

KURPARK-RESIDENZ BAD SALZSCHLIRF

# Unser Magazin

AUS DER RESIDENZ

Ausstellungen

DIE INCURA-GRUPPE STELLT VOR

Senioren-Residenz  
Parkhöhe

RATGEBER

Mit Haut und Haaren



Verwöhnprogramm  
für Haut und Haare

Instagram  
& Facebook

Inzwischen gehören die sozialen Medien auch für die INCURA Gruppe zum digitalen Alltag. Folgt uns auf Instagram & Facebook.



INCURA®

## MIT HAUT UND HAAREN

Sich rundum wohlfühlen – das hat viel auch mit der richtigen Körperpflege zu tun. Doch Haut und Haare verändern sich mit dem Alter und haben ganz andere Ansprüche als früher. Meistens fehlt Feuchtigkeit und die Spannkraft lässt nach. Manchmal reichen schon kleine Veränderungen, um dem entgegenzuwirken. Weniger duschen und baden zum Beispiel ist aktuell nicht nur politisch angesagt, es kommt auch unserer äußeren Schutzschicht zugute. Ältere Haut und auch das Haar mögen einfach kein Zuviel an Wasser und brauchen vielmehr sanfte Reinigung und gehaltvolle Pflege. Wie schön, dass weniger oft eben mehr ist!



### 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:  
 FLYERALARM GmbH  
 Alfred-Nobel-Str. 18 · 97080 Würzburg  
 www.flyeralarm.com

Fotos & Illustrationen: gettyimages.de



## Liebe Leser(innen),

so schnell vergeht die Zeit, der heiße Sommer ist vorbei, die Spaziergänge im Kurpark und der Aufenthalt auf der neu gestalteten Terrasse werden von Tag zu Tag immer weniger, die Tage werden kürzer und der Herbst in seiner bunten Farbenpracht beschert uns allen noch ein paar schöne Stunden. Dann geht es mit großen Schritten in die Winterzeit und Weihnachten steht vor der Tür.

Viele Aktivitäten hat das Team der Kurpark-Residenz in den letzten Monaten für Sie organisiert, hier im kleinen Rückblick zu sehen und alle sind schon jetzt mit der Organisation der kommenden Feste, Veranstaltungen und Ausstellungen beschäftigt, die Sie in unserer kleinen Vorschau für die kommenden Monate einsehen können. Wir freuen uns sehr auf Ihre Teilnahme und ein paar schöne gemeinsame Stunden.

Die Adventzeit und die besinnliche Zeit mit ihrem Lichterglanz rundet das Jahr 2022 ab. An dieser Stelle möchte ich mich bei unseren Bewohnern, dem Einrichtungsbeirat, den Angehörigen und Mitarbeitern bedanken für ihre Unterstützung und Zusammenarbeit in diesem Jahr und ihnen einen guten Start in das neue Jahr 2023 wünschen, mit neuen Vorsätzen und Wünschen, die wir gemeinsam planen, und mit Energie, alle bevorstehenden Aufgaben und Herausforderungen zu meistern.

Bleiben Sie gesund und wenn Ihnen etwas auf dem Herzen liegt, kommen Sie gerne auf mich zu.

*Ihre Annette Kriegelstein,  
 Einrichtungsleitung*



## AUSSTELLUNGEN

**Cathrin Reiss** eröffnete im Frühjahr mit ihrer Präsentation „Menschlich gesehen“ die Reihe der Ausstellungen. Die Bilder stellen Szenen aus dem täglichen Leben von Seniorinnen und Senioren dar, die ihr Leben im Alter gestalten und meistern.

Mit der Ausstellung zur 47,5-Jahrfeier der Kunststation Bad Salzschlirf stellen zurzeit die Mitglieder ihre aktuellen Arbeiten des Jahres aus. Präsentiert wird ein bunter Reigen mit den unterschiedlichsten Motiven und Maltechniken.

Ausstellung der ukrainischen Künstlerin **Sofiya Reznichenko** „Through colors to the Soul“. Die Vielfalt ihrer Motive reicht von Portraits, über Blumen und Landschaftsbilder, die sie in den verschiedensten Maltechniken darstellt. Sofiya ist Autodidaktin. Beim Malen probiert sie gern Neues aus. Sie möchte mit ihrer Kunst den Menschen Freude bereiten. Trotzdem drückt sie in den Bildern immer ihre Stimmung aus.

Im Oktober wird die Künstlerin **Clara Morgenthau** mit ihren erfrischenden und farbenreichen Bildern die Räumlichkeiten bereichern. Ihre Visionen hält sie in ihren Werken fest. Die leuchtenden Farben und fantasievollen Bilder erfreuen Herz und Seele.



## SUCHEN & GEWINNEN

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 unserer Rezeption ab.  
 Einsendeschluss ist der 30. Dezember 2022.

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

Schön,  
dass Sie da sind!



Döring, Claudia  
15-jähriges Jubiläum



Eifert, Gabriele  
15-jähriges Jubiläum



Pappert, Matthias  
15-jähriges Jubiläum



Erb, Kevin  
5-jähriges Jubiläum



Keluendi, Aita  
5-jähriges Jubiläum



Scharmann, Kerry  
5-jähriges Jubiläum



Litwin, Lidia  
10-jähriges Jubiläum



Schäfer, Adlen  
15-jähriges Jubiläum



Bazan, Svetlana  
20-jähriges Jubiläum



Wiegand, Gabriele  
20-jähriges Jubiläum



Schütz, Fabian  
5-jähriges Jubiläum



Stürz, Ilona  
5-jähriges Jubiläum

## RÜCKBLICK

„Man soll die Feste feiern, wie sie fallen“, oder sie dahin fallen lassen, wo man sie feiern möchte!



Start in den Frühling mit süßen Kräppeln zur närrischen Zeit



Palmhasfeier



Muttertags-Klavier-Konzert von Herrn Alibegovic



Sommerfrische Gaumen- und Gartenfreuden



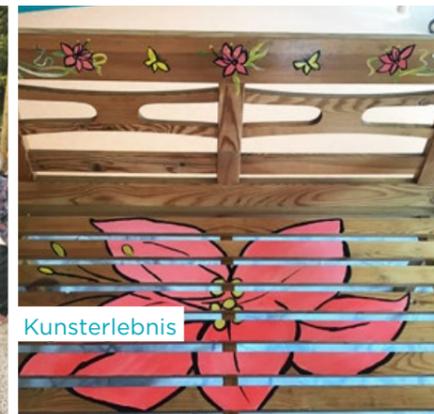
Kaffee-Feier mit Apfelmotto für Geburtstagsjubilare



Barrierefreier Aktionstag „Wir für Bad Salzschlirf“



Herr Schmundt startet „Bürgerinitiative Kräuterhochbeet“



Kunsterlebnis

## GANZJAHRESPROJEKTE &



Garten-AG - Setzlinge für das Terrassen-Kräuterbeet



Holzwerkstatt



**AUSBLICK  
AUF KOMMENDE  
FEIERLICHKEITEN**



Wir freuen uns auf ... Geburtstags-Kaffees unter neuem Motto



... Nikolausbesuch



... wöchentliches Spiel & Spaß

... und natürlich weitere schöne, gemeinsame Nachmittage und Abende zusammen in geselliger Runde!



Die INCURA-Gruppe stellt vor

**Senioren-Residenz  
Parkhöhe**

Die Senioren-Residenz Parkhöhe in Lindenfels ist das erste Haus der INCURA – man könnte sagen: das Mutterhaus. Mitten im Grünen bietet die Einrichtung 165 Bewohnerinnen und Bewohnern ein Zuhause mit bester Lebensqualität – und den Mitarbeitenden ein modernes Arbeitsumfeld. Dazu tragen die heimelige Atmosphäre, die freundliche Architektur und das fürsorgliche Miteinander bei.

Der Umzug in eine Pflegeeinrichtung ist ein einschneidender Moment im Leben älterer Menschen. Umso größer ist die Erleichterung, wenn Senioren dann die Erfahrung machen: Hier ist es schön, ich werde als Person wertgeschätzt, der Alltag ist abwechslungsreich und – ganz wichtig! – das Essen schmeckt.

So erleben es viele Bewohnerinnen und Bewohner der Senioren-Residenz Parkhöhe in Lindenfels. Das liegt zum einen am Haus selbst, das Wärme und ein heimeliges Flair ausstrahlt. Eine Besonderheit ist die große Dachterrasse mit Panoramablick auf die Natur bis ins ferne Weinheim. Auch von den Zimmern blickt man auf Felder, Wald und Dörfer oder die prächtige Burg.

Doch natürlich liegt es vor allem an den Menschen, die das Haus mit Leben füllen. Die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter bieten eine zuverlässig gute Pflege und Betreuung, ihnen liegt ein vertrautes und persönliches Ambiente sehr am Herzen. Hier wird jeder Mensch in seiner Individualität gesehen und der Zusammenhalt ist groß. „Aus allem das Beste machen“ – ist das Motto.

Der Alltag ist bunt und vielfältig: Rund ums Jahr gibt es Feierlichkeiten wie Herbst- oder Sommerfeste, es kommen Musiker und Vereine ins Haus zu Aufführungen oder es gibt Aktionen mit dem befreundeten Kindergarten. Auch die kleinen Cafés im Kurort Lindenfels oder Veranstaltungen wie der Ökomarkt werden gerne besucht.





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

**WOCHENAKTIVITÄTEN**

<b>Montag</b>	10.00 Uhr	<b>Einrichtungsbeirat</b> mit Herr Walz	Bastelraum
	10.30 Uhr	<b>Speiseplanbesprechung</b> , 14-täglich	Bastelraum
	10.30 Uhr	<b>Sprechstunde</b> mit Herr Walz, monatlich	Bastelraum
	10.45 Uhr	<b>Erinnerungspflege/10-Minuten-Aktivierung</b>	WB 3
	15.00 Uhr	<b>Singen und Bewegen</b> mit Nicole Baurichter	WB EG/UG
<b>Dienstag</b>	10.45 Uhr	<b>Erinnerungspflege/10-Minuten-Aktivierung</b> mit Babara Imhof und Frau Rachier	WB 2
	14.00 Uhr	<b>Snoezelwagenbesuch</b> der Schwerstpflegebedürftigen	WB 1
	14.30 Uhr	<b>Singen und Bewegen</b> mit Nicole Baurichter	WB 3
<b>Mittwoch</b>	10.30 Uhr	<b>Gymnastik zur Musik</b> mit Olga Smirnow und Martina Plappert	WB 1
	11.00 Uhr	<b>Erinnerungspflege/10-Minuten-Aktivierung</b> mit Babara Imhof und Frau Rachier	WB 2
	14.00 Uhr	<b>Snoezelwagenbesuch</b> der Schwerstpflegebedürftigen	WB EG/UG
	14.30 Uhr	<b>Singen und Bewegen</b> mit Nicole Baurichter	WB 2
<b>Donnerstag</b>	10.00 Uhr	<b>Kreatives Gestalten – Männerwerkstatt</b> mit Michael Walz	Bastelraum
	10.30 Uhr	<b>Musik-Gymnastik</b> mit Martina Plappert und Olga Smirnow	WB 2
	10.45 Uhr	<b>Erinnerungspflege/10-Minuten-Aktivierung</b> mit Babara Imhof und Frau Rachier	WB EG/UG
	14.00 Uhr	<b>Snoezelwagenbesuch</b> der Schwerstpflegebedürftigen	WB 2
	15.00 Uhr	<b>Singen und Bewegen</b> mit Nicole Baurichter	WB 1
	16.00 Uhr	<b>Musik-Gymnastik</b> mit Martina Plappert und Babara Imhof	WB 3
<b>Freitag</b>	10.30 Uhr	<b>Musik-Gymnastik</b> mit Martina Plappert und Babara Imhof	WB EG/UG
	15.00 Uhr	<b>Kaffee-/Teestunde</b> für Schwerstpflegebedürftige und Angehörige	Festsaal
<b>Samstag</b>	14.00 Uhr	<b>Einzelbetreuung</b> der Bewohner gemäß § 43b SGB XI	WB
<b>Sonntag</b>	14.00 Uhr	<b>Einzelbetreuung</b> der Bewohner gemäß § 43b SGB XI	WB



**Mit Haut und Haaren**

**Schon mit Mitte dreißig geht es los: Haut und Haare verändern sich, werden weniger elastisch und empfindlicher. Wir geben Tipps zur richtigen Pflege im Alter und verraten, wie Sie Ihre äußere Hülle und Haarpracht so richtig verwöhnen können.**

Egal, ob jung oder alt – von einer schönen Haut und tollen Haaren träumen wir alle. Während die Jugend mit Akne und fettigen Haaren kämpft, die oft von zu aktiven Talg- und Schweißdrüsen kommt, fehlt es Älteren eher an Feuchtigkeit und Elastizität, weil die schützenden Drüsen ihre Produktion drosseln. Haut und Haare werden von Jahr zu Jahr trockener, dünner und reagieren empfindlicher auf äußere Einflüsse, wie zum Beispiel Sonne. Zugleich dürfen wir nicht vergessen, dass die Haut im Laufe des Lebens als unser größtes Organ viel geleistet hat. Zeit also, ihr etwas zurückzugeben!

**Viel trinken, wenig waschen**

Wasser bildet den Grundstein unserer Hautzellen. Je mehr Wasser sich in den Zellen befindet, umso praller und straffer ist die Haut. Ausreichend zu trinken, fördert zudem die Durchblutung und die Versorgung mit Sauerstoff – alles super für den Teint!

Von außen jedoch sollten Sie Wasser nur sparsam einsetzen, denn es trocknet die Haut zusätzlich aus und greift den Säureschutzmantel an. Duschen statt Baden und auch mal Waschlappen statt Dusche lautet die Devise. Das Wasser sollte nicht wärmer als 39 Grad sein, da höhere Temperaturen die Hautfette

lösen. Es kann helfen, die Haut nach dem Waschen oder Duschen sanft abzutupfen statt fest abzurubeln, um feinste Hautverletzungen zu vermeiden. Auch die Haare werden mit dem Alter schwächer und pflegebedürftiger, Dichte und Volumen nehmen ab. Bei trockenem Haar ist häufiges Haarewaschen tabu, denn Shampoo und heißes Wasser entziehen Fett, so dass die Haare noch trockener werden. Profis raten, nur alle zwei oder drei Tage die Haare zu waschen – probieren Sie es doch mal aus!

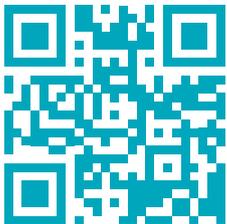
**Schonende Wohlfühlpflege**

Herkömmliche Seifen und Duschgels können den Hautschutzmantel angreifen und die Haut austrocknen, so dass schädliche Mikroorganismen leichter in sie eindringen können. Greifen Sie besser zu pH-hautneutraler Waschlotion, die als „seifenfrei“ oder mit dem Hinweis „für empfindliche Haut“ gekennzeichnet ist. Nach dem Waschen braucht die Haut viel Pflege, etwa durch eine fetthaltige und feuchtigkeitsspendende Lotion oder Gesichtscreme.

Für die Haare empfehlen sich ein schonendes, mildes Shampoo und zusätzlich reichhaltige Spülungen oder Kurpackungen für mehr Feuchtigkeit und Spannkraft. Ein Trick: Haare am Ende immer mit möglichst kühlem Wasser ausspülen – das sorgt für einen schönen Glanz und neuen Schwung.

# #jobin3miuten

Jetzt schneller zum Job – mit deiner  
**3-Minuten-Bewerbung!**



[incura-karriere.de](https://www.incura-karriere.de)



**IN CURA**®

KURPARK-RESIDENZ

SENIOREN-RESIDENZ

## KURPARK-RESIDENZ BAD SALZSCHLIRF GMBH

Im Kurpark 2 · 36364 Bad Salzschlirf  
Telefon 06648/9111-0 · [info@kurparkresidenz.incura.de](mailto:info@kurparkresidenz.incura.de)

## WEITERE STANDORTE

### SENIOREN-RESIDENZ BENSHEIM GMBH

Villa Medici  
Telefon 06251/7046-0

### SENIOREN-RESIDENZ DETTENHEIM GMBH

Telefon 07247/80096-0

### SENIOREN-RESIDENZ MALSCH GMBH

Telefon 07246/94416-0

### SENIOREN-RESIDENZ DUDENHOFEN GMBH

Sankt Sebastian  
Telefon 06232/9008-0

### SENIOREN-RESIDENZ HEPPENHEIM GMBH

Sankt Katharina  
Telefon 06252/9599-500

### SENIORENHEIM PARKHÖHE LINDENFELS GMBH

Telefon 06255/9605-0

### SENIOREN-RESIDENZ LINZ GMBH

Sankt Antonius  
Telefon 02644/944-0

### SENIOREN-RESIDENZ SCHIFFERSTADT GMBH

Sankt Johannes  
Telefon 06235/4930-0

### SENIOREN-RESIDENZ WEINHEIM GMBH

Sankt Barbara  
Telefon 06201/7205-400

[www.incura.de](https://www.incura.de)