

HARDTWALD

Journal

Neues aus dem AWO-Seniorenzentrum Hardtwald

SPEZIAL

Dufte: Die Heilkraft guter Gerüche



Es grünt so grün
Was Zimmerpflanzen alles können



Zeigt her eure Füße
Ein Porträt über Christine Böhler



Seniorenzentrum
Hardtwald
Eggenstein-Leopoldshafen

Liebe Leserinnen und Leser,



Markus Bär
Einrichtungsleiter

was fällt Ihnen als Erstes ein, wenn Sie an den Frühling denken? Dass es jetzt wieder überall grünt und duftet? Dann kommt die aktuelle Ausgabe des Hardtwald-Journals ja wie gerufen!

Was Grünpflanzen alles bewirken können, und warum sie gerade im Seniorenzentrum besonders gut aufgehoben sind, wird im Artikel »Es grünt so grün« geschildert. Hierin geht es auch um »pflanzen-gestützte Pflege« – ein spannendes Forschungsthema, mit dem sich ein Schweizer Wissenschaftsteam ausgiebig befasst hat. Im Interview berichtet Dr. Veronika Waldböth von den Ergebnissen der Studie.

Viele Pflanzen riechen nicht nur gut, ihr Duft kann unser Wohlbefinden erheblich steigern, wie im zweiten großen Artikel »Duft: Von der Heil-kraft guter Gerüche« erklärt wird. Welche Pflanzen sozusagen die Nase vorn haben, wird auch verraten.

Natürlich gehören zum Frühling auch ein paar Muße-Momente aus un-serem Haus, um auf vergangene Ereignisse zurückzublicken.

Machen Sie sich einen schönen Lenz! Viel Spaß bei der Lektüre.

Herzliche Grüße,

Ihr Markus Bär

ALLGEMEIN

Es grünt so grün

4

Was Zimmerpflanzen alles können

SPEZIAL

Die Heilkraft guter Gerüche

8

Unsere Nase ist ein starkes Sinnesorgan

AKTUELL

Zeigt her eure Füße

12

Ein Porträt über Christine Böhler

Bewegungswerkstatt AWO-Hardtwald

14

Ulrich Jaedtka, Kinaesthetics Trainer

1918 – 2018

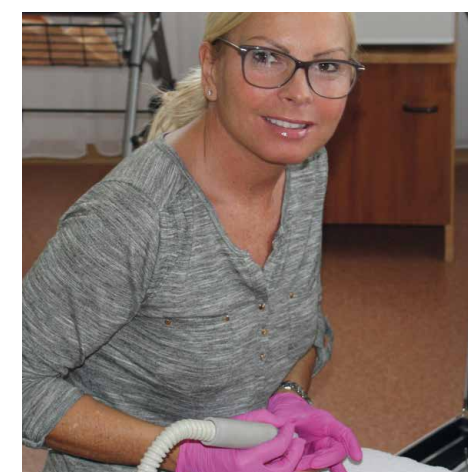
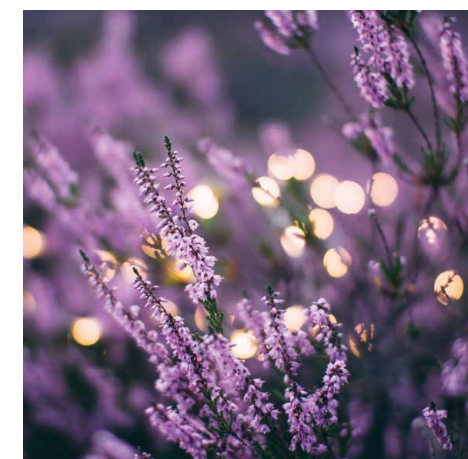
16

Johanna Geier wird 100 Jahre alt

IHR AWO-SENIORENZENTRUM STELLT SICH VOR

Ihre Ansprechpartner auf einen Blick

19



ES GRÜNT SO GRÜN

Pflanzen geben uns das Gefühl, wirklich eingerichtet zu sein – und nicht nur möbliert. Dabei können sie noch weit mehr als nur gut auszusehen.

Grünpflanzen bauen Kohlendioxid ab, produzieren Sauerstoff und erhöhen die Luftfeuchtigkeit. Das senkt das Risiko, sich eine Atemwegserkrankung oder Augenreizung zuzuziehen. Auch auf die Psyche wirken sich Pflanzen wohltuend aus. Pflanzen beim Wachsen zuzusehen und nach Möglichkeit auch selbst die Verantwortung dafür zu übernehmen, bereichert den Alltag spürbar.

Lass' sie nur reden ...

Dass man mit Pflanzen auch spricht, wurde lange belächelt. Mittlerweile haben Forscher allerdings herausgefunden, dass Pflanzen tatsächlich akustische Signale empfangen können und dadurch besser gedeihen.

Damit die Ansprache kontinuierlich und freundlich ist, empfiehlt es sich, Pflanzen anzuschaffen, die man auch wirklich mag. Nur dann fällt es leicht und kommt einem nicht komisch vor, nah an die Pflanzen heranzugehen und regelmäßig (am besten zur selben Uhrzeit) mit ihnen zu kommunizieren. Dazu gehört auch, ihre Blätter zu berühren und zu pflegen. Auch dass Menschen beim Ausatmen Kohlendioxid ausstoßen, tut den Pflanzen natürlich gut.

Welche Rolle Pflanzen in Seniorenzentren spielen können, wurde in einem Forschungsprojekt der Institute für Pflege und Gartenbau der Zürcher Hochschule für Angewandte Wissenschaften (ZHAW) untersucht. Die Ergebnisse sind im Praxishandbuch »Pflanzengestützte Pflege« dokumentiert. Dr. Veronika Waldboth, Pflege-Expertin an der ZHAW, gibt Einblicke in einem Interview:

Sehr geehrte Frau Dr. Waldboth, welche Effekte hat die Nutzung von Pflanzen in einem Seniorenzentrum?

Pflanzen sind in der Biografie vieler älterer Menschen verankert, und sie werden mit Erinnerungen an Erlebnisse (zum Beispiel Feste oder Feiern) oder Personen (Familie und Freunde) verbunden. ▸

Viele Menschen, die in Seniorenzentren wohnen, hatten früher einen Garten, Pflanzen auf dem Balkon oder Zimmerpflanzen, und sie haben einen großen Erfahrungsschatz und vielleicht auch Rituale und Gewohnheiten mit Pflanzen. Durch gärtnerische Aktivitäten im Rahmen von pflegerischen Interventionen kann das Potenzial von Pflanzen im Pflegealltag genutzt werden. Menschen können einen gelingenden Alltag und Freude erleben, sich im Seniorenzentrum wohlfühlen. Sie können einer für sie bedeutsamen, sinnvollen Beschäftigung nachgehen und eine Pflanze hegen und pflegen oder sie mit allen Sinnen erfahren, sich gemeinsam mit Pflegefachkräften, anderen Bewohnerinnen und Bewohnern oder Angehörigen damit beschäftigen oder sich über Erfahrungen mit Pflanzen austauschen. Im Rahmen dieser Kontakte werden Gespräche geführt und Beziehungen aufgebaut und gepflegt, Wertschätzung und Selbstwirksamkeit erfahren, was sich positiv auf das Wohlbefinden, das Miteinander und weitere pflegerische Handlungen auswirken kann. Gesetzte Pflegeziele können erreicht werden, und Interventionen mit Pflanzen können zudem von Schmerzen, Verlusten und Unruhe ablenken und sich positiv auf die körperliche (zum Beispiel Feinmotorik) und geistige Gesundheit (zum Beispiel Stimulation) auswirken.



FAST NUR MIT LUFT UND LIEBE KOMMEN SOGENANNTA AUFSITZERPFLANZEN WIE DIE TILLANDSIEN AUS, DIE NÄHRSTOFFE AUS DER UMGEBUNG FILTERN KÖNNEN UND NUR AB UND ZU MIT WASSER BE-SPRÜHT WERDEN MÜSSEN.

Welche Pflanzen eignen sich besonders?

Bei der Auswahl der Pflanzen für die Pflegeinterventionen sind die persönlichen Erfahrungen und Vorlieben der Bewohnerinnen und Bewohner sowie die Bewertung seitens der Pflegefachkraft wichtig, ebenso wie der Einbezug von bereits vorhandenen Ressourcen. Bewohnerinnen und Bewohner können beispielsweise beim Eintritt ins Pflegeheim ihre persönlichen Pflanzen mitbringen. Auch Blumengeschenke und

Pflanzen, die Angehörige mitbringen, können genutzt werden. Ebenso können hausinterne Pflanzen und Schnittblumen aus

dem Garten, falls vorhanden, einfließen. Im Handbuch »Pflanzen-gestützte Pflege« werden 15 Pflegeinterventionen beschrieben und jeweils Empfehlungen zu Pflanzen (zum Beispiel Kresse, Duftrosen) gemacht. Empfohlen werden

unter anderem auch Sinnespflanzen, die etwa für Interventionen mit Bewohnerinnen und Bewohnern mit eingeschränkten körperlichen oder kognitiven Ressourcen genutzt werden können, zum Beispiel wenn diese nicht mehr die Fähigkeiten haben, gärtnerische Aktivitäten selbst durchzuführen und Pflegende stellvertretend Handlungen übernehmen.

In vielen Seniorenzentren gibt es Bedenken wegen der Keime in der Blumenerde. Was sagen Sie dazu?

In unserem Forschungsprojekt wurden die Pflegeinterventionen mit Pflanzen von diplomierten Pflegefachkräften als Teil des Pflegeprozesses in den Alltag im Pflegeheim integriert. Für einige Pflegeinterventionen mit Pflanzen, die wir entwickelt haben, benötigt es Aussaaterde oder Blumenerde. Die Materialien sind im Praxishandbuch abgebildet und im Zusammenhang mit den entsprechenden Interventionen beschrieben. Die Pflegefachkraft lässt ihr Wissen und ihre Erfahrung in die Auswahl, Planung und



HYDROKULTUR HAT SICH ALS ALTERNATIVE ETABLIERT, WENN AUF BLUMENERDE VERZICHTET WERDEN SOLL ODER MAN SICH NICHT ALLZU SEHR AUF SEINEN GRÜNEN DAUMEN VERLASSEN KANN. MIT SOLCHEN BEWÄSSERUNGSSYSTEMEN VERZEIHEN GRÜNPFLANZEN AUCH MAL LÄNGERE DURSTSTRECKEN.

Umsetzung der Intervention einfließen und berät sich mit den Bewohnerinnen und Bewohnern. Sie stellt ebenso im Rahmen interner Prozesse die regelmäßige Pflege der Pflanzen sicher (falls Unter-

stützung benötigt wird). Sind Prozesse für die Pflege und Bestellung und Lagerung der Pflanzen und Materialien hausintern definiert und Zuständigkeiten geklärt, steht meiner Meinung nach dem Gelingen pflanzengestützter Pflege nichts im Wege. ♥



Pflanzengestützte Pflege
Praxishandbuch für pflanzengestützte Pflegeinterventionen im Heimbereich
hogrefe

Pflanzengestützte Pflege von:
Dr. Veronika Waldböth, Susanne Suter-Riederer, Martina Föhn, Renata Schneider-Ulmann und Prof. Dr. Lorenz Imhof

Dufte: DIE HEILKRAFT GUTER GERÜCHE

Die Redewendung »Jemanden gut riechen können« kommt nicht von ungefähr. Unsere Nase ist ein starkes Sinnesorgan. Viele Entscheidungen werden unbewusst unter ihrem Einfluss getroffen, viele Erinnerungen in Zusammenhang mit Gerüchen abgespeichert.



Lavendel

Dieses Kraftpaket unter den heilsamen Gerüchen verspricht Gelassenheit, Ausgeglichenheit und Ruhe. Deshalb hilft der Duft auch bei Einschlafstörungen und Nervosität. Wer nun aber befürchtet, Lavendel mache einfach nur müde, irrt. Durch die Harmonisierung des Befindens werden die Sinne geschärft und neue Energie freigesetzt.



Rosmarin

Was in der Bratensauce oder auf Ofenkartoffeln gut schmeckt, ist auch als Duft ein Genuss. Rosmarin motiviert, stärkt Aufmerksamkeit, Konzentration und Gedächtnis. So lässt sich auch mit Stress besser umgehen, negative Gedanken oder Kopfschmerzen weichen.

♥ Man kann sie sich zwar zuhalten, hat man aber einmal einen Duft in der Nase, wird man ihn so schnell nicht los. Über die Riechzellen werden Impulse ausgelöst, die in den gleichen Hirnregionen ankommen, die auch für die Verarbeitung von Gefühlen zuständig sind. Und genau das kann man sich zunutze machen. Seit Jahrtausenden werden die Düfte bestimmter Pflanzen zur Heilung oder Linderung von Beschwerden und zur Verbesserung des Allgemeinbefindens eingesetzt – entweder frisch, getrocknet oder – konzentriert – in Form von ätherischen Ölen. Hier ist allerdings genaues Wissen zur Dosierung gefragt, um keine negativen Effekte zu erzielen. Es empfiehlt sich, ausschließlich naturreine ätherische Öle zu wählen. Diese dürfen jedoch niemals pur verwendet werden und nicht in Haut- oder Schleimhautkontakt kommen. Spezielle Aromatherapeuten, Heilpraktiker, aber auch viele Apotheker bieten qualifizierte Beratung zum Einsatz von Düften an. ▶

SEIT JAHRTAUSENDEN WERDEN DIE DÜFTE BESTIMMTER PFLANZEN ZUR HEILUNG ODER LINDERUNG VON BESCHWERDEN UND ZUR VERBESSERUNG DES ALLGEMEINBEFINDENS EINGESETZT.

Jeder Mensch hat ein anderes Duftempfinden. Vorsicht: Zu viel des Guten kann schnell überreizen, wie wir zum Beispiel in Parfümerien eindrucks- voll feststellen können.

Dass Gerüche unsichtbar und nicht zu greifen sind, macht sie aber auch umso faszinierender. Selbst vermeintlich schlechte Gerüche können po- sitive Wirkung zeigen: Wer viele Jahre in »Riechweite« einer Brauerei oder Kaffeerösterei gewohnt hat, wird beim erneuten Riechen von Mai- sche oder angebrannten Bohnen nicht die Nase rümpfen – im Gegenteil! Mit den vertrauten Gerüchen kehren auch Erinnerungen zurück, die man schon verloren glaubte.

MIT VERTRAUTEN SINNESREIZEN KÖNNEN BRÜCKEN ZUM WESEN GEBAUT WERDEN.

Riechen spielt deshalb bei der Biografie- arbeit in Seniorenzentren – neben Sehen, Schmecken, Hören, Tasten – eine große Rolle. Mit vertrauten Sinnesreizen können Brücken zum Wesen gebaut werden: Mit den Gerü- chen, Bildern, Geräuschen oder Berührungen sind – ebenso wie auch mit dem Essen und Trinken – immer auch die Gefühle verbunden, die wir au- tomatisch Erlebnissen zuordnen und die von zeitloser Bedeutung bleiben. Hier kommt das sogenannte »Leibgedächtnis« zum Tragen.

Zitrusfrucht

Der Duft von Orange oder Zitrone wirkt sich ent- spannend auf die Psyche aus: Ängste und depressive Verstim- mungen lösen sich. Im Ge- genzug steigen die geistige Leistungsfähigkeit und Frische.



Pfefferminze

Seit Jahrtausenden sorgt der Duft dieser Heilpflanze für einen klaren Kopf. Pfeffermin- ze wirkt belebend und anre- gend. Sogar akute Übelkeit und Schwindelgefühle kann der Geruch von Pfefferminze mindern.

Menschen mit Demenz, die etwa beim Backen der Lieblingskekse keine Zu- tat mehr nennen können, sie aber mit traumwandlerischer Sicherheit in der richtigen Reihenfolge in die Schüssel geben, rufen Erinnerungen ab, die der Körper gespeichert hat. Ähnliches lässt sich beim Tanzen beobachten. Die beständigen Wiederholungen bestimmter Schrittfolgen gehen wort- wörtlich »in Fleisch und Blut über« und lassen sich daher selbst dann un- bewusst abrufen, wenn das Bewusstsein einen im Stich lässt. Vertraute Melodien, aber eben auch bekannte Düfte verstärken diese Effekte noch. ♥

*Der Klassiker,
um Düfte im Raum zu
verteilen, ist eine Duftlampe.
Dazu die Schale mit Wasser füllen,
ein paar Tropfen ätherisches Öl da-
zugeben und das Teelicht darunter an-
zünden. Wer ungern mit Feuer und den
teils leicht entzündlichen Ölen umgehen
möchte, kann auch einen elektrischen
Diffuser verwenden. Wichtig ist es, in
jedem Fall genau die Gebrauchs-
anleitung zu beachten.*

»ZEIGT HER EURE FÜSSE ... UND NÄGEL DAZU – UND SEHT DER FLEISSIGEN FRAU BÖHLER ZU!«

So ähnlich könnte das Liedchen klingen, das die Bewohner anstimmen würden, wenn ihre Fußpflegerin Frau Christine Böhler bei ihnen Termin hat!



♥ Seit nunmehr 12 Jahren kommt Frau Böhler in das Seniorenzentrum Hardtwald und kümmert sich liebevoll-fachmännisch um die Füße und Fußnägel der Bewohnerinnen und Bewohner.

Von anfänglich 15 regelmäßigen Kunden sind es im Laufe der Jahre ca. 80-90 Bewohner geworden, die sich ihrer Arbeit mit den Füßen anvertrauen!

Frau Böhler hat ursprünglich einmal Rechtsanwaltsgehilfin gelernt – fand den Beruf mit der Zeit aber eher langweilig, da sie kaum mit Menschen in Kontakt kam.

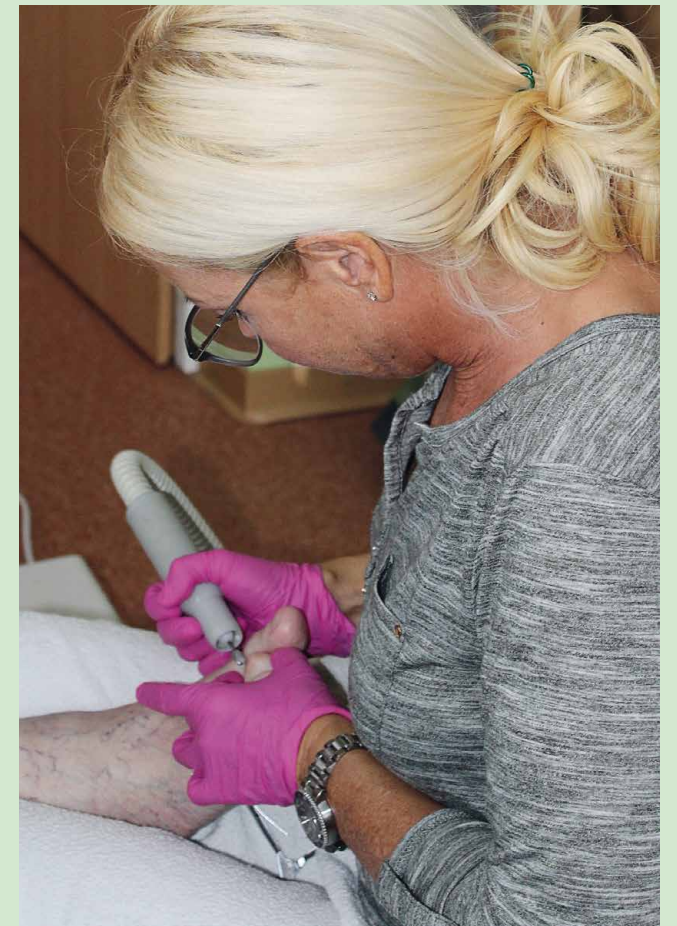
Im Jahr 2000 traf sie dann die goldrichtige Entscheidung und machte eine zweite Ausbildung als Kosmetikerin und Fußpflegerin. Nach weiteren 5 Jahren Arbeit in einer Hautarztpraxis war dann die Zeit reif für die Selbstständigkeit: die Geburtsstunde ihres Geschäfts »Beauty corner« in Karlsruhe.

Da auch die Mutter von Frau Böhler im Bereich Fußpflege arbeitet und viele Pflegeheime in Karlsruhe besucht, dauerte es nicht lange, und der Kundstamm in diesem Bereich wuchs beständig.

Mittlerweile besucht die nette junge Frau regelmäßig 3 Pflegeheime in Karlsruhe und Umgebung und hat noch einen Tag in der Woche die Kosmetikpraxis geöffnet.

Auf die Frage, was ihr an ihrem Beruf Freude macht, kommt wie aus der Pistole geschossen »der Umgang mit älteren Menschen«. Da sie selbst ihre Großeltern nicht mehr kennenlernen konnte, ist die Affinität zu Menschen in diesem Alter sehr groß.

Durch ihre empathische und immer freundliche Art ist Frau Böhler sehr gerne gesehen, denn während der Fußpflege gibt es manch schöne und abwechslungsreiche Unterhaltung, von der die Bewohnerinnen und Bewohner sehr profitieren. Nach 20 Minuten Besuch sind nicht nur die Füße wieder bestens in Ordnung – die Seele hat auch ihre Streicheleinheiten bekommen! ♥



BEWEGUNGSWERKSTATT AWO HARDTWALD

Klimaverträglich mobil – zu Fuß

♥ Gehen ist die einfachste Art der Fortbewegung. Fußgänger fördern mit jedem Schritt ihre körperliche und geistige Fitness. Sie kommen mit anderen Menschen in Kontakt und schützen die Umwelt, denn Gehen ist leise, erzeugt keinerlei Schadstoffe und kein klimaschädliches CO₂. Fünf Prozent aller Wege, die in Deutschland mit dem Auto zurückgelegt werden, enden bereits nach höchstens einem Kilometer. Das sind optimale Strecken fürs Gehen. Wer zu Fuß geht, nimmt zudem seine Umgebung viel intensiver wahr. Versuchen Sie es: Erlaufen Sie sich Stück für Stück Ihren Stadtbezirk oder Ort.

Fit für Alltagswege

Häufiger die Treppe nutzen statt Rolltreppe oder Fahrstuhl – schon kleine Veränderungen im Alltag trainieren Muskeln, Koordination, Konzentration und Gleichgewicht. Gehen Sie öfter zu Fuß in die Läden in Ihrer Nähe, statt mit dem Auto ins Einkaufszentrum zu fahren. Planen Sie täglich einen halbstündigen Spaziergang in Ihren Tagesablauf ein. So bleiben Sie in Bewegung und unterstützen beim Einkaufen den Einzelhandel in Ihrem Viertel. Ein gezieltes Bewegungstraining stärkt die Muskeln, übt die Balance und gibt Ihnen Sicherheit und Selbstvertrauen.

Sicher zu Fuß unterwegs

Nehmen Sie sich Zeit für Ihre Wege, denn unter Zeitdruck und Stress verliert man schnell den Überblick und schätzt Situationen falsch ein. Überqueren Sie die Fahrbahn an Ampeln, Zebrastreifen oder Mittelinseln. Laufen Sie lieber ein paar Schritte mehr, wenn der kürzeste Weg nicht der sicherste ist.



Kinaesthetics

Ansprechpartner:
Ulrich Jaedtka,
Kinaesthetics Trainer,
Wohnbereich III



Bild: Ulrich Jaedtka, Kinaesthetics Trainer

Lassen Sie sich nicht verunsichern:

Auch wenn die Fußgängerampel auf Rot wechselt, während Sie noch auf der Fahrbahn sind, nicht stehen bleiben oder umkehren. Überqueren Sie die Fahrbahn weiter zügig. Das ist nicht nur Ihr gutes Recht, sondern das schreibt Ihnen sogar die Straßenverkehrsordnung vor (StVO § 37(2)5). Die Ampelschaltung berücksichtigt sogenannte Räumzeiten: Es wird nicht automatisch Grün für die Autos, wenn die Fußgängerampel auf Rot schaltet. Sie haben Zeit, Ihren Weg zu beenden. Als Fußgänger haben Sie an Kreuzungen auch ohne Ampel oder Zebrastreifen immer Vorrang vor Fahrzeugen, die in die Straße einbiegen wollen, die Sie queren möchten. Das wissen leider nicht alle Verkehrsteilnehmer. Suchen Sie Blickkontakt zum abbiegenden Kfz oder Radfahrer, um sicher zu

sein, dass Sie gesehen werden. Im Zweifel lassen Sie besser den Abbiegern die Vorfahrt. Hilfsmittel wie ein Gehstock erleichtern das Gehen. Es gibt Stöcke in vielen Varianten – schlicht, elegant, sportlich oder praktisch zusammenfaltbar. Viele Modelle sind höhenverstellbar. Auch ein Stockschirm kann als Gehhilfe genutzt werden. Er sollte eine für Sie angenehme Länge haben und stabil sein. Mit einem Stockgummi schützen Sie die Schirmspitze und machen sie rutschfester. Diese Gummis gibt es für wenige Euros im Sanitätshaus.

Wenn Sie größere Probleme beim Gehen haben, kann Ihnen ein Rollator wieder zu mehr Mobilität verhelfen. Auch hier ist das Angebot vielfältig. Einen Rollator kann der Arzt verschreiben. Allerdings übernimmt die

Krankenkasse in der Regel nur die Kosten für ein einfaches Standardmodell. Für höherwertige Modelle müssen Sie meist zuzahlen. Lassen Sie sich im Sanitätshaus beraten, welcher Typ am besten zu Ihren Bedürfnissen passt. Auch Kassenmodelle unterscheiden sich oft von Geschäft zu Geschäft. Bei Schnee und Glätte sorgt ein gutes Schuhprofil für Halt. Benutzen Sie Schuhspikes oder einen Fersengleitschutz. Diese werden einfach über die Winterschuhe gezogen oder mit Klettband befestigt. Für Gehstöcke gibt es sogenannte Eiskralen zum Anschrauben. Wählen Sie die klappbare Variante: Dornen raus, wenn es auf dem Gehweg glatt ist. Dornen hochgeklappt, wenn Sie ein Gebäude betreten. ♥

1918 – 2018

100 Jahre, in denen
viel passiert ist:

1918

**ENDE DES ERSTEN
WELTKRIEGS IM
HERBST**

♥ Rund 10 Millionen Soldaten hatten als menschliches Kanonenfutter gedient – die Kriegsfolgen waren gravierend. Das deutsche Kaiserreich war zusammengebrochen, und die Weimarer Republik wurde ausgerufen. Ganz Europa hatte sich verändert. In München wurde der Freistaat Bayern ausgerufen. In ganz Europa wurde der Wunsch nach Demokratie Wirklichkeit – so schien es jedenfalls.

1928

**BERLIN ERÖFFNET
LUXUSKINO
TITANIA-PALAST**

Nach späterer Fremdnutzung und einer Totalrestaurierung zeigt das denkmalgeschützte Kino heute wieder Filme.

Um seinen Protest gegen die Zunahme der Automobile auf den Straßen und dem Untergang des Droschken-Taxiwerbes auszudrücken, fuhr der Droschkenkutscher Gustav Hartmann am 2. April von Berlin nach Paris, wo er am 4. Juni ankam. Er ging als der »Eiserne Gustav« in die Geschichte ein.

Die Dreigroschenoper von Bertold Brecht erlebte ihre Uraufführung und wurde weltberühmt – genauso wie die Micky Maus, die Walt Disney im selben Jahr kreierte.

1938

**MÜNCHNER
ABKOMMEN &
REICHS-
PROGROMNACHT**

Die grauenvollen Machenschaften der Nazis im Deutschen Reich wurden mit Angst und Schrecken erlebt. Die Reichsprogromnacht war eines der schlimmsten Ereignisse, das als unrühmlich in die deutsche Geschichte einging.

Die Zerstörung von Geschäften, jüdischen Institutionen und Synagogen in der Nacht

vom 9. zum 10. November wird die »Reichskristallnacht« ein prägendes Ereignis bleiben, weil außer den vielen Bränden auch unzählige Schaufensterscheiben zu Bruch gegangen waren.

1948

**MAHATMA GANDHI
FÄLLT ATTENTAT
ZUM OPFER**

Mit 79 Jahren stirbt der Pazifist Gandhi am 30. Januar.

Der Marshallplan tritt in Deutschland in Kraft und die Sowjetunion erhebt Anspruch auf die gesamte Stadt Berlin, in der sie bis dato nur eine Besatzungszone verwaltet hatte. Die sowjetische Besatzungsmacht errichtete eine Blockade, um die Versorgung Westberlins über Autobahnen und Wasserwege zu verhindern.

Doch die Alliierten versorgten die Stadt aus der Luft. Die Berlin-Blockade wurde zu einem Akt der Solidarität und gleichermaßen zu einem harten Machtkampf im Kalten Krieg. Bis zum Jahresende hatten 100.000 Flugzeuge Westberlin erreicht.

1958

**ELVIS PRESLEY
BEGINNT SEINEN
WEHRDIENST IN
DEUTSCHLAND**

Der Sänger war in Deutschland schon sehr bekannt und wurde dementsprechend als »Star« begrüßt!

Die DDR schafft die Lebensmittellisten ab. Die weltwirtschaftliche Rezession kann Deutschland nicht erschüttern. Im Konkurrenzkampf mit der UdSSR in Bezug auf die Raumfahrt gründet die USA die Raumfahrtbehörde NASA am 29. Juli.

Arthur Fischer erfand den S-Dübel, der auch heute noch unter dem Namen »Fischer-Dübel« bekannt ist.

1968

**DIE 68er BEWE-
GUNG IST AUF
DEM VORMARSCH**

Bürgerrechts- und Studentenbewegungen erwachen zum Leben und sorgen für Unruhe – nicht nur in Deutschland.

Die USA erlebte das Aufbegehren gegen den Vietnamkrieg und die Bürgerrechtsbewegung der schwarzen Bevölkerung, die von dem Baptistenprediger Martin Luther King angeführt wurde und der am 4. April in Memphis Opfer eines Attentats wurde.

In der BRD protestierten Studenten gegen die Notstandsgesetze. Außerdem etablierte sich aus Protest gegen die ältere, konservative Generation die »Hippie-Welle«. Drogen und bunte Mode waren deren Begleiterscheinungen. Ein friedlicher Protest mit teilweise verheerenden Folgen.

1978

**DREI PÄPSTE IN
EINEM JAHR**

Als nach einer 15-jährigen Pontifikatszeit Papst Paul VI im August starb, wurde der Patriarch von Venedig, Albino Kardinal Luciani, sein Nachfolger. Er nannte sich Johannes Paul I., vermittelte einen sehr welt-offenen Eindruck und hatte keine Chance, sein Amt länger als 33 Tage auszuüben. Nach seinem Tod wurde ein Pole der neue Stellvertreter Gottes auf Erden. Karol Wojtyla, Erzbischof von Krakau, wurde als Nachfolger gewählt. Er ging als Papst Johannes Paul II. in die Geschichte ein.

1988

**STEFFI GRAF
WIRD DEUTSCHE
TENNISLEGENDE**

Als erste Deutsche gewann Steffi Graf alle vier Grand-Slam-Turniere. Der Sieg über die Argentinierin Gabriela Sabatini bei den US-Open hatte eine sensationelle Pokalserie vollendet. Zum Golden Slam ihrer Karriere wurde schließlich der darauf folgende Olympische Sieg.

Eine totale Sonnenfinsternis erlebte am 18. März Borneo im Westpazifik.

In Berlin wurde Loris »Ödipussi« zeitgleich in Ost- und Westberlin uraufgeführt.

1998

**ROT-GRÜNE
KOALITION IN
DEUTSCHLAND**

Am 27. Oktober wurde Gerhard Schröder zum Bundeskanzler gewählt. Damit waren die 16 Jahre Helmut-Kohl-Regierung zuende. Durch die Niederlage der CDU bei der Bundestagswahl kam es zur ersten Rot-Grün-Koalition in der Bundesrepublik.

2018

JOHANNA GEIER
WIRD 100 JAHRE

Die Franzosen gewannen den Weltmeistertitel im Fußball, und der Finne Mika Häkkinen wurde zum ersten Mal Sieger und damit Weltmeister in der Formel 1.

Am 06. Februar 1918 erblickt Johanna Geier in Strasbourg das Licht der Welt!

Ein guter Grund, um unsere nun 100-jährige Bewohnerin zu feiern und ihr eine tolle Überraschung zu machen: die Fahrt nach Strasbourg und der Besuch ihres Geburtshauses! ❤

2008

BARACK OBAMA
WIRD PRÄSIDENT
IN DEN USA

Eine Sensationsmeldung kam aus den USA. Barack Obama, der erste Afroamerikaner wurde am 4. November zum 44. Präsidenten der Vereinigten Staaten von Amerika gewählt und setzte damit die Krönung auf seinen »Yes-we-can«-Wahlkampf, der auch in Deutschland Millionen positiv erreichte.

Im Sommer finden die XXIX. Olympischen Spiele in Peking statt, trotz der anhaltenden Kritik der Weltöffentlichkeit an den Menschenrechtsverletzungen in China. Drei Monate zuvor war China von einem schweren Erdbeben der Stärke 7,9 heimgesucht worden, bei dem mehr als 70.000 Menschen ums Leben kamen.



WIR FREUEN
UNS VON ❤
MIT UNSERER
RÜSTIGEN
»HUNDERT-
JÄHRIGEN«
UND WÜNSCHEN
IHR WEITERHIN
VIEL GLÜCK
UND VIEL SEGEN
AUF ALL IHREN
WEGEN!



Wir sind für Sie da:

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



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



Stefan Siefert

Gastronomieleiter
Tel. 0721 961406-1900
awo_ka@diefrischemacher.de



Andrea Jatta

Sozialer Dienst
Tel. 0721 961406-1011
andrea.jatta@awo-baden.de



Eva-Maria Weida

Sozialer Dienst
Tel. 0721 961406-1014
eva-maria.weida@awo-baden.de



Irina Timler

Wäsche
Tel. 0721 961406 - 1015
irina.timler@awo-baden.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 961406-1701
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

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



Unsere Leistungen und Qualitätsmerkmale

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

- ✓ 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

TELEFON
0721 961406-0

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