

# HANAUERLAND

Journal

Neues aus dem AWO-Seniorenzentrum Hanauerland

## WILLKOMMEN IM NEUEN HEIM

Wie aus einem Zimmer  
Ihr Zuhause wird

## WAHRE FREUNDSCHAFT

Warum sie für uns  
so wertvoll ist



**FREUNDSCHAFT IM  
HANAUERLAND**

Martha Kraus und Gisela Knorre



Seniorenzentrum  
Hanauerland  
Rheinau-Freistett



**Michaela Ludwig**  
Einrichtungsleiterin

## Liebe Leserinnen und Leser,

der Frühling kommt. Erste Sonnenstrahlen kitzeln unsere Wangen. Die Natur wird langsam wieder bunt. Und während wir uns nach draußen wagen, kann der dicke Schal einfach im Schrank warten. Jetzt ist die schönste Zeit für einen kleinen Spaziergang. Die Luft riecht angenehm frisch, Krokusse und Osterglocken blühen, und die nächste Bank lädt auch schon zum Verweilen ein.

Nehmen Sie auf Ihrem Weg nach draußen doch gleich eine gute Freundin mit. Oder laden Sie Ihren alten Freund auf eine Tasse Kaffee ein. Die Verbundenheit mit anderen Menschen nämlich tut Geist und Körper gut. Weshalb das so ist und was eine gute Freundschaft ausmacht und warum sie für uns so wertvoll ist, lesen Sie in unserem Artikel »Wahre Freundschaft«. Es ist die Geschichte zweier Bewohnerinnen, die beweisen, dass man nie zu alt für eine neue Freundschaft ist – die beiden haben sich erst nach ihrem Einzug ins Seniorenzentrum kennen- und schätzen gelernt.

Wo wir schon beim Thema Einzug ins Seniorenzentrum sind: Schauen Sie sich doch mal unsere Einrichtungstipps an. Wir verraten Ihnen, wie aus Ihrem Zimmer mit einfach umzusetzenden Deko- und Farbideen ein echtes Zuhause wird. Ganz egal, ob Sie frisch hergezogen sind oder schon länger bei uns wohnen.

Für viele Bewohner und Bewohnerinnen ist unser Seniorenzentrum schon jetzt nicht nur ein Ort des Wohnens, sondern ein echtes Zuhause. Das freut uns sehr. Hier entstehen Freundschaften, hier wird gelacht, gesungen und getanzt. Auch darüber berichten wir natürlich in dieser Ausgabe. Lesen Sie also ganz in Ruhe nach, welche besonderen Momente wir in den vergangenen drei Monaten gemeinsam erlebt haben.

Als Rezeptvorschlag stellen wir Ihnen diesmal einen Badischen Kartoffelsalat vor. Der wärmt die Seele und lässt Erinnerungen wach werden.

Wir wünschen Ihnen viel Freude bei der Lektüre. Genießen Sie den Frühling!

*Michaela Ludwig*

Ihre Michaela Ludwig

COVERFOTO: ISTOCKPHOTO/TABITAZN

### ALLGEMEIN

#### Wahre Freundschaft

Warum sie für uns so wertvoll ist

4

### SPEZIAL

#### Willkommen im neuen Heim

Wie aus einem Zimmer Ihr Zuhause wird

8

### AKTUELL

#### Sich zu Hause fühlen im Seniorenheim

Wie kann das gelingen?

12

#### Freundschaft im Hanauerland

Martha Kraus und Gisela Knorre

14

#### Frischkäse-Nuss-Hörnchen

Für den süßen Genuss zwischendurch

15

#### Hallo!

Unser neuer Mitarbeiter Basel Al Souan stellt sich vor

16

#### Badischer Kartoffelsalat

Ein herzhaft-leckerer Klassiker zum Frühling

17

#### Kreuzworträtsel

18

### IHR AWO-SENIORENZENTRUM STELLT SICH VOR

#### Ihre Ansprechpartnerinnen und Ansprechpartner auf einen Blick

19





# Wahre Freundschaft

Warum sie für uns so wertvoll ist

*Erinnern Sie sich noch an Ihre ersten Freundschaften? Vielleicht haben Sie mit den Nachbarskindern einen Turm gebaut und gemeinsam beschlossen, dass Rot auf Blau schöner aussieht als Grün auf Gelb – und zack, war es da: dieses Gefühl, jemanden gefunden zu haben, der ähnlich denkt und an ähnlichen Dingen Freude hat.*

**Im Laufe unseres Lebens** mag sich die Art und Weise, wie wir Freundschaften pflegen und erleben, ändern. Doch egal, ob wir uns schon seit Jahrzehnten kennen oder unsere Freundschaft gerade erst beginnt: Das besondere Gefühl der Verbundenheit bildet immer die Basis für eine dauerhafte Beziehung. Gute Freundinnen und Freunde sind da, wenn es am lustigsten ist, und bleiben, wenn wir alles nur noch zum Heulen finden. Sie fangen uns auf, wenn wir Trauer erleben, und freuen sich mit uns, wenn uns Schönes widerfährt.

## **FREUNDSCHAFT STÄRKT DIE GESUNDHEIT**

Wissenschaftliche Erkenntnisse zeigen, dass soziale Beziehungen für ein besseres seelisches Gleichgewicht sorgen und einen positiven Einfluss auf unsere Gesundheit haben. Emotionale Bindungen stärken das Immunsystem und halten Herz und Kreislauf auf Trab. Studien konnten sogar beweisen, dass eine einzige als positiv empfundene Freundschaft ausreichte, um ein genetisch bedingtes Risiko

für eine Depression signifikant zu senken. Doch woran liegt es, dass uns manche Menschen auf Anhieb vertraut sind, während es bei anderen länger dauert, eine Verbindung aufzubauen?

## **FREUNDSCHAFT GEHT DURCH DIE NASE**

Natürlich spielen ähnliche Biografien, räumliche Nähe, gleiche Hobbys oder geteilte Wertvorstellungen eine große Rolle beim Entstehen von Freundschaften. Gleichzeitig gibt es unbewusst ablaufende Prozesse, die die Chance auf eine Freundschaft erhöhen. Demnach begünstigen etwa ähnliche Gerüche nicht nur romantische Beziehungen, sondern auch Freundschaften – besonders dann, wenn letztere spontan entstehen. Interessant ist auch, dass sehr gute Freundinnen und Freunde sich genetisch gesehen oft stark ähneln. Wenn Ihnen also jemand sofort sympathisch erscheint: Vertrauen Sie auf Ihre Nase, und sprechen Sie die Person einfach mal an. Freundschaften müssen sich nicht zwangsläufig erst über Jahre entwickeln. ▶

### FREUNDSCHAFT TUT GUT

Es ist nicht entscheidend, seit wann Sie sich kennen. Ob Sie täglich miteinander sprechen oder nur einmal im Monat. Ob Sie sich durch ein gemeinsames Hobby gefunden haben oder doch eher durch einen ähnlichen Körpergeruch. Fest steht: Echte Freundinnen und Freunde sind Seelenverwandte, die uns einfach gut tun. Und das in jeder Lebensphase.



### FREUNDSCHAFT MIT 86

## Gemeinsam lachen und viel erleben

Lieselotte Erdmann und Irmgard Meyer (beide 86) sind seit einem Jahr befreundet. Kennengelernt haben sie sich im AWO Seniorenzentrum Emilienpark. Als Frau Meyer am 21.2.2023 neu auf die Station Buchswald kam, saß Frau Erdmann dort gerade an einem Tisch und wünschte der neuen Nachbarin gleich eine gute Eingewöhnung. In den nächsten Tagen kamen die Damen immer wieder ins Gespräch und merkten gleich, dass sie sich verstehen. Für unsere aktuelle Heimzeitung haben wir uns mit den beiden über ihre besondere Bindung unterhalten.

**Liebe Frau Erdmann, liebe Frau Meyer, es ist so schön zu sehen, wie gut Sie beide sich verstehen. Können Sie uns erzählen, warum Sie Freundinnen geworden sind?**

**Lieselotte Erdmann:** »Weil wir uns sehr sympathisch sind und die Chemie stimmt! Wir sind beide sehr aktiv und haben festgestellt, dass wir gern Dinge gemeinsam unternehmen möchten.«

**Irmgard Meyer:** »Frau Erdmann ist ein sehr warmherziger Mensch. Bei einem Spaziergang im Park stopten wir an einer Bank und sie überreichte mir ein selbst gehäkeltes Täschchen als Geschenk. Darüber habe ich mich riesig gefreut und halte es seitdem in Ehren!«

**Was schätzen Sie besonders aneinander?**

**Lieselotte Erdmann:** »Die Ehrlichkeit, das Vertrauen ineinander. Ich weiß, wenn ich Frau Meyer etwas anvertraue, dass sie mit niemandem darüber redet. Außerdem schätze ich ihre Kreativität!«

**Irmgard Meyer:** »Frau Erdmann findet einfach immer die richtigen Worte. Sie ist sehr

diplomatisch, und wir haben denselben Humor!«

**Was machen Sie am liebsten zusammen?**

**Lieselotte Erdmann:** »Sams-tags gehen wir immer auf den Markt. Dort trifft man sich noch mit anderen und geht nach dem Einkauf im Gemein-dehaus bei Kaffee und Kuchen ein Schwätzchen halten. Gern spazieren wir auch so mal ins Dorf zum Shoppen, ab und zu auch in die Postfiliale. Beim Italiener wird ein Prosecco genossen und wir bekommen vom Eigentümer meist noch ein paar Leckereien dazu. Dabei lässt es sich dann auch hervorragend miteinander reden. Wenn man so unterwegs ist, merkt man auch, dass man im Alter noch geschätzt wird.«

**Irmgard Meyer:** »Wir besuchen auch gern Veranstaltungen im Dorf, soweit das Wetter es zulässt. Da gönnt man sich mal eine Portion Pommes frites. Im Sommer waren wir zum Beispiel bei Kultur im Park und gerade erst beim Narrenbaum-stellen. Es ist schön, wenn man solche Dinge gemeinsam machen kann anstatt allein. Wir spielen auch oft ›Mensch ärgere dich nicht‹ und ›Triomi-

nos‹ miteinander.«

**Worüber unterhalten Sie sich gern?**

**Lieselotte Erdmann:** »Über Sport. Ich schaue gern Tennis, Fußball und Handball.«

**Irmgard Meyer:** »Und ich liebe Wintersport und Handball. Oder wir sprechen über Filme und Serien sowie über gemeinsame Bekannte von früher.«

**Lieselotte Erdmann:** »Ja, lustigerweise haben wir nämlich in Gesprächen festgestellt, dass wir teilweise dieselben Leute kennen.«

**Frau Erdmann, Frau Meyer, wir danken Ihnen sehr für das super sympathische Gespräch.**



Die Freundinnen Lieselotte Erdmann und Irmgard Meyer im AWO Seniorenzentrum Emilienpark.



WIE AUS EINEM ZIMMER IHR ZUHAUSE WIRD

# Willkommen im neuen Heim

*Der Wechsel in ein Seniorenzentrum fällt nicht immer leicht.*

*Die Umgebung ist neu, die Nachbarschaft noch fremd, und die Wände sind zunächst einmal einfach nur Wände. Damit die neue Wohnung zu einem echten Zuhause wird, braucht es Zeit und Persönliches.*

*Und egal, ob Sie gerade frisch eingezogen sind oder schon eine Weile im Seniorenzentrum wohnen: Es lohnt sich immer, es sich hübsch zu machen.*

*Wie das mit wenig Aufwand gelingt, verraten wir Ihnen hier.*



## Entspannt ankommen

Erkunden Sie Ihr neues Zuhause ganz in Ruhe. Wo befindet sich die Cafeteria? Gibt es einen Garten oder angrenzenden Park? Eine nette Bank, auf der man die ersten Sonnenstrahlen des Jahres spüren kann? Je vertrauter Ihnen die Umgebung wird, desto sicherer und wohler werden Sie sich fühlen. So neu ist die Gegend für Sie gar nicht? Bestimmt gibt es dennoch viel zu entdecken.



## Sich ein Herz fassen und Hallo sagen

Fassen Sie sich ein Herz und beteiligen Sie sich aktiv am Gemeinschaftsleben. Ob bei Bastelaktionen, Konzerten oder Spielenachmittagen – die Teilnahme an Angeboten des Seniorenzentrums erweitert nicht nur Ihren räumlichen Radius, sondern verstärkt auch Ihr Wohlbefinden. Freuen Sie sich über neue Bekanntschaften und sagen Sie Ihren Zimmernachbarrinnen und Zimmernachbarn Hallo. Auch Ihre Lieblingspflegekraft kann zu einer vertrauten Bezugsperson werden.

## Persönlich werden

Bett, Schrank, ein geräumiges Bad – bestimmt ist erst mal alles da, was Sie brauchen. Und doch fehlt irgendwas. Na klar: die persönliche Note. Am besten stellen Sie direkt ein schönes gerahmtes Foto auf Ihren Nachttisch, und schon wird sich das Zimmer ganz anders anfühlen.

## Gewohnheiten pflegen

»Menschen sind Gewohnheitstiere«, stellte schon im 19. Jahrhundert der Schriftsteller Gustav Freytag fest. Und tatsächlich: Unser Gehirn ist darauf ausgelegt, Neues möglichst in alte Raster einzusortieren. Da passt ein Umzug erst mal schlecht ins Konzept. Zum Glück lassen sich viele unserer alltäglichen Gewohnheiten mit etwas Fantasie auch prima an eine neue Umgebung anpassen. Morgens als erstes Kaffee und Zeitung. Warum nicht? Vielleicht gibt es schon ein Abo, das Sie einfach mitnutzen können. Täglich ein kleiner Spaziergang bis zur nächsten Straßenecke und zurück? Bestimmt entdecken Sie auch an Ihrem neuen Zuhause ein Wegziel, das Sie sich stecken können. Wichtig bei allen lieb gewonnenen Gewohnheiten ist nur, dass Sie offen bleiben für neue Routinen, andere Menschen und vielleicht sogar ein nettes Hobby.



### Stehrüsschen in Dekohelden verwandeln

Objekte, die Ihnen am Herzen liegen, sollten nicht im gesamten Zimmer verteilt sein. Sie haben viele kleine Porzellanpüppchen? Stellen Sie sie gemeinsam in ein oder zwei Grüppchen auf. Auch Pokale stehen schöner zusammen als getrennt in jeder freien Ecke. Harmonisch wirkt es zudem, wenn Sie bei mehreren Grüppchen auf Symmetrie achten. Wenn Sie Lust auf etwas Neues haben, ist die Anzahl drei immer eine gute Wahl, zudem beruhigen gleiche Farben oder Materialien den Blick.



### Lieblingsfarben in Szene setzen

Nicht in jedem Seniorenzentrum ist es möglich, eine Wand in der eigenen Lieblingsfarbe zu streichen. Was aber in der Regel problemlos geht: ein Wand-Tattoo. Das ist ruckzuck angeklebt und lässt sich bei Bedarf auch schnell wieder lösen. Die Auswahl an Motiven, Farben und Sprüchen ist mittlerweile riesig. Lassen Sie sich einfach von Ihren Kindern, Enkelkindern oder einer anderen nahestehenden Person beim Stöbern im Internet helfen.

### Nur die Ruhe

Machen Sie sich nicht verrückt, wenn am Anfang nicht alles gleich perfekt ist. Der Umzug in ein neues Zuhause erfordert Zeit und Geduld. Das eigene Zimmer nach dem eigenen Geschmack zu gestalten und Ihre Persönlichkeit darin sichtbar zu machen, hilft Ihnen aber bestimmt, sich schneller richtig zu Hause zu fühlen.

FOTOS: ISTOCKPHOTO/TABITAZN; UNSPLASH

### Bild für Bild zu mehr Behaglichkeit

Ein Bild steht ja bereits auf Ihrem Nachttisch. Doch auch andere schöne Fotos, Werke von Ihren Enkelkindern, Kunstdrucke oder Originalgemälde lassen Sie am besten gar nicht erst in der Schublade verstauben. Sie haben beim Aufhängen kein gutes Auge? Hier helfen Designideen wie die Petersburger Hängung. Gleiche Rahmen, gleiche Formate oder gleiche Passepartouts sorgen auch bei scheinbar völlig unterschiedlichen Bildern für optische Ruhe. Wer es eher geordnet mag, für den ist die Kantenhängung eine gute Wahl. Dabei bilden die unteren Kanten aller aufgehängten Bilder eine klare Linie.



### DIESE DREI SENIORINNEN UND SENIOREN FÜHLEN SICH BEI DER AWO ZU HAUSE:



»Mein Vater war schon insgesamt fünf Jahre im AWO Seniorenzentrum Am Stadtpark. Ich habe ihn jeden Tag besucht. Ich fühlte mich hier nicht fremd. Als später ein Platz für mich frei wurde, habe ich gesagt »Sofort buchen!«. Ich fühle mich hier sehr wohl.«

Norbert von Schwech (65 J.), seit einem Jahr im AWO Seniorenzentrum Am Stadtpark



»Von meiner Wohnung aus konnte ich früher direkt auf das AWO Seniorenzentrum blicken. Ich habe dort gern die öffentlichen Veranstaltungen wie Konzerte und Vernissagen besucht. Als ich allein nicht mehr gut zurechtkam, war für mich klar, dass die AWO für mich die erste Wahl sein würde.«

Irmgard Leschke (94 J.), seit drei Jahren im AWO Seniorenzentrum Am Stadtpark



»Hier fühle ich mich wohl, es ist wie ein Luxushotel mit Sternen! Wir sind alle gut versorgt.«

Milka Steiger (79 J.), seit zwei Jahren im AWO Seniorenzentrum Am Stadtpark

**Wir freuen uns, dass Sie da sind: willkommen im neuen Heim!**



# SICH ZU HAUSE FÜHLEN IM SENIORENHEIM

## Wie kann das gelingen?

*Wir lassen drei unserer Bewohnerinnen und Bewohner hierzu zu Wort kommen.*



**Frau Martin berichtet:**

»Wissen Sie, ich habe vorher in einer Ein-Zimmer-Wohnung gelebt, da war ich immer allein. Als meine Kinder den Vorschlag machten, ich solle hierherziehen, war ich zuerst skeptisch. Aber jetzt bin ich dankbar. Dass ich mich hier zu Hause fühle, hängt weniger von einem Gegenstand ab als von einem Gefühl, denn keiner ist gern allein. Natürlich soll man auch offen sein für etwas Neues, sonst klappt das nicht, und darauf vertrauen, dass es gut wird. Ich habe hier Abwechslung im Alltag durch die verschiedenen Angebote im Haus, kann frei entscheiden oder meine geliebten Spaziergänge machen. Und was noch wichtiger ist, die Menschen – ob Bewohnerinnen und Bewohner oder die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter –, sie werden zu einer Art Familie, und das ist so wertvoll, dann fühlt man sich zu Hause, weil immer jemand da ist.«



**Frau Bilz sagt:**

»Auch ich war zuletzt zu Hause viel allein, das ist einfach nicht schön, wenn man den ganzen Tag nicht wirklich Gesellschaft hat. Als ich hier eingezogen bin, habe ich eine kleine Kommode und natürlich Bilder mitgenommen, die sind ganz wichtig. So habe ich meine Liebsten immer um mich herum. Ich hatte am Anfang auch Bedenken, ob das alles so klappt, man braucht einige Zeit, sich mit dem Alltag hier vertraut zu machen, aber ich dachte mir »Jetzt schaust du dir das mal an«. Auch für mich ist das Gefühl, nicht allein zu sein, ein wichtiger Punkt, um mich hier zu Hause fühlen zu können. Was besonders schön ist, dass hier im Haus Jahreszeitenfeste wie Weihnachten und Ostern, Fastnacht gefeiert werden, so wie man es zu Hause ja auch macht, und dann alles herrichtet. Dementsprechend finden schöne Veranstaltungen statt oder man wird im Vorfeld, wenn man Lust hat, eingebunden, aktiv an der Gestaltung von Dekorationen fürs Haus mitzuhelfen.«



**Herr Bürkel erzählt:**

»Ich habe vorher schon einige Jahre im betreuten Wohnen gelebt, insofern war es dann keine große Sache, hier einzuziehen. Ich habe einige Gegenstände mitgenommen wie Fernseher und Sessel und Bilder, sie sind auch wichtig. Was es mir leicht gemacht hat, war ebenfalls eher mit einem Gefühl verbunden. So war es auch für mich wesentlich, dass die Chemie stimmt mit den anderen Bewohnerinnen und Bewohnern und mit den Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern. Ich finde es gut, dass ich mit allen per Du bin, das macht es familiär und man hat auch gleich einen Draht zueinander. Alltägliche Routinen finde ich gut. Ich kümmere mich um die Blumen, die ich in den Sommermonaten täglich gieße. Ich helfe gern und unterstütze andere Bewohnerinnen und Bewohner, wo

ich kann. Ich bin auch im Heimbeirat aktiv und finde es sehr gut, was zu tun zu haben, gebraucht zu werden.«

Die täglichen Spielrunden, zu denen er sich mit anderen Bewohnerinnen und Bewohnern trifft, sind ebenfalls ein fester Bestandteil seines Alltags geworden.

Und so haben unsere Bewohnerinnen und Bewohner eines gemeinsam, wenn es darum geht, dass sich das Seniorenheim wie ein Zuhause anfühlen soll: offen sein für Neues und Vertrauen fassen. Es ist am Ende vor allem ein Wohlfühlgefühl und die Sicherheit eines geregelten Alltags, die das Seniorenheim zum Zuhause werden lassen.

*»Zu Hause ist da, wo nicht nur der Schlüssel passt, sondern sich das Herz wohlfühlt.«*



## FREUNDSCHAFT im Hanauerland

In einem von unseren wenigen Doppelzimmern wohnen die beiden Bewohnerinnen Martha Kraus und Gisela Knorre. Frau Kraus zog zwei Monate nach Frau Knorre im Dezember 2022 ein. Aus der Zimmergemeinschaft hat sich eine richtige Freundschaft entwickelt.

Rücksicht aufeinander nehmen, so hat es angefangen bei den beiden, selbstverständlich ist das doch auch, finden sie! Frau Knorre schätzt an Frau Kraus, dass sie umgänglich, freundlich, lustig und hilfsbereit ist. Frau Kraus findet es schön, dass Frau Knorre immer kommt, wenn sie ruft, das war früher bei ihrem Mann nicht immer so.

Gisa, wie sie Frau Kraus liebevoll nennt, läuft jeden Abend zu Martha ans Bett und deckt sie noch einmal richtig zu, denn sie friert doch immer schnell und hat es gern kuschelig warm.



Die zwei Damen gehen gern zur Gymnastik, sie singen gern, kommen zu den Bastelrunden ... aber immer gemeinsam. Allein, ohne die Zimmernachbarin, sieht man sie nie.

Dass sie im Alter noch einmal eine Freundin finden, das hätte keine von beiden gedacht, sie sind unheimlich dankbar dafür. ❤️



Martha Kraus und Gisela Knorre

## Frischkäse-Nuss-Hörnchen

### Zutaten für 4 Portionen

- 200 g zimmerwarme Butter
- 200 g Frischkäse
- Mehl Type 405
- gemahlene Walnüsse
- 80 g brauner Zucker
- 80 g weißer Zucker
- Backpapier

### Zubereitung

Aus Mehl, Butter und Frischkäse einen Teig bereiten, ihn in 4 gleich schwere Stücke teilen und mind. 1/2 Stunde kalt stellen. Die Nüsse mit den beiden Zuckersorten mischen. Den Backofen auf 190° C. Ober- und Unterhitze vorheizen.

Für jedes Teigstück 60 g der Nuss-Zucker-Mischung auf eine Arbeitsunterlage geben und den Teig darauf rund ca. 30 cm im Durchmesser dünn und gleichmäßig ausrollen. Mit einem Teigrädchen 16 Stücke austrädeln und jedes von der breiten Seite her aufrollen.

Sollte nach einem Durchgang noch Nuss-Zucker-Mischung auf der Arbeitsfläche übrig sein, einfach die Hörnchen mit der Oberseite darin wälzen. Die entstandenen Hörnchen auf ein mit Backpapier ausgelegtes Backblech geben und 15 - 20 Min. goldbraun backen.

Guten Appetit! ❤️





# HALLO!

**Mein Name ist Basel Al Souan, ich bin 21 Jahre alt und stamme aus Syrien. Seit 2021 lebe ich in Deutschland.**

2014 wanderte meine Familie mit mir von Syrien in die Türkei aus, dort blieben wir fünf Jahre. Von der Türkei ging es über Griechenland, wo wir ein Jahr und acht Monate lebten, in die Schweiz nach Zürich und von dort nach Deutschland. Hier waren unsere Stationen Heidelberg, Karlsruhe, Freiburg, Friesenheim und danach Rheinau/ Rheinbischofsheim.

Bis zu meinem nächsten Sprachkurs arbeite ich im AWO Seniorenzentrum Hanauerland in Freistett. Hier unterstütze ich bei der Betreuung und Pflege der Heimbewohnerinnen und -bewohner. Es gibt verschiedene Aufgaben wie Frühstück verteilen, Trinkdienst, mit den Bewohnerinnen und Bewohnern spielen, Gruppenaktivierung vorbereiten und mit Bewohnerinnen und Bewohnern spazieren gehen.

Ich fühle mich sehr wohl hier im Haus und ich mag die Arbeit und die Menschen. ❤️



## Badischer Kartoffelsalat

### Zubereitung

#### Zutaten für 4 Portionen

- 1 kg festkochende Kartoffel
- 150 ml gutes Sonnenblumenöl
- 80 ml Weißweinessig
- 200 ml Rinderkraftbrühe oder Gemüsebrühe
- 100 g fein gewürfelte Zwiebel
- 1 EL mittelscharfer Senf
- 1 TL Knoblauch
- geschnittene Petersilie, Schnittlauch oder Radieschen zur Deko

Erhitzen Sie das Sonnenblumenöl in einer Pfanne und dünsten Sie die Zwiebeln darin glasig an. Fügen Sie anschließend den Essig und die Brühe hinzu. Die Mischung dann bei mittlerer Temperatur 15 Minuten köcheln lassen.

Den Senf unbedingt erst nach dem Köcheln unterrühren, um eine bittere Note zu vermeiden!

In der Zwischenzeit können Sie die Kartoffeln kochen. Anschließend warm schälen und in Scheiben schneiden.

Vermischen Sie nun beides im warmen Zustand miteinander und lassen es für 4-5 Minuten ziehen. Danach können Sie das Gericht warm genießen.

**Guten Appetit!** ❤️



# KREUZWORTRÄTSEL

german. Göttergeschlecht	Abfahrt	US-Raumfahrtbehörde	3./4. Fall von „wir“ Staat im Baltikum	ein Halbedelstein	EDV-Einheit Schiffs-tau	Jagd-tasche Apostel	franz. Departement	vielseitiger Sachbericht
				einfache Schlaf-stätte	8			
Streich-instrument zuvor				Narko-tikum musik.: singen		13		chinese-sische Dynastie
	9		engl. Bier Figur bei Kleist			Sohn von Aga-memnon englisch: Säure	4	
				Frauen-kurzname			große Eule Titel arab. Fürsten	
Rausch-gift-händler (engl.) ein Klei-dungs-stück		Anzeige bei Be-hörden Fremd-wortteil: neu Milchwirt			Ehren-name der röm. Kaiser Tochter des Odipus arge Lage	10		
12			Natur-bau-stoff frz.: Meer			US-Ameri-kaner (Kw.)	kleine Am- phibie	literar. Hand-lungs-abläufe
beende-tes Wachst-um	Ereignis (engl.)	nicht stereo Haar-tracht		7	mittellos Geneh-migung			Sitten-lehre
			Lebens-hauch Spion			Heizstoff Adler-stein		
Treu-bruch ital.: gestern					Brücke in Venedig Berg-weide			5
	6		englisch: Treffer beim Fußball			nicht nach-gemacht	11	
Fließ-behin-derung		Frauen-name latein.: Luft		2		englisch: dieses locker		
			3	franzö-sisch: Abend	Lasttier Männer-name		Gattin des Gottes Zeus	englisch: Liebe
deutsche Vorsilbe	Siegerin griech. Buch-stabe				Kurort in England Abk.: An-weisung	1		israeli-tischer Stamm
		Kfz-Z. Bad Aussee		keltische Sprache der Insel Man			lat.: ich Abk.: breit	
rohes geschab-tes Rind-fleisch	Atoll in der Südsee						artig	
				Lenden-wirbel-säule (Abk.)			wilde Acker-pflanze	

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----	----	----	----

Lösungswort: BLUTENPFRÄCHT

## 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

8:00 – 12:00 Uhr  
13:00 – 16:00 Uhr



**Michaela Ludwig**

Einrichtungsleitung  
Tel. 07844 91898-160  
michaela.ludwig@awo-baden.de



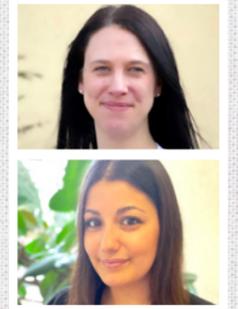
**Jasmin Seibert**

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



**Anette Ell**

WB 2 – Wohnbereichsleitung  
Stellv. Pflegedienstleitung  
Tel. 07844 91898-0  
anette.ell@awo-baden.de



**Carina Eckstein • Kader Sagnak**

WB 1 – Wohnbereichsleitung  
Tel. 07844 91898-181  
carina.eckstein@awo-baden.de  
kader.sagnak@awo-baden.de



**Elfi Vogt**

Sozialer Dienst  
Tel. 07844 91898-151  
elfi.vogt@awo-baden.de



**Nathalie Leveque**

Sozialer Dienst  
Tel. 07844 91898-151  
nathalie.leveque@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

### 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.  
Johann-Georg-Schlosser-Straße 10  
76149 Karlsruhe  
T. +49 721 82 070 | F. +49 721 82 07 600  
info@awo-baden.de

### LAYOUT/PRODUKTION

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

### REDAKTION

Michaela Ludwig und die COMMWORK Werbeagentur GmbH

### LEKTORAT

Dr. Gabriele Schweickhardt

### FOTOREDAKTION

AWO-Seniorenzentrum Hanauerland und Eric Langerbeins, COMMWORK Werbeagentur GmbH

# 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