

SANKT JOHANNES POST

Winter/2017



Das Magazin der INCURA GmbH

Sankt Johannes
Projekttag
„Global Day of Service“

Sankt Johannes
Oktoberfest

Gut zu wissen
**Himmlische
Schokolade**

*Christ
kindlesmarkt
in Nürnberg*



Wohnen. Leben. Sicherheit. www.incura.de

INCURA®

Nürnberg

Nostalgie pur auf dem schönsten Weihnachtsmarkt Deutschlands.

Ein Besuch auf dem Nürnberger Christkindlesmarkt ist wie eine nostalgische Reise in die gute alte Zeit: überall rot-weiße Buden, festlicher Lichterglanz, Holzspielzeug, handgearbeiteter Baum-schmuck und weihnachtliche Klänge. Die ganze Altstadt ist erfüllt vom Duft nach Glühwein, Gewürzen, Lebkuchen und Bratwürsten. Nirgendwo sonst spürt man den Zauber der Weihnacht so hautnah wie hier. Dazu tragen auch traditionelle Bräuche wie die stimmungsvolle Eröffnung des Marktes durch das „Christkind“ oder der Lichterzug der Nürnberger Schulkinder bei, wenn tausende Laternen die Stadt in zauberhaftes Licht tauchen. Eine perfekte Einstimmung auf Weihnachten!



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),

es geht Ihnen doch bestimmt auch so: Da blinzelt man gefühlt mal kurz mit den Augen – und schon ist das Jahr rum.

Aber eben nur die schöne Zeit geht schnell rum und somit können wir ja zufrieden sein. Lassen Sie das Jahr doch einmal gedanklich Revue passieren und ziehen Sie Ihr Resümee.

Was hat Ihnen besonders gut gefallen, was weniger? Gibt es Menschen, die Ihr Leben 2017 beeinflusst haben oder ist da jemand, zu dem Sie unbedingt mal wieder Kontakt aufnehmen sollten? Was sind Ihre guten Vorsätze für 2018, oder sind Sie der Meinung, dass alles so bleiben darf, wie es ist?

Egal wie. Wir freuen uns sehr, dass wir Sie auch ins neue Jahr begleiten dürfen und wünschen uns wieder viele fröhliche Feste, gute Gespräche und einen konstruktiven Austausch mit Ihnen.

Ich habe noch ein paar schöne Gedanken von einem unbekanntem Verfasser gefunden:

„Ich werde immer etwas melancholisch, wenn sich das alte Jahr dem Ende neigt – man tritt von einem von Leben erfüllten, bunten Raum in einen noch leeren, unberührten Saal. Diese plötzliche Leere ist erst einmal etwas seltsam ... doch das Schöne ist, der Raum wartet nur darauf, gefüllt zu werden! Und wir können selbst wählen, was wir hineintun: Hoffnung und Freude, Licht und Liebe, Lachen und Lächeln ... sie sollen die Möbel in Ihrem neuen Jahr sein!“

Bleiben Sie gesund!

*Herzlichst Ihr Daniel Schäfer,
Einrichtungsleitung*

Liebe Bewohnerinnen und Bewohner, liebe Angehörige,

wie bereits an unserem Angehörigen-Abend im September erwähnt, habe ich meine Qualifizierung zur Einrichtungsleitung und zur Pflegedienstleitung im Juli erfolgreich beendet.

Damit unsere Einrichtung möglichst viel Nutzen von meiner Weiterbildung hat, haben Herr Schäfer (Einrichtungsleitung), Frau Kirsch (Pflegedienstleitung) und ich uns überlegt, welche zusätzlichen Aufgaben ich im Haus übernehmen kann. So entschieden wir uns unter anderem dafür, dass ich das Einzugsmanagement sowie das Einstufungsmanagement übernehme und Frau Kirsch in Abwesenheit vertrete. Ein weiterer wichtiger Part ist die Anleitung der Schüler. Hierzu zählen Projekte wie ein monatlicher Schülerstammtisch (wurde bereits durchgeführt und kam sehr gut bei unseren Auszubildenden an) und zusätzliche Praxisanleitertage. So können wir uns als Ausbildungsbetrieb noch besser um unsere Schüler kümmern und somit maßgeblich zur Förderung des Nachwuchses in der Pflege beitragen und dem drohenden Pflegenotstand entgegenwirken.

Natürlich soll mein bisheriger Wohnbereich 2 bei all diesen neuen Aufgaben nicht zu kurz kommen und deshalb haben wir ab sofort Frau Dietz als Wohnbereichsleitung in Trainee eingestellt, die von mir angeleitet wird, bis sie ihre Ausbildung zur Wohnbereichsleitung beendet hat. Nach Beendigung ist dann eine Übernahme des Wohnbereichs durch sie geplant. Frau Dietz ist 25 Jahre jung, lebt in Schifferstadt und ist examinierte Gesundheits- und Krankenpflegerin.

Ich freue mich auf interessante Gespräche mit Ihnen und verbleibe mit herzlichen Grüßen,

Ihre Ramona Strub





Grillfest *Wer zusammen schafft, soll auch zusammen feiern*

Einmal im Jahr werden die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter neben einer Weihnachtsfeier auch zu einem Grillfest eingeladen. „Wer so viel zusammen arbeitet, muss es sich von Zeit zu Zeit auch mal gut gehen lassen“, so Einrichtungsleitung Daniel Schäfer. Leider machte uns dieses Jahr das Wetter einen Strich durch die Rechnung und so wurde kurzerhand nach einer Alternative gesucht – und auch schnell gefunden. Herr Schäfer persönlich ließ es sich nicht nehmen, seinen Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern leckere Flammkuchen im Ofen zuzubereiten, mit sichtlich viel Spaß. In gleich drei leckeren Varianten, Elsässer Art, Feta-Käse mit Peperoni und als süßen Abschluss mit Äpfeln und Rosinen, konnte nach Herzenslust geschlemmt werden.



Ein sehr lustiger und leckerer Abend, der mit guten Gesprächen und vielen Lachern gefüllt war. Ein ganz dickes Dankeschön von Ihrem gesamten Team, lieber Herr Schäfer!

Ökumenischer Erntedank

Gottesdienst in der Senioren-Residenz Sankt Johannes

Auch dieses Jahr feierten die Bewohnerinnen und Bewohner im Oktober wieder konfessionsübergreifend einen schönen Erntedankgottesdienst. An einem herbstlich dekorierten Altar hielten die evangelische Pfarrerin Frau Abel-Pohlack und der katholische Pfarrer Dr. Georg Müller einen Gottesdienst ab.

Viele Bewohnerinnen und Bewohner lobten hinterher ausdrücklich den harmonischen Ablauf und bedankten sich für die lebendige Predigt, deren Anlass das Fest der Ernte bot. Auch ein herzliches Dankeschön an Herrn Hofmann, der den Gottesdienst am Klavier untermalte.



Dezember



2.12.17	Samstag	10.15 Uhr	KRANKENKOMMUNION Herr Steiner feiert Eucharistie mit Ihnen	Restaurant, EG
5.12.17	Dienstag	9.30 Uhr	OPTIK FUCHS kommt zum Brillen-Service-Besuch	3. OG
5.12.17	Dienstag	13.30 Uhr	AUSFLUG mit der „Jungen Pflege“ in die Region, nach Absprache	Treffpunkt im Foyer
6.12.17	Mittwoch	15 Uhr	NIKOLAUSKAFFEE	Restaurant, EG
7.12.17	Donnerstag	16 Uhr	EVANGELISCHER GOTTESDIENST	Wohnzimmer, 2. OG
12.12.17	Dienstag	15.30 Uhr 16.30 Uhr	WEIHNACHTSFEIER für den WB 1 WEIHNACHTSFEIER für den WB 4	WB 1 + 4
13.12.17	Mittwoch	14.30 Uhr	NACHBARSCHAFTSKAFFEE mit den Nachbarn aus dem seniorengerechten Wohnen	Restaurant, EG
14.12.17	Donnerstag	14 Uhr 15.30 Uhr	SPEISEPLANBESPRECHUNG m. d. KL WEIHNACHTSFEIER für die WB 2 + 3	Restaurant, EG
19.12.17	Dienstag	18 Uhr	LEBENDIGER ADVENTSKALENDER mit besinnlichem Programm	Restaurant, EG
20.12.17	Mittwoch	10 Uhr	HÖRGERÄTE-AKUSTIKER kommt zum Hörgeräte-Service-Besuch	3. OG
20.12.17	Mittwoch	15 Uhr	MUSIKALISCHER NACHMITTAG mit den Silberlocken	Restaurant, EG
21.12.17	Donnerstag	16 Uhr	KATHOLISCHER GOTTESDIENST	Wohnzimmer, 2. OG
24.12.17	Sonntag	10.30 Uhr	ÖKUMEN. WEIHNACHTSGOTTESDIENST	Restaurant, EG
31.12.17	Sonntag	15.30 Uhr	SILVESTERNACHMITTAG Bunttes Programm zum Ausklang des Jahres	Restaurant, EG



Angebote für den Gerontopsychiatrischen Wohnbereich sowie für Bewohner/-innen mit eingeschränkter Alltagskompetenz

13.12.17	Mittwoch	10 Uhr	IN DER WEIHNACHTSBÄCKEREI	Essbereich, WB 1
20.12.17	Mittwoch	10 Uhr	IN DER WEIHNACHTSBÄCKEREI	Essbereich, WB 1
24.12.17	Sonntag	15 Uhr	BESINNLICHER WEIHNACHTSNACHMITTAG	Essbereich, WB 1
31.12.17	Sonntag	10 Uhr	„GUTEN RUTSCH“ Bunttes Programm zum Jahresausklang	Essbereich, WB 1



Projekttag „Global Day of Service“ in der Senioren-Residenz

Eigentlich kommt die Idee der Firma Lilly GmbH aus Amerika: Dort heißt sie „Global Day of Service“ und wird seit 2008 jedes Jahr in unterschiedlicher Form umgesetzt. Einen ganzen Tag „spenden“ die Mitarbeiter ihre Arbeitszeit und ihre Arbeitskraft und setzen sich für verschiedene Projekte ein.

„Wir haben uns sehr über die erneute Anfrage gefreut, da die Zusammenarbeit im Jahr 2014 (damals wurde gemeinsam ein Hochbeet gebaut) hervorragend geklappt hat, so Einrichtungsleitung Daniel Schäfer.

Gearbeitet wurde diesmal in zwei Gruppen: Die Lilly-Mitarbeiter/-innen übernahmen den kreativen Part und stellten mit den Bewohnerinnen und Bewohnern Namensschilder für die eigenen Zimmertüren her und gestalteten kleine Stofftaschen. Einen Tisch weiter wurde fleißig Gemüse geschnippelt. Hier stellten die Bewohnerinnen und Bewohner mit den Mitarbeiterinnen des Betreuungsdienstes Salate her, die es später beim gemeinsamen Grillen gab.

Es wurden viele persönliche Gespräche geführt, sodass die Pharmareferenten einen guten Einblick in das Leben der Bewohnerinnen und Bewohner vor dem Aufenthalt in Sankt Johannes bekommen konnten und wie es ihnen heute geht. „Wir nehmen dabei auch viel für uns selbst mit“, bestätigte Alexander Kraus, der regionale Verkaufsleiter. „Sich auf die eigene Gesundheit zu besinnen, aber auch zu fragen, wo der Einzelne noch helfen kann, seien zwei wichtige Aspekte an so einem Tag.“

Wir möchten uns auf diesem Wege nochmals ganz herzlich bei der Firma Lilly für die gute Zusammenarbeit, die Spende in Höhe von 150 € (Material- und Lebensmittelkosten) und den reibungslosen Ablauf bei den sechs fleißigen Pharmareferent/-innen bedanken. Von Berührungspunkten oder Hemmungen war überhaupt nichts zu spüren, beide Seiten gingen völlig unvoreingenommen und offen an die Sache ran. Es war ein ereignisreicher und spannender Tag, an dem viele nette Kontakte geknüpft werden konnten. Auf ein baldiges Wiedersehen!



Gemeinsames Herbstbasteln

Im Oktober kamen die Kinder aus dem Kindergarten „Großer Garten“ wie üblich am ersten Montag im Monat zu Besuch in die Senioren-Residenz. Passend zum Herbst wurde aber diesmal nicht gesungen – es wurden verschiedene Herbsttiere und -männchen gebastelt. Zu Beginn begrüßten sich alle mit dem Lied: „Wir sind hier“. Schnell war geklärt, wer was basteln möchte, und so ging es ohne Berührungspunkte direkt los. Gemeinsam wurde ausgeschnitten, geklebt, gefaltet und gemalt und es entstanden wirklich niedliche Kürbis- und Maismännchen sowie Fledermäuse.

Die Kinder erzählten von ihrem Alltag im Kindergarten und die Bewohner hörten gespannt zu. „Wie pfiffig die Kleinen sind. Schade, dass meine Enkel schon so groß sind“, so eine Bewohnerin. Und eine kleine Dame meinte: „Du hältst das Papier fest und ich schneide es aus.“ Als Stärkung gab es zum Abschluss Kekse und Apfelsaft und es wurden Abschiedslieder angestimmt. Wieder ein sehr schönes Beispiel für unsere gute Zusammenarbeit mit dem Kindergarten und wie schön beide Generationen von solchen gemeinsamen Aktionen profitieren.



Fachkraftzuwachs in Sankt Johannes

Lehrjahre sind keine Herrenjahre – davon kann unsere bisherige Auszubildende Ewa Kerner auch ein Lied singen. Denn die gebürtige Polin hatte nicht nur mit dem ganzen Lernstoff zu kämpfen, sondern musste sich auch immer wieder anstrengen, alles in Deutsch richtig zu verstehen und zu schreiben. „Ich bin wahnsinnig froh, dass ich jetzt erst einmal aufatmen kann und lade meine ganze Familie und die Freunde zu einer großen Feier ein“, so die 39-jährige Altenpflegerin, zu deren Hobbys vor allem Kochen und Backen zählen.

Als Ewa 2006 nach Deutschland kam, begann sie als Hauswirtschafterin in einem Altenheim in Speyer zu arbeiten, da sie in ihrem Erstberuf Bürokauffrau nichts fand. Schnell merkte der dortige Chef, dass Ewa sich gut als Altenpflegerin eignen würde und lag ihr lange mit einer Ausbildung in den Ohren. Nach einem guten halben Jahr Überlegung entschloss sie sich dann

für die Ausbildung. Neben zwei Kindern und dem Haushalt war auch die Entfernung nach Speyer immer wieder ein großer Zeitfaktor, sodass sich Ewa dazu entschloss, in unsere Einrichtung zu wechseln, da sie in Schifferstadt wohnt. Der Wechsel brachte der Ausbildung keinen Abbruch und nun konnte sie mit einem guten Ergebnis das Staatsexamen entgegennehmen. Herr Schäfer und Frau Kirsch überreichten Blumen und ein kleines Präsent und begrüßten Ewa noch einmal ganz herzlich in unserem Team. Wir sind alle mächtig stolz, wieder eine neue Fachkraft auf den Weg gebracht zu haben.

Auf eine gute Zusammenarbeit, liebe Ewa!





Oktoberfest

Im blau-weiß geschmückten Restaurant ist ordentlich was los!

Auch in diesem Jahr erwartete die Bewohnerinnen und Bewohner der Senioren-Residenz Sankt Johannes ein blau-weiß geschmücktes Restaurant und begrüßt wurden die Anwesenden von fesischen Mitarbeiterinnen im Dirndl. Noch vor der offiziellen Eröffnung durch Einrichtungsleitung Herrn Schäfer ließ es sich die Musikgruppe „Edelweiß“ nicht nehmen, mit bekannten Klängen die Stimmung anzuheizen. Zum Auftakt gab es Kaffee sowie frischen Nussstriezel und Herr Schäfer begrüßte alle ganz herzlich.

Zwischendurch gaben die „Sankt Johannes Allstars“ immer wieder eine Playback-Show zum Besten. Egal ob Drafi Deutscher, Helene Fischer, Andrea Berg, Andreas Gabalier oder die Wildecker Herzbuben. Unsere Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter des Betreuungsdienstes sorgten für viele Lacher und verdutzte Gesichter, da einige erst einmal überlegen mussten, wer hinter den liebevoll gestalteten Verkleidungen steckte.

Die ein oder andere Bewohnerin wagte mit Jürgen Sörgel vom Betreuungsdienst sogar ein Tänzchen. Den Abschluss des schönen Festes bildete der typisch p(f)älzische „Schiefe Sack“ mit Bratwurst, Lewwerknödeln, Sauerkraut und Kartoffelpüree. Als Dessert gab es Vanilleeis mit warmen Zwetschgen. „Ein durchweg positives Fest, besonders die tolle Musik hat mir sehr viel Freude bereite“, so eine begeisterte Bewohnerin.

Eine Woche später feierte auch der Wohnbereich „Junge Pflege“ im Essbereich ein kleines Oktoberfest. Hier gab es ein Livekonzert auf Leinwand zu bestaunen und es wurde ein „Bierkrug-Wettstemmen“ in verschiedenen Gewichtsklassen veranstaltet. Die Gewinner konnten sich über eine Urkunde freuen. Im Anschluss gab es auch hier den typisch pälzischen „Schiefen Sack“ sowie Vanilleeis mit warmen Zwetschgen.



Januar

VERANSTALTUNGSKALENDER

4.1.18	Donnerstag	16 Uhr	EVANGELISCHER GOTTESDIENST	Wohnzimmer, 2. OG
9.1.18	Dienstag	13.30 Uhr	AUSFLUG mit der „Jungen Pflege“ in die Region, nach Absprache	Treffpunkt im Foyer
6.1.18	Samstag	10.15 Uhr	KRANKENKOMMUNION Herr Steiner feiert Eucharistie mit Ihnen	Restaurant, EG
8.1.18	Montag	12 Uhr	NEUJAHRSEMPFANG	Restaurant, EG
10.1.18	Mittwoch	14.30 Uhr	GEBURTSTAGSKAFFEE für die Geburtstagskinder von November und Dezember	Restaurant, EG
11.1.18	Donnerstag	14 Uhr	SPEISEPLANBESPRECHUNG mit der Küchenleitung	Restaurant, EG
16.1.18	Dienstag	9.30 Uhr	OPTIK FUCHS kommt zum Brillen-Service-Besuch	3. OG
17.1.18	Mittwoch	10-14.30 Uhr	MODEVERKAUF Marco's Mode	Foyer
17.1.18	Mittwoch	14.30 Uhr	KAFFEE 90+ Jubilare des letzten Halbjahres, die 90 Jahre oder älter geworden sind	Restaurant, EG
18.1.18	Donnerstag	16 Uhr	KATHOLISCHER GOTTESDIENST	Wohnzimmer, 2. OG
23.1.18	Dienstag	13.30 Uhr	AUSFLUG mit den Wohnbereichen 2 + 3 in die Region, nach Absprache	Treffpunkt im Foyer
24.1.18	Mittwoch	14.30 Uhr	NACHBARSCHAFTSKAFFEE mit den Nachbarn aus dem seniorengerechten Wohnen	Restaurant, EG
31.1.18	Mittwoch	15 Uhr	SILBERLOCKEN Musikalischer Nachmittag	Restaurant, EG

Angebote für den Gerontopsychiatrischen Wohnbereich sowie für Bewohner/-innen mit eingeschränkter Alltagskompetenz

10.1.18	Mittwoch	10 Uhr	GEMEINSAMES BASTELN von Glücksbringern	Essbereiche, 1. OG
24.1.18	Mittwoch	10 Uhr	GEMEINSAMES BASTELN von Faschingsdekoration	Essbereiche, 1. OG



Zwiebelkuchen und Neuer Wein

Ende September wurde an einem Dienstagmorgen auf Wohnbereich 1 kräftig geweint. Doch keine Angst, es war lediglich aufgrund der 5 kg Zwiebeln, die geschält und geschnitten werden wollten. Denn so viele Zwiebeln wurden für den Zwiebelkuchen benötigt, den es am Nachmittag zum Weinfest geben sollte. Viele fleißige Hände halfen mit und das Ergebnis konnte sich wirklich sehen und schmecken lassen. Viele Angehörige fanden am Nachmittag den Weg auf den Wohnbereich und ließen sich mit den Bewohnerinnen und Bewohnern den selbst gebackenen Zwiebelkuchen sowie den Neuen Wein und Traubensaft aus Meckenheim schmecken. Herr Hinz begleitete am Schifferklavier die Pfälzer Lieder, die mit allen Anwesenden angestimmt wurden. An dieser Stelle nochmal ein „Herzliches Dankeschön“. Ein wirklich rundum gelungener Nachmittag, der möglichst bald wiederholt werden sollte.



Rezept Zwiebelkuchen ohne Boden

Zutaten (für ein rundes Blech):
 500 g Zwiebeln, weiße, klein geschnitten
 200 g Käse (Emmentaler), gerieben
 200 g Schinken (geräucherter, gewürfelt)
 200 g Mehl
 200 ml Milch
 1 TL gestr. schwarzer Pfeffer
 etwas Kümmelpulver
 3 Eier

Alle Zutaten werden in einer Schüssel miteinander mit einem Löffel verrührt. Zuerst Zwiebeln, Käse, Schinken, Eier, Pfeffer und evtl. Kümmel. Dann wird langsam das Mehl untergerührt und dann die Milch. Die Reihenfolge der Zutaten ist dabei nicht so entscheidend.

Im vorgeheizten Ofen (Umluft 200 °C) auf mittlerer Schiene 30–40 min. backen.

Februar

1.2.18	Donnerstag	16 Uhr	EVANGELISCHER GOTTESDIENST	Wohnzimmer, 2. OG
3.2.18	Samstag	10 Uhr	KRANKENKOMMUNION Herr Steiner feiert Eucharistie mit Ihnen	Restaurant, EG
6.2.18	Dienstag	13.30 Uhr	AUSFLUG mit der „Jungen Pflege“ in die Region, nach Absprache	Treffpunkt im Foyer
7.2.18	Mittwoch	10–17 Uhr	SCHUHVERKAUF der Firma Klütsch	Restaurant, EG
8.2.18	Donnerstag	15.11 Uhr	SCHIFFERSTADT AHOI! Bunter Faschingsnachmittag mit TUSNESIA e. V. aus Neuhofen	Restaurant, EG
15.2.18	Donnerstag	16 Uhr	KATHOLISCHER GOTTESDIENST	Wohnzimmer, 2. OG
20.2.18	Dienstag	9.30 Uhr	OPTIK FUCHS kommt zum Brillen-Service-Besuch	3. OG
20.2.18	Dienstag	13.30 Uhr	AUSFLUG mit den Wohnbereichen 2 + 3 in die Region, nach Absprache	Treffpunkt im Foyer
28.2.18	Mittwoch	15 Uhr	SILBERLOCKEN Musikalischer Nachmittag	Restaurant, EG

Angebote für den Gerontopsychiatrischen Wohnbereich sowie für Bewohner/-innen mit eingeschränkter Alltagskompetenz

6.2.17	Dienstag	15 Uhr	FASCHINGSKAFFEE Bunter Nachmittag mit den Angehörigen	Essbereich, 1. OG
--------	----------	--------	---	-------------------

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

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 31.1.2018. Mit etwas Glück gewinnen Sie eine persönliche Überraschung. Wir wünschen viel Spaß!



Weihnachtlicher Budenzauber in Nürnberg

Welche Stadt hat den schönsten Weihnachtsmarkt Deutschlands? Viele sind der Meinung: Nürnberg. Auf dem weltberühmten Christkindlesmarkt erwartet die Besucher eine nostalgische Mischung aus kulinarischen Köstlichkeiten, regionalem Kunsthandwerk und bezaubernden Veranstaltungen.

Denk ich an Nürnberg, fallen mir sofort Nürnberger Lebkuchen ein. Ob mit Schokoglasur, Zuckerguss oder feinen Mandelhobeln: Das köstliche Obladengebäck darf zu keiner Weihnachtsfeier fehlen. Seit zwanzig Jahren ist der Name übrigens nach EU-Recht geschützt und darf nur für wirklich im Stadt-

gebiet Nürnberg gebackene Lebkuchen verwendet werden.

Überhaupt gehört der Advent zu Nürnberg wie zu keiner anderen deutschen Stadt: Im Dezember begrüßt der berühmte Christkindlesmarkt in der Altstadt Besucher aus aller Welt. Zwei Millionen Menschen kommen Jahr für Jahr – damit ist er einer der größten Weihnachtsmärkte Deutschlands. Die vorweihnachtliche Verkaufsmesse lässt sich bis in die Mitte des 16. Jahrhunderts zurückverfolgen, weswegen der Nürnberger Christkindlesmarkt zu den ältesten Weihnachtsmärkten in Deutschland zählt.

Unverwechselbare Atmosphäre

Manche sagen auch, er sei der schönste Weihnachtsmarkt überhaupt: Überall rund um den Hauptmarkt funkelt und glitzert es. Rund 180 Marktbetreiber – darunter Kunsthandwerker, Händler und Gastronomen aus der Region – präsentieren ihr Angebot in liebevoll dekorierten Buden, die traditionsgemäß mit rot-weiß gestreiftem Stoff bezogen sind. Daher der Name „Städtlein aus Holz und Tuch“. Überhaupt gelten strenge Qualitäts- und Auswahlkriterien. Tannengirlanden aus Plastik zum Beispiel sind verboten, darüber wachen die



Mitarbeiter des Marktamtes. Selbstverständlich gibt es viel nürnbergtypisches zu kaufen: gläserne Christbaumkugeln, handgefertigte Rauschgoldengeln oder Krippenfiguren und Nussknacker aus Holz. Verführerisch duftet es nach Lebkuchen, Glühwein und Rostbratwürstchen. Das Zentrum des Marktes bildet die große Weihnachtskrippe vor der Frauenkirche mit ihren Hirten in fränkischer Tracht. In einem Riesenkessel mit einem Fassungsvermögen von 9.000 Litern blubbert die größte Feuerzangenbowle der Welt.

Seit 1999 haben die Nürnberger Kinder sogar ihren eigenen Christkindlesmarkt: Bei der „Nürnberger Kinderweihnacht“ auf dem Hans-Sachs-Platz drehen prächtige Nostalgie-Karusselle, ein Mini-Riesenrad und eine Dampfisenbahn ihre Runden, während viele Mitmachbuden zum Kerzenziehen, Märchenhören oder Plätzchenbacken einladen. Internationales Flair hingegen kann man auf dem Markt der Partnerstädte erleben, wo sich vierzehn Städte und acht Kommunen aus aller Welt präsentieren.

Prall gefüllt ist nicht nur das Territorium des Christkindlesmarktes, sondern auch sein Veranstaltungskalender. Bereits die Eröffnung am Freitag des ersten Adventswochenendes hat Gänsehautgarantie: Pünkt-

lich um 17.30 Uhr erlöschen rund um den Hauptmarkt die Lichter, dann halten Tausende von Menschen in gespannter Erwartung den Atem an, und alle Augen richten sich auf das „Christkind“ – ein Nürnberger Mädchen, das einen immergleichen feierlichen Prolog spricht. Zu seinem Ende heißt es: „Das Christkind lädt zu seinem Markte ein, und wer da kommt, der soll willkommen sein“. Dann hallen Posaunenklänge über den dunklen Platz und ein Chor singt „Stille Nacht“. Alle Jahre wieder bezaubert auch der Lichterzug Groß und Klein, wenn Tausende Schulkinder ihre mit viel Herzblut gestalteten Laternen zur Kaiserburg hinauftragen und die Stadt in bunten Farben erleuchten. Ein Weihnachtstraum!

Willkommen in Nürnberg

Alle Informationen zu Sehenswürdigkeiten und Unterkünften sowie kostenloses Info- und Kartenmaterial für Ihren Ausflug nach Nürnberg erhalten Sie bei der Tourist-Information Nürnberg-Info, Königstraße 93 in 90402 Nürnberg, tourismus@nuernberg.de
www.tourismus.nuernberg.de
www.christkindlesmarkt.de





MONTAG	10.30–11.30 Uhr	SINGKREIS	Wohnzimmer, 2. OG
	10.30–11.30 Uhr	§ 43 B SINGKREIS	Wohnzimmer, 3. OG
	15.30–16.30 Uhr	§ 43 B HANDWERKSGRUPPE	Werkraum, 1. OG
	15.30–16.30 Uhr	BASTELWERKSTATT	Wohnzimmer, 2. OG
DIENSTAG	10.30–11.30 Uhr	SPORTLICH AKTIV	Wohnzimmer, 2. OG
	10.30–11.30 Uhr	§ 43 B GEHIRN-JOGGING	Essbereich der Jungen Pflege
	10.30–11.30 Uhr	§ 43 B THEMENZENTRIERTES ARBEITEN	Wohnzimmer, 3. OG
	ab 13.30 Uhr	AUSFLÜGE IN DIE REGION	Treffpunkt im Foyer
	15.30–16.30 Uhr	§ 43 B SITZTANZ	Wohnzimmer, 2. OG
	15.30–16.30 Uhr	§ 43 B KÖSTLICHKEITEN SELBSTGEMACHT	Essbereich, 2. oder 3. OG
MITTWOCH	10.30–11.30 Uhr	FUNKTIONALE SPIELE	Wohnzimmer, 2. OG
	10.30–11.30 Uhr	KREATIVES GESTALTEN	Gymnastikraum, 2. OG
	10.30–11.30 Uhr	§ 43 B THEMENZENTRIERTES ARBEITEN	Essbereich, 2. OG
	15.30–16.30 Uhr	BINGO	Essbereich der Jungen Pflege
	15.45–16.30 Uhr	§ 43 B ENTSPANNUNGSÜBUNGEN	Wohnzimmer, 2. OG
DONNERS-TAG	10.30–11.30 Uhr	GEDÄCHTNISTRAINING	Wohnzimmer, 2. OG
	9.30–11.30 Uhr	§ 43 B THEMENZENTRIERTES ARBEITEN	Essbereich, 2. OG und 3. OG
	15.45–16.30 Uhr	§ 43 B BUNTER NACHMITTAG	Wohnzimmer, 2. OG
FREITAG	10.30–11.30 Uhr	GESELLIGE BINGO-RUNDE	Wohnzimmer, 2. OG
	10.30–11.30 Uhr	§ 43 B BINGO	Wohnzimmer, 3. OG
	10.30–11.30 Uhr	§ 43 B SPIELRUNDE	Essbereich der Jungen Pflege
	15.45–16.30 Uhr	§ 43 B HERRENSTAMMTISCH	Wohnzimmer, 3. OG
	15.45–16.30 Uhr	§ 43 B FRAUENSTAMMTISCH	Wohnzimmer, 2. OG
SAMSTAG	10.30–11.30 Uhr	BUNTER VORMITTAG und einmal im Monat KRANKENKOMMUNION	Wohnzimmer, 2. OG Restaurant
SONNTAG	9.30–10.15 Uhr	TV-ÜBERTRAGUNG DES SONNTAGS-GOTTESDIENSTES	Wohnzimmer aller Wohnbereiche
MONTAG BIS FREITAG	9–9.30 Uhr	ZEITUNGSRUNDE	Essbereich, 2. OG
	9.30–10 Uhr	ZEITUNGSRUNDE	Essbereich, 3. OG
TÄGLICH		TÄGLICH INDIVIDUELLE EINZELBESUCHE UND SPAZIERGÄNGE	



Himmlische Schokolade

Manche essen sie wie Brot, andere lassen jedes Bröckchen auf der Zunge zerschmelzen: Schokolade ist ein Geschmackserlebnis und zählt – nicht nur zur Weihnachtszeit – zu den beliebtesten Süßigkeiten der Deutschen.

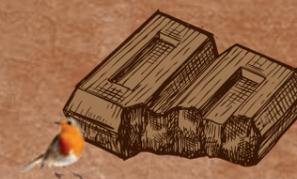
Deutschland ist ein echtes Schokoladenland: Im Durchschnitt nascht jeder von uns zwölf Kilogramm Schokolade pro Jahr. Ungarn, Portugal und Spanien liegen bei nicht einmal vier Kilo. In keinem anderen Land der Welt geht mehr Schokolade über die Ladentheke. Am beliebtesten bei uns sind Tafeln und Riegel aus Zartbitter-, Nougat- oder Vollmilchschokolade sowie neuerdings auch außergewöhnliche Sorten wie Meersalz, Espresso oder Karamell. Auch Trinkschokolade und Pralinen sind natürlich immer ganz oben mit dabei, ebenso Bio-Schokolade mit Zutaten aus ökologischem Anbau.

Rund um die Weihnachtszeit begegnet uns das dunkle Gold in seiner schönsten Form. Bereits vor mehr als 200 Jahren wurden Nikoläuse aus massiver Schokolade hergestellt, etwas später sogar schon als Hohlfiguren in buntem Glanzpapier. Seit dem 19. Jahrhundert verkürzen Schokoladenfiguren in Adventskalendern Groß und Klein das Warten auf das Heilige Fest. Und natürlich werden überall in den Backstuben fleißig Plätzchen und Pralinen aus und mit Schokolade produziert.

Die Basis einer jeden Schokolade bildet die Kakao-bohne. Diese stammt heute meist aus Westafrika, Brasilien oder Asien und wird geröstet, gebrochen, gemahlen, verflüssigt und zum jeweiligen Schokoladenprodukt verarbeitet. Mehr als 2.000 Jahre lang kannte man Schokolade vor allem als nahrhaftes Getränk. Bereits die Olmeken, Maya und Azteken stellten eine Urform der Trinkschokolade her, die allerdings eher bitter oder scharf schmeckte. Der Siegeszug der Schokolade in Europa, so wie wir sie heute kennen, begann im Jahr 1847 mit der Erfindung der ersten gesüßten Tafelschokolade.

Übrigens: Schokolade schmeckt nicht nur himmlisch gut, sie kann auch glücklich machen. Denn Kakao hat einen natürlichen Gehalt an Stoffen wie Polyphenole und Flavonoide, die die Stimmung positiv beeinflussen, Stress abbauen und das Wohlbefinden steigern können. Mit ein, zwei Stückchen Schoki am Tag – am besten mit hohem Kakaoanteil – kann man sich also den Winter ganz ohne schlechtes Gewissen wunderbar versüßen.

**„Schokolade ist Glück, das man essen kann.“
Schriftstellerin Ursula Kohaupt**



Jetzt 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
SANKT JOHANNES
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