

UNSER PARKHÖHBÖTE



Winter/2019

Das Magazin der INCURA GmbH

Parkhöhe
**Ehrenamt
macht Spaß**

Parkhöhe
**Haus- &
Gartenpflege**

Gut zu wissen
**Plastik-Fasten: Es geht
auch mit weniger**

*Verschneiter
Schwarzwald*



Wohnen. Leben. Sicherheit. www.incura.de

INCURA®

Winter im Schwarzwald

Kunstvolle Kuckucksuhren, üppige Kirschtorten, urige Bauernhäuser und schwarz-rote Bollenhüte – solche Bilder erscheinen sofort vor dem inneren Auge, wenn man an den Schwarzwald denkt.

Die Region im Südwesten lebt und liebt ihre Klischees und interpretiert sie auch mal ganz neu. Früher wie heute zählt der Schwarzwald zu den beliebtesten Urlaubsregionen Deutschlands. Ob am Schluchsee oder Tittisee, auf dem Feldberg oder Schauinsland, in Baden-Baden oder Freiburg: Hier ist es einfach schön. Vor allem jetzt im Winter, wenn die Landschaft zugeschnitten ist und die Skigebiete aus allen Nähten platzen.



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),

an dieser Stelle möchte ich ein herzliches Dankeschön sagen für die gute Arbeit, die jeder in unserer Einrichtung leistet, und für das Vertrauen, welches Sie mir entgegenbringen. Es war ein gutes Jahr 2019 und ich hoffe, wir werden im Jahr 2020 auch wieder gut zusammenarbeiten. Ich wünsche Ihnen allen eine besinnliche Adventszeit, ruhige Feiertage und ein gutes neues Jahr.

*Es treibt der Wind im Winterwalde
die Flockenherde wie ein Hirt.*

*Und manche Tanne ahnt wie balde
sie fromm und lichterheilig wird.*

*Und lauscht hinaus: Den weißen Wegen
streckt sie die Zweige hin – bereit*

*und wehrt dem Wind und wächst entgegen
der einen Nacht der Herrlichkeit.*

*Rainer Maria Rilke, deutsch-österreich. Dichter
(1875-1926)*

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

Ehrenamt macht Spaß

Frau Brigitte Kuitter hatte ihre Mutter in unserem Haus. Sie war mit der Pflege und Unterbringung ihrer Mutter in unserem Haus so zufrieden, dass sie gerne etwas zurückgeben wollte. So entschloss sie sich zweimal im Monat eine Spielerunde anzubieten. Wenn sie kommt, bringt sie jedes Mal neue Spielideen mit, die unsere Bewohner herausfordern und gleichzeitig auch begeistern. Einige Bewohner haben sich so an den Rhythmus der Besuche gewöhnt, dass sie schon eine halbe Stunde vorher ihre Plätze einnehmen, um ja nicht etwas zu verpassen. Alle freuen sich unheimlich auf neue Spiele. Vielen Dank an dieser Stelle Frau Kuitter, für Ihren Einsatz.



Konfirmation

So lange ist es her, dass Herr von Rhöneck, heute pensionierter Pfarrer, selbst vor dem Altar stand und konfirmiert wurde. Die Konfirmation ist ein feierlicher Segnungsgottesdienst, in dem sich junge Menschen zu ihrem christlichen Glauben bekennen. Die Konfirmanden bekräftigen damit ihre Aufnahme in die christliche Gemeinde, die zuvor mit der Taufe, meist im Säuglingsalter, geschehen ist. Im Alter von 14 Jahren sind die Jugendlichen religionsmündig und erhalten damit alle Rechte innerhalb der evangelischen Kirche. Auf die Konfirmation bereiten sich die Mädchen und Jungen im Konfirmandenunterricht vor. Die Konfirmation geht auf die Reformationszeit zurück. Herr von Rhöneck bekam eine Urkunde zum Jubiläum seiner Konfirmation von vor 75 Jahren.



Suchen & gewinnen

Auch in diesem Heft bringen die kleinen Vögelchen wieder Gewinne. **Wie viele Vögel zählen Sie?** 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 31.12.2019.
Wir wünschen viel Spaß beim Suchen.



Praktikanten in der Senioren-Residenz

Praktikanten sind Personen, die in erster Linie berufliche Kenntnisse, Fertigkeiten und Erfahrungen sammeln wollen. Schüler absolvieren während ihrer Schulzeit in der Regel ein oder zwei Praktika. Solche „Betriebspraktika“ dauern in der Regel nicht länger als vier Wochen und dienen der beruflichen Orientierung der Schüler. So auch bei uns, als wir mehrere Praktikanten in unserem Haus hatten. Sie begleiteten den Betreuungsdienst bei

seiner Arbeit und bekamen so Einblick in dieses Berufsfeld. Zum Schluss des Praktikums übernahmen sie auch mal kleinere Aufgaben, wie in unserem Beispiel Vorlesen und Bewohner auf unser Sommerfest mit dem Thema Märchen vorbereiten. Ein anderer Praktikant zeigte seine handwerklichen Fähigkeiten und half bei der Restauration unserer Eingangsfigur.

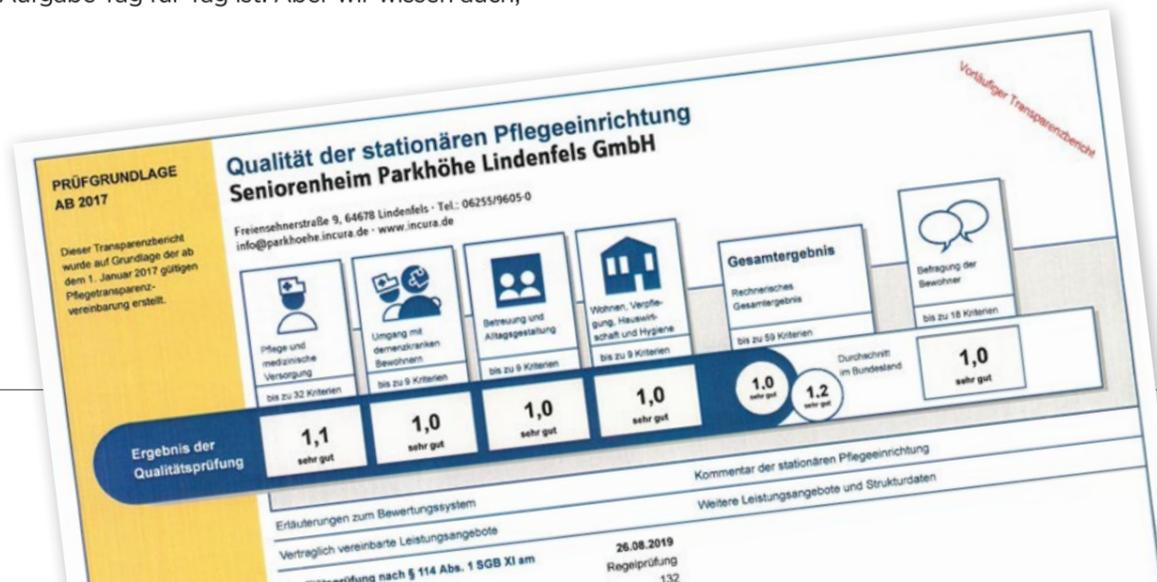


MDK-Benotung

Mein persönlicher Dank geht an alle Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter für ihren großen Einsatz und für die hervorragende MDK Note 1,0. In den vergangenen Monaten haben wir alle intensiv daran gearbeitet, unsere Einrichtung mit Leben zu füllen und ein schönes Zuhause für unsere Bewohner zu schaffen. Für den Alltag unserer Mitarbeiter war dies nicht immer sehr einfach. Uns ist bewusst, wie herausfordernd und anspruchsvoll diese Aufgabe Tag für Tag ist. Aber wir wissen auch,

dass jeder Einzelne in unserem Unternehmen – unabhängig von Position und Funktion – wichtige Veränderungen anstoßen und andere inspirieren und motivieren kann. Ich bedanke mich bei allen – besonders bei unseren Mitarbeitern –, die mit viel Vertrauen und großem Engagement daran gearbeitet haben.

Sabine Blessing, Pflegedienstleitung



Dezember



3.12.19	Dienstag	15 Uhr	GEBURTSTAGSFEIER Geburtstagskinder des Vormonats feiern gemeinsam	Speisesaal EG
4.12.19	Mittwoch	16.30 Uhr	EHRENAMTLICHENRUNDE	Besprechungsraum EG
10.12.19	Dienstag	15 Uhr	KAFFEEKLATSCH Gedankenaustausch mit Gästen aus Lindenfels	Speisesaal EG
16.12.19	Montag	15 Uhr	DEMENZCAFÉ CONFETTI Treffpunkt für Demenzkranke zur Entlastung pflegender Angehöriger	Speisesaal EG
18.12.19	Mittwoch	15 Uhr	WEIHNACHTSFEIER für die Bewohner von Wohnbereich EG/UG	Speisesaal EG
18.12.19	Mittwoch	15 Uhr	WEIHNACHTSFEIER für die Bewohner von Wohnbereich 1	Wohnbereich 1
19.12.19	Donnerstag	15 Uhr	WEIHNACHTSFEIER für die Bewohner von Wohnbereich 2	Wohnbereich 2
19.12.19	Donnerstag	15 Uhr	WEIHNACHTSFEIER für die Bewohner von Wohnbereich 3	Wohnbereich 3
20.12.19	Freitag	15 Uhr	WEIHNACHTSFEIER für die Bewohner von Wohnbereich 4	Wohnbereich 4
20.12.19	Freitag	15 Uhr	EINRICHTUNGSBEIRATSSITZUNG Ordentliche monatliche Sitzung	Cafeteria EG
23.12.19	Montag	15.30 Uhr	TANZKAFFEE mit Odenwälder Musikanten	Speisesaal EG

Wir gratulieren ...

Dezember	Januar	Februar
Ernst Kolmschlag 7.12.	Ingrid Lange 7.1.	Marie-Luise Hossner 7.2.
Maria Hurek 8.12.	Rita Bublitz 10.1.	Ruth Sauer 8.2.
Johanna Hausmann 16.12.	Georg Dingeldein 10.1.	Rüdiger Pies 10.2.
Amalie Franke 21.12.	Martin Kloos 14.1.	Marianne Burkhardt 15.2.
Paul Molter 24.12.	Karl-Erich Bender 15.1.	Gertrud von Solodkoff 16.2.
Katharina Winkler 26.12.	Lieselotte Pfeifer 20.1.	Paul Fendrich 19.2.
Margarete Seibert 27.12.	Dieter Ehrler 24.1.	Christine Lischka 19.2.
Maria Schmitt 29.12.	Alfred-Walter Ziegler 27.1.	Ludwig Blesing 21.2.
		Margit Schmall 21.2.
		Liselotte Franze 22.2.
		Martin Villmow 26.2.



Museumsbesuch



Lindenfels schaut auf eine jahrelange Stadtgeschichte zurück. Da ist es nicht ungewöhnlich, dass auch viele Sachen an die Geschichte erinnern. Am Lindenfelser Museum finden jedes Jahr am ersten Wochenende im Oktober die Lindenfelser Brauchtumstage statt, wo man alte Handwerkskunst und das Brauchtum der Odenwälder Bürger kennenlernen kann. Besucher können zuschauen, wie Schmiede, Korbmacher, Steinhauer sowie Polsterer und Kunstglaser ihre hohe Handwerks-

kunst zeigen. Natürlich ist auch dies und jenes anschließend käuflich zu erwerben. Ein bunter Herbstmarkt ist gleich nebenan im Haus des Gastes zu bestaunen, auch hier zeigen viele Handwerker ihre Fähigkeiten. Es gibt ein umfangreiches Angebot an Odenwälder Spezialitäten. Steinbackofen und Apfelmösterie sind an beiden Tagen in Betrieb. Wir waren mit Bewohnern auch dabei. Eine besondere Erinnerung war das selbst gedruckte Stadtbild von Lindenfels.

Ja da schaut her

Eine Mitarbeiterin sollte zum Abschluss ihrer Fort- und Weiterbildung eine praxisnahe Gruppenbetreuung machen. So entstand die Idee, einen Sitztanz aufzuführen. Gemeinsam mit Bewohnern wurde gebastelt und geprobt. Dann kam der Tag der Aufführung. Alle waren aufgeregt. Doch der Erfolg stellte sich ein, und es musste eine Zugabe aufgeführt werden. Wie man sieht, hat es nicht nur den Zuschauern Freude bereitet.



Januar

3.1.20	Freitag	14 Uhr	NEUJAHRSEMPFANG für Bewohner und Mitarbeiter	Speisesaal EG
5.1.20	Sonntag		STERN SINGER	
7.1.20	Dienstag	15 Uhr	GEBURTSTAGSFEIER Geburtstagskinder des Vormonats feiern gemeinsam	Speisesaal EG
8.1.20	Mittwoch	16.30 Uhr	EHRENAMTLICHENRUNDE	Besprechungsraum EG
14.1.20	Dienstag	15 Uhr	KAFFEEKLATSCH Gedankenaustausch mit Gästen aus Lindenfels	Speisesaal EG
20.1.20	Montag	15 Uhr	DEMENTZCAFÉ CONFETTI Treffpunkt für Demenzkranke zur Entlastung pflegender Angehöriger	Speisesaal EG
27.1.20	Montag	15.30 Uhr	TANZKAFFEE mit Odenwälder Musikanten	Speisesaal EG
31.1.20	Freitag	15 Uhr	EINRICHTUNGSBEIRATSSITZUNG Ordentliche monatliche Sitzung	Cafeteria EG

Wünsche werden wahr

Herr Rehn ist begeisterter Fußballfan von Walldorf Mannheim. Lange war er Anhänger dieses Fußballklubs. Im Alter war es ihm nicht mehr möglich, den Kontakt zu halten. So kam eine Mitarbeiterin auf die Idee, dem Verein einen Brief zu schreiben und von der Situation zu berichten. Der Verein fand dies so gut, dass er ein paar Zeilen schrieb und einige Fanartikel für Herrn Rehn mitschickte. Hier auf den Bildern werden diese Sachen gerade überreicht. Ein sehr überraschter Herr Rehn packte sein Päckchen aus und war zu Tränen gerührt.





Haus- & Gartenpflege

Da war Hilfe dringend nötig, weil unsere Einrichtung direkt von Natur und Wald umgeben ist. Unsere Bewohner waren gerne dabei, denn viele von ihnen hatten einen Garten, Landwirtschaft oder zumindest einen Balkon. Somit war die Arbeit damit für so manchen auch gleichzeitig ein Hobby. Im Alter wird die Betätigung im Alltag oft vermisst. Wir ermöglichen unseren Bewohnern im Rahmen ihrer Möglichkeiten

uns mitzuhelfen. Gedankt wird es mit strahlenden, zufriedenen Gesichtern, wenn die Arbeit geschafft ist. Von Kehren, Unkraut entfernen, Gießen bis zum Dabeisein und Ratschläge erteilen ist für jeden etwas dabei. Wir Betreuungsmitarbeiter sind dankbar für jeden Tipp. Haben wir doch nicht immer die Erfahrung und die Weisheit unserer Bewohner.



Februar

4.2.20	Dienstag	15 Uhr	GEBURTSTAGSFEIER Geburtstagskinder des Vormonats feiern gemeinsam	Speisesaal EG
5.2.20	Mittwoch	16.30 Uhr	EHRENAMTLICHENRUNDE	Besprechungsraum EG
11.2.20	Dienstag	15 Uhr	KAFFEEKLATSCH Gedankenaustausch mit Gästen aus Lindenfels	Speisesaal EG
17.2.20	Montag	15 Uhr	DEMENZCAFÉ CONFETTI Treffpunkt für Demenzkranke zur Entlastung pflegender Angehöriger	Speisesaal EG
24.2.20	Montag	15.11 Uhr	KRÄPPELKAFFEE	Speisesaal EG
28.2.20	Freitag	15 Uhr	EINRICHTUNGSBEIRATSSITZUNG Ordentliche monatliche Sitzung	Cafeteria EG

Auch der Herbst hat schöne Tage

Gerne gehen unsere Bewohner nach draußen in die Natur. Die Kuralpe lädt zum Spazieren und Verweilen ein. Es war ein wunderschöner Nachmittag.



Unsere Wochenangebote

MONTAG	10.30 Uhr	SPEISEPLANBESPRECHUNG Speisevorschläge, mögliche Kritik, Verbesserungen	Speisesaal EG
MITTWOCH	10 Uhr	GYMNASTIK Sturzprophylaxe und Bewegungsübungen	Wohnbereiche
	14 Uhr	SPAZIERGANG, AUSFLUG, EINKAUFSFAHRTEN Nähere und weitere Umgebung	Umgebung
DONNERSTAG	16 Uhr	GOTTESDIENST Im Wechsel evangelisch und katholisch	Speisesaal EG
FREITAG	10 Uhr	HAUSWIRTSCHAFTLICHES ANGEBOT Backen, Kochen, Handarbeiten 	Aufenthaltsräume Wohnbereiche
SAMSTAG	13 Uhr	WÖCHENTLICH WECHSELNDES ANGEBOT Kreatives Gestalten, Kosmetik und Wellness, individuelle Zimmerbesuche 	Speisesaal EG Wohnbereiche
TÄGLICH	12.30 Uhr	MITTAGSTISCH FÜR GÄSTE UND BESUCHER Tägliches Angebot für Bürger der Umgebung	Cafeteria EG
		BETREUUNG BEI DEN MAHLZEITEN	Wohnbereiche
		BETREUUNG DER BEWOHNER(INNEN) in Gruppen und individuell	Wohnbereiche

Wir erfüllen Wünsche

Hier war eine neue Brille der Wunsch der Bewohnerin. Ein Ausflug nach Bensheim in ein Brillengeschäft wurde ermöglicht. Dort wurden wir auf das Nettteste bedient. Bei der ganzen Sache durfte der Spaß nicht fehlen. Das neue Modell sieht doch super aus und steht doch gut oder? Natürlich wurde ein am Ende schöneres Modell gewählt. Nun kann auch die Tageszeitung wieder gelesen werden.



Plastik-Fasten: Es geht auch mit weniger

Plastik ist ein faszinierendes Material. Es ist wandlungsfähig, vielseitig einsetzbar, billig und langlebig. Doch genau hier liegt das Problem: Kunststoff verrottet nicht einfach, sondern verschmutzt langfristig unsere Böden und Meere. Ein Gegen-trend ist Plastik-Fasten, also der bewusste Verzicht auf Plastik im Alltag.

Das früher so beliebte Plastik hat es heute nicht leicht. Während in den 70er Jahren noch ein rotes Plastikauto mit leuchtenden Kinderaugen entgegengenommen wurde, wird Kunststoffspielzeug heute kritisch beäugt. Ebenso ergeht es vielen anderen Plastikprodukten wie etwa Plastiktüten, Einweggeschirr oder in Folie eingeschweißten Gurken.

Dass sich das Image von Plastik so stark gewandelt hat, liegt an seiner traurigen Ökobilanz: Bei der Herstellung von Kunststoffen werden enorme Ressourcen verbraucht. Zudem kann Plastik unserer Gesundheit schaden und in kleinsten Teilen in unseren Böden und Meeren landen. In Deutschland werden gerade einmal rund 15 Prozent des Kunststoffmülls wiederverwendet, der Rest wird verbrannt oder kommt auf die Deponie. Und wir alle kennen die Bilder von Plastikmüllinseln in den Ozeanen. Keine schöne Sache.

Dabei gibt es viele gute Alternativen für Plastik und spannende Ansätze, um Kunststoff im Alltag zu vermeiden. Die Industrie testet neue Materialien und die Politik hat sich für ein Verbot von diversen Produkten

wie Strohhalmen, Tellern, Wattestäbchen oder Luftballonstäben aus Kunststoff entschieden.

Doch das Wichtigste: Auch jeder Einzelne von uns kann darauf achten, weniger Plastik zu verwenden. Im Sinne des Plastik-Fastens ganz besonders engagiert ist die Bewegung „Zero Waste“, zu Deutsch „Null Abfall“. Diese Menschen versuchen konsequent, gar kein Plastik zu verwenden und Rohstoffe nicht zu vergeuden. Sie benutzen feste Seife statt abgepacktem Duschgel, kaufen in Geschäften ein, die sämtliche Waren unverpackt anbieten, trinken aus Glasflaschen, stellen Putzmittel aus Naturmaterialien her oder kaufen nur gebrauchte Kleidung. Bei manchen passt der Müll eines ganzen Jahres in ein einziges Einmachglas.

Doch so radikal muss es gar nicht sein! Beobachten Sie doch einmal selbst, wo Sie in Ihrem ganz persönlichen Alltag Plastik verwenden und wie man das ändern könnte. Das kann der Griff zur Milchflasche statt zum portionierten Plastikdöschen sein, oder die Mitnahme eines Korbs oder einer Jutetasche zum Einkaufen. Denn Sie wissen doch: Viele kleine Schritte können Großes bewirken.

„Wir brauchen nicht eine Handvoll Leute, die ‚Null Abfall‘ perfekt umsetzen. Wir brauchen Millionen von Menschen, die es unperfekt machen!“

Anne Marie Bonneau
(Abfall-Aktivistin)

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.



Für
Dich!

IN CURA®

PARKHÖHE LINDENFELS

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



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



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



www.incura.de