SANKT SEBASTIAN POST

Frühling 2017

Das Magazin der INCURA GmbH

Dudenhofen
Die Schillerapotheke spendet Geschenke

Sankt Sebastian
Es weihnachtet sehr ...

Gut zu wissen
Kneipp für zu Hause

Titelthema „Buntes Markttreiben in Münster“

Den schönsten Wochenmarkt Europas gibt es angeblich in Münster: Zwei Mal die Woche drängen sich direkt am Münsteraner Dom rund 150 Marktbuden eng aneinander – alle prallgefüllt mit regionalen und exotischen Leckereien. Das schier unerschöpfliche Angebot reicht vom Pfefferminzbonbon aus eigener Herstellung über frischgebackene Reibekuchen mit Apfelmus bis hin zu gackerndem Federvieh oder Fischspezialitäten. Im Frühjahr verwandeln die Gärtner aus Münster und dem nahen Holland den Platz in ein wahres Blumenmeer. Einen guten Überblick über das bunte Markttreiben gibt eine kulinarische Marktführung mit Kostproben an den beliebtesten Ständen.

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),

für das neue Jahr 2017 wünsche ich Ihnen so viel Glück und Gesundheit, wie der Regen Tropfen hat, so viel Liebe, wie die Sonne Strahlen hat, und so viel Gutes, wie der Regenbogen Farben hat!

Ich hoffe Sie sind alle gesund ins neue Jahr gekommen, mit vielen guten Vorsätzen, die Sie hoffentlich noch nicht alle über Bord geworfen haben. Wie es ja meistens so mit den guten Vorsätzen ist, sind diese bis Ende des Monats schon wieder in Vergessenheit geraten. Wir jedoch haben es uns zum Vorsatz gemacht, Ihnen für das Jahr 2017 wieder ein tolles Unterhaltungsprogramm anzubieten. So sind wir schon fleißig in der Planung und Organisation der diesjährigen Veranstaltungen.

An dieser Stelle möchte ich es auch nicht versäumen, mich bei allen Kollegen, Mitarbeitern und ehrenamtlichen Mitarbeitern der Senioren-Residenz Sankt Sebastian recht herzlich für die Unterstützung zu bedanken. Denn ohne sie alle wäre dies alles gar nicht möglich. So wünsche ich mir auch für das neue Jahr weiterhin eine gute und konstruktive Zusammenarbeit.

Mein Dank richtet sich ebenfalls an unseren Bewohnerbeirat und an die Offene Selbsthilfegruppe unter der Leitung von Herrn Herbert Vollmer.

In dieser Ausgabe finden Sie wieder viele Artikel und Fotos von vergangenen Veranstaltungen sowie schon Termine für das Frühlings- und Muttertags-Fest. In diesem Sinne wünsche ich Ihnen viel Spaß beim Lesen und freuen Sie sich auf den Frühling, der mir Sicherheit bald ins Land einziehen wird.

Ihre Evi Ehrhardt-Steck, Einrichtungsleitung

Weihnachtsduft liegt in der Luft …

Am 1. Adventssamstag fand in der INCURA Sankt Sebastian wieder ein Adventsmarkt statt.

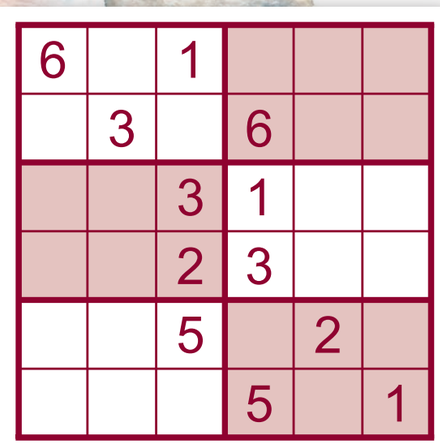
Verschiedene Verkaufsstände – es wurde unter anderem Schmuck, selbstgestrickte Socken, Weihnachtskränze, Dekoartikel, Gebäck, Marmelade, Körperpflegemittel angeboten – weihnachtliche Drehorgelmusik von Herrn Cuntz und frisch gebackene Waffeln, Glühwein, Punsch, Bratwurst oder Steakbrötchen sorgten für „Weihnachtsmarkt-Stimmung“ in unserem Speisesaal.

Unsere Hausapotheke, die Schiller-Apotheke aus Dudenhofen, hatte ein Glücksrad aufgebaut, an dem es für jeden einen kleinen Gewinn gab.

Die Bewohner und die Besucher waren zahlreich gekommen und genossen die Einstimmung in die Weihnachtszeit.

Ein herzlicher Dank geht an die Verkäufer, die Offene Selbsthilfegruppe und an unsere Ehrenamtlichen, die uns tatkräftig unterstützten.

Julia Schütz



6		1			
	3		6		
		3	1		
		2	3		
		5		2	
			5		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 30.04.2017.

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

Es weihnachtet sehr ...

Im Dezember fanden die Weihnachtsfeiern der Wohnbereiche statt, in der Vorweihnachtszeit wurde in den Gruppenangeboten schon kräftig gebacken und gebastelt. Der Speisesaal war weihnachtlich dekoriert und die Tische festlich geschmückt, es duftete nach Gebäck und Glühwein. Beim gemütlichem Zusammensein wurde gesungen und Gedichte vorgetragen. Für musikalische, weihnachtliche Stimmung sorgten Alleinunterhalter André mit seinem Keyboard und Frau Deubel.

Die Alltagsbegleiter der verschiedenen Wohngruppen hatten sich in Schale geworfen und ein buntes Programm vorbereitet und wurde vom Pflegepersonal unterstützt. Auch für unsere Ehrenamtlichen hatten wir eine Weihnachtsfeier vorbereitet, bei Kaffee und Kuchen wurden Ideen für das nächste Jahr ausgetauscht und Bilder unseres Ausflugs angeschaut. Die Mitarbeiter trafen sich zu einem gemütlichen Weihnachtsessen im Speisesaal und genossen das Beisammensein.

März

1.3.2017	Mittwoch	**16 Uhr**	**KATHOLISCHER GOTTESDIENST** mit Pfarrer Dörzapf	Speisesaal
2.3.2017.	Donnerstag	**15.30 Uhr**	**ERZÄHLCAFÉ** mit dem Betreuungsdienst	Speisesaal
3.3.2017	Freitag	**10 Uhr**	**SITZTANZ** Bewegung zur Musik, mit Frau Keller	Gymnastik-raum
6.3.2017	Montag	**14.30 Uhr**	**CAFÉMUSIK** mit Herrn Liepner am Keyboard	Speisesaal
8.3.2017	Mittwoch	**15.30 Uhr**	**BINGO** mit der OSHG und Betreuungsdienst	Speisesaal
9.3.2017	Donnerstag	**15.30 Uhr**	**SINGKREIS** mit Frau Aldag	Speisesaal
10.3.2017	Freitag	**15.30 Uhr**	**ALTE SCHLAGER** mit Robert Cerato	Speisesaal
12.3.2017	Sonntag	**15.30 UHR**	**FRÜHLINGSKONZERT**	Speisesaal
13.3.2017	Montag	**15.30 Uhr**	**AKKORDEONMUSIK** mit Herrn Bergmann	Speisesaal
15.3.2017	Mittwoch	**16 Uhr**	**EVANGELISCHER GOTTESDIENST** mit Herrn Bücklein	Speisesaal
18.3.2017	Samstag	**14.30 Uhr**	**TANZ IN DEN FRÜHLING** mit OSHG	Speisesaal
20.3.2017	Montag	**14 Uhr**	**HANDARBEITSGRUPPE** Arbeiten mit Wolle, mit Frau Rennholz	Speisesaal
22.3.2017	Mittwoch	**16 Uhr**	**KATHOLISCHER GOTTESDIENST** mit Pfarrer Dörzapf	Speisesaal
23.3.2017	Donnerstag	**15.30 Uhr**	**SINGKREIS** mit Frau Aldag	Speisesaal
24.3.2017	Freitag	**14.30 Uhr**	**WELLNESSANGEBOT** mit dem Betreuungsdienst	Gymnastik-raum
27.3.2017	Montag	**15 Uhr**	**GEBURTSTAGSKAFFEE** mit dem Betreuungsdienst	Speisesaal

Tanz in den Frühling

Am Samstag, den 18. März 2017,
um 14.30 Uhr im Speissaal.
Mit flotter Live-Musik.

Osterlamm-Rezept

Zutaten

250 g	Butter
250 g	Zucker
1 Pckg.	Vanillezucker
5	Eier
375 g	Mehl
½ Pckg.	Citroback oder Schale einer Zitrone
5 EL	Milch
2 ½ TL	Backpulver

Puderzucker zum Bestreuen

Die Butter schaumig rühren, Zucker und Vanillezucker dazugeben, dann die Eier einzeln dazurühren, Citroback oder Zitronenschale, gesiebtes Mehl, Backpulver und die Milch unterrühren und den Teig in die Form geben.

Im vorgeheizten Backofen bei 200 Grad (Umluft 180 Grad) ca. 40 Minuten backen.

Die Figur nach dem Backen vorsichtig aus der Form lösen und auf einem Kuchengitter auskühlen lassen. Dick mit Puderzucker bestäuben.

Die Schillerapotheke *spendet Geburtstagsgeschenke*

Gemeinsam mit der Offenen Selbsthilfegruppe hat es sich die Schillerapotheke zur Aufgabe gemacht, unseren Bewohner zum Geburtstag eine besondere Freude zu bereiten.

So besucht Herr Vollmer (Leiter der OSHG) jeden Bewohnern persönlich am Geburtstag, gratuliert und überreicht Präsente, die die Apotheke eigens dafür zur Verfügung stellt.

Ein herzliches Dankeschön an die Schillerapotheke für die tolle Geste. Die Bewohner freuen sich sehr über die Geschenke und die Wertschätzung, die man ihnen gegenüber erbringt.

Auch ein Dankeschön an Herrn Vollmer für die liebevoll gestalteten Geschenke von der Offenen Selbsthilfegruppe.

April

3.4.2017	Montag	**14 Uhr**	**CAFÉMUSIK** mit Herrn Liepner am Keyboard	Speisesaal
5.4.2017	Mittwoch	**16 Uhr**	**KATHOLISCHER GOTTESDIENST** mit Pfarrer Dörzapf	Speisesaal
6.4.2017	Donnerstag	**15.30 Uhr**	**ERZÄHLCAFÉ** mit dem Betreuungsdienst	Speisesaal
7.4.2017	Freitag	**10 Uhr**	**SITZTANZ** Bewegung zur Musik, mit Frau Keller	Speisesaal
8.4.2017	Samstag	**14.30 Uhr**	**OSTERFEST** mit der OSHG	Speisesaal
12.4.2017	Mittwoch	**16 Uhr**	**BINGO** mit der OSHG und Betreuungsdienst	Speisesaal
13.4.2017	Donnerstag	**15.30 Uhr**	**SINGKREIS** mit Frau Aldag	Speisesaal
19.4.2017	Mittwoch	**16 Uhr**	**EVANGELISCHER GOTTESTDIENST** mit Herrn Bücklein	Speisesaal
24.4.2017	Montag	**15 Uhr**	**GEBURTSTAGSKAFFEE** mit dem Betreuungsdienst	Speisesaal
26.4.2017	Mittwoch	**16 Uhr**	**KATHOLISCHER GOTTESDIENST** mit Pfarrer Dörzapf	Speisesaal
28.4.2017	Freitag	**16 Uhr**	**WELLNESSANGEBOT** mit dem Betreuungsdienst	Gymnastik-raum

Der Osterhase kommt

Am Samstag, den 8. April 2017,
um 14.30 Uhr im Speisesaal.
Mit vielen Überraschungen im Nest.

Liebe Leserinnen und Leser,

als Leiter der Offenen Selbsthilfegruppe, die nur aus ehrenamtlichen Mitarbeitern besteht, begrüße ich Sie alle recht herzlich in der Senioren-Residenz Sankt Sebastian in Dudenhofen. Der hinter uns liegende Jahreswechsel bietet uns Gelegenheit zu erforschen, ob wir all das umgesetzt haben, was wir uns vorgenommen hatten. Jetzt werden Sie sich fragen, was waren eigentlich die Ziele der Offenen Selbsthilfegruppe?

Wir, meine Helfer und ich, hatten uns vorgenommen das Einleben hier in der Residenz der Bewohnerinnen und Bewohner zu erleichtern, ihnen den Aufenthalt so angenehm wie es nur geht zu gewährleisten, damit ihre Lebensfreude erhalten bleibt. Auch wollten wir uns um die Interessen und Sorgen aller Bewohner kümmern und immer ein offenes Ohr für ihre Anregungen oder Beschwerden haben.

Wir spielten jeden Monat unser beliebtes Bingo, zur Verbesserung der Konzentration. Ebenso trafen wir uns jeden Monat zum Ideenstammtisch, bei dem die Bewohner Ideen einbringen können, wie man das Leben in der Einrichtung noch besser gestalten kann. Auch konnten sie hier über ihre Sorgen oder Beschwerden sprechen. Zur Unterhaltung fand jeden Monat, bei Kaffee und Kuchen, ein Gesprächskreis mit anschließender Video- und Bilderschau statt. Wir hatten auch Musikgruppen eingeladen, die zur Unterhaltung und zum Mitsingen anregten. Wir organisierten zusammen mit der Einrichtungsleitung jeden Monat ein Fest mit Musik und Tanz. Hier haben wir alle Bewohner mit einem kleinen Geschenk überrascht. Auch haben wir den Eismann eingeladen und allen Bewohnern ein oder auch zwei Eis spendiert.

Von Bewohnern hörten wir, dass sie Rückenbeschwerden durch zu langes Sitzen hatten. Um diese Beschwerden zu lindern, haben wir drei Massagen-Sitzauflagen gespendet. Alle, die es ausprobiert haben, waren begeistert. Großen Anklang fand auch, dass wir jedem Geburtstagskind mit einer selbstgefertigten und mit einem Spruch versehene Karte und einem kleinen Geschenk gratulierten. Somit darf ich hier behaupten, dass wir alle unsere Vorhaben zum Wohle aller Bewohner umgesetzt haben!

Auch im neuen Jahr wollen wir wieder alles, was im alten Jahr Ihre Zustimmung fand wiederholen. Ich hoffe, dass Sie auch im neuen Jahr wieder zahlreich an diesen Veranstaltungen teilnehmen werden. Wir wollen auch in Zukunft die sehr gute Zusammenarbeit mit der Einrichtungsleitung, Frau Ehrhardt-Steck und ihrem Team weiter pflegen. Nicht zu vergessen das Küchen- und Servicepersonal, das uns immer bei unseren Veranstaltungen unterstützt. Für die zurückliegende Zeit möchte ich mich für die sehr gute Gemeinschaftsarbeit bei allen ganz herzlich bedanken!

Ganz besonders möchte ich mich bei Herrn Peter Häusler, dem Vorsitzenden der Interessenvertretung der Bewohnerinnen und Bewohner, bedanken. Ohne seine Unterstützung wäre vieles nicht so glatt verlaufen. Ich wünsche mir, dass wir auch im neuen Jahr so gut zusammenarbeiten werden, wie bisher! Ebenso für die sehr gute Teamarbeit mit allen ehrenamtlichen Mitarbeitern möchte ich ganz aufrichtig „Danke“ sagen. Ich freue mich schon heute auf die gute Gemeinschaftsarbeit im neuen Jahr.

Auch möchte ich mich bei allen Wohltätern bedanken, die uns mit ihren Spenden unterstützt haben. Und nicht zuletzt möchte ich mich bei allen für die vielen Kuchenspenden bedanken, die unser Kuchenbüffet bereicherten.

Zum Schluss möchte ich noch etwas los werden:
Ich bin sehr oft hier in der Residenz und besuche und spreche mit den Bewohnern. Auf meine Frage an eine Bewohnerin, wie es ihr geht, wie sie sich fühlt, bekam ich die Antwort: „So gut wie hier, ist es mir noch nie gegangen!“ Das ist eine Äußerung, die sehr stolz macht und uns einen neuen Ansporn gibt für unsere weiteren Tätigkeiten. Für Eure Aufmerksamkeit möchte ich mich bedanken und darf Euch, auch im Namen aller Mitarbeiter und Helfer, ein gesundes, erfolgreiches und friedvolles Jahr 2017 wünschen.

Herbert Vollmer, Offene Selbsthilfegruppe

Mai

3.5.2017	Mittwoch	**16 Uhr**	**KATHOLISCHER GOTTESDIENST** mit Pfarrer Dörzapf	Speisesaal
4.5.2017	Donnerstag	**15.30 Uhr**	**ERZÄHLCAFÉ** mit dem Betreuungsdienst	Speisesaal
5.5.2017	Freitag	**10 Uhr**	**SITZTANZ** Bewegung zu Musik mit Frau Keller	Gymnastik-raum
10.5.2017	Mittwoch	**15.30 Uhr**	**BINGO** mit der OSHG und Betreuungsdienst	Speisesaal
11.5.2017	Mittwoch	**15.30 Uhr**	**SINGKREIS** mit Frau Aldag	Speisesaal
13.5.2017	Samstag	**14.30 Uhr**	**MUTTERTAGSFEST** mit der OSHG	Speisesaal
15.5.2017	Montag	**14 Uhr**	**HANDARBEITSGRUPPE**	Speisesaal
17.5.2017	Mittwoch	**16 Uhr**	**EVANGELISCHER GOTTESTDIENST** mit Herrn Bücklein	Speisesaal
19.5.2017	Freitag	**14.30 Uhr**	**ALTE SCHLAGER** mit Robert Cerato	Speisesaal
24.5.2017	Mittwoch	**16 Uhr**	**KATHOLISCHER GOTTESDIENST** mit Pfarrer Dörzapf	Speisesaal
26.5.2017	Freitag	**14.30 Uhr**	**WELLNESSANGEBOT** mit dem Betreuungsdienst	Speisesaal
29.5.2017	Montag	**14.30 Uhr**	**GEBURTSTAGSKAFFEE** mit dem Betreuungsdienst	Speisesaal

Muttertags-Feier

Am Samstag, den 13. Mai 2017,
um 14.30 Uhr, im Speisesaal.
Alle Muttis sind herzlichst eingeladen!

Unsere Wochenangebote

MONTAG	10 Uhr	GEDÄCHTNISTRAINING	Anregung des Gedächtnisses durch Erinnerungsarbeit und Quizfragen	Kreativraum
DIENSTAG	10 Uhr	KREATIVES GESTALTEN	Malen und Basteln	Kreativraum
MITTWOCH	10 Uhr	FILMVORFÜHRUNG	Altersgerechte Filme werden auf Großleinwand gezeigt	Speisesaal
DONNERSTAG	10 Uhr	GYMNASTIK MIT MUSIK	Übungen zur Stärkung der Arm- und Beinmuskulatur	Gymnastikraum
DONNERSTAG	14 Uhr	STURZPROPHYLAXE	Übungen zur Stärkung der Arm- und Beinmuskulatur	Gymnastikraum
FREITAG	10 Uhr	SITZTANZ, AUSFLUG, SPAZIERGANG, GRUPPENANGEBOT		Gymnastikraum

Herzlichen Glückwunsch

Zum 15-jährigen Firmenjubiläum möchten wir herzlich gratulieren und alles Gute für die Zukunft wünschen. Wir freuen uns auf weitere gute Zusammenarbeit. Für die langjährige Treue bedankt sich Frau Ehrhardt-Steck mit einem Blumenpräsent und einem Gutschein.

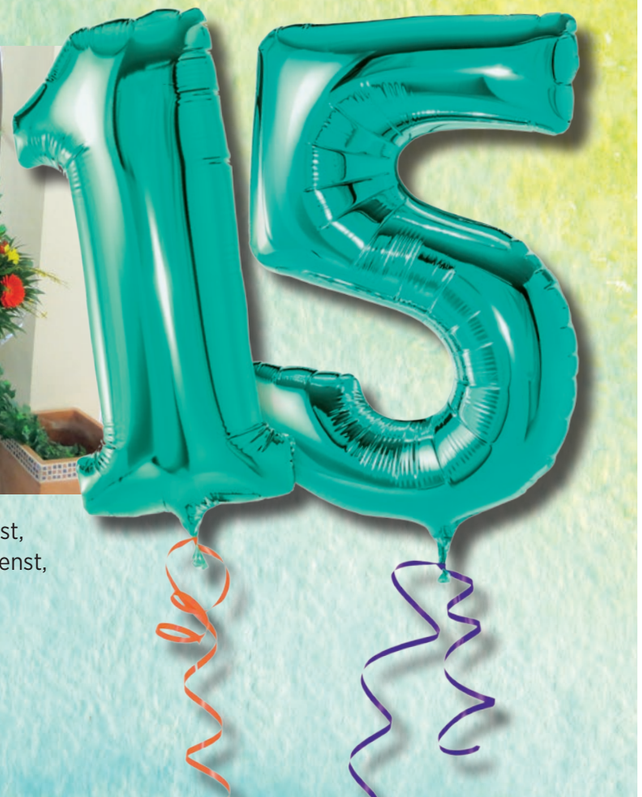


Bild von links nach rechts: Frau Schütz, Betreuungsdienst, Frau Dobberstein, Pflegekraft, Frau Hook Betreuungsdienst, Herr Stein Haustechnik.

Wasser marsch! Kneipp für zu Hause

Mit dem Namen Kneipp verbinden die meisten sicher die eiskalten Kneippbecken, die in vielen Gemeinden zum Wassertreten einladen. Kneippen jedoch kann man einfach auch zu Hause – zum Beispiel mit einem kalten Armguss im Waschbecken oder einem Wechselfußbad im Putzeimer.

Heilen durch Wasser – das kannte man schon im antiken Rom. Doch erst im 19. Jahrhundert belebt Sebastian Kneipp das alte Wissen rund um die Wasseranwendungen mit neuem Leben. Der junge Pfarrer litt an Tuberkulose, die damals noch tödlich war. Durch Zufall stieß er auf eine Abhandlung über die Heilkraft frischen Wassers und konnte sich mit eiskalten Tauchbädern in der Donau selbst heilen. Fortan beschäftigte sich Sebastian Kneipp intensiv mit der gesundheitsfördernden Kraft des Wassers. Er fand heraus, dass spezielle Anwendungen mit warmem und vor allem kaltem Wasser die Selbstheilungskräfte fördern und die Abwehrkräfte stärken können.

Die Anwendungen sind denkbar einfach und lassen sich wunderbar auch im eigenen Bad durchführen. Hier drei Beispiele (bitte fragen Sie vor Anwendung Ihren Hausarzt):

- **Wechselduschen: Kneipp für Einsteiger**
  Sich erst mit warmem und dann mit kaltem Wasser abzuduschen soll die Gefäße trainieren und damit abhärtend und abwehrsteigernd wirken. Prima bei Morgenmüdigkeit, Einschlafstörungen oder Kreislaufregulationsstörungen. Einfach den ganzen Körper zuerst warm bis heiß duschen. Anschließend auf kalt drehen und herzfern beginnend abduschen: rechtes Bein, linkes Bein, rechter Arm, linker Arm, Brust, Bauch, Nacken, Gesicht. Abtrocknen und auf Wiedererwärmung achten.

- **Kaltes Armbad: Der Kneippsche Espresso**
  Das kalte Armbad wirkt zugleich anregend und beruhigend, daher eignet es sich wunderbar gegen Müdigkeit am Nachmittag. Füllen Sie Ihr Waschbecken mit kaltem Wasser (12 und 18 Grad) und tauchen Sie Ihre Arme bis zur Mitte der Oberarme ein bis ein Kältegefühl spürbar wird (etwa 30 Sekunden). Arme nicht abtrocknen, nur abstreifen und durch Pendeln wieder erwärmen. Nur mit vorher warmen Händen und Armen durchführen.

- **Kalter Gesichtsguss: Der Schönheitsguss**
  Sie haben Kopfschmerzen oder fühlen sich abgeschlagen? Der Gesichtsguss soll erfrischend, hautstraffend und herzberuhigend wirken. So wird's gemacht: Lassen Sie kaltes Wasser von der rechten Schläfe über die Stirn zur linken Schläfe laufen, den gleichen Weg wieder zurück. Dann die rechte Gesichtshälfte mit drei senkrechten Strichen begießen, dasselbe links wiederholen. Zum Abschluss dreimal um das Gesicht kreisen. Nach dem Guss das Gesicht leicht abtupfen.

Zum Weiterlesen: www.kneippbund.de

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®
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-Purrmann-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