

SENIORENHEIM PARKHÖHE LINDENFELS

Unser Magazin

AUS DER RESIDENZ

Ostern
in Corona-Zeiten

DIE INCURA-GRUPPE STELLT VOR

Senioren-Residenz
Sankt Sebastian

RATGEBER

Märchenstunde



Märchen-
stunde:
Es war
einmal...

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®

EINZUG TROTZ CORONA JEDERZEIT MÖGLICH

Der Einzug in eine Pflegeeinrichtung ist für ältere Menschen ein großer Schritt. Vor allem mitten in der Pandemie. Doch in unseren Senioren-Residenzen ist die Aufnahme neuer Bewohnerinnen und Bewohner auch während Corona ganz alltäglich.

Erstgespräche, Haus-Besichtigungen oder Einzüge in unsere Einrichtungen sind jederzeit möglich und werden coronakonform (mit Maske, Abstand, Desinfektion, Tests ...) gestaltet. Generell arbeiten wir mit umfangreichen Infektionsschutz-Konzepten, die eng mit den Behörden abgestimmt sind.

Sie suchen einen Platz für sich oder Angehörige? Wir informieren Sie gerne über alle Details!

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),

Sie alle kennen mich als Pflegedienstleiterin der Parkhöhe. Seit 1. April 2021 – Sie haben es vielleicht schon gehört – habe ich die Einrichtungsleitung unseres Hauses übernommen. Eine wunderbare Aufgabe, auf die ich mich sehr freue!

Mitten in der Corona-Pandemie ist die Leitung einer Altenpflegeeinrichtung sicher kein Leichtes. Doch mit Stolz und Vertrauen blicke ich auf die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter der Parkhöhe, die allesamt hochprofessionell arbeiten – von der Verwaltung über Hauswirtschaft, Service und Küche bis zur Pflege und Betreuung. Ihrer Kompetenz ist es zu verdanken, dass wir unseren Bewohnerinnen und Bewohnern auch in Zeiten wie diesen Schutz, Sicherheit und Geborgenheit bieten können.

Es ist mir ein Herzensanliegen, dass alle Seniorinnen und Senioren sich mit ihren ganz eigenen Anforderungen, Bedürfnissen und Wünschen in der Parkhöhe wohl und gut aufgehoben fühlen. Damit ich dafür die Verantwortung tragen kann, braucht es viel Austausch und Rückmeldung. Also bitte scheuen Sie sich nicht, mich jederzeit mit Ihren Anliegen anzusprechen – ich bin gerne für Sie da!

*Ihre Sabine Blessing,
Einrichtungsleitung*

Kleine Kräuterkunde

Frühlingskräuter

Am Nachmittag setzte ich mich mit einigen Bewohnerinnen und Bewohnern zusammen, stellte ihnen ein Töpfchen mit Löwenzahn, Gänseblümchen, Veilchen und Brennesseln zur Anschauung auf den Tisch. Alle erkannten die Kräuter auf Anhieb und gaben ihr Wissen zum Besten. Da es früher noch nicht so eine gute ärztliche Versorgung gab, halfen sich die Menschen häufig mit Kräutern.

Kräuter im Garten anzupflanzen, war selbstverständlich. Von Generation zu Generation wurde das Wissen weitergegeben.

So sprudelten Geschichten :

- Sie mussten für die Soldaten Brombeerblätter für Tee pflücken.
- Bei Fieber Wadenwickel.
- Bei Ohrenschmerzen angewärmtes ÖL (1-2 Tropfen) in die Ohren träufeln.
- Junge Löwenzahnblätter als Salat zubereiten, als Augenschmaus mit Veilchen und Gänseblümchen garnieren.
- Bei Husten eine Zwiebel aushöhlen Zucker hinein, einige Zeit stehen lassen, bis es eine honigartige Konsistenz hatte.



MARIENKÄFER-ZÄHLUNG

Viele Bewohner warteten wieder gespannt auf die neue Ausgabe der Hauszeitung, um beim Gewinnspiel teilzunehmen. Auf allen Wohnbereichen wurde wieder fleißig gesucht und gezählt. Die Mitarbeiter des Betreuungsdienstes nahmen die gezählten Werke in Empfang, die dann in den großen Lostopf geworfen wurden. Und dann zog Herr Schellhass, unser „Glückskäfer“, den Gewinner der Frühlingsausgabe. Herrn Klietz wurde der Gutschein überreicht und zu seinem Gewinn gratuliert.



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

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 30.07.2021.

Rezept

Feta-Melonen-Salat

Zutaten (4 Personen)
½ bis 1 Wassermelone
200 g Feta
100 g Oliven
etwas Minze oder Basilikum

Dressing:
50 ml Olivenöl
20 ml Balsamico-Essig
2 TL Senf
2 TL Honig
¼ TL Salz

Zubereitung
Öl, Balsamico-Essig, Senf, Honig und Salz in eine kleine Schüssel geben. (Tipp: Mit dem Salz sparsam sein, da sowohl Feta als auch Oliven ohnehin sehr salzig sind.) Die Zutaten kräftig mit einem Schneebesen oder mit einer Gabel verrühren.

Die Melone in mittelgroße Würfel schneiden und in eine große Salatschüssel geben. Den Schafskäse in grobe Stücke zerbröckeln oder in Würfel schneiden. Nach Wunsch Oliven dazugeben.

Das Dressing über den Melonensalat gießen und alle Zutaten gut miteinander vermengen. Die Kräuter und die gezupften Blätter auf den Salat geben.



Ostern in Corona-Zeiten

Auch in diesem Jahr fiel Ostern anders aus. Keine großen Treffen, keine Familienfeiern, kein Gottesdienst. Ostern in Zeiten des Corona-Virus bedeutet, dass wir nur im kleinen Kreis und mit Abstand feiern können. Zu Ostern überraschte der Betreuungsdienst unsere Bewohner mit einer kleinen Aufmerksamkeit und sorgte für viel Freude. So wurde zu Ostern gebastelt. Es wurden, zum Beispiel, in mehreren Schritten Einzelteile aus Filz, buntem Papier ausgeschnitten, Servietten gerollt und dann zu einem kleinen Eisbecher zusammengeklebt. Mit Freude machten die Senioren mit oder schauten beim Basteln interessiert zu. Ihr Lächeln war unser größtes Geschenk.



Die INCURA-Gruppe stellt vor

Senioren-Residenz Sankt Sebastian

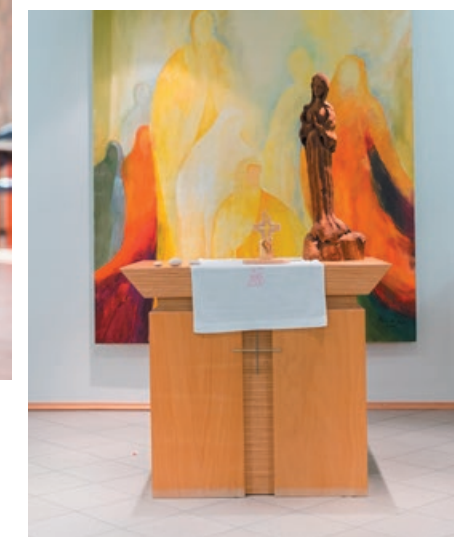
Die Senioren-Residenz Sankt Sebastian in Dudenhofen ist eine der kleinsten Einrichtungen der INCURA Gruppe. Hier geht es besonders familiär zu – vor allem seit Corona.

Sankt Sebastian liegt zwar zentral im pfälzischen Dudenhofen und ist gut eingebunden ins Ortsgeschehen, trotzdem vermittelt das Haus eine besondere Ruhe, Entspannung und Beschaulichkeit. Im geschützten Innenhof kann man gemütlich in der Sonne sitzen, Therapiehund Balu kommt seit dem Frühling regelmäßig zum Kuscheln vorbei und die Gemeinschaft im Haus ist eng verbunden. Mit 84 Plätzen für die stationäre Pflege und Kurzzeitpflege sowie 15 Miet-Apartments hat Sankt Sebastian eine überschaubare Größe.

„Wir haben schon immer einen engen Zusammenhalt“, beschreibt die stellvertretende Einrichtungsleiterin Gabriele Schäfer. „Durch die Pandemie aber sind unsere Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter noch stärker zusammengewachsen, und auch die Beziehung zwischen den Bewohnern, Pflegern und Betreuern ist noch enger geworden. Jeder hilft jedem – das ist einfach wunderbar.“ Der Betreuungsdienst ist sehr engagiert und viele Aktionen werden über die

Arbeitsbereiche hinweg gemeinsam umgesetzt, zum Beispiel das wöchentliche Länderfrühstück.

Eng ist auch der Kontakt nach Dudenhofen, denn Sankt Sebastian ist fester Bestandteil der Ortsgemeinde. Viele Bürger, Vereine, Kitas und der Bürgermeister kommen – wenn nicht gerade Corona ist – regelmäßig zu Besuch. Ob zum Mittagstisch ins Restaurant oder zu den vielen Festen und Veranstaltungen. Sankt Sebastian ist eben ein Ort zum Rundum-Wohlfühlen!



APRIL, APRIL

Der weiß nicht, was er will.
Bald lacht der Himmel klar und rein,
Bald schau'n die Wolken düster drein,
Bald Regen und bald Sonnenschein!

Was sind mir das für Sachen,
Mit Weinen und mit Lachen
Ein solch' Gesaus' zu machen!
April! April!
Der weiß nicht, was er will.

O weh! O weh!
Nun kommt er gar mit Schnee!
Und schneit mir in den Blütenbaum,
In all den Frühlingswiegentraum!
Ganz greulich ist's, man glaubt es kaum:

Heut' Frost und gestern Hitze,
Heut' Reif und morgen Blitze;
Das sind so seine Witze.
O weh! O weh!
Nun kommt er gar mit Schnee!

Heinrich Seidel



*Wir trotzen dem
Aprilwetter...*

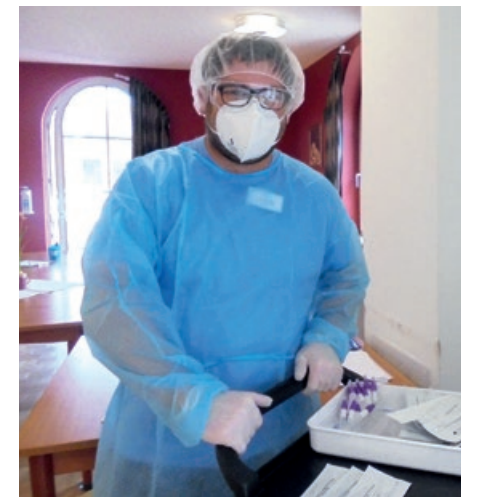


Christian Wolf

Corona-Test

Mein Name ist Christian Wolf, ich bin examinierter Altenpfleger. Seit drei Wochen bin ich für die Corona-Testungen im Haus zuständig. Nach einer ausführlichen Einweisung und einem Zertifikat fühle ich mich bei meiner neuen Aufgabe sehr wohl.

Bei der Wartezeit bis zum Testergebnis komme ich mit den Angehörigen, Bewohnern und Mitarbeitern näher ins Gespräch. Dabei erfahre ich, dass die meisten Angehörigen sehr zufrieden mit der Besucherreglung und Testung hier im Haus sind. Es ist für mich eine neue Erfahrung, die ich aber mittlerweile sehr gerne mache. Ich bin immer sehr froh, wenn alle Tests negativ sind, damit die Besucher zu ihren Angehörigen können.







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

WOCHENAKTIVITÄTEN

Montag	10.30 Uhr	Speiseplanbesprechung Speisevorschläge, mögliche Kritik, Verbesserungen	Gymnastikraum
Mittwoch	10.00 Uhr	Gymnastik Sturzprophylaxe und Bewegungsübungen	Gymnastikraum
	14.00 Uhr	Spaziergang, Ausflug, Einkaufsfahrten Nähere und weitere Umgebung	alle WB
Donnerstag	16.00 Uhr	Gottesdienst im Wechsel evangelisch und katholisch	Gymnastikraum
Freitag	10.00 Uhr	Hauswirtschaftliches Angebot Backen, Kochen, Handarbeiten	Gymnastikraum
Samstag	13.00 Uhr	Wöchentlich wechselndes Angebot Kreatives Gestalten, Kosmetik und Wellness, individuelle Zimmerbesuche	Gymnastikraum
Täglich	12.30 Uhr	Mittagstisch für Gäste und Besucher Tägliches Angebot für Bürger der Umgebung	alle WB
		Betreuung bei den Mahlzeiten	alle WB
		Betreuung der Bewohner(innen) in Gruppen und individuell	alle WB



Hinweis zu unseren
Veranstaltungen

Bei Erstellung dieses Heftes konnten wir noch nicht abse-
hen, 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!



Märchenstunde

Eine Reise durch die fabelhafte Welt
der Gebrüder Grimm

**Ob Rotkäppchen, Brüderchen und Schwesterchen
oder der Froschkönig: Wir alle sind mit den klassi-
schen Märchen der Gebrüder Grimm großgeworden.
Doch lohnt es sich heute noch, Märchen zu lesen?**

Märchen sind eine Welt für sich. Sie sind relativ ein-
fach gestrickte Erzählungen, die einem stets gleichen
Schema folgen. Von Beginn an sind die Figuren in Gut
und Böse aufteilt. Es gibt einen Helden, der das Gute
verteidigt und der im Laufe der Geschichte über sich
hinauswächst. Zum Schluss gewinnt das Gute und das
Böse wird bestraft. Ende gut, alles gut.

Wahrscheinlich ist es diese einfache Erzählstruktur,
die uns Märchen so leicht zugänglich machen. Es gibt
selten Überraschungen und durch die immer gleichen
Abläufe vermitteln Märchen Vertrauen und Gebor-
genheit. Wir können uns darauf verlassen, dass der
Übeltäter zu Fall gebracht wird und die Menschlichkeit
gewinnt. Zudem vermitteln Märchen eine ganz eigene
Traumwelt, in der Magie und Zauberei alles möglich
machen können. Tische decken sich von selbst, Tiere
können sprechen und Goldtaler fallen vom Himmel.
In dieser Welt mit Prinzessinnen, Drachen und Feen
können wir uns stundenlang verlieren und der Kreati-
vität freien Lauf lassen.

„Märchen sind mehr als wahr. Nicht, weil sie uns sagen,
dass es Drachen gibt. Sondern weil sie uns sagen, dass
Drachen besiegt werden können.“

Gilbert Keith Chesterton

Zugleich sind Märchen auch grausam. Da werden
Hexen verbrannt, Kinder ausgesetzt und Wölfe im

Brunnen ertränkt. Ursprünglich – das muss man
wissen – waren Märchen nicht als Unterhaltung für
Kinder, sondern für Erwachsene gedacht. Die alten
Volkserzählungen wurden über Generationen hinweg
mündlich überliefert. Die Brüder Jacob und Wilhelm
Grimm haben die Erzählungen erstmals gesammelt
und aufgeschrieben. 1812 erschien der erste Band ihrer
„Kinder- und Hausmärchen“. 1815 folgte der zweite
Band, der sich deutlich mehr an Kinder richtete und
nun auch pädagogische und moralische Elemente
enthielt.

Grimms Märchen wurden bei Jung und Alt auf der
ganzen Welt beliebt – trotz oder gerade wegen der
Gewalt. Experten meinen, dass Märchen durch das
dargestellte Böse Kraft, Trost und Mut geben und die
Leser ermutigen, Probleme im Alltag zu lösen. Viele
Ältere lieben Märchen vor allem, weil sie sie an ihre
Kindheit erinnern oder an die Zeit, als die eigenen Kin-
der klein waren. Die alten Geschichten trainieren das
Langzeitgedächtnis, sie beflügeln die Seele und lassen
den Geist zur Ruhe kommen. Es lohnt sich also alle-
mal, zur Märchensammlung zu greifen. Denn Märchen
sind einfach zeitlos!

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
PARKHÖHE LINDENFELS
SENIOREN-RESIDENZ

SENIORENHEIM PARKHÖHE LINDENFELS GMBH
Freiensehnerstr. 9 · 64678 Lindenfels
Telefon 06255/9605-0 · info@parkhoehe.incura.de

WEITERE STANDORTE

SENIOREN-RESIDENZ HEPPENHEIM GMBH

Sankt Katharina
Telefon 06252/9599-500

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

SENIOREN-RESIDENZ LINZ GMBH

Sankt Antonius
Telefon 02644/944-0

KURPARK-RESIDENZ BAD SALZSCHLIRF GMBH

Telefon 06648/9111-0

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