

HANAUERLAND

Journal

Neues aus dem AWO-Seniorenzentrum Hanauerland

SPEZIAL

**Wissenswertes über den Rollator
und Übungen für die Beweglichkeit**



Lebenslanges Lernen
Bis zum Lebensende lernfähig bleiben

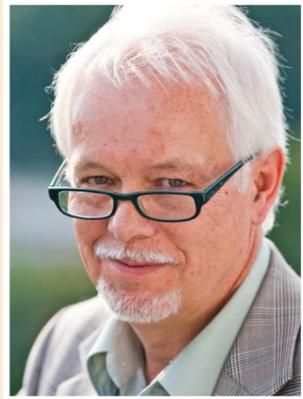


Unser Sommerfest 2018
So bunt und spannend wie die WM



Seniorenzentrum
Hanauerland
Rheinau-Freistett

Liebe Leserinnen und Leser,



Stefan Naundorf
Einrichtungsleiter

wie sind Sie unterwegs – mit oder ohne? Rollatoren gehören zum Straßenbild in Deutschland heute ganz selbstverständlich dazu. Wann der richtige Zeitpunkt dafür ist, sich einen zuzulegen, und welche Übungen für den Alltag mit dem Rollator hilfreich sein können, erfahren Sie ab Seite 8.

Man lernt ja schließlich nie aus. Nicht nur beim Lesen, auch in Gesprächen oder beim Fernsehen schnappen wir immer wieder Neues und Wissenswertes auf. Dass es aber auch für das aktive Lernen keinerlei Höchstalter gibt, ist Thema des Artikels ab Seite 4. Dabei ist es egal, ob Sie sich an ein unbekanntes Kartenspiel herantrauen, Ihre brachliegenden Klavierkenntnisse auffrischen oder einen Italienischkurs belegen wollen. Der Herbst ist dafür geradezu die ideale Jahreszeit. Also nichts wie los! Auch bei uns finden Sie immer wieder anregende Angebote und viel Abwechslung.

Was in den vergangenen Monaten alles auf dem Programm stand, haben wir wie gewohnt für Sie zusammengestellt. Viel Spaß beim Durchblättern und Entdecken!

Herzliche Grüße,

Ihr Stefan Naundorf

ALLGEMEIN

Lebenslanges Lernen

4

Bis zum Lebensende lernfähig bleiben

SPEZIAL

Der Rollator – Freund oder Feind?

8

Wissenswertes und Übungen

AKTUELL

Unser Sommerfest 2018

12

So bunt und spannend wie die Weltmeisterschaft

Ins Rollen gebracht

16

Wie der Rollator uns begleitet

Kinder beleben das Haus

18

Vorlesen und zusammen spielen

IHR AWO-SENIORENZENTRUM STELLT SICH VOR

Ihre Ansprechpartner auf einen Blick

19



LEBENS-LANGES LERNEN

»Älter werde ich stets, niemals doch lerne ich aus«, wusste schon der altgriechische Weise Solon. Aktuelle Hirnforschungen liefern die Bestätigung: Das menschliche Gehirn bleibt bis zum Lebensende lernfähig. ▶



♥ Auf der Ausrede, für eine neue Sprache oder das Auffrischen alter Künste sei es irgendwann ohnehin zu spät, kann sich niemand ausruhen. Richtig ist zwar, dass das Lernen im Alter wohl ein bisschen mehr Zeit in Anspruch nehmen wird – aber die kann man sich ja nun auch nehmen. Und auch wenn einem vielleicht nichts mehr »zufällt«: Mit etwas Ausdauer und Willen lassen sich durchaus noch viele beglückende Erfolge erzielen. Es muss ja nicht gleich der Hochleistungssport oder die Konzertreife sein. Aber selbst ein Studium ist denkbar. An rund 50 Hochschulen in Deutschland gibt es Bildungsangebote für Seniorinnen und Senioren.

Die Idee oder der Wunsch ist da, etwas Neues zu lernen – nur das Anfangen fällt manchmal schwer. Wer schon eine Weile nichts mehr für sich getan hat, vertraut vermutlich zunächst nicht so recht auf die eigenen Fertigkeiten und Fähigkeiten. Zur Motivation können dann eifrige Mitstreiter/innen und die richtige Anleitung entscheidend beitragen. In vielen Seniorenzentren gibt es abwechslungsreiche, anregende Kurse, die zum Ausprobieren einladen. Wer von vornherein mit Offenheit und Optimismus ans Lernen herangeht, hat schon viel erreicht.

Ohne dass es einem sofort bewusst würde, lernen wir ohnehin unentwegt – vor allem auf der sozialen oder emotionalen Ebene. Wenn etwa eine wichtige Bezugsperson wegfällt oder eine neue hinzukommt, gerät ein immenser Lernprozess in Gang. Ältere Menschen haben häufig besser gelernt, mit Veränderungen, Anpassungen und Verlusten umzugehen, als jüngere. Doch die Herausforderung, mit dem Lernen angemessen umzugehen, bleibt.

Entscheidend ist es, in sich hineinzuhören und nicht zu viel von sich selbst zu erwarten, sondern sich realistische Ziele zu setzen (oder einfach abzuwarten, was machbar ist). Leistungsdruck ist beim Lernen im Alter vollkommen unangebracht. Viele Seniorinnen und Senioren sind aber ohnehin nicht auf Wettbewerb aus – es geht ihnen vielmehr darum, endlich eine tiefe Sehnsucht auszuleben, der eigenen Neugier nachzugeben und sich das zu ermöglichen, was früher

i Der Akademische Verein der Senioren in Deutschland informiert auf seiner Website interessierte Seniorinnen und Senioren über die Weiterbildungsmöglichkeiten an deutschen Universitäten, bietet eine umfangreiche Liste aller Hochschulen und liefert Informationen zu Gebühren und Zulassungsbedingungen. Mehr dazu unter: www.avds.de



ÄLTERE MENSCHEN HABEN HÄUFIG BESSER GELERNT, MIT VERÄNDERUNGEN, ANPASSUNGEN UND VERLUSTEN UMZUGEHEN, ALS JÜNGERE.

i Auf der Seite des Deutschen Volkshochschul-Verbandes finden Sie alle Volkshochschulen in Deutschland, nach Eingabe von Postleitzahl oder Ort auch eine in Ihrer Nähe. Inzwischen gibt es auch immer mehr Onlinekurse, die Sie bequem von zu Hause aus absolvieren können. Mehr dazu unter: www.volkshochschule.de

an Geld- oder Zeitmangel gescheitert ist. Nicht zu unterschätzen ist, was wir schon durch das alte römische Sprichwort »mens sana in corpore sano« wissen: dass ein gesunder Geist in einem gesunden Körper sein möge. Studien haben immer wieder belegt, dass die Gedächtnisleistung sich durch körperliche Aktivität – ebenso wie

auch durch ausgewogene Ernährung – erheblich verbessern lässt. Beim Spaziergehen an der frischen Luft Vokabeln zu lernen oder beim Singen im Chor leichte Tanzschritte zu machen kann dazu beitragen, die frisch erworbenen Kenntnisse schneller zu verfestigen.

Gedächtnistraining für zwischendurch

Memory und Sudoku sind echte Klassiker, um im Alltag die grauen Zellen in Schwung zu halten. Aber es gibt auch noch Übungen, für die man gar keine anderen Hilfsmittel benötigt als den eigenen Kopf!

Buchstabieren

Welches Wort fällt Ihnen spontan ein? RHABARBER vielleicht? Dann buchstabieren Sie es doch mal! Wenn Sie sich so richtig fordern möchten, wählen Sie besonders lange und schwierige Wörter oder versuchen Sie es sogar einmal rückwärts.

Buchstaben ordnen

Suchen Sie sich ein beliebiges Wort aus, nehmen Sie seine Buchstaben auseinander und bringen Sie sie in eine alphabetische Reihenfolge – ohne das Ganze niederzuschreiben! Beispiel: LERNEN = EELNNR



Begriffe finden

Begeben Sie sich in Gedanken in einen besonderen Raum, zum Beispiel in Ihr erstes eigenes Zimmer, oder in eine spezielle Situation, zum Beispiel auf den Fußballplatz. Und jetzt überlegen Sie mal, was Sie dort alles sehen, und zählen Sie auf, was Ihnen einfällt. Es wird sicher eine Menge sein!

Reimen

»Die Maus wohnt im Haus, bekommt Applaus, will nicht raus ...« Hört sich ein bisschen albern an? Egal! Reimen ist ein ideales Training für den Geist. Lassen Sie Ihrer Kreativität einfach freien Lauf.

Rechnen

Kaffee für 2,90 Euro, Kuchen für 2,50 Euro und extra Sahne für 30 Cent. Na, wer hat als Erster die Endsumme raus: Sie oder die Kasse? Trauen Sie sich auch mal an krumme Beträge ran!



DER ROLLATOR – FREUND ODER FEIND?



Vor einigen Jahren noch verschämt geschoben gehören Rollatoren heute zum Straßenbild ganz selbstverständlich dazu. Drei Millionen Menschen sind nach aktuellen Schätzungen damit in Deutschland unterwegs. Experten sagen: zu viele! Hilfsmittel sollten bewusster eingesetzt werden, die Förderung der eigenen Mobilität sollte im Vordergrund stehen.

♥ Für Menschen, die in ihrer Mobilität eingeschränkt sind, kann ein Rollator neu gewonnene Freiheit und ein gestärktes Selbstbewusstsein bedeuten. Dass heute bei Rollatoren von Stigma keine Spur mehr ist, hat aber auch einen entscheidenden Nachteil: Die Hemmschwelle, sich einen zuzulegen, sinkt. Dabei sollten nur diejenigen einen Rollator benutzen, die ihn auch wirklich brauchen. Wer sich zu früh an eine Gehhilfe gewöhnt, büßt vermutlich schneller körperliche Fähigkeiten (wie etwa ein gesundes Gleichgewichtsgefühl) ein. Nach einem Unfall oder einer Operation kann ein Rollator den Genesungsprozess begleiten. Sind aber weitgehende Schmerzfreiheit und Mobilität erreicht, sollte auf ihn möglichst bald wieder verzichtet werden.

Je länger der Rollator genutzt wird, desto schwerer wird man ihn wieder los. Es kann ein guter Weg sein, den Rollator ganz gezielt nur für größere Ausflüge einzusetzen oder wenn ein schwerer Einkauf bewältigt werden soll. Sonst geht die ungewohnte Haltung allzu schnell in den alltäglichen Bewegungsablauf über. Das Ergebnis: Die Unsicherheit, ohne Hilfsmittel oder nur mit Gehstöcken zurechtzukommen, wächst – und damit auch die Gefahr zu stürzen. Unfälle mit dem Rollator sind in der Regel gravierender als ohne.

Führt irgendwann jedoch kein Weg an der Anschaffung eines Rollators vorbei, sollte zunächst immer eine »Probefahrt« mit umfassender Beratung stattfinden. Auch Ärztinnen und Ärzte, Physio- oder Ergotherapeutinnen und -therapeuten, Fachkräfte in Sanitätshäusern und bei den zuständigen Krankenkassen stehen bei der Wahl des passenden Modells unterstützend zur Seite. Manchmal werden sogar spezielle Rollatorurse angeboten – teils mit Rollatorparcours und »Rolla-

torführerschein«. In vielen Fällen zahlt es sich aus, einen höheren Eigenanteil zu leisten, um ein handlicheres Modell zu bekommen. Auch eine jährliche Wartung des Rollators ist zu empfehlen.

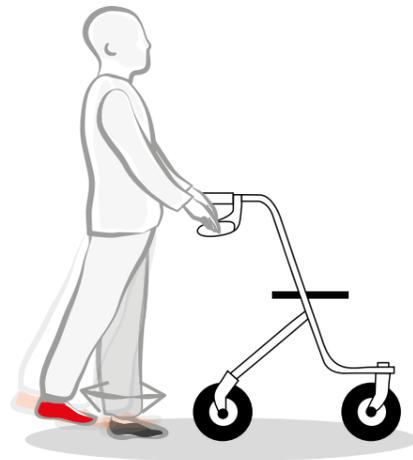
Rollatoren müssen heute nicht mehr unbedingt wie medizinische Hilfsmittel aussehen. Es gibt sie in mehreren Farben (besonders beliebt: Apfelgrün), aus Karbon und mit geländegängigen Reifen. Der eigene Rollator wird zudem gern verziert: mit Schlüsselanhänger, Stofftuch oder sogar einem Nummernschild. Für den Winter sind Handwärmer, für den Sommer Schirmchen und Getränkehalter erhältlich. Sinnvoll können vor allem Beleuchtung, eventuell auch ein Stockhalter und eine Klingel sein.

Beim Kauf gilt es jedoch vor allem zu beachten, dass der Rollator gut verarbeitet und leicht zu bedienen ist, sicher steht und sich an die Größe der Benutzerin oder des Benutzers anpassen lässt. Immer wieder sieht man Menschen, die ihren Rollator vornübergebeugt schieben. So steigt die Sturzgefahr, außerdem sind Rückenschmerzen vorprogrammiert. Bei der richtigen ersten Einstellung sollten daher Fachleute, Physio- oder Ergotherapeutinnen und -therapeuten helfen. Sie geben bestenfalls auch wertvolle Tipps zur Bedienung, etwa dass man immer im Rollator gehen und die Gehhilfe nie vor sich herschieben sollte.

Wichtig: Bremsen ist Übungssache – also nicht erst im Ernstfall ausprobieren!

Um auf die Anforderungen des Alltags mit Rollator vorbereitet zu sein, eignet sich auch die folgende »Rollatorgymnastik« (die natürlich auch ohne Gehhilfe auf einem stabilen Stuhl oder Hocker funktioniert): ▶

Übung für die Beine:



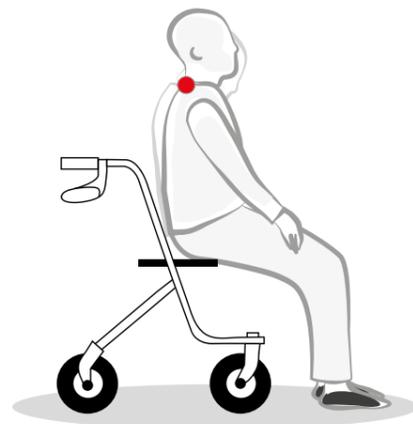
Zunächst benötigen Sie einen sicheren Halt. Stellen Sie dafür die Bremse Ihres Rollators fest und stützen Sie sich mit beiden Händen auf die Griffe. Nun heben Sie ein Bein vom Boden ab und winkeln es leicht an. Führen Sie es mit schwingenden Bewegungen nach vorn und nach hinten. Setzen Sie das Bein zwischendurch ab. Führen Sie es dann nach außen und zurück. Nach etwa einer Minute ist das andere Bein dran. Sie trainieren damit nicht nur Ihre Beweglichkeit, sondern auch Ihren Gleichgewichtssinn.

Übung für die Hände:



Nutzen Sie Ihren Rollator als Sitz. Stellen Sie bitte unbedingt wieder die Bremse fest, bevor Sie Platz nehmen. Winkeln Sie nun beide Arme an und ballen Sie die Hände zu Fäusten. Der Daumen liegt obenauf. Umfassen Sie nun den rechten Daumen mit den übrigen Fingern der rechten Hand und strecken Sie den linken Daumen nach oben. Halten Sie die Position etwa fünf Sekunden, dann wechseln Sie die Hände. Diese Übung steigert Kraft und Konzentration zugleich. Führen Sie sie etwa eine Minute lang durch und schütteln Sie die Hände zum Schluss locker aus.

Übung für Bauch und Rücken:



Behalten Sie die Sitzhaltung auf Ihrem Rollator bei. Achten Sie bitte darauf, dass Ihre Beine im rechten Winkel nach unten zeigen und Sie ein sicheres, bequemes Gefühl haben. Sitzen Sie bitte möglichst gerade. Machen Sie sich nun ganz klein, indem Sie die Schultern hochziehen und wieder absenken. Bewegen Sie sich langsam, halten Sie die Anspannung einige Sekunden und wiederholen Sie die Übung dreimal. Im Anschluss machen Sie sich ganz groß, indem Sie den Kopf Richtung Decke strecken und die Schultern unten lassen. Auch hier gilt es, die Position kurz zu halten und drei Wiederholungen durchzuführen. So stärken Sie Ihren oberen Rücken und sind gut gewappnet für den nächsten Rollatoreinsatz.

! Für alle Übungen gilt: Hören Sie darauf, was Ihnen guttut! Beginnen Sie lieber langsam und mit wenigen Wiederholungen. Steigern können Sie sich immer noch. Wenn Sie mögen und sich dazu auch fit genug fühlen, können Sie zusätzlich oder stattdessen auch Spaziergänge mit dem Rollator als »Trainingsprogramm« nutzen.

i

Wer hat's erfunden?

Der erste Rollator, wie wir ihn heute kennen, wurde vor 40 Jahren von der Schwedin Aina Wifalk entwickelt. Durch eine Kinderlähmung war sie in ihrer Bewegungsfreiheit eingeschränkt. Es gab allerdings bereits mehrere »Vorläufer«, etwa eine Gehhilfe mit drei Rädern, zwei Unterarmstützen und einem Lenker aus dem Jahr 1916. In Deutschland sind Rollatoren seit den 90er Jahren im Einsatz und können ärztlich verordnet werden. Ihre Verbreitung hat seitdem rapide zugenommen.



UNSER SOMMERFEST 2018

Das diesjährige Motto unseres Sommerfestes war »WM 2018« und so bunt und spannend wie die Weltmeisterschaft verlief auch unsere Feier.



♥ Mit einem feierlichen Gottesdienst durch Herrn Pfarrer Kratz-eisen wurde das Fest eröffnet. Im Anschluss daran versammelten sich alle Bewohnerinnen und Bewohner im festlich geschmückten Innenhof unseres Hauses.

Zu Beginn begrüßte unsere Heimleiterin Frau Ludwig die Bewohnerinnen und Bewohner, die Angehörigen und die helfenden Hände. Sie gratulierte außerdem der Mitarbeiterin Jutta P. und dem Mitarbeiter Dino B. zu ihrem 10-jährigen Jubiläum hier im Seniorenzentrum Hanauerland und eröffnete schließlich das Kuchenbüfett, das keine Wünsche offenließ.



**ES BILDEN SICH SCHNELL
FRÖHLICHE GRUPPEN,
DIE GEMEINSAM IN FUSSBALL-
ERINNERUNGEN SCHWELGTEN**



Bei einer guten Tasse Kaffee und dem einen oder anderen Stück Kuchen stellten die Azubis ihr vorbereitetes Quiz vor, welches zum Rätseln und Erinnern an vergangene WM-Spiele und -Spieler anregte. Es bildeten sich schnell fröhliche Gruppen, die gemeinsam in Fußballerinnerungen schwelgten.

Zur Unterhaltung trat Herr Basler als »Luggi« auf, der uns musikalisch durch unser Fest begleitete.

Nun wurde unsere neue Torwand eingeweiht, die uns als Spende überreicht wurde. Die Fei-ergesellschaft hatte viel Freude daran, das »Runde in das Eckige« zu bekommen. ▶



**KINDER- UND JUGENDCHOR
»DO-RE-MI« UNTER DER
LEITUNG VON FRAU GLOTZ
UND HERRN DURBAN**

Als der Kinder- und Jugendchor »DO-RE-MI« unter der Leitung von Frau Glotz und Herrn Durban auftrat, erreichte die Stimmung den nächsten Höhepunkt. Die Kinder, die Seniorinnen und Senioren und die Gäste erfrischten sich nach dem Singen und Mitsingen mit einem leckeren Eis, welches frisch von der Eisdiele Gelatissimo angeboten wurde.

Eine witzige, sportliche Einlage lieferten die Leutesheimer Bambinis, die »WM-Helden 2034«, mit ihrer Ballakrobatik. Alle klat-schten begeistert, und Jung und Alt tauschten sich im Anschluss noch fröhlich über das Geschehene aus.

Zum Abendessen wurde von unserem Küchenpersonal Leckeres vom Grill geboten, dazu verschiedene Salate sowie hausgemachte WM-Burger.



**UNSER HÖHEPUNKT:
DIE SIEGEREHRUNG
DES GEWINNSPIELS.**



Gut unterhalten und satt kamen wir zum letzten Höhepunkt unseres ereignisreichen Tages: Der Siegerehrung des Gewinnspiels. Trotz kniffliger Fragen konnten einige Gewinner bekannt gegeben werden. Die Preise, Fußballer, Marmelade, Deutschlandsocken und ein in der Männerwerkstatt unseres Hauses selbst gebauten Pokal, wurden freudig entgegengenommen.



Unsere Feier war ein voller Erfolg; mit vielen glücklichen Gesichtern und strahlenden Augen ging eine wunderschöne Festlichkeit zu Ende.♥

Text: Judith Drechsel-Eck

INS ROLLEN GEBRACHT: *Wie der Rollator uns begleitet*

♥ Wir werden immer älter, und die Lebenserwartung hat sich in den vergangenen hundert Jahren stets gesteigert. Diese immer älter werdende Bevölkerung verändert auch das gesellschaftliche Bild, deshalb ist es auch nicht verwunderlich, dass es im alltäglichen Leben immer mehr Rollatoren zu sehen gibt.

Es gab drei große Etappen, die uns zu dem Rollator führten, den wir heute kennen. Als Vorreiter des Rollators gilt die Erfindung des Briten William Cribbes Robb, der eine vierbeinige Gehhilfe erfand und sie sich 1949 patentieren ließ. Danach kamen im Jahr 1957 die Rollen dazu dank dem Amerikaner Ole M. Sundberg, der ein Patent auf eine vierrädrige Gehhilfe beantragte. Doch die Revolution kam 1978, dank der Schwedin Aina Wifalk, die wegen einer Kinderlähmung schlecht gehen konnte. Diese Frau erfand den Rollator, so wie wir ihn kennen.

Bei uns im Seniorenzentrum ist deswegen der Rollator ein allgegenwärtiger Begleiter. Grund genug, diesen Wegbegleiter mal genauer unter die Lupe zu nehmen und sich einen Mittag intensiv mit ihm zu beschäftigen. Und was wäre passender, als eine kleine Runde »Rollator-Gymnastik« zu absolvieren?

Unsere Betreuungskraft Petra Hummel ließ sich dazu sehr viel einfallen:

Als Erstes gab es eine kleine Erklärung zu der richtigen Einstellung des Rollators, die Person sollte sich nämlich nicht nach vorne beugen müssen, sondern der Rücken sollte gerade sein. Die Arme sollten auch nicht gestreckt sein, sondern nur leicht angewinkelt. Am besten, die Person stellt sich aufrecht und gerade zwischen die Hinterräder, danach den Griff bis auf Handgelenkhöhe herausziehen. Die Ellenbogen müssen leicht gebeugt sein, wenn die Hände der Person auf den Griffen sind. Mit diesen Informationen konnten die Bewohnerinnen und Bewohner, die teilnahmen prüfen, ob ihr eigener Rollator richtig eingestellt war oder eben nicht. Das Wichtigste sei nämlich, um Folgeschäden durch die Nutzung zu vermeiden, die richtige Einstellung für die jeweilige Person.

Nach dieser Erkenntnis ging es dann mit den Übungen los. Diese sind sehr vielseitig und auch für jedermann selbst zu Hause geeignet. Zum Beispiel Gleichgewichtsübungen, bei denen die Person abwechselnd auf einem Bein steht, aber auch Übungen mit Gewichten standen auf dem Programm, genauso wie das Erlernen, am Rollator rückwärts zu gehen. Zu guter Letzt kam ein kleiner Parcours mit verschiedenen Hindernissen zum Einsatz, den die Personen bewältigen mussten. Die Bewohner hatten sichtlich viel Spaß und waren sehr dankbar für die Informationen rund um den Rollator.



*Doch nun die große Frage:
Ist der Rollator eine Hilfe
oder ein Hindernis?*

Eine der Gefahren eines Rollators ist das Verlernen des richtigen Gehens; durch die Nutzung verändert sich das Gangbild einer Person. Man befindet sich dann in einer »Pseudosicherheit«, denn bei falscher Nutzung kann er auch Schaden anrichten. Eine weitere Gefahr durch die vermeintliche Sicherheit geht von der Bremse aus. Wenn die Bremse nicht richtig bedient wird, kann es erst recht zu Unfällen und Stürzen kommen, und wir wissen, dass im Alter ein Sturz immer mehr Schaden anrichtet als in jungen Jahren. Auch im Alltag ist es manchmal sehr schwer, mit einem Rollator klarzukommen, zum Beispiel beim Kochen, bei der Hausarbeit ist er eher ein Hindernis und kann unter Umständen zur richtigen Gefahr werden für seine Nutzer. Oder eben auch draußen, wenn es um Treppen geht oder andere Hindernisse wie zu hohe Bürgersteige. Aber auch beim Transport des Rollators stößt man manchmal an seine Grenzen, zum Beispiel im Bus oder in der Bahn.



Aber es ist auch wichtig, die Vorteile eines Rollators zu sehen. Er bedeutet für die Menschen ein großes Stück Freiheit, eine neue Selbstständigkeit, sie können wieder mehr an den alltäglichen Ereignissen der Gesellschaft teilnehmen. Sie können nämlich von A nach B gehen und dies selbständig, was wiederum sehr gut für das Selbstbewusstsein einer Person ist. Man sieht, dass er ein Teil des Outfits einer Person wird, denn die meisten dekorieren ihren Rollator mit persönlichen Gegenständen, wie zum Beispiel einem Anhänger oder einem kleinen Stück Stoff im Korb. Der Rollator wird individuell gestaltet je nach Persönlichkeit der Person. Der Rollator ermöglicht aber auch, eine gewisse Ausdauer wiederzufinden, was im Alter immer wichtiger wird. Durch die Sicherheit können die Menschen wieder größere Strecken laufen, was einen sehr positiven Effekt hat.

Als Fazit würde ich sagen, es kommt auf jede einzelne Person an, auf die Situation, auf ihren Alltag, ob nun ein Rollator ein Feind oder ein Freund ist. Aber aus der Gesellschaft ist er jedenfalls nicht wegzudenken. ♥

KINDER BELEBEN DAS HAUS

♥ Bereits drei Mal durften die Kinder der Klasse 1/2a der Grundschule Rheinbischofsheim im Rahmen des Religionsunterrichts die Seniorinnen und Senioren des Seniorenzentrums Hanauerland besuchen. Grundidee war es, die Kinder zum Lesen zu motivieren und den Seniorinnen und Senioren eine Freude zu bereiten und ihren Alltag zu bereichern.

Gleich nach dem ersten Besuch waren die Kinder begeistert und weitere Treffen wurden vereinbart. Bei den Besuchen lesen die Kinder in Zweierteams einem Senior oder einer Seniorin eine Geschichte vor. Wenn nach dem Lesen noch Zeit ist, spielen sie mit den Bewohnerinnen und Bewohnern ein Brettspiel, Kartenspiel oder Ähnliches. Sowohl die Kinder-teams als auch die Vorlesepartnerinnen und -partner bleiben wie eine Art Lesepartnerschaft bestehen. So können die Kinder, aber auch die Bewohnerinnen und Bewohner Sicherheit und Vertrauen zueinander aufbauen. Denn für die Kinder ist es zwar spannend und interessant, aber sie sehen auch viel Unbekanntes und Neues das sie zum Nachdenken und zu Gesprächen im Unterricht anregt.

Bereits nach den ersten Reflexionen im Religionsunterricht ist klar, die Kinder fühlen sich wohl und es ist eine gewinnbringende Sache für beide Seiten. Eine Bewohnerin meinte in einem Gespräch: »Man lernt immer mit.« Eine Rückmeldung eines Schülers lautete: »Wir wurden sogar gelobt, dass wir toll vorgelesen haben.«

Solche Aussagen bestätigen das, was wir tun und daher hoffen wir, dass wir die Lesepartnerschaft auch im nächsten Schuljahr weiterführen können. ♥

Text: Julia Kehret, Lehrerin



DIE KINDER FÜHLEN SICH WOHL UND ES IST EINE GEWINNBRINGENDE SACHE FÜR BEIDE SEITEN



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
Freitag

8:00 – 12:30 Uhr
13:30 – 16:30 Uhr
13:30 – 15:00 Uhr



Stefan Naundorf
Einrichtungsleiter
Tel. 07844 91898-160
stefan.naundorf@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



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



Nathalie Leveque
Sozialer Dienst
Tel. 07844 91898-151
nathalie.leveque@awo-baden.de



Judith Drechsel-Eck
Sozialer Dienst
Tel. 07844 91898-151
judith.drechsel-eck@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

Stefan Naundorf und Elfi Vogt 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

Sarina Stützer

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 · www.awo-seniorenzentrum-hanauerland.de



Seniorenzentrum
Hanauerland
Rheinau-Freistett