

# UNSER PARKHÖHÖBÖTE



Frühjahr/2018

Das Magazin der INCURA GmbH

Parkhöhe  
**Mitarbeiter  
stellen sich vor**

Parkhöhe  
**Besuch der Lokalschau  
des Rassegeflügelvereins**

Gut zu wissen  
**Gedächtnistraining  
gegen das Vergessen**

*Sehnsuchtsort  
Uckermark*



Wohnen. Leben. Sicherheit. [www.incura.de](http://www.incura.de)

INCURA®

## Uckermark

### Von einem See zum anderen: Auszeit in der Uckermark

Längst trifft man in der Uckermark nicht nur Besucher aus dem nahen Berlin, sondern Feriengäste aus ganz Deutschland. Kein Wunder: Die „Toskana des Nordens“ ist eine Region zum Entschleunigen und Stille tanken. Beschauliche Dörfer, Straßen aus Feldsteinen und mehr als 500 kleine Seen inmitten einer weiten Hügellandschaft wirken, als sei die Zeit stehen geblieben. Wer hierher kommt, sucht vor allem die Natur: seltene Tier- und Pflanzenarten, uralte Buchenwälder, erfrischende Badeseen und geheimnisvolle Moore. Aber auch die Dörfer und Städte der Uckermark wie Prenzlau und Angermünde sowie Kulturstätten wie das Schloss Boitzenburg haben ihren ganz eigenen Reiz.



### 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),

der Frühling ist die Jahreszeit des Wachsens. Soweit das Auge reicht, bricht das Grün hervor. Die unendliche Vielzahl von Blüten mit den prachtvollen Farben und den betörenden Düften macht uns glücklich. Überall sprießt Schönes hervor und erfüllt uns mit Freude. Öffnen Sie die Fenster und Türen, gehen Sie oder fahren Sie ins Freie, wann immer das möglich ist ... und atmen Sie den Duft des Frühlings ein.

*„Frühlingstage gibt's,  
da lachen blühende Erde  
und sonniger Himmel einander zu.  
Stiefmütterchen und Tulpen –  
violett, gelb, weiß und rot –  
leuchten aus frischem Grün,  
alle so zart und rund und kraftvoll,  
dass es eine Lust ist zu schauen.  
Ein Spaziergang bei strahlender Sonne  
wischt den Staub von der Seele.  
(Hildegund Wöller)*

In unserem Parkhoh-„Frühlingsboten“ haben wir wieder viele beeindruckende Momente der vergangenen Monate festgehalten. Freuen Sie sich mit uns über diese Vielfalt, die wir gerne mit Ihnen teilen.

*Ihr Andreas Männicke, Einrichtungsleitung*

## Suchen & gewinnen

### Wie viele Vögel zählen Sie? Haben Sie alle 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 31.3.2018.



## Wir stellen uns vor

### Ina Pappe

Seit dem 1.12.2017 bin ich in der Senioren-Residenz angestellt und darf mich an dieser Stelle Ihnen und unseren Gästen sowie Bewohnern vorstellen. Nach meinem Kunststudium und der Geburt des ersten Kindes lernte ich ein Handwerk, in dem ich nach dem Gesellenbrief als Gestalterin selbstständig gearbeitet habe. Mit der Geburt des zweiten Kindes veränderte sich mein beruflicher Schwerpunkt in Richtung Musik. Zunächst arbeitete ich als Organistin bei der ev.-ref. Kirchengemeinde Schlierbach, machte in dieser Zeit meine Ausbildung zur Sterbebegleiterin und lernte bei Scena Techniken zur Gruppenarbeit mit Psychodrama, darin enthalten war Skulpturarbeit, Improvisationstheater und Biografie-Arbeit.

2013 absolvierte ich in Heidelberg meine Ausbildung zur Trauerbegleiterin und bestand 2014 mein Abitur erfolgreich. In dieser Zeit begann ich auch ernstlich Texte, Prosa und Lieder zu schreiben und bekam einen Literaturpreis in Darmstadt überreicht. Ich arbeitete zum Teil freiberuflich. Parallel engagierte ich mich in verschiedenen sozialen und musikalischen Projekten, bildete mich weiter und wurde World-Jumping-Fitness-Trainerin. Ich praktiziere Yoga, liebe Bewegung und die Natur, arbeite und gestalte gern meinen Garten. Gesellschaft und Unterhaltung ist mir ebenso wichtig wie Ruhe, Stille und ein Glaube. Es ist für mich eine große Bereicherung, ein Teil des Parkhöhetteams sein zu dürfen, und hoffe, für das Leben in diesem Haus einen guten Beitrag leisten zu können.

### Elli Jöst

Seit Mitte Januar 2018 darf ich das Team des Betreuungsdienstes durch meine Arbeit zum Wohle der Bewohner unterstützen. Ich komme aus Fürth und bin gelernte Hauswirtschaftsmeisterin. Zu meiner Familie gehören drei Kinder und drei Enkel. Mein Hobby ist die Gartenarbeit. Gerne trage ich mit Farben, Kräutern, Blumen zu einer Wohlfühlatmosphäre bei. Auf eine gute Zusammenarbeit mit allen Arbeitsbereichen freue ich mich.

*Ich stelle mich vor*

**Frau Ewa Lewicka Katzenmeier**

Geboren am 20.1.1968 in Polen in der Stadt Ostrów Mazowiecka in der Nähe von Warschau. Ich habe zwei Brüder, die mit den Eltern noch in Polen leben. Seit zehn Jahren bin ich in Deutschland verheiratet. Ich habe zwei Söhne aus erster Ehe, die schon aus dem Haus sind und auch in Deutschland leben. Seit einem halben Jahr freue ich mich über eine Enkeltochter. Beruflich habe ich ein Wirtschaftsstudium in Polen absolviert und bin gelernte Verwaltungsangestellte.



Meine Hobbys: ein gutes Buch lesen, Fahrrad fahren, Sport, Tanzen und Musik. Ich liebe: Sonne, meinen Garten, Tiere, habe selbst einen kleinen Hund, Weltreisen, am liebsten weit weg, Shopping. Ich mag nicht: wenn man lügt oder nicht ehrlich ist.

## Weihnachtsfeiern

Die Weihnachtsfeiern wurden auf den einzelnen Bereichen durchgeführt. Dadurch nahmen auch viele Bewohner teil, die nicht gerne den Wohnbereich verlassen. Die Mitarbeiter bereiteten die Feiern mit viel Liebe vor. Der Tannenduft der wunderschönen Weihnachtsbäume erfüllte genauso den Raum wie der Duft der selbst gebackenen Plätzchen. Stimmungsvoll wur-

de es beim Singen der traditionellen Weihnachtslieder, bei denen „Stille Nacht“ besonders hervorzuheben ist. Für das musikalische Rahmenprogramm sorgten sowohl Mitarbeiter mit ihren Instrumenten als auch ein Männer-Quartett, welches von einem Angehörigen, Herrn Allmann, organisiert wurde.



## März

5.3.18	Montag	15.30 Uhr	SINGKREIS Stärkung für Geist und Seele	Speisesaal EG
6.3.18	Dienstag	15 Uhr	GEBURTSTAGSFEIER Geburtstagskinder des Vormonats feiern gemeinsam	Speisesaal EG
7.3.18	Mittwoch	16 Uhr	EHRENAMTLICHENRUNDE Ehrenamtliche treffen sich zum Gedankenaustausch	Besprechungsraum EG
10.3.18	Samstag	15 Uhr	KULTURTREFF „Zum Frühling spielt die Harfe“ mit Mariella Frank-Pieters	Speisesaal EG
13.3.18	Dienstag	15 Uhr	KAFFEEKLATSCH Gedankenaustausch mit Gästen aus Lindenfels	Speisesaal EG
19.3.18	Montag	15 Uhr	DEMENZCAFÉ CONFETTI Treffpunkt für Demenzkranke zur Entlastung pflegender Angehöriger	Speisesaal EG
21.3.18	Mittwoch	15 Uhr	FRÜHLINGSFEST für die Bewohner von Wohnbereich 1	Wohnbereich 1
21.3.18	Mittwoch	15 Uhr	FRÜHLINGSFEST für die Bewohner von Wohnbereich 2	Wohnbereich 2
26.3.18	Montag	15.30 Uhr	TANZKAFFEE mit Odenwälder Musikanten	Speisesaal
27.3.18	Dienstag	15 Uhr	FRÜHLINGSFEST für die Bewohner von Wohnbereich 4	Wohnbereich 4
28.3.18	Mittwoch	15 Uhr	FRÜHLINGSFEST für die Bewohner von Wohnbereich 3	Wohnbereich 3
29.3.18	Donnerstag	16 Uhr	GRÜNDONNERSTAGSGOTTESDIENST	Speisesaal EG
30.3.18	Freitag	16 Uhr	KARFREITAGSGOTTESDIENST	Speisesaal EG

*Wir gratulieren ...*

Luise Kressel	3.3.	Dieter Streuer	22.3.
Nikolaus Ripper	3.3.	Helmut Vetter	25.3.
Werner Wägemann	7.3.	Margareta Benker	27.3.
Günther Lilienthal	14.3.	Hildegard Weiser	27.3.
Marianne Bitsch	19.3.	Udo Kahl	31.3.



# April

2.4.18	Montag	10 Uhr	<b>OSTERFRÜHSTÜCK/BRUNCH</b> nach Anmeldung auch für Angehörige	Wohnbereiche
3.4.18	Dienstag	15 Uhr	<b>GEBURTSTAGSFEIER</b> Geburtstagskinder des Vormonats feiern gemeinsam	Speisesaal EG
7.4.18	Samstag	15.30 Uhr	<b>KULTURTREFF</b> Gesang und Klaviermusik mit Martina Netzer und Michael Dalecke	Speisesaal EG
9.4.18	Montag	15.30 Uhr	<b>SINGKREIS</b> Stärkung für Geist und Seele	Speisesaal EG
10.4.18	Dienstag	10 Uhr	<b>OSTEREIERSUCHEN</b> mit den Kindern der Kindertagesstätte Winterkasten	Kindertagesstätte Winterkasten
10.4.18	Dienstag	15 Uhr	<b>KAFFEEKLATSCH</b> Gedankenaustausch mit Gästen aus Lindenfels	Speisesaal EG
16.4.18	Montag	15 Uhr	<b>DEMENZCAFÉ CONFETTI</b> Treffpunkt für Demenzkranke zur Entlastung pflegender Angehöriger	Speisesaal EG
27.4.18	Freitag	10 Uhr	<b>EINRICHTUNGSBEIRATSSITZUNG</b> Ordentliche monatliche Sitzung	Cafeteria EG
30.4.18	Montag	15.30 Uhr	<b>TANZKAFFEE</b> mit Odenwälder Musikanten	Speisesaal EG

## Wir gratulieren ...

Edeltraud Becker	6.4.	Horst Kleinböhl	17.4.
Ilse Pfeifer	9.4.	Hannelore Stieber	22.4.
Karin Schäffer	10.4.	Gabriele Bergener	26.4.
Elfriede Hechler	11.4.	Marianne Haller	28.4.

## Heiligabend

Vor Weihnachten war die Idee geboren, dass es schön wäre, auf ganz persönliche Weise den Bewohnern ein frohes Weihnachtsfest zu wünschen. Der Gedanke, dass sicherlich gerade an den Festtagen der eine oder andere Bewohner sehr einsam ist, ließ uns die Idee in die Tat umsetzen. Geplant wurde, dass jeder Bewohner eine Blume überreicht bekommt und wir uns einen Moment Zeit nehmen für ein kurzes Gespräch. Direkt am Heiligen Abend machten sich Herr Männicke, unser Einrichtungsleiter, und Frau Schmitz, unsere Betreuungsdienstleitung, gemeinsam mit Besuchshund Anka auf den Weg, um jeden Bewohner zu besuchen. Am Ende war für uns Mitarbeiter klar, dass nicht nur die Bewohner ein besonderes Weihnachten hatten, sondern wir durch die vielen Reaktionen auch. „Ach, wie ist das schön“, war zu hören und das eine oder andere Tränchen der Rührung war zu sehen.

## Silvester

Am Silvestertag war Party angesagt. Bereits die Tage davor freuten sich Mitarbeiter und Bewohner auf das Fest. Die Vorbereitungen liefen auf Hochtouren. Es wurde eine Bowle vorbereitet und der Raum geschmückt. Gemeinsam entstanden Buchstaben, die den Gruß zum neuen Jahr zum Ausdruck brachten. Ausgelassen ging es in den Abend. Wie überall durften ein Feuerwerk und Wunderkerzen nicht fehlen. Sicher vom großen Speisesaal aus konnten die Bewohner das Feuerwerk im Außenbereich beobachten.



## Gymnastik

Jeden Mittwoch halten wir uns fit mit Gymnastik. Wieder und wieder fragen wir uns als Betreuungsteam, wie alle Bewohner mit einbezogen werden können. Da hatte eine Mitarbeiterin eine Idee. Sie nähte einen langen Schlauch. Dieser verbindet alle Teilnehmer und macht neugierig. Was wird wohl heute durch ihn weitergereicht. Alle sind gespannt „wie ein Flitzebogen“. Man freut sich, erinnert sich, lacht und bewegt sich gemeinsam.



## Ein Musikinstrument

### ... welches ein Leben lang Freude bereitet

Herr Auth ist ein Bewohner der Wohntage 4 in unserem Haus. Wieder und wieder wurde seine Ziehharmonika herausgeholt, um ihm das Spielen darauf zu ermöglichen. Leider waren die Erinnerungen, wie das Spielen darauf geht, etwas verschüttet. Doch dann an der Weihnachtsfeier, unterstützt durch eine zweite Ziehharmonika, kamen die Erinnerungen an das Spielen wieder. Die Finger glitten über die Tasten. Genauso glitt wieder und wieder ein Lächeln über das Gesicht von Herrn Auth. Es ist schön, solche Fähigkeiten durch Schlüsselreize wieder zu erwecken und damit große Freude zu bereiten.



## Besuch der Lokalschau *des Rassegeflügelvereins*



Herr Filges war Brieftaubenzüchter. Bereits im Sommer konnte er seinem Hobby nachgehen und Tauben wieder fliegen lassen. Nun wurde ihm der Besuch der Lokalschau in Lindenfels-Schlierbach ermöglicht. Er bekam das Privileg, beim Preisrichten der Tiere mit dabei sein zu dürfen.

Gemeinsam wurde gefachsimpelt. Farbschläge, Rassemerkmale der Tiere und Züchtervorzüge ausgetauscht. Es wurde sich auch nach der Eierlegezahl erkundigt. Dabei kam das Gespräch auch auf Rühreier mit Speck zu sprechen. Nach der Lokalschau hatten einige Hühner Eier gelegt. So ergab sich die Möglichkeit, diese für die Bewohner des Wohnbereichs von Herrn Filges am Abend zu braten.

Es war rundum eine gelungene Sache und sorgte für viel Gesprächsstoff.



## Mai

2.5.18	Mittwoch	16.30 Uhr	<b>EHRENAMTLICHENRUNDE</b> Ehrenamtliche treffen sich zum Gedankenaustausch	Besprechungsraum EG
5.5.18	Samstag	15.30 Uhr	<b>KULTURTREFF</b> Flamenco mit Tanja La Felina	Speisesaal EG
7.5.18	Montag	15.30 Uhr	<b>SINGKREIS</b> Stärkung für Geist und Seele	Speisesaal EG
8.5.18	Dienstag	15 Uhr	<b>GEBURTSTAGSFEIER</b> Geburtstagskinder des Vormonats feiern gemeinsam	Speisesaal EG
10.5.18	Donnerstag	14 Uhr	<b>VATERTAGSFEIER</b> Ausflug für Männer	
13.5.18	Sonntag	15 Uhr	<b>MUTTERTAGSKAFFEE</b> Nach Anmeldung auch für Angehörige	Speisesaal EG
15.5.18	Dienstag	15 Uhr	<b>KAFFEEKLATSCH</b> Gedankenaustausch mit Gästen aus Lindenfels	Speisesaal EG
20.5.18	Sonntag	16 Uhr	<b>PFINGSTGOTTESDIENST</b> Ökumenischer Festgottesdienst	Speisesaal EG
21.5.18	Montag	15 Uhr	<b>DEMENZCAFÉ CONFETTI</b> Treffpunkt für Demenzkranke zur Entlastung pflegender Angehöriger	Speisesaal EG
25.5.18	Freitag	10 Uhr	<b>EINRICHTUNGSBEIRATSSITZUNG</b> Ordentliche monatliche Sitzung	Cafeteria EG
28.5.18	Montag	15.30 Uhr	<b>TANZKAFFEE</b> mit Odenwälder Musikanten	Speisesaal EG

### Wir gratulieren ...

Monika Wannel	6.5.	Helga Velten	21.5.
Katharina Novak	7.5.	Ernst Vollrath	22.5.
Barbara Ripper	11.5.	Gerhard Fritsche	23.5.
Helmut Meyer	15.5.	Sieglinde Höreth	24.5.
Dirk Leifer	16.5.	Maria Rühl	25.5.
Anni Nickel	17.5.	Gerda Herbig	26.5.
Gerda Gretemeyer	18.5.	Johanna May	26.5.
Gertrud Fischer	21.5.		

# Unsere Wochenangebote

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

## Sternsinger

Schon in den Tagen vorher wurde über den Besuch der Sternsinger geredet. Evangelische und katholische Bewohner redeten über Rituale und Bräuche. Einigen Bewohnern war das so wichtig, dass sie den Segen direkt über ihrer Zimmertür angebracht haben wollten. Unsere Bewohnerin Frau Menzel, die ehemalige Gemeindefereferentin der Pfarrgemeinde Fürth, freute sich besonders über den Besuch und kam sofort mit Diakon Christoph Zeiß ins Schwelgen über Erinnerungen.



## Gedächtnistraining gegen das Vergessen

**Das Gehirn ist ähnlich wie ein Muskel: Es muss trainiert werden, damit es nicht an Leistungskraft verliert. Hilfreich sind gezieltes Gedächtnistraining, aber auch Neugierde und ein aktiver Alltag.**

- Fordern Sie Ihr Gehirn aktiv mit Übungen heraus. Dazu gibt es spezielle Gedächtnistrainings. Aber auch Spielen, Knobeln, Kopfrechnen, Kreuzworträtseln oder Puzzeln regt das Gehirn an.

Wo ist nur mein Schlüssel? Wie heißt nochmal die Tischnachbarin? Was gab es Mittwoch vor einer Woche zum Mittagessen? Fragen wie diese spontan zu beantworten, fällt auch jungen Menschen nicht immer leicht. Im Alter allerdings arbeitet das Gehirn langsamer und die Merkfähigkeit nimmt ab. Dieser Prozess beginnt bereits mit Mitte zwanzig, lässt sich aber durch viele Faktoren positiv beeinflussen.

- Unser Gehirn benötigt drei Viertel unseres Sauerstoffverbrauchs, obwohl es nur zwei Prozent des Körpergewichts ausmacht. Gehen Sie also so viel wie möglich nach draußen und gönnen Sie sich frische Luft.

**Wir haben die wichtigsten Tipps zum Krafttraining für die grauen Zellen für Sie zusammengetragen:**

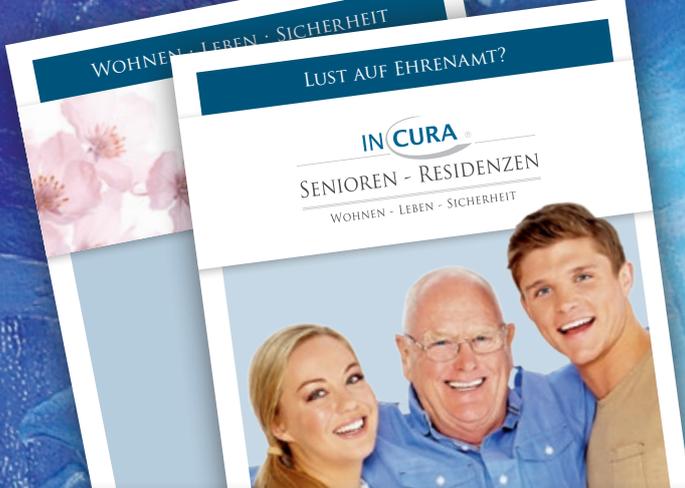
- Am besten bei Bewegung. Denn: Körperlich fitte Personen schneiden bei Hirnleistungstests deutlich besser ab als weniger fitte.

- Wenn Sie diese Zeilen lesen, machen Sie schon einiges richtig: Sich mit Neuem zu beschäftigen, ist gut für das Gehirn. Bleiben Sie also neugierig und öffnen Sie sich für Unbekanntes, zum Beispiel Literatur, Musik oder Sprachen. Im Veranstaltungskalender Ihrer Residenz werden Sie sicher fündig.

- Ändern Sie ab und zu Ihre Gewohnheiten und alltäglichen Abläufe – das weckt das Gehirn aus seinem Schlummermodus. Wählen Sie zum Beispiel einmal einen anderen Weg zum Restaurant oder putzen Sie Ihre Zähne mit der anderen Hand.

- Pflegen Sie soziale Kontakte. Forscher gehen davon aus, dass die Beziehung zu anderen Menschen den größten Effekt auf die geistige Fitness hat. Ein aufmerksames Gespräch mit einem Freund oder Bekannten ist eine komplexe kognitive Leistung.





# 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



**Kurpark-Residenz  
 Bad Salzschlirf GmbH**  
 Im Kurpark 2  
 36364 Bad Salzschlirf  
 Tel. 06648/9111-0  
 info@kurparkresidenz.  
 incurade



**Senioren-Residenz  
 Weinheim GmbH**  
 Sankt Barbara  
 Am Schlossberg 12  
 69469 Weinheim  
 Tel. 06201/7205-400  
 info@stbarbara.incurade



**Senioren-Residenz  
 Linz GmbH**  
 Sankt Antonius  
 Am Konvikt 6-8  
 53545 Linz am Rhein  
 Tel. 02644/944-0  
 info@stantonius.incurade



**Seniorenheim Parkhöhe  
 Lindenfels GmbH**  
 Freisenheinerstr. 9  
 64678 Lindenfels  
 Tel. 06255/9605-0  
 info@parkhoehe.incurade



**Senioren-Residenz  
 Schifferstadt GmbH**  
 Sankt Johannes  
 Hans-Purmann-Str. 31  
 67105 Schifferstadt  
 Tel. 06235/4930-0  
 info@stjohannes.incurade



**Wohnpark Kranichstein  
 Betriebsgesellschaft mbH**  
 Borsdorffstraße 40  
 64289 Darmstadt  
 Tel. 06151/739-0  
 info@wohnpark-  
 kranichstein.incurade



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



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



[www.incurade](http://www.incurade)