

SOMMER 2022

# HANAUERLAND

Journal

Neues aus dem AWO-Seniorenzentrum Hanauerland

## REIN IN DEN »FLOW«

Lassen Sie uns kreativ werden!

## »HAUPTSACHE BUNT«

Diese Blütenpracht lässt uns  
das Herz aufgehen



### **RÜCKBLICKE & KREATIVES**

Kreativität wird in unserem  
Hause großgeschrieben



Seniorenzentrum  
Hanauerland  
Rheinau-Freistett



**Michaela Ludwig**  
Einrichtungsleiterin

## Liebe Leserinnen und Leser,

haben die ersten Sonnenstrahlen schon Ihre Nase gekitzelt, hat der Frühsommer mit seinen vielen Farben Sie schon erfreut? Herrlich, wie alles erblüht ist und viele der Sorgen aus den vergangenen Monaten von der warmen Luft fast weggeweht werden. Nutzen Sie diese Zeit, um weiter durchzuatmen und vielleicht sogar, um wieder etwas Kreativität in den Alltag fließen zu lassen. Dafür stellen wir Ihnen ab Seite 4 ein paar schöne Ideen vor, die leicht umzusetzen sind und eine große Wirkung haben. Frei nach dem Motto »Raus aus dem Alltag, rein in den Flow«.

Natürlich darf in so einer sonnigen, bunten Ausgabe eines nicht fehlen: Blumen! Haben Sie Ihre Lieblingsblumen schon gepflanzt oder stehen sie vielleicht sogar das ganze Jahr über auf Ihrer Fensterbank? Unsere Bewohnerinnen berichten ab Seite 8 von ihren liebsten Pflanzenfreunden und haben dazu noch einen kleinen Geheimtipp für Sie.

Blumen, Malen, Kochen und Musizieren sind nur ein Teil dieser frischen Ausgabe. Sie erfahren selbstverständlich auch, welche tollen Geschichten sich in den Häusern zugetragen haben.

Ich wünsche Ihnen viel Spaß beim Lesen, genießen Sie die Sonne und werden Sie kreativ!

Bleiben Sie gesund.

*Michaela Ludwig*

Ihre Michaela Ludwig

### ALLGEMEIN

**Rein in den »Flow«** 4  
*Lassen Sie uns kreativ werden!*

### SPEZIAL

**»Hauptsache bunt«** 8  
*Diese Blütenpracht lässt uns das Herz aufgehen*

### AKTUELL

**Rückblicke & Kreatives** 12  
*Kreativität wird in unserem Hause großgeschrieben*

**Das Zeitungsbeer** 16  
*Redensarten und Wissenswertes 1*

**Was bedeutet eigentlich »RR«?** 17  
*Redensarten und Wissenswertes 2*

**Kreuzworträtsel** 18

### IHR AWO-SENIORENZENTRUM STELLT SICH VOR

**Ihre Ansprechpartner/innen auf einen Blick** 19



4



8



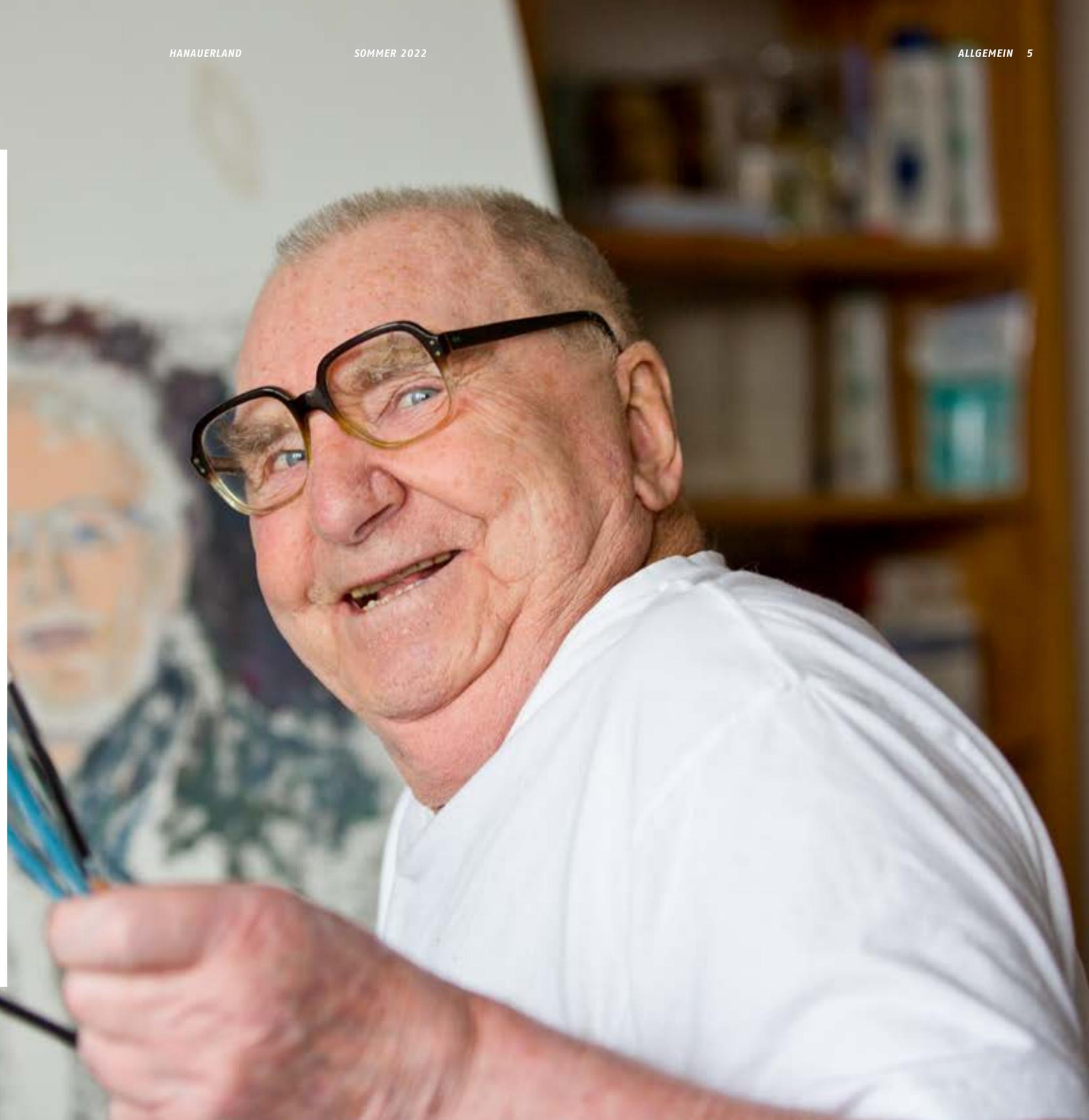
12

**WIE KREATIVITÄT MIT GLÜCK EINHERGEHT**

# Rein in den »FLOW«

*Der Sommer wartet bereits hinter der nächsten Ecke auf uns mit seinen satten, strahlenden Farben, der Wärme der Sonne auf unserer Haut und in unserem Herzen. Fühlt sich Ihr Geist bei so viel erblühter Natur auch erquickt? Dann lassen Sie uns kreativ werden!*

Aber was beschreibt dieses Wort überhaupt? Definitionen gibt es unzählige, die meisten handeln davon, etwas Neues zu erschaffen, also eine Art schöpferische Kraft. Umgangssprachlich reden wir häufig von Fantasie oder Erfindergeist, die dafür sorgen, von innen heraus etwas Eigenes entstehen zu lassen. Dabei muss nicht im Fokus stehen, eine künstlerische Meisterleistung abzuliefern. Kreativität soll vor allen Dingen heilsam sein und Sie in einen »Flow« bringen! Der amerikanische Glücksforscher und Psychologe – Achtung, schwer auszusprechender Name – Mihály Csíkszentmihályi beschreibt den sogenannten »Flow« als ein erfüllendes Gefühl und eine Art der Erleichterung. Emotionen, die wir öfter in unseren Alltag einfließen lassen sollten. Wir stellen Ihnen dafür drei Beschäftigungen vor, damit das Glück Sie durchfließt. ➤





## Hier spielt die Musik

**Die Augen sind** beim Malen oder Zeichnen sehr beschäftigt. Aber auch der Hörsinn kann mit Kreativität in Einklang gebracht werden. Musik ist hier das Schlüsselwort. Vielleicht haben Sie bereits in jüngeren Jahren ein Instrument gespielt, wenn nicht, ist das kein Problem.

Denn hierbei geht es ebenfalls mehr um das Musizieren an sich als um das perfekte Ergebnis. Die Mundharmonika ist schnell geschnappt und gespielt – egal ob alleine oder in einer kleinen »Band«. Lassen Sie die Melodie fließen und spüren Sie, wie das Glück Sie durchströmt, durch schöne Klänge und gemeinsame Zeit mit Gleichgesinnten. Übrigens kann vieles ein Instrument sein, sogar eine alte Klopapierrolle mit zwei Luftballons an beiden Seiten und ein paar Reiskörnern darin.



Sie sehen also, egal in welchem Alter, Kreativität findet immer einen Platz. Besonders im späteren Leben fällt es durch die stärkere Verbindung von Verstand und Gefühl leichter, wie Gerontologen herausgefunden haben. Viel erlebt, gesehen und gehört haben Sie natürlich auch, bringen Sie es also gerne kreativ zum Ausdruck und kommen in den »Flow«. ❤️

## ► Pinsel, Stift oder Kohle

**Denken wir an** Kreativität, haben wir sofort ein Bild im Kopf – einen Menschen mit Pinsel vor einer Leinwand. Malen und Zeichnen ist nicht nur etwas für waschechte Künstlerinnen und Künstler. Manchmal reicht es schon, ein paar Farbkleckse auf einem Blatt zu verteilen und der Fantasie freien Lauf zu lassen. Vielleicht möchten Sie dem Klecks ein Paar Arme anfügen, oder erinnert er Sie doch eher an eine Sonne, weil Sie sich für die Farbe Gelb entschieden haben? Es ist Ihr Werk und somit Ihre Entscheidung. Nicht nur bei der Gestaltung, sondern auch bei der Wahl der Materialien: Pinsel und Tusche, Bleistift, Kreide oder Kohle – gemalt werden kann mit fast allem. Manche Leute nutzen sogar einen Wischmopp! Also horchen Sie in sich hinein und schauen, was Ihre Hand aufs Papier zaubert.

## Die Küche ist meine Leinwand

**Sie mögen es** vielleicht nicht glauben, aber das Ausprobieren und Entwickeln von Rezepten regt ebenfalls die kreative Ader an. Ein altes bekanntes Gericht mit neuen Gewürzen verfeinern oder mal etwas komplett Unbekanntes kochen und vor allem am Ende genießen. Das unterstützt die Motorik der Hände und hilft, den Geschmackssinn zu erhalten. Da kommt das Glücksgefühl nicht nur durch die Fantasie am Herd, sondern auch aus dem gefüllten Bauch heraus.



# »HAUPTSACHE BUNT«



Doris Glöckle

Wenn die farbenfrohe Blütenpracht kommt und den kalten, grauen Winter erst mal für einige Monate in den Urlaub schickt, dann ist es Zeit, einen Blick in den Garten zu werfen. Natürlich dürfen die Füße gerne folgen und auf Entdeckungstour in die grüne Oase gehen. Zu finden gibt es hier einiges und wahrscheinlich hat jeder Mensch seine ganz eigene Lieblingspflanze. Deshalb haben wir mit einigen Bewohnerinnen gesprochen, bei welcher Blüte ihnen das Herz aufgeht.

*Doris Glöckle freut sich jedes Jahr aufs Neue auf die warme Jahreszeit und all die Veränderungen, die sie mit sich bringt.*

Schließlich lässt sich die Natur nicht vom Erstrahlen abbringen und lädt uns ein, auf der Parkbank oder am Fenster zu verweilen und das Spektakel zu bewundern. In diesem Jahr wurden auch wieder die Hochbeete im AWO Seniorenzentrum Am Stadtpark für die blühende Zeit vorbereitet und sind eine wahre Augenweide – da finden alle etwas zum Bestaunen. Ihre persönlichen Lieblinge sind die Blausterne, auch Blausternchen genannt. Eine typische Frühlingsblume, die vor allem an Waldwegen wächst und gedeiht. Doch auch in der Nähe des Seniorenheims lassen sie sich bei Frau Glöckles Spaziergängen durch den Park blicken und für einen kleinen Strauß in den vier Wänden pflücken. Schließlich ist alles noch ein bisschen schöner und bunter, wenn ein paar hübsche Blümlein auf dem Tisch stehen.

Zwergstrauch, Strauch oder doch sogar ein Baum? Beim Rhododendron ist das schwer zu sagen, bei seinen fast unzählbar vielen Sorten. ►

Elfriede Hopfinger



*Auch tierische Fans konnte Frau Hopfinger für sich gewinnen, denn die Bienen lieben ihre Blumenauswahl.*



Rosel Kunkler



- Aber eines haben sie alle gemeinsam: Sie sehen herrlich aus. Das findet auch Rosel Kunkler, die sich bereits im heimischen Garten in Freiburg über viele Jahre an der vielfältigen Pflanze erfreuen konnte. Dank der Mitarbeiterin Frau Wimmer und ihrem grünen Daumen hat Frau Kunkler im Garten des Emmi-Seeh-Heims die Möglichkeit, eine Pause neben dem Rhododendronstrauch einzulegen.

Wollen Ihre Pflanzen mal nicht so wie Sie und lassen die Köpfe hängen? Dann hat Elfriede Hopfinger aus dem Seniorenzentrum Hardtwald einen kleinen Geheimtipp für Sie: Einfach mal einen Schnack halten! Bei Frau Hopfinger gedeiht dadurch alles, was einen Platz in ihrem Zimmer findet. Eine Lieblingsblume hat sie gar nicht, »Hauptsache bunt« soll es sein! Bereits seit fünf Jahren bepflanzt die Blumenflüsterin auf dem Balkon ihres Wohnbereichs die Kästen und macht allen eine große Freude damit. Auch tierische Fans konnte Frau Hopfinger für sich gewinnen, denn die Bienen lieben ihre Blumenauswahl. Die Liebe zu den bunten Blüten hat sie von ihrem Schwiegervater. Ein Glück für den Balkon des Seniorenzentrums Hardtwald, dass es Frau Hopfinger mit 25 Jahren durch ihre Hochzeit nach Karlsruhe-Neureut verschlagen hat.

Nach so vielen Worten über die erwachte Natur und Blumen wird es Zeit für einen Spaziergang, finden Sie nicht auch? Vielleicht sehen Sie ja unterwegs Ihre Lieblingspflanze oder beobachten vom Fenster aus einige Vogelpärchen im Rhododendronstrauch. ♡

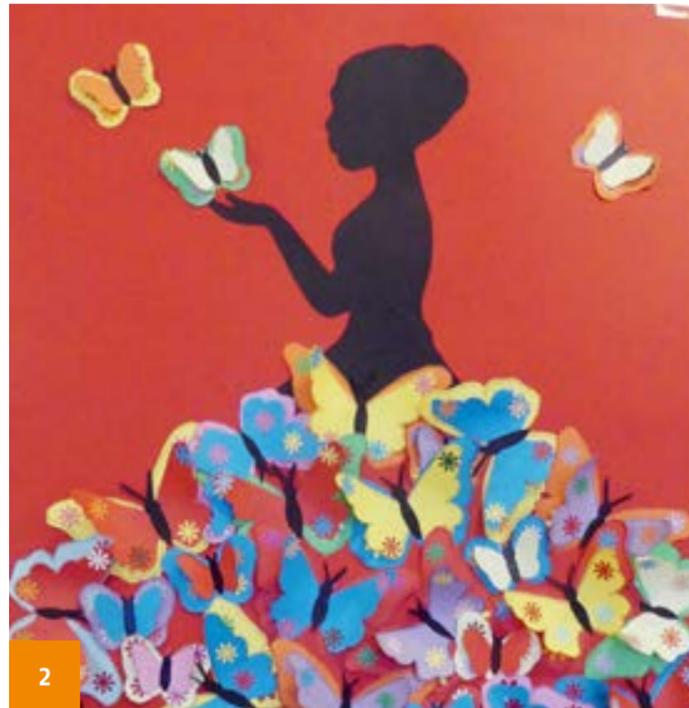


# RÜCKBLICKE & KREATIVES

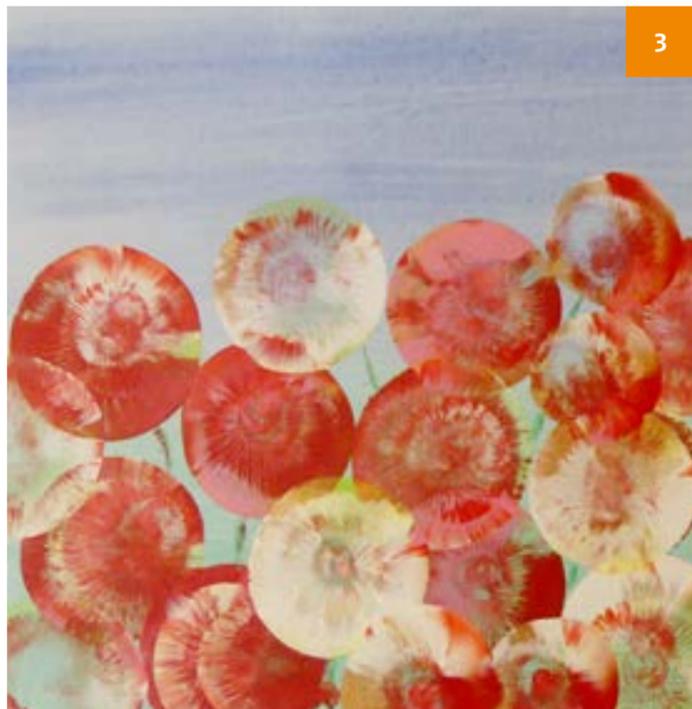
*Kreativität wird in unserem Hause großgeschrieben. Mit viel Engagement und den unterschiedlichsten Materialien fertigen die Betreuungskräfte immer wieder etwas Neues mit den Bewohnerinnen und Bewohnern.*



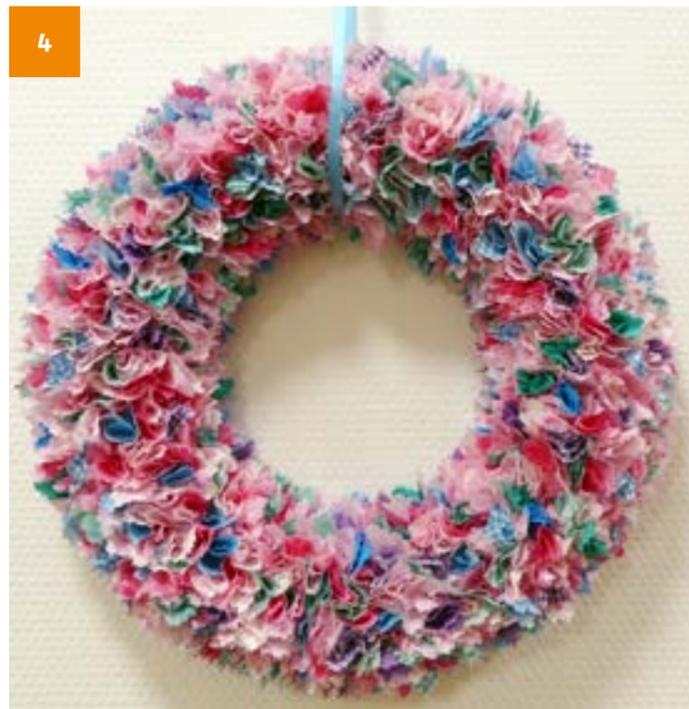
1



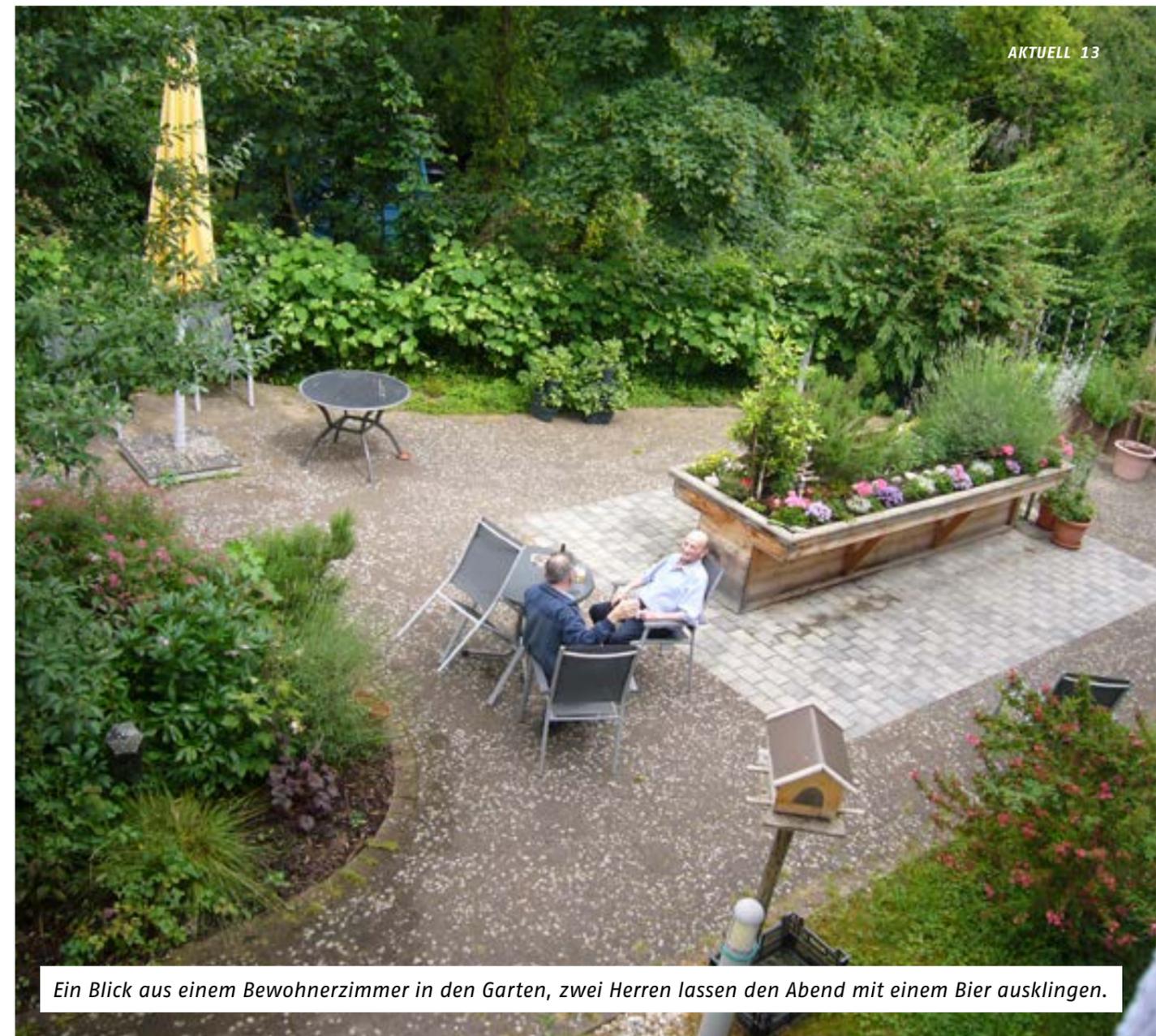
2



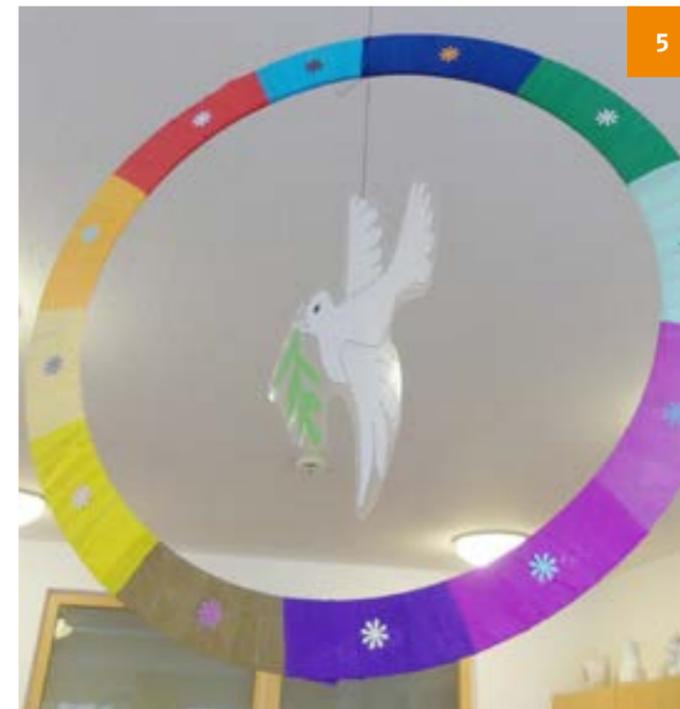
3



4



Ein Blick aus einem Bewohnerzimmer in den Garten, zwei Herren lassen den Abend mit einem Bier ausklingen.



5

1. Dieser Kranz wurde aus Kaffeefiltern hergestellt.
2. Die Schmetterlingsdame: In mehreren Aktivierungs-Kreativstunden schnitten die Bewohnenden die Schmetterlinge aus und verzierten die dazugehörige Dame.
3. Dieses Bild wurde mit Hilfe eines in Farbe getunkten Luftballons hergestellt. Am Schluss wurde mit Wachsmalkreide der Stiel der Blumen gezeichnet.
4. Hier wurden Stoffquadrate mit einer Zickzackschere geschnitten und zu dem Kranz verarbeitet.
5. Die Friedenstaube: Der Ring wurde mit Krepppapier in unterschiedlichen Farben umwickelt. Dann wurde die ausgeschnittene Friedenstaube laminiert und in die Mitte des Ringes gehängt.

Osterbastelarbeiten



## REDENSARTEN &amp; WISSENSWERTES 1

## Das ZEITUNGSBIER

**Vielleicht haben Sie** ihn schon gelesen, den Artikel über die Lieblingspflanzen unserer Bewohnerinnen und Bewohner. Darin wird auch Doris Glöckle erwähnt und ihre Freude über die warme Jahreszeit. Und genau dieser Artikel wäre der richtige Anlass, damit Frau Glöckle ein »Zeitungsbeer« ausgibt.

Was mit diesem Begriff gemeint ist? Nun, sobald jemand in einer Zeitung oder in einer Zeitschrift erwähnt wird (womöglich sogar einen ganzen Artikel erhält), will es der Brauch, dass er oder sie eine Runde ausgibt – das sogenannte Zeitungsbeer. Vor allem bei Sportvereinen ist dies ein beliebter Usus. Dann, wenn eine Mannschaftskollegin oder ein -kollege im Sportbericht Erwähnung findet, heißt es: Geldbeutel zücken und eine Runde schmeißen. Ein Zeitungsbeer eben. Na dann: Prost!



## REDENSARTEN &amp; WISSENSWERTES 2

## Was bedeutet eigentlich »RR«?

**E**gal ob im Pflegeheim oder bei dem Hausarzt, der Hausärztin: Überall wird der Blutdruck gemessen. Und auch in der Notaufnahme des Krankenhauses ist diese Messung so ziemlich das erste, was an medizinischer Untersuchung vorgenommen wird. Dass der Blutdruck (Normalwert: 120/80 mmHG) eine wichtige Messgröße ist, dürfte ziemlich klar sein. Viele wissen auch: Der erste Wert (systolischer Wert) misst den Druck, wenn sich der Herzmuskel zusammenzieht und Blut in die Arterien drückt; der zweite Wert (diastolischer Wert) misst den Druck, wenn das Herz entspannt.

Was das »RR« aber bedeutet, welches sich als Kürzel für Blutdruck später in der Dokumentation findet, bleibt für die meisten ein Rätsel. Nicht weniger kryptisch: das »mmHG« als Einheit des Blutdrucks. Sobald Sie diesen Artikel jedoch gelesen haben, herrscht Licht im Dunkeln – beide Begriffe sind einfach und schlüssig.

Bis Ende des 19. Jahrhunderts war die Blutdruckmessung eine sehr unangenehme Sache. Erst 1896 erfand der italienische Arzt Scipione Riva-Rocci die unblutige Messung: Er band

seinen Patientinnen und Patienten einen Fahrradschlauch als Manschette um den Oberarm und pumpte diesen auf. Die Druckmessung nahm er mittels eines Quecksilberbarometers vor. Dabei fand er heraus, dass es einen Punkt gab, an dem der Puls am Handgelenk nicht mehr messbar war – der systolische Wert war gefunden. Ließ man nachfolgend die Luft aus dem Fahrradschlauch, war irgendwann wieder ein Puls zu erfühlen – das war der diastolische Wert. Abgesehen davon, dass die Messgeräte heutzutage etwas moderner sind als zu Zeiten von Scipione Riva-Rocci, funktioniert die Blutdruckmessung noch immer nach dem gleichen Prinzip wie damals.

Doch nun zu den beiden Begrifflichkeiten. Zu Ehren des Erfinders stehen seine Initialen »RR« (Riva-Rocci) als Kürzel für den Blutdruck. Und die Maßeinheit mmHG lehnt sich noch heute an das Quecksilberbarometer an. »HG« ist die chemische Bezeichnung für Quecksilber; »mm« bedeutet Millimeter und gibt an, wie hoch die Säule des Quecksilberbarometers bei der Messung gestiegen ist. Ein Wert von 120/80 bedeutet also, dass sich beim systolischen Wert die Quecksilbersäule 120 mm hoch im Barometer befindet, beim diastolischen Wert 80 mm. 



# Kreuzworträtsel

Papstwürde	Fahrgastkabinen im Zug	Volksstamm in Gabun	soundsovielte anomal	Fluss in Sibirien	marok. Gebirge Feuerstelle	französisch: dieses Warnton	Halbleiter	gesunden			
				eine Schokolade		6					
Spielkarte	ital. Name des Ätna			Büro (engl.) Einzelstück				11	nicht verheiratet		
		2	franz. Artikel Wortteil: Gebirge		frz. Männername den Mund betreff.						
				französische Vereinigung		franz. Artikel eh. österr. Adelstitel					
Nervenzelle	drei Musizierende		8		Hautkrankheit bei Haustieren			3			
oö. Bezirksvorort	Olympiakomitee Stützerkerbe			Teichhühner	US-Astronaut Ausruf						
			kasachischer See Elan			englisch: rot	Radmittelhülsen		Frauenname		
Trinkgefäß	größter Erdteil	altägypt. Hauptgott Luftrollen		9	subarktischer Hirsch Gefährten				Pflanzenklettertrieb		
				Pökelbrühe Stadt in Franken		Papagei Rohstoffauszug					
Schiffsbauanlage Absicht			1		Storch in Fabeln Jetzt-Zustand						
			kurz für: bei dem			französisch: Zahn					
Kurzmitteilung (Kw.)	leichter Pferdewort Fernkopie			4		Gibbon Männerkurzname					
			Hochgebirgsweide		Karolineninsel wertloses Zeug		Nachlassempfänger		altperische Königsstadt		
germanischer Wassergeist	Harzart Westeuropäer				Frauenrolle ital.: eins		7	Abk.: Abhandlung			
			Abk.: 'Salzb. Nachrichten'	dt. Automarke			nicht glatt				10
							Vorsilbe				
Huhn	Marge, Differenz				5	Gemeinde im Unterinntal					
				spanische Anrede: Herr		Rehabilitation Kw.					12

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

Lösungswort: ANDENSTRAUCH

## Schön, dass Sie mehr wissen möchten!

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

Montag – Freitag 8:00 – 12:30 Uhr  
Montag – Donnerstag 13:30 – 16:30 Uhr  
Freitag 13:30 – 15:00 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



**Susanne Fritz**  
WB 1 – Wohnbereichsleitung  
Tel. 07844 91898-0  
susanne.fritz@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.  
Hohenzollernstraße 22 | 76135 Karlsruhe  
T. +49 721 82 070 | F. +49 721 82 07 600  
info@awo-baden.de

### REDAKTION

Michaela Ludwig 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

Manuela Tanzen

# 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