

KURPARK-RESIDENZ BAD SALZSCHLIRF

Unser Magazin

AUS DER RESIDENZ

England bittet zu Tisch

DIE INCURA-GRUPPE STELLT VOR

Senioren-Residenz
Dettenheim

RATGEBER

Glücksforschung



Glücks-
forschung
positive
Psychologie

Jetzt auch auf
Instagram &
Facebook

Inzwischen gehören die sozialen Medien
auch für die INCURA Gruppe zum digitalen
Alltag. Folgt uns auf Instagram & Facebook.



IN CURA®

GLÜCK IN ZEITEN VON CORONA

Die vergangenen Monate waren nicht gerade eine Hochphase der Glückseligkeit – Corona hat uns beim Glückseligsein ganz schön ausgebremst. Und doch haben wir auch in der Pandemie viele glückliche Stunden erlebt.

Es war spannend zu beobachten, wie sich unser Empfinden von Glück verändert hat. Plötzlich waren es eher die kleinen Dinge, die uns glücklich gemacht haben: ein leckeres Eis, ein schöner Spaziergang mit einer Freundin, ein gutes Buch auf einer schattigen Parkbank.

Solche bewusst erlebten Glücksmomente – das hat die Glücksforschung herausgefunden – sind sowieso viel wertvoller als „das große Glück“, wie etwa ein Lottogewinn. Na, da haben wir ja noch mal Glück gehabt!



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 halten Sie die Herbstausgabe unserer Hauszeitung in der Hand. Als Erinnerung an die vergangenen, warmen Sommermonate haben wir für Sie einige unserer schönsten Momente und Erlebnisse zusammengetragen.

Wir haben uns von der Jahreszeit Sommer verabschiedet und kommen nun in den goldenen Herbst. Die ersten kühlen Nächte erfrischen die Luft. Die Natur legt ihr schönstes Farbenkleid an und das belebt unsere Sinne, kunterbunte Drachen steigen gen Himmel und lassen uns in Gedanken auch gerne mitschweben und träumen. Der Herbst malt in den allerschönsten Farben.

Aber der Herbst hat auch eine andere Seite, wenn der Nebel den ganzen Tag nicht weichen möchte und alles in eine graue Hülle packt. Dann wird die Natur still und wir stellen uns auf gemütliche Stunden ein. Vielleicht mit einer duftenden Tasse Tee und einem guten Buch.

Ich wünsche Ihnen nun beim Lesen sowie Betrachten der zahlreichen Bilder viel Spaß und von Herzen eine gute Zeit.

*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!**

ENGLAND BITTET ZU TISCH

Auf Initiative unseres neugewählten Einrichtungsbeirats fand dieser Tage erneut ein „Küchenaktionstag“ statt. Der Vorsitzende Michael Schmundt, seines Zeichens britischer Staatsangehöriger, hatte mit Tochter Ute einige leckere Rezepte zusammengetragen, die Küchenleiter Matthias Pappert und sein Team gekonnt umsetzten. Der Tag konnte mit einem herzhaften englischen „Breakfast“ starten, mit Speck und Würstchen, Bohnen, Rührei und Toast. Zum Mittagessen durfte der Klassiker „Fish and Chips“ nicht fehlen, serviert mit einem erfrischenden Minzpesto. Alternativ wurde ein würziger „Cottage Pie“ aus dem Hause Schmundt angeboten. Der süße Nachtisch – ein Apple Crumble – rundete den „Lunch“ ab. Aber auch am Nachmittag blieben keine Wünsche offen, da zu Kaffee oder Tee die obligatorischen „scones with clotted cream and jam“ individuell am Tisch zubereitet wurden. Begleitend sorgte der Betreuungsdienst um Susanne Fett für die Rahmgestaltung des Aktionstages, sprich Deko und die Organisation einer „Foto-Box“ mit englischen Requisiten.

Wie die Bilder zeigen, ein weiterer Aktionstag mit leckerem Essen und Humor.

Susanne Fett BDL



SUCHEN & GEWINNEN

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 31.10.2021.

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



Recht auf Wind im Haar

in jedem Lebensalter

Ein Konzept wird vorgestellt: „Radeln ohne Alter“ ist ein Gemeinschaftsprojekt, dass die ältere Generation weiterhin mobil am gesellschaftlichen Leben teilhaben lassen möchte. Ziel ist es, Älteren und in ihrer Mobilität eingeschränkten Menschen mehr Beweglichkeit, Teilhabe und Freude am Fahrradfahren zu ermöglichen. Die Langsamkeit der Fahrt sorgt für ein intensives Erleben der Natur, gibt Raum für Gespräche und bringt die Menschen der verschiedenen Generationen zusammen.

Dafür stellt das Land Hessen zusammen mit der Arbeitsgemeinschaft Nahmobilität Hessen (AGNH) teilnehmenden Einrichtungen während des Aktionszeitraums gratis E-Fahrrad-Rikschas und weitere Spezialräder zur Verfügung und bietet, in Koopera-

tion mit dem Verein „Radeln ohne Alter Deutschland e. V.“, Hilfestellungen für die Durchführung der Aktion vor Ort. Jörg Peters, Prokurist der Tourismus und Service GmbH Bad Salzschlirf, stellte zunächst den interessierten Mitarbeitern die „Rikscha“ vor und schulte die angehenden „Pilotinnen“ und „Piloten“ am Fahrzeug. Denn schon bald sollen die Residenzbewohner in den Genuss einer Ausfahrt durch unseren herrlichen Kurpark kommen. Gerne können sich Angehörige in die Handhabung des asiatischen Fortbewegungsmittels einweisen lassen und mit ihrem Senior eine Spritztour wagen. Ausgerüstet mit Sicherheitsgurten, Verdeck und Decken zum Schutz an kühleren Tagen, steht dann dem Fahrspaß nichts mehr im Wege.

Susanne Fett, Betreuungsdienstleitung



Wir gratulieren

Hildegard Lerg zum 100. Geburtstag

Hildegard Lerg und Sohn



LEBENSRAUM SONNENTERRASSE

Wie wichtig der Aufenthalt an der frischen Luft und inmitten des Kurparks ist, lernten wir in den vergangenen Monaten besonders zu schätzen. Schon vor der Pandemie in den Sommermonaten ein stark frequentierter Ort, wurde er nun zum Konzertsaal, zum Sonnenstudio, zum Spielcasino und zum Gewächshaus. Einige Gartenfreunde rund um Betreuungsassistentin Martina Plappert nutzten die Gelegenheit, unsere Pflanzgefäße aus dem Vorflur einer nachhaltigen Verwendung zuzuführen. Nachdem zusätzliche Löcher für die richtige Bewässerung gebohrt wurden, fanden Tomatenstöcke, und Küchenkräuter wie Pfefferminze, Bohnenkraut, Liebstöckel, Zitronenmelisse, Schnittlauch und vieles mehr ein neues Zuhause. Nun treffen sich die Gartenfreunde zum regelmäßigen Gießen und erfreuen sich beim Zupfen und Reiben der Blätter an den vielfältigen Düften. Mit erwartungsvoller Freude sieht man nun der ersten Tomatenernte entgegen. Vielen Dank für diese schöne Idee und weiterhin einen grünen Daumen wünscht Betreuungsdienstleitung Susanne Fett.



GRATULATION ZUR BESTANDENEN PRAXISANLEITERPRÜFUNG

Wir gratulieren unseren Mitarbeitern: **Claudia Döring, Nadine Stier und Fabian Schütz** zur bestandenen Prüfung zum Tutor.

Am 13. Juli 2021 fand die feierliche Übergabe im BBZ Mitte Fulda statt. Christian Plappert (stellvertretender Pflegedienstleiter) und Kathrin Simon (Wohnbereichsleitung) gratulierten den frisch gebackenen Tutoren.

Wir freuen uns auf eine gute Zusammenarbeit und sind für die Ausbildung unserer Auszubildenden jetzt bestens gerüstet.

Annette Kriegelstein, Pflegedienstleitung



WIE DIE ZEIT VERGEHT

Am 1. Juli 2021 feierte unser Mitarbeiter **Christian Plappert** seinen Ehrentag. Vor 15 Jahren – am 1. Juli 2006 – durften wir Herrn Plappert als neuen Mitarbeiter in der Kurpark-Residenz begrüßen. Bis zum heutigen Tag hat Herr Plappert unter anderem die Weiterbildung zur Wohnbereichsleitung und viele Qualifikationen, wie z. B. Hygienemanagement- und PEKO-Beauftragter durchlaufen. Neben seiner Tätigkeit in unserer Einrichtung absolvierte er außerdem sein Studium im Bereich Pflegemanagement. Er arbeitet als Wohnbereichsleitung, stellvertretende Pflegedienstleitung sowie als Hygienebeauftragter im Gesundheitswesen in unserem Hause. Somit ist Herr Plappert ein wichtiger Baustein in der Unternehmensentwicklung. Vielfältig unterstützt er die Ein-



richtung und bildet durch seine Erfahrung und sein Können eine wichtige Säule der Kurpark-Residenz. Herrn Plapperts Engagement und Wissen schätzen wir sehr. **Zum 15-jährigen Betriebsjubiläum unsere herzlichsten Glückwünsche!**

Zum langjährigen Dienstjubiläum konnten wir **Martina Plappert** und **Holger Weller** aus dem Betreuungsdienst gratulieren. Wir sagen herzlichen Dank für die gute Arbeit, ihre kreativen Ideen, Geduld und Einfühlungsvermögen bei Ihrer täglichen Arbeit mit unseren Senioren und Ihrem stetigen Einsatz sowie die gute Zusammenarbeit in unserer Kurpark-Residenz!



10-jähriges Jubiläum
Herr Weller



5-jähriges Jubiläum
Frau Plappert

Die INCURA-Gruppe stellt vor

Senioren-Residenz Dettenheim

Mit viel Engagement meistert die moderne Pflegeeinrichtung den Spagat zwischen der Jungen Pflege und den Angeboten für Seniorinnen und Senioren.

Die einen lieben Heavy Metal, die anderen hören lieber Volksmusik: In der Senioren-Residenz Dettenheim im Landkreis Karlsruhe leben Menschen zwischen Mitte 30 und knapp hundert Jahren. Das Haus bietet zwölf Plätze in der Jungen Pflege, hat einen speziellen behüteten Bereich für Demenzerkrankte und einen „ganz normalen“ Pflegebereich für Senioren. Hinzu kommen 26 seniorengerechte Apartments in einem separaten Gebäude.

„Die Vielfalt unserer Bewohnerinnen und Bewohner ist wirklich groß“, erzählt Einrichtungsleiterin Maïke Schwan. „Es ist für uns eine spannende Aufgabe, ihren zum Teil ganz unterschiedlichen Bedürfnissen gerecht zu werden.“ Die vielen Angebote, Veranstaltungen und Feste zum Beispiel werden so gestaltet, dass für alle Altersgruppen etwas Passendes dabei ist. Dabei probieren alle gerne Neues aus, wie etwa die Zaubertisch-Spielekonsole im Demenzbereich. Eine weitere Besonderheit ist die moderne, klare und durchdachte Architektur und Ausstattung des 2019 errichteten Gebäudes. Hier ist alles auf die Pflege ausgerichtet. „Ausgesprochen wichtig ist es uns, die

Privatsphäre unserer Bewohner zu respektieren“, sagt die Einrichtungsleiterin. „Jedes Zimmer hat zum Beispiel ein Türschloss sowie eine Klingel und meine Mitarbeitenden melden sich immer an, wenn sie ein Zimmer betreten.“ Dieser Hotelcharakter komme bei Bewohnern und Angehörigen sehr gut an.

Überhaupt ist das Miteinander im Haus sehr wertschätzend, respektvoll und partnerschaftlich – auch innerhalb des jungen Arbeiterteams. Jeder hat hier die Möglichkeit, eigene Ideen, Wünsche oder Kritik offen einzubringen. Aus- und Fortbildungen werden intensiv gefördert. Maïke Schwan: „Ich bin super stolz auf meine Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter. Hier ziehen alle an einem Strang und ich kann mir kein besseres Team wünschen!“



10. Einrichtungsbeirat

Am 26. April war es so weit: Nach 2-monatiger Wahlvorbereitung und Vorstellung der neuen bzw. noch amtierenden Kandidaten/-innen konnten die Bad Salzschlirfer Residenz-Bewohner ihre neue Interessenvertretung wählen.

Frau Töne beglückwünschte die Mitglieder des neu-gewählten Einrichtungsbeirats mit einem Blumenstrauß und verabschiedete Hannelore Sippel nach vier erfolgreichen Jahren im Amt, sowie Waltraut Weber.

In den kommenden beiden Jahren warten wieder vielfältige und interessante Aufgaben auf unsere Interessenvertretung. So hat z. B. jede Etage im Pflegebereich und auch das „seniorengerechte Wohnen“ seine feste Bezugsperson im Beirat. Dies bedeutet, dass die Mitglieder neue Bewohner in der Einrichtung begrüßen und ihnen in der Eingewöhnungsphase hilfreich zur Seite stehen. Sie gratulieren zu Geburtstagen, gehen mit Mitbewohnern spazieren oder haben einfach ein offenes Ohr für Sorgen und Nöte. Mit Küchenleiter Mathias Pappert trifft man sich

14-täglich, um gemeinsam den Speiseplan abzustimmen oder Küchenaktionstage zu planen. In den monatlichen Sprechstunden werden Anregungen von Mitbewohnern und Mitarbeitern gesammelt und Einrichtungsleitung Anja Töne vorgestellt.

Der Wahlausschuss um Betreuungsdienstleitung Susanne Fett möchte es an dieser Stelle nicht versäumen, sich für die gute Wahlbeteiligung zu bedanken. Denn in anderen Einrichtungen ist es durchaus nicht selbstverständlich, dass sich genügend Kandidaten zur Bildung des Bewohnergremiums finden und eine Wahl durchgeführt werden kann.

72 Bewohner haben dann auch gerne am Wahltag ihre Stimmen abgegeben, sodass in der ersten Besprechung Herr Michael Schmundt zum ersten Vorsitzenden und Frau Dagmar Stubenhöfer zu seiner Stellvertreterin berufen wurden. Allen frisch gebackenen Mitgliedern wünschen wir für ihre Amtszeit viel Freude am gemeinsamen Tun und freuen uns auf eine gute und kreative Zusammenarbeit.

Susanne Fett Betreuungsdienstleitung



101. Geburtstag

von Frau Motzny

Am 9. Juli 2021 konnte Frau Motzny ihren 101. Geburtstag feiern. Mit drei großen Geburtstagstorten wurde Frau Motzny überrascht und ihr der Beginn des neuen Lebensjahres versüßt. Zum Kreis der Gratulanten gehörten u. a. ihre Kinder und Frau Kriegelstein, Pflegedienstleitung. Die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter des Betreuungsdienstes gratulierten ihr mit einem fröhlichen Geburtstagsständchen. Frau Motzny freute sich sehr über die vielen Glückwünsche und sieht voller Erwartung und Zuversicht ihrem 102. Geburtstag entgegen.



TAG DER PFLEGE

Zum Tag der Pflege verwöhnen die Einrichtungsleitung Frau Töne und Pflegedienstleitung Frau Kriegelstein die Mitarbeiter/-innen mit leckerem Essen vom Grill und möchten damit ein Dankeschön aussprechen für den Einsatz und das Engagement.





WOCHENAKTIVITÄTEN

Montag	10.00 Uhr	Handarbeitskreis mit Adelheid Eurich	Hobbyküche
	10.00 Uhr	Einrichtungsbeirat mit Susanne Fett	Bastelraum
	10.30 Uhr	Speiseplanbesprechung, 14-tägig	Bastelraum
	10.30 Uhr	Sprechstunde mit S. Fett und A. Töne, monatlich	Bastelraum
	10.30 Uhr	Gesellschaftsspiele mit Holger 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
Donnerstag	16.00 Uhr	Klangtherapeutische Erlebnisgruppe, 14-tägig	Gymnastikraum
	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
Freitag	16.00 Uhr	Musik-Gymnastik mit Martina Plappert, Ulrike Eifert	WB 3
	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



Glücksforschung

Was Menschen glücklich macht

Was macht uns wirklich glücklich? Das herauszufinden, ist Ziel der Glücksforschung. Die Wissenschaft geht der Frage nach, ob, wann und warum Menschen sich glücklich fühlen – zum Beispiel durch Studien oder Umfragen. Dabei liefert sie wichtig Erkenntnisse für unseren Alltag.

Manchmal fühlt es sich an wie ein wildes Kribbeln im Bauch. Das Herz klopft, die Hände zittern. Manchmal ist es eher wie ein sanftes, zufriedenes Grundrauschen, das von Kopf bis Fuß spürbar ist. Glück hat viele Formen und wird im ganzen Körper empfunden. Doch eigentlich entsteht dieses Gefühl vor allem im Gehirn. Zum Beispiel im Belohnungszentrum, wo Glückshormone wie Dopamin oder Endorphin ausgestoßen werden.

Doch was ist Glück eigentlich? Was erzeugt es? Wann fühlt man es und wie? Fragen wie diesen geht die Glücksforschung nach, zu der verschiedene Disziplinen wie die Psychologie, Medizin oder Soziologie gehören. Unterschieden wird dabei zwischen dem Zufallsglück – also unvermutetem Glück wie zum Beispiel bei einem Lottogewinn – und Lebensglück. Also wenn ein Mensch sein Leben als durchweg sinnföhrllt, zufrieden und positiv empfindet.

Wichtig dabei: Glück ist ein höchst subjektives Gefühl. Was den einen Menschen glücklich macht, kann bei einem anderen Menschen genau das Gegenteil erzeugen. Und doch hat die Glücksforschung einige Faktoren gefunden, die für die allermeisten Menschen göltig sind. Dies sind: wertvolle Beziehungen, finanzielle Sicherheit, eine befriedigende Arbeit,

Gesundheit, persönliche Freiheit und Spiritualität. Wenn diese Basis stimmt, können wir unseren Alltag so gestalten, dass wir mehr Glücksmomente erleben und langfristig glöcklicher sind. Tipps dazu haben wir hier für Sie zusammengefasst. Viel Glück dabei!

Diese einfachen Übungen machen glücklich

- 1. Überlegen Sie sich täglich fünf Dinge, für die Sie dankbar sind.** Dankbare Menschen sind laut Studien glöcklicher und zuversichtlicher.
- 2. Jeden Tag Zeit im Freien verbringen.** Frische Luft, Bewegung und eine natürliche Umgebung steigern das Glücksempfinden.
- 3. Jeden Tag jemandem ein Kompliment machen.** Glück ist ansteckend! Ist unser Gegenüber glöcklich, werden wir selbst glöcklicher.
- 4. Setzen Sie auf Erlebnisse statt auf Materielles.** Dinge verlieren irgendwann ihren Reiz. Gemeinsame Erfahrungen machen länger glöcklich.
- 5. Werden Sie kreativ!** Ob schreiben, malen oder musizieren: Kreative Tätigkeiten machen besonders glöcklich.

Lust auf Ehrenamt?

Gerne lassen wir Ihnen unverbindlich unser Informationsmaterial hierzu zukommen. Wenden Sie sich per Telefon, Brief oder E-Mail direkt an die entsprechende Einrichtung. Wir freuen uns auf Sie!



IN CURA
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