

AUSGABE DEZEMBER 2013

Hardtwald

JOURNAL

Das Magazin für Senioren und ihre Familien



Aktiv werden!

Viele Ehrenämter zu vergeben



Es war einmal ...

*Leserunde
im Seniorenzentrum*

Unsere treuen Freunde

*Wie Tiere uns begleiten und
Körper und Geist stärken*



Seniorenzentrum
Hardtwald
Eggenstein-Leopoldshafen



AKTUELL AUS UNSEREM HAUS

Aktiv werden und mitmachen! 04
Viele Ehrenämter zu vergeben

Wer rastet, der rostet! 06
Kraft- und Balancetraining im AWO-Seniorenzentrum Hardtwald

Es war einmal ... 12
Leserunde im Seniorenzentrum

Willkommen zur Wiesn-Zeit 13
Rückblick auf unser Oktoberfest



ALLGEMEINE THEMEN

Unsere treuen Freunde 08
Wie Tiere uns begleiten und Körper und Geist stärken

MITMACHEN

Rätselspaß für pfiffige Köpfe 14

IHR AWO-SENIORENZENTRUM STELLT SICH VOR

Ihre Ansprechpartner auf einen Blick 15

*Liebe Leserinnen und Leser,*

»Ich fand heraus, dass einem in tiefsten Kummer von der stillen hingebungsvollen Kameradschaft eines Hundes Kräfte zufließen, die einem keine andere Quelle spendet.«

Bis heute pflegt die 89-jährige ehemalige US-Sängerin und Schauspielerin Doris Day – selbst von vielen Schicksalen geprägt – eine sehr intensive Liebe zu verwaisten Tieren, denen sie ein Zuhause bei sich in Kalifornien schenkt.

Um die besondere Beziehung zwischen Mensch und Tier geht es auch im allgemeinen Teil unserer aktuellen Ausgabe. Welche Gefühle rufen Hunde, Katzen oder Vögel bei uns Zweibeinern hervor und haben sie tatsächlich heilende Kräfte, die es uns besser gehen lassen? Lesen Sie selbst!

Darüber hinaus erfahren Sie natürlich auch wieder Interessantes und Neues rund um und aus unserem Hause. Bekommen Sie z. B. einen Einblick in die wöchentlich stattfindende Lesegruppe und erfahren Sie alles von unserem Kraft- und Balancetraining. Und natürlich berichten wir hier über alle Highlights unseres diesjährigen Oktoberfests.

Wir freuen uns auf ein tolles neues Jahr gemeinsam mit Ihnen und vielen schönen Begegnungen und wertvollen Momenten.

Viel Spaß beim Lesen der Lektüre wünscht Ihnen
Ihr

Ihr Markus Bär



Markus Bär
Einrichtungleiter



WIR
BEDANKEN UNS
FÜR EIN TOLLES JAHR BEI
UNSEREN BEWOHNERINNEN UND
BEWOHNERN, DEN ANGEHÖRIGEN
UND NATÜRLICH BEI DEM GESAMTEN
TEAM. IHNEN ALLEN EINE SCHÖNE
WEIHNACHT SOWIE EINEN
GUTEN RUTSCH IN DAS
JAHR 2014!

Aktiv werden und mitmachen!

Viele Ehrenämter zu vergeben

» Es gibt nichts Gutes – außer man tut es.« Was der deutsche Schriftsteller Erich Kästner schon lange wusste, ist auch wissenschaftlich mittlerweile bewiesen. Durch eine bessere medizinische und pflegerische Betreuung werden die Menschen heute durchschnittlich älter als frühere Generationen. Einen großen Beitrag hierzu leistet darüber hinaus das Aktivsein – sowohl physisch als auch psychisch. Vor dem Hintergrund, dass es u. a. aus beruflichen und/oder geografischen Gründen vielen Angehörigen nicht möglich ist, regelmäßig bei ihren im AWO-Seniorenzentrum Hardtwald lebenden Verwandten zu sein, gewinnt die Unterstützung durch Ehrenamtliche immer mehr an Bedeutung. Und auch das meinte Erich Kästner mit seiner Aussage, denn wer gibt, empfängt auch viel zurück.

Dort, wo Verwandte leider nicht da sein können, springen auch bei uns viele ehrenamtliche Helferinnen und Helfer gern ein. Sie unternehmen schöne Dinge mit



unseren Bewohnerinnen und Bewohnern und bereichern so deren Alltag enorm. Dabei sind der eigenen Kreativität natürlich keinerlei Grenzen gesetzt. Ob vorlesen oder spazierengehen oder die Initiierung eines ganz neuen Projekts wie z.B. eine Spielgemeinschaft für Rommé

und Bridge oder die Gründung eines Chors – im AWO-Seniorenzentrum Hardtwald freuen sich die Bewohnerinnen und Bewohner ebenso wie das Personal über die tatkräftige Unterstützung Ehrenamtlicher.



Gemeinsame Gartenarbeit mit einer Ehrenamtlichen

Geben und empfangen

Der Einsatz als ehrenamtliche/r Helferin bzw. Helfer wird mehrheitlich als eine »Win-Win-Situation« gesehen. Hier folgen einige Statements von aktiven Ehrenamtlichen im AWO-Seniorenzentrum Hardtwald:

»Gemeinschaft mit Menschen, die meine Zuwendung, mein offenes Ohr oder einfach eine kleine Handreichung benötigen und sich immer wieder darauf freuen, mich zu sehen.«

»Ein strahlendes Lächeln zur Begrüßung, wenn ich zur Tür hereinkomme, um Frau H. etwas vorzulesen. Diese Freude im Gesichtsausdruck klingt mir in der Erinnerung nach und gibt mir das Gefühl, etwas wirklich Sinnvolles zu tun.«

»Soziales Handeln, das über die eigene Familie und den eigenen Freundes- und Bekanntenkreis hinausgeht.«

»Den Zustand einer Gesellschaft erkennt man daran, wie sie mit ihren älteren Mitbürgern umgeht.«

Liz Mohn, Aufsichtsratsvorsitzende
Bertelsmann Stiftung



Vielfältige Möglichkeiten für eine ehrenamtliche Tätigkeit im AWO-Seniorenzentrum Hardtwald:

- zu Besuch und im Gespräch bei und mit Bewohnerinnen und Bewohnern
- Spaziergänge und/oder Einkaufsfahrten
- vorlesen, basteln, spielen
- singen und musizieren
- Begleitung bei Arztbesuchen
- Unterstützung bei der Organisation und Durchführung von Veranstaltungen im Haus
- kleine Besorgungen gemeinsam erledigen
- und vieles mehr

Sie haben Interesse oder eine konkrete Idee, wie Sie noch mehr Schwung in den Alltag bei uns bringen möchten?

Dann rufen Sie uns an unter: 0721 961406-0



Wer rastet, der rostet!

Kraft- und Balancetraining im AWO-Seniorenzentrum Hardtwald



etreu der Lebensweisheit des berühmten Schriftstellers Theodor Fontane: »Luft und Bewegung sind die eigentlichen geheimen Sanitätsräte.« findet im AWO-Seniorenzentrum Hardtwald jeden Freitagvormittag das allseits beliebte Kraft- und Balancetraining statt. Die Gruppenleiterinnen Susanne Stettner, Käthe Pfeiffer und Georgia Mannherz haben dann schon den Raum vorbereitet, d.h. einen Stuhlkreis gestellt und verschiedene Trainingshilfsmittel wie z.B. Bälle, Sandsäckchen, Holzstöcke, Pezzi-bälle, Hanteln und andere z. T. kreative und saisonale Alltagsutensilien bereitgestellt. Wenn dann alle Teilnehmerinnen und Teilnehmer erwartungsvoll und motiviert im Kreis sitzen, wird mit Hilfe von passender Begleitmusik – die die Übungen »leichter

macht« – der Bewegungslosigkeit und dem »Rosten« die Stirn geboten.

»Beim Training ist es vor allem wichtig, dass die einzelnen Teilnehmer nur bis zu ihrer individuellen Belastungsgrenze gehen und sich nicht überschätzen oder übernehmen«, so die Übungsleiterinnen. »Wer sich zu Bewegungen zwingt, die ihm oder ihr zu viel abfordern, tut sich am Ende nichts



Gutes.« Deswegen ermutigen die Trainerinnen ihre Teilnehmer immer wieder dazu, sich selbst zu spüren und wahrzunehmen, was einem gut tut. Und das zahlt sich aus.

Die Gruppe des Kraft- und Balancetrainings zeigt jedes Jahr wieder ihr Können und ihre Mobilität beim Sommerfest. Egal, welches Thema gerade dran ist, die Teilnehmer machen alljährlich mit ihrer Darbietung klar, dass Bewegung Spaß bringt und die regelmäßige Übung neben dem körperlichen, auch das seelische Selbstwertgefühl enorm steigert.

Denn wie die Schweizer Senioren-Alltagsbegleiterin Anke Maggauer-Kirsche nicht umsonst bemerkte: »Ob du über das Wasser gehen kannst, ist keine Frage des Gewichts, sondern ob du den Fuß heben kannst.« Wir alle sind vollkommen sicher, dass es nicht zuletzt durch die Kraft- und Balancetrainingsgruppe sehr viele »Wasserläufer« im AWO-Seniorenzentrum Hardtwald gibt.

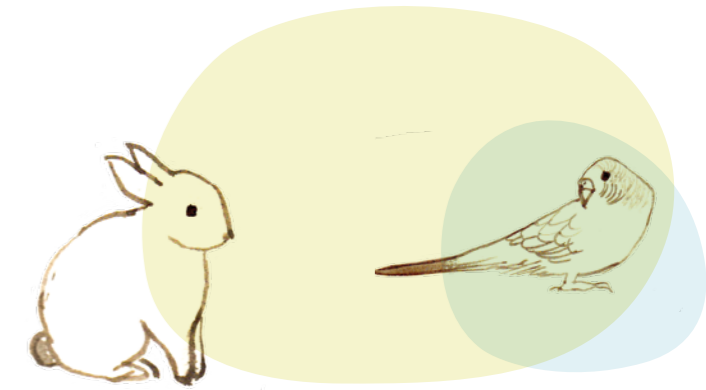
Wir wollen, dass Sie sich wohlfühlen. Und dazu gehört auch ein regelmäßiges und abwechslungsreiches Fitnessprogramm wie zum Beispiel Kraft- und Balancetrainings mit gezielten Übungen für die Muskelkraft und den Gleichgewichtssinn.





Ergotherapeut Sven Straßburger und seine Hündin Ines sind ein eingespieltes Team.

Unsere treuen Freunde



Wie Tiere uns begleiten und Körper und Geist stärken

Es tut uns gut, Kontakt zu haben. Bezug zu finden und eine Beziehung aufzubauen zu einem Charakter, der nicht kritisiert. Der nicht schimpft, wenn etwas nicht klappt. Der ohne Spott zuhört, was man auf dem Herzen hat, auch wenn man kein Wort über die Lippen bringt. Der einfach da ist – eine bedingungslose Beziehung.

So etwas gibt es nicht, denken Sie?

In den Einrichtungen der AWO Baden sind diese speziellen Freunde für jeden da, der keine Scheu hat. Aber die ist eher selten, wenn man in große braune Augen schaut. Die feuchte Nase auf der Hand spürt, die genau schnuppert und schließlich über das weiche, warme Fell streichen darf.

Eine Kameradschaft, die früh begann.

Hunde und Menschen sind seit über 15.000 Jahren ein Team. In der Steinzeit begann eine Partnerschaft, die über die Jahre zu einer Freundschaft werden sollte.

Gemeinschaft, soziale Kontakte, Sicherheit, Vertrauen und Nähe – die Bedürfnisse von Hunden und Menschen unterscheiden sich sehr geringfügig. Evolutionsbedingt haben sich Hunde an den Menschen gewöhnt und wollen diesen Kontakt nicht missen. Dies ist ebenso genetisch programmiert wie das Bedürfnis des Menschen, mit anderen zu kommunizieren und Beziehungen aufzubauen. Genau diese Übereinstimmung wird seit vielen Jahren zu therapeutischen und

medizinischen Zwecken genutzt – zum Vorteil von Mensch und Hund.

Der wissenschaftliche Fortschritt

Begonnen hat der Einsatz von Hunden zu therapeutischen Zwecken im 18. Jahrhundert in England. William Tuke eröffnete damals eine alternative Einrichtung für psychisch kranke Menschen. Hier sollten die Patienten ohne die herkömmlichen klassischen Behandlungsmethoden therapiert werden. Es sollte zukünftig würdevoller mit diesen Menschen umgegangen werden als in den üblichen Institutionen für psychisch kranke Menschen. William Tuke stellte diesen Menschen kleine Tiere wie zum Beispiel Kaninchen zur Verfügung. Er vermutete, dass die Patienten durch den Umgang mit den schwächeren Lebewesen das Gefühl erfahren, dass sie trotz ihrer Krankheit gebraucht wurden. William Tuke stellte einen positiven Effekt von Tieren im Rahmen des Therapieprozesses fest. Was damals im »York Retreat« geschah, ist heute auch in Deutschland üblich. Seit den

»Es lässt sich kaum bezweifeln, dass die Liebe zum Menschen beim Hund zum Instinkt geworden ist.«

Charles Darwin, britischer Naturforscher (1809 – 1882)

60er Jahren wird die Therapie mit Tieren wissenschaftlich erforscht und der Einsatz von Tieren zu therapeutischen Zwecken vermehrt angewandt.

Was im Körper geschieht

Wo Hunde und Menschen aufeinandertreffen, entsteht Freude. Eine positive Energie wird freigesetzt. Durch die Ausschüttung bestimmter Hormone bei Hund und Mensch lässt sich der Bedarf nach dieser Bindung somit auch biochemisch nachweisen. Allein die menschliche Stimme bewirkt, dass beim Hund das Hormon Oxytocin ausgeschüttet wird. Die Berührung und Nähe zu

Die Vierbeiner bringen Lebensfreude ins Haus, schenken ehrliche Zuwendung und fördern durch ihre quirligen Bewegungen die Kommunikation.

einem Hund bewirkt eben diese Hormonausschüttung auch im menschlichen Organismus. Oxytocin wird auch als »Beziehungshormon« bezeichnet. Es fördert u. a. die Beziehung von Mutter und Kind oder Paaren mit einer Liebesbeziehung. Für Hund und Mensch fühlt sich die Verbindung damit gut an und wird durch Körperkontakt gestärkt. Ebenso erfährt der Mensch die Ausschüttung des »Stimmungshormons« Serotonin. Es hilft, die Psyche des Menschen zu stabilisieren. Depressive Verstimmungen, Angst und Aggressionsimpulse können abnehmen. Das Stresshormon Cortisol hingegen wird auffallend geringfügiger ausgeschüttet, sobald Menschen in der Nähe eines Hundes sind. Dies ist gut für den Blutdruck, der so im gesunden Maße gesenkt wird. Körper und Geist können sich entspannen.

Diese Voraussetzungen führen dazu, dass Menschen sich emotional öffnen und so u. a. der Weg für einen Therapieprozess geebnet wird. Das sich Öffnen und Fallenlassen bewirkt zum Beispiel, dass gerade an Demenz erkrankte Seniorinnen und Senioren Reaktionen zeigen, die eigentlich schon als eingestellt galten. Dies können ein Lächeln oder ein Streicheln über das Fell des Tieres sein.

Erfahrungen aus den Einrichtungen der AWO Baden

Die Einrichtungen der AWO Baden machen seit längerer Zeit positive Erfahrungen mit den Vierbeinern. Diese kommen als Gäste regelmäßig zu Besuch. Jeder, der mag, kann sich mit den Tieren beschäftigen. Sie streicheln, mit ihnen spielen oder sich einfach anschmiegen. Die Freude ist bei vielen Bewohnerinnen und Bewohnern groß – da sind sich die Einrichtungen einig.

Sven Straßburger ist ein Mann, der sein persönliches Interesse optimal mit seinem Beruf verbunden hat. Der Ergotherapeut aus Karlsruhe wünschte sich lange Zeit einen Hund. Aber das Tier acht Stunden am Tag allein lassen?



Nein, das kam für Sven Straßburger nicht in Frage. Die Idee war also einen Hund zu finden, der nicht nur seinen privaten Vorstellungen entspricht, sondern auch seinen beruflichen. Er informierte sich ausgiebig über Therapiehunde. Denn nicht jeder Hund kann als Therapiehund eingesetzt werden: Das Tier ist während der Arbeitszeit einer hohen Belastung ausgesetzt und sollte daher entsprechende Charakterzüge aufweisen.

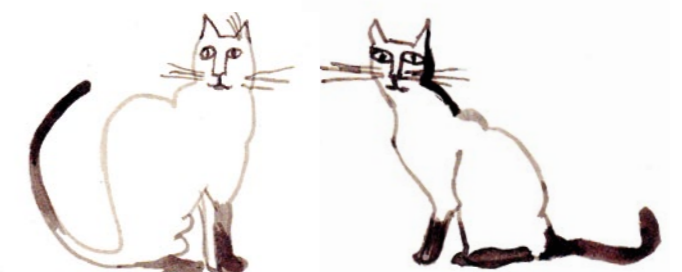
Nach einigen Monaten lernte Sven Straßburger seine Hündin Ines kennen. Mittlerweile sind der Ergotherapeut und seine Hündin ein eingespieltes Team. »Besonders bei Seniorinnen und Senioren, die aus ihrem früheren Leben Bezug zu Tieren haben, ist die Wirkung der Hündin enorm. Es ist einfacher, einen Zugang zu den Patienten zu finden. Während der Behandlung fokussieren sie sich auf den Hund und nicht auf sich selbst oder ihr Schmerzempfinden. Das beschleunigt den Therapieprozess«, berichtet Sven Straßburger.

Das bewegendste Erlebnis hatte Sven Straßburger jedoch schon in der ersten Arbeitswoche mit seiner Hündin: Eine Patientin, die er noch nie hat sprechen hören, sah die Hündin und rief: »Ein Hund, ein schöner Hund!« Da war dem engagierten Mann klar, dass die Hündin seine Arbeit bereichern und auch erleichtern würde. Barrikaden, die zu überwinden der Ergotherapeut Monate benötigt, beseitigt seine Hündin nahezu mit einem Schwanzwedeln.

Tiere spenden mehr Nähe, Verständnis und Trost, als man erwartet.

Auch Frau von Pflug hat Erfahrungen in diesem Bereich gesammelt. Seit circa fünf Jahren besucht sie mit ihrer Hündin Anouk ehrenamtlich ein Seniorenzentrum der AWO Baden. Vorab absolvierte sie mit ihrer Hündin eine entsprechende Ausbildung. Während der Besuche beschäftigt sich –Anouk mit den Bewohnerinnen und Bewohnern. Routiniert sucht sie die Zimmer der Seniorinnen und Senioren auf, die sich schon auf ihren Besuch freuen. »Gerade in Situationen, in denen man als Mensch nicht viel machen kann, außer den Arm um die betreffende Person zu legen, hat man das Gefühl, dass die Hündin mehr Nähe, Verständnis und Trost leisten kann«, erzählt Frau von Pflug.

Es sind jedoch nicht nur Hunde, die diese magische Wirkung auf den Menschen haben. Auch Katzen, Kaninchen, Vögel und sogar Fische in den Einrichtungen der AWO Baden wurden von den Bewohnerinnen und Bewohnern ins Herz geschlossen ♥



Es war einmal ...



Jeden Mittwoch um 9:30 Uhr kommt die gutge-launte ehrenamtliche Helferin Zita Beideck in das Seniorenzentrum – und sie kommt nicht allein ...

In ihrer – auf den ersten Blick vielleicht unscheinbar wirkenden Tasche – bringt sie den Bewohnerinnen und Bewohnern immer wieder ein kleines Stück der »Welt« mit!

Egal welchen Autor Zita Beideck beherzt in ihre Tasche packt, man darf sicher sein, sie hat genau die richtige Wahl getroffen. Pünktlich um 10:00 Uhr hat es sich die Gruppe lesebegeisterter Bewohner dann im Eckchen des Veranstaltungsraums gemütlich gemacht, und alle Ohren warten gespannt darauf, welche Menschen, Orte, Erlebnisse, Gefühle und Erinnerungen Zita Beideck dieses Mal wieder auf ihre besondere Art »zum Leben erweckt«. Spannend und empathisch werden Geschichten und Biografien vorgelesen und die Bilder, die jeder einzelne Zuhörer dann vor seinem inneren Auge sieht, machen sich da und dort in eigenen Erinnerungen selbstständig.

Mal ist es eine Kurzgeschichte aus den Kriegsjahren, über die man dann ins Gespräch kommt, mal sind es kurze, humorvolle Anekdoten von Schriftstellern wie



LESERUNDE IM SENIORENZENTRUM



Heinrich Böll, Hermann Hesse oder Willi Fährmann, der z. B. davon erzählt, wie es war »Als Oma das Papier noch bügelte«.

Vor Kurzem wird die Geschichte von »Papa Bernd« (Bernd Siggelkow) als Fortsetzungsgeschichte erzählt, und die Teilnehmer der Leserunde sind aktiv dabei. Erzählen sich zu Beginn, was sie noch vom letzten Kapitel wissen und fiebern danach, die nächste Episode aus dem Leben der »Arche-Kinder« in Berlin zu hören. Gerade bei dieser Geschichte nehmen die Zuhörer sehr viel Anteil an einzelnen Schicksalen und entwickeln Mitgefühl mit den oft sehr benachteiligten Kindern.

»Es ist auch für mich sehr bereichernd, mitzuerleben wie die Geschichten, die ich erzähle, auf die einzelnen Bewohnerinnen und Bewohner wirken«, so Zita Beideck. Wichtig ist auch immer das Gespräch über das gerade Gehörte. Es hilft, Erinnerungen zu verarbeiten und aktuelles Geschehen nicht aus dem Blick zu verlieren.«

Wenn Zita Beideck dann gegen 11:00 Uhr die Leserunde beendet und viele Bewohner wieder in ihren Wohnbereich zurückbegleitet, huscht immer ein zufriedenes Lächeln über ihr Gesicht. »Ich lese ja auch Kindern in der Grundschule vor – aber hier im Heim ist es wieder ganz anders, wenn man auf gelebtes Leben trifft und die eigenen Erzählungen hört, die aus den Bewohnern nach der Lektüre heraussprudeln«, freut sich Zita Beideck.

Wir vom Seniorenzentrum freuen uns auch darüber, eine so engagierte »Vorleserin« wie Zita Beideck als Ehrenamtliche zu haben, die es immer wieder schafft, mit unseren Bewohnern jeden Mittwoch eine kleine »Zeitreise« zu machen – mit wenig Gepäck, aber vielen Abenteuern ...

Willkommen zur Wiesn-Zeit Rückblick auf unser Oktoberfest



Am 01. Oktober fand unter dem Motto »Wiesn-Zeit« das diesjährige Oktoberfest im AWO-Seniorenzentrum Hardtwald statt. Bewohnerinnen und Bewohner sowie deren Angehörige und Freunde des Hauses trafen sich zu einem zünftigen bayerischen Nachmittag ein und folgten damit sehr zahlreich der Einladung. Bei leckeren Weißwürsten, Brezn', feinem Obatzda und einem süffigen Weißbier feierten alle gemeinsam im Speisesaal, der standesgemäß in Weiß-Blau dekoriert war.

Neben unserem Küchenchef Andreas Geese und seinem Team, die sich für die Leckereien verantwortlich zeichneten, sorgte auch Alleinunterhalter Roland Lutz für einen weiteren Höhepunkt. Der bekennende Oktoberfestliebhaber heizte seinem begeisterten Publikum mit musikalischen Schmankerln ein. Und traf damit voll ins Schwarze, denn die Fei ergemeinde sang, klatschte und schunkelte ordentlich mit. Einige Bewohnerinnen und Bewohner hielt es sogar nicht mehr länger auf ihren Stühlen. Sie legten eine flotte Sohle aufs Parkett.



So war auch in diesem Jahr am Ende des bayerischen Nachmittags ganz klar, dass das Oktoberfest genau wie die anderen regelmäßig stattfindenden Aktivitäten im AWO-Seniorenzentrum Hardtwald weiterhin fest im Veranstaltungskalender verankert ist. Denn ob die wöchentliche Leserunde oder die Gymnastik- oder Kreativgruppe oder eben die saisonalen Jahresereignisse – eines ist ihnen allen gemein: Abwechslung in den Alltag der Bewohnerinnen und Bewohner zu bringen. Und wenn dies mit einem Lächeln im Gesicht am Ende belohnt wird, freuen sich alle über den tollen Erfolg.

HALBER SCHWEDE

Prügel

Gedicht

Stadt in der Zentral-Türkei

elektro-nische Fühler

ein Fußball-freistoß

weibliche Märchen-gestalt

schwim-men

Ausruf des Erstau-nens

ital. Industrie-stadt unverletzt

US-Bas-ketball-Liga (Abk.)

3

11

9

Ritter der Artus-runde

erste Frau (A.T.) Radlager

nicht lieblich

persön-liches Fürwort

Gedicht hebrä-ischer Priester

Frauen-name Stadt auf Sizilien

13

ein Haut-aus-schlag

Lehrer Samuels engl. Biere

äthiop.-christl. Kirchen-sprache

Groß-mütter

Kapelle Schnell-zug (Abk.)

Walart Wahr-heits-gelübde

griechi-scher Buch-stabe

Auffor-derung zur Ruhe

Laub-baum-frucht

Abk.: künstli-che Intel-ligenz

Lebens-bund

Teil des Mundes

kleines Kriech-tier

unbe-stimmter Artikel

Binde-wort

Wiener Politiker † 1950 (Karl)

1

2

3

4

5

6

7

8

9

10

11

12

13

FARBSUDOKU

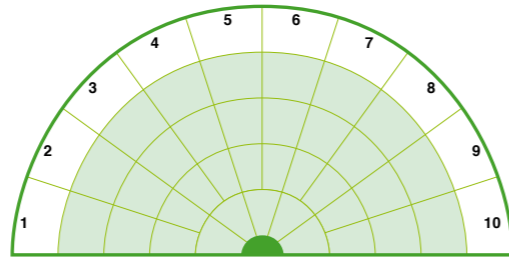
Vervollständigen Sie die leeren Felder so, dass in jeder Zeile, jeder Spalte und jedem Block die Ziffern 1 bis 9 genau einmal auftauchen.

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

LÖSUNGEN AUS DER LETZTEN AUSGABE

FÄCHERRÄTSEL

Die Anfangsbuchstaben in den bezifferten Feldern ergeben, fortlaufend gelesen, das Lösungswort.



1. Fragewort
2. außerordentlich
3. Fremdwortteil: zwischen
4. Nadelbaum der Mittelmeers
5. Boten Gottes
6. Teil des Fußes
7. zittern
8. gepflegte Grünfläche
9. Pilgerfahrt nach Mekka
10. kleines Gewässer

Sudoku

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

Kreuzworträtsel

■	■	K	■	F	■	E	■	D	■	T	■	E	■	M
S	A	F	A	R	I	■	T	A	E	K	W	O	N	D
■	K	A	N	U	E	■	O	J	A	■	D	A	R	■
■	T	R	E	N	S	■	A	S	A	■	K	U	R	S
■	A	B	A	S	■	I	N	N	■	E	T	H	N	I
D	U	E	■	E	R	N	■	N	U	R	■	A	G	O

JUNGBRUNNEN

Silbenrätsel

1. IHLE, 2. COSINUS, 3. HIOB, 4. DUBIOS, 5. EXISTENT,
6. NUNTIUS, 7. KLIENT, 8. EICHEN, 9. ACHTLOS
- Zitat: »Ich denke, also bin ich«

Wir sind für Sie da:

Auf dieser Seite finden Sie alle wichtigen Ansprechpartner und Telefonnummern, die für Sie als Bewohnerin, Bewohner, Angehörige oder Interessenten von Bedeutung sein könnten. Wir stehen Ihnen für alle Fragen gern zur Verfügung.

Mo. – Do. 08.30 – 16.30 Uhr
Freitags 08.30 – 14.00 Uhr

Bitte zögern Sie nicht, uns anzurufen!
In dringenden Fällen können Sie die Wohnbereiche 24 Stunden am Tag unter der entsprechenden Durchwahl erreichen.



Markus Bär
Einrichtungsleiter
Tel. 0721 961406-0
Fax 0721 961406-1020
markus.baer@awo-baden.de



Kerstin Markus
Verwaltung
Tel. 0721 961406-0
kerstin.markus@awo-baden.de



Verena Pareick
Verwaltung / Sozialer Dienst
Tel. 0721 961406-0
verena.pareick@awo-baden.de



Bärbel Grimm
Pflegedienstleiterin
Tel. 0721 961406-1012
baerbel.grimm@awo-baden.de



Silke Suska
Sozialer Dienst
Tel. 0721 961406-1011
silke.suska@awo-baden.de



Andrea Jatta
Sozialer Dienst
Tel. 0721 961406-1014
andrea.jatta@awo-baden.de



Irina Timmler
Wäsche
Tel. 0721 961406 - 1015
irina.timmler@awo-baden.de



Andreas Geese
Gastronomieleiter
Tel. 0721 961406 - 1900
awo_ka@premiumgastronomie.de

Wohnbereich 1 »Kleine Welt«
Tel. 0721 961406-1111
wb1.szhardtwald@awo-baden.de

Wohnbereich 2
Tel. 0721 961406-1212
wb2.szhardtwald@awo-baden.de

Wohnbereich 3
Tel. 0721 961406-1313
wb3.szhardtwald@awo-baden.de

Haustechnik
Tel. 0721 961406-1700
hm.szhardtwald@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
Markus Bär und
die COMMWORK Werbeagentur GmbH

FOTOREDAKTION
AWO-Seniorenzentrum Hardtwald
und Eric Langerbeins,
COMMWORK Werbeagentur GmbH

LAYOUT/PRODUKTION
Anastasia Peters, Susanne Priebe,
Tina Hilscher, Annkathrin Münster

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

TEXT/LEKTORAT
Maren Menge



Unsere Leistungen und Qualitätsmerkmale

Sicher und geborgen – das AWO-Seniorenzentrum Hardtwald in Eggenstein-Leopoldshafen bietet pflegebedürftigen Menschen individuelle Pflege und Betreuung nach modernen Standards.

TELEFON
0721 961406-0

- ✓ 110 stationäre Plätze; davon 38 Einzel- und 34 Doppelzimmer
- ✓ Moderne Pflegebetten und Sanitärbereich mit Dusche und WC
- ✓ Gruppen- und Einzelangebote; spezielle Konzeption für den Umgang mit Menschen mit Demenz
- ✓ Geschützter Wohnbereich für demenziell erkrankte Bewohnerinnen und Bewohner
- ✓ Umfangreiches Aktivierungsangebot
- ✓ Frische Speisen aus eigener Küche mit Menüauswahl und Sonderkostformen
- ✓ Eigener Sozialer Dienst
- ✓ 63 betreute Seniorenwohnungen
- ✓ 6 Kurzzeitpflegeplätze

AWO-Seniorenzentrum Hardtwald

Berliner Ring 8 · 76344 Eggenstein-Leopoldshafen · Tel. 0721 961406-0 · Fax. 0721 961406-1020

E-Mail: sz-hardtwald@awo-baden.de · www.awo-seniorenzentrum-hardtwald.de



Seniorenzentrum
Hardtwald
Eggenstein-Leopoldshafen