

# SANKT JOHANNES POST

Herbst/2017



Das Magazin der INCURA GmbH

Sankt Johannes  
**Hula-Hoop, Rock 'n' Roll  
und Petticoat**

Sankt Johannes  
**Immer on Tour**

Gut zu wissen  
**Freunde fürs  
Leben**

*Lübecker Bucht:  
Strandglück pur*



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

INCURA®

**Titelthema**  
*„Strandglück pur“*

In unserer Titelfrubrik „Deutschlandreise“ geht es dieses Mal in den Nordosten Deutschlands, an die wunderschöne Lübecker Bucht. Gleich eine Handvoll Seebäder wartet hier darauf, entdeckt zu werden – jedes mit seinem ganz eigenen Charakter. Doch egal ob im traditionsreichen Rettin, im modernen Scharbeutz oder im lebendigen Pelzerhaken: Überall gibt es kilometerlange Sandstrände, frische Ostseeluft, herrliche Dünenlandschaften und natürlich fangfrischen Fisch. Anders als an der Nordsee verschwindet das Meer auch nicht ständig, sondern lädt den ganzen Tag über zu einem Strandspaziergang im Sand oder auf der Strandpromenade ein.



**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),**

was war das wieder für ein ereignisreicher Sommer. So viele Ausflüge, Jubiläen und vor allem unser Sommerfest. Ich denke, Sie hatten genauso viel Freude daran wie ich. Aber lesen Sie selbst!

Ich möchte Sie alle herzlich zu unserem Angehörigenabend am 12. September für alle Wohnbereiche einladen. Wir haben wieder spannende Themen für Sie ausgesucht. Mehr dazu erfahren Sie unten.

Gemeinsam wollen wir unseren Oktoberfesten entgegenblicken und freuen uns auch wieder auf den Kinonachmittag, diesmal mit: „Der Jäger von Fall“. Ein weiteres Erlebnis wird mit Sicherheit auch wieder unsere Sankt-Martins-Feier, die wir wieder gemeinsam mit dem Kindergarten „Großer Garten“ feiern werden.

Ich wünsche Ihnen viel Vergnügen beim Schmökern unserer Hauspost und lasse Ihnen herzliche Grüße da.

Bleiben Sie gesund!

*Herzlichst Ihr Daniel Schäfer,  
 Einrichtungsleitung*

**Vorankündigung**

Besuchen Sie unseren **Angehörigenabend am 12.9. um 18.30 Uhr** im Restaurant für alle Wohnbereiche.

**Themen:**

- Vortrag zum Thema MRSA (Herr Danny Schilling, Firma Reininger)
- Aktuelle personelle Veränderungen
- Kooperationen im Bereich Zahnmedizin, Psychiatrie und palliative Versorgung
- Aktuelles und Verschiedenes

**Wachsen und Gedeihen**

Auch in diesem Jahr haben einige Bewohnerinnen und Bewohner der Jungen Pflege wieder mitgeholfen und das Hochbett sowie einige Pflanzkübel neu bepflanzt.

„Diesmal versuchen wir es mit Gurken, Tomaten und Knoblauch, die man perfekt in das Abendessen integrieren kann“, so Jürgen Sörgel, der sich der Gärtnerarbeit angenommen hat.

Die Junge Pflege kümmert sich um das Gießen der Pflanzen und im Vorfeld wurden die Tomaten gemeinsam ausgegeizt.



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

**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 31.10.2017.

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



## Sankt Johannes *Immer on Tour*

Dass die Schifferstadter Bürger gerne feiern, ist kein Geheimnis und zeigt sich an einer Reihe von Festen. Allen voran das 4-tägige Rettichfest, das jährlich mit zahlreichen Fahrgeschäften, einem Stadtlauf und einem Radrennen viele Besucher anlockt.

Der „Rettich“ hat für Schifferstadt eine große Bedeutung. Viele Familien hatten früher einen großen Garten, in dem sie Rettich und anderes Gemüse anpflanzten, um es später auf dem Markt zu verkaufen. Diese Einnahmen reichten schließlich aus, um davon zu leben. Und wenn das Gemüse einmal nicht ganz auf dem Wochenmarkt verkauft wurde, dann kauften Großhändler, die von Frankfurt, Stuttgart und sogar München anreisten, das Schifferstadter Qualitätsgemüse auf. In den 30er und 40er Jahren „märkelten“ fast alle Schifferstadterinnen und trugen somit ganz wesentlich zur Bedeutung des Ortes als „vorderpfälzisches Gemüseparadies“ bei.

Seit dem Jahr 1920, in dem der spezielle Rettichanbau begann, steigerte sich die Bedeutung des Rettichs für die heimische Landwirtschaft Jahr für Jahr. So trug das „weiße Gold von Schifferstadt“ den Namen der Stadt weit über ihre Grenzen hinaus. Kein Wunder also, dass man diesem Gemüse hier zu Lande, damals wie heute, große Bedeutung zumisst und ihm ein Fest widmet. Auch heute wird hierbei viel Wert auf Traditionen wie z. B. dem Fassbier-Anstich, dem Rettichboxen, der Rettichpolka und sogar einer/-m Rettichkönig/in gelegt. Auch unsere Bewohner/-in-

nen lassen es sich nicht nehmen, alljährlich einen kleinen Abstecher auf den Festplatz zu machen. Nach einem Rundgang über das Gelände und der Begutachtung der Fahrgeschäfte stellen die Bewohner jedoch meist fest, dass eben diese Fahrgeschäfte nichts für sanfte Gemüter und empfindliche Mägen sind und lassen den Ausflug in einem der Vereinszelte ruhig ausklingen. Das i-Tüpfelchen bei dem Ausflug waren natürlich die angenehm warmen Temperaturen, aber auch ein gemeinsames Foto mit dem diesjährigem Rettichkönig Lukas I.

Gleich einen Tag später gab es den nächsten Ausflug. Diesmal stand das Parkfest im Ebertpark in Ludwigshafen auf dem Programm. Ein aus Ludwigshafen stammender Bewohner konnte uns ganz genau den Weg erklären und freute sich über die vielen Erinnerungen, die beim Anblick auf den Park wach wurden. Besonders begeistert waren die Mitreisenden natürlich vom Auftritt der Ludwigshafener Tanzschulen, hatten sie doch auch die Kleinen im Alter von gerade drei Jahren im Programm.



## September

2.9.17	Samstag	10.15 Uhr	KRANKENKOMMUNION Herr Steiner feiert Eucharistie mit Ihnen	Restaurant
5.9.17	Dienstag	13.30 Uhr	AUSFLUG mit der „Jungen Pflege“ in die Region, nach Absprache	Treffpunkt im Foyer
6.9.17	Mittwoch	14.30 Uhr	GEBURTSTAGSKAFFEE für die Geburtstagskinder von Juli und August	Restaurant
7.9.17	Donnerstag	16 Uhr	EVANGELISCHER GOTTESDIENST	Wohnzimmer, 2. OG
9.9.17	Samstag	14-16.30 Uhr	MODEVERKAUF Senior-Shop	Foyer
12.9.17	Dienstag	9.30 Uhr	OPTIK FUCHS kommt zum Brillen-Service-Besuch	3. OG
12.9.17	Dienstag	18.30 Uhr	ANGEHÖRIGENABEND für alle Wohnbereiche	Restaurant
13.9.17	Mittwoch	14.30 Uhr	NACHBARSCHAFTSKAFFEE mit den Nachbarn aus dem seniorengerechten Wohnen	Restaurant
14.9.17	Donnerstag	14-15 Uhr	SPEISEPLAN-BESPRECHUNG mit der Küchenleitung	Restaurant
19.9.17	Dienstag	13.30 Uhr	AUSFLUG mit WB 2 + 3 in die Region, nach Absprache	Treffpunkt im Foyer
21.9.17	Donnerstag	16 Uhr	KATHOLISCHER GOTTESDIENST	Wohnzimmer, 2. OG
28.9.17	Donnerstag	15.30 Uhr	OKTOBERFEST O'zapft is für die WB 2 + 3	Restaurant

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

12.9.17	Mittwoch	10 Uhr	AUSFLUG ZUM WOCHENMARKT Gemeinsamer Einkauf	Nach Absprache
18.9.17	Montag	10.30 Uhr	GESELLIGE RUNDE Thema: Erntedank	Essbereich, WB 1
19.9.17	Dienstag	10.30 Uhr	GEMEINSAMES KOCHEN einer Kartoffelsuppe für das Abendessen	Essbereich, WB 1
26.9.17	Dienstag	15 Uhr	WEINFEST mit Zwiebelkuchen und neuem Wein	Essbereich, WB 1

## Hula-Hoop, Rock 'n' Roll und Petticoat

### Sankt Johannes feiert die 50er

Besser hätte das Wetter nicht sein können. Bei herrlichem Sonnenschein und toller Musik wurden die Bewohnerinnen und Bewohner sowie die Gäste von den passend gekleideten Mitarbeitern des Betreuungsdienstes empfangen. Nach herzlichen Grußworten durch Einrichtungsleitung Daniel Schäfer sowie durch Bürgermeisterin Ilona Volk gab es leckere Amerikaner.

„Eure Feste sind immer etwas Besonderes“, lobte Volk die gelungene Veranstaltung und nahm Schäfer das Versprechen ab, zu den bekannten Melodien der 50er Jahre das Tanzbein zu schwingen oder am anstehenden Hula-Hoop-Wettbewerb anzutreten. „Die Polka Dots“ aus Mannheim überzeugten mit ihrer Musik am Keyboard, der Ukulele oder dem Akkordeon. Neben einer Tombola durch die Klasse 7c der Realschule+

gab es auch einen Stand der Apotheke am Schillerplatz, wo man einen „guten Riecher“ beweisen musste. Für eine kühle Abwechslung sorgten die Pfirsichbowle und die Waldbeerkaltschale, die für alle gratis bereitstand. Beim Hula-Hoop-Wettbewerb zeigte Daniel Schäfer sein Können, wobei er jedoch nicht mit einer Angehörigen mithalten konnte, die noch lange den Reifen kreisen ließ, als schon alle anderen Teilnehmer/-innen längst aufgegeben hatten. Zum Abendessen gab es original Pfälzer Spießbraten sowie ein reichhaltiges Buffet mit Klassikern wie gefüllten Eiern oder Pumpernickel-Käsetürmchen.

Ein rundum gelungenes Fest, welches wieder den ein oder anderen Bewohner in freudiger Erinnerung schwelgen ließ.



## Zusätzliche Betreuungskräfte nach § 43b

### Was machen die eigentlich?

Bis zum 31.12.2016 war der Anspruch auf die zusätzliche Betreuung und Aktivierung in stationärer Pflege in § 87b SGB XI geregelt und war lediglich als vergütungsrechtliche Regelung ausgestaltet. Das bedeutet, dass die stationären Pflegeeinrichtungen bei Erfüllung bestimmter Voraussetzungen einen Anspruch auf eine Vereinbarung leistungsrechtlicher Zuschläge hatten, welche zusätzlich zur Pflegevergütung gezahlt wurden. Der anspruchsberechtigte Bewohner hatte erst mit der Zahlung des Vergütungszuschlags, den die Pflegekasse an die stationäre Einrichtung geleistet hat, einen Anspruch auf die Erbringung der zusätzlichen Betreuung und Aktivierung. Einen Individualanspruch, also einen Anspruch auf zusätzliche Betreuung gegenüber der Pflegekasse, hatte der Bewohner nicht.

Mit dem 01.01.2017 sind die fünf Pflegegrade in Kraft getreten, welche mit dem Zweiten Pflege-Stärkungsgesetz (PSG II) umgesetzt werden und die bisherigen vier Pflegestufen ersetzen. Durch die Pflegereform, im Rahmen derer es zu grundlegenden Änderungen im Recht der Sozialen Pflegeversicherung kam, wurde auch der Anspruch auf die zusätzliche Betreuung und Aktivierung in stationären Einrichtungen neu geregelt. Grundsätzlich werden körperliche, kognitive und psychi-

sche Beeinträchtigungen sowohl bei der Bestimmung des Pflegegrades als auch beim Zugang zu den Pflegeleistungen ab dem Jahr 2017 gleichbehandelt. Damit hätte vom Grundsatz auch keine Notwendigkeit mehr bestanden, das bisherige Angebot an zusätzlicher Betreuung und Aktivierung weiterzuführen. Da jedoch sichergestellt werden musste, dass auch über den 31.12.2016 hinaus die zusätzliche Betreuung und Aktivierung stattfindet, wurde ab dem 01.01.2017 mit § 43b SGB XI eine neue Rechtsvorschrift geschaffen. Damit wurde der Anspruch auf die zusätzliche Betreuung und Aktivierung in Form der Zahlung eines Vergütungszuschlags an die stationäre Einrichtung zu einem Individualanspruch des Bewohners.

Wir in der Senioren-Residenz Sankt Johannes sind in der glücklichen Lage, dass wir allen unseren Bewohnerinnen und Bewohnern die zusätzliche Betreuung anbieten dürfen. Dadurch konnten wir unser Betreuungsteam weiter aufstocken und somit vielfältigere Angebote anbieten als bisher.

Durch die bessere personelle Besetzung bleibt nun mehr Zeit für die individuellen Besuche der Bewohnerinnen und Bewohner. Schauen Sie doch auch mal auf unsere Wochenpläne und nehmen an den Angeboten teil. Wir freuen uns auf Sie!



## Grillfest im Wohnbereich der „Jungen Pflege“

Ein Grillnachmittag der besonderen Art wurde am 9. Mai veranstaltet. Im Essbereich der „Jungen Pflege“ bekamen die Bewohnerinnen und Bewohner sowie Gäste ein Livekonzert einer Rockband gezeigt.

Im Außenbereich grillte unser Koch Herr Obermann Bratwürste, Hähnchenspieße und saftige Puten- und Nackensteaks. Dazu wurden den Bewohnern verschiedene Salate, Dips, frisches Baguette, Softgetränke sowie das beliebte Domhofbier angeboten. Die teilnehmenden Bewohner und deren Angehörige fanden für die Veranstaltung nur lobende Worte und freuen sich bereits auf das nächste Event.

## Alle Vögelchen gefunden *Frau Jakeits glückliches Händchen*

Die Gewinnerin des letzten Gewinnspiels ist unsere Bewohnerin Frau Erika Jakeit. Diese konnte sich einen Gutschein von unserem Frisör Kreative Haar-mode Frau Löcher sichern. Herzlichen Glückwunsch!

Wir drücken den neuen Gewinnspieler(innen) bei der nächsten Ausgabe die Daumen. Jeder/Jede hat die Chance, ein Geschenk im Wert von 20 Euro zu gewinnen. Alle Zuschriften und Teilnahmen werden bis zum Einsendeschluss gesammelt und vom Betreuungsdienst ausgelost.



## Wir feiern

**5-jähriges Jubiläum:** Birgit Trietsch, Hauswirtschaftsleitung (*Foto links*)

**10-jähriges Jubiläum:** Pina Macri, Pflegekraft

## Oktober

4.10.17	Mittwoch	15 Uhr	SILBERLOCKEN Musikalischer Nachmittag	Restaurant
5.10.17	Donnerstag	10.30 Uhr	ÖKUMENISCHER ERNTEDANK-GOTTESDIENST	Restaurant
5.10.17	Donnerstag	16.30 Uhr	OKTOBERFEST O'zapft is für die Junge Pflege	Essbereich, EG
7.10.17	Samstag	10.15 Uhr	KRANKENKOMMUNION Herr Steiner feiert Eucharistie mit Ihnen	Restaurant
11.10.17	Mittwoch	15.30 Uhr	NOSTALGIEKINO Wir zeigen: Der Jäger von Fall	Restaurant
12.10.17	Donnerstag	15-17 Uhr	OFFENER TREFF für Parkinson-Patienten und ihre Angehörigen zum Erfahrungsaustausch	Restaurant
17.10.17	Dienstag	13.30 Uhr	AUSFLUG mit WB 2 + 3 in die Region, nach Absprache	Treffpunkt im Foyer
18.10.17	Mittwoch	14-16 Uhr	SCHUHVERKAUF Firma Klütsch	Restaurant
19.10.17	Donnerstag	16 Uhr	KATHOLISCHER GOTTESDIENST	Wohnzimmer, 2. OG
23.10.17	Montag	9-14.30 Uhr	BEKLEIDUNGSVERKAUF Marco's Mode	Foyer
24.10.17	Dienstag	9.30 Uhr	OPTIK FUCHS kommt zum Brillen-Service-Besuch	3. OG
25.10.17	Mittwoch	10 Uhr	SERVICE-BESUCH Hörgeräte Akustiker	3. OG
25.10.17	Mittwoch	15 Uhr	SILBERLOCKEN Musikalischer Nachmittag	Restaurant

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

4. & 11.10.17	Mittwoch	10.30 Uhr	GEMEINSAMES BASTELN von Herbstdekoration	Essbereich, WB 1
17.10.17	Dienstag	10.30 Uhr	WIR BACKEN einen Zwetschkuchen	Essbereich, WB 1
18.10.17	Mittwoch	14 Uhr	GEMEINSAMES BASTELN Wir basteln einen Herbstbaum	Essbereich, WB 1



# Ein ganzes Jahrhundert

## Lina Schauer feiert den Rückblick auf ein bewegtes Leben

Im Jahr 1917, als Kaiser Wilhelm der Zweite regierte, erblickte Lina Schauer geborene Herz in Kleinheubach im unterfränkischen Landkreis Miltenberg das Licht der Welt. Als Tochter eines Steinmetzes, welcher früh an der Berufskrankheit Silikose verstorben ist, hatte sie es auch in den kommenden Jahrzehnten nicht leicht. Sie stand von heute auf morgen mit den beiden Kindern Hannelore und Horst alleine da, da der Mann im Krieg gefallen war. Lange Zeit galt dieser aber nur als vermisst, sodass Frau Schauer keine Witwenrente erhielt und immer zusehen musste, wie sie mit den beiden Kindern klarkam.

Mit 14 Jahren begann sie bei einer Wollfabrik zu arbeiten, nachdem sie die Volksschule besucht hatte. Dies scheint auch ihre Vorliebe zum Stricken zu er-

klären, denn die Jubilarin hat ihr Strickzeug überall mit hingenommen, so der Sohn.

Dass Frau Schauer mal einen 100. Geburtstag feiert, daran hatte bei der Geburt niemand geglaubt, da ihre Zwillingsschwester kurz nach der Geburt verstorben war und es für unsere Bewohnerin wohl auch nicht viel besser aussah. Umso mehr freuten sich alle Beteiligten, ein Bestandteil an diesem besonderen Tag zu sein. Der Betreuungsdienst hatte im Wohnzimmer einen schmucken Tisch hergerichtet, an dem viele Bewohnerinnen und Bewohner saßen und gemeinsam mit Herrn Heller (als Vertreter für den Landrat), Frau Bürgermeisterin Ilona Volk, Herrn Schäfer und Frau Kirsch auf das Geburtstagskind anstießen.



# November



2.11.17	Donnerstag	16 Uhr	<b>EVANGELISCHER GOTTESDIENST</b> Herr Steiner feiert Eucharistie mit Ihnen	Wohnzimmer, 2. OG
4.11.17	Samstag	10.15 Uhr	<b>KRANKENKOMMUNION</b>	Restaurant
7.11.17	Dienstag	13.30 Uhr	<b>AUSFLUG</b> mit der „Jungen Pflege“ in die Region, nach Absprache	Treffpunkt im Foyer
8.11.17	Mittwoch	14.30 Uhr	<b>GEBURTSTAGSKAFFEE</b> für die Geburtstagskinder von September und Oktober	Restaurant
9.11.17	Donnerstag	18 Uhr	<b>ST. MARTIN</b> Gemeinsames Singen am Lagerfeuer mit den Kindern vom „Großen Garten“	Innenhof
15.11.17	Mittwoch	14.30 Uhr	<b>NACHBARSCHAFTSKAFFEE</b> Mit den Nachbarn aus dem seniorengerechten Wohnen	Restaurant
16.11.17	Donnerstag	16 Uhr	<b>KATHOLISCHER GOTTESDIENST</b>	Wohnzimmer, 2. OG
21.11.17	Dienstag	13.30 Uhr	<b>AUSFLUG</b> mit WB 2 und 3 in die Region, nach Absprache	Treffpunkt im Foyer
26.11.17	Sonntag	14-17 Uhr	<b>ADVENTSBASAR</b> mit regionalen Ausstellern	Restaurant und Foyer
29.11.17	Mittwoch	15 Uhr	<b>SILBERLOCKEN</b> Musikalischer Nachmittag	Restaurant

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

8.11.17	Mittwoch	10.30 Uhr	<b>WIR BASTELN</b> Laternen	Essbereich, WB 1
15.11.17	Mittwoch	14 Uhr	<b>GEMÜTLICHER FILMNACHMITTAG</b>	Wohnzimmer, WB 1
28.11.17	Dienstag	10.30 Uhr	<b>IN DER WEIHNACHTSBÄCKEREI</b> Gemeinsames Plätzchenbacken	Essbereich, WB 1
30.11.17	Donnerstag	13.30 Uhr	<b>AUSFLUG</b> zum Speyerer Weihnachtsmarkt	Nach Absprache

### Abschied in den Ruhestand:

Sieglinde Daniel, Service





## Die Ostseebäder *der Lübecker Bucht*

**Ob Scharbeutz, Travemünde oder Timmendorfer Strand: Viele Dörfer der Lübecker Bucht kennt man vom Hörensagen und ihre Namen klingen nach Meer und unbeschwerten Urlaubstagen. Kein Wunder: Die südwestliche Ecke der Ostsee ist traumhaft schön und mit ihren endlosen Sandstränden und charmanten Fischerörtchen eine beliebte Ferienregion.**

Zwischen Travemünde und Dahme in Schleswig-Holstein erstrecken sich auf 55 Kilometern die feinsandigen Strände der Lübecker Bucht. Im Sommer sind die Strandkörbe rund um die Seebäder, die sich hier wie eine Perlschnur an der Küste entlangreihen, stets ausgebucht.

Rund eine Million Besucher kommen jedes Jahr aufs Neue an die südwestliche Ostsee, darunter auch viele Tagestouristen und Badegäste aus dem Großraum Hamburg. Zum Urlaubsziel Nummer eins der westdeutschen Ostsee wurde die Lübecker Bucht erst relativ spät, in den 1960er Jahren, als die innerdeutsche Grenze beliebte Seebäder in Mecklenburg-Vorpommern für den Westen unerschikbaar machte. Ein Glück für die Fischerdörfer wie Timmendorf, Scharbeutz, Sierksdorf, Pelzer-

haken oder Rettin, die sich als wahre Seebäderperlen entpuppten und weiter entpuppen.

### Zwischen Tradition und Moderne

Viele neue und bewährte Angebote sorgen dafür, dass den Gästen ordentlich was geboten wird: Entlang der Bucht gibt es für Jung und Alt Gesundheits-, Sport- und Wellnessangebote wie Yoga oder Nordic Walking, Kulturhöhepunkte wie Museen und ein regionales Filmfest sowie vielfältige Einkaufsmöglichkeiten. Wie es sich für eine Seebadregion gehört, laden zahlreiche Thermal- und Hallenbäder wie die beliebte „Ostsee-Therme Scharbeutz“ zu Bade- und Saunavergnügen ein.

In der Lübecker Bucht findet alljährlich Ende Juli mit den Segelregatten der „Travemünder Woche“ die zweitgrößte Segelsportveranstaltung der Welt statt. Und auch der Vogelpark Niendorf ist immer einen Besuch wert. Unter Tierliebhabern und Naturfreunden gilt er als Deutschlands natürlichster Vogelpark und populäres Ausflugsziel fernab vom touristischen Getümmel. Im Hinterland von Scharbeutz lockt die Pönitzer Seenplatte mit mehreren verwunschenen kleinen Seen, die hübsch eingebet-

tet in Moor, Wald und hügeligen Feldern liegen – ein eindrucksvolles Ambiente.

### Vom Fischbrötchen bis zu Großmutter's Spezialitäten

Und natürlich hat die Lübecker Bucht auch kulinarisch viel Potenzial – von der legendären Strand-Crêperie mit süßen wie herzhaften Pfannkuchen bis hin zur Sterne-Gastronomie im Scharbeutzer Gourmetrestaurant „Diva“. Frischer Fisch steht in der Lübecker Bucht in jedem Restaurant auf dem Programm und hat immer Saison. Für den Snack zwischendurch gibt es an vielen Ecken das fast schon obligatorische Fischbrötchen auf die Hand. Aal satt – zum Beispiel nach Großmutter's Rezept – gibt es Ende Juli bei den traditionellen Aalwochen in Haffkrug, dem ältesten Seebad der Bucht.

Mit einem Festumzug, einem Aalfrühstück und der Krönung des Aalkönigspaares erinnert das Dorf an seine lange Tradition des Aalfangs und die Gemeinschaft der Fischer. Wer den Fisch nicht nur genießen, sondern auch erleben will, kann sich auf interessante Veranstaltungen freuen: Angeboten werden Kutterfahrten, Shanty-Chor-Konzerte, Besichtigungen von traditionellen Fischereien und Räuchereien sowie viele weitere Aktionen rund um die köstlichen Meerestiere.



*Linke Seite: Seebrücke von Scharbeutz, oben: Holstentor Lübeck, unten: Segelregatte*

### Willkommen in der Lübecker Bucht

Alle Informationen zu Sehenswürdigkeiten und Unterkünften sowie kostenloses Info- und Kartenmaterial für Ihren Ausflug an die Lübecker Bucht erhalten Sie bei der Tourismus-Agentur Lübecker Bucht, Strandallee 134 in 23683 Scharbeutz, Telefon 04503/7794100  
[www.luebecker-bucht-ostsee.de](http://www.luebecker-bucht-ostsee.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
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	



## Freunde fürs Leben

**„Freunde sind Gottes Entschuldigung für Verwandte“, so lautet ein irisches Sprichwort. Und es stimmt: Gute Freunde können das Leben schöner machen, gerade weil wir sie uns, im Gegensatz zu unserer Verwandtschaft, frei aussuchen können – vor allem im Alter.**

Freundschaft wird in der modernen Welt immer wichtiger. Wenn die Kinder und Enkel weit weg wohnen und der Partner vielleicht schon verstorben ist, können Freunde wie eine rettende Insel sein. Freunde leisten sich gegenseitig Unterstützung, hören zu und geben Ratschläge, sie feiern zusammen oder gehen einfach mal in Ruhe spazieren oder Kaffee trinken.

Studien zeigen, dass Freundschaften wesentlich dazu beitragen, ob wir uns gut fühlen und gesund sind – denn Einsamkeit macht traurig und manchmal eben auch krank. Intensive Kontakte, der Austausch mit anderen oder gemeinsames Lachen hingegen sind wahre Anti-Aging-Faktoren.

Forscher haben jetzt sogar herausgefunden, dass Freundschaften bei Älteren wichtiger für das Glück und die Gesundheit sein können, als es unsere Fami-

lienbeziehungen sind. Im besten Fall kann Freundschaft nämlich Halt und Sicherheit schenken, ohne die Freiheit oder persönliche Entfaltung des Einzelnen einzuschränken. Das unterscheidet die Freundschaft oft von der Liebes- und Familienbeziehung.

Besonders bereichernd sind gefestigte und tiefe Freundschaften, die lange – manchmal über Jahrzehnte – bestehen. Aber auch neue Freunde können richtig gut tun. Dabei ist es nicht immer leicht, im Rentenalter neue Bekanntschaften zu schließen. Die besten Chancen bieten sich, wenn man offen für Neues bleibt, sein Leben aktiv gestaltet und sich um das Gegenüber bemüht. Wer im Chor singt, gerne Vorträge anhört oder sich zum Mittagessen auch mal zu Fremden an den Tisch setzt, begegnet vielleicht dem ein oder anderen, den man nett findet und gerne mag. Wenn dann noch Vertrauen hinzukommt und Spaß am Miteinander, steht einer „späten“ Freundschaft nichts im Wege.





# 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<sup>®</sup> 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](http://www.incura.de)