifferstadt**

**mit anschließendem Picknick an der
Schifferstadter Grillhütte**

Ende Juni fuhren wir mit 9 Bewohnern, drei Alltagsbegleiterinnen und einem ehrenamtlichen Mitarbeiter in den Vogelpark nach Schifferstadt. Alle Bewohner freuten sich sehr darüber, als es um 10 Uhr losging.

Am Vogelpark angekommen, liefen die ersten Bewohner voller Elan Richtung Eingang, um sich die vielen Tiere und Vögel anzusehen. Es wurde dabei über die verschiedenen Vogelarten sowie über Waldtiere gesprochen.

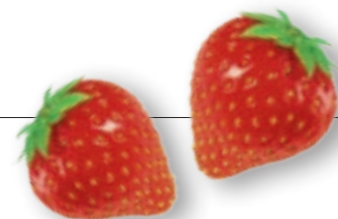
Gegen 12 Uhr ging es dann weiter zur Grillhütte im Schifferstadter Wald. Dort wurde dann mit Frikadellen, Nudelsalat, Brötchen und Nachtisch aus unserer Küche gepicknickt und dabei auch viel gelacht und von früher erzählt.

Alle Bewohner sowie die Begleitpersonen hatten sehr viel Spaß, im Wald zu sein, und alte Erinnerungen an „früher“ kamen hoch.

Zum Kaffeetrinken fuhren wir dann wieder Richtung Dudenhofen. Nach dem Tag bedankten sich die Bewohner für den schönen Ausflug und erzählten noch Tage später mit strahlenden Augen darüber.

Michaela Chardin, Alltagsbegleiterin





Erdbeerfest

Ganz im Zeichen der Erdbeere

Ende Juni veranstaltete unsere Offene Selbsthilfegruppe das Erdbeerfest. Wie der Name schon sagt, wurden die Erdbeeren gefeiert und es wurde eine Erdbeerkönigin gekrönt.

Herr Vollmer hatte mehrere Gedichte zum Thema Erdbeeren herausgesucht und hatte daraus ein kleines Quiz gebastelt. Zum Beispiel:

**Erdbeeren, sie lachen von fern mich schon an,
ich habe so recht meine Freude dran.
So oft ich sie kostete, hab ich gedacht,
Gott hat sie wohl nur für die Engel gemacht.
So duftig, so schön von Farb' und Gestalt,
die herrlichste Frucht im ganzen Wald!
O könnt ich sie pflücken an jedem Ort,
ich würde mich bücken in einem fort.**

Dazu gestellte Frage: Für wen wurden die Erdbeeren gemacht?

Die- bzw. derjenige, die/der die meisten Fragen richtig beantworten konnte, wurde zur/zum Erdbeerkönig(in) mit Krone und Zepter (gestaltet von Ricarda Heider) gekürt. Dieses Jahr gewann die Krone unsere Bewohnerin Frau Elfriede Lydorf.

Herrn Ebert sorgte mit seinem Akkordeon für musikalische Unterhaltung.

Erdbeerkuchen und Erdbeeren luden zum Naschen ein.

Julia Schütz, Betreuungsdienst



Candle-Light-Dinner in der Senioren-Residenz Sankt Sebastian



Am Samstag, den 30. Mai luden wir wieder zum Candle-Light-Dinner ein. Wie schon beim letzten Candle-Light-Dinner konnte wir die Big Band aus Dudenhofen engagieren, die uns musikalisch durch den Abend führte. Nach einem Sektempfang gab es ein köstliches Drei-Gänge-Menü, liebevoll vom Küchenteam zubereitet und serviert. Ganz herzlich begrüßen durften wir an diesem Abend auch Herrn Bürgermeister Peter Eberhard mit Gattin.

An dieser Stelle nochmals vielen Dank an alle, die zum guten Gelingen des Abends beigetragen haben und eines ist sicher: Im nächsten Jahr gibt es wieder ein romantisches Candle-Light-Dinner.

September

2.9.15	Mittwoch	16 Uhr	KATH. GOTTESDIENST mit Pfarrer Dörzapf	Speisesaal
3.9.15	Donnerstag	15.30 Uhr	ERZÄHLKAFFEE	Speisesaal
4.9.15	Freitag	10 Uhr	SITZTANZ Bewegung zur Musik mit Frau Keller	Gymnastikraum
9.9.15	Mittwoch	15.30 Uhr	BINGO mit OSHG und Betreuungsdienst	Speisesaal
10.9.15	Donnerstag	15 Uhr	VORTRAG Parkinson-Selbsthilfegruppe	Speisesaal
11.9.15	Freitag	10 Uhr	AUSFLUG AUF DEN MARKT	Speisesaal
16.9.15	Mittwoch	16 Uhr	EVANG. GOTTESDIENST mit Herrn Bücklein	Speisesaal
23.9.15	Mittwoch	16 Uhr	KATH. GOTTESDIENST mit Pfarrer Dörzapf	Speisesaal
26.9.15	Samstag	14.30 Uhr	BAUERNFEST	Speisesaal
30.9.15	Mittwoch	16 Uhr	KATH. GOTTESDIENST mit Pfarrer Dörzapf	Speisesaal

Bauernfest

Am 26. September 2015, ab 14.30 Uhr, findet wieder unser traditionelles Bauernfest, gemeinsam mit der offenen Selbsthilfegruppe, statt. Feiern Sie mit uns das Erntedankfest mit Musik und vielen Überraschungen.



Suchen & gewinnen

Auch in diesem Heft bringen die kleinen Vögelchen wieder Gewinne. Wie viele Vögel zählen Sie?

HABEN SIE ALLE VÖGELCHEN GEFUNDEN?

Dann senden Sie uns eine Postkarte an:
INCURA GmbH · Zeppelinstr. 4-8 · 50667 Köln
oder geben Sie Ihre Postkarte an der Rezeption ab.
Einsendeschluss ist der 30.10.2015.

Mit etwas Glück gewinnen Sie eine persönliche Überraschung. Wir wünschen viel Glück!



Mitarbeiter in Seenot

Viel Spaß hatten 7 Mitarbeiter aus Pflege und Betreuung bei ihrem Betriebsausflug Anfang Juli in Speyer. Nach gehaltvollem Frühstück in der Innenstadt wollte das Wetter aber nicht so richtig mitspielen.

Aus Schutz vor dem drohenden Regen wurde statt des Minigolfplatzes die Titanic-Ausstellung im Historischen Museum besucht – mit nicht weniger tragischen Folgen. Mit Bord-Karten und neuen Namen wurden alle Reisenden den einzelnen Klassen zugeordnet und durften so hautnah in die Welt der Titanic eintauchen.

Reale Fundstücke, prunkvolle Bilder sowie ein nachgebauter edler Kabinengang ließen den Luxus des Ozeanriesen erahnen und das Leben dort nachempfinden. Doch plötzlich wurden immer mehr Motorengeräusche hörbar und beunruhigende Nachrichten über angebliche Eisberge und Probleme im Maschinenraum bekannt.

Das bekannte Ende nahm ab Mitte der Ausstellung seinen Anfang und wurde aus den verschiedenen Blickwinkeln interessant aufgezeigt. Leider haben

nicht alle Mitarbeiter den Ausflug überlebt: Am Ausgang des Museums konnte man auf einer langen Tafel erkennen, wer überlebt hat. Demnach hätten wir vier Mitarbeiter tragisch in Seenot verloren – was sie aber nicht davon abhielt, am nächsten Tag wieder den gewohnten Arbeiten in der Seniorenresidenz nachzugehen ... jedoch um ein schönes Erlebnis reicher.

Manfred Krüger



„Flauto trinitatis“ *Konzert am 16.5.2015*

Das Flöten-Ensemble „Flauto trinitatis“ unter der Leitung von Frau Aldag gab Mitte Mai ein „Mai-Konzert“ bei uns im Hause. Viele Bewohner und auch Angehörige hatten sich im Speisesaal eingefunden. Ein paar altbekannte Mai-Liedern, „Grüß Gott du schöner Maien“, „Der Mai ist gekommen“ und „Alle Vögel sind schon da“, luden zum Mitsingen ein.

Auch gab es eine „Fanfare“ und ein Lied vom Kuckuck. Die musikalischen Stücke wurden mehrstimmig, also mit verschiedenen Flöten, Sopran-Flöte, Tenor-Flöte, Alt- und Bassflöte, gespielt. Einige Bewohner erinnerten sich an ihre Jugend, in der sie das Blockflötenspielen gelernt haben.

Julia Schütz, Betreuungsdienst



Oktober

1.10.15	Donnerstag	15.30 Uhr	ERZÄHLCAFÉ	Speisesaal
2.10.15	Freitag	10 Uhr	SITZTANZ Bewegung zur Musik	Gymnastikraum
5.10.15	Montag	14 Uhr	KAFFEEMUSIK Herr Liepner spielt alte Schlager und Heimatlieder auf dem Keyboard	Speisesaal
7.10.15	Mittwoch	16 Uhr	KATH. GOTTESDIENST mit Pfarrer Dörzapf	Speisesaal
8.10.15	Donnerstag	15.30 Uhr	SINGKREIS mit Frau Aldag	Speisesaal
9.10.15	Freitag	10 Uhr	AUSFLUG	
9.10.15	Freitag	16 Uhr	FINISSAGE Kunstausstellung Gerda Johannes	
14.10.15	Mittwoch	15.30 Uhr	BINGO mit OSHG und Betreuungsdienst	Speisesaal
15.10.15	Donnerstag	15.30 Uhr	DIAVORTRAG mit Herrn Eckel	Speisesaal
17.10.15	Samstag	15.30 Uhr	KONZERT mit MGVCäcilia	Speisesaal
19.10.15	Montag	14 Uhr	HANDARBEITSGRUPPE Arbeiten mit Wolle	Speisesaal
21.10.15	Mittwoch	16 Uhr	EVANG. GOTTESDIENST mit Herrn Bücklein	Speisesaal
22.10.15	Donnerstag	15.30 Uhr	SINGKREIS mit Frau Aldag	Speisesaal
25.10.15	Sonntag	15.30 Uhr	KONZERT mit Marinekameradschaft	Speisesaal
26.10.15	Montag	15 Uhr	GEBURTSTAGSKAFFEE	Speisesaal
28.10.15	Mittwoch	16 Uhr	KATH. GOTTESDIENST mit Pfarrer Dörzapf	Speisesaal



Am 17. Oktober verzaubert uns wieder der MGVCäcila Chor mit seinem musikalisch bunten Potpourri.

Sie sind herzlichst eingeladen.



Sommerfest *Wir tanzen in den Sommer am 4.7.2015*



Anfang Juli feierten wir in der INCURA-Residenz Sankt Sebastian unser Sommerfest unter dem Motto „Wir tanzen in den Sommer“.

Viele Bewohner, Angehörige und Freunde des Hauses waren der Einladung gefolgt und unser Speisesaal – mit vielen bunten Wiesenblumen geschmückt – war gut gefüllt.

Frau Ehrhardt-Steck, unsere Einrichtungsleitung, eröffnete das Fest mit einer kleinen Ansprache. Nach Kaffee und Kuchen bei Live-Musik mit Herrn Litzel entführte uns die Tanzgruppe „EL Farim“ aus Speyer in die Welt des orientalischen Tanzes. In ihren schönen Kostümen begeisterten 15 Tänzerinnen mit Bauchtanz, Säbeltanz und Schleiertanz.

Herr Litzel spielte zwischen den Tanzeinlagen altbekannte Schlager und Stimmungsmusik, die zum Mitsingen und Mitschunkeln einlud. Trotz der großen Hitze – es war der bisher heißeste Tag bei fast 40 Grad Celsius – war die Stimmung gut und vereinzelte Tanzpaare wurden auch gesehen.

Alte Heimatlieder wurden dann noch von der Musikgruppe unter der Leitung von Frau Aldag vorgetragen. Sechs Bewohnerinnen begleiteten mit ihren Trommeln immer die erste Strophe mehrerer Volkslieder, die von weiteren Bewohnern gesungen wurden. Die Gäste stimmten gerne mit ein.

Für das leibliche Wohl sorgte wie immer unser Küchenteam mit leckeren Grillspezialitäten. Ein herzliches Dankeschön geht an unsere Feuerwehrmänner Herr Löffler und Herr Goger, die sich um den Ausschank kühler Getränke kümmerten, und auch an die Ehrenamtlichen, die uns bei der Betreuung unterstützten.

Julia Schütz, Betreuungsdienst



November

2.11.15	Montag	14.30 Uhr	KAFFEEMUSIK Herr Liepner spielt alte Schlager auf dem Keyboard	Speisesaal
5.11.15	Donnerstag	15.30 Uhr	ERZÄHLCAFÉ	Speisesaal
6.11.15	Freitag	10 Uhr	SITZTANZ Bewegung zur Musik mit Frau Keller	Speisesaal
10.11.15	Dienstag	14 Uhr	MÄNNERSTAMMTISCH Gemütliches Beisammensein bei Brezeln und Bier	Speisesaal
11.11.15	Mittwoch	15.30 Uhr	BINGO mit OSHG und Betreuungsdienst	Speisesaal
12.11.15	Donnerstag	15 Uhr	VORTRAG Parkinson-Selbsthilfegruppe	Speisesaal
16.11.15	Montag	14 Uhr	HANDARBEITSGRUPPE Arbeiten mit Wolle	Speisesaal
18.11.15	Mittwoch	16 Uhr	EVANG. GOTTESDIENST mit Herrn Bücklein	Speisesaal
19.11.15	Donnerstag	15.30 Uhr	DIAVORTRAG mit Herrn Eckel	Speisesaal
20.11.15	Freitag	15.30 Uhr	ROBERT CERATO – „ALTE SCHLAGER“	Speisesaal
25.11.15	Mittwoch	16 Uhr	KATH. GOTTESDIENST mit Pfarrer Dörzapf	Speisesaal
26.11.15	Donnerstag	15.30 Uhr	SINGKREIS mit Frau Aldag	Speisesaal
28.11.15	Samstag	14 Uhr	ADVENTSMARKT	Speisesaal
30.11.15	Montag	14 Uhr	GEBURTSTAGSKAFFEE	Speisesaal



Adventsmarkt

Am 28. November laden wir Sie wieder zum Adventsmarkt in vorweihnachtlicher Stimmung zum Bummeln ein. Lassen Sie sich von den vielen Bastelarbeiten unserer Bewohner und den Weihnachtsdüften von selbst gebackenen Waffeln und Plätzchen auf Weihnachten einstimmen.



Unsere Wochenangebote

MONTAG	10 Uhr	GEDÄCHTNISTRAINING	Anregung des Gedächtnisses durch Erinnerungsarbeit und Quizfragen	Kreativraum
DIENSTAG	10 Uhr	KREATIVES GESTALTEN	Malen und Basteln	Kreativraum
DIENSTAG	10 Uhr	THEMENZENTRIERTES ARBEITEN	Abwechselnd auf den WB, Kleingruppenarbeit zu einem bestimmten Thema	Im Aufenthaltsbereich der Wohnbereiche
MITTWOCH	10 Uhr	FILMVORFÜHRUNG	Altersgerechte Filme werden auf Großleinwand gezeigt	Speisesaal
MITTWOCH	16 Uhr	GOTTESDIENST	1x evangelisch, 2x katholisch im Monat	Speisesaal
DONNERSTAG	10 Uhr	GYMNASTIK MIT MUSIK	Übungen zur Stärkung der Arm- und Beinmuskulatur	Gymnastikraum
DONNERSTAG	15.30 Uhr	ERZÄHLCAFÉ	Diavortrag oder Singkreis	Speisesaal
FREITAG	10 Uhr	SITZTANZ		Gymnastikraum

Koch- und Backgruppe

Wohnbereich A2/A3

Die Idee, zusammen mit den Bewohnern einmal im Monat ein Menü zuzubereiten, gemeinsam zu kochen und dann gemeinsam zu essen, entstand in einer Teamsitzung. Zwei Betreuungskräfte setzten dies dann auch in die Tat um: Es wurde auf der Terrasse gegrillt. Kurzerhand besorgte unsere Einrichtungsleiterin Frau Ehrhardt-Steck einen Grill, der uns auch in Zukunft gute Dienste leisten wird. Grillfleisch, Gemüse und andere verschiedene Zutaten wurden in der Küche bestellt. Aus diesen bereiteten die Bewohner die Salate vor: Tomaten-, Gurken- und Nudelsalat. Auf der Terrasse in unserem schönen Garten wurde eine Tafel gedeckt und es konnte mit dem Grillen losgehen. Die Bewohner erfreuten sich an der Tischdekoration und aßen mit Genuss das frischgegrillte Fleisch mit den selbst zubereiteten Salaten.

Hmmmm ... lecker!



Maschen mit Liebe

Klassische Handarbeit wie Stricken, Nähen oder Häkeln hat es wieder in die Mode geschafft. Die Wertschätzung für Handgemachtes steigt.

Mützen stricken? Tücher häkeln? Täschchen nähen? – Viele Menschen jenseits der 60 wissen genau, was zu tun ist. Sie haben Zeit ihres Lebens Handarbeit gepflegt.

„Alte Liebe“ oder „Wollwerk“ heißen die Projekte, die die Erfahrungen und das handwerkliche Geschick der Senioren mit den Ansprüchen der heutigen Moden verbinden. Die einfache Idee: Handgemachtes in hoher Qualität mit modernem Design. Der Zusatznutzen ist bestechend, denn die Damen, deren Handwerkskunst wieder gefragt ist, erhalten Anerkennung und Wertschätzung. Sie treffen Gleichgesinnte und oftmals auch junge Leute, die diese Art von Kooperation ins Leben rufen. Wir stellen zwei von vielen sympathischen Projekten und Geschäftsideen vor.

Alte Liebe: Im hessischen Kassel haben zwei Designstudentinnen das Mode- und Sozialprojekt „Alte Liebe“ ins Leben gerufen. Hier geht es ganz um hochwertige Mützen, die sich besonders unter Surfern großer Beliebtheit erfreuen. Häkeln wird zu einer sinnstiftenden Tätigkeit in der Gruppe. Mit den Erlösen werden gemeinsame Unternehmungen initiiert sowie Anschaffungen getätigt. Hier geht es – auch – um die Herstellung eines persönlichen Bezugs zwischen den Käufern in Kassel oder in der Ferne:



Jeder Mütze liegt eine Info mit dem Namen der Häkelkünstlerin bei. Mithilfe des beiliegenden Kärtchens kann der Käufer Kontakt aufnehmen und vielleicht sogar ein Foto schicken. Insgesamt 30 ältere Damen sind in Kasseler Seniorenheimen im Rahmen von „Alte Liebe“ aktiv.

Wollwerk: Deine Mütze. Handgestrickt in Karlsruhe. – so lautet das Motto eines Sozialprojekts, das Studierende und Seniorinnen zusammenbringt. Bei Wollwerk ist es der Stricktreff am Donnerstag. Außer hochwertigen Wollmützen schaffen die Handarbeit-Expertinnen auch Schals, Stulpen und Stirnbänder. Der besondere Service für modebewusste Kunden: Man kann mithilfe eines Online-Konfigurators eine Anfrage für seine ganz persönliche Lieblingsmütze stellen. Steht dem Wunsch nichts im Weg, wird er beim Stricktreff umgesetzt.

Jetzt Freude schenken!

Mit unserem Restaurant-Café-Gutschein schenken Sie zu jedem Anlass das Richtige!

Der Gutschein kann für jeden von Ihnen vorgegebenen Betrag ausgestellt werden.

Erhältlich in unserem Restaurant-Café.



INCURA
SANKT SEBASTIAN
SENIOREN-RESIDENZ



**Kurpark-Residenz
Bad Salzschlirf GmbH**
Im Kurpark 2
36364 Bad Salzschlirf
Tel. 06648/9111-0
info@kurparkresidenz.
incura.de



**Senioren-Residenz
Weinheim GmbH**
Sankt Barbara
Am Schlossberg 12
69469 Weinheim
Tel. 06201/7205-400
info@stbarbara.incura.de



**Senioren-Residenz
Linz GmbH**
Sankt Antonius
Am Konvikt 6-8
53545 Linz am Rhein
Tel. 02644/944-0
info@stantonius.incura.de



**Seniorenheim Parkhöhe
Lindenfels GmbH**
Freiensehnerstr. 9
64678 Lindenfels
Tel. 06255/9605-0
info@parkhoehe.incura.de



**Senioren-Residenz
Schifferstadt GmbH**
Sankt Johannes
Hans-Purmann-Str. 31
67105 Schifferstadt
Tel. 06235/4930-0
info@stjohannes.incura.de



**Wohnpark Kranichstein
Betriebsgesellschaft mbH**
Borsdorffstraße 40
64289 Darmstadt
Tel. 06151/739-0
info@wohnpark-
kranichstein.incura.de



**Senioren-Residenz
Dudenhofen GmbH**
Sankt Sebastian
Speyerer Straße 4
67373 Dudenhofen
Tel. 06232/9008-0
info@stsebastian.incura.de



**Senioren-Residenz
Heppenheim GmbH**
Sankt Katharina
Lorscher Str. 1-3
64646 Heppenheim
Tel. 06252/9599-500
info@stkatharina.incura.de



www.incura.de