SANKT SEBASTIAN POST

Sommer/2018

Das Magazin der INCURA GmbH

Sankt Sebastian
Faschingsfeier

Deutschlandreise
Ostfriesische Inseln: Sieben Mal Erholung

Gut zu wissen
Singen kennt kein Alter

Die Ostfriesischen Inseln

Wohnen. Leben. Sicherheit. www.incura.de

INCURA®

Die Ostfriesischen Inseln

Sieben schöne Schwestern
Die sieben Ostfriesischen Inseln Wangerooge, Spiekeroog, Langeoog, Baltrum, Norderney, Juist und Borkum bieten unendliche Weiten, naturbelassene Landschaften, eine frische Brise und herrlich lange Strände. Dabei hat jede Insel ihr ganz eigenes Gesicht und ihren ganz speziellen Charakter – von idyllisch-ruhig über turbulent oder sportlich-aktiv bis allergiefreundlich ist alles dabei. Besonders beliebt sind die Inseln, auf denen Autos verboten sind und das Inselleben durch Fahrräder, Spaziergänger, Pferdedroschken oder eine Inselbahn geprägt ist. Wenn dann noch der Handyempfang schlecht ist, steht der puren Entspannung nichts mehr im Weg.

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 2969828-0 · 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),

endlich ist er da – der langersehnte Sommer! Ich wünsche Ihnen von Herzen, dass Sie die warmen Tage und die Sonne rundum genießen können. Ob bei einem leckeren Eis auf dem Balkon, bei einem Abendspaziergang in der lauen Sommerluft oder bei einem Plausch auf der Gartenbank.

Auch unsere Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter haben wieder viele sommerliche Aktivitäten für Sie geplant. **Höhepunkte sind das Erdbeerfest am 16. Juni, das Grillfest am 14. Juli und natürlich unser großes Sommerfest am 11. August.** Hierfür werden wir wieder jede Menge tolle Überraschungen vorbereiten.

Wir freuen uns, wenn Sie den Sommer mit uns und den anderen Bewohnerinnen und Bewohnern feiern und unsere Veranstaltungen zahlreich besuchen. Denn besonders die jahreszeitlichen Feste bringen nicht nur Abwechslung in den Alltag, sie fördern auch die Gemeinschaft, machen richtig Spaß und sorgen für viele schöne Erinnerungen.

Sommerliche Grüße

Dagmar Kirsch,
stellvertretende Einrichtungsleitung

Abendessen-Event

Frau Chardin und Frau Breitkreutz, zwei Alltagsbegleiter, hatten die Idee, für die Bewohner ein Drei-Gänge-Menü anzubieten. Um 10 Uhr vormittags ging es dann mit Unterstützung einiger Bewohnerinnen los: Es wurde geschnitten, gehackt und angebraten. Zwischendurch wurde im Speisesaal der Tisch festlich eingedeckt. Gegen 17 Uhr konnten es dann endlich beginnen. Zuerst wurde die Vorspeise, eine Champignon-Cremesuppe mit Walnüssen, serviert. Als zweiter Gang dann das Hauptgericht, ein Herrentoast mit Schweinefilet und Pilzen, und als Nachtisch mit Waldbeeren gefüllte Pfannkuchen. Die Bewohner waren begeistert von der Möglichkeit der Mithilfe bei der Zubereitung sowie von dem schmackhaften Ergebnis. Es war ein sehr geselliger Abend, der bei den Bewohnern so gut ankam, dass direkt eine Wiederholung dieses Events geplant wurde.

Michaela Chardin, Dagmar Breitkreutz

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

Faschingsfeier *am 3. Februar 2018*

Das Motto unserer diesjährigen Faschingsveranstaltung lautete „Zirkuswelt in St. Sebastian“. Mit toller Bastel-Unterstützung von zwei Bewohnerinnen waren die Tische im Speisesaal der INCURA Sankt Sebastian bunt dekoriert, Luftballons und ein großes Clownbild schmückten die Manege (Bühne) und die vielen Bewohner, deren Angehörige, Mitarbeiter, Ehrenamtliche und Freunde unseres Hauses sorgten für gutgelaunte Gesichter.

Durch das bunte Programm führten Julia Schütz und Michaela Chardin als Zirkusdirektorinnen und stellten dem Publikum Frau Kirsch – stellvertretende Einrichtungsleiterin – und Herrn Lorenz – unseren neuen Pflegedienstleiter – vor. Musikalisch gestaltete Herr Kornmann mit seinem Akkordeon das Programm. Ein Sketch „Die Gerichtsverhandlung“ (gespielt von Herbert Vollmer, Herr Naab und Steffi Kratz), eröffnete die Feier und mit bekannten Schlagern und Heimatlieder wurden die Anwesenden zum Mitsingen, Klatschen und Schunkeln animiert. Die Tanzgruppen des Karnevalsvereins Dudenhofen erfreuten mit ihrer Garde, den Spargelhopsern und dem Tanzmariechen. Und auch die Faschingsprinzessin Victoria war mit ihrem Gefolge anwesend. Eine „Pferdedressur“ (dargestellt von Mitarbeitern des Hauses) und die „Badenixen“ – ein Männerballett (ein Mitarbeiter und zwei Ehrenamtliche) waren weitere Programmpunkte. Dazwischen gab es genügend Zeit für Kaffee und Berliner, Schunkelrunden und Polonaise durch den Saal. Clown „Dings“ (Betreuungsdienstmitarbeiterin Uta Krause), der Luftballons modellierte, und ein pop-cornverteilender Clown Dagmar (Alltagsbegleiterin) belustigten die Anwesenden. Das Tanzbein wurde zwischendrin auch geschwungen.

Bedanken möchte ich mich an dieser Stelle bei allen Mitwirkenden, bei allen Helfern, bei unserer Bastel-Bewohnerin Frau Siemer (Tischdekoration, Orden, Hüte) und bei Herrn Kornmann für die gute Stimmungsmusik.

Julia Schütz, Betreuungsdienst

Juni

1.6.18	Freitag	**14.30 Uhr**	**SENIOR-SHOP** Kleiderverkauf	Speisesaal
4.6.18	Montag	**15.30 Uhr**	**MUSIKNACHMITTAG** mit Robert Cerato	Speisesaal
6.6.18	Mittwoch	**16 Uhr**	**KATHOLISCHER GOTTESDIENST** mit Pfarrer Dörzapf	Speisesaal
7.6.18	Donnerstag	**15.30 Uhr**	**ERZÄHLKAFFEE** mit dem Betreuungsdienst	Speisesaal
8.6.18	Freitag	**10 Uhr**	**AUSFLUG** mit Betreuungsdienst	Speisesaal
13.6.18	Mittwoch	**15.30 Uhr**	**BINGO** mit der OSHG und dem Betreuungsdienst	Speisesaal
14.6.18	Donnerstag	**15 Uhr**	**VORTRAG PARKINSON-SELBSTHILFE-GRUPPE**	Speisesaal
16.6.18	Samstag	**14.30 Uhr**	**ERDBEERFEST** mit der OSHG	Speisesaal
18.6.18	Montag	**14 Uhr**	**HANDARBEITSGRUPPE** mit Frau Rennholz	Speisesaal
19.6.18	Dienstag	**15 Uhr**	**BABBELNACHMITTAG** mit der OSHG	Speisesaal
20.6.18	Mittwoch	**16 Uhr**	**EVANGELISCHER GOTTESDIENST** mit Herrn Bücklein	Speisesaal
25.6.18	Montag	**15 Uhr**	**GEBURTSTAGSKAFFEE** mit Frau Lehmann	Speisesaal
27.6.18	Mittwoch	**16 Uhr**	**KATHOLISCHER GOTTESDIENST** mit Pfarrer Dörzapf	Speisesaal

Rezept: Couscous-Salat

Zutaten:
300 g Couscous
350 g Datteltomaten
2 Bund Frühlingszwiebeln
800 ml Gemüsebrühe
Saft einer halben Zitrone, Salz, Olivenöl
4 EL Butter

Gemüsebrühe kochen, Couscous zugeben und 3 Min. köcheln und dann noch ein paar Minuten quellen lassen. Salz und Butter hinzugeben und verrühren. Frühlingszwiebeln in dünne Scheiben schneiden und in Olivenöl kurz anbraten. Die Tomaten in dickere Scheibchen schneiden, zum Couscous geben, Zitronensaft dazu und mit Salz abschmecken. Warm oder kalt genießen.

Juli

4.7.18	Mittwoch	**16 Uhr**	**KATHOLISCHER GOTTESDIENST** mit Pfarrer Dörzapf	Speisesaal
5.7.18	Donnerstag	**15.30 Uhr**	**ERZÄHLKAFFEE** mit dem Betreuungsdienst	Speisesaal
6.7.18	Freitag	**15 Uhr**	**IDEENSTAMMTISCH** mit der OSHG	Speisesaal
11.7.18	Mittwoch	**15.30 Uhr**	**BINGO** mit der OSHG und dem Betreuungsdienst	Speisesaal
12.7.18	Donnerstag	**15.30 Uhr**	**SINGKREIS** mit Frau Aldag	Speisesaal
14.7.18	Samstag	**14.30 Uhr**	**GRILLFEST** mit der OSHG	Speisesaal
16.7.18	Montag	**14 Uhr**	**HANDARBEITSGRUPPE** mit Frau Rennholz	Speisesaal
17.7.18	Dienstag	**15 Uhr**	**BABBELNACHMITTAG** mit der OSHG	Speisesaal
18.7.18	Mittwoch	**15.30 Uhr**	**EVANGELISCHER GOTTESDIENST** mit Herrn Bücklein	Speisesaal
23.7.18	Montag	**14 Uhr**	**MÄNNERSTAMMTISCH** mit dem Betreuungsdienst	Speisesaal
25.7.18	Mittwoch	**16 Uhr**	**KATHOLISCHER GOTTESDIENST** mit Pfarrer Dörzapf	Speisesaal
26.7.18	Donnerstag	**15.30 Uhr**	**SINGKREIS** mit Frau Aldag	Speisesaal
27.7.18	Freitag	**16 Uhr**	**WELLNESSANGEBOT** mit dem Betreuungsdienst	Speisesaal

August

1.8.18	Mittwoch	**16 Uhr**	**KATHOLISCHER GOTTESDIENST** mit Pfarrer Dörzapf	Speisesaal
2.8.18	Donnerstag	**15.30 Uhr**	**ERZÄHLKAFFEE** mit dem Betreuungsdienst	Speisesaal
3.8.18	Freitag	**15 Uhr**	**IDEENSTAMMTISCH** mit der OSHG	Speisesaal
8.8.18	Mittwoch	**15.30 Uhr**	**BINGO** mit der OSHG und dem Betreuungsdienst	Speisesaal
9.8.18	Donnerstag	**15.30 Uhr**	**SINGKREIS** mit Frau Aldag	Speisesaal
11.8.18	Samstag	**14.30 Uhr**	**SOMMERFEST**	Speisesaal
15.8.18	Mittwoch	**16 Uhr**	**EVANGELISCHER GOTTESDIENST** mit Herrn Bücklein	Speisesaal
17.8.18	Freitag	**15.30 Uhr**	**MUSIKNACHMITTAG** mit Herrn Cerato	Speisesaal
20.8.18	Montag	**14 Uhr**	**HANDARBEITSGRUPPE** mit Frau Rennholz	Speisesaal
21.8.18	Dienstag	**15 Uhr**	**BABBELNACHMITTAG** mit der OSHG	Speisesaal
22.8.18	Mittwoch	**16 Uhr**	**KATHOLISCHER GOTTESDIENST** mit Pfarrer Dörzapf	Speisesaal
23.8.18	Donnersag	**15.30 Uhr**	**SINGKREIS** mit Frau Aldag	Speisesaal
27.8.18	Montag	**15 Uhr**	**GEBURTSTAGSKAFFEE** mit dem Betreuungsdienst	Speisesaal

Kunstausstellung

Seit ein paar Wochen stellt Frau Michaela Martinovic ihre Bilder bei uns aus. Frau Martinovic ist 30 Jahre alt, hat zwei Kinder und lebt in Jockgrim. Durch eine Therapie hat sie ihre „künstlerische Ader“ entdeckt und malt seitdem mit Acrylfarben verschiedene Motive.

Unsere Bewohner erfreuen sich an den bunten, mit viel Liebe zum Detail gestalteten Bildern.

Julia Schütz, Betreuungsdienst

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 30.6.2018. Mit etwas Glück gewinnen Sie eine persönliche Überraschung. **Wir wünschen viel Spaß!**

Ostfriesische Inseln: Sieben Mal Erholung

Welche der sieben Ostfriesischen Inseln die schönste ist – darüber scheiden sich die Geister. Doch wer einmal seine Lieblingsinsel gefunden hat, kehrt oft ein Leben lang wieder.

Schon die Anreise zu den Ostfriesischen Inseln im niedersächsischen Wattenmeer ist Entspannung pur: Die Fährzeiten richten sich oft nach den Gezeiten der Nordsee und an Bord der Schiffe wird einem zum ersten Mal ordentlich der Kopf durchgepustet. Mit etwas Glück sieht man schon unterwegs die ersten Seehunde auf einer der Sandbänke in der Sonne liegen. Im Zielhafen angekommen, geht es meist mit der Pferdekutsche oder dem Elektrokarren weiter. Denn nur auf Norderney und Borkum sind Autos – wenn auch mit starker Einschränkung – erlaubt. Man kann also erstmal bedenkenlos durchatmen und von Abgasen ungestört die frische Meeresluft genießen.

Doch zurück zu der Frage, welche Insel am ehesten ein Besuch wert ist: Das westlichste und größte Eiland ist **Borkum** (Titelbild). Sonnenanbeter und Wassersportler lieben den etwa 26 Kilometer langen Sandstrand, während man sich in der Stadtmitte in eleganten Geschäften, einem Spielcasino und schicken Restaurants wunderbar die Zeit vertreiben kann. Borkum gehört mit seinen rund zweitausend Sonnenstunden pro Jahr zu den sonnigsten Orten in Deutschland und wurde als erste Insel in Europa als allergikerfreundlich zertifiziert.

Die Nachbarinsel **Juist** trägt den Beinamen „Töwerland“, Zauberland. Frei von Trubel, Alltagsstress und Hektik genießen Urlauber hier vor allem die Natur und die Dünen- und Strandlandschaft. Die ganze Pracht der Insel kann man am besten auf dem Lehr- und Kunstpfad erkunden.

Auf **Norderney** hingegen ist immer was los. Kultur und Trubel locken viele Tagesgäste auf die Insel. Im alten Kulturtheater spielt jeden Sommer das Warschauer Symphonieorchester, im Casino rollt rund ums Jahr die Kugel und im Wellnesstempel Badehaus kann man sich mit Thalasso-Anwendungen verwöhnen lassen.

Baltrum ist so klein, dass es nicht einmal Straßennamen gibt. Die Hausnummern werden chronologisch nach dem Baujahr vergeben. Der Spitzname „Dornröschen“ passt genau, denn die herrliche Ruhe wird höchstens von ein paar Vögeln gestört.

Lachmöwen, Brandgänse und Zwergseeschwalben lieben das nur fünf Kilometer lange und 1,5 Kilometer breite Eiland. In den drei Ortsteilen Westdorf, Ostdorf und Altes Ostdorf kann man urige Insulanerhäuschen bestaunen, die Inselkirche besuchen oder in einem der gemütlichen Restaurants und Cafés an der Strandpromenade einkehren.

Das Wahrzeichen von **Langeoog** ist der Wasserturm, von dem aus man eine Panoramasicht über die ganze Insel und sogar bis hinüber zu den Nachbarinseln hat. Aber auch von der Melkhörndüne, der höchsten Erhebung Ostfrieslands, eröffnet sich ein traumhafter Blick über die Deich- und Dünenlandschaft. Langeoog gilt mit seiner bunten Inselbahn, seinen einladenden Straßencafés und den vielen Spielplätzen als besonders familienfreundlich.

Spiekeroog ist die urigste unter den Ostfriesischen Inseln. Selbst einen Flugplatz oder Fahrradverleih sucht man hier vergebens. Die Insel ist geprägt von hübschen Friesenhäusern, einem dörflichen Charme und viel intakter Natur. Eine Fahrt mit der Museumspferdebahn – der einzigen Eisenbahn, die in Deutschland noch von Pferden gezogen wird – ist der beschaulichste Weg, die Insel zu entdecken.

Die östlichste Nordseeinsel **Wangerooge** liegt nur acht Kilometer vom Festland entfernt. Dennoch fühlt man sich hier wie in einer anderen Welt. Der ewige Wechsel von Strand, Watt, Dünen und Salzwiesen beruhigt die Seele. Mit der Inselbahn erkunden die Gäste die Sehenswürdigkeiten in gemütlichem Tempo. Am westlichen Schiffsanleger findet sich ein Schild mit der Inschrift „Gott schuf die Zeit, von Eile hat er nichts gesagt“. Ein Spruch, der zu allen sieben Schwestern mehr als passt!

Willkommen auf den Ostfriesischen Inseln

Alle Informationen zu den einzelnen Inseln, Sehenswürdigkeiten und Unterkünften sowie Info- und Kartenmaterial erhalten Sie bei der Ostfriesische Inseln GmbH, Goethestraße 1 in 26757 Borkum, Telefon 04922 933120, info@ostfriesische-inseln.de, **www.ostfriesische-inseln.de.**

Links: Düne auf Baltrum, rechts – oben: Wasserturm auf Langeoog, rechts – Mitte: Strandkörbe auf Norderney, rechts – unten: Old Pier auf Wangerooge

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
	14 Uhr	**STURZPROPHYLAXE**		Gymnastikraum
FREITAG	**10 Uhr**	**SITZTANZ, AUSFLUG, SPAZIERGANG, GRUPPENANGEBOT**		Gymnastikraum

Verabschiedung *Frau Hook*

Ende März wurde Frau Hook nach 16-jähriger Berufstätigkeit in unserer Einrichtung in den wohlverdienten Ruhestand verabschiedet. Wir haben Frau Hook zum Abschied interviewt.

Frau Hook, warum haben Sie sich damals in der Senioren-Residenz Dudenhofen beworben? „Ich lebe in Dudenhofen und habe damals von einem Bekannten vom Bau einer Senioren-Residenz gehört. Daraufhin habe ich mich dann als Pflegehelferin beworben. Ich war von Anfang an dabei, habe beim Aufbau mitgeholfen. Zuerst habe ich in der Pflege gearbeitet, nach ca. einem Jahr habe ich die soziale Betreuung als Halbtagskraft unterstützt.

Frau Hook, was haben Sie besonders gerne gemacht? „Mein Steckenpferd war die Gymnastikgruppe, die Gedächtnistrainings- und die Malgruppe, auch Einzelbetreuungen habe ich sehr gerne gemacht."

Nach so vielen Jahren Arbeit, wird es Ihnen dann nicht langweilig sein im Ruhestand? Was haben Sie in Ihrem Ruhestand vor? „Ich werde mit meinem Mann verreisen und einige „Projekte" in Angriff nehmen. Aber ganz kann ich mich noch nicht von der Senioren-Residenz verabschieden. Ich möchte gerne noch zweimal in der Woche für vier Stunden im Betreuungsdienst arbeiten."

Wir wünschen Frau Hook alles Gute für ihren Ruhestand und freuen uns sehr, dass sie uns auch weiterhin unterstützen wird.

Julia Schütz, Betreuungsdienst

Singen kennt kein Alter

Singen macht Freude und ist gesund – ob unter der Dusche, im Singkreis oder im Chor. Auf der Spur der heilenden Kraft des Singens.

Haben Sie heute schon gesungen? Wir meinen keine musikalischen Spitzenleistungen, sondern vielleicht ein kleines Liedchen nach dem Aufwachen oder eine Melodie beim Spazierengehen. Singen nämlich kann wunderbar bereichernd und wohltuend sein – es hebt die Stimmung, lässt Beschwerden vergessen und erinnert uns möglicherweise an schöne Erlebnisse. Für manche Menschen ist das Singen mit einer tiefen Spiritualität verbunden, etwa bei Kirchenliedern oder Mantren. Andere Lieder erinnern an die Kindheit oder an die Zeit, als die eigenen Kinder klein waren. Manche Senioren singen einfach aus Spaß an der Freude und genießen die Leichtigkeit, die sich beim Singen ganz automatisch einstellt.

Forscher haben herausgefunden, dass das Singen die Vitalität, Widerstandskraft, geistige Gesundheit und sogar das Selbstbewusstsein fördert. Und: Es fordert den ganzen Körper, etwa durch das tiefe Atmen und die aufrechte Haltung. Wissenschaftler von der Johann-Wolfgang-Goethe-Universität in Frankfurt haben kürzlich entdeckt, dass Singen sogar vor Erkältungen schützt und das Immunsystem stärkt. Schon rund zehn Minuten sollen ausreichen, um das Herz-Kreislauf-System auf Trab zu bringen.

Wer regelmäßig und öfter mal neue Lieder singt, fordert sich auch noch geistig heraus und trainiert sein Gedächtnis.

Gleichzeitig sorgt die Musik selbst für eine Extraportion Endorphine. Das gilt vor allem für das Singen in der Gemeinschaft, denn der Gesang ist auch eine wunderbare Form der Geselligkeit und Kommunikation. Wenn im Singkreis oder Chor die eigene Stimme mit den Stimmen anderer Menschen verschmilzt, kann das sehr beflügelnd sein.

Sie sehen: Es gibt viele gute Gründe, mal wieder ein Lied anzustimmen. Dabei braucht es anfangs vielleicht etwas Mut. Denn im Laufe des Lebens verändert sich die Stimme, manchmal wird sie schwächer oder rauer. Doch weil es nicht darum geht, perfekt, sondern glücklich zu sein, freuen wir uns ganz besonders, wenn künftig aus vielen Gruppen- und Bewohnerzimmern Lieder erklingen.

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