

# SANKT JOHANNES POST

Winter/2019



Das Magazin der INCURA GmbH

Sankt Johannes  
**Lilly-Aktionstag**

Sankt Johannes  
**Sommerfest - Willkommen  
im Wilden Westen**

Gut zu wissen  
**Plastik-Fasten: Es geht  
auch mit weniger**

*Verschneiter  
Schwarzwald*



Wohnen. Leben. Sicherheit. [www.incura.de](http://www.incura.de)

INCURA®



## Winter im Schwarzwald

Kunstvolle Kuckucksuhren, üppige Kirschtorten, urige Bauernhäuser und schwarz-rote Bollenhüte – solche Bilder erscheinen sofort vor dem inneren Auge, wenn man an den Schwarzwald denkt.

Die Region im Südwesten lebt und liebt ihre Klischees und interpretiert sie auch mal ganz neu. Früher wie heute zählt der Schwarzwald zu den beliebtesten Urlaubsregionen Deutschlands. Ob am Schluchsee oder Titisee, auf dem Feldberg oder Schauinsland, in Baden-Baden oder Freiburg: Hier ist es einfach schön. Vor allem jetzt im Winter, wenn die Landschaft zugeschnitten ist und die Skigebiete aus allen Nähten platzen.



### 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:  
 WWW.gettyimages.de



## Liebe Leser(innen),

an den überwiegend heißen Sommer schloss sich nun auch ein goldener Herbst an, und wir konnten noch an vielen Nachmittagen die Sonne und die angenehmen Temperaturen in unserem schönen Innenhof in netter Gesellschaft genießen.

Zurückschauen möchten wir unter anderem auf unser Sommerfest, das Oktoberfest und den Global Day of Helping Hands. Wenn nun die kältere Jahreszeit kommt, verlagern wir das Augenmerk wieder mehr nach drinnen und machen es uns gemütlich. Begeben Sie sich doch mal auf eine Entspannungsreise oder nehmen Sie an einer Klangschalensitzung teil.

Öffnen Sie gemeinsam mit uns das elfte Kalenderfenster und freuen Sie sich über den Besuch vom Nikolaus bei unserem Nikolauskaffee. Das neue Jahr wollen wir wieder mit einem Glas Sekt begrüßen, und Fasching ist dann auch nicht mehr so weit.

Ich wünsche Ihnen und Ihren Familien ein gesegnetes Fest und einen guten Start ins neue Jahr. Bleiben Sie auch 2020 gesund und passen Sie gut auf sich auf.

*Ihr Daniel Schäfer, Einrichtungsleitung*



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



## Ökumenischer Erntedank-Gottesdienst in der Senioren-Residenz

Auch dieses Jahr feierten die Bewohnerinnen und Bewohner im September wieder konfessionsübergreifend einen schönen Erntedankgottesdienst. An einem herbstlich dekorierten Altar hielten die evangelische Pfarrerin Frau Abel-Pohlack und Diakon Hans Sattel einen Gottesdienst ab. Viele Bewohnerinnen und Bewohner lobten hinterher ausdrücklich den harmonischen Ablauf und bedankten sich für die lebendige Predigt, deren Anlass das Fest der Ernte bot. „Mir wird gerade bewusst, dass dies mein letzter Erntedankgottesdienst bei Ihnen war!“, stellte Pfarrerin Abel-Pohlack im Anschluss schmerzlich fest.

Diese darf sich im kommenden Jahr in den wohlverdienten Ruhestand verabschieden. Wir möchten uns herzlich für die tolle Organisation bedanken!



## 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 31.12.2019.

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

## Gewinnerin

Die glückliche Gewinnerin, die alle Vögelchen in der letzten Sankt Johannes Hauspost gefunden hatte, ist Ruth Magin, die sich über einen Gutschein in unserem Restaurant im Wert von 20 € freuen. Mitmachen lohnt sich!



## Lilly-Aktionstag

**Mitarbeiter der Pharma-Firma schenken Bewohnern kreative Stunden.** Bereits zum dritten Mal haben Mitarbeiter des Pharma-Unternehmens Lilly GmbH aus Bad Homburg die Senioren-Residenz Sankt Johannes in Schifferstadt besucht. Anlass war der firmeneigene „Global Day of Service“, bei dem Lilly-Mitarbeiter weltweit einen Tag lang in sozialen Einrichtungen – zum Beispiel Kitas, Schulen oder Seniorenheimen – sowie im Natur- oder Tierschutz für den guten Zweck mitarbeiten.

„Schon 2014 und 2016 war Lilly bei uns zu Gast und hat mit unseren Bewohnerinnen und Bewohnern einen wunderbaren Tag verbracht. Einmal haben wir mit der Jungen Pflege ein Hochbeet gebaut, und beim anderen Mal haben wir Namensschilder und Taschen bedruckt“, berichtet Betreuungsdienst-Leiterin Rebekka Ramisch.

Auch in diesem Jahr wurde gehandwerkelt und gebastelt: In enger Absprache mit dem Betreuungsdienst haben sechs Lilly-Mitarbeiter einen Kreativtag mit dem Gerontopsychiatrischen Wohnbereich angeboten. Gemeinsam mit rund zehn Bewohnerinnen und Bewohnern haben sie Holzschachteln bemalt und Leinwände bedruckt. Alle Materialien sowie die Kosten für ein anschließendes Mittagessen – Salate, Steaks und Würstchen in der Wohnbereichs-Küche – hat Lilly gespendet. Am Nachmittag gab es noch einen gemeinsamen Spaziergang.

„Es war ein ganz besonders schöner Tag, den die Bewohnerinnen und Bewohner sichtlich genossen haben“, berichtet Rebekka Ramisch. „Sie haben sehr ausdauernd gebastelt – zum Beispiel mit Kartoffeln Bilder gedruckt – und es sind sehr schöne Gespräche mit den Besuchern entstanden. Wir danken der Lilly-Gebietsleiterin Emilia Azzato für das Engagement und die reibungslose Organisation vorab. Besonders gefreut hat mich, dass wir die meisten ihrer Mitarbeiter schon aus den Vorjahren kannten und dass es solch ein vertrautes Miteinander war. Wir jedenfalls freuen uns schon auf eine Wiederholung des „Global Day of Service“ in unserem Haus!“



## Dezember



3.12.19	Dienstag	13.30 Uhr	AUSFLUG MIT DER JUNGEN PFLEGE in die Region	Nach Absprache
5.12.19	Donnerstag	16 Uhr	EVANGELISCHER GOTTESDIENST	Wohnzimmer, WB 2
6.12.19	Freitag	15 Uhr	NIKOLAUSKAFFEE	Restaurant
7.12.19	Samstag	10.15 Uhr	KRANKENKOMMUNION Herr Steiner feiert Eucharistie mit Ihnen	Restaurant
9.12.19	Montag	14 Uhr	SPEISEPLANBESPRECHUNG mit der Küchenleitung	Restaurant
10.12.19	Dienstag	9.30 Uhr	SERVICEBESUCH von Optik Fuchs	3. OG
10.12.19	Dienstag	15.45 Uhr	GEBETSKREIS mit Frau Worster	Gesellschaftsraum, WB 1
11.12.19	Mittwoch	10 Uhr	SERVICEBESUCH von der Hörakustikerin	3. OG
11.12.19	Mittwoch	18 Uhr	LEBENDIGER ADVENTSKALENDER	Restaurant
12.12.19	Donnerstag	15–17 Uhr	OFFENER TREFF für Parkinson-Patienten und deren Angehörige (Weihnachtsfeier)	Gesellschaftsraum, WB 1
18.12.19	Mittwoch	15 Uhr	MUSIKALISCHER NACHMITTAG mit den 49ern	Restaurant
19.12.19	Donnerstag	15.30 Uhr	WEIHNACHTSFEIER mit den Wohnbereichen 2, 3 und 4	Restaurant
23.12.19	Montag	15 Uhr	SPEISEPLANBESPRECHUNG mit der Küchenleitung	Essbereich, WB 3
24.12.19	Dienstag	10.30 Uhr	ÖKUMENISCHER WEIHNACHTSGOTTESDIENST	Restaurant
31.12.19	Dienstag	15.30 Uhr	SILVESTERNACHMITTAG	Restaurant



### Für den Gerontopsychiatrischen Wohnbereich und Bewohner/-innen mit eingeschränkter Alltagskompetenz

2.12.19	Montag	11 Uhr	VERGISS-MEIN-NICHT-GOTTESDIENST	Gesellschaftsraum, WB 1
3.12.19	Dienstag	10 Uhr	PLÄTZCHENBACKEN	Essbereich, WB 1
10.12.19	Dienstag	10 Uhr	PLÄTZCHENBACKEN	Essbereich, WB 1
17.12.19	Dienstag	15.30 Uhr	WEIHNACHTSFEIER Wohnbereich 1	Essbereich, WB 1
24.12.19	Dienstag	10.30 Uhr	WEIHNACHTS-VERGISS-MEIN-NICHT-GOTTESDIENST	Gesellschaftsraum, WB 1



## Zwiebelkuchen & Neuer Wein

Ende September wurde an einem Dienstagmorgen auf Wohnbereich 1 kräftig geweint. Doch keine Angst, es war lediglich aufgrund der 6 kg Zwiebeln, die geschält und geschnitten werden wollten. Denn so viele Zwiebeln wurden für den Zwiebelkuchen benötigt, den es am Nachmittag zum Weinfest geben sollte. Viele fleißige Hände halfen mit und das Ergebnis konnte sich wirklich sehen und schmecken lassen. Viele Angehörige fanden am Nachmittag den

Weg auf den Wohnbereich und ließen sich mit den Bewohnerinnen und Bewohnern den selbst gebackenen Zwiebelkuchen sowie Neuen Wein und Traubensaft aus Meckenheim schmecken. Herr Schrembs aus Rheinstetten untermalte den schönen Nachmittag mit seinem Akkordeon und alle Anwesenden stimmten mit ihm Pfälzer Lieder an. Ein wirklich rundum gelungener Nachmittag, der möglichst bald wiederholt werden sollte.

### Zutaten (für ein rundes Blech)

- 500 g Zwiebeln, weiße, klein geschnitten
- 200 g Emmentaler Käse, gerieben
- 200 g geräucherter Schinken, gewürfelt
- 200 g Mehl
- 200 ml Milch
- 1 gestr. TL schwarzer Pfeffer
- etwas Kümmelpulver
- 3 Eier

### Zwiebelkuchen ohne Boden

Alle Zutaten werden in einer Schüssel miteinander mit einem Löffel verrührt. Zuerst Zwiebeln, Käse, Schinken, Eier, Pfeffer und evtl. Kümmel, dann wird langsam das Mehl untergerührt und dann die Milch.

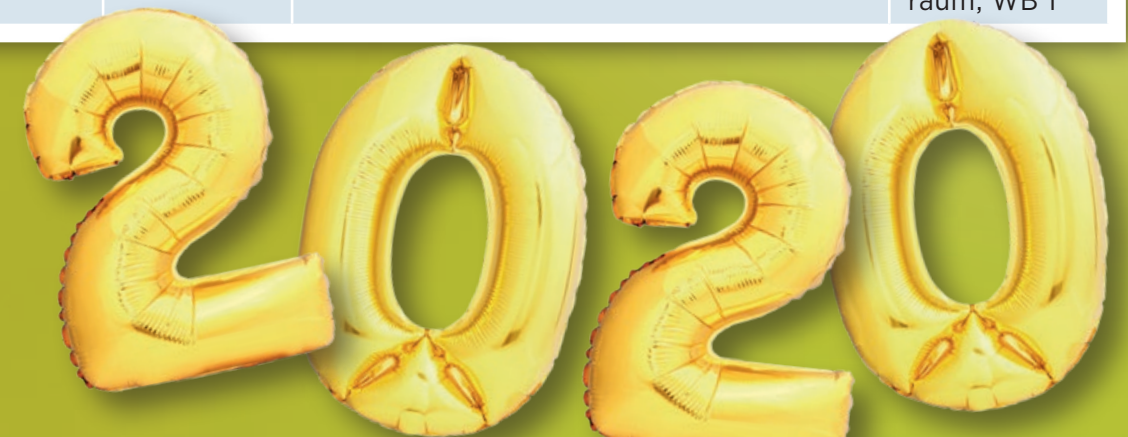
Im vorgeheizten Ofen (Umluft 200 °C) auf mittlerer Schiene 30 bis 40 Minuten backen.



2.1.20	Donnerstag	16 Uhr	EVANGELISCHER GOTTESDIENST	Wohnzimmer, WB 2
4.1.20	Samstag	10.15 Uhr	KRANKENKOMMUNION Herr Steiner feiert Eucharistie mit Ihnen	Restaurant
6.1.20	Montag	12 Uhr	NEUJAHRSEMPFANG Begrüßen Sie mit uns das neue Jahr	Restaurant
7.1.20	Dienstag	13.30 Uhr	AUSFLUG mit der Jungen Pflege in die Region	Nach Absprache
9.1.20	Donnerstag	15-17 Uhr	OFFENER TREFF für Parkinson-Patienten und deren Angehörige	Gesellschaftsraum, WB 1
13.1.20	Montag	15 Uhr	SPEISEPLANBESPRECHUNG mit der Küchenleitung 	Restaurant
14.1.20	Dienstag	15.45 Uhr	GEBETSKREIS mit Frau Worster	Gesellschaftsraum, WB 1
15.1.20	Mittwoch	14.30 Uhr	CAFÉ 90+ für alle Jubilare, die im letzten Halbjahr 90 Jahre oder älter geworden sind	Restaurant
16.1.20	Donnerstag	16 Uhr	KATHOLISCHER GOTTESDIENST	Wohnzimmer, WB 2
20.1.20	Montag	9-14.30 Uhr	MOBILER BEKLEIDUNGSVERKAUF Marco's Mode	Foyer
21.1.20	Dienstag	13.30 Uhr	AUSFLUG Mit den Wohnbereichen 2 und 3 in die Region	Nach Absprache
22.1.20	Mittwoch	14.30 Uhr	GEBURTSTAGSKAFFEE für die Geburtstagskinder von November und Dezember	Restaurant
27.1.20	Montag	14 Uhr	SPEISEPLANBESPRECHUNG mit der Küchenleitung	Restaurant
28.1.20	Dienstag	15.45 Uhr	GEBETSKREIS mit Frau Worster	Gesellschaftsraum, WB 1
29.1.20	Mittwoch	15 Uhr	MUSIKALISCHER NACHMITTAG mit den 49ern	Restaurant

Für den Gerontopsychiatrischen Wohnbereich und Bewohner/-innen mit eingeschränkter Alltagskompetenz

13.1.20	Montag	11 Uhr	VERGISS-MEIN-NICHT-GOTTESDIENST	Gesellschaftsraum, WB 1
---------	--------	--------	---------------------------------	-------------------------





# Oktoberfest

## O'zapft is im blau-weißen Restaurant ist ordentlich was los

Auch in diesem Jahr erwartete die Bewohnerinnen und Bewohner der Senioren-Residenz Sankt Johannes ein blau-weiß geschmücktes Restaurant und begrüßt wurden die Anwesenden von feschen Mitarbeiterinnen im Dirndl sowie feschen Buben in Lederhosen.

Nach der offiziellen Eröffnung durch Einrichtungsleiter Daniel Schäfer ließ es sich Alleinunterhalter Uwe Kummermehr, „Us Uwe“, nicht nehmen, mit bekannten Klängen die Stimmung anzuheizen. Zum Auftakt gab es Kaffee sowie Zwetschkuchen mit Sahne. Nach dem Besuch einiger Kinder vom „Großen Garten“, die uns schöne Herbst- und Mitmachlieder mitgebracht hatten, starteten die „Sankt Johannes Allstars“ ihre nun mittlerweile etablierte Playback-Show. Neben Wolfgang Petry trat auch Andrea Berg,

beide unter tosendem Applaus, auf. Erstaunlich viele Bewohnerinnen und Bewohner trauten sich diesmal auf die Tanzfläche und gaben sich den zünftigen Liedern von „Us Uwe“ hin.

Noch lange nach dem Abendessen, welches aus Weißwürsten, Brez'n und Obazda sowie Rettichspiralen bestand, wurde getanzt, gelacht und gesungen. Stilecht gab es noch Festherzen für alle Anwesenden.

„Ich bin nun schon sechs Jahre hier im Haus, aber das war das beste Fest, das wir jemals hatten“, berichtete eine begeisterte Bewohnerin. Und auch die Mitarbeiter sind sich nach einem so langen Tag einig: Es war ein wunderschönes und vor allem lustiges Fest, das wieder gezeigt hat, wie toll es ist, hier zu arbeiten.



## Februar

1.2.20	Samstag	10.15 Uhr	KRANKENKOMMUNION Herr Steiner feiert Eucharistie mit Ihnen	Restaurant
4.2.20	Dienstag	9.30 Uhr	SERVICEBESUCH von Optik Fuchs	3. OG
4.2.20	Dienstag	13.30 Uhr	AUSFLUG mit der Jungen Pflege in die Region	Nach Absprache
6.2.20	Donnerstag	16 Uhr	KATHOLISCHER GOTTESDIENST	Wohnzimmer, WB 2
10.2.20	Montag	14 Uhr	SPEISEPLANBESPRECHUNG mit der Küchenleitung	Restaurant
11.2.20	Dienstag	15.45 Uhr	GEBETSKREIS mit Frau Worster	Gesellschaftsraum, WB 1
12.2.20	Mittwoch	10 Uhr	SERVICEBESUCH durch die Hörakustikerin	3. OG
12.2.20	Mittwoch	14.30 Uhr	NACHBARSCHAFTSCAFÉ mit den Nachbarn aus dem seniorengerechten Wohnen	Restaurant
18.2.20	Dienstag	13.30 Uhr	AUSFLUG mit den Wohnbereichen 2 und 3	Nach Absprache
20.2.20	Donnerstag	16 Uhr	KATHOLISCHER GOTTESDIENST	Wohnzimmer, WB 2
25.2.20	Dienstag	15.45 Uhr	GEBETSKREIS mit Frau Worster	Gesellschaftsraum, WB 1
26.2.20	Mittwoch	15 Uhr	MUSIKALISCHER NACHMITTAG mit den 49ern	Restaurant

Für den Gerontopsychiatrischen Wohnbereich und Bewohner/-innen mit eingeschränkter Alltagskompetenz

3.2.20	Montag	11 Uhr	VERGISS-MEIN-NICHT-GOTTESDIENST	Gesellschaftsraum, WB 1
--------	--------	--------	---------------------------------	-------------------------







## Sommerfest *Willkommen im Wilden Westen*

Leider meinte es Petrus im August nicht allzu gut mit uns und schickte uns immer wieder ein paar Regenwolken. Dies ließ die Freude über unser Sommerfest und das bunte Programm jedoch nicht schmälern. Denn, wie heißt es so schön? Man muss die Feste feiern, wie sie fallen.

Passend zum Motto wurden die Bewohner(innen) und Gäste von den Mitarbeiter(inne)n in typischer Kleidung mit Stiefeln, Kleidern, Westen und natürlich Cowboyhüten empfangen. Neben Einrichtungsleitung Daniel Schäfer begrüßte auch Bürgermeisterin Ilona Volk die Anwesenden. Das Motto war aber auch überall in der Dekoration wiederzufinden. Von Kakteen über Cowboy-Stiefel bis hin zu Wanted-Bildern, in vielen Teilen haben sich auch die Bewohnerinnen und Bewohner im Vorfeld in der Bastelgruppe eingebracht.

Ein buntes Potpourri an Musik, Programm und Essen wurde den Gästen geboten: Man konnte sein Glück bei der Tombola der Realschule Plus versuchen, bei der es keine Nieten gab. Die Schülerinnen und Schüler veranstalteten diese bereits zum dritten Mal und möchten zum einen die Klassenkasse damit aufbessern, zum anderen wird ein Teil der Einnahmen an ein Projekt in Burkina Faso gespendet.

Beim Glücksrad, dem Zuckerwattenstand und dem Ringewerfen lockten kostenlose Süßigkeiten die Gäste an. Auch der Infostand der Engel-Apotheke und der Hindernisparcours des Sanitätshauses Fritsch, bei

dem man einen Rollator-Führerschein machen konnte, fanden regen Zuspruch. Besonders viel Applaus erntete die Tanzgruppe „Country-Line Dancers Neuhofen e.V.“, die zur passenden Musik und in stilechten Kostümen ihr Können zeigten. Gegen Abend gab es Leckeres vom Grill sowie eine reichliche Auswahl an Salaten.

„Das muss man wirklich mal bekannt machen, wie viel Arbeit und Mühe ihr euch hier immer für uns macht“, zieht eine Bewohnerin glücklich Resümee und erkundigte sich direkt nach dem nächsten Fest.



## Mitarbeiter-Sommerfest

Handgemachtes Eis vom „Eisfritz“, leckere Pizza, leckere Cocktails







Ana Seck  
10-jähriges Jubiläum

Agnieszka Borecka  
Wohnbereichsleitung

Esther Schmidt  
Hauswirtschaftsmitarbeiterin

Celine Bruder  
Pflegerkraft

Zuzanna Zimmermann-Dechnik  
Betreuungsdienst

Jennifer Celik (geb. Weinhold)  
Glückwünsche zur Hochzeit

Seray Menge  
Servicemitarbeiterin

Inuri Röchner  
Hauswirtschaftsmitarbeiterin

Marion Heinz  
10-jähriges Jubiläum

Tanja Draganova  
Pflegerkraft

Rosemarie Lehn  
Hauswirtschaft

Marion Heinz  
10-jähriges Jubiläum

## Die Gans, die zu viel weiß

Die Gronauer Kulisseborzler haben uns im Oktober zu ihrer Aufführung „Die Gans, die zu viel weiß“ in die Halle des TUS Gronau eingeladen. Es war ein sehr lustiger und abwechslungsreicher Nachmittag, welcher noch lange für gute Gespräche gesorgt hat.

Herzlichen Dank auch an dieser Stelle an den Bürgerbus Schifferstadt, der uns tatkräftig unterstützt und einen Teil unserer Bewohnerinnen und Bewohner von der Residenz nach Gronau und wieder zurück gebracht hat.

Wir freuen uns auf das nächste Jahr!



## MGV 1854

Herzlichen Dank an den MGV 1854 Schifferstadt e. V., welcher den katholischen Gottesdienst mit Herrn Pfarrer Effler im Oktober so toll musikalisch untermalt hat!





# 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	Gymnastikraum, 2. OG
DIENSTAG	15.30–16.30 Uhr	BASTELWERKSTATT	Wohnzimmer, 2. OG
	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 der Jungen Pflege
MITTWOCH	ab 13.30 Uhr	AUSFLÜGE IN DIE REGION	Treffpunkt im Foyer
	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 der Jungen Pflege
DONNERS-TAG	15.45–16.30 Uhr	§ 43 B ENTSPANNUNGSÜBUNGEN (entfällt bei Veranstaltungen)	Wohnzimmer, 2. OG
	10.30–11.30 Uhr	GEDÄCHTNISTRAINING	Wohnzimmer, 2. OG
FREITAG	10.30–11.30 Uhr	§ 43 B GEDÄCHTNISTRAINING	Wohnzimmer, 2. OG
	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
SAMSTAG	15.45–16.30 Uhr	§ 43 B FRAUENSTAMMTISCH	Wohnzimmer, 2. OG
	10.30–11.30 Uhr	BUNTER VORMITTAG 1 x im Monat Krankenkommunion 1 x im Monat Musikvormittag	Wohnzimmer, 2. OG Restaurant
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	

Die speziellen Wochenangebote für den Gerontopsychiatrischen Wohnbereich entnehmen Sie bitte dem Aushang auf dem Wohnbereich 1.



GUT ZU WISSEN

## Plastik-Fasten: Es geht auch mit weniger

Plastik ist ein faszinierendes Material. Es ist wandlungsfähig, vielseitig einsetzbar, billig und langlebig. Doch genau hier liegt das Problem: Kunststoff verrottet nicht einfach, sondern verschmutzt langfristig unsere Böden und Meere. Ein Gegen-trend ist Plastik-Fasten, also der bewusste Verzicht auf Plastik im Alltag.

Das früher so beliebte Plastik hat es heute nicht leicht. Während in den 70er Jahren noch ein rotes Plastikauto mit leuchtenden Kinderaugen entgegen-genommen wurde, wird Kunststoffspielzeug heute kritisch beäugt. Ebenso ergeht es vielen anderen Plastikprodukten wie etwa Plastiktüten, Einweg-geschirr oder in Folie eingeschweißten Gurken.

Dass sich das Image von Plastik so stark gewandelt hat, liegt an seiner traurigen Ökobilanz: Bei der Herstellung von Kunststoffen werden enorme Ressourcen verbraucht. Zudem kann Plastik unserer Gesundheit schaden und in kleinsten Teilen in un-seren Böden und Meeren landen. In Deutschland werden gerade einmal rund 15 Prozent des Kunst-stoffmülls wiederverwendet, der Rest wird verbrannt oder kommt auf die Deponie. Und wir alle kennen die Bilder von Plastikmüllinseln in den Ozeanen. Keine schöne Sache.

Dabei gibt es viele gute Alternativen für Plastik und spannende Ansätze, um Kunststoff im Alltag zu vermeiden. Die Industrie testet neue Materialien und die Politik hat sich für ein Verbot von diversen Produkten

wie Strohhalmen, Tellern, Wattestäbchen oder Luft-ballonstäben aus Kunststoff entschieden.

Doch das Wichtigste: Auch jeder Einzelne von uns kann darauf achten, weniger Plastik zu verwenden. Im Sinne des Plastik-Fastens ganz besonders enga-giert ist die Bewegung „Zero Waste“, zu Deutsch „Null Abfall“. Diese Menschen versuchen konsequent, gar kein Plastik zu verwenden und Rohstoffe nicht zu vergeuden. Sie benutzen feste Seife statt abgepack-tem Duschgel, kaufen in Geschäften ein, die sämt-liche Waren unverpackt anbieten, trinken aus Glas-flaschen, stellen Putzmittel aus Naturmaterialien her oder kaufen nur gebrauchte Kleidung. Bei manchen passt der Müll eines ganzen Jahres in ein einziges Einmachglas.

Doch so radikal muss es gar nicht sein! Beobachten Sie doch einmal selbst, wo Sie in Ihrem ganz per-sönlichen Alltag Plastik verwenden und wie man das ändern könnte. Das kann der Griff zur Milchflasche statt zum portionierten Plastikdöschen sein, oder die Mitnahme eines Korbs oder einer Jutetasche zum Einkaufen. Denn Sie wissen doch: Viele kleine Schritte können Großes bewirken.

**„Wir brauchen nicht eine Handvoll Leute, die ‚Null Abfall‘ perfekt umsetzen. Wir brauchen Millionen von Menschen, die es unperfekt machen!“**

Anne Marie Bonneau  
(Abfall-Aktivistin)





# 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.



Für  
Dich!

**INCURA**  
SANKT JOHANNES  
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-Purmann-Str. 31  
67105 Schifferstadt  
Tel. 06235/4930-0  
info@stjohannes.incura.de



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



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



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