SENIOREN-RESIDENZ SANKT JOHANNES **SCHIFFERSTADT**

Unser Magazin

AUS DER RESIDENZ

Faschingsparty mit den 49ern

DIE INCURA GRUPPE STELLT VOR

Senioren-Residenz Sankt Barbara, Weinheim

RATGEBER

Tanzen macht glücklich

INCURA BEI FACEBOOK

Ob Fasching, Gartenfest oder Mitarbeiterausflug: Bei INCURA ist immer was los!

Seit einem guten halben Jahr sind wir mit einer eigenen Seite bei Facebook vertreten. Dort halten wir die Menschen mit aktuellen Fotos und Berichten aus unseren Senioren-Residenzen sowie über die Unternehmensgruppe auf dem Laufenden.

Und unsere Fangemeinde wächst: INCURA hat schon mehr als 300 Fans. Und wir freuen uns natürlich, wenn auch Sie uns mal bei Facebook besuchen, unserer Seite folgen oder uns das ein oder andere Like schenken. Wir hoffen, dass mit unserer neuen Präsenz in den sozialen Medien noch mehr Menschen erfahren, wie gut es sich bei INCURA wohnen und arbeiten lässt!

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
Umgehungsstraße 39 · 36341 Lauterbach
Tel. 06641 9625-0 · www.jd-druck.de

Fotos & Illustrationen: www.gettyimages.de

Liebe Leser(innen),

DANKE!
Dieses kleine und doch so immens wichtige Wort, welches in den letzten Wochen und Monaten oft ausgesprochen wurde und vor dieser schweren und besonderen Zeit kaum noch zu hören war, hat so eine große Bedeutung.

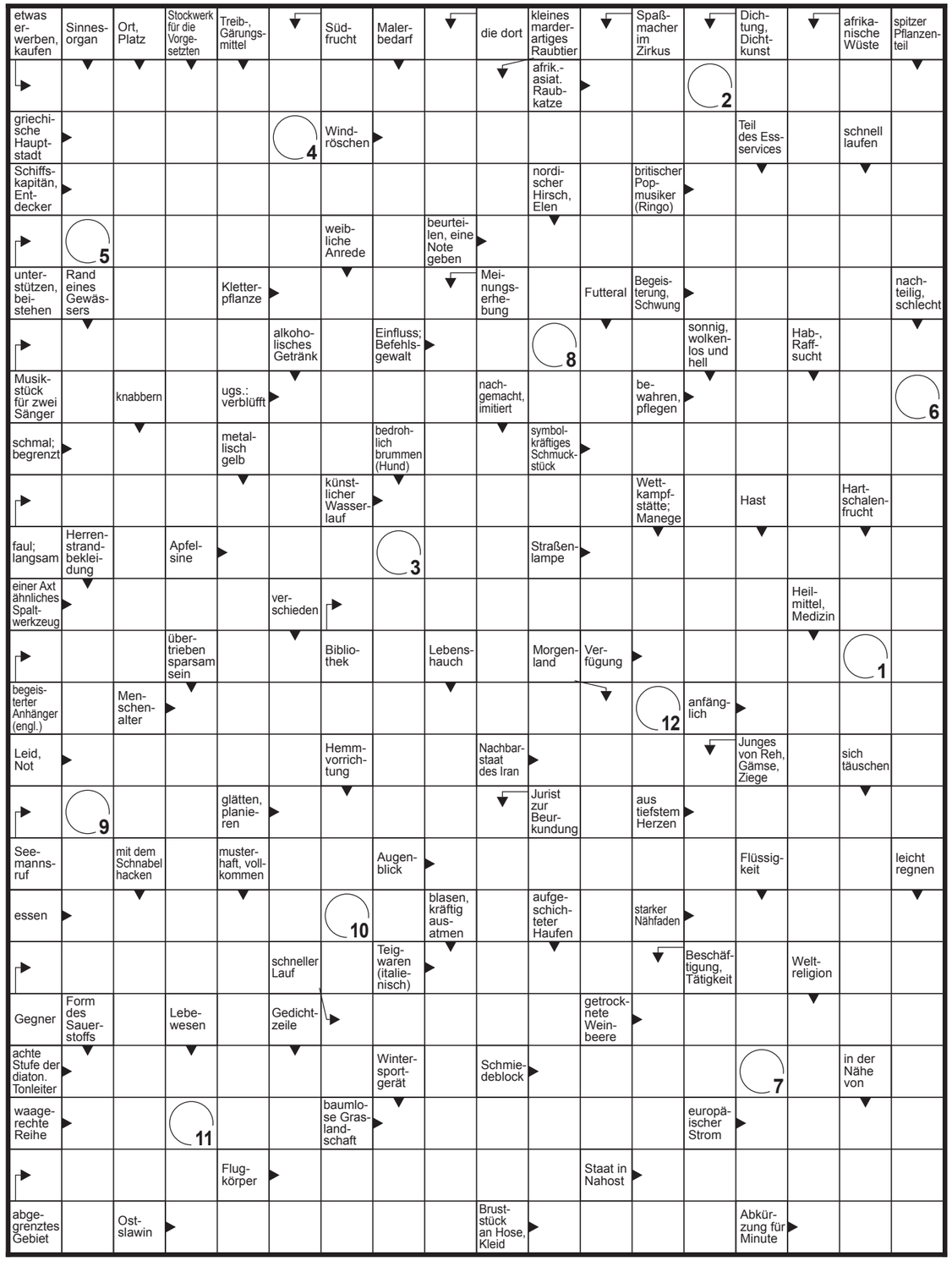
DANKE wollen auch wir in vielerlei Richtung sagen:
DANKE an unsere Bewohner, die so viel Ruhe und Verständnis für die besondere Situation zeigten, die lange Zeit auf Besuche durch ihre Lieben und viele Veranstaltungen verzichten mussten.
DANKE an die Angehörigen, die unsere Vorschriften und Vorsichtsmaßnahmen akzeptiert und umgesetzt haben.
DANKE an alle Dienstleister, Ärzte, Therapeuten und Ehrenamtlichen, die sich tagtäglich zu uns auf den Weg machten und sich mit hohem Engagement einbrachten, um für das Wohl unserer Bewohner zu agieren.
DANKE (und das soll sich nun wirklich nicht nach irgendeiner Floskel anhören) **an alle unsere wundervollen und engagierten Mitarbeiter.** Es wurden Sonderschichten eingelegt, auf Urlaube verzichtet, in anderen Bereichen gearbeitet und vieles mehr.

Ja, so eine Krise hat tatsächlich auch ihre positiven Seiten. Wir alle sind ein Stück näher gerückt, haben mehr Verständnis für das Gegenüber gezeigt und uns auf das Wesentliche konzentriert.

Mit Sicherheit haben wir alle noch ein hartes Stück Arbeit vor uns, bis wieder der „Alltag“ einkehrt. Aber vielleicht versuchen wir auch einfach, genau das nicht zuzulassen. Öfter mal ein nettes Wort an richtiger Stelle, ein Anruf, ein Brief, ein Lächeln und ein DANKE.

Gute Unterhaltung bei der Durchsicht unseres Magazins.
Und viel wichtiger, denn je: Bleiben Sie gesund!

Ihr Daniel Schäfer,
Einrichtungsleitung



#zusammenhalten

Im April fragte uns der Radiosender SWR4, ob wir Interesse an einem „kontaktlosen“ Konzert hätten. „Da mussten wir nicht lange überlegen“, so Einrichtungsleitung Daniel Schäfer, der weiß, wie sehr unsere Bewohnerinnen und Bewohner unsere Feste schmerzlich vermissen. Festlich, mit Wimpeln und Regenbögen, wurden die Fenster und Hauswände vom Betreuungsdienst geschmückt und die Bewohner hielten bunte Fahnen in der Hand. Eine halbe Stunde lang präsentierten Ernst Seitz am E-Piano und Susanne Veith mit Gesang Klassiker vergangener Tage und sorgten für ausgelassene Stimmung im Innenhof und an den Fenstern der Bewohnerzimmer.

„Wir konnten reihum in lächelnde und zufriedene Gesichter blicken und ein Stück ‚Normalität‘ zurückbringen“, so Schäfer.

SÜSSE ÜBERRASCHUNG

Ein „herzliches Dankeschön“ sagen wir Cornelia Becker aus Schifferstadt, die unseren Bewohnerinnen und Bewohnern mit ihrer Leidenschaft zu Bastelarbeiten eine süße Osterüberraschung bastelte.

NÄHEN ZU OSTERN

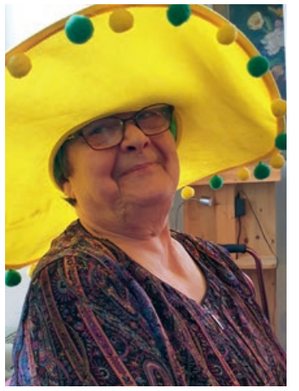
Iryna Braun, Servicemitarbeiterin, nähte zu Ostern für unsere Bewohnerinnen und Bewohner kleine Osterhasen.

EHRENAMT

Josef Preißner, Lehrer an einer Realschule Plus in Ludwigshafen, übernahm ehrenamtlich einige Dienste an unserer Rezeption, da er aufgrund der Pandemie vom Schuldienst befreit war.

Faschingsfeier in der Adlerstube

Volles Haus und ausgelassene Stimmung .



GEWINNSPIEL

Die Marienkäfer haben diesmal Herrn Bernhard Urbanek Glück gebracht. Er darf sich über einen Gutschein in unserem Restaurant in Höhe von 20 € freuen.

Wir wollen Danke sagen.

Schön, dass Sie alle da sind!

Anika Erbach
5-jähriges Jubiläum

Estelle-Madleen Heluling
Pflegefachkraft

Harald Röder
Pflegefachkraft

Malgorzata Podiadlo
Servicemitarbeiterin

Mohammed Nassary
Betreuungsdienst

Susanna Diotaiuti
Hauswirtschaft

Volker Buck-Geringhoff
Pflegekraft

Die INCURA-Gruppe stellt vor

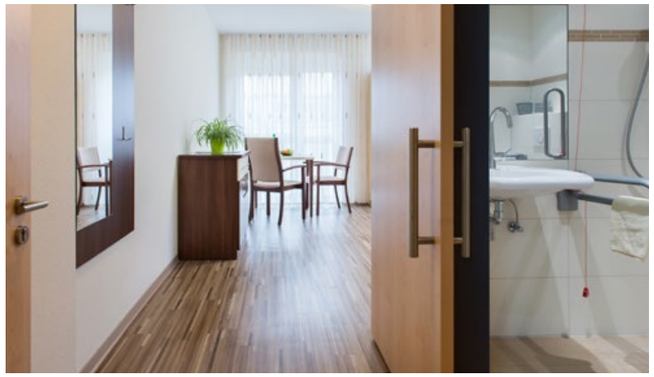
Senioren-Residenz Sankt Barbara Weinheim

Am Hang eines Schlossberges mit Ausblick auf zwei schmucke Burgen und nur drei Gehminuten von der Fußgängerzone entfernt: Die Lage der Senioren-Residenz Sankt Barbara im Weinheimer Wohnquartier Schlossbergterrasse ist wirklich einmalig.

Besonders attraktiv ist der Fußgängersteg, der direkt vor der Residenz beginnt und in der zentralen Fußgängerzone endet. Sogar einen gläsernen Aufzug gibt es hier, sodass man selbst mit Rollator oder Rollstuhl bequem in die Stadt kommt. „Der Steg wird von unseren Bewohnern sehr intensiv genutzt“, erzählt Einrichtungsleiterin Mevla Pektas. „Und die Angehörigen freuen sich, dass sie mit ihren Lieben einfach mal zum Cafébesuch, Einkaufsbummel oder Arzttermin in die Innenstadt gelangen.“

Unmittelbar über der Senioren-Residenz liegen die Burg Windeck und die Wachenburg. Von der Außenterrasse des hauseigenen Cafés sowie von vielen Zimmern aus hat man einen Panoramablick auf die historischen Gemäuer. Die Senioren-Residenz, die 2011 eröffnet wurde, war eines der ersten Pflegeheime, die ausschließlich Einzelzimmer mit eigenem Bad anboten. Eine Besonderheit ist auch der parkähnliche Garten, der das Haus umgibt und in dem viele Feste gefeiert werden.

Sankt Barbara ist in Weinheim eng vernetzt – mit Kindergärten, Schulen, der Politik, Vereinen sowie anderen Pflegeheimen. Mit diesen kooperiert INCURA im Rahmen der „Weinheimer Imagekampagne Pflege“ für mehr Anerkennung in der Pflege. Einrichtungsleiterin Mevla Pektas: „Wenn ich mir eine der vielen tollen INCURA-Einrichtungen aussuchen könnte, würde ich mich immer wieder für Weinheim entscheiden: Die Stadt hat ein wunderbares Flair, das Haus einen ganz besonderen Charme, und viele Menschen – von der Apothekerin über mein Pflegeteam bis zum Oberbürgermeister – tragen dazu bei, den Senioren hier ein schönes Leben zu bieten!“



Lore Schlindwein Ehrenbewohnerin

Im Februar wurde unserer lieben Bewohnerin Lore Schlindwein eine ganz besondere Überraschung zuteil. Frau Schlindwein ist seit 9. Juni 2006 Bewohnerin unseres Hauses und somit eine der „dienstältesten“ Bewohner unserer Einrichtung.

Sie hat sich über die Jahre hinweg immer wieder als liebenswürdiges „Versuchskaninchen“ bei der Prüfung zukünftiger Mitarbeiter in Pflegeberufen „geopfert“. Aus diesem Grund kam man zu der Überlegung, sie mit einer Dankesurkunde, einem Blumenstrauß und einem persönlichen Dankeschön unserer Einrichtungsleitung Herrn Schäfer im Namen aller zu überraschen. Mit unserer Überraschung haben wir voll ins Schwarze getroffen. Frau Schlindwein wusste gar nicht, wie ihr geschieht und war zu Tränen gerührt. Für alle Beteiligten war dies ein sehr emotionaler und schöner Augenblick.

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

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 30.06.2020.

Wir wünschen viel Spaß beim Suchen.

Praxisanleiterin

Wir gratulieren Petra Ramge

Nachdem sich Petra Ramge im Jahr 2012 dazu entschlossen hatte, mit 50 Jahren noch einmal die Schulbank zu drücken, um Pflegefachkraft zu werden, wollte sie sich nicht auf ihren Lorbeeren ausruhen und entschloss sich, sich weiterzubilden. Auch diese Hürde wurde von unserer langjährigen Mitarbeiterin mit Bravour gemeistert. Seit Januar darf sie sich „Praxisanleiterin“ nennen. **Wir gratulieren ganz herzlich und freuen uns riesig über den tollen Erfolg.**

Doch was macht eigentlich eine Praxisanleitung?

Die Praxisanleitung im Berufsfeld Pflege ist die Ergänzung der fachtheoretischen Ausbildung in Schulen für Pflegeschüler in ihrem jeweiligen Praxisfeld (Altenpflege, Geburtshilfe, Krankenpflege). Sie ist wesentlicher Teil der Ausbildung. Die Praxis im Ausbildungsbetrieb (Krankenhaus, Pflegeheim, ambulanter Pflegedienst) und die Theorie im Unterricht der fachspezifischen Berufsfachschule oder Universität sollen sich für den Pflegeschüler gegenseitig ergänzen. Um das sicherzustellen, enthalten die Ausbildungsordnungen für die verschiedenen Pflegeberufe Bestimmungen über pädagogisch geeignete Lehrpersonen im faktischen Ausbildungsbetrieb.

In den Pflegeberufen haben sich für Fachkräfte, die das leisten, alternativ zwei Bezeichnungen eingebürgert: Praxisanleiter oder Mentor. Beide Begriffe umfassen dabei in der Pflege zusätzlich die Einarbeitung bereits ausgebildeter Personen an einem anderen oder neuen Arbeitsplatz bzw. in einen geänderten Arbeitsablauf, so wie die praktische Anleitung von Berufstätigen in einer Weiterbildung.
(Quelle: Wikipedia)

Faschingsparty mit den 49ern

Gute Laune bei Bewohnern, Mitarbeitern & Gästen

Neuer Hausbus

Mit großer Freude präsentieren wir Ihnen unseren neuen „Hausbus“, welcher ab sofort für unsere Ausflüge und Besorgungsfahrten zur Verfügung steht. Bis zu neun Personen finden darin Platz, natürlich auch Rollstuhlfahrer. Wir freuen uns sehr auf die künftigen Ausflüge.

IN KONTAKT BLEIBEN – TROTZ CORONA

Wie können unsere Bewohnerinnen und Bewohner trotz Besuchseinschränkungen durch Corona mit ihren Angehörigen in engem Kontakt bleiben – und andersherum? Das haben sich die Mitarbeiter von Sankt Johannes in Schifferstadt gefragt. Es entstand die Idee, ein Haushandy anzuschaffen und mit dem Massenger-Dienst WhatsApp auszustatten. So können die Senioren ihre Lieben via Video live sprechen und sogar sehen.

Das Ganze funktioniert so: Die Angehörigen schreiben eine WhatsApp-Nachricht mit ihrem Namen und einer Zeitspanne, in der sie erreichbar sind. Das Mitarbeiterteam meldet sich dann in der vereinbarten Zeit gemeinsam mit dem jeweiligen Bewohner.

Die Nummer des Haushandys können Sie bitte in der Zentrale der Senioren-Residenz unter der

Tel. 06235/49300

oder per E-Mail an **info@stjohannes.incura.de** erfragen.

Grundschule Süd

besucht die Senioren-Residenz

Im Januar begab sich Grundschullehrer Herr Thyron von der Grundschule Süd mit 24 Schüler/-innen seiner 2. Klasse auf einen recht langen Fußmarsch, um uns in der Senioren-Residenz zu besuchen.

Freudig erwartet wurden diese von unseren Bewohnerinnen und Bewohnern in einem sehr gut gefülltem Wohnzimmer. Die Schulklasse erzählte aus ihrem Schulalltag und war über die Geschichten erstaunt, die unsere Bewohner aus ihrer Schulzeit zu berichten hatten. Viele Dinge, wie das Schreiben auf kleinen Schiefertafeln, sind für die Kinder von heute gar nicht mehr vorstellbar. Andere Dinge, wie das gemeinsame Singen, werden auch heute noch gemacht.

Herr Thyron stimmte auf seiner Ukulele immer wieder Lieder an, die „Alt und Jung“ gemeinsam gesungen haben.

Ein sehr schöner und unterhaltsamer Vormittag, den wir gerne bald wiederholen möchten.

ACHTUNG

Eventuell entfallen Veranstaltungen wegen Corona. Bitte beachten Sie entsprechende Aushänge.

WOCHENAKTIVITÄTEN

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**	Gymnastikraum, 2. OG
	15.30–16.30 Uhr	**Bastelwerkstatt**	Wohnzimmer, 2. OG
Dienstag	10.30–11.30 Uhr	**WB 2 in Bewegung**	Wohnzimmer, 2. OG
	10.30–11.30 Uhr	**§ 43 b WB 3 in Bewegung**	Wohnzimmer, 3. OG
	10.30–11.30 Uhr	**§ 43 b Gehirn-Jogging**	Essbereich Junge Pflege
	ab 13.30 Uhr	**Ausflüge in die Region**	Treffpunkt im Foyer
Mittwoch	10.30–11.30 Uhr	**Funktionale Spiele**	Wohnzimmer, 2. OG
	10.30–11.30 Uhr	**§ 43 b Themenzentriertes Arbeiten**	Essbereich, 2. OG
	15.30–16.30 Uhr	**Bingo** (entfällt bei Veranstaltungen)	Essbereich Junge Pflege
	15.45–16.30 Uhr	**§ 43 b Entspannungsübungen** (entfällt bei Veranstaltungen)	Wohnzimmer, 2. OG
Donnerstag	10.30–11.30 Uhr	**Gedächtnistraining**	Wohnzimmer, 2. OG
	10.30–11.30 Uhr	**§ 43 b Gedächtnistraining**	Wohnzimmer, 3. OG
Freitag	10.30–11.30 Uhr	**Gesellige Bingo-Runde**	Wohnzimmer, 2. OG
	10.30–11.30 Uhr	**§ 43 b Spielerunde**	Wohnzimmer, 3. OG
	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** 1 x im Monat Krankenkommunion 1 x im Monat Musikvormittag	Wohnzimmer, 2. OG Restaurant
Sonntag	09.30–10.15 Uhr	**TV-Übertragung des Sonntags-gottesdienstes**	Wohnzimmer aller Wohnbereiche
Montag bis Freitag	09.00–09.30 Uhr	**Zeitungsrunde**	Restaurant
	09.30–10.00 Uhr	**Zeitungsrunde**	Restaurant
Täglich		**Täglich individuelle Einzelbesuche und Spaziergänge**	

Tanzen macht glücklich

Ob allein, als Paar, in der Gruppe oder sogar mit dem Rollator: Tanzen macht in jedem Alter Spaß, ist gesund und bringt neue Kontakte.

Einfach mal die Musik aufdrehen und sich im Takt des Rhythmus bewegen – das mögen Menschen aller Generationen. Kleine Kinder bewegen sich noch ganz intuitiv und scheinen die Töne in ihrem Körper durch und durch zu spüren. Für Jugendliche ist das Tanzengehen schon immer auch ein gesellschaftliches und soziales Ereignis, bei dem es viel um das Sehen und Gesehenwerden geht. Im mittleren Alter entdecken viele Menschen das Tanzen für sich ganz neu. Entweder mit dem Partner zusammen, als Sport, bei besonderen Anlässen wie Hochzeiten oder Familienfeiern, in Clubs und Tanzgruppen oder auch mal ganz alleine im heimischen Wohnzimmer.

So richtig befreiend wird das Tanzen dann mit dem Alter: Man muss sich und anderen nichts mehr beweisen und kann einfach die gute Musik und den eigenen Körper genießen. Auch wenn dieser nicht mehr allzu gut beweglich ist oder Schmerzen hinzukommen, gibt es wunderbare Strategien, das Tanzen trotzdem zu praktizieren. Beispielweise durch Tänze im Sitzen oder mit einem Rollator. Vielleicht werden in Ihrer Residenz dazu auch Gruppenveranstaltungen angeboten.

„Keinen interessiert es,
wenn du nicht tanzen kannst.
Steh einfach auf und tanze!“
Dave Barry (US-Autor)

Gerade für Seniorinnen und Senioren gehört das Tanzen zu den wertvollsten Freizeitbeschäftigungen für Körper und Geist. Die Bewegungen aktivieren den gesamten Körper und verbessern die Koordination, die Beweglichkeit und den Gleichgewichtssinn. Eine Stunde tanzen kann so viele Kalorien verbrauchen wie eine Stunde Holz hacken. Muskeln und Gelenke werden stabiler und die Haltung aufrechter. Das Wohlbefinden und die Lebensqualität steigen durchs Tanzen – auch in psychischer Hinsicht: Tanzen baut Stress ab, macht den Kopf frei und steigert das Selbstvertrauen. Ganz nebenbei ist das Bewegen zur Musik auch gut für die Konzentration und Kondition, vor allem bei komplexeren Tanzschritten und beim Paartanz. Denn dann muss man die Bewegungen mit dem Partner harmonisieren, sich Schrittfolgen merken und zugleich den Raum einschätzen. Studien belegen sogar, dass Tanzen die Symptome von Parkinson und Depression mildert und besser gegen Demenz hilft als jedes Gehirnjogging. Kurz: Tanzen ist rundum gut für Ihre Gesundheit!

Welchen Stil Sie dabei bevorzugen oder welche Musik Sie wählen, ist dabei ganz egal. Für Anfänger besonders gut geeignet ist zum Beispiel Linedance, eine choreografierte Tanzform, bei der die Tänzer in Reihen vor- und nebeneinander tanzen. Ein unverwechselbares Gemeinschaftsgefühl gibt es hier gratis dazu!

Ganz einfach Freude schenken

Mit unserem Restaurant-Café-Gutschein schenken Sie zu jedem Anlass das Richtige! Der Gutschein kann über jeden von Ihnen vorgegebenen Betrag ausgestellt werden. Erhältlich in unserem Restaurant-Café.

INCURA
SANKT JOHANNES
SENIOREN-RESIDENZ

SENIOREN-RESIDENZ SCHIFFERSTADT GMBH
Sankt Johannes · Hans-Purrmann-Str. 31 · 67105 Schifferstadt
Telefon 06235/4930-0 · info@stjohannes.incura.de

WEITERE STANDORTE

SENIOREN-RESIDENZ HEPPENHEIM GMBH
Sankt Katharina
Telefon 06252/9599-500

SENIOREN-RESIDENZ LINZ GMBH
Sankt Antonius
Telefon 02644/944-0

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 07246/944 16-0

SENIOREN-RESIDENZ DETTENHEIM GMBH
Telefon 07247/800 96-0

www.incura.de