

# HANAUERLAND

Journal

Neues aus dem AWO-Seniorenzentrum Hanauerland

SPEZIAL

## Anspruch auf Auszeit



**Eine Extraportion Licht, bitte!**  
*Frühlingssonne für Wohlbefinden*



**Geschichtslehrpfad**  
*Zwei neue Tafeln geben Aufschluss*



Seniorenzentrum  
Hanauerland  
Rheinau-Freistett

## Liebe Leserinnen und Leser,



**Silvia Bainczyk**  
Einrichtungsleiterin

jedes Jahr aufs Neue bezaubert uns der Frühling, besonders wenn der Winter so lang, kalt und grau wie in diesem Jahr war. Mit welcher Kraft plötzlich die Pflanzen sprießen, mit welcher Inbrunst die Vögel singen und mit welcher Selbstverständlichkeit wir uns wieder mehr im Freien aufhalten! Dass wir dabei »Eine Extraportion Licht« tanken, hat viele gesunde Nebeneffekte: Wie Sie ganz nebenbei etwas für Immunsystem, Muskeln, Zähne und Knochen tun können und welche Rolle Ihr Hauttyp dabei spielt, erfahren Sie in unserem gleichnamigen Artikel.

Frühling ist die Zeit des Aufbruchs. Viele träumen jetzt davon, irgendwohin aufzubrechen, wo sie noch nie waren – ganz egal, ob das die Türkei ist, Texas oder der Teutoburger Wald. Pflegende Angehörige wissen oft nicht, dass sie einen »Anspruch auf Auszeit« haben. Alles Wissenswerte zur Kurzzeit- und Verhinderungspflege während eines Urlaubs haben wir für Sie zusammengestellt.

In dieser Ausgabe des **Hanauerland-Journals** stellen wir Ihnen außerdem die leitenden Pflegefachkräfte unseres Hauses vor und berichten Ihnen von den aktuellen Neuigkeiten aus unserem Seniorenzentrum.

Ob als Gast oder auf Dauer: In unserem schönen Seniorenzentrum möchten wir Ihnen mit liebevoller Betreuung und vielfältigen Angeboten jeden Tag Abwechslung bieten. Das Team des AWO-Seniorenzentrums Hanauerland wünscht Ihnen einen sonnigen Frühling und viel Freude mit den Veranstaltungen in unserem Haus und drumherum!

Herzliche Grüße

Silvia Bainczyk

### SPEZIAL

#### **Anspruch auf Auszeit** **4**

*Kurzzeit- und Verhinderungspflege entlasten pflegende Angehörige*

### ALLGEMEINE THEMEN

#### **Eine Extraportion Licht, bitte!** **8**

*Wie die Frühlingssonne für Wohlbefinden sorgt*

### AKTUELL

#### **Erweiterung des Geschichtslehrpfads** **12**

*Zwei neue Tafeln geben Aufschluss*

#### **Im Gespräch** **14**

*Das Leitungsteam stellt sich vor*

### VERANSTALTUNGEN

#### **Jahresplanung 2017** **17**

#### **Veranstaltungen im Hanauerland** **18**

### IHR AWO-SENIORENZENTRUM STELLT SICH VOR

#### **Ihre Ansprechpartner auf einen Blick** **19**





# ANSPRUCH AUF AUSZEIT

*Kurzzeit- und Verhinderungspflege entlasten pflegende Angehörige*

♥ Für einen nahestehenden Menschen und sein Wohlbefinden rund um die Uhr verantwortlich zu sein, kostet Kraft – körperlich und psychisch. Selbst wenn die Beteiligten die intensive Zuwendung als Bereicherung empfinden und sich keine Alternative zur häuslichen Betreuung vorstellen können, ist es manchmal einfach Zeit für eine Pause.

## KURZZEITPFLEGE

Wenn pflegende Angehörige selbst erkranken, steht ihnen eine Auszeit zu – das ist weitgehend bekannt. Dass es aber nicht erst zu einer Notfallsituation kommen muss, sondern auch Urlaub ein hinreichender Grund für Kurzzeitpflege ist, muss sich erst noch weiterherumsprechen.

Weitere Gründe für Kurzzeitpflege sind gegeben, wenn die Pflege zu Hause noch nicht möglich ist (zum Beispiel weil noch kein Pflegebett zur Verfügung steht oder das Bad umgebaut werden muss) oder wenn die Pflegebedürftigkeit übergangsweise zu schwerwiegend für die häusliche Pflege ist.

Die Kurzzeitpflege ist eine Leistung der Pflegeversicherung. Um diese Leistung zu nutzen, muss das pflegebedürftige Familienmitglied daher die Einstufung in den Pflegegrad 2 bis 5 von der Pflegekasse zuerkannt bekommen haben.

Für bis zu acht Wochen im Jahr stellt die Pflegeversicherung jährlich **1.612 Euro pro Person** für die Kurzzeitpflege zur Verfügung. Dieser Betrag ist nur für die Pflegekosten vorgesehen.

Diese umfassen:

- **Grundpflege**  
(z. B. Körperpflege, Hilfe beim Bewegen)
- **Medizinische Behandlungspflege**  
(z. B. Tablettengabe)
- **Soziale Betreuung**  
(z. B. Beschäftigungsangebote)

Jedes Jahr besteht ein neuer Anspruch auf Kurzzeitpflege. Die pflegebedürftige Person erhält eine umfassende pflegerische Versorgung in einer Einrichtung, die Erfahrung mit Kurzzeitpflege hat.

Vorwiegend handelt es sich dabei um Seniorenzentren, die spezielle Plätze für Kurzzeitpflege vorhalten.

Für die Versorgung in einer Pflegeeinrichtung fallen weitere Kosten an, die die Pflegeversicherung nicht übernimmt. Diese privat zu finanzierenden Kosten entstehen für Unterkunft und Verpflegung sowie für die sogenannten Investitionskosten, die der zur langfristigen Erhaltung der Pflegeeinrichtung dienen (vergleichbar mit einer Kaltmiete).

Für diese Kosten können pflegende Angehörige den zusätzlichen Entlastungsbetrag für Angebote zur Unterstützung im Alltag einsetzen. Außerdem besteht die Möglichkeit, den Betrag für Kurzzeitpflege von bis 1.612 Euro um den für die Verhinderungspflege zustehenden maximalen Leistungsbetrag zu verdoppeln. Voraussetzung ist, dass die Verhinderungspflege noch nicht in Anspruch genommen wurde. Die zeitliche Beschränkung erweitert sich in diesem Fall auf maximal acht Wochen pro Kalenderjahr. Bekommt die pflegebedürftige Person Pflegegeld, so wird dies während der Zeit der Kurzzeitpflege zur Hälfte weitergezahlt.

## FAKTEN ZUR KURZZEITPFLEGE

- GRUNDPFLEGE
- MEDIZINISCHE BEHANDLUNGSPFLEGE
- SOZIALE BETREUUNG

**Bis zu 8 Wochen**  
pro Kalenderjahr

**1.612  
Euro**

## VERHINDERUNGSPFLEGE

Für die Verhinderungspflege gelten hinsichtlich der Gründe und der Pflegebedürftigkeit die gleichen Voraussetzungen wie bei der Kurzzeitpflege. Die Kostenübernahme durch die Pflegekasse setzt zudem voraus, dass ein pflegebedürftiges Familienmitglied bereits sechs zusammenhängende Monate lang in der häuslichen Umgebung gepflegt wird. Unerheblich ist dabei, ob die Pflege allein durch Angehörige oder mehrere Pflegepersonen geleistet wurde.

Verhinderungspflege kann für bis zu sechs Wochen und bis zu einer Höchstgrenze von 1.612 Euro pro Kalenderjahr in Anspruch genommen werden. Pflegegeld wird ebenfalls hälftig während der Zeit der Verhinderungspflege weitergezahlt. Auch der Leistungsbetrag der Verhinderungspflege kann zusätzlich zu dem für die Kurzzeitpflege zustehenden Leistungsbetrag um bis zu 806 Euro (50 Prozent der Kurzzeitpflege) auf insgesamt 2.418 Euro erhöht werden. Voraussetzung ist, dass für diesen Betrag noch keine Kurzzeitpflege in Anspruch genommen wurde. Somit kann der Zeitumfang von 28 Tagen auf maximal 42 Kalendertage erweitert werden.

Verhinderungspflege wird von der Familie der pflegebedürftigen Person selbst organisiert und kann in verschiedenen Varianten genutzt werden:

- ➔ **Häusliche Verhinderungspflege**
- ➔ **Stundenweise Verhinderungspflege** (Für Tage, an denen die Ersatzpflege nicht mindestens acht Stunden erbracht wird, erfolgt keine Anrechnung auf die Höchstdauer von 28 Tagen im Kalenderjahr. Auch das Pflegegeld wird in diesem Fall nicht gekürzt.)
- ➔ **Verhinderungspflege in einer Tagespflegeeinrichtung**
- ➔ **Verhinderungspflege in einer stationären Pflegeeinrichtung**
- ➔ **Verhinderungspflege am Urlaubsort** (In sogenannten Pflegehotels wird die Pflege entweder von geschultem Hotelpersonal oder von einem vor Ort ansässigen Pflegedienst übernommen und kann über die Verhinderungspflege abgerechnet werden.)

Allgemeine Kosten für die Versorgung in Pflegeeinrichtungen – Unterkunft, Verpflegung und Investitionskosten – sind von der pflegebedürftigen Person selbst zu tragen. Wie im Falle der Kurzzeitpflege kann hierfür der zusätzliche Entlastungsbetrag für Angebote zur Unterstützung im Alltag eingesetzt werden – sofern dieser nicht bereits in Anspruch genommen wurde.

Kurzzeit- und Verhinderungspflege erfordern eine Antragstellung bei der Pflegekasse der pflegebedürftigen Person. Im Notfall ist es auch möglich, nachträglich Belege zur Erstattung einzureichen. Die Pflegekosten werden (nach Erfüllung der Voraussetzungen) durch die Pflegekasse bis zum Höchstsatz erstattet. Der Anspruch verfällt zum Ende eines Kalenderjahres.

### URLAUB FÜR ALLE?!

Nicht nur bei den pflegenden Angehörigen fällt die Last des Alltags eine Zeit lang ab. Viele Seniorinnen und Senioren, die sich vorher vielleicht nicht vorstellen konnten, ihre eigenen vier Wände zu verlassen und sich in »fremde Hände« zu begeben, bauen in der Kurzzeit- oder Verhinderungspflege im Seniorenzentrum Hemmschwellen ab. Oft haben sie sogar das Gefühl, selbst Urlaub zu machen. Ob Stricken, Singen oder Spielen: Das Beschäftigungsangebot in einem Seniorenzentrum bietet viel Abwechslung. Teil einer Gemeinschaft Gleichaltriger zu sein, in der man nicht der oder die Einzige mit Pflegebedarf ist, kann außerdem sehr entspannend wirken. ♥

## FAKTEN ZUR VERHINDERUNGSPFLEGE

**VORAUSSETZUNG:**  
PFLEGEBEDÜRFTIGES FAMILIENMITGLIED WIRD BEREITS 6 ZUSAMMENHÄNGENDE MONATE LANG IN DER HÄUSLICHEN UMGEBUNG GEPFLEGT.

Bis zu **6 Wochen**  
pro Kalenderjahr

1.612  
Euro

+

50%  
der Kurzzeitpflege

Wenn Sie Fragen zur Kurzzeit- und Verhinderungspflege haben, wenden Sie sich gern an die bekannten Ansprechpartner in Ihrem AWO-Seniorenzentrum – oder an die AWO Pflegeberatung unter:

**0800 60 70 110 (kostenlos)**  
**[www.awo-pflegeberatung.de](http://www.awo-pflegeberatung.de)**



# EINE EXTRAPORTION LICHT, BITTE!

—  
*Wie die Frühlingssonne für Wohlbefinden sorgt*

♥ Wenn im Frühling die ersten warmen Sonnenstrahlen ins Fenster scheinen, liegt der Zauber des Neuanfangs in der Luft. Vögel zwitschern, Blumen knospen – und bald kann man beim Spaziergehen auf die dicken Wintersachen verzichten.

Dass Meise, Sperling, Lerche & Co. zu einer bestimmten Zeit anfangen zu balzen, hat mit der Dauer des Sonnenlichts zu tun. Unabhängig von Temperatur und Wetterlage reagiert ihr Hormonhaushalt auf steigende Sonnenstunden. Und auch in unserem Körper reagieren bei zunehmender Sonneneinstrahlung zuerst die Hormone:

Es wird weniger Melatonin – bekannt als »Müdigkeitshormon« – ausgeschüttet und mehr Serotonin (»Glückshormon«).

Wir werden also darauf programmiert, mit weniger Schlaf auszukommen und voller Energie in den Tag zu starten. Manche Menschen leiden zunächst unter dieser Umstellung. Man spricht dann von Frühjahrsmüdigkeit. Das beste Gegenmittel: Licht! Ob der Himmel blau oder bewölkt ist, spielt nur eine Nebenrolle bei der Stimmungsaufhellung. Im Einklang mit der Natur an der frischen Luft wärmendes Licht zu spüren, lässt einen sprichwörtlich aufblühen.



Sonnenschein tanken ist aber nicht nur gut für die Laune, es hat auch einen immensen gesundheitlichen Nutzen: die Bildung von Vitamin D. Als Faustregel gilt: **Mindestens 15 Minuten täglich sollte man mindestens 15 Prozent der Hautoberfläche** – das sind etwa Gesicht, Handrücken und Unterarme – in die Sonne halten.

Im Stehen oder Gehen erhöht sich die Dauer entsprechend. Vitamin D hat eine entscheidende Bedeutung für das Immunsystem, Muskeln, Zähne und Knochen. So schützt es auch vor Osteoporose.

---

**MINDESTENS 15  
MINUTEN TÄGLICH  
AB IN DIE SONNE**

---

Gesundheitsexperte Hademar Bankhofer empfiehlt: »Machen Sie es den Krokodilen nach!« Die Tiere wenden sich mit weit geöffnetem Maul der Sonne zu und nehmen die Wärme auch über ihre Zähne auf. Nachmachen lohnt sich allerdings nur, wenn es noch die echten sind.

Über die Nahrung ist eine ausreichende Aufnahme schwer zu erzielen, durch regelmäßigen Kontakt mit dem Sonnenlicht ganz nebenbei. Fetter Fisch ist noch der **ergiebigste Vitamin-D-Lieferant**. Hat der Körper genug Vitamin D gespeichert, stellt er die Eigenproduktion ein. Wurde eine ausreichende Menge des Stoffs aufgenommen, reichen die Reserven sogar über die Wintermonate. Bei älteren Menschen läuft die Produktion langsamer, weshalb im Winter eine Zufuhr von Vitamin-D-Präparaten sinnvoll sein kann.

Die natürliche Aufnahme von Vitamin D in den sonnigen Monaten funktioniert nur bei Haut, die nicht mit einem Sonnenschutzmittel eingecremt wurde. Eine Gratwanderung, schließlich möchte man ja auch keinen Sonnenbrand riskieren. Aber wie so oft hat die Natur es schlaue gemacht: Blasse Menschen produzieren mehr als doppelt so schnell Vitamin D wie Menschen mit dunklerer Haut.



Genauso wichtig wie tagsüber viel natürliches Licht zu tanken, ist es, abends künstliches Licht zu meiden. Unter der Leselampe noch einen Moment zu schmökern ist in Ordnung, unter der grellen Deckenlampe am Computer zu sitzen nicht. Zu leicht lässt sich unser Schlaf-Wach-Rhythmus beeinflussen: Wird ihm durch helles Licht vorgegaukelt, es sei Tag, sind Einschlafstörungen oft die Folge.

**Ganz nebenbei: Schlaf ist – neben Ernährung und Bewegung – ein entscheidender Faktor bei der Gewichtsregulierung.** Das zeigte sich bei einem Experiment mit Mäusen. Die Tiere, die bei leichter Beleuchtung schliefen, nahmen innerhalb von acht Wochen doppelt so viel zu wie diejenigen, bei denen es dunkel war.

Unseren sensiblen Schlaf-Wach-Rhythmus können wir allerdings genauso gut auch austricksen, indem wir ihm die Nacht signalisieren, wenn wir das Licht zum Schlafen aussperren. Gute Verdunklungsrollen helfen außerdem, im Sommer allzu starke Hitze fernzuhalten. Und das Gefühl, morgens das Rollo hoch oder die Vorhänge beiseite zu ziehen und die Sonne hereinzulassen, gibt einem gleich wieder den ersten Schwung für den neuen Tag. ♥

---

#### **DIE SONNE STÄRKT DAS IMMUNSYSTEM**

---



---

#### **DIE SONNE IST DER VITAMIN-D-LIEFERANT NUMMER 1**

---

Ohnehin sollte man sich nach dem langen Winter langsam ans Sonnenbaden gewöhnen. Auch wenn die Temperaturen

noch niedrig sind, hat die Sonne schon Kraft. Lieber häufiger im Freien aufhalten als einmal zu lange, lautet die Devise. Jeder Hauttyp hat seine eigene Selbstschutzdauer. Bis sich die Haut rötet, ist sie vor den Schäden durch das UV-Licht geschützt. Diese Zeit ist sehr individuell und sollte nie überschritten werden! Außer Sonnenschutzmittel kann auch das Bedecken der Haut durch geeignete Kleidung helfen. Wenn die Haare dünner und lichtdurchlässiger werden, ist außerdem eine gute Kopfbedeckung Pflicht. Auch in unseren Breiten empfiehlt sich im Übrigen eine »Siesta«, da die Sonneneinstrahlung in der Mittagszeit am stärksten ist.

”

# DER FRÜHLING KOMMT!

*Der Winter legt sein weißes Kleid  
zum Frühlingsanfang nieder.  
Vergessen ist die kalte Zeit,  
und purpurn blüht der Flieder.  
Aus dem Süden kommen schon  
die ersten Vögel wieder.  
Sie singen froh, in hellem Ton,  
und schütteln ihr Gefieder.  
Die Sonne taucht mit ihrem Schein  
die Welt in neues Licht,  
so dass die Pflanzen gut gedeih'n  
und unsere Zuversicht.*

“

**(FELICE HELLWEG, ZEITGENÖSSISCHE LYRIKERIN –  
GEDICHT GEFUNDEN BEI VIABILIA.DE)**



## ERWEITERUNG DES GESCHICHTSLEHRPFADS

*Zwei neue Tafeln geben Aufschluss*

♥ Bernd Mathis, Vorsitzender des Heimatbundes, und Günter Wiederrecht, Mitglied des Heimatbundes und aus dem Vorstandsgremium des historischen Vereins Mitgliedergruppe Rheinau, haben neue Tafeln für den Geschichtslehrpfad in Freistett montiert. Bei den beiden Objekten handelt es sich um den ehemaligen Grundbesitz der Neufreistetter Kaufmannsfamilie Huth mit der Nr. 15a (das sogenannte »Lasetzky-Areal«, auf dem sich heute der Parkplatz Walter, das Seniorenzentrum und

der Einkaufsmarkt befinden) und die Zigarrenfabrik Grindler mit der Nr. 16a an der heutigen alten Apotheke in der Hauptstraße. Beide Objekte sollten von Anfang an in den Geschichtslehrpfad integriert werden, da jedoch kein schriftlicher Nachweis zur Geschichte der Objekte gefunden werden konnte, wurden sie vorerst herausgenommen. Nach der Eröffnung des Geschichtslehrpfads im Juli 2013 grub Stadtarchivar Dirk Wacker Unterlagen zur Zigarrenfabrik Grindler aus dem Stadtarchiv aus.

Die Informationen über die Kaufmannsfamilie Huth sind einem Zufall zu verdanken. Als die Grabsteine der Familien Huth, Fränkle und Lasetzky auf dem Freistetter Friedhof entfernt werden sollten, setzte sich der Historische Verein für den Bestandsschutz ein. Darüber gab es auch einen fehlerhaften Zeitungsbericht, der bis nach Karlsruhe gelangte, wo die letzten Nachkommen der Familie wohnten. Eine Dame lebt heute noch und ist über 90 Jahre alt. Sie meldete sich, um dies zu korrigieren. Auf diesem Weg hatte der Historische Verein die Chance, an Unterlagen über die Familie heranzukommen. »Deren Wohnhaus war im Anschluss an den Adler und an der Stelle, wo heute der Edeka ist, war früher ein Ententeich«, erinnerte sich Wiederrecht. Maria Morgenstern vom Sozialen Heimdienst bedankte sich für die Tafel und Mathis ergänzte schmunzelnd, »jetzt hat das Seniorenheim Geschichte«. Günter Wiederrecht und Dirk Wacker entwarfen den Text für beide Tafeln und nach einigen Sitzungen waren diese für den Druck aufbereitet. Die Aufträge wurden im Oktober an Firma Heidt Metall für die Ständer sowie Firma Gesk Werbung für die Plexiglastafeln vergeben. Der Umfang der Investitionen beträgt 1.500 Euro, die der Heimatbund allein trägt. Die beiden Tafeln ergänzen die Informationen durch die Neustadt von Freistett und machen den Geschichtslehrpfad durchgängiger. Auch die Flyer in Deutsch,



Günter Wiederrecht und Dirk Wacker neben einer der neuen Tafeln.

Französisch und Englisch werden beim nächsten Neudruck angepasst. Mit Hilfe von Wolfgang Kasper, Vorsitzender des Historischen Vereins Mitgliedergruppe Rheinau, und Léa Langlois, Tourismusbeauftragte der Passage 309, wurden die Texte übersetzt. Das Büchlein bekommt ein Beiblatt.

Wahrscheinlich werden dies die letzten Schilder für den Geschichtslehrpfad sein, obwohl es noch genügend geschichtlichen Hintergrund für viele weitere

Tafeln in Freistett gäbe. Derzeit sind es 21. Aber das sei eine reine Geldfrage, bedauerten die beiden Historiker. Spontan fielen ihnen die Judengasse, wie früher die Freiburger Straße genannt wurde, die jetzige Apotheke, wo von 1745 bis in die 1980er/1990er Jahre das Rathaus und die Lateinschule von Neufreistett stand, sowie das Gasthaus »Schwanen«, das – da dessen Besitzer auch Landtagsabgeordneter war – früher auch als Bahnhof von Neufreistett diente, ein. ♥

# DAS LEITUNGSTEAM IN RHEINAU-FREISTETT



**Daniela Müll**  
Leiterin Wohnbereich 1  
und stellvertretende  
Pflegedienstleiterin

♥ In einem sozialen Beruf wie der Kranken- oder Altenpflege zu arbeiten, war schon immer ihr Ziel. »In der Zeit auf der Realschule habe ich begonnen, Praktika zu machen, um Berufsbilder kennenzulernen«, sagt Daniela Müll. Dabei hat sie auch festgestellt, was weniger für sie in Frage kommt: »Der Kindergarten zum Beispiel, das war es nicht.« Die Kranken- und Altenpflege dagegen schon, das hat

sie schnell gemerkt. Heute ist die 35-Jährige Leiterin des Wohnbereichs 1 im Seniorenzentrum Hanauerland und stellvertretende Pflegedienstleiterin.

Dabei standen die Zeichen zunächst eigentlich ganz auf Krankenhaus. Denn nach der Realschule hat die Frau, die aus Freistett stammt und hier mit ihrer Familie auch wohnt, eine Ausbildung zur Krankenschwester im Kreiskrankenhaus in Achern gemacht. Sie hat dann ein Jahr in der Klinik in Oberkirch auf der chirurgischen Station gearbeitet. Weil sie nach Mutterschutz und Elternzeit für ihren Sohn Jonas, der heute 14 Jahre alt ist, zunächst nur stundenweise arbeiten wollte, dies aber in der Klinik nicht möglich war, hat sie eine Stelle im ambulanten Dienst des Deutschen Roten Kreuzes (DRK) angenommen und dort verstärkt pflegerische Tätigkeiten ausgeübt. Unterbrochen durch eine weitere Elternzeit für ihre Tochter Jana, mittlerweile elf Jahre alt, hat sie beim DRK insgesamt sechs Jahre gearbeitet. Zum Seniorenzentrum

Hanauerland kam Daniela Müll, weil sie wohnortnah eine Arbeit suchte. Zunächst als geringfügig beschäftigte Fachkraft wurde ihr 2014 von der Einrichtungsleitung direkt die Wohnbereichsleitung angeboten. »Im Unterschied zur Tätigkeit im Krankenhaus geht es im Pflegeheim weniger um das Medizinische als vielmehr um die Begleitung, Pflege und um das ‚Zuhause sein‘ der Bewohnerinnen und Bewohner«, sagt Daniela Müll. Ein Vorteil sei auf jeden Fall, dass man in der Pflege die Menschen und ihre Biografien viel besser kennenlernt als die Patienten im Krankenhaus, die doch meist schnell wieder entlassen werden.

Um in ihrem Beruf weiter voranzukommen, hat sie sich dazu entschlossen, die Weiterbildung zur Pflegedienstleiterin zu beginnen. Los geht's im Mai, berufsbegleitend zweimal die Woche nachmittags. Zwar eine zusätzliche Belastung, »aber die Familie unterstützt mich«, so Daniela Müll. ♥



**Maximilian Dünow**  
Stellvertretender Leiter  
Wohnbereich 1

♥ Maximilian Dünow ist seit über zwei Jahren ausgebildeter Altenpfleger im Seniorenzentrum Hanauerland und hat in dieser Zeit schon viele Nachtwachen geschoben. Dabei hat er sich überlegt, in seinem Beruf noch ein Stückchen weiterzukommen und sich weiterzubilden. Ein naheliegender Gedanke für einen jungen Mann mit gerade einmal 24 Jahren.

Es kann also gut sein, dass Dünow in naher Zukunft noch das Studium zum Fachwirt Gesundheitswesen aufnimmt. Diese Überlegungen waren für ihn auch ein Grund, Anfang des Jahres die Stellvertretung in der Leitung des Wohnbereichs 1 zu übernehmen, nachdem er von Einrichtungsleiterin Silvia Bainczyk gefragt wurde. »So kann ich sehen, ob mir eine solche Leitungsfunktion überhaupt liegt«, sagt Dünow. Denn solch eine Stellung bringt ja ein ganzes Stück mehr an Verantwortung mit sich. Maximilian Dünow ist über einen Umweg zur Altenpflege gekommen. Geboren in Hannover ist er in jungen Jahren durch die berufliche Tätigkeit des Vaters schon ziemlich weit herumgekommen, hat als Kind in München und Barcelona gelebt und ist schließlich mit der Familie nach Kehl-Leutesheim

*Helpen können,  
wenn es jemand  
nicht mehr ganz  
allein schafft – für  
Maximilian Dünow  
ein guter Grund  
für seinen Beruf.*

gezogen. Nach dem Besuch der Werkrealschule in Kehl hat er zuerst ein einjähriges Praktikum als Kraftfahrzeug-Mechatroniker gemacht, dabei aber festgestellt, dass es doch nicht das Richtige für ihn ist. »Das war eigentlich immer mein Wunschberuf. Aber im Praktikum habe ich dann gemerkt, dass es mir doch nicht so liegt. Als Hobby aber schon.« Danach hat er sich für ein Freiwilliges Soziales Jahr bei der AWO beworben und einen Platz im AWO-Seniorenzentrum Hanauerland bekommen. Noch während des Jahres ist er von der Einrichtungsleiterin gefragt worden, ob er es sich nicht vorstellen könnte, eine Ausbildung zur Altenpflegefachkraft zu machen. Da musste er nicht lange überlegen, denn das Soziale Jahr und die Arbeit selbst hat er als sehr abwechslungsreich und angenehm empfunden. So folgte also die dreijährige Ausbildung in der Altenpflege, wobei er den schulischen Teil an der Altenpflegeschule der Caritas in Bühl absolviert hat.

Am Beruf schätzt er den direkten Kontakt mit den Menschen und das Wissen, »wir können helfen, wenn es jemand nicht mehr allein schafft.« Dafür seien die meisten älteren Menschen sehr dankbar. In seiner Freizeit geht Maximilian Dünow öfter mal Darts spielen mit Freunden und Bekannten. Früher hat er auch mehr geangelt. »Aber das ist schwierig geworden durch den Beruf.« ♥





## Jasmin Seibert Pflegedienstleiterin

♥ Schon im Alter von 15 Jahren hat Jasmin Seibert in den Ferien in einem Seniorenheim gearbeitet und erfahren, wie interessant und abwechslungsreich dieser Beruf sein kann: »Damals haben mich vor allem die Biografien der Menschen und die Verwendung der Lebensgeschichten in der Pflege fasziniert.« Die Altenpflege sei einfach »ihr Ding« gewesen.

Heute ist Jasmin Seibert Leiterin des Wohnbereichs 2 im Seniorenzentrum Hanauerland und – in Vertretung von Michaela Ludwig, die sich in Erziehungszeit befindet – momentan auch Pflegedienstleiterin.

Jasmin Seibert kam vor über zehn Jahren ins AWO-Seniorenzentrum Hanauerland in Freistett, sie ist also praktisch von Anfang an dabei. Die 40-Jährige hat eine dreijährige Ausbildung zur Altenpflegerin in Rastatt absolviert und war dann 14 Jahre lang

im Altenpflegeheim St. Franziskus in Achern beschäftigt. Während dieser Zeit hat sie auch eine Weiterbildung bei der Caritas in Freiburg zur Wohngruppenleiterin gemacht. Im AWO-Seniorenzentrum Hanauerland war Jasmin Seibert zunächst geringfügig beschäftigt, hat dann aufgestockt, die Leitung der Wohngruppe 2 übernommen und hat zurzeit kommissarisch die Pflegedienstleitung inne.

»Es hat sich immer etwas ergeben. Es sind immer neue Aufgaben hinzugekommen, mein Spektrum hat sich stets erweitert«, sagt sie und schätzt es sehr, dass es in ihrem Beruf so viele Möglichkeiten zur Weiterbildung und Fortbildung gibt und die Tätigkeit so vielseitig ist. Jetzt, da sie vor einem halben Jahr

die Pflegedienstleitung übernommen hat, sieht sie, dass das nochmals eine größere Hausnummer ist: »Mit viel mehr Verantwortung gegenüber den Bewohnerinnen und Bewohnern und auch gegenüber den Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern.« Eine Aufgabe, der sie jedoch mit viel Freude nachgeht. »Weil«, wie sie sagt, »die Menschen hier mir sehr am Herzen liegen«. Jasmin Seibert stammt aus Rheinau und wohnt jetzt mit ihren beiden Kindern Joshua (elf Jahre alt) und Mia-Jolina (acht Jahre alt) in Gamshurst. Neben dem Beruf, den Kindern samt Haus, Hof und Garten bleibt für Freizeitaktivitäten wenig Zeit. Wenn sie doch dazu kommt, geht sie gern tanzen, treibt Sport und liest. ♥



## Sarah-Ann Kellermeier Stellvertretende Leiterin des Wohnbereichs 2

♥ Ihr Einstieg in den Beruf war holprig. Aber seitdem sie im Seniorenzentrum Hanauerland ihre Ausbildung zur Altenpflegerin gemacht hat, startet sie durch. »Ich brauche Herausforderungen, nur das bringt mich weiter. Immer auf der Stelle zu treten, das ist nichts für mich«, sagt Sarah-Ann Kellermeier, stellvertretende Leiterin des Wohnbereichs 2, die berufsbegleitend eine Weiterbildung zur Pflegedienstleiterin absolviert.

Sarah-Ann Kellermeier stammt aus Achern und wohnt heute mit ihrem Mann in Unzhurst. Nach der Hauptschule hat sie auf Wunsch ihres Vaters zunächst die kaufmännische Schule besucht. »Das war aber nicht mein Fall, das habe ich schnell gemerkt«, sagt sie mit Blick zurück. »Ihr Fall« war schon eher der Pflegeberuf, zu dem sie über eine Zeitungsanzeige kam. Sie hat in der Wagnerklinik in Sasbachwalden ein Freiwilliges Soziales Jahr (FSJ) geleistet und dabei schnell festgestellt: »Das ist genau das Richtige für mich.« Leider musste die Einrichtung in Sasbachwalden, in der sie nach dem FSJ auch die Ausbildung zur Altenpflegefachkraft begonnen hatte, Insolvenz anmelden und schließen.

Doch nach diesem Holperstart ging es bergauf. Ihren Wechsel nach Rheinau ins AWO-Seniorenzentrum Hanauerland hat sie jedenfalls nicht bereut: »Ich würde es nochmal so machen.« Sie hat das erste Ausbildungsjahr wiederholt, ist heute stellvertretende Wohnbereichsleiterin und hat im Oktober die zweijährige Weiterbildung zur Pflegedienstleitung in Baden-Baden an der kaufmännischen Robert-Schumann-Berufsschule begonnen. Seitdem ist sie zweimal wöchentlich jeweils von 13 bis 18 Uhr von ihrem Arbeitgeber freigestellt und muss dafür die Schulbank drücken. »Da gibt es viel zu lernen, aber wenn man das will, dann schafft man das auch«, ist sie optimistisch. Sie betont jedoch auch, dass es nicht immer einfach ist, die verschiedenen Rollen unter einen Hut zu bringen: »Mal bin ich Schülerin, mal Altenpflegerin, mal Vorgesetzte.« An ihrem Beruf schätzt die 26-Jährige, die in ihrer Freizeit jetzt wieder mit dem Häs als »Mühlbachschrecke« unterwegs ist, die Vielseitigkeit und dass sie für ihren Einsatz so oft etwas zurückbekommt: »Man gibt viel, aber man kriegt auch wahnsinnig viel zurück. Ich könnte mir nicht vorstellen, den ganzen Tag im Büro zu sitzen.« ♥

## JAHRESPLANUNG 2017

- 16.03. Tanzcafé, Gesellschaftsraum, 14.30 Uhr
- 30.03. Ehrenamtlichenkaffee, Gesellschaftsraum, 15.00 Uhr
- 12.04. Zue Licht-Owe mit dem Heimatbund Freistett, Gesellschaftsraum, 18.30 Uhr
- 26.04. Frühlingsfest mit dem Familienzentrum »Mütze«, Gesellschaftsraum, 15.00 Uhr
- 28.04. Frühlingskonzert AGV Freistett, Foyer, 19.00 Uhr
- 04.05. Tanzcafé, Gesellschaftsraum, 14.30 Uhr
- 14.05. Muttertagsbrunch, Gesellschaftsraum, 10.00 Uhr
- 01.06. Tanzcafé, Gesellschaftsraum, 14.30 Uhr
- 30.06. Sommerfest, Innenhof, 14.30 Uhr
- 20.07. Grillabend, Garten, 17.00 Uhr
- 21.07. Grillabend, Innenhof, 17.00 Uhr
- 27.09. Herbstkaffee mit dem Familienzentrum »Mütze«, Gesellschaftsraum, 15.00 Uhr
- 28.09. Tanzcafé, Gesellschaftsraum, 14.30 Uhr
- 01.10. Besuch des DRK-Seniorenmittags in der Stadthalle, Foyer, 11.30 Uhr
- 16.–20.10. Bayerische Woche, in allen Wohnbereichen
- 19.10. Tanzcafé, Gesellschaftsraum, 14.30 Uhr  
Vortrag Pallium, Gesellschaftsraum, 19.00 Uhr
- 16.11. Lichterfest mit dem Männerchor unteres Hanauerland, Foyer, 19.00 Uhr
- 23.11. Tanzcafé, Gesellschaftsraum, 14.30 Uhr
- 01.12. Besuch des Weihnachtsmarkts in Freistett
- 06.12. Nikolausfeier WB 1 + 2, Gesellschaftsraum, 15.00 Uhr
- 22.12. Weihnachtsfeier WB 1 + 2, Gesellschaftsraum, 15.00 Uhr
- 24.12. Besuch der Stadtkapelle Freistett, Innenhof, 16.00 Uhr

ÄNDERUNGEN VORBEHALTEN

# VERANSTALTUNGEN IM HANAUERLAND

## MÄRZ

- 10. | 10.00 Uhr Evangelischer Gottesdienst
- 11. | 10.15 Uhr Hundebesuch
- 14. | 16.00 Uhr Singen mit Heidi Hagemann
- 15. | 10.15 Uhr Hörenswertes mit Ilse Klein
- 16. | 14.30 Uhr Tanzcafé
- 17. | 10.00 Uhr Evangelischer Gottesdienst
- 21. | 16.00 Uhr Singen mit Heidi Hagemann
- 22. | 10.15 Uhr Hörenswertes mit Ilse Klein
- 24. | 10.00 Uhr Evangelischer Gottesdienst
- 28. | 16.00 Uhr Singen mit Heidi Hagemann
- 29. | 10.15 Uhr Hörenswertes mit Ilse Klein
- 30. | 15.00 Uhr Ehrenamtlichen-Kaffee
- 31. | 10.00 Uhr Evangelischer Gottesdienst

## APRIL

- 03. | 15.45 Uhr Gebetsgespräch mit Adriana Klug
- 04. | 16.00 Uhr Singen mit Heidi Hagemann
- 05. | 10.15 Uhr Hörenswertes mit Ilse Klein
- 07. | 10.00 Uhr Katholischer Gottesdienst
- 08. | 10.15 Uhr Hundebesuch
- 11. | 16.00 Uhr Singen mit Heidi Hagemann
- 12. | 10.15 Uhr Hörenswertes mit Ilse Klein
- | 18.30 Uhr Zue Licht-Owe
- 13. | 10.00 Uhr Abendmahlgottesdienst
- 18. | 16.00 Uhr Singen mit Heidi Hagemann
- 19. | 10.15 Uhr Hörenswertes mit Ilse Klein
- 21. | 10.00 Uhr Evangelischer Gottesdienst
- 25. | 16.00 Uhr Singen mit Heidi Hagemann
- 26. | 10.15 Uhr Hörenswertes mit Ilse Klein
- | 15.00 Uhr Frühlingskaffee »Mütze«
- 28. | 19.00 Uhr Frühlingskonzert AGV Freistett

## MAI

- 02. | 16.00 Uhr Singen mit Heidi Hagemann
- 03. | 10.15 Uhr Hörenswertes mit Ilse Klein
- 04. | 14.30 Uhr Tanzcafé
- 05. | 10.00 Uhr Katholischer Gottesdienst
- 09. | 16.00 Uhr Singen mit Heidi Hagemann
- 10. | 10.15 Uhr Hörenswertes mit Ilse Klein
- 12. | 10.00 Uhr Evangelischer Gottesdienst
- 13. | 10.15 Uhr Hundebesuch
- 14. | 10.00 Uhr Muttertagsbrunch

- 15. | 15.45 Uhr Gebetsgespräch mit Adriana Klug
- 16. | 16.00 Uhr Singen mit Heidi Hagemann
- 17. | 10.15 Uhr Hörenswertes mit Ilse Klein
- 19. | 10.00 Uhr Evangelischer Gottesdienst
- 20. | 10.30 Uhr Auftritt Frau Schneeweiß mit Flötenkindern
- 23. | 16.00 Uhr Singen mit Heidi Hagemann
- 24. | 10.15 Uhr Hörenswertes mit Ilse Klein
- 26. | 10.00 Uhr Evangelischer Gottesdienst
- 30. | 16.00 Uhr Singen mit Heidi Hagemann
- 31. | 10.15 Uhr Hörenswertes mit Ilse Klein

## JUNI

- 01. | 14.30 Uhr Tanzcafé
- 02. | 10.00 Uhr Katholischer Gottesdienst
- 06. | 16.00 Uhr Singen mit Heidi Hagemann
- 07. | 10.15 Uhr Hörenswertes mit Ilse Klein
- 09. | 10.00 Uhr Evangelischer Gottesdienst
- 10. | 10.15 Uhr Hundebesuch
- 13. | 16.00 Uhr Singen mit Heidi Hagemann
- 14. | 10.15 Uhr Hörenswertes mit Ilse Klein
- 16. | 16.00 Uhr Evangelischer Gottesdienst
- 20. | 10.00 Uhr Singen mit Heidi Hagemann
- 21. | 10.15 Uhr Hörenswertes mit Ilse Klein
- 23. | 10.00 Uhr Evangelischer Gottesdienst
- 26. | 15.45 Uhr Gebetsgespräch mit Adriana Klug
- 27. | 16.00 Uhr Singen mit Heidi Hagemann
- 28. | 10.15 Uhr Hörenswertes mit Ilse Klein
- 30. | 14.30 Uhr Sommerfest

## JULI

- 04. | 16.00 Uhr Singen mit Heidi Hagemann
- 05. | 10.15 Uhr Hörenswertes mit Ilse Klein
- 07. | 10.00 Uhr Katholischer Gottesdienst
- 08. | 10.15 Uhr Hundebesuch
- 11. | 16.00 Uhr Singen mit Heidi Hagemann
- 12. | 10.15 Uhr Hörenswertes mit Ilse Klein
- 14. | 10.00 Uhr Evangelischer Gottesdienst

## Schön, dass Sie mehr wissen möchten!

Für alle Fragen und Wünsche stehen wir gern zur Verfügung. Zögern Sie nicht, uns anzurufen.

Montag – Freitag  
Montag – Donnerstag  
Freitags

8.00 – 12.30 Uhr  
13.30 – 16.30 Uhr  
13.30 – 15.00 Uhr



**Silvia Bainczyk**

Einrichtungsleiterin  
Tel. 07844 91898-160  
silvia.bainczyk@awo-baden.de



**Jasmin Seibert**

Pflegedienstleitung  
Tel. 07844 91898-250  
jasmin.seibert@awo-baden.de



**Daniela Müll**

Stellvertr. Pflegedienstleitung  
Tel. 07844 91898-250  
daniela.muell@awo-baden.de



**Heike Tencic**

Information und Service (Verwaltung)  
Tel. 07844 91898-0  
heike.tencic@awo-baden.de



**Jutta Parpart**

Information und Service (Verwaltung)  
Tel. 07844 91898-0  
jutta.parpart@awo-baden.de



**Maria Morgenstern**

Sozialer Dienst  
Tel. 07844 91898-151  
maria.morgenstern@awo-baden.de

### IMPRESSUM

Die Heimzeitung des AWO Bezirksverbands Baden e.V. ist ein Informations- und Unterhaltungsmagazin für Seniorinnen/Senioren, deren Angehörige sowie Interessierte. Das Magazin setzt sich aus allgemeinen sowie regionalen Themen direkt aus dem jeweiligen redaktionsleitenden AWO-Seniorenzentrum zusammen und erscheint vierteljährlich.

### HERAUSGEBER

AWO Bezirksverband Baden e.V.  
Hohenzollernstraße 22 | 76135 Karlsruhe  
T. +49 721 82 070 | F. +49 721 82 07 600  
info@awo-baden.de

### REDAKTION

Silvia Bainczyk, Maria Morgenstern und die COMMWORK Werbeagentur GmbH

### FOTOREDAKTION

AWO-Seniorenzentrum Hanauerland und Eric Langerbeins, COMMWORK Werbeagentur GmbH

### LAYOUT/PRODUKTION

COMMWORK Werbeagentur GmbH  
Deichstraße 36b | 20459 Hamburg  
T. +49 40 32 555 333  
F. +49 40 32 555 334  
info@commwork.de

### LEKTORAT

Maren Menge

# DAS AWO-SENIORENZENTRUM HANAUERLAND



## Unsere Leistungen und Qualitätsmerkmale

Sicher und geborgen – das AWO-Seniorenzentrum Hanauerland in Rheinau-Freistett bietet pflegebedürftigen Menschen individuelle Pflege und Betreuung nach modernen Standards.

- ✓ 56 stationäre Plätze;  
davon sind 44 Einzel- und 6 Doppelzimmer
- ✓ Jedes Zimmer mit modernen Pflegebetten und eigenem Sanitärbereich mit Dusche und WC sowie TV- und Telefonanschluss
- ✓ Gruppen- und Einzelangebote, spezielle Konzeption für den Umgang mit Demenzkranken
- ✓ Frische Speisen aus eigener Küche, Menüauswahl und Sonderkostformen
- ✓ Kurzzeitpflege
- ✓ Freie Arztwahl
- ✓ Tägliche Freizeitaktivitäten
- ✓ Friseur und Fußpflegeservice
- ✓ Umfangreiches kulturelles Veranstaltungsangebot
- ✓ Wöchentliche Gottesdienste/Andachten der evangelischen und katholischen Kirchengemeinde

**TELEFON**  
**07844 91898-0**

### AWO-Seniorenzentrum Hanauerland in Rheinau-Freistett

Hauptstraße 1a · 77866 Rheinau · Tel. 07844 91898-0 · Fax 07844 91898-159

E-Mail: [SZ-Hanauerland@awo-baden.de](mailto:SZ-Hanauerland@awo-baden.de) · [www.awo-seniorenzentrum-hanauerland.de](http://www.awo-seniorenzentrum-hanauerland.de)



Seniorenzentrum  
**Hanauerland**  
Rheinau-Freistett