

zuhause

magazin **caritas** senioren wohnen & pflege

Schunkeln Konzert mit dem Capt'n

Staunen Edelstein-Ausstellung

Schreiben Bewohner gestalten Hauszeitung

Das »Mehr« an Pflege

Ein Gewinn für Bewohner
und Mitarbeiter





11

4

12

- Thema „Gute Sorge für die Seele“ 4
- Kulturelles Hörbuch- und DVD-Empfehlungen 7
- Thema „Wir pflegen auch unsere Mitarbeiter gut“ 8
- Kulinarisches Köstlichkeiten zum Schlemmen 11
- Aktuelles Schunkeln, tanzen, bilden und mehr ... 12



Liebe Leserin, lieber Leser,

alte Menschen stellen sich sehr unverkrampft den „letzten“ Fragen nach Sinn, Leid, Tod. Dann suchen sie nicht selten das mutmachende Gespräch, einen verständnisvollen Zuhörer. Unsere Häuser haben hierfür eigene Seelsorgebeauftragte. Sie stehen für Einzelgespräche zur Verfügung, bieten ein vielfältiges seelsorgliches Angebot, das in einer vertrauten und vertrauensvollen Atmosphäre erfahrbar macht: Gott hat mich nicht vergessen.

Der respektvolle und einfühlsame Umgang miteinander in unseren Häusern ist nur möglich mit zufriedenen, engagierten Mitarbeitern. Unser Projekt „Gesundheit, Glück und Glaube“ gönnt den Pflegerinnen und Pflegern eine kleine Auszeit und übt den bewussten Umgang mit der Arbeitsbelastung. Die hohe Zahl an langjährigen treuen Mitarbeitern zeugt vom Erfolg unseres Projektes und schafft jene vertraute und freundliche Umgebung, die alte Menschen brauchen.

Einfühlsame Seelsorge und verantwortliche Mitarbeiterbetreuung sind wichtige Pfeiler, auf denen das Leben in unseren Einrichtungen ruht und das Gefühl der Geborgenheit schafft: Hier bin ich Zuhause.

Was wir damit meinen? Lesen Sie doch einfach weiter!

Ihr

N. Ellert

Norbert Ellert,
Geschäftsführer Stiftung Kath.
Altenhilfe im Bistum Hildesheim



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 & Gestaltung:
Bernward Medien GmbH, Hildesheim
Fotos: Bernward Medien GmbH, Fotolia,
photos.com, Heribert Schlensok
Anzeigen: Mirco Weiß, Telefon 05121 307-858
Druck: Druckhaus Köhler GmbH, Harsum





Die Bewohner der Caritas-Seniorenheime finden bei den Mitarbeiterinnen immer auch Gehör, wenn es um ihre Sorgen und Nöte geht.

Gute Sorge für die Seele

Wer in einem Seniorenzentrum lebt, macht sich nicht gleich tagtäglich Gedanken über Leben und Sterben. Doch wenn die Bewohner darüber nachdenken und sich Sorgen machen, finden sie in den Heimen der Caritas immer ein offenes Ohr. Denn hier wird auch der Sorge für die Seele große Beachtung geschenkt.

Die Kapelle des Altenzentrums Heilig Geist ist nur spärlich erleuchtet. In der Mitte liegen Blumen, Äste und Zweige auf dem Boden – zusammengefügt in Form eines Kreuzes. Bewohner, Mitarbeiter und Angehörige haben sich hier versammelt, um noch einmal derer zu gedenken, die in den vergangenen Monaten verstorben sind. „Eine Stimme, die jedem von Ihnen vertraut war, schweigt“, sagt Maria Pagel. Die Seelsorgebeauftragte des Hauses lädt dann zu einem Moment der Stille ein: „Wir wollen innehalten und uns an viele kostbare Augenblicke im Leben erinnern.“

Im Laufe der Andacht werden schließlich die Namen der verstorbenen Bewohner des Altenzentrums vorgelesen. Die Mitarbeiter entzünden für jeden eine Kerze. Nicht nur Angehörigen, sondern auch den Bewohnern stehen Tränen in den Augen. „Wenn Ihr an mich denkt, seid nicht traurig, sondern habt den Mut von mir zu erzählen und auch zu lachen. Lasst mir einen Platz zwischen euch, so wie ich ihn im Leben hatte“, spricht Pagel ihnen im Gebet wieder Mut zu.

Der jährliche Gedenkgottesdienst ist für die Seelsorgebeauftragte darum auch weit mehr als bloße Erinnerung. Er bietet Raum für Trauer, soll aber auch ein Ort der Hoffnung sein. Und er ist ein Ausdruck für die Hausgemeinschaft, die im Seniorenzentrum tagtäglich miteinander lebt – und in der keiner vergessen wird. Sichtbares Zeichen ist dafür das Gedenkbuch in der Kapelle. Seit nunmehr 25

»Wir wollen innehalten und uns an viele kostbare Augenblicke im Leben erinnern.«

Jahren sind darin alle Verstorbenen des Hauses verzeichnet – mit Namen, Foto, einem Abschiedstext oder einer Traueranzeige. Für die Bewohner ist dies ein wichtiges Element, weiß die Seelsorgebeauftragte: „Sie wissen sich hier gut aufgehoben.“

Gleiches gilt für den Fall der Fälle. Wenn ein Bewohner stirbt, findet im Zimmer eine individuelle Aussegnung im Beisein von Angehörigen und Mitarbeitern statt. Auch die Mitbewohner können hier Abschied nehmen. Wie diese Feier aussehen kann oder soll, darauf können die Senioren schon zu Lebzeiten Einfluss nehmen. In einem eigenen Seelsorgebogen werden diesbezügliche Wünsche und Anregungen der Bewohner festgehalten – und werden dann selbstverständlich umgesetzt, erklärt Pagel: „Wir haben hier im Altenzentrum auf Wunsch eines

Bewohners auch schon mal das Requiem, die Totenmesse, für ihn gefeiert.“ Darum wird im Altenzentrum Heilig Geist auf den Seelsorgebogen ebenso Wert gelegt wie auf die pflegerische Dokumentation. Gerade für die Aussegnung ist der Bogen eine wertvolle Hilfe. Und für die Mitbewohner ist diese letzte Verabschiedung wichtig: „Sie erleben, wie später auch mit ihnen umgegangen wird. Dadurch lösen sich viele Ängste auf“, sagt die erfahrene Seelsorgerin. Seit über fünf Jahren ist sie neben ihrer Arbeit in einem Wohnbereich in dieser Funktion im Sarstedter Seniorenzentrum Heilig Geist tätig.

Gespräche im Alltag über die Themen Tod und Sterben sind eher selten. Meist sind es Erkrankungen, die Bewohner zum Grübeln bringen. Krebs beispielsweise. Dann ist es wichtig, einfühlsam auf die Senioren zuzugehen und genau hinzuhören. „Unsere Mitarbeiter gehen sehr achtsam damit um“, betont Pagel. Das Thema ergibt sich oftmals eher beiläufig, wird selten offen von Bewohnern angesprochen. Erste Ansprechpartner sind daher natürlich die Pflegekräfte, die jeden Tag



Für jeden verstorbenen Bewohner brennt beim Erinnerungsgottesdienst eine Kerze.



In würdevollem Rahmen feiern Angehörige, Bewohner und Mitarbeiter im Altenzentrum HI. Geist einmal im Jahr einen Gottesdienst zur Erinnerung an Verstorbene.

mit den Senioren im Kontakt sind. „Wenn die Mitarbeiterinnen das Gefühl haben, dass Bedarf nach einem längeren und ausführlichen Gespräch besteht, geben sie mir entsprechende Hinweise“, erklärt die Beauftragte für Seelsorge. Sie schaut dann bei den Bewohnern vorbei, bietet ihre Hilfe und Unterstützung an und sucht gegebenenfalls auch das Gespräch mit den Angehörigen.

Der Sorge für die Seele kommt im Altenzentrum Heilig Geist insgesamt große Bedeutung zu, unabhängig von Tod und Sterben. Denn nicht nur der Körper der Bewohner muss gepflegt werden, weiß Pagel. Regelmäßig feiert sie darum mit den Hausgemeinschaften Wortgottesdienste. Sowohl katholische als auch evangelische Gottesdienste gibt es in jeder Woche, ebenso zu besonderen Feiertagen. Auch wer sein Bett nicht mehr verlassen

kann, muss nicht auf einen Gottesdienst verzichten, die Seelsorgebeauftragte feiert auch Andachten am Bett. Gespräche mit Bewohnern und Angehörigen gehören zu ihrem Alltag dazu – in allen Phasen: „Die seelsorgliche Begleitung erfolgt vom Einzug bis zum Ende“, sagt Pagel.

Ein unverzichtbares Element ihrer Arbeit ist der Segen. Wenn es gewünscht wird, spendet sie zum Abschluss eines Gottesdienstes oder in Gesprächen den Bewohnern einen persönlichen Segen, begleitend zeichnet sie ein Kreuz auf die Stirn. Die Bewohner sind dafür sehr dankbar – und auch Demenzzranke nehmen diese Zeichen sehr genau wahr. Zuvor eher teilnahmslos und in sich versunken hat eine ältere Dame den Gottesdienst verfolgt, doch nach dem Segen bricht es aus ihr heraus: „Der liebe Gott hat mich nicht vergessen.“ Gut gesorgt für die Seele. ☺

Information

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

Hören & Sehen

Ein gutes Hörbuch oder ein lohnenswerter Film sind fast so unterhaltsam wie richtiger Besuch. Deshalb gibt die Stiftung Altenhilfe im Bistum Hildesheim jedes Quartal eine Hörbuch- und DVD-Empfehlung speziell für ältere Menschen. Folge 4.

Samtpfoten für die Ohren

Das ist schon ungewöhnlich: Man legt zwei Stücke eines Hörbuchs in den CD-Player, lauscht – und der Funke springt sofort über. Dabei dauert die Lesung von „Warum die Weiden Kätzchen haben“ gerade mal eine halbe Minute, das Gedicht „Katzen und Wetter“ eine Minute. Kommt drauf an, wer liest! Mit unzähligen Fernsehauftritten und TV-Serien wie „Der Landarzt“, „Dr. Stefan Frank“ oder „Doctor's Diary“ hat sich Ursela Monn immer wieder neu in die Herzen der Zuschauer gespielt. 1979 erhielt sie den Bambi, für ihr soziales Engagement – sie ist Botschafterin der „Stiftung Pflege“ und setzt sich für Hospize ein – wurde der vielseitigen Schauspielerin der Verdienstorden des Landes Berlin und das Bundesverdienstkreuz verliehen. Nun liest Ursela Monn Katzensgeschichten. „Es ist für alte Menschen schön, wenn sie nicht nur zum Sport, zum Bewegungs- und Gedächtnistraining eingeladen werden, sondern auch zu etwas, das sie intellektuell fordert“, erklärt Eva-Maria Güthoff den Reiz des Mediums Hörbuch in der Altenhilfe. Dank Ursela Monn bleibt das auch so. Denn wer wollte nicht wissen, warum die Weiden Kätzchen haben? Mensch und Katze sind seit 9.500 Jahren gute Freunde. Kein Wunder, dass „das Tintenfass nie leer wird, wenn es darum geht, über Katzen zu schreiben“, zitiert der Verlag den Schriftsteller Jean-Louis Hue.

Das neue Katzenhörbuch. Gelesen von Ursela Monn. steinbach sprechende bücher, ISBN 978-3-86974-112-3



Verliebt mit 78

Sieben Menschen zwischen 60 und 78 verschlägt es nach Indien. Die eine ist verwitwet; die andere hat das Gefühl, ihren Kindern nur noch zur Last zu fallen, und der nächste hat es satt, als tattriger Greis betrachtet zu werden. Sie alle verschlägt es in eine Bruchbude mit Namen „The Best Exotic Marigold Hotel“. Wir lernen: Bunte Prospekte halten nicht immer, was sie versprechen. Doch der junge und vor Ideen strotzende Hotelbesitzer Sonny setzt alles daran, es seinen neuen Kunden so angenehm wie möglich zu machen. Und die gewöhnen sich langsam aber sicher an das fremde großartige Land Indien mit all seiner Andersartigkeit. Es ist nie zu spät, noch etwas aus seinem Leben zu machen – das gilt hier auch für das private Glück. Der Film ist nur auf den ersten Blick eine Komödie, in der sich die Lacher durch das Aufeinanderprallen der Kulturen ergeben. Denn jeder der sieben Senioren hat seine Geschichte, und alle verlaufen anders als gedacht. Ein schöner Anlass, Fernseher und DVD-Player auszusuchen und mal zu fragen: Mutter, Vater, ... – wie geht deine Geschichte? Möchtest du dein Leben noch einmal auf den Kopf stellen und etwas Neues versuchen? Wir lernen: Das geht auch mit 88. Dieser Film gibt das klare und laute Statement „Ja“!

CARMEN PORSCHE, HERIBERT SCHLENSOK

Die vollständige Besprechung finden Sie unter www.cap82.wordpress.com
 DVD und Blue-ray, ca. 15,00 Euro



Wir pflegen auch unsere Mitarbeiter gut

Pflege ohne Druck? Für viele Mitarbeitende in der Altenpflege inzwischen kaum noch vorstellbar. Dokumentationspflicht, fest vorgeschriebene Arbeitsabläufe und Personalmangel erschweren ihnen die Arbeit. Erschöpfung droht. Das Projekt „Gesundheit, Glück und Glaube. Ressourcen von Mitarbeitenden in der Altenpflege“ der Stiftung Katholische Altenhilfe unterstützt die Mitarbeiter im Umgang mit der Arbeitsbelastung – mit Erfolg!

Iris Kramer blickt kurz zur Uhr, während sie die Tabletten sortiert. Es ist sechs Uhr morgens. Sieben Stunden Arbeit liegen noch vor ihr. Und sie weiß schon jetzt, dass sie ihre Aufgaben nicht schaffen wird. Der Grund: Eine Kollegin ist krank geworden und nun muss sie die Arbeit mit ihrer zweiten Kollegin schaffen: Die Bewohner wecken, waschen, anziehen, frisieren, auf dem Wohnbereich das Frühstück servieren und Tabletten verteilen. Und vor allem muss Iris Kramer viel dokumentieren! Eine Verschnaufpause bleibt ihr kaum.

Das kennt auch Waltraud Kayser (54). Sie arbeitet seit 1978 in der Altenpflege und derzeit im Dementenbereich des Seniorenzentrums Heilig Geist in Sarstedt. „Die Bürokratie, die uns der Gesetzgeber vorschreibt, wird immer mehr. Ich möchte pflegen und bei den Menschen sein. Ich bin keine Sekretärin“, sagt sie. Auch die psychische Belastung, die der Druck im Arbeitsalltag mit sich bringt, kennt Kayser: „Ich nehme viele Probleme mit nach Hause; überlege, ob ich an alles gedacht und erledigt habe.“ Schlafstörungen plagen sie hin und wieder.

»Wir wissen die gute Arbeit unserer Pflegerinnen zu schätzen.«

Die Erschöpfung – neuerdings Burnout genannt – auch von Pflegern ist in den vergangenen Jahren laut unterschiedlicher Studien gestiegen. Grund genug für die Stiftung Katholische Altenhilfe als Arbeitgeber seinen Pflegekräften Hilfe anzubieten. Daher bietet sie seit 2010 das Projekt „Gesundheit, Glück und Glaube. Ressourcen von Mitarbeitenden in der Altenpflege“ in ihren sechs Heimen an. „Ausschlaggebend war tatsächlich ein hoher Krankenstand, der einen Dominoeffekt nach sich zog“, sagt Projektleiterin Heidrun Mederacke. „Unsere Pfleger leisten gute Arbeit. Das wollen wir durch das Programm wertschätzen. Wir sehen ja auch, dass sich die Arbeitsbedingungen verändert haben.“

Hilfe zur Selbsthilfe ist der Weg. Zusammen mit dem Institut für Public

Menschen



Heidrun Mederacke ist Diplom-Pädagogin. Sie hat zuvor an der Universität in Hildesheim gearbeitet und sich dort um familiengerechte Arbeitsbedingungen für die Mitarbeiter gekümmert. Bei der Stiftung Katholische Altenhilfe ist sie nun zuständig für das Programm zur Gesundheitsförderung. Dieses steht unter dem Motto: „Gesundheit, Glück und Glaube. Ressourcen von Mitarbeitenden in der Altenpflege“. Die Zielsetzung des Projektes hat sie an der neuen Aufgabe gereizt: „Ich finde es wichtig, dass die Mitarbeiter Handwerkszeug bekommen, damit es ihnen trotz der Anforderungen in ihren Job gut gehen kann.“



„Bewegung aus Lust am Leben“ – Trainerin Antje Gouby zeigt den Pflegekräften des Teresienhofs in Hildesheim, welche Sportübungen den Rücken stärken und Verspannungen lösen.



Health und Pflegeforschung (iPP) der Uni Bremen hat Mederacke Fragebögen in den Heimen verteilt und so von den Pflegekräften die Bedürfnisse erfahren. Anhand dessen hat die Diplom-Pädagogin Seminare oder Sportprogramme organisiert, die, wenn möglich, von Trainern der Umgebung in den jeweiligen Heimen stattfinden. Dazu zählen Schulungen über Stress ebenso wie Seminare über Zeitmanagement und Entspannungsangebote.

Rund 500 Mitarbeitende profitieren von dem Projekt, das im Rahmen des Programms „rückenwind – Für die Beschäftigten in der Sozialwirtschaft“ mit Mitteln des Europäischen Sozialfonds gefördert wird. Den Erfolg wird die Uni Bremen in den nächsten Monaten ermitteln und auswerten.

Für Altenpflegerin Waltraud Kayser steht schon jetzt fest, dass sich die Kurse gelohnt haben, besonders das viertägige Seminar im Harz, wo sie verschiedene Entspannungstechniken und Sportarten ausprobieren konnte. „Und ich habe gelernt, wieder mehr auf mich und meine Bedürfnisse zu hören“, sagt Kayser. Die

Umsetzung einiger Techniken fällt ihr sogar leicht: „Jetzt mache ich jeden Morgen vor der Arbeit Tai Chi Übungen. Ich merke, dass mir das unglaublich gut tut und entspannt. Das hatte ich vorher nicht geglaubt“, sagt sie. Kayser hofft, dass nach dem offiziellen Ende des Projekts 2013 die Stiftung den Pflegekräften weiterhin verschiedene Kurse anbieten wird. „Damit alle Kollegen einmal dran kommen und profitieren können. Denn die Kursplätze sind begrenzt“.

Für Christine Blaschke, stellvertretende Wohnbereichsleiterin im Seniorenstift St. Paulus in Göttingen, hat das Projekt noch einen weiteren wichtigen Wert: „Ich merke, dass etwas für uns Mitarbeiter getan wird. Dadurch, dass die Schulungen im Haus stattfinden, können wir Pfleger unser knapp bemessenes Zeitkontingent gut nutzen und so Arbeit, Familie und Haushalt weiterhin gut vereinbaren.“

Und wenn die Arbeit sich wieder einmal häuft und die Zeit wieder rast, wissen Waltraud Kayser und Christine Blaschke inzwischen, wie sie gelassen bleiben: „Einfach mal tief durchatmen!“ ☺

Information

Stiftung Katholische Altenhilfe
Gesundheitsförderung
Heidrun Mederacke
Moritzberger Weg 1
31139 Hildesheim
Telefon 05121 938-167
mederacke@
stiftung-altenhilfe-hildesheim.de
www.stiftung-altenhilfe-hildesheim.de

Menschen



Silbernes Wohnjubiläum

Im Hildesheimer Magdalenenhof lässt es sich gut leben – das weiß Liselotte Steinweg nur zu gut! Schließlich wohnt sie schon seit 25 Jahren dort. Langeweile kennt sie nicht: „Ich singe, schreibe Gedichte und unterhalte mich viel“, sagt die 82-jährige Hildesheimerin. Auch spazieren gehen oder tanzen liebt Lilo, wie Liselotte Steinweg von ihren Mitbewohnern liebevoll genannt wird. „Gut laufen und tanzen kann ich allerdings nicht mehr, aber ich erfreue mich dann einfach an der Musik.“ Mit einem Wellensittich ist Liselotte Steinweg im Mai 1988 in den Magdalenenhof gezogen. Noch heute lebt sie darin und immer noch mit Wellensittich. Zu ihrem silbernen Wohnjubiläum hat Hausleiter Michael Sackmann ihr einen großen Blumenstrauß überreicht – an ihrem Lieblingsort im Speisesaal: „Hier treffe ich immer ganz viele Bekannte.“



Im Magdalenenhof lässt es sich gut leben: Der Magdalengarten lädt zum Spaziergehen ein.

Köstlichkeiten zum Schlemmen

Quer durch Europa reisen – das ist für die Senioren in den Heimen der Stiftung Katholische Altenhilfe zumindest dann kein Problem, wenn es um das Essen geht. Der abwechslungsreiche Speiseplan bietet allerlei Köstlichkeiten aus allen Teilen Europas.



Petersburger Tomatensuppe

für 4 Personen

300 g Champignons
2 mittelgroße Zwiebeln
1-2 Knoblauchzehen
100 g Speckstreifen
60 g Öl
2 EL Tomatenmark
0,5 l Tomatensaft
0,125 l Brühe
0,125 l Weißwein
je 1 TL Paprika
u. Zucker, 0,5 TL Salz
je 1 MSP Thymian,
Rosmarin u. Pfeffer
2 Eigelb
1/4 l Sahne, Wodka

zum Dessert: Schwarzwaldbecher

250 g entsteinte Sauerkirschen
Kirschwasser
80 g Bitterschokolade
250 g Quark
1/8 l Milch
100 g Zucker, Prise Salz
1 P. Vanillezucker

Die abgetropften Sauerkirschen mit Kirschwasser beträufeln und ziehen lassen. Die Schokolade raspeln oder reiben. Quark mit den restlichen Zutaten schaumig rühren. Nun die Quarkmasse, Kirschen und Schokolade in einer Glasschüssel abwechselnd einschichten und kaltstellen. Ein Sahnetupfer mit einer Kirsche obendrauf, rundet den Schwarzwaldbecher optisch ab.
Guten Appetit!

Und so wird's gemacht!

Pilze putzen und blättrig schneiden. Zwiebeln schälen und in feine Würfel schneiden. Knoblauch putzen und zerdrücken oder fein hacken. Speckstreifen im Topf auslassen, Fett zugeben und die Zwiebeln darin glasig anschwitzen. Tomatenmark zugeben und kurz mit angehen lassen. Pilze zugeben und mit den Flüssigkeiten auffüllen. Gewürze dazu und aufkochen, danach noch 10 Minuten köcheln lassen. Währenddessen die Tomaten überbrühen, abschrecken, abziehen, entkernen und in Würfel schneiden. Danach in die Suppe geben und garziehen lassen. Eigelb und Sahne verrühren und nun die nicht mehr kochende Suppe legieren. Nun die Suppe nachschmecken und mit Wodka parfümieren. Dazu reichen wir frisches Baguette.



»Jungs, kommt bald wieder!«

Hildesheimer Kultsänger „Capt'n“ gibt Konzert im Teresienhof

„Auf der Reeperbahn nachts um halb eins ...“ hört man schon im Eingang des Senioren- und Pflegeheimes Teresienhof Hildesheim. Das ist kein Seemannsgarn, sondern ein Konzert des Hildesheimer Kultsängers der „Capt'n“. Eine Stunde lang schunkeln und singen die Bewohnerinnen und Bewohner mit. Es gibt fast keinen unter ihnen, der die Texte nicht kennt – zur großen Freude des Sängers: „Wir haben ein speziell auf das ältere Publikum zugeschnittenes Programm. Hier singe und moderiere ich. Mein Kollege „Kuddel“ begleitet mich am Schifferklavier. Ich trage meine maritimen Songs vor“, sagt der „Capt'n“ alias Dirk Fröhlich. Im Wesentlichen sind das bekannte Lieder zum Beispiel von Hans Albers oder Freddy Quinn. Und bei all dem Spaß verwundert es nicht, dass sich die Bewohner wünschen: „Jungs, kommt bald wieder!“



Der „Capt'n“ begeistert mit Liedern von Freddy Quinn und Hans Albers.

Information

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

Beliebtes »Miteinander«

Jeden Freitag kümmert sich eine Handvoll Bewohner des Caritas-Senioren- und Pflegeheimes Magdalenenhof um das „Miteinander“. Dabei geht es nicht um ein gemütliches Beisammensein, sondern um die Heimzeitung.

Der Name der Zeitung ist gleichzeitig Programm: „Wir machen das alles zusammen“, sagen die Senioren. „Von Bewohnern für die Bewohner“ lautet das Motto der engagierten Redakteure. Die Bandbreite der Themen ist groß: Kindheitserinnerungen sowie Historisches haben ebenso ihren Platz wie Lieder, Gedichte, Sagen und Rätsel. Die Senioren orientieren sich bei den Themen für die alle zwei Monate erscheinende Hauszeitung an den Jahreszeiten und Festen – und sind kreativ: „Wir schreiben auch vieles selber“. Zudem ist alles Wichtige über das Leben im Haus zu finden: neue Heimbewohner, Verstorbene, Geburtstage, Veranstaltungen. Doch die Hauszeitung ist mehr als nur Informationsquelle: Für die Beteiligten ist es auch ein Beitrag zur Zufriedenheit. „Es macht Spaß, den anderen eine schöne Zeitung zu liefern“, so die einhellige Meinung. Und: Sie werden gebraucht, denn die Gruppe lebt davon, dass alle regelmäßig kommen – soweit es die Gesundheit zulässt.

Information

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



Lapislazuli, Jaspis, Türkis & Co

Es glitzert und glänzt bei der Edelstein-Ausstellung im Göttinger Seniorenstift St. Paulus. Die Vielfalt der Steine sorgt bei den Senioren für großes Staunen.

Sie tragen klangvolle Namen wie Azurit, Zeolithe oder Roter Glaskopf und stammen aus Marokko, Indien und aus dem Harz. Bewundernd stehen die Senioren vor den Glasvittrinen, in denen Mineralien aus Nah und Fern zu sehen sind. Die Ausstellung mit Kristallen aus dem GEO-Museum in Clausthal-Zellerfeld hat Professor Kurt Mengel möglich gemacht: „Sie soll einen kleinen Einblick in die Welt der Gesteine und Minerale geben“. Herkunft, Art und Bedeutung – all das stellt Mengel vor. Die Bewohner nehmen die Ausstellung dann auch gleich zum Anlass, dass Gehirn zu trainieren. Welcher Stein ist rot? Woher kommt der Azurit? Für das Gedächtnistraining hat Mengel den Senioren auch einige Halbedelsteine überlassen. So hat jeder die Möglichkeit, sie in die Hand zu nehmen. Und beispielsweise zu erleben, wie die Steine sich in der Hand erwärmen. Die Senioren sind begeistert: „Es ist schon erstaunlich, wie unterschiedlich die Edelsteine sind.“



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

Tanzcafé im Altenheim

Tanzen, schunkeln, mitsingen – wenn Günter Hillesheim in die Tasten seines Keyboards haut und mit seiner Bariton-Stimme einen Schlager anstimmt, herrscht im Braunschweiger Altenheim St. Hedwig Festzelt-Atmosphäre.

Die Hits von Udo Jürgens oder Tony Marshall hat der Fröhlichmacher genauso drauf wie die Klassiker der Volksmusik. Meist singt der Braunschweiger Künstler live, manchmal legt er auf – einen ruhigen Walzer zum Beispiel. Dann schweben die Damen und Herren zu Strauß über das Parkett, und wer nicht tanzen kann oder mag, wippt eben mit den Füßen unter dem Tisch. Rund 60 Bewohner sind regelmäßig dabei, immer wieder auch Angehörige und Gäste. „Das Tanzcafé hat sich bei uns etabliert, die Vorfreude bei den Bewohnern ist immer sehr groß“, sagt die Leiterin des begleitenden Dienstes, Jola Steinkopf. Sie unterstützt Hillesheim bei der Unterhaltung des Publikums – mit Gedichten oder lustigen Geschichten. Und kein Tanzcafé-Programm endet, bevor nicht die Lieblingstitel der Bewohner gespielt sind.



Einmal im Monat schwingen die Senioren in St. Hedwig das Tanzbein.

Information

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

Miteinander der Generationen

Gemeinsam spielen, singen und lachen die Bewohner des Senioren-Pflegeheimes Maria im Tann in Salzgitter regelmäßig mit den Kindern des benachbarten Gemeindekindergartens.

Es ist ein fester Termin im Wochenplan: jeden Freitag kommen die Kinder aus der Katholischen Kindertagesstätte St. Gabriel in das Seniorenheim – um gemeinsam mit den Bewohnern zu spielen und zu singen. „Es ist schön, die Kinder zu erleben“, freuen sich die Senioren. Viele haben nur sporadisch Kontakt zu ihren Enkelkindern oder haben selbst gar keine. Die wöchentlichen Besuche der Kindergartenkinder sind somit ein wichtiger Beitrag zu einem Miteinander der Generationen. „Die eigenen Großeltern der Kinder sind meist viel jünger als unsere Bewohner. Das ist eigentlich schon die Generation ihrer Urgroßeltern“, sagt Heimleiter Thomas Richter. Da gibt es vieles zu erfahren und so freuen sich die Senioren immer sehr auf die Besuche der Kinder.



Jedes Mal gibt es ein großes Hallo, wenn sich Kinder und Bewohner treffen.

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

www.sparkasse-hildesheim.de

Gut

für die Region.

Sparkasse
Fair. Menschlich. Nah.

 **Sparkasse
Hildesheim**

Die Sparkasse übernimmt Verantwortung. Durch ihr gemeinnütziges Engagement ermöglicht sie zahlreiche Projekte und Initiativen in den Bereichen Wirtschaft, Sport, Kultur, Bildung und Soziales. Damit steigert sie die Lebensqualität für die Menschen und stärkt den unverwechselbaren Charakter der Region Hildesheim.

caritas senioren wohnen & pflege

Unsere Leistungen im Überblick

Stationäre Pflege

Kurzzeit-/Verhinderungspflege

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
38102 Braunschweig
Telefon 0531 273290
info@sthedwig-braunschweig.de
www.sthedwig-braunschweig.de

GÖTTINGEN

St. Paulus

Maria-Montessori-Weg 4
37073 Göttingen
Telefon 0551 547320
info@caritas-altenheim.de
www.caritas-altenheim.de

HILDESHEIM

Magdalenenhof

Mühlenstraße 24
31134 Hildesheim
Telefon 05121 204090
info@caritas-magdalenenhof.de
www.caritas-magdalenenhof.de

Teresienhof

Steuerwalder Str. 18
31137 Hildesheim
Telefon 05121 206603
info@caritas-teresienhof.de
www.caritas-teresienhof.de

SALZGITTER

Maria im Tann

Sandgrubenweg 37
38229 Salzgitter
Telefon 05341 87980
info@maria-im-tann.de
www.maria-im-tann.de

SARSTEDT

Heilig Geist

Burgstraße 12
31157 Sarstedt
Telefon 05066 9920
info@altenzentrum-sarstedt.de
www.altenzentrum-sarstedt.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.

