

# HANAUERLAND

Journal

Neues aus dem AWO-Seniorenzentrum Hanauerland



**Guten Appetit allerseits –  
Gaumenfreuden im Seniorenzentrum**



**Fast täglich frischer Kuchen  
Ein Blick in unsere Küche**



Seniorenzentrum  
Hanauerland  
Rheinau-Freistett

## Liebe Leserinnen und Leser,



**Silvia Bainszyk**  
Einrichtungsleiterin

wer zu dieser Jahreszeit einen Streifzug durch die dunklen Straßen unternimmt, spaziert an vielen hell erleuchteten Fenstern vorbei. Kerzen und Lichterketten verleihen den Zimmern einen festlichen Glanz. Im Vorübergehen wird so ein kurzer Blick in das Leben der anderen erhascht: Kinder toben über das Sofa, eine Katze räkelt sich auf der Fensterbank, in der Küche steht jemand mit dem Kochlöffel am Herd.

Könnte man doch nur einen Blick in den dampfenden Kochtopf werfen ... In den kalten Monaten des Jahres steigt der Appetit auf deftige Gerichte. Es ist die Zeit der heißen Suppen und der wärmenden Eintöpfe.

Auch in unserem Haus legen wir viel Wert auf Gaumenfreuden. Mit unserer Titelgeschichte »Guten Appetit allerseits« lädt das **Hanauerland Journal** Sie ein zu einer kleinen kulinarischen Reise durch unsere Küchen und Speisesäle, die mit köstlichen regionalen Spezialitäten locken. Kommen Sie mit, und lassen Sie sich überzeugen, dass gesunde Ernährung und Genuss im Seniorenzentrum kein Widerspruch sind.

Das Team des **Hanauerland Journals** wünscht Ihnen eine gemütliche Weihnachts- und Winterzeit sowie ein geschmackvolles Jahr 2016!

*Silvia Bainszyk Maria Morgenstern*

Herzliche Grüße,  
Silvia Bainszyk und Maria Morgenstern

### ALLGEMEINE THEMEN

**Guten Appetit allerseits** 04  
*Gaumenfreuden im Seniorenzentrum*

### AKTUELL

**Fast täglich frischer Kuchen** 08  
*Ein Blick in unsere Küche*

**Jakob Klug und die Walnüsse** 10  
*Sein rumänisches Lieblingsrezept*

**O'zapft is** 11  
*Wir feierten in Blau und Weiß*

**Besuch des Familienzentrums »Mütze«** 11  
*Laternenspaß für Jung und Alt*

**Wertschätzender Umgang im Alltag** 12  
*Ein spannender Vortrag mit Gerd Hirschberg*

### MITMACHEN

**Rätselspaß** 13

### VERANSTALTUNGEN

**Veranstaltungen im Winter 2015/2016** 14

### IHR AWO-SENIORENZENTRUM STELLT SICH VOR

**Ihre Ansprechpartner auf einen Blick** 15



# GUTEN APPETIT ALLERSEITS!

*Der Körper braucht Nährstoffe, um zu funktionieren. Doch beim Essen geht es nicht allein um die Nahrungsaufnahme. Essen macht Spaß! Wir zeigen, warum uns die Tischgemeinschaften im Seniorenzentrum so wichtig sind und geben hilfreiche Tipps, wie auch ältere Menschen die Freude am Essen bewahren.*

♥ Schon die Urzeitmenschen versammelten sich zum gemeinsamen Essen am Feuer. Sie teilten Fleisch und Früchte und halfen sich gegenseitig, wenn die Jagd erfolglos blieb. So sicherten sie ihr Überleben und machten die gemeinsame Mahlzeit zur Urform des Beisammenseins. Heute liegen die Zeiten der Jäger und Sammler lange zurück. Essbares stapelt sich in den Regalen der Supermärkte. Passend portioniert lässt es sich bequem in die heimische Küche transportieren. Um den Hunger zu stillen, ist niemand mehr auf die Gemeinschaft angewiesen.

Und trotzdem beobachten wir, wie Familien die Tradition des gemeinsamen Sonntagsfrühstücks pflegen, wie sich kleine Gruppen von Kollegen mittags in den Kantinen versammeln und Freunde sich abends im Restaurant treffen. Die Menschen haben offensichtlich ein Bedürfnis nach Tischgemeinschaften. Das Essen dient nicht nur dem Zweck der Nahrungsaufnahme, sondern wird als Anlass zur Kommunikation genutzt. Man genießt die Zeit mit seinen Tischpartnern und tauscht sich in gemütlicher Runde aus.

Auch in den Seniorenzentren der AWO Baden kommen Bewohnerinnen und Bewohner für die

gemeinsamen Mahlzeiten zusammen. Sie versammeln sich in den Speisesälen, nehmen nebeneinander an den Tischen Platz und kommen ins Gespräch. Das jeweilige Tagesmenü ist immer ein guter Einstieg in eine Unterhaltung. Es wird gelobt und gemekelt, denn über Geschmack lässt sich bekanntlich streiten. »Gerichte wie Spiegelei mit Spinat und Salzkartoffeln sowie Kassler mit

*»Gerichte wie Spiegelei mit Spinat und Salzkartoffeln sowie Kassler mit Sauerkraut und Kartoffelpüree sind bei fast allen beliebt.«*

**Franz Wiedemer**  
Küchenleiter im  
Ludwig-Frank-Haus

Sauerkraut und Kartoffelpüree sind aber bei fast allen beliebt«, verrät der Küchenchef im AWO-Seniorenzentrum Ludwig-Frank-Haus Franz Wiedemer die Favoriten auf dem Speiseplan. Vielen Seniorinnen und Senioren ist die gemeinsame Mahlzeit mit der Familie vertraut. Für sie ist es wichtig, dass diese Tradition in der neuen Wohngemeinschaft weitergeführt wird. Das gemeinsame Essen schafft eine Verbindung und stärkt das Gemeinschaftsgefühl im Seniorenzentrum. Am Nachmittag trifft man sich zudem gern zum Kaffeeklatsch in der Cafeteria, wo auch Angehörige herzlich willkommen sind.

Besonders intensiv wird diese Form von Gemeinschaft erlebt, wenn die Speisen selbst zubereitet werden. Dazu treffen sich Bewohnerinnen und Bewohner nicht in der Großküche, sondern

in den kleineren Wohnküchen. Gemeinsam mit den Betreuungskräften werden Kartoffeln geschält oder Pflaumen entkernt. Dieses sinnliche Erleben tut besonders Demenzkranken gut, die sich durch die bekannten Handgriffe an ihre Kindheit und Jugend erinnern fühlen. Regionale Spezialitäten schmecken vertraut und wecken das Gefühl von Heimat. Alle Teilnehmenden leisten bei diesen Zusammenkünften einen Beitrag nach ihren Möglichkeiten, helfen einander und arbeiten auf ein gemeinsames Ziel hin. Belohnt wird dieser Fleiß mit dem selbst zubereiteten Gausemschmaus und dem Gefühl, etwas Wertvolles geschafft zu haben. Wer aber jahrelang hinterm Herd stand und dieser Aufgabe müde ist, der darf sich hier gern zurücklehnen. Das gemeinsame Kochen ist keine Pflichtveranstaltung, sondern ein Angebot, das von vielen mit Freude angenommen wird.

Das Zubereiten der Speisen steigert zudem den Appetit der Beteiligten. Der Körper und seine Funktionen verändern sich im Alter. Viele ältere Menschen empfinden weniger Hunger, obwohl ihr Bedarf an Nährstoffen steigt. Die Küchen in den Seniorenzentren der AWO Baden haben sich auf die besonderen Bedürfnisse der Bewohnerinnen und Bewohner eingestellt. Unsere Ernährungsexperten teilen gern ihr Wissen mit Ihnen und wünschen »Guten Appetit allerseits!« ♥

*»Ich halte mich an ein Zitat von Winston Churchill: Man soll dem Leib etwas Gutes bieten, damit die Seele Lust hat, darin zu wohnen.«*

**STEFAN SIEFERT**  
Küchenleiter im  
AWO-Seniorenzentrum  
Hardtwald

*»Das gemeinsame Kochen in den Hausgemeinschaften bringt Abwechslung in den Alltag. Hier werden gerne auch Küchengeschichten von früher ausgetauscht.«*

**PIA TRAPP**  
Alltagsbegleiterin im  
AWO-Seniorenzentrum  
Michael-Herler-Heim

## GESUNDER APPETIT IM ALTER

Der Körper verändert sich im Alter und mit ihm auch die Essgewohnheiten. Um die Freude am Essen zu erhalten und den Körper mit den nötigen Nährstoffen zu versorgen, verraten unsere Ernährungsexperten hilfreiche Tipps:



### WENIG HUNGER, WENIG DURST

Die Hormone sind dafür verantwortlich, dass es im Alter zu einem veränderten Appetitgefühl kommt. Man fühlt sich schneller satt und der Appetit lässt nach. Untergewicht ist daher eine bei Senioren häufig auftretende Begleiterscheinung. Ebenso verringert sich das Durstempfinden. Die Trinkgewohnheiten werden außerdem beeinflusst durch die Sorge vor häufigen Toilettengängen und durch den Verzicht auf Getränke während des Essens.

#### TIPPS

- Um trotz einer frühzeitigen Sättigung genügend Nahrung aufzunehmen, sollten mehrere kleine Portionen über den Tag verteilt gegessen werden.
- Lebensmittel mit hoher Nährstoffdichte wie Vollkornprodukte, Obst und fettarme Milcherzeugnisse liefern auch in kleineren Mengen viel Gutes.
- Um den Appetit anzuregen, hilft Bewegung an der frischen Luft.
- Zu jeder Mahlzeit sollten auch Getränke angeboten werden.
- Ein Trinkprotokoll macht deutlich, ob genügend Flüssigkeit getrunken wird.

## KAU- UND SCHLUCKBESCHWERDEN

Das Kauen wird im Alter häufig schwieriger. Das liegt an der ganz natürlichen Abnutzung der Zähne, kann aber auch auf schlecht sitzende Zahnprothesen oder Entzündungen der Mundschleimhaut zurückzuführen sein. Besonders der Verzehr von Obst und Rohkost ist beschwerlich. Wenn das Essen schmerzt, mag kein großer Appetit aufkommen.

#### TIPPS

- Zahnstatus und Prothesen müssen regelmäßig überprüft werden.
- Schwierige Lebensmittel durch weichere Alternativen austauschen: Fisch statt Fleisch, Weichkäse statt Hartkäse.
- Harte Bestandteile von Lebensmitteln wie Obstschale und Brotrinde entfernen.
- Durch Pürieren kann die Konsistenz des Essens der Kauleistung angepasst werden.

## VERÄNDERTE SINNESWAHRNEHMUNG

Gerüche und Geschmäcker werden im Alter weniger intensiv wahrgenommen. Speisen schmecken dann weniger süß, sauer, salzig und bitter. Durch die Beeinträchtigung des Sehvermögens werden Farben und Formen auf dem Teller möglicherweise kaum noch unterschieden und einzelne Speisekomponenten nicht erkannt. Um dem Sprichwort »Das Auge isst mit« gerecht zu werden, muss bei der Zubereitung von Speisen für ältere Menschen besondere Rücksicht genommen werden.

#### TIPPS

- Farbliche Kontraste der Speisen lassen diese leichter erkennen.
- Kräuter und Gewürze sorgen für Abwechslung und regen den Appetit an.
- Auch ein schön gedeckter Tisch kann das Vergnügen am Essen steigern.

*»Mit einem besonderen Pürier- und Aufschäumverfahren (smooth food) nehmen wir Rücksicht auf unsere Bewohner mit Kau- und Schluckbeschwerden. Außerdem leben wir eine Philosophie der fleischreduzierten Ernährung und bieten jeden Tag auch ein vegetarisches Wahlmenü an.«*

**FRANZ WIEDEMER**  
Küchenleiter im  
AWO-Seniorenzentrum  
Ludwig-Frank-Haus



## FAST TÄGLICH FRISCHER KUCHEN

*Die Köchin im AWO-Seniorenzentrum Hanauerland dreht regelmäßig ihre Runde und fragt, ob's schmeckt.*

♥ RHEINAU-FREISTETT. Sylke Hertel, die Küchenchefin im AWO-Seniorenzentrum Hanauerland dreht regelmäßig ihre Runde im Haus und fragt, ob das Essen schmeckt. So erfährt sie direkt von den Bewohnerinnen und Bewohnern, ob das, was sie täglich an ihrem Arbeitsplatz herstellt, auch ankommt. Der Rundgang hat sich bewährt: »Bei so einem Schwätzchen erfahre ich immer, was die Leute mögen und was eher nicht«, sagt die Köchin. Zusammen mit

ihrer Kollegin, der Köchin Martina Schneider, sowie drei Helferinnen und einem Helfer, die zuarbeiten und Salate und Desserts zubereiten, produziert Sylke Hertel mit ihrem Küchenteam jeden Tag – auch am Wochenende – um die 75 Mittagsmenüs. 60 davon werden im Haus verspeist, 15 gehen ins Betreute Wohnen nebenan. Dazu gibt es jeden Tag ein reichhaltiges Frühstück, am Nachmittag Kaffee und Kuchen und zum Abschluss des Tages das Abendessen. All das

wird in der Küche frisch zubereitet und selbst gekocht: »Wir verwenden keinerlei Convenience-Produkte. Auch die Brühe und die Soßen werden von uns selbst gefertigt«, versichert Sylke Hertel.

Es gibt täglich drei verschiedene Mittagsmenüs zur Auswahl: Vollkost, leichte Vollkost und vegetarisch. Das vegetarische Menü werde von einer Handvoll Bewohner grundsätzlich genommen, sagt die Köchin. Doch je nachdem, was

◀ *Gemeinsam schmeckt es am besten.*

es gibt, auch von einer ganzen Reihe Bewohner mehr: »Zum Beispiel, wenn es Dampfnudeln mit Vanillesoße gibt.« Neben den drei Menüs bietet die Küche auf Wunsch auch Sonderkostformen an wie zum Beispiel laktosefreies oder glutenfreies Essen. Für Menschen mit Schluckstörungen wird angelehnt an das aktuelle Tagesmenü passierte Kost zubereitet. Und für die nachmittägliche Kaffeestunde produziert die Küche fast jeden Tag einen selbst gebackenen Kuchen.

Sylke Hertel (45), die eine Zusatzausbildung zur Diätköchin gemacht hat, ist seit drei Jahren im Haus. Zuvor hat sie zwölf Jahre in der Gastronomie gearbeitet, darunter auch in einem großen Restaurant in Leipzig. Nach dem Umzug nach Kehl folgte eine weitere Station in einem Gasthaus, bevor sie zum Unternehmen »Genuss & Harmonie« wechselte, das im Seniorenzentrum in enger Absprache mit dem Träger des Hauses, der Arbeiterwohlfahrt, die Küche betreibt. Neben den regelmäßigen Rundgängen der Küchenchefin hat das Küchenteam auch schon einige Befragungen im Haus gemacht, bei denen die Bewohner Wünsche und Kritik äußern und Verbesserungsvorschläge machen konnten, auch anonym ohne den Namen zu nennen. Sylke Hertel: »Daraus konnten wir einiges ziehen.« Besondere Herausforderungen für das Küchenteam und Highlights für die Bewohnerinnen

und Bewohner sind die Menüs zu speziellen Anlässen wie etwa der Muttertagsbrunch, das Weihnachtsmenü oder das Schlemmeressen für Angehörige und Bewohner. Zu diesen Anlässen zeigt das Küchenteam immer wieder sein wahres Können. »Das erfordert zwar viel Aufwand, macht aber auch Spaß«, sagt die Köchin.

Und dann gibt es im Haus noch die Besonderheit des Geburtstagesessens. Am Tag ihres/seines Geburts-

tags darf sich jede Bewohnerin und jeder Bewohner sein Lieblingsessen wünschen. Eindeutig an der Spitze liegen dabei die Renner »Schnitzel und Salat, sowie Sauerbraten mit Bandnudeln und Schäumele mit Kartoffelsalat. Davor am liebsten eine Flädles- oder Grießklößchensuppe. Die Köchin selbst bevorzugt mediterrane Küche mit südlichen Gemüsen und Fisch. Aber auch scharf indisch mit viel Chili und Curry. Guten Appetit.♥

*Für jeden Bewohner wird ein Teller angerichtet.*



## JAKOB KLUG UND DIE WALNÜSSE

♥ Jakob Klug gehört zu den Banater Schwaben, einer deutschen Bevölkerungsgruppe im rumänischen Banat. In seiner Heimat an den Ausläufern der Südkarpaten standen vier große Walnussbäume in seinem Garten. Noch immer bereiten ihm die Walnüsse große Freude und zum Genuss aller knackt er im Seniorenzentrum fleißig Nüsse für Bewohnerinnen, Bewohner und Mitarbeiter.

Auch für deren Gesundheit tut Jakob Klug so etwas Gutes: Walnüsse haben von allen Nüssen den höchsten Gehalt an Linolensäure, einer Omega-3-Fettsäure, die sich positiv auf das Herz und das Blut auswirkt.

Eine regionale Spezialität des Banat ist die Alawitschka-Torte, die mit Walnüssen und Oblaten zubereitet wird.

### REZEPT ALAWITSCHKA-TORTE

Benötigt werden 4 große Oblaten  
Füllung: 8 Eiweiß, 600 g Zucker, 600 g Honig (alle drei Zutaten über dem Wasser schlagen), 500 g Nüsse vermengen und in die Oblaten füllen. ♥



*Jakob Klug knackt Walnüsse.*



## O' ZAPFT IS

♥ Traditionen sind uns wichtig! Mit Brezeln und Dirndl feierten unsere Bewohnerinnen und Bewohner das traditionelle Volksfest. Blau-weiße Dekoration, stimmungsvolle Musik und die bekannte Weißwurst machten diesen Tag zu etwas ganz Besonderem. Auch das Bier durfte zu dieser Feierlichkeit natürlich nicht fehlen. Wir freuen uns schon jetzt auf den nächsten Oktober! ♥

## BESUCH DES FAMILIENZENTRUMS »MÜTZE«

♥ Am 11.11.2015 kam das Familienzentrum »Mütze« zum Sankt Martinsumzug ins AWO-Seniorenzentrum Hanauerland. 12 Mütter mit ihren Kindern erfreuten die Herzen der Bewohner in allen vier Wohnbereichen mit ihren Liedern und Laternen. Im Anschluss gab es für die Kinder im Foyer noch eine Stärkung mit Clementinen und Dambedei (Weckmännern). Die Freude war für alle groß. ♥



*In gemütlicher Runde mit den Besuchern vom Familienzentrum »Mütze«.*

# WERTSCHÄTZENDER UMGANG IM ALLTAG

*Humorvoller Vortrag von Gerd Hirschberg im AWO-Seniorenzentrum Hanauerland*

♥ RHEINAU-FREISTETT. »Ich hab's dir doch schon fünfmal gesagt.« Wer seinen Partner oder seine Kinder mit diesen Worten in der entsprechenden Tonlage anspricht, braucht sich nicht zu wundern, wenn sein Gegenüber sauer reagiert und sich in seinem Selbstwertgefühl verletzt fühlt. Genau um das Gegenteil solchen Verhaltens ging es Gerd Hirschberg in seinem Vortrag mit dem Thema »Wertschätzender Umgang im Alltag«, mit dem er vergangene Woche ins AWO-Seniorenzentrum Hanauerland gekommen war.

Der Psychologe, der lange Zeit auch in einer psychologischen Beratungsstelle gearbeitet hat, stieg mit einigen humorvollen Beispielen aus dem täglichen Leben in seinen Vortrag, zu dem mehr als 40 Zuhörer in den Gesellschaftsraum des Seniorenzentrums der Arbeiterwohlfahrt gekommen waren, ein. Wenn zum Beispiel eine Frau »Ich liebe dich« zu ihrem Mann sage und der antwortet: »Das kann ich gut verstehen«, zeuge das nicht gerade von einer wertschätzenden Haltung des Mannes – wohl aber der Frau. Viele Menschen schätzten ja auch ein gutes Essen, und manche ließen sich den Wert eines Erbstücks schätzen. Aber im Alltag komme das Wort »Wertschätzung« zu selten vor, hat Hirschberg beobachtet.



Alle lauschten gespannt den Worten von Gerd Hirschberg.

»Und dennoch ist es für die Entwicklung und das Wohlbefinden von uns Menschen von zentraler Bedeutung, dass wir ein ausreichendes Maß an Wertschätzung erleben.« Das gehöre seit dem letzten Jahrhundert zum Grundwissen der Psychotherapie. Auch in Pädagogik und Pflege sei es längst Allgemeingut. Hirschberg: »Und selbst die Wirtschaft hat festgestellt, dass es gut für die Produktivität ist, wenn Mitarbeiter merken, dass ihnen Wertschätzung entgegengebracht wird.« Der Referent, der seit einiger Zeit als Ehrenamtlicher ins Haus kommt und gemeinsam mit

den Bewohnern Musik macht, betonte die Bedeutung der Kindheit für die Entwicklung des Selbstwertgefühls: »Grundlage dafür, dass wir Wertschätzung zeigen können ist, dass wir in frühester Kindheit erlebt haben, dass wir unabhängig vom Aussehen und Leistung als Person wahrgenommen und geliebt wurden.« Um anderen Wertschätzung zeigen zu können, müsse man sich selbst wertschätzen können. Wem das schwerfalle, dem könne ein wenig Achtsamkeitstraining helfen. Zum Beispiel: Sich mehrmals täglich darauf konzentrieren, was man gerade mit seinen einzelnen Sinnen wahrnimmt, ohne das aktuelle Tun oder die Wahrnehmung zu bewerten.

Letztlich sei Wertschätzung nichts anderes, so lautete Hirschbergs Quintessenz, »als die Kunst, sich selbst, andere und die Welt positiv wahrzunehmen und zu akzeptieren – unabhängig von einer Leistung oder einem Handicap«. Der Referent konnte sich im Anschluss an seinen Vortrag über die Wertschätzung seiner zahlreichen Zuhörerschaft und des Seniorenzentrums freuen. Äußeres Zeichen dafür: viel Applaus und interessiertes Nachfragen.♥

LÖSUNG DER LETZTEN AUSGABE  
Schwedenrätsel: Luxusdampfer

# SCHWEDENRÄTSEL

US-Film-trophäe	ent-wenden	italie-nische Nudelart	mittel-los Münzfein-gehalt	Wortteil: Boden	Insel vor Dal-matien	blau den Mund betref-fend	forschen italie-nisch: vorwärts		
		6		Dreh-pistole, Colt Faultier		9			
Buch der Juden byzant. Kaiser					englisch: Gebiet eine Tonart		modifi-zieren		
				von großer Dauer (ugs.)	Stadt am Inn Gott der Massai				
Erlöser zwei Rhein-Zuflüsse						deutsch-sch. Grenz-stadt	englisch: zehn Wagen-teile		
	1		altröm. Wahr-sage-priester				Haus-tier jetzt		
Dyna-mik ital.: eins				Manege Zaren-name				franzö-sisches Adels-prädikat	
			hebr.: Nichtjude Biene		bewachen Maß in der Atom-physik	7			
ukrai-nische Halb-insel	franz. Marschall † 1869 Schreie				Tanz-kapelle Rufname Conners			veraltet: Straftat	US-Par-laments-ent-scheide
				Sohn Isaaks Rufname Warhols			Frauen-name Vulkan a. Manus		
leicht zugäng-lich	fettarm König von Ägypten †					ital.: drei russisch: nein		offene Fläche einer Bastion	
		4		Mutter Marias Berg in Marokko			Kloster-vorsteher Schicht-wolken		
			Karate-rang gärender Most		männl. Vorname Hptst. von Tatarstan				3
nicht alt-neu-indische Sprache	Heim für Obdach-lose schlank				Endsilbe Käse-sorte			eh. US-Tennis-profi † (Arthur)	unbe-stimmter Artikel
			8	Haus-haltsplan Nacht-mahr			Raserei ein Drei-master		
Kind von Sohn oder Tochter	griech. Spora-den-insel					Stadt in Xinjiang (China)		5	
				Lang-lauf-sport					
Süß-wasser-fisch						Inten-sität			2

1	2	3	4	5	6	7	8	9
---	---	---	---	---	---	---	---	---

**DEZEMBER 2015**

14.12.	10:00	Singen mit Helmut Mink
	15:30	Gebetsgespräch mit Adriane Klug
15.12.	15:45	Singen mit Gerd Hirschberg
16.12.	10:15	Hörswertes mit Ilse Klein
18.12.	10:00	Evangelischer Gottesdienst
22.12.	15:00	Weihnachtsfeier
23.12.	10:15	Hörswertes mit Ilse Klein
24.12.	16:15	Besuch der Stadtkapelle Freistett

**JANUAR 2016**

08.01.	10:00	Katholischer Gottesdienst
09.01.	10:15	Hundebesuch
11.01.	10:00	Singen mit Helmut Mink
12.01.	16:00	Singen mit Heidi Hagemann
13.01.	10:15	Hörswertes mit Ilse Klein
15.01.	10:00	Evangelischer Gottesdienst
19.01.	16:00	Singen mit Heidi Hagemann
20.01.	10:15	Hörswertes mit Ilse Klein
22.01.	10:00	Evangelischer Gottesdienst
25.01.	15:45	Gebetsgespräch mit Adriane Klug
26.01.	16:00	Singen mit Heidi Hagemann
27.01.	10:15	Hörswertes mit Ilse Klein
28.01.	15:45	Singen mit Helmut Mink
29.01.	10:00	Evangelischer Gottesdienst

**FEBRUAR 2016**

01.02.	10:00	Singen mit Helmut Mink
02.02.	16:00	Singen mit Heidi Hagemann
03.02.	10:15	Hörswertes mit Ilse Klein
04.02.	15:00	Lumpenlieder singen mit Friedbert Ostermann
05.02.	10:00	Katholischer Gottesdienst
09.02.	16:00	Singen mit Heidi Hagemann
10.02.	10:15	Hörswertes mit Ilse Klein
12.02.	10:00	Evangelischer Gottesdienst
13.02.	10:15	Hundebesuch
16.02.	16:00	Singen mit Heidi Hagemann
17.02.	10:15	Hörswertes mit Ilse Klein
18.02.	15:45	Singen mit Helmut Mink
19.02.	10:00	Evangelischer Gottesdienst
22.02.	15:45	Gebetsgespräch mit Adriane Klug
23.02.	16:00	Singen mit Heidi Hagemann
24.02.	10:15	Hörswertes mit Ilse Klein
26.02.	10:00	Evangelischer Gottesdienst

**MÄRZ 2016**

01.03.	16:00	Singen mit Heidi Hagemann
02.03.	10:15	Hörswertes mit Ilse Klein
04.03.	10:00	Katholischer Gottesdienst
07.03.	10:00	Singen mit Helmut Mink
08.03.	16:00	Singen mit Heidi Hagemann
09.03.	10:15	Hörswertes mit Ilse Klein
11.03.	10:00	Evangelischer Gottesdienst
12.03.	10:15	Hundebesuch
15.03.	16:00	Singen mit Heidi Hagemann
16.03.	10:15	Hörswertes mit Ilse Klein
17.03.	15:45	Singen mit Helmut Mink
21.03.	15:45	Gebetsgespräch mit Adriane Klug

# UNSERE VERANSTALTUNGEN IM WINTER 2015/2016

## 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 Bainsczyk**

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



**Michaela Ludwig**

Pflegedienstleitung  
Tel. 07844 91898-250  
michaela.ludwig@awo-baden.de



**Maria Morgenstern**

Sozialer Dienst  
Tel. 07844 91898-151  
maria.morgenstern@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**

Silvia Bainsczyk, 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