

SANKT JOHANNES POST

Sommer/2017



Das Magazin der INCURA GmbH

Sankt Johannes
**Neues Jahr bringt einiges
an Veränderung**

Sankt Johannes
**Wenn der Frühling
kommt**

Gut zu wissen
**Sommer, Sonne,
Hitze**

*Barockstadt
Fulda*



Wohnen. Leben. Sicherheit. www.incura.de

INCURA®

Titelthema
„Barockstadt Fulda“

Wenn im Schlossgarten die ersten Rosen blühen und die Cafés und Restaurants ihre Tische auf die Straße stellen, ist die schönste Zeit für einen Besuch in Fulda.

Die osthessische Barockstadt befindet sich mitten in Deutschland und lässt sich sowohl vom Bodensee als auch von Ostfriesland aus in knapp fünf Stunden erreichen. Fulda liegt hübsch eingebettet zwischen Rhön und Vogelsberg und ist geprägt von wunderschönen Parks und Gärten. Aber nicht nur die Landschaft ist sehenswert, auch die historischen weltlichen und geistlichen Prachtbauten und das Kulturangebot ziehen Besucher in die 67.000-Einwohner-Stadt.



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),

endlich hat der Sommer Einzug gehalten. Das Leben in unserer Residenz verlagert sich an den warmen Tagen immer mehr in unseren schönen Innenhof und auf die Terrasse.

Natürlich lässt da unser beliebtes Sommerfest nicht mehr lange auf sich warten. Am 10. Juni findet dieses unter dem Motto „Hula-Hoop, Rock ‘n’ Roll & Pettycoat“ statt. Dazu sind Sie alle recht herzlich eingeladen.

Zurückblicken können wir in dieser Ausgabe auf ein gelungenes Frühlingsfest mit den Rotmund-Mädels und den Kindern vom „Großen Garten“, unser Neujahrskonzert mit den Handharmonikafreunden Schifferstadt und Friesenheim e. V. sowie eine bunte Faschingsparty mit dem TUSNESIA e. V.

Im August möchten wir wieder Sie, liebe Bewohnerinnen und Bewohner, nach Ihrer Meinung fragen und lassen Ihnen einen Bogen zukommen, in dem Sie uns Ihre Zufriedenheit zu unseren Dienstleistungen mitteilen können. Wir hoffen auf rege Teilnahme.

So, nun wünsche ich Ihnen zahlreiche Sonnenstunden und viel Spaß beim Lesen der Sankt Johannes Hauspost. Bleiben Sie gesund.

*Herzlichst Ihr Daniel Schäfer,
 Einrichtungsleitung*

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



Humor in der Pflege

In tristen Situationen und bei unüberwindlich scheinenden Problemen ist Lachen oft die beste Medizin. Mit Witz und Humor sehen Sie unter Umständen Situationen aus einem neuen Blickwinkel und unterbrechen Ihre vertrauten Muster. Humor zeigt sich im beruflichen Alltag in einer heiteren Gelassenheit. Das Arbeitsklima und die Beziehungen zu Kollegen/-innen kann sich durch die Fähigkeit, andere zum Schmunzeln zu bringen, positiv verändern.

Gerade auch in dem durch viele Veränderungsprojekte gekennzeichneten Berufsalltag kann Humor ein hilfreiches Instrument sein, um Widerstände zu überwinden und Veränderungen mit mehr Leichtigkeit umzusetzen.

Deshalb hatten wir im April Frau Mirjam Avellis zu Besuch. Sie ist freischaffende Performance-Künstlerin und arbeitet unter anderem als Klinik-Clown in verschiedenen Kliniken und Altenheimen in Bayern. An einem ganzen Tag wurden unseren Mitarbeiter(n)-innen in einem Workshop verschiedene Techniken gezeigt, um in den manchmal nicht ganz so leichten Arbeitsalltag etwas Leichtigkeit einzubringen. Der gesamte Tag stand im Zeichen des Lachens. So sollte jeder der Anwesenden eine witzige Begebenheit aus seinem Leben erzählen, ein Witz vortragen oder sich in verschiedenen Spielen mit seiner Kreativität einbringen.

Als Abschluss besuchten die Teilnehmer auch unsere Bewohner/-innen auf den verschiedenen Wohnbereichen und versuchten das Gelernte direkt umzusetzen. Erstaunlich, wie gut die Bewohner/-innen den ungewöhnlichen Besuch angenommen haben und sich von dem kleinen Programm haben mitreißen lassen.

Ein sehr schöner Tag, an dem viel gelernt und gelacht wurde und der eine nette Abwechslung zum Alltag bot.

Lieben Dank Mirjam!



WIR LADEN SIE EIN!

IN CURA[®]
SANKT JOHANNES
SENIOREN-RESIDENZ

Samstag · 10.06.2017 · 15.30 Uhr

Besuchen Sie unser buntes

SOMMERFEST

unter dem Motto:
Hula-Hoop,
Rock 'n' Roll &
Pettycoat



Juni

1.6.17	Donnerstag	16 Uhr	EVANGELISCHER GOTTESDIENST	Wohnzimmer, 2.OG
3.6.17	Samstag	10.15 Uhr	KRANKENKOMMUNION Herr Steiner feiert Eucharistie mit Ihnen	Restaurant
6.6.17	Dienstag	13.30 Uhr	AUSFLUG Mit der „Jungen Pflege“ in die Region, nach Absprache	Treffpunkt im Foyer
7.6.17	Mittwoch	10 Uhr	HÖRAKUSTIKER kommt zum Hörgeräte-Service	3. OG
8.6.17	Donnerstag	14-15 Uhr	SPEISEPLANBESPRECHUNG mit der Küchenleitung	Restaurant
10.6.17	Samstag	15.30 Uhr	SOMMERFEST Motto: Hula-Hoop, Rock 'n' Roll und Pettycoat	Innenhof und Restaurant
15.6.17	Donnerstag	16 Uhr	KATHOLISCHER GOTTESDIENST	Wohnzimmer, 2. OG
20.6.17	Dienstag	9.30 Uhr	OPTIK FUCHS kommt zum Brillen-Service-Besuch	3. OG
20.6.17	Dienstag	13.30 Uhr	AUSFLUG mit WB 2 & 3 in die Region, nach Absprache	Treffpunkt im Foyer
21.6.17	Mittwoch	14.30 Uhr	NACHBARSCHAFTSKAFFEE mit den Nachbarn aus dem Seniorengerechten Wohnen	Restaurant, EG
28.6.17	Mittwoch	15.30 Uhr	SILBERLOCKEN Musikalischer Nachmittag	Restaurant, EG

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

6.6.17	Dienstag	10 Uhr	BASTELN Wir gestalten Bilderrahmen	WB 1
14.6.17	Mittwoch	13.30 Uhr	AUSFLUG Zum Parkfest in den Ebertpark	Treffpunkt im Foyer
20.6.17	Dienstag	15 Uhr	BACKEN Wir backen gemeinsam Waffeln	Essbereich, WB 1

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 31.07.2017.

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

Marionettentheater

Im April gastierte in der Senioren-Residenz Sankt Johannes am Nachmittag das renommierte Marionettentheater der Familie Grünholz aus dem Saarland. Gezeigt wurde das Märchen „Der Froschkönig“. Ca. 20 Vorschulkinder aus zwei verschiedenen Schifferstädter Kindergärten kamen zu Besuch und unternahmen gemeinsam mit den Senior(inn)en einen phantasievollen Ausflug in das Land der Märchen. Das Restaurant war wieder zu einem kleinen Theater umfunktioniert worden und Einrichtungsleiter Herr Schäfer begrüßte das Publikum. Fast jeder Platz war belegt. Die Eheleute Robert und Leslie Grünholz führen die über 100-jährige Familientradition des Figurenspiels fort, ihre Puppen stammen zum Teil noch aus der Eigenfertigung des Urgroßvaters. Die



Familie führt diese wichtige Tradition sehr gekonnt und mit Leidenschaft fort, unterstützt von heutiger Technik. So viel Nostalgie hat die junge Generation aber nicht davon abgehalten, sehr gebannt und aufmerksam die Geschichte zu verfolgen, ähnlich wie die Bewohner/-innen von Sankt Johannes, denen es sichtlich Freude bereitete, in die Märchenwelt entführt zu werden. Die Freude der Kinder wirkte einfach ansteckend auf alle. Die Zusammenarbeit mit den Kitas und Kindergärten trägt bei solchen Gelegenheiten besondere Früchte.

Neujahrskonzert

Das diesjährige Neujahrskonzert im Januar in der Senioren-Residenz St. Johannes war wieder ein voller Erfolg: Das Restaurant war bis zum letzten Platz belegt und Musikerinnen und Musiker vom Verein der Handharmonika-Freunde aus Schifferstadt beglückten unsere Bewohner/-innen und Angehörige mit ihren Weisen, Volksliedern, Chansons und sogar einigen Rock 'n' Roll-Klassikern. Unterstützung erhielt der Schifferstädter Verein unter der musikalischen Gesamtleitung von Herrn Roland Söhner von Musiker(n)/-innen des Handharmonika-Clubs Friesenheim e. V. aus Ludwigshafen. Bereits zum fünften Mal durften wir den ehrenamtlichen Auftritt der Handharmonika-Spieler genießen.

Imposant, sehr melodisch und mitreißend war der Klang und das Programm der beiden Vereine, brachte es doch einige Erinnerungen an vergangene Zeiten zurück, denn die 15 Musiker/-innen spielten eine gelungene Mischung aus verschiedenen Stilrichtungen, aber immer Hits und eingängige Melodien. Durch das Programm führte der musikalische Leiter Herr Söhner und sang bei dem ein oder anderen Lied mit. Die Senioren-Residenz St. Johannes und vor allem alle Bewohnerinnen und Bewohner möchten den beiden Vereinen ein sehr großes Dankeschön aus-



sprechen für diesen ehrenamtlichen Beitrag, den die Vereinsmitglieder uns geschenkt haben. Wir freuen uns bereits auf das nächste Konzert mit den Handharmonika-Freunden aus Schifferstadt und Ludwigshafen und können es jedem nur empfehlen, ein solches zu besuchen. Die Vereine haben ihre Zusage für das nächste Neujahrskonzert in unserem Hause bereits gegeben, wofür wir ihnen dankbar sind. Denn eines ist sicher: Allen und besonders unseren Bewohner/-innen hat die Musik sehr gut gefallen und gutgetan.



Formel-Fahrzeuge und -Fahrer zum Anfassen

Ein Ausflug der besonderen Art wurde am 22. April gemacht. Es ging mit drei motorsportbegeisterten Bewohnern, einem Mitarbeiter des Betreuungsdienstes und einem Pfleger auf den Hockenheimring zum legendären „Hockenheim Historic“.

Aus der langen Vorfreude auf dieses Ereignis wurde nach Ankunft auf dem Parkplatz im Fahrerlager pure Begeisterung. Nach Rundgängen in der Boxengasse und im Fahrerlager, wo alle PS-Giganten zum Anschauen standen, wurde ein Besuch beim „Race-Club Germany“ gemacht. Hier standen alte Formel 1 und Formel 2 Fahrzeuge aus den 60er und 70er Jahren zum Bestaunen bereit.

Man hatte fast das Gefühl, man wäre in einem Operationsaal für Rennwagen. Es roch nach Benzin und Abgasen und die Geräuschkulisse war ohrenbetäubend. Jeder Fahrer oder Mechaniker schraubte an seinem Boliden, um ihn für die Rennen startklar zu machen. Als die Bewohner dann auch noch von einigen Fahrern mit ölverschmierten Händen begrüßt wurden, war die Begeisterung perfekt. Es wurden echte Benzingespräche geführt und auch Anekdoten aus alten Zeiten erzählt. Zum Abschied wurden dann noch Erinnerungsfotos mit einigen Fahrern gemacht.

Alle waren so von dem Ausflug begeistert, dass es nur noch „Benzingespräche“ gab und jeder sich schon auf den nächsten Ausflug freut.

Jürgen Sörgel, Betreuungsdienst





Wenn der Frühling kommt *dann ernten wir Rettich ...*

Auch Wohnbereich 1 hat Fasching gefeiert: im kleineren Rahmen, aber nicht mit weniger Spaß und Freude. In den bunt geschmückten Fluren und im Essbereich herrschte reges Treiben, viele Bewohnerinnen und Bewohner sowie einige Angehörige hatten sich mit Hüten dekoriert und die ein oder andere Schunkelrunde wurde angestimmt. Sämtliche Mitarbeiterinnen hatten sich kostümiert und den Bewohnern ein Lächeln ins Gesicht gezaubert.

Nach der Begrüßungsrede von Einrichtungsleitung Daniel Schäfer und leckeren Berlinern kam der „Holzmichel“ zu Besuch und forderte die Anwesenden zum Mitsingen auf. Einstimmig ertönte ein: „JA, er lebt noch!“

Neben DJ Ötzi und Frau Antje aus Holland kam auch Christian Wahl, Angehöriger, zu Besuch. Er sang mit den Bewohnerinnen und Bewohnern das umgetextete Lied „Tulpen aus Amsterdam.“

*Wenn der Frühling kommt,
dann schick ich dir Rettich aus Schifferstadt.
Wenn der Frühling kommt,
dann pflück ich dir Rettich aus Schifferstadt.
Wenn ich wiederkomm,
dann bring ich dir Rettich aus Schifferstadt,
tausend rote, tausend gelbe,*

*alle wünschen dir dasselbe.
Was mein Mund nicht sagen kann,
sagt Dir Rettich aus Schifferstadt.*

*„Antje, ich hab dich so gerne“,
sagte zum Meischen der Jan,
„Morgen muss ich in die Ferne,
Antje, was machen wir dann?“
Und bei der uralten Mühle
küssten sich zärtlich die zwei.
„Ich hab dich so lieb,
und du hast mich lieb,
ach, Antje, ich bleibe dir treu!“*

*Wenn der Frühling kommt,
dann schick ich dir Rettich aus Schifferstadt.
Wenn der Frühling kommt,
dann pflück ich dir Rettich aus Schifferstadt.
Wenn ich wiederkomm,
dann bring ich dir Rettich aus Schifferstadt,
tausend rote, tausend gelbe,
alle wünschen dir dasselbe.
Was mein Mund nicht sagen kann,
sagt Dir Rettich aus Schifferstadt.*

Ein abwechslungsreicher Nachmittag, der allen Beteiligten sichtlich Freude bereitet hat.



Juli

1.7.17	Samstag	10 Uhr	KRANKENKOMMUNION Herr Steiner feiert Eucharistie mit Ihnen	Restaurant, EG
4.7.17	Dienstag	13.30 Uhr	AUSFLUG mit der „Jungen Pflege“ in die Region, nach Absprache	Treffpunkt im Foyer
5.7.17	Mittwoch	9.30–14 Uhr	MODEVERKAUF Marco's Mode	Rote Lounge
5.7.17	Mittwoch	14.30 Uhr	GEBURTSTAGSKAFFEE für die Geburtstagskinder von Mai und Juni	Restaurant, EG
6.7.17	Donnerstag	16 Uhr	EVANGELISCHER GOTTESDIENST	Wohnzimmer, 2. OG
12.7.17	Mittwoch	14.30 Uhr	KAFFEE 90+ Für Jubilare des letzten Halbjahres, die 90 Jahre und älter geworden sind	Restaurant, EG
13.7.17	Donnerstag	15–17 Uhr	OFFENER TREFF für Parkinsonpatienten und ihre Angehörigen zum Erfahrungsaustausch	Gesellschaftsraum, 1. OG
13.7.17	Donnerstag	14–15 Uhr	SPEISEPLANBESPRECHUNG mit der Küchenleitung	Restaurant
18.7.17	Dienstag	13.30 Uhr	AUSFLUG mit WB 2 & 3 in die Region, nach Absprache	Treffpunkt im Foyer
20.7.17	Donnerstag	16 Uhr	KATHOLISCHER GOTTESDIENST	Wohnzimmer, 2. OG
26.7.17	Mittwoch	15.30 Uhr	SILBERLOCKEN Musikalischer Nachmittag	Restaurant, EG
27.7.17	Donnerstag	15.30–17 Uhr	SCHUH-RESIDENZ Mobiler Schuhverkauf	Restaurant, EG

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

4.7.17	Dienstag	10 Uhr	KOCHEN Wir bereiten gemeinsam einen Schichtsalat zu	Essbereich, WB 1
11.7.17	Dienstag	15 Uhr	EISSENEN	Restaurant, EG



Frühlingsfest „Schiff ahoi!“



Im März feierten wir unser beliebtes Frühlingsfest, auch wenn das Wetter nach allem anderen als nach Frühling aussah. Doch dies tat der Stimmung keinen Abbruch.

Ganz maritim wurden die Bewohnerinnen und Bewohner sowie die Gäste im Restaurant begrüßt. Die Mitarbeiter/-innen des Betreuungsdienstes hatten sich passend zum Motto in Schale geschmissen und auf den Tischen waren blaue Tischläufer, Boote und Leuchttürme sowie von den Bewohnern selbstgebastelte Fische zu finden.

Nach der Eröffnung durch Einrichtungsleitung Daniel Schäfer wurde den Anwesenden Bienenstich und Kaffee serviert und die Rotmund-Mädels gaben die ersten Lieder einer langen Schifffahrt zum Besten.

„Nimm mich mit Kapitän“ und „Wir lagen vor Madagaskar“ sind nur zwei von vielen Seemannsliedern, bei denen die Anwesenden fleißig mitgesungen haben. Die Kinder vom „Großen Garten“ kamen zu Besuch und gaben einige Frühlingslieder zum Besten. „Na wenn sich jetzt die Sonne nicht mal endlich hervortraut“, freute sich Schäfer und übergab den Kleinen jeweils ein Malbuch und Stifte als kleines Dankeschön für den schönen Vortrag.

Gegen halb sechs wurde eine Kräuterrahmsuppe als Entree zum Frühlingmenü serviert. Als Hauptspeise wurde Hähnchenroulade „Florenz“ mit Spinat gefüllt, an jungem Kohlrabi und Pfälzer Kartoffeln gereicht. Als kulinarischen Abschluss gab es Panna cotta mit Beerenmark als Dessert.

Wir suchen Dich!

Du arbeitest gerne mit älteren oder hilfebedürftigen Menschen?

Dann bist Du bei uns genau richtig! Für unsere Senioren-Residenz Sankt Johannes in Schifferstadt suchen wir **PFLEGEFACHKRÄFTE (M/W) UND PFLEGEKRÄFTE (M/W)**. Wir bieten Dir Möglichkeiten zur persönlichen und fachlichen Entwicklung, ein gutes Arbeitsklima in einem aufgeschlossenen Team und abwechslungsreiche Aufgaben in einem anerkannten Unternehmen.

Bewirb Dich jetzt und werde Teil von INCURA!

Senioren-Residenz Schifferstadt GmbH Sankt Johannes · Daniel Schäfer
Hans-Purrmann-Str. 31 · 67105 Schifferstadt · Tel. 06235/4930-0
info@stjohannes.incura.de · www.incura.de



August

1.8.17	Dienstag	9.30 Uhr	OPTIK FUCHS kommt zum Brillen-Service-Besuch	3. OG
1.8.17	Dienstag	13.30 Uhr	AUSFLUG mit der „Jungen Pflege“ in die Region, nach Absprache	Treffpunkt im Foyer
2.8.17	Mittwoch	14.30 Uhr	NACHBARSCHAFTSKAFFEE mit den Nachbarn aus dem Seniorengerechten Wohnen	Restaurant, EG
3.8.17	Donnerstag	16 Uhr	EVANGELISCHER GOTTESDIENST	Wohnzimmer, 2. OG
5.8.17	Samstag	10.15 Uhr	KRANKENKOMMUNION Herr Steiner feiert Eucharistie mit Ihnen	Restaurant, EG
10.8.17	Donnerstag	14-15 Uhr	SPEISEPLANBESPRECHUNG mit der Küchenleitung	Restaurant
15.8.17	Dienstag	13.30 Uhr	AUSFLUG mit WB 2 & 3 in die Region, nach Absprache	Treffpunkt im Foyer
17.8.17	Donnerstag	16 Uhr	KATHOLISCHER GOTTESDIENST	Wohnzimmer, 2. OG
30.8.17	Mittwoch	10 Uhr	HÖRAKUSTIKER kommt zum Hörgeräte-Service	3. OG
30.8.17	Mittwoch	15 Uhr	SILBERLOCKEN Musikalischer Nachmittag	Restaurant, EG

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

2.8.17	Mittwoch	10 Uhr	BASTELN Wir basteln gemeinsam Sonnenblumen	Essbereich, WB 1
23.8.17	Mittwoch	10 Uhr	KOCHEN Wir kochen gemeinsam eine Gemüsesuppe	Essbereich, WB 1
30.8.17	Mittwoch	10 Uhr	EISSESSSEN	Restaurant, EG

Bewohnerumfrage *Jetzt mitmachen*

Im August möchten wir wieder Sie, liebe Bewohnerinnen und Bewohner, nach Ihrer Meinung fragen und lassen Ihnen einen entsprechenden Umfragebogen zukommen. Wir freuen uns über rege Teilnahme und die Abgabe der ausgefüllten Bögen bis zum 31.08.2017.

Helfen Sie uns damit unseren Service für Sie noch besser zu machen.



Schifferstadt Ahoi Sankt Johannes in närrischer Stimmung

Tusnesia Neuhofen e. V. feiert Fasnacht mit den Senior(inn)en in Schifferstadt

An „Altweiber“ war es wieder so weit: Die Narren hatten freie Hand und kamen zahlreich in das vollbesetzte Restaurant der Senioren-Residenz St. Johannes. Für ein sensationell professionelles Programm sorgte der Verein Tusnesia aus dem benachbarten Neuhofen, der mit dem Präsidenten Markus Buchmann und seinen Oldies, den Pinguinen und den Fun-Dancers angereist war, um die Gäste zu verzaubern und in Stimmung zu bringen. Die Bewohner(-inn)en von St. Johannes erlebten einen stimmungsvollen, ausgelassenen und bunten Faschingsnachmittag, denn so viel Engagement wirkt einfach ansteckend. Das typische Schifferstadter „Ahoi“ wurde oft skandiert, schunkelnd und klatschend wurden die vielen Kinder der „Tusnesia“ im

Alter von 4 bis 6 Jahren begleitet, die zu der Filmmusik „Eisprinzessin“ ihr Können zeigten. Bei bekannter Musik haben einige Bewohner/-innen, aber auch Gäste das Tanzbein geschwungen und es wurde sogar eine Polonaise gemacht. Auch die Fun-Dancers, welche mit ihren schnellen Tänzen in Piraten-Optik, den Saal rockten, ernteten viel Applaus. Die Überraschung war bei den Anwesenden groß, als eine der „Piratinnen“ ihre Verkleidung lüftete und sich unsere Mitarbeiterin Pina Macri zu erkennen gab. Bunt, laut und ausgelassen und viel zu schnell vorüber – so kann man diesen Nachmittag beschreiben, den die vielen Akteure unseren Senior(inn)en bescherten. Einrichtungsleiter Daniel Schäfer, als „Luis Trinker“ verkleidet, dankte allen Narren und Närrinnen und freut sich besonders, dass es schon für das kommende Jahr eine Zusage für eine erneute Sitzung gab.



Neues Jahr bringt einiges an Veränderung

Seit Februar dürfen wir Herrn Dennis Obermann als stellvertretende Küchenleitung in der Senioren-Residenz St. Johannes begrüßen. Herr Obermann ist 26 Jahre jung und ein gebürtiger Schifferstadter. Vor einiger Zeit zog es ihn jedoch nach Römerberg. Hier lebt er gemeinsam mit seiner Partnerin und der vier Monate alten Tochter Amelie.

Trotz seiner jungen Jahre kann Herr Obermann auf ein breites Spektrum an Einsatzstellen zurückblicken. Seine Ausbildung hat er in Haßloch in der „Sägmühle“ absolviert und später in einem Weingut in Deidesheim gearbeitet. Nach seiner Tätigkeit in Speyer zog es ihn nach Mannheim, wo er eine Stelle als Küchenleitung annahm. „Aufgrund des Familienzuwachs, möchte ich aber nicht mehr so gerne in den späten Abendstunden arbeiten und habe mich deshalb für St. Johannes entschieden“, so Obermann, der bisher das À-la-carte-Kochen gewöhnt ist. In seiner Freizeit geht er gerne Tauchen und liebt Pferdestärken. So schraubt er gerne an Autos herum und mag vor allem den Motorsport.

„Ich freue mich auf eine gute Zusammenarbeit und hoffe, Ihnen viele leckere Gerichte zaubern zu dürfen.“

Auch sonst gibt es Neuigkeiten im Restaurant der Senioren-Residenz: „Wie leider überall, müssen auch wir den gestiegenen Preise für Lebensmittel, Energie und Rohstoffen nachkommen. Deshalb mussten wir zum 1.3. unsere Preise für die externen Gäste etwas angleichen. Nichtsdestotrotz kann man bei uns auch weiterhin ein komplettes Mittagessen mit Suppe, Hauptgang und Nachtisch, inklusive einem Glas Wasser für unter 10 Euro genießen“, so Küchenleitung Anton Rotheneder. „Außerdem haben Sie die Möglichkeit, Ihre Feierlichkeiten wie Geburtstagsfeiern, Jubiläen oder auch Trauerfeiern in unserem schönen Restaurant auszurichten. Hierbei müssen Sie sich um nichts kümmern und können es sich am gedeckten Tisch gut gehen lassen“, so Einrichtungsleiter Daniel Schäfer. Wir stehen Ihnen gerne mit unserem Know-how zur Verfügung und freuen uns auf Ihre Anfrage.



Dennis Obermann,
stellvertretende
Küchenleitung



Unsere Wochenangebote

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
	15.30–16.30 Uhr	§ 43 B KÖSTLICHKEITEN SELBST-GEMACHT	Essbereich, 2. oder 3. 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	Essbereich, 3. OG
FREITAG	10.30–11.30 Uhr	GESELLIGE RUNDE-BINGO	Wohnzimmer, 2. OG
	10.30–11.30 Uhr	§ 43 B BINGO	Wohnzimmer, 2. OG
	10.30–11.30 Uhr	§ 43 B SPIELRUNDE	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 und einmal im Monat KRANKENKOMMUNION	Wohnzimmer, 2. OG
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	



Sommer, Sonne, Hitze

Die besten Tipps für Senioren

Endlich steigt das Thermometer und die warme Jahreszeit rückt näher. Hohe Temperaturen können aber auch belasten und körperlich anstrengend sein – vor allem für ältere Menschen. Wir haben die besten Sommertipps für Sie zusammengetragen:

- Je jünger wir sind, desto besser reguliert der Körper von selbst seine Temperatur. Das geschieht vor allem über das Schwitzen. Damit Ältere schwitzen können, müssen sie besonders viel trinken. Leider lässt im Alter das Durstgefühl nach, weswegen man sich immer wieder an die empfohlene Trinkmenge von mindestens zwei Litern erinnern sollte. Gut geeignet sind natriumreiches Mineralwasser, das auch gleich den Salzverlust ausgleicht, sowie Schorlen, zuckerfreier Tee oder tassenweise getrunzene Gemüse- oder Fleischbrühen.
- Auch eine leichte Kost aus wasserreichem Obst, Gemüse, Salat und Nudeln, Fisch oder magerem Fleisch ist bei Hitze sinnvoll, weil sie Flüssigkeit zuführt und das Verdauungssystem nicht unnötig belastet. Die Mahlzeiten können ruhig ein bisschen mehr gesalzen werden und sollten gut über den Tag verteilt werden. Wunderbar sind kühlende Lebensmittel wie Wassermelone, Apfelmus, Naturjoghurt oder Buttermilch.
- Bewegung tut gut und kurbelt den Kreislauf an, allerdings sollten Sie Ihren Tagesablauf der Saison anpassen. Am besten, Sie machen es wie unsere Nachbarn im Süden Europas: Gönnen Sie sich

eine ausgiebige Mittagspause, wenn die Sonne am höchsten steht – also zwischen 12 und 16 Uhr – und verlegen Sie Aktivitäten im Freien auf die Morgen- und Abendstunden. Auch leichte und locker sitzende Kleidung oder kalte Umschläge auf der Haut können zur Abkühlung beitragen.

· Achten Sie bei Hitze besonders gut auf sich und reagieren Sie auf erste Anzeichen von Flüssigkeitsmangel wie Müdigkeit, Kopfschmerzen oder Konzentrationsschwäche. Übrigens: Manche Medikamente wie Psychopharmaka oder Beta-Blocker können den Wasserhaushalt des Körpers stören. Lassen Sie sich hierzu von Ihrem Hausarzt beraten.





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 JOHANNES
 SENIOREN-RESIDENZ



**Kurpark-Residenz
 Bad Salzschlirf GmbH**
 Im Kurpark 2
 36364 Bad Salzschlirf
 Tel. 06648/9111-0
 info@kurparkresidenz.
 incurade



**Senioren-Residenz
 Weinheim GmbH**
 Sankt Barbara
 Am Schlossberg 12
 69469 Weinheim
 Tel. 06201/7205-400
 info@stbarbara.incurade



**Senioren-Residenz
 Linz GmbH**
 Sankt Antonius
 Am Konvikt 6-8
 53545 Linz am Rhein
 Tel. 02644/944-0
 info@stantonius.incurade



**Seniorenheim Parkhöhe
 Lindenfels GmbH**
 Freisenhenerstr. 9
 64678 Lindenfels
 Tel. 06255/9605-0
 info@parkhoehe.incurade



**Senioren-Residenz
 Schifferstadt GmbH**
 Sankt Johannes
 Hans-Purmann-Str. 31
 67105 Schifferstadt
 Tel. 06235/4930-0
 info@stjohannes.incurade



**Wohnpark Kranichstein
 Betriebsgesellschaft mbH**
 Borsdorffstraße 40
 64289 Darmstadt
 Tel. 06151/739-0
 info@wohnpark-
 kranichstein.incurade



**Senioren-Residenz
 Dudenhofen GmbH**
 Sankt Sebastian
 Speyerer Straße 4
 67373 Dudenhofen
 Tel. 06232/9008-0
 info@stsebastian.incurade



**Senioren-Residenz
 Heppenheim GmbH**
 Sankt Katharina
 Lorsche Str. 1-3
 64646 Heppenheim
 Tel. 06252/9599-500
 info@stkatharina.incurade



www.incurade