

SENIOREN-RESIDENZ SANKT KATHARINA HEPPENHEIM

# Unser Magazin

## AUS DER RESIDENZ

Der Hamster & das Coronavirus

## DIE INCURA-GRUPPE STELLT VOR

Senioren-Residenz in Linz am Rhein

## RATGEBER

Enkel: eine der wichtigsten Beziehungen im Alter

*Oma und Opa sind die Besten ...*

*Jetzt auch auf Facebook*

Inzwischen gehört Facebook auch für die INCURA-Gruppe zum digitalen Alltag. Folgt uns: [INCURA Senioren-Residenz Gruppe](#)



VON HERZEN  
DANKE!

Bewegende Monate liegen hinter uns. Corona hat unser Leben vollkommen durcheinandergebracht. In der Pflege und Betreuung unserer Bewohnerinnen und Bewohner sowie im Umgang mit den Angehörigen war plötzlich alles anders. Die Einschränkungen waren hart und noch immer gibt es keine Normalität.

An dieser Stelle möchten wir allen Beteiligten – unseren Mitarbeitern, Bewohnern, Angehörigen und Partnern – von Herzen danken: für die Geduld und das Verständnis. Für den unermüdlichen Einsatz und professionellen Umgang mit dem neuen Virus. Und vor allem für die Solidarität und den Zusammenhalt, die überall zu spüren sind.

Gemeinsam haben wir es gepackt, gesund zu bleiben. Lassen Sie uns dafür sorgen, dass das weiter so bleibt!

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),

während ich dieses Vorwort schreibe, herrschen draußen sommerliche Temperaturen. Die ersten braunen Blätter fallen bereits und erinnern uns an den bevorstehenden Herbst. Herbst ist Erntezeit, was heute vielleicht nur noch den Bauern auffällt. Wir möchten uns gerne in diesem Herbst verstärkt mit Ihnen über Ihre Kindheitserinnerungen zum Thema Erntezeit austauschen. Wir sind schon sehr gespannt auf Ihre Erfahrungen!

Das Coronavirus bereitet uns noch immer einige Sorgen und veranlasst uns weiter dazu, sehr wachsam und vorsichtig zu sein. Für Ihr umsichtiges und verständnisvolles Verhalten möchte ich mich ganz herzlich bedanken. Danken möchte ich auch allen Angehörigen und Mitarbeitern, die organisatorisch dazu beitragen, die Corona-Schutzmaßnahmen umzusetzen.

Bleiben Sie weiter gesund und helfen Sie mit, dass Ihre Mitmenschen gesund bleiben.

Ihr Alexander Sieb,  
Einrichtungsleitung

Hinweis zu unseren  
Veranstaltungen

Bei Erstellung dieses Heftes konnten wir noch nicht absehen, ob Gruppenangebote, Feste oder Ausflüge stattfinden dürfen. Bitte informieren Sie sich direkt in Ihrer Residenz, zum Beispiel über die Aushänge am Schwarzen Brett. **Vielen Dank für Ihr Verständnis!**

SEPTEMBER 2020

|        |           |                                                                                                                                            |                   |
|--------|-----------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------|
| 01.09. | 10:30 Uhr | <b>Einrichtungsbeiratssitzung</b><br>Nur für Mitglieder des Einrichtungsbeirats                                                            | Restaurant        |
| 04.09. | 15:00 Uhr | <b>Geburtstagskaffee</b><br>Geburtstagskinder des Vormonats feiern gemeinsam                                                               | Alle Wohnbereiche |
| 07.09. | 16:00 Uhr | <b>Gottesdienst der offenen Fenster</b>                                                                                                    | Innenhof          |
| 09.09. | 10:30 Uhr | <b>Mittwochrunde</b> mit Herrn Sieb                                                                                                        | Restaurant        |
| 14.09. | 14:30 Uhr | <b>Speiseplanbesprechung</b> Küchenleitung und Betreuungsdienst besprechen mit Bewohner(innen) Wünsche & Kritiken hinsichtlich der Speisen | Restaurant        |
| 21.09. | 16:00 Uhr | <b>Evangelischer Gottesdienst</b>                                                                                                          | Andachtsraum      |
| 24.09. | 15:00 Uhr | <b>Oktoberfest</b>                                                                                                                         | Alle Wohnbereiche |

OKTOBER 2020

|        |           |                                                                                                                                            |                     |
|--------|-----------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------|
| 02.10. | 15:00 Uhr | <b>Geburtstagskaffee</b><br>Geburtstagskinder des Vormonats feiern gemeinsam                                                               | Alle Wohnbereiche   |
| 05.10. | 16:00 Uhr | <b>Katholischer Gottesdienst</b>                                                                                                           | Andachtsraum        |
| 06.10. | 10:30 Uhr | <b>Einrichtungsbeiratssitzung</b><br>Nur für Mitglieder des Einrichtungsbeirats                                                            | Restaurant          |
| 12.10. | 14:30 Uhr | <b>Speiseplanbesprechung</b> Küchenleitung und Betreuungsdienst besprechen mit Bewohner(innen) Wünsche & Kritiken hinsichtlich der Speisen | Restaurant          |
| 14.10. | 10:00 Uhr | <b>Das Tierheim kommt zu Besuch</b><br>Heilsame Begegnungen zwischen Tier und Mensch                                                       | Alle Wohnbereiche   |
| 19.10. | 16:00 Uhr | <b>Evangelischer Gottesdienst</b>                                                                                                          | Andachtsraum        |
| 21.10. | 15:00 Uhr | <b>Schuhresidenz</b> Verkauf im Haus                                                                                                       | Café im Erdgeschoss |

NOVEMBER 2020

|        |           |                                                                                                                                            |                   |
|--------|-----------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------|
| 02.11. | 16:00 Uhr | <b>Katholischer Gottesdienst</b>                                                                                                           | Alle Wohnbereiche |
| 03.11. | 10:30 Uhr | <b>Einrichtungsbeiratssitzung</b><br>Nur für Mitglieder des Einrichtungsbeirats                                                            | Andachtsraum      |
| 06.11. | 15:00 Uhr | <b>Geburtstagskaffee</b><br>Geburtstagskinder des Vormonats feiern gemeinsam                                                               | Restaurant        |
| 09.11. | 14:30 Uhr | <b>Speiseplanbesprechung</b> Küchenleitung und Betreuungsdienst besprechen mit Bewohner(innen) Wünsche & Kritiken hinsichtlich der Speisen | Restaurant        |
| 16.11. | 16:00 Uhr | <b>Evangelischer Gottesdienst</b>                                                                                                          | Alle Wohnbereiche |





## REZEPT ERDBEER-SAHNE-TORTE

### Zutaten

#### Biskuitboden:

3 Eier  
100 g Zucker  
1 Prise Salz  
100 g Mehl  
1 TL Backpulver

#### Füllung:

500 g Magerquark  
70 g Zucker  
200 g Sahne  
2 Pck. Sahnesteif  
250 g Erdbeeren

#### Deko:

150 g Erdbeeren  
2 EL gehackte Pistazien

### Zubereitung

#### 1. Schritt

Backofen auf 180 Grad (Umluft: 160 Grad) vorheizen. Springform (20 cm) mit Backpapier auslegen.

#### 2. Schritt

(3 Eier, 100 g Zucker, 1 Prise Salz, 100 g Mehl, 1 TL Backpulver) Eier mit Zucker und der Prise Salz für 4 Minuten auf höchster Stufe schaumig schlagen.

Mehl mit Backpulver mischen und unterrühren. Teig in die Form füllen und circa 25 Minuten backen. Nach dem Backen direkt aus der Form lösen und auf ein Stück Backpapier stürzen. Komplett auskühlen lassen.

#### 3. Schritt

(500 g Magerquark, 70 g Zucker, 250 g Erdbeeren, 200 g Sahne, 2 Pck. Sahnesteif) Quark mit Zucker verrühren. Erdbeeren waschen, putzen und in kleine Würfel schneiden. Sahne steif schlagen, das Sahnesteif einrieseln lassen. Erdbeerwürfel und Sahne unter die Quarkmasse rühren.

#### 4. Schritt

(150 g Erdbeeren, 2 EL gehackte Pistazien) Biskuitteig einmal waagrecht halbieren. Unteren Boden auf eine Tortenplatte geben und einen Tortenring eng herum stellen. Die Hälfte der Quark-Sahne auf den Boden geben und glatt streichen. Zweiten Boden auflegen. Mindestens 1 Std. kühl stellen. Für die Deko, kurz vor dem Servieren, mit weiteren Erdbeeren und Pistazien garnieren.

## SUCHEN & GEWINNEN

Der Marienkäfer ist auch unter dem Namen „Glückskäfer“ bekannt. Auch in diesem Heft bringen die kleinen Käferchen Glück und Gewinne.

### WIE VIELE MARIENKÄFER ZÄHLEN SIE?

Senden Sie uns eine Postkarte mit der Lösung an: INCURA GmbH · Zeppelinstr. 4-8 · 50667 Köln oder geben Sie Ihre Postkarte an der Rezeption ab. Einsendeschluss ist der 30.9.2020.



|   |   |   |   |   |   |
|---|---|---|---|---|---|
| 1 |   |   |   |   |   |
|   | 6 |   | 3 |   |   |
| 2 |   |   | 4 |   | 5 |
| 3 |   | 2 |   |   | 4 |
|   |   | 4 |   | 3 |   |
|   |   |   |   |   | 2 |

## Sonderveranstaltungen in der Corona-Zeit

Gerade im Sommer ist normalerweise ganz schön was los. Es werden Ausflüge veranstaltet, der Weinmarkt besucht, Grillabende werden gefeiert oder man sitzt genüsslich mit einem Eiskaffee in der Hand im Innenhof, umgeben von Mitbewohnern, Freunden und Familienangehörigen. Nicht aber im Juni 2020 – aufgrund der Corona-Krise konnte all dies nicht stattfinden. Auch das Sommerfest musste abgesagt werden. Daher ließen sich die Betreuungsdienstmitarbeiter(innen) etwas ganz Besonderes einfallen: intern der Hausgemeinschaften wurde zu bestimmten Themen miteinander erzählt, gekocht, gelacht, gesungen, getanzt und natürlich auch gegessen und getrunken.

### Bayerischer Abend auf Wohnbereich 1

Trotz Corona wollte es sich der Betreuungsdienst nicht nehmen lassen, das ausgefallene Sommerfest durch ein besonderes Highlight zu ersetzen. Am 24.06.2020 gestalteten sie daher einen Bayerischen Abend. Im Vorfeld wurden die Hausgemeinschaften blau-weiß mit Girlanden, Fahnen und Servietten dekoriert. Die Mitarbeiter(innen) stellten mit tatkräftiger Unterstützung einiger Bewohner(innen) einen köstlichen Bayerischen Nudelsalat her. Zum krönenden Abschluss kamen die Bewohner(innen) noch in den Genuss einer köstlichen Bayerischen Creme. Begleitet von bayerischer Musik schmeckte es gleich doppelt so gut.



### Italienischer Abend auf Wohnbereich 2

Endlich ist der Sommer da und mit ihm auch die gute Laune! Für unsere Bewohner vom WB 2 wurde ein italienischer Nachmittag organisiert – mit einigen kulinarischen Leckereien und natürlich dazu passend dekorierten „Festplätzen“. Los ging es um 15 Uhr zum Kaffeetrinken, mit einem selbstgemachten Tiramisu, welches gemeinsam zubereitet wurde. Es gab

selbstgebackene Pizza, welche die Bewohner(innen) selbst belegt hatten. Viel Spaß gabe es nicht nur beim Schneiden des Gemüses, sondern auch beim Probieren hier und da. Italienische Musik sollte nicht fehlen. Es wurde gesungen, getanzt und bei einem kleinen Auftritt der Mitarbeiter viel gelacht und geklatscht.



### Der Wohnbereich 3 feiert den „Tag der Erdbeere“

Da im Wonnemonat Juni die Erdbeere Saison hat, wurde gemeinsam eine herrliche und wohlschmeckende Erdbeer-Sahne-Torte zubereitet. In ausgelassener Stimmung wurden die frischen, wohl duftenden Erdbeeren geschnitten und auch genascht. Die ein oder andere Anekdote zum Thema Backen brachte eine heitere, gelöste Stimmung, weit weg vom Corona-Alltag, der für eine Weile in Vergessenheit geriet. In einer anderen Hausgemeinschaft wurde eine leckere Erdbeerbowle gezaubert, jede(r) Bewohner(in) machte mit und brachte sich (soweit möglich) in die Gemeinschaft ein. Die Männer kümmerten sich mit sichtlicher Freude um das Mischen der Bowle. Bei der Dekoration stand die Erdbeere im Mittelpunkt und es wurde ein gemütlicher Nachmittag bei Torte und Bowle verbracht. Die Stimmung auf dem ganzen Wohnbereich war familiär und entspannt. Es war ein tolles Miteinander bei Geschichten über den Anbau der Erdbeere bis hin zum Austausch von altbewährten Rezepten. Zum Schluss unseres „Erdbeer-Tages“ wurden die Erdbeer-Pflanzen, welche als Dekoration dienten, auf der Dachterrasse in unser Hochbeet gepflanzt.

Wir freuen uns auf kommende „Sonderveranstaltungen“, wie z. B. einen „Odenwälder Abend“, eine Themenwoche „An der Nordseeküste“, einen „brasiliianischer Abend“ und vieles mehr.



Bewohner(innen)  
im Interview

## Radioprojekt

Die Corona-Krise stellte uns vor einige Herausforderungen. Besonders große Einbußen mussten die Bewohner(innen) soziokulturell in Kauf nehmen, denn es wurde eine Kontaktsperre verhängt, die nicht nur mit einem Besuchsverbot einherging, sondern auch dazu führte, dass Gruppenaktivitäten sowie Veranstaltungen nicht mehr stattfinden konnten. Daher war es eine ganz besondere Freude, als uns die Mitwirkung an einem Radio-Projekt angeboten wurde. Eine willkommene Abwechslung.

Die Anfrage erhielten wir von Siggie Elsner, Jugendpflegerin im Jugendzentrum der Stadt Reinheim, die mit ihrem Mädchen-Treff in Zeiten von Corona über Alternativen zu ihren sonst gewohnten Aktivitäten nachdachte. Das Jugendzentrum war nämlich, wie andernorts auch, geschlossen und verlegte die Aktivitäten ins Internet, um sich nicht aus den Augen zu verlieren. Es entstand die Idee, ein bereits länger geplantes Projekt nun etwas umzugestalten und unter besonderen Bedingungen zu realisieren. „Jung und Alt“ heißt das Projekt, das zum Ziel hat, junge und ältere Menschen miteinander in Kontakt zu bringen. Gespräche über die Kindheit & Jugend sollten entstehen – wie die Kindheit früher war und wie sie heute ist. Die Besonderheit hierbei: Die Gespräche fanden in Form eines Interviews bei Radio Darmstadt statt.

Schnell hatten sich sechs interessierte Teilnehmer(innen) hier in der Senioren-Residenz gefunden, die sich bereit erklärten, an den Interviews teilzunehmen. Den Bewohnern wurden ihre Gesprächspartnerinnen im Vorfeld zugeteilt. Es waren Mädchen im Alter zwischen 8 und 13 Jahren – zu den Senioren im Alter zwischen 80 und 93 Jahren ein Unterschied von 70 bis 80 Jahren!

Am 13. Mai 2020 war es dann so weit: Die teilnehmenden Bewohner bekamen am Nachmittag einen Telefonanruf. Herr Jahn von Radio Darmstadt rief zu einer vorher bereits vereinbarten Uhrzeit an und schaltete die Telefonate von jeweils einem Mädchen



und einem Bewohner/einer Bewohnerin zusammen. Die Gespräche sollten jeweils 15 Minuten dauern und handelten von der Schulzeit, Kommunikation damals & heute, Musik, Freizeit und auch von Weihnachten. Trotz ihrer Aufregung machten die Mädchen einen super Job und führten die Interviews wie kleine Profis. Es entstanden angeregte Gespräche, die für beide Seiten viel Interessantes bereithielten.

„Es war eine sehr interessante und wertvolle Erfahrung“, so Frau Kühner. „Ich habe mit Amy, dem Mädchen, mit dem ich das Interview geführt hatte, auch danach noch öfter telefoniert. Auch mit ihrem Vater habe ich telefoniert. Amy ist ein ganz nettes Mädchen und würde sich sicherlich freuen, hier mal mit ihren Freundinnen vom Mädeltreff herzukommen. Leider ist das jetzt noch nicht möglich“, erzählt Frau Kühner weiter.

Nicht nur Frau Kühner, auch die anderen Teilnehmer dieses Projekts, waren von den Gesprächen sehr angetan und staunten nicht schlecht, dass die Mädchen bereits so souverän die Interviews führten. Noch lange wurde von dem Projekt gesprochen und es entstanden viele Gespräche zu dem Thema.

Eine besondere Überraschung zum Schluss waren auch die vielen Geschenke, die die Mädchen hier in einer Kiste für die Teilnehmer(innen) abgeben ließen. Jede(r) Senior(in) erhielt einen Brief, ein selbstgemaltes Bild, eine CD mit dem Radio-Interview sowie eine

Solar-Wackelfigur, die sich die Bewohner zur Erinnerung ans Fenster stellen konnten. Auch entwickelten die Mädchen bereits weitere Ideen für zukünftige Treffen und Zusammenkünfte mit den Senioren.

„Die Mädchen können wirklich sehr stolz auf sich sein“, so Kristina Kallenbach (Leitung des Betreuungsdienstes im Sankt Katharina), „Sie haben mit ihren Gesprächen und Aufmerksamkeiten den Bewohnern eine ganz große Freude bereitet und ihre

durch die Corona-Krise doch recht triste Zeit erheitert. Dafür möchten wir allen Mädchen im Namen der gesamten Einrichtung herzlich danken. Unser Dank gilt auch Frau Elsner, die mit großem Einsatz und Engagement das Projekt verwirklicht hat. Wir freuen uns darauf, wenn Treffen untereinander wieder möglich sind. Dann werden wir Frau Elsner und die Mädchen direkt zu uns einladen und einen schönen gemeinsamen Nachmittag verbringen.“



## Gottesdienst der offenen Fenster

Die Corona-Regeln werden mehr und mehr gelockert. Dennoch wird bei INCURA streng darauf geachtet, das Infektionsrisiko so klein wie möglich zu halten, weswegen Veranstaltungen in größerem Rahmen weiterhin untersagt sind. Doch die Mitarbeiter und Bewohner sind kreativ und haben immer wieder Ideen, wie man trotz Abstandsregeln Momente der Gemeinschaft, Abwechslung und Freude gestalten und erleben kann.

In der Senioren-Residenz Sankt Katharina in Heppenheim beispielsweise fand am 8. Juni 2020 eine ganz besondere Andacht statt. Beim „Gottesdienst der offenen Fenster“ zelebrierten drei Seelsorger – Diakon Peter Jakob, Pfarrer Michael Lohenner und Pfarrer Frank Stickel – im Innenhof der Senioren-Residenz eine stimmungsvolle ökumenische Messe. Begleitet

wurden sie von einer Musikerin am E-Piano. Die Bewohnerinnen und Bewohner des Hauses konnten den Geistlichen von den Fenstern aus zuhören. Manche wohnten dem Gottesdienst auch direkt im Innenhof bei – natürlich mit entsprechendem Abstand.

Einrichtungsleiter Alexander Sieb berichtet: „Der Open-Air-Gottesdienst kam bei unseren Seniorinnen und Senioren wirklich gut an. Sie waren sehr dankbar, dass die gemeinsamen Gebete nun wieder möglich sind, und zeigten sich berührt von dem Besuch der Pfarrer. Aufgrund der positiven Rückmeldung haben wir weitere Gottesdienste in dieser Form geplant, denn ein aktiver Glaube ist für viele ältere Menschen ein wichtiger Bestandteil ihres Lebens – gerade in Krisenzeiten!“



## Der Hamster & das Coronavirus



Unter den Geschenken der Mädchen an die Bewohner war ein Bild mit einer Geschichte, die das Mädchen Enna schrieb. Die Geschichte ist so niedlich und brachte uns so zum Schmunzeln, dass wir sie Ihnen nicht vorenthalten möchten:

### Der Hamster & das Coronavirus

Ich sagte zu meinem Papa: „In diesen Zeiten ist mir immer sooooo langweilig. Ich hätte so gerne einen Hamster“. Papa sagte: „Wenn du einen Hamster willst, dann wünsche ihn dir zum Geburtstag.“ Natürlich tat ich es. An meinem Geburtstag bekam ich ihn auch. Wir gingen in einen Tierladen. Ich bekam den weißen Hamster. Als ich ihn in seinen Stall setzte, war er sehr merkwürdig. Er machte den Mund auf und zu. Am nächsten Tag entschied die Regierung, dass alle Geschäfte wieder auf sind. Ich glaube, es war der Hamster. Er hat Corona verschluckt. Jetzt kann ich mich wieder verabreden.

Enna

## WIR STELLEN UNS VOR

Da bin ich! **Mersiha Müller** ist mein Name, 25 Jahre jung und geborene Bosnierin. Im Jahr 2012 kam ich nach Deutschland. Als neue Wohnbereichsleitung bin ich seit dem 06. Januar 2020 im Einsatz und darüber sehr glücklich. In der Vergangenheit habe ich mich vor allem mit Beatmungspatienten sowie dementen Patienten beschäftigt. Mein Charakter ist geprägt durch ein hohes Maß an Kommunikation und Teamfähigkeit, damit wir gemeinsam die Zufriedenheit unserer Bewohner sicherstellen. Ich freue mich auf die Zukunft mit Ihnen!

Ich möchte mich auf diesem Wege noch persönlich vorstellen. Mein Name ist Isabel Tobarge. Die meisten Bewohner, Angehörigen und Mitarbeiter durfte ich schon kennenlernen. In der Altenpflege bin ich schon seit 20 Jahren, ich habe diesen Beruf von der Pike auf erlernt, angefangen mit dem freiwilligen sozialen Jahr bis hin zur Wohnbereichsleitung und nun Pflegedienstleitung. Ich freue mich auf diese Herausforderung und auf meine tägliche Arbeit. Mir macht die Arbeit Freude und ich fühle mich bereits nach kurzer Zeit sehr wohl. Für alle Fragen, Angelegenheiten und Anregungen stehe ich Ihnen sehr gerne zur Verfügung. Ich freue mich auf mein neues Arbeitsfeld und auf eine gute Zusammenarbeit.



Die INCURA-Gruppe stellt vor

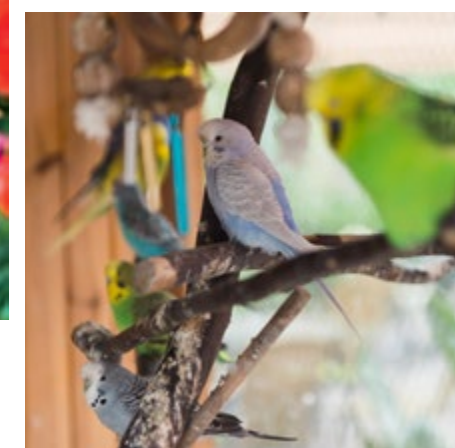
## Senioren-Residenz Antonius Linz am Rhein

**Ein Haus mit Charme und Geschichte: Die Senioren-Residenz Sankt Antonius in Linz befindet sich in einem ehemaligen Konvikt aus dem Jahr 1862. Bewohner und Mitarbeiter lieben das historische Ambiente, den herrlichen Ausblick auf die malerische Altstadt und den Rhein, das vielfältige Kulturangebot und die hervorragende Küche.**

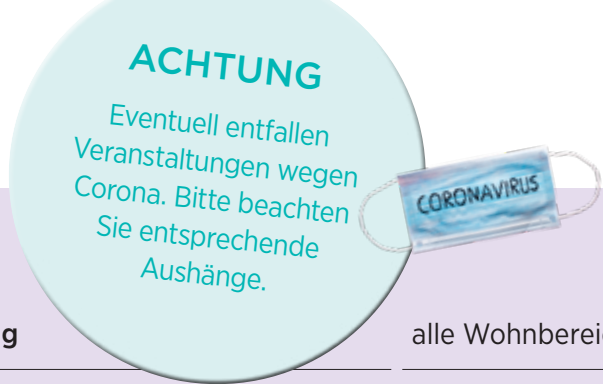
Kloster, Knabenschule, Lazarett – das Gebäude der heutigen Senioren-Residenz Linz hat eine wechselvolle Geschichte. Nach einer aufwändigen Renovierung beherbergt der repräsentative Bau seit 1997 die INCURA-Einrichtung Sankt Antonius mit modernen Wohnapartments, Pflegeapartments sowie Pflegezimmern.

Das Besondere: Wer im betreuten Wohnen lebt und später Pflege benötigt, kann in seiner Wohnung bleiben und dort Pflegeleistungen in Anspruch nehmen. „Das gibt den Menschen Kontinuität und Sicherheit und ist in der Branche selten“, sagt Jörg Schneider-Ramseger, der seit Mai 2019 die Einrichtung leitet. Er selbst ist zwar relativ neu dabei, viele seiner Kollegen aber arbeiten seit Jahren oder Jahrzehnten bei INCURA Linz – manche von Beginn an.

Kennzeichnend für Sankt Antonius ist auch das große Freizeitangebot sowie die enge Vernetzung zum sozialen Leben in Linz. Es gibt viele Kooperationen mit Vereinen, die Weinkönigin kommt regelmäßig zu Besuch und auch Karneval wird groß gefeiert. Das Bistro des Hauses ist nicht nur bei den Bewohnern ausgesprochen beliebt, auch Gäste von außen kommen oft, um hier zu essen. Im Sankt Antonius ist eben immer was los!







WOCHENAKTIVITÄTEN

|            |           |                                                      |                     |
|------------|-----------|------------------------------------------------------|---------------------|
| Montag     | 10.15 Uhr | Speiseplanbesprechung                                | alle Wohnbereiche   |
|            | 11.00 Uhr | Sportgruppe zur Sturzprophylaxe                      | Wohnbereich 2       |
|            | 15.15 Uhr | Speiseplanbesprechung                                | alle Wohnbereiche   |
| Dienstag   | 10.15 Uhr | Kreativrunde                                         | Wohnbereich 1       |
|            | 10.15 Uhr | Entspannt in den Tag                                 | Wohnbereich 2       |
|            | 10.15 Uhr | Spielerunde                                          | Wohnbereich 3       |
|            | 15.15 Uhr | Gedächtnistraining                                   | Wohnbereich 3       |
| Mittwoch   | 10.15 Uhr | Bewegung mit Musik                                   | Wohnbereich 1       |
|            | 10.15 Uhr | Singrunde                                            | Wohnbereich 2       |
|            | 10.30 Uhr | Einkaufen auf dem Wochenmarkt                        | Im BD-Büro anmelden |
|            | 11.00 Uhr | Sportgruppe zur Sturzprophylaxe                      | Wohnbereich 3       |
|            | 15.15 Uhr | Gedächtnistraining                                   | Wohnbereich 1       |
|            | 15.15 Uhr | Kegeln mal anders                                    | Wohnbereich 3       |
| Donnerstag | 10.15 Uhr | Backgruppe 14-täglich im Wechsel mit der Spielerunde | Wohnbereich 1       |
|            | 10.15 Uhr | Bewegung mit Musik                                   | Wohnbereich 2       |
|            | 10.15 Uhr | Singrunde                                            | Wohnbereich 3       |
|            | 15.15 Uhr | Gedächtnistraining                                   | Wohnbereich 2       |
|            | 15.15 Uhr | Kreativrunde                                         | Wohnbereich 3       |
| Freitag    | 10.15 Uhr | Entspannt ins Wochenende                             | Wohnbereich 1       |
|            | 10.15 Uhr | Kreativrunde                                         | Wohnbereich 2       |
|            | 10.15 Uhr | Entspannt ins Wochenende                             | Wohnbereich 3       |
|            | 11.00 Uhr | Sportgruppe zur Sturzprophylaxe                      | Wohnbereich 1       |
|            | 15.00 Uhr | Bingo                                                | Restaurant          |
| Samstag    | 15.30 Uhr | Singrunde                                            | Wohnbereich 1       |
|            | 10.30 Uhr | Einkaufen auf dem Wochenmarkt                        | Im BD-Büro anmelden |
| Sonntag    | 10.15 Uhr | Individuelle Einzelbetreuung                         | alle Wohnbereiche   |



Oma, Opa und die Enkel – eine ganz besondere Beziehung

Enkel zu haben, ist für die meisten Seniorinnen und Senioren ein großes Glück. Aber natürlich profitieren auch die Kinder und ihre Eltern von einer intensiven Großeltern-Enkel-Beziehung. Corona hat da alle ganz schön auf die Probe gestellt.

Oma und Opa besuchen verboten: Im März 2020 hat die Regierung deutlich davor gewarnt, dass Kinder Zeit mit ihren Großeltern verbringen. Eine Übertragung von Corona auf die Älteren sollte vermieden werden. Kurz danach mussten auch die Senioreneinrichtungen für Besucher komplett geschlossen werden. Das war für viele Menschen – ob jung oder alt – bitter.

Dabei ist die Verbindung zwischen Großeltern und ihren Enkeln eine ganz besonders wertvolle: Die Älteren können sehr von der Lebendigkeit, Zuneigung und Lebensfreude ihrer Enkel profitieren. Gemeinsame Aktivitäten wie Singen, Basteln oder Spielen bringen Abwechslung in den Alltag und machen viel Freude. Studien belegen, dass das Aufpassen auf Enkelkinder sogar die kognitiven Fähigkeiten der Großeltern verbessert und somit das Risiko für Demenz verringern kann.

Überhaupt ist das Beste an der Großelternschaft: Man kann das eigene Elternsein noch mal intensiv erleben, ohne dabei die Last und Verantwortung zu tragen wie beim eigenen Kind. Großeltern haben den Luxus, sich voll und ganz auf die schönen Seiten des Zusammenseins zu konzentrieren: Auf den Spielplatz gehen, Plätzchen backen, vorlesen oder stundenlang Memory spielen. Im Unterschied zur Erziehung der eigenen Kinder kann jetzt alles mit mehr Abstand betrachtet werden – ob die Sorgen um den winzigen Säugling oder später um das Chaos im Kinderzimmer.

Andersherum genießen viele Kinder, dass Oma und Opa immer so viel Zeit haben – im Gegensatz zu den Eltern, die zwischen Beruf, Hausarbeit und Kinderbetreuung stark eingespannt sind. Großeltern können wichtige Bezugspersonen oder Entwicklungsbegleiter sein, die ganz eigene Perspektiven, Meinungen und Werte mitbringen. Und sie fungieren auch oft als Retter oder „Notnagel“ in schwierigen Situationen, etwa bei Krankheit, Konflikten oder finanziellen Sorgen. Dass Oma oder Opa auch mal ein Geheimnis für sich behalten, schätzen viele Enkel.

Corona hat verhindert, dass Enkel und Großeltern sich regelmäßig sehen. Doch viele waren erfindereich, um den Kontakt zu halten: Es wurden Briefe und Karten geschrieben, Telefonate geführt und auch Videoanrufe über den Computer getätigt. So stieg die Vorfreude darauf, sich endlich wieder „in echt“ zu sehen oder gar im Arm zu halten. Omas, Opas und ihre Enkel – das ist eben eine ganz besondere Beziehung!

„Enkel sind das Dessert des Lebens.“  
Königin Silvia von Schweden



## 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 KATHARINA  
SENIOREN-RESIDENZ

### SENIOREN-RESIDENZ HEPPENHEIM GMBH

Sankt Katharina · Lorschei Straße 1-3 · 64646 Heppenheim  
Telefon 06252/9599-500 · [info@stkatharina.incura.de](mailto:info@stkatharina.incura.de)

### WEITERE STANDORTE

#### SENIOREN-RESIDENZ LINZ GMBH

Sankt Antonius  
Telefon 02644/944-0

#### SENIOREN-RESIDENZ SCHIFFERSTADT GMBH

Sankt Johannes  
Telefon 06235/4930-0

#### SENIOREN-RESIDENZ DUDENHOFEN GMBH

Sankt Sebastian  
Telefon 06232/9008-0

#### SENIOREN-RESIDENZ WEINHEIM GMBH

Sankt Barbara  
Telefon 06201/7205-400

#### SENIORENHEIM PARKHÖHE LINDENFELS GMBH

Telefon 06255/9605-0

#### KURPARK-RESIDENZ BAD SALZSCHLIRF GMBH

Telefon 06648/9111-0

#### SENIOREN-RESIDENZ BENSHEIM GMBH

Villa Medici  
Telefon 06251/7046-0

#### SENIOREN-RESIDENZ MALSCH GMBH

Telefon 07246/94416-0

#### SENIOREN-RESIDENZ DETTENHEIM GMBH

Telefon 07247/80096-0