1/2011

zuhause

magazin **caritas** senioren wohnen & pflege

Unbezahlbar wertvoll Wie Ehrenamtliche Erinnerungen wecken

90 und kein bisschen leise Geburtstage anders feiern

Zimmer mit Aussicht Schöner Wohnen im ehemaligen Kloster

Thema Feste feiern Geburtstage anders feiern 4

Kulturelles Hörbuch- und DVD-Empfehlungen 9

Thema Demenz Wie Ehrenamtliche Erinnerungen wecken 10

Aktuelles Mitten im Leben – mit Kunst, Tier & mehr 14

Kulinarisches Mehr als Essen & Trinken 17

Vermischtes Einkaufen & Bummeln 18

Impressum

Herausgeber:
Stiftung Katholische Altenhilfe im Bistum Hildesheim,
Moritzberger Weg 1, 31139 Hildesheim,
Telefon 05121 938-188,
ingelmann@stiftung-altenhilfe-hildesheim.de,
www.stiftung-altenhilfe-hildesheim.de

Konzeption, Redaktion & Text:
Bernward Medien GmbH, Hildesheim
Gestaltung: Bernward Medien GmbH
Fotos: Bernward Medien GmbH, Fotolia
Anzeigen: Mirco Weiss, Telefon 05121 307-858
Druck: Fischer Druck GmbH, Peine

Bistum Hildesheim caritas
Stiftung Altenhilfe
caritas senioren wohnen & pflege

Liebe Leserin, lieber Leser,

im Alter noch fit sein, eigenständig das Leben bestimmen, unabhängig von Zuhause aus seine Freizeit gestalten … wer wünscht sich das nicht? Es gehört zum unbestrittenen Lebensziel des Großteils unserer Bevölkerung – nicht nur der Senioren – möglichst lang sein Leben in den „eigenen vier Wänden“ erfüllt leben zu können. Leider oft verbunden mit der Vorstellung in einem Senioren-„Heim“ wäre man weggeschlossen und seinen Pflegern ausgeliefert.

Wer seine eigenen vier Wände verlassen will oder muss, braucht Mut – keine Frage. Doch in den Caritas Senioreneinrichtungen findet er ein neues Zuhause. Wie sich dieses neue Zuhause, dieses neue Leben gestalten lässt und zwar dem eigenen Lebensziel entsprechend, zeigt unser neues Magazin.

Ihnen, liebe Leserin und lieber Leser, wünsche ich interessante Einblicke und vor allem viel Spaß beim Lesen!

Dem neuen Magazin „Zuhause“ wünsche ich eine weite Verbreitung, da es die Angst nimmt und Mut macht, den vielleicht letzten großen Umzug zu wagen.

Ihr

Dr. Hans-Jürgen Marcus,
Diözesan-Caritasdirektor

Marta Müller liebt Akkordeonmusik. Das überraschende Ständchen zu ihrem 90. Geburtstag hat sie sehr gefreut. Noch Wochen später schwärmt sie von diesem Erlebnis.

90 und kein bisschen leise!

Der Geburtstag ist etwas besonderes, egal ob mit 9 oder 90 Jahren. Und das darf gefeiert werden – auch in einem Seniorenheim. In den Caritas-Einrichtungen finden daher Geburtstage und andere Feste besondere Beachtung. Die Gestaltung und Aufmerksamkeit ist auch ein Zeichen der Wertschätzung für die Bewohner.

Die Geburtstagskerzen finden längst nicht mehr alle Platz auf der Torte. Die müsste dafür schon überdimensional groß sein, um die 100 Kerzen für jedes Lebensjahr unterzubringen. Doch Walter Kramer ist auch mit der symbolischen Anzahl zufrieden, freut sich riesig über die Aufmerksamkeit. Seine Augen strahlen.

In fortgeschrittenem Alter geht es nicht mehr um die großen Geschenke. Es sind diese kleinen Freuden, die zählen. Dazu gehören auch Überraschungen wie der Besuch einer lange nicht mehr gesehenen Freundin. Oder ein Ständchen, weil der Jubilar oder die Jubilarin nun mal so sehr die Akkordeonmusik liebt. Natürlich lässt sich nicht jeder Herzenswunsch erfüllen, doch das ist auch nicht wichtig: „Wir geben diesen Festen immer einen gebührenden Platz. Es geht darum, dass die Senioren Wertschätzung erleben“, sagt Karl Wetter, Leiter des Seniorenheims St. Hedwig in Braunschweig. Und das wissen diese zu schätzen.

Jeder Bewohner kann dort zu seinem Geburtstag seine Angehörigen zum Mittagessen oder zu Kaffee und Kuchen einladen. Dafür gibt es einen Extra-Raum. Und: „Unsere Küche kocht dann ein Wunschmenü“, berichtet Wetter. Das ist auch für den Koch immer wieder aufregend. Denn manchmal handelt es sich dabei um Menükreationen, die heute in den Küchen kaum noch jemand Verantwortliches kennt. Deftige Gerichte aus Schlesien zum Beispiel. „Unser Koch fragt dann hin und wieder seine Mutter: Sag' mal, kennst du das?“ sagt Wetter. In den Kindheitsjahren der heutigen Senioren war ein aufwendiges Essen noch ein Ereignis, es war eine Seltenheit. „Uns geht es darum, dieses Besondere wieder erlebbar zu machen.“
Nicht alle Senioren jedoch wollen ihren Geburtstag feiern, empfinden das eher als Last. Doch dem wollen die Verantwortlichen in Braunschweig mit ihrem Angebot entgegenwirken. „Es soll ein freudiger Anlass sein.“ Darum treffen sich alle Geburtstagskinder eines Monats auch, um gemeinsam zu feiern. Es gibt dann Kaffee und Kuchen oder ein Glas Wein. „Das hat immer eine besondere Wertigkeit“, so Wetter. Neben den vielen einzelnen Geburtstagsfeiern finden noch andere, gemeinsame Feste in St. Hedwig statt. Zum Programm der Einrichtung gehören beispielsweise Sommer-, Apfel- oder Erdbeerfeste. Zu einer guten Tradition ist es geworden, an Hochzeiten und den Feiertagen wie Ostern, Weihnachten und Pfingsten ein Glas Wein zu servieren. „Die Bewohner sollen merken: Feiern ist etwas ganz Besonderes“, erklärt der Heimleiter. Etwas besonderes bietet die Caritas-Einrichtung ihren Bewohnern einmal im Jahr am Valentinstag: ein Candle-Light-Dinner. Bewusst ist dieser Tag für Verliebte gewählt, um den Senioren Zeit mit den Menschen zu ermöglichen, die sie lieben. Dann geht es im Seniorenheim zu wie in einem Restaurant. Die Speisen werden aus einer eigens für diesen Tag gefertigten Speisekarte ausgewählt. „Das Haus ist dann immer voll und die Küche muss Sonderschichten machen“, freut sich Wetter über die große Resonanz des Candle-Light-Dinners.

»Es ist gut, wenn uns die verrinnende Zeit nicht als etwas erscheint, das uns verbraucht oder zerstört, sondern als etwas, das uns vollendet.« *Antoine de Saint-Exupéry*

Das Essen steht auch im Mittelpunkt bei anderen Festen und Feiern. Zur Spargelzeit beispielsweise besuchen Bewohner, Mitarbeiter und ehrenamtli-

Einmal noch Autofahren – das ist der Traum vieler Senioren. Auch wenn aus Walter Kramers Geburtstagswunsch nichts wurde, sein Festtag ist dennoch ein Erlebnis.

che Helfer ein Restaurant. Gemeinsam lassen sie sich dann köstliche Gerichte mit Spargel munden. „Unsere Bewohner sollen ein Stück Normalität erleben, indem sie aus dem Heim rausgehen, ein Restaurant besuchen wie andere auch“. Die braunschweigische Tradition des Braunkohlessens wird ebenfalls auf diese Art und Weise gepflegt. Ohne die Ehrenamtlichen wären solche Angebote nicht möglich, der Heimleiter ist dankbar für diese Unterstützung.

Vorfreude breitet sich bei den alten Menschen in St. Hedwig immer schon aus, wenn es auf die Advents- und Weihnachtszeit zugeht. Denn dann steht auch der Besuch auf dem Weihnachtsmarkt rund um den Dom am historischen Burgplatz auf dem Plan. Für die Bewohner ist das immer wieder ein schönes Erlebnis. Doch auch das Weihnachtsfest selber wird in der Caritas-Einrichtung intensiv gefeiert – ganz bewusst gemeinsam mit den Angehörigen. So sind diese auch zu den weihnachtlichen Feiern in den einzelnen Wohnbereichen im Vorfeld eingeladen. An Heiligabend feiern dann die Bewohner und Mitarbeiter nachmittags eine Andacht. „Die Leitung und der Propst gehen an dem Tag durchs Haus und wünschen allen eine frohe Weihnacht.“, sagt Wetter. Ein volles Haus gibt es dann am 1. Weihnachtstag zum Festgottesdienst, der wieder mit Bewohnern und Angehörigen gefeiert wird. Alles in allem spielen Feste eine wichtige Rolle im Alltag einer Einrichtung für Senioren. „Wir wollen ihnen damit auch vermitteln, dass das Heim ihr zuhause ist, indem sie sich wohlfühlen sollen und können“

»Ich hatte schon immer den Verdacht, daß das Ausblasen der Kerzen auf der Geburtstagstorte ein getarnter Gesundheitstest für die Versicherung ist.« *Katharine Hepburn*

Information

St. Hedwig
caritas senioren wohnen & pflege
Böcklerstraße 232
38001 Braunschweig
Telefon 0531 273290
info@sthedwig-braunschweig.de
www.sthedwig-braunschweig.de

Die Augen von Walter Kramer glänzen. Die Geburtstagstorte mit den Kerzen freut ihn sichtlich. Er genießt die Aufmerksamkeit, die darin zum Ausdruck kommt. Darum finden diese Feste in den Einrichtungen der Caritas auch eine besondere Beachtung.

Hubertus Funke

RECHTSANWALT UND NOTAR

Kaiserstraße 21 · 31134 Hildesheim

Telefon (0 51 21) 6 97 71-0 · Fax (0 51 21) 6 97 71-11

E-Mail: hubertusfunke@web.de

daheim
STATT HEIM
KRANKENPFLEGE
rundum gut versorgt

Wollenweberstr. 23
31134 Hildesheim
www.dsh-hi.de
info@dsh-hi.de

· ambulante Kranken- und Altenpflege
· Alltagsbegleitung
· Begleitung bei MDK Gutachten
· Behindertenhilfe
· Besuchsdienste
· Einkaufshilfe
· Hausnotruf
· hauswirtschaftliche Hilfe und Versorgung
· Pflege von Schwerkranken und Sterbenden
· Urlaubs- und Verhinderungspflege

24h erreichbar: T. 05121 33030

Hören & Sehen

Die Stiftung Altenhilfe im Bistum Hildesheim spricht jedes Quartal eine Hörbuch- und DVD-Empfehlung speziell für ältere Menschen aus. Auf der diesjährigen Buchmesse wurde jetzt die erste Caritas Hörbuch-Edition vorgestellt. Sie erscheint bundesweit.

Von der Idee zur fertigen Hörbuchedition

„Ein Hörbuch ist fast wie eine zweite Person im Zimmer", sagt Eva-Maria Güthoff. Die Pflegedienstleiterin im Göttinger Caritas-Seniorenstift St. Paulus hat viel Erfahrung im Einsatz von Hörbüchern. Ihr Altenpflegeheim führte die erste Caritas-Hörbuchbibliothek ein. "Unsere Sammlung umfasst inzwischen 20 Titel", so Güthoff. Die beliebtesten Hörbuch-Titel in Göttingen: Siegfried Lenz, "Schweigeminute". Oder "Orkanfahrt, Kapitäne erzählen ihre besten Geschichten". Gelesen von Otto Sander – "Was für eine Stimme". Und dann natürlich Hape Kerkeling, Brüder Grimm, Sir Peter Ustinov sowie "Die Feuerzangenbowle" mit Hans Rühmann. Der neueste Tipp: "Dienstags bei Morrie", erschienen bei Steinbach Sprechende Bücher. Erzählt wird die Geschichte eines alten Professors, der seine schwere Krankheit heldenhaft meistert. Anstatt über seine eingeschränkten Möglichkeiten zu jammern, erweist sich Morrie als tapferer Mensch, dem nie der Humor ausgeht. Die Hörbuchbibliothek ist eine Auswahl von aktuellen Hörbüchern zum Einsatz in den Altenpflegeheimen der Stiftung Altenhilfe im Bistum Hildesheim. Hörbücher bieten vor allem für Menschen, die an Zimmer oder Bett gefesselt sind, eine Alternative zum Lesen. Von Schauspielerinnen und Schauspielern gelesen klingen Biographien, Erzählungen und Romane neu.

Caritas Hörbuch-Edition, Steinbach Sprechende Bücher.
Zu beziehen in jeder Buchhandlung oder in
den Einrichtungen der Stiftung Altenhilfe.
11 CDs im Schuber, 39,99 Euro

Das Beste kommt zum Schluss

Man lebt nur einmal. Und ein stilvoller Abschied gehört dazu! Das beschließen zwei Patienten auf der Krebsstation, als sie die unerbittliche Diagnose hören: Ein jähzorniger Milliardär (Jack Nicholson) und ein gebildeter Automechaniker (Morgan Freeman) stellen eine „Löffel-Liste" zusammen – mit all den Dingen, die sie noch tun wollen, bevor sie den Löffel abgeben. Und dann stürzen sie sich auf einer Reise rund um die Welt in das Abenteuer ihres Lebens. Fallschirmspringen? Abgehakt. Mit einem Shelby Mustang über die Rennstrecke brettern? Abgehakt. Die Cheops-Pyramide im Abendlicht genießen? Abgehakt. Die Lebensfreude entdecken, bevor es zu spät ist? Abgehakt! Unter der kundigen Regie von Rob Reiner investieren die beiden Weltstars Herz und Seele in diese inspirierende Ode an das Leben, die beweist, dass es keine bessere Zeit geben kann als das Hier und Jetzt.

DVD, 8,90 Euro

Unbezahlbar wertvoll

„Ach früher, weißt Du noch ...“: Während das Kurzzeitgedächtnis im Alter meist nachlässt, erinnern sich vor allem Menschen mit einer Demenz oft noch sehr gut an längst Vergangenes. Speziell gestaltete Ecken können diese Erinnerungen bei den Senioren wach halten und das Gedächtnis fördern. Doch ohne ehrenamtlichen Einsatz sind solche Erinnerungsecken kaum möglich.

Ein alter Wagenheber liegt neben dem Reifensatz, ein Warndreieck vor einem Stapel Radkappen verschiedenster Automarken, daneben Fotos von Karossen aus dem vergangenen Jahrhundert. Die Eingangshalle des Göttinger Seniorenstiftes St. Paulus erinnert eher an eine Autoteilzubehör-Werkstatt aus vergangenen Tagen. Immer wieder bleiben Bewohner stehen und schauen. Und der ein oder andere erinnert sich beim Anblick der Radkappen an das Auto, das er selbst vor Jahren gefahren hat.

Genau das ist auch der Zweck der so genannten „Erinnerungsecken“ in St. Paulus. Ein alter Herd mit Kochgeschirr, ein aufwändig gedeckter Tisch, Einweckgläser im Herbst, Handtaschen aus der Jahrhundertwende, eine alte Weinstube, Parfum-Flakons – in regelmäßigen Abständen verändert sich das Erscheinungsbild in der Eingangshalle. „Die Bewohner im Haus sollen sich aktiv erinnern und ins Gespräch kommen“, sagt Laurenzia Eckermann.

Seit ein paar Jahren gestaltet die 48-Jährige ehrenamtlich die Erinnerungsecken in dem Göttinger Altenpflegeheim. Denn in den vergangenen Jahren hat die Zahl derer, die an einer dementiellen Erkrankung leiden, zugenommen. Ihr Erinnerungsvermögen so lange wie möglich zu erhalten, ist ein wesentliches Ziel in der Pflegeeinrichtung. Täglich bieten des- ↷

Ehrenamtlich

Warum Altenheim? Und warum recht weit weg vom Zuhause in Rhumspringe? „Die Verwandtschaft“, sagt **Laurenzia Eckermann** mit einem Lächeln. Um mehrere Ecken bestehen familiäre Bande mit dem Leiter von St. Paulus. Michael Reimann weiß auch um die beruflichen Qualitäten. Also hat er die Schauwerbegestalterin gefragt, ob sie nicht für Dekoration und damit für Atmosphäre in St. Paulus sorgen kann: „So fing das an.“ Erst mit Blumen für Kapelle, Speisesaal und Wohnbereiche, dann kam die Idee mit den Erinnerungsecken. Mittlerweile wissen alle Bekannten, wo sie vermeintlich ‚altes Zeug’ lassen können. „Fast alles ist zu gebrauchen“, meint Eckermann. Ihr größter Lohn: das Lächeln auf den Lippen der Bewohner.

→ St. Bernward Krankenhaus Hildesheim

Wir sind für alle da – mit Leib und Seele.

17 klinische Fachabteilungen, 4 klinische Institute sowie unsere ambulanten und stationären Zentren arbeiten Hand in Hand für Ihre Gesundheit.

TÜV-zertifiziertes Qualitätsmanagement-System

- Zertifiziertes Brustzentrum Hildesheim
- Zertifizierte Chest Pain Unit (CPU / Brustschmerz-Einheit)
- Zertifiziertes Darmkrebszentrum am BK
- Zertifiziertes Gastroenterologisches Zentrum
- Zertifiziertes Gefäßzentrum Hildesheim
- Zertifiziertes Perinatalzentrum (Level 1)
- Zertifizierte überregionale Stroke Unit (Schlaganfall-Einheit)
- Zertifiziertes Zentrum für Labordiagnostik
- Zertifizierte Zentrale Notaufnahme – ZNA
- Ambulante Chemotherapie
- Ambulantes OP-Zentrum – AOZ
- CT- / MR- / PET-CT-Zentrum Hildesheim
- Fachärztliches Zentrum – F.Ä.Z. am BK
- Gesundheitsinformationszentrum – GIZ
- Medizinisches Versorgungszentrum – MVZ am BK
- Onkologisches Zentrum
- Pädiatrisches Zentrum
- Regionales Traumazentrum Hildesheim
- Schulzentrum für staatlich anerkannte Ausbildungen

Treibestraße 9, 31134 Hildesheim, Telefon 05121 90-0, www.bernward-khs.de

St. Bernward Krankenhaus
Für Leib und Seele

Rechtliche Beratung rund um Vorsorge, Pflege und Gesundheit!

Wir sind bundesweit tätig. Wir beraten Sie gerne und helfen Ihnen, die richtigen Entscheidungen zu treffen und Ihre Rechte durchzusetzen.

Heimvertrag • Heimrecht • Pflegerecht • Leistungs- und Entgeltverträge • Patientenverfügung • Vorsorgevollmacht • Testament • Stiftungs- und Vereinsrecht • Arbeitsrecht

E-Mail: hannover@msbh.de, Schlueter@msbh.de, Bernzen@msbh.de
Telefon: 030-762390330 und 040-309651-0

MSBH Bernzen Sonntag Rechtsanwälte
Partnerschaftsgesellschaft

Der Anblick der liebevoll gestalteten Ecken weckt nicht nur bei den demenzerkrankten Bewohnern in St. Paulus die Erinnerungen an längst vergangene Zeiten.

»Und ich fragte mich, ob eine Erinnerung etwas ist, das man hat, oder etwas, das man verloren hat ...«

Woody Allen

halb Pflegekräfte eine Betreuungsgruppe für die Demenzkranken an: Gemeinsames Singen gehört ebenso dazu wie leichte Bewegungsspiele, um die Koordination zu fördern. Und ganz wichtig: lockere Gespräche, um Erinnerungen wachzurufen.

Auch die Erinnerungsecken können ein Anstoß sein, möglicherweise schon verschüttet Geglaubtes zumindest kurzzeitig wieder an die Oberfläche zu holen. Denn die Arbeit mit Demenzkranken hat gezeigt, dass diese sich an Dinge in der frühen Vergangenheit, an Kindheit und Jugend, besser erinnern als an das, was noch vor wenigen Wochen geschehen ist. Dass genau das auch wirklich gelingt, darauf ist Eckermann besonders stolz: So hatte sie vor einiger Zeit eine Erinnerungsecke zum Thema „Wäschewaschen“ gestaltet. „Beim Anblick der alten Waschzuber hat mir eine alte Dame dann erzählt, wie hart und anstrengend diese Arbeit damals für sie gewesen ist.“

Diese Art der Reaktion ist für die Schau- und Werbegestalterin, die sich auch um den Blumenschmuck in der Kapelle kümmert, der größte Lohn. Anfangs hat sie etwa drei bis vier Mal im Jahr eine neue Ecke gestaltet, mittlerweile wechselt das Erscheinungsbild im Eingangsbereich monatlich. Ihre Ideen holt sich die zweifache Mutter vor allem aus Gesprächen mit der Geschäftsführung und dem Pflegepersonal, aber auch durch den direkten Kontakt mit den Bewohnern. Und wann immer es möglich ist, sind diese auch eingeladen, mitzugestalten. „Zum Thema Sommer haben sie sogar selbst die Figuren aus Pappmaché gestaltet.“ Mit Strandkorb, Boot und Steg wurden damit Erinnerungen an Ferienreisen geweckt.

Vier bis sechs Stunden dauert es durchaus, bis eine Erinnerungsecke so aussieht, wie sie sich das vorstellt. Eine Menge Arbeit – ohne den ehrenamtlichen Einsatz der 48-Jährigen würde es diese Form der Erinnerung nicht geben.

Information

St. Paulus
caritas senioren wohnen & pflege
Maria-Montessori-Weg 4
37073 Göttingen
Telefon 0551 54732-0
info@caritas-altenheim.de
www.caritas-altenheim.de

Einen besonders schönen Ausblick bieten die Zimmer des Magdalenenhofes, die zur Innerste hin gelegen sind.

Zimmer mit Aussicht

Es ist eine alte Klosteranlage, doch im Inneren ist der Magdalenenhof hochmodern. Nach Umbauten stehen jetzt Zimmer mit einem schönen Blick auf die Innerste zur Verfügung.

Nicht nur zur Rosenblüte beliebt: Zu allen Jahreszeiten unternehmen die Bewohner Spaziergänge durch den Magdalenengarten.

„Ich bin ganz begeistert“, sagt Gerhard Marx. Der 83-Jährige ist der erste Bewohner des Magdalenenhofes, der ein Zimmer im umgebauten Verenenflügel hat: „Ich wollte unbedingt hierher.“ Das Zimmer, die Lage und die rollstuhlgerechte Nasszelle – all das sind gute Gründe für die Bewohner, sich für ein Zimmer im neugestalteten Flügel zu entscheiden. Wo früher Büros untergebracht waren, stehen nun 16 moderne Einzelzimmer mit Dusche und Toilette zur Verfügung. Die Zimmer sind zwar etwas teurer für die Bewohner, dennoch ist die Nachfrage bei Leiter Michael Sackmann groß. Nach dem Umbau dient die Klosteranlage in zentraler Lage in Hildesheim jetzt erstmals seit 200 Jahren wieder einem einzigen Zweck: Der Betreuung von alten und pflegebedürftigen Menschen. Die Senioren können sich jetzt nicht nur im benachbarten Magdalenengarten entspannen, sondern auch von ihren Zimmern die Aussicht genießen.

Information

Magdalenenhof · caritas senioren wohnen & pflege
Mühlenstraße 24 · 31134 Hildesheim
Telefon 05121 20409-0 · info@caritas-magdalenenhof.de
www.caritas-magdalenenhof.de

Ein Pfleger auf vier Pfoten

Einen ungewöhnlichen Mitarbeiter hat das Caritas-Seniorenheim Teresienhof in Hildesheim. Labrador Andy bringt Leben in das Haus und ruft positive Reaktionen bei den Bewohnern hervor.

Ein leichtes Lächeln hier, der Versuch des Streichelns dort – Labrador Andy versteht es, die Bewohner durch das Anstubsen einer Hand oder das Umstreichen der Beine anzuregen. Jeden Tag ist er im Wohnbereich des Teresienhofes anzutreffen. Die Bewohner werden von ihm im Aufenthaltsraum freudig begrüßt, wenn er nicht gerade durch die Flure streift. Und wenn die Zimmertüren offen stehen, besucht er die Senioren auch dort. Es ist sein Revier. Von klein auf ist der mittlerweile vier Jahre alte Hund tagsüber im Heim – er kommt und geht zusammen mit Wohnbereichsleiterin Christiane Gudde. Er hat nicht nur ein eigenes Gesundheitszeugnis, sondern auch eine Ausbildung als Therapiehund absolviert. Und seine Wirkung ist enorm: „Er öffnet gerade bei demenzerkrankten Menschen neue Wege“, so Heimleiter Michael Sackmann. Und weckt Erinnerungen: Viele Bewohner hatten früher selbst Haustiere, können sich aufgrund ihrer Pflegebedürftigkeit aber nicht mehr um ein Tier kümmern. Durch Andy kehrt ein Stück Lebensfreude zurück. Beschwerden gibt es nicht. Wer den Hund nicht streicheln will, der kann ihn einfach ignorieren – Andy findet immer genügend Aufmerksamkeit. Am Ende eines Tages ist Andy genauso geschafft wie seine zweibeinigen Kollegen – und er geht müde, aber zufrieden nach Hause.

Zum Liebling der Bewohner im Teresienhof ist Labrador Andy geworden, der sie immer freudig begrüßt und zum Spielen und Streicheln auffordert.

Information

Teresienhof
caritas senioren wohnen & pflege
Steuerwalder Str. 18
31137 Hildesheim
Telefon 05121 20660-3
info@caritas-teresienhof.de
www.caritas-teresienhof.de

Abwechslung auf drei Rädern

Ein spezielles Tandem-Fahrrad bringt Senioren zum Radeln, die in ihrer Bewegungsfähigkeit eingeschränkt sind.

Das Radfahren neu erleben – in der Seniorenwohnanlage St. Hedwig in Braunschweig ist das möglich. Seit Kurzem können die Bewohner mit einem speziellen Tandem-Fahrrad losradeln. Ein Begleiter übernimmt das Lenken und Schalten und behält im Straßenverkehr die Übersicht. Der Zweisitzer ist ein echter Gewinn, sagt Heimleiter Karl Wetter: "Viele, die ins Altenheim kommen, sind in ihrer Mobilität stark eingeschränkt und zum Teil auf einen Rollator oder Rollstuhl angewiesen. Sie können mit dem Tandem-Fahrrad ein Stück ihrer Mobilität zurückgewinnen." Das Tandem verfügt über zwei Sitze und Anschnallgurte. Durch einen Elektromotor werden auch längere Fahrten ohne große Anstrengung möglich.

Das Tandem-Fahrrad bietet einem Senior oder einer Seniorin und einer Begleitperson Platz. Es verfügt über einen Elektromotor, der bei Bedarf zugeschaltet werden kann.

Information

St. Hedwig · caritas senioren wohnen & pflege
Böcklerstraße 232 · 38001 Braunschweig
Telefon 0531 273290 · info@sthedwig-braunschweig.de
www.sthedwig-braunschweig.de

Mitten im Leben

„Miteinander verwoben“ ist das Senioren-Pflegeheim Maria im Tann mit den benachbarten Einrichtungen. Bei einem ersten Fest der Generationen wurde dieses bunte Leben sichtbar.

Simon hält die Spitzenzeit: Keiner ist schneller als der Vierjährige mit einem Bobby-Car die gut 15 Meter lange „Berg-Strecke“ beim Kindergarten Arche Noah heruntergedüst. Da helfen auch die 20 Jahre Führerscheinerfahrung und das deutlich höhere Kampfgewicht seines Vaters nicht. Er unterliegt. Die Oma verzichtet auf die Abfahrt: „Nein, das ist nichts für mich.“ Sie schnappt sich Simon und geht mit ihm zum Schminken: „Vielleicht wirst du ja Pirat.“ Abschiedsruf des Vaters an seine Mutter: „Und vergiss nicht, noch deinen Blutzucker zu messen.“ Der Test fällt gut aus, die Bewohnerin des Seniorenheimes braucht keine weiteren Tipps zur Ernährung. Daher kann sie das Fest der Generationen gemeinsam mit der Familie weiter unbeschwert genießen. Genau dazu dient dieser Tag, er soll Enkel, Eltern, Oma und Opa verbinden. „Der Leitgedanke des Festes ist auch Ausdruck unserer täglichen Arbeit“, sagt Thomas Richter, Leiter des Senioren-Pflegeheims Maria im Tann. Es zeige, „dass unsere Senioren hier mitten im Leben sind.“

Information

Maria im Tann · **caritas** senioren wohnen & pflege
Sandgrubenweg 37 · 38229 Salzgitter
Telefon 05341 8798-0 · info@maria-im-tann.de
www.maria-im-tann.de

Langweilig wird es in der Rotunde des Seniorenheims Johannes Paul II nicht. Neue Ausstellungen können sich nicht nur die Bewohner ansehen.

Bildwechsel

Nur weil jemand alt ist, muss er nicht auf Kunst und Kultur verzichten – darum holt das Caritas Seniorenheim Johannes Paul II. in Wolfsburg-Detmerode regelmäßig Künstler und ihre Werke ins Haus.

Großformatige Bilder schmücken die Wände der Rotunde des Seniorenheimes. Boote auf dem niederländischen Ijsselmeer sind dabei ebenso zu sehen wie Menschen aus Asien oder Tiere aus Afrika. Ortsansässige Künstler können hier ihre Werke präsentieren. Solche Ausstellungen sind für Heimleiterin Angelika Kleideiter ein wichtiger Bestandteil des Angebotes für die Senioren: „Wir wollen ihnen Gelegenheit geben, sich mit Kunst zu beschäftigen.“ Egal ob mit oder ohne Rollator unterwegs – die Bewohner können sich die Werke in dem ansprechenden Ambiente des Rundbaus ohne großen Aufwand anschauen. Und so immer neue Anreize und Eindrücke bekommen.

Information

Johannes Paul II. · **caritas** senioren wohnen & pflege
Marignanestraße 12 · 38444 Wolfsburg
Telefon 05361 899770 · caritas-verwaltung@wolfsburg.de
www.caritas-pflegedienste-wolfsburg.de

Essen a la Nonna

Essen hält Leib und Seele zusammen. Doch die notwendige Aufnahme von Nahrung kann und soll auch Spaß machen und ein Genuss sein. Darum gibt es in den Einrichtungen der Stiftung Katholischer Altenhilfe immer abwechslungsreiches Essen. Mit speziellen Angeboten wird dies noch einmal besonders betont. Im Rahmen der italienischen Woche können die Bewohner beispielsweise auch beim Pizza-Backen mitwirken.

Die Senioren backen die Pizza für das Buffet selbst.

Gemüsepizza

1/2 Würfel Hefe
100 ml Milch
250 g Mehl
6 EL Olivenöl
200 g Brokkoli
3 Tomaten
1 Paprikaschote, rot
150 g Champignons
125 g Mais, (Dose)
250 ml Tomaten, passiert
Salz und Pfeffer
1 TL Oregano, getrocknet
100 g Käse (Gouda), gerieben
Salz, Wasser, Prise Zucker

Information

Heilig Geist · **caritas** senioren wohnen & pflege
Burgstraße 12 · 31157 Sarstedt
Telefon 05066 9920 · info@altenzentrum-sarstedt.de
www.altenzentrum-sarstedt.de

Und so wirds gemacht!

Die Hefe und den Zucker in der lauwarmen Milch auflösen. Mehl, Salz und 4 EL Olivenöl dazugeben. Alles verkneten und zugedeckt an einem warmen Ort ca. 30 Minuten gehen lassen. Brokkoli, Tomaten, Paprika abbrausen, putzen. Brokkoli in Röschen teilen, in Salzwasser 4 Minuten garen, abschrecken, abtropfen lassen. Tomaten in Scheiben, Paprika in Streifen teilen. Pilze abreiben, putzen, vierteln. Den Ofen auf 180°C (Umluft 160°C) vorheizen. Teig zu 2 Kreisen (Durchmesser 30 cm) ausrollen und auf 2 gefettete Backbleche legen. Böden mit passierten Tomaten bestreichen, Gemüse auflegen. Mit Salz, Pfeffer und Oregano würzen. Käse aufstreuen. Ca. 15 Minuten gehen lassen. Pizzen mit übrigem Olivenöl beträufeln und ca. 30 Minuten backen. Mit Oregano bestreuen.

Fachwerk, Glühwein & Maronen

Hildesheimer Weihnachtsmarkt

Es duftet nach Schmalzkuchen und Glühwein, nach Zimt und Tannengrün. Die Kerzen leuchten und Weihnachtsmelodien dringen ins Ohr. Das einmalige Ambiente des Weihnachtsmarktes auf dem Marktplatz in Hildesheim versetzt die Besucher in eine ganz besondere weihnachtliche Stimmung. Auch die Senioren des Teresienhofes in Hildesheim freuen sich schon auf den Besuch des Marktes inmitten wunderschöner Fachwerkhäuser. Sie werden in geselliger Atmosphäre nach Geschenken stöbern oder Leckereien wie Maronen oder Lebkuchen probieren. Geöffnet ist der Markt vom 23. November bis zum 27. Dezember.

Der Weihnachtsmarkt lockt jährlich viele Besucher in die Hildesheimer Innenstadt.

Menschen

Der letzte Zivi

Mit **Marco Beckert** endet eine Ära – nicht nur im Altenzentrum Heilig Geist in Sarstedt. Als Zivildienstleistender hat er sich um die Bewohner gekümmert, bei der Essensausgabe und beim Essen geholfen, unzählige Rollstühle geschoben und die Senioren beim Spaziergang begleitet. Die Zeit und die Eindrücke aus seiner Dienstzeit möchte er nicht missen. Dass der Zivildienst an sich nun Geschichte ist, bedauert Beckert: „Die Erfahrungen sind wichtig“. Gefragt sind jetzt Freiwillige, die ihren Dienst in sozialen Bereichen leisten und Menschen helfen wollen.

Betörender Duft

Haben sie sich schon einmal mit Rosenöl die Hände gewaschen? Das „Rosenwunder“ macht es möglich. Die 80 Gramm schwere Seife enthält Wildrosenöl, Rosenholz und Kakaobutter. Sie wird handgemacht und besteht aus pflanzlichen und rein ätherischen Ölen. Die Seife mit dem betörenden Duft eignet sich in der edlen Verpackung auch als Geschenk.
Die Seife kostet 6,90 Euro zzgl. Versandkosten und ist im Internet erhältlich: www.domsanierung-shop.de

Fast zu schade zum Händewaschen: Die Seifen des Hildesheimer Doms kommen mit exklusiven Inhaltsstoffen daher.

Einkaufsbummel ohne Oma

Service Carena

Die Pflege von Angehörigen ist anstrengend und zeitintensiv. Zeit für Besorgungen, Einkäufe oder einen gemütlichen Bummel bleibt meist nicht. Abhilfe bietet hier „Carena“. Die Verantwortung für pflegebedürftige Familienmitglieder kann dabei für einige Stunden abgegeben werden. Diese Gelegenheit gibt es beispielsweise einmal in der Woche donnerstags im Altenzentrum Heilig Geist in Sarstedt. Die älteren Menschen werden durch die Caritas dabei fachkundig betreut – und verleben abwechslungsreiche Stunden.

Menschen würdig pflegen

caritas

caritas
senioren wohnen & pflege

Unsere Leistungen im Überblick

- Stationäre Pflege
- Kurzzeit-/Verhinderungpflege
- Vollverpflegung aus der hauseigenen Küche
- Offener Mittagstisch
- Seniorengerechte Angebote der Freizeitgestaltung
- Fußpflege- und Friseurdienste in regelmäßigen Abständen
- Vermittlung von Krankengymnastik, Ergotherapie im Haus
- Seelsorge
- Beratung und Hilfestellung in allen persönlichen Angelegenheiten
- Betreuungsangebote für Menschen mit Demenz
- Palliativpflege
- Entlastungsangebote für pflegende Angehörige (CARENA)
- Angebot Probewohnen
- Gästezimmer für Angehörige
- Gestaltung von kleinen Familienfeiern

Mehr als Wohnen und Pflege
Die individuelle Seelsorge hat bei uns einen hohen Stellenwert. Wir bieten Gottesdienste, Andachten, Gedenkfeiern, Glaubensgespräche und geistliche Begleitung, wann immer sie gewünscht wird.

BRAUNSCHWEIG

St. Hedwig
Böcklerstraße 232 Telefon 0531 273290
info@sthedwig-braunschweig.de
www.sthedwig-braunschweig.de

GÖTTINGEN

St. Paulus
Maria-Montessori-Weg 4 Telefon 0551 547320
info@caritas-altenheim.de
www.caritas-altenheim.de

HILDESHEIM

Magdalenenhof
Mühlenstraße 24 Telefon 05121 204090
info@caritas-magdalenenhof.de
www.caritas-magdalenenhof.de

Teresienhof
Steuerwalder Str. 18 Telefon 05121 206603
info@caritas-teresienhof.de
www.caritas-teresienhof.de

SALZGITTER

Maria im Tann
Sandgrubenweg 37 Telefon 05341 87980
info@maria-im-tann.de
www.maria-im-tann-de

SARSTEDT

Heilig Geist
Burgstraße 12 Telefon 05066 9920
info@altenzentrum-sarstedt.de
www.altenzentrum-sarstedt.de

WOLFSBURG

Johannes Paul II
Marignanestraße 12 Telefon 05361 899770
caritas-verwaltung@wolfsburg.de
www.caritas-pflegedienste-wolfsburg.de

St. Elisabeth
Antonius-Holling-Weg 4 Telefon 05361 2060
info@st-elisabethheim.de
www.caritas-pflegedienste-wolfsburg.de

Sozialstation
John-F.-Kennedy-Allee 9 Telefon 05361 771277
caritas-sozialstation@wolfsburg.de
www.caritas-pflegedienste-wolfsburg.de

Bistum Hildesheim
caritas
Stiftung Altenhilfe
caritas senioren wohnen & pflege

www.stiftung-altenhilfe-hildesheim.de

BWV: Lebensräume!

Nutzen Sie die Vorteile der größten Wohnungsgenossenschaft in Hildesheim!

Freuen Sie sich auf Ihr neues Zuhause –
und genießen Sie dabei die Leistungsvorteile, die wir Ihnen als Wohnungsgenossenschaft bieten können:

- lebenslanges Wohnrecht und günstige Mieten
- Sparen zu besten Konditionen
- hohe Instandhaltungs- und Modernisierungsstandards für alle unsere Wohnungen
- umfangreiche wohnbegleitende Dienstleistungen, wie z. B. unser Service-Wohnen (vom Einkauf bis zur individuellen Betreuung)

Immobilienbesitzern bieten wir eine kompetente Eigentums- und Immobilienverwaltung, Maklertätigkeit, Architektur- und Bauplanung sowie Bauleitung und Baubetreuung.

Informieren Sie sich unverbindlich über die Vorzüge unserer Angebote. Wir beraten Sie gern.

BWV
Beamten-Wohnungs-
Verein zu Hildesheim eG

100
1909–2009

BWV · Theaterstraße 7/8 · 31141 Hildesheim · Telefon 05121 17099-70 · eMail: info@bwv-hi.de · www.bwv-hi.de