

# RHEINAUE

Journal

Neues aus dem AWO-Seniorenzentrum Rheinaue



WILLKOMMEN  
IN DER  
GARTENSAISON



Frühling hielt Einzug  
in der Hausgemeinschaft



Frühlingsfeste  
im Seniorenzentrum



Seniorenzentrum  
Rheinaue  
Graben-Neudorf

## Sehr geehrte Leserinnen und Leser,



**Thomas Richter**  
Einrichtungsleiter

endlich ist er da – der Sommer! Und damit auch all die angenehmen Dinge, die diese Jahreszeit so auszeichnen: Licht und Wärme, grüne Pflanzen und blauer Himmel, Vanilleeis und Erdbeeren und noch vieles mehr. Wie läuten Sie den Sommer ein? Bei einem Spaziergang am See, einer Weinschorle im Garten oder einem Ausflug ins Grüne? Ganz egal wie – Hauptsache Sie genießen diese schöne Zeit.

Pünktlich zum meteorologischen Sommeranfang halten Sie auch eine neue Ausgabe des **Rheinaue Journals** in Ihren Händen, in der Sie hoffentlich an einem schönen Platz im Freien schmökern können.

Neben einem Rückblick auf die vergangenen Monate und einer Vorschau auf die nächsten bei uns im Haus anstehenden Termine finden Sie weitere interessante Artikel. Unter anderem haben wir uns in den Gärten der AWO-Seniorenzentren umgesehen. Ob Sinnesgarten oder Park, Dach- oder Kräutergarten – das Angebot ist so vielfältig wie die Einrichtungen selbst. Wenn Sie nun selbst die Lust am Gärtnern packt, pflanzen Sie doch ein paar Kräuter an. Tipps zur Verwendung finden Sie im Heft.

Das Team des **Rheinaue Journals** wünscht Ihnen eine schöne Zeit!

*Th. Richter*

Ihr Thomas Richter

### ALLGEMEINE THEMEN

#### Willkommen in der Gartensaison 04

*Runter vom Sofa, raus in die Natur*

### AKTUELL

#### Ein Herz für die Altenpflege 08

*Hülya Sungur im Porträt*

#### Was bedeutet der Frühling? 09

*Interview mit Bewohnerinnen der Hausgemeinschaft*

#### Frühlingsfeste im Seniorenzentrum 10

*Aller guten Dinge sind drei*

#### Frühling hielt Einzug 11

*Sonne, Spaß und gute Laune*

#### Frühlingskonzert in der Hausgemeinschaft 12

*Auftritt vom »Chor der Zukunft«*

### MITMACHEN

#### Rätselspaß 14

### IHR AWO-SENIORENZENTRUM STELLT SICH VOR

#### Ihre Ansprechpartner auf einen Blick 15



## WILLKOMMEN IN DER GARTENSAISON!

*Wenn die Natur in voller Blüte steht, ist es besonders schön, die Tage im Grünen zu verbringen. Ob Balkon, Terrasse, Garten oder Park – in den AWO-Seniorenzentren wird Wert auf die Außengestaltung gelegt.*

♥ Mit Schürze, Schaufel, Harke und Handschuhen machen sich die Menschen jetzt wieder allorts nach draußen auf. Auch in den Seniorenzentren der AWO in Baden starten wieder Gartenprojekte, bei denen die Senioren Töpfe und Kübel oder Hochbeete bepflanzen. Mit viel Hingabe säen, gießen und jäten die Hobbygärtner und lassen sich auch nicht durch einen Regenschauer aus der Ruhe bringen. Die Senioren haben Erfahrung beim Gärtnern und verstehen ihr Handwerk: »Regnet's dem Bauern auf die Saaten, dann regnet es für ihn Dukaten.« Angebaut werden zum Beispiel Sellerie, Kohlrabi, Radieschen und Zwiebeln, dazu diverse Kräuter wie Petersilie, Thymian und Schnittlauch, aber auch Erdbeeren und Rhabarber, Salat, Gurken, Bohnen und Tomaten. Bei den Gartenprojekten gedeihen nicht nur Kräuter, Blumen und Gemüse prächtig, sondern auch Bekanntschaften. Denn auch Bewohner, die nicht mehr gärtnern können, gesellen sich gern dazu. Allein das Zusehen macht Spaß, und man kommt leicht ins Gespräch. Besonders für Paare, bei denen ein Partner noch mobil ist, ist das Gärtnern ein schönes Hobby, von dem beide etwas haben. Einer sitzt dann in der Sonne, während der andere sich mit gießen, schneiden und jäten beschäftigt. Viele Senioren empfinden das Gärtnern als besonders erfüllend. Hier betätigen sie sich produktiv, sind an der frischen Luft und kommen dabei auch noch in Bewegung. Viele Bewohner sind mit einem Garten aufgewachsen und tauschen hier ihre Erfahrungen aus.

***Beim Werkeln in der Natur  
kommt man leicht ins Gespräch.***

Neben dem Aspekt der Geselligkeit dient Tätigkeit mit Pflanzen in den Seniorenzentren als Anregung für die Sinne. Insbesondere demenziell erkrankte Menschen erreicht man durch das unmittelbare Erleben der Natur: Fühlen, Riechen und Schmecken rufen Erinnerungen wach. Das gemeinsame Erleben



## Balsam für die Seele: der Blick ins Grüne

der Natur bietet den Bewohnern Gelegenheit, Kontakt und Vertrauen zu den Pflegefachkräften noch mehr zu stärken. Selbst wer unter Parkinson oder Rheuma leidet, merkt in der Natur, dass die Feinmotorik doch besser funktioniert als gedacht. Das stärkt das Selbstwertgefühl.

Passend zur jahreszeitlichen Vegetation gibt es auch Angebote, bei denen z.B. Gedichte unter freiem Himmel vorgetragen und Lieder gesungen werden, oder über Bauern- und Wetterregeln gesprochen wird. Für die Bewohnerinnen und Bewohner, die nicht mehr in der Lage sind, aktiv an den Garten-Angeboten teilzunehmen, bringt die Aktion trotzdem etwas Gutes mit sich. Kräutersträußchen, Zweige von Apfelbäumen oder Fichtennadelspitzen schmücken die Räumlichkeiten und regen durch ihren Duft die Sinne an.

Und es weckt Gedanken an früher, an die Kriegs- und Nachkriegszeit, als Gärten die Speisekammern der Republik waren. Glücklicherweise war, wer einen hatte und nicht hungern musste. Der Garten eignet sich wunderbar für die Biografiearbeit, die Erlebnisse im Langzeitgedächtnis abrufen. Denn hier werden Bewohnerinnen und Bewohner zum Erzählen angeleitet. Mancher weiß noch genau, wie er mit vielen Geschwistern als Kind dafür zuständig war, z. B.

die Johannis-, Stachel- und Erdbeeren zu pflücken, aus denen die Mutter dann Marmelade einkochte. Auch Kartoffeln und Gemüse zu ernten, putzen und zu schälen, gehörte früher oft zu den Aufgaben der heutigen Senioren.

Wenn es mal regnet, sodass man nicht draußen werkeln kann, bieten überdachte Balkone, Wintergärten und Fenster Gelegenheit zum Kontakt mit der Natur. Schließlich tut schon allein der Blick nach draußen gut. Grün, so die Farbpsychologie, habe eine regenerierende, harmonisierende Wirkung und entspanne die Augen. Natürlich ist der Effekt noch größer, wenn man sich auch tatsächlich draußen aufhält. Bäume, Sträucher, Vogelgezwitscher, der Duft von feuchtem Waldboden oder frisch gemähtem Gras – all das macht glücklich. Sogar der Geruch von modrigem Laub, weil wir ihn schon in Kindheitstagen abgespeichert haben. Was jeder aus eigener Erfahrung weiß, nämlich, dass Aufenthalte im Freien einen positiven Einfluss auf unser Wohlbefinden haben, wurde jetzt auch wissenschaftlich belegt: Britische Forscher von der University of Exeter haben herausgefunden, dass in Zeiten, in denen Menschen näher an Grünflächen leben, ihre psychische Gesundheit und Zufriedenheit höher ist als in Jahren, in denen sie vor allem von Gebäuden umgeben sind. ♥

## MIT KRÄUTERN EINFACH UND SCHNELL GERICHTE VERFEINERN

*Kräuter ziehen – das ist nicht nur ein schönes Hobby, weil das Hegen und Pflegen der Pflanzen Freude bringt. Kräuter sind gesund und geben Gerichten einfach und schnell eine besondere Note. Eine Scheibe Brot mit Quark und selbstgehackten Kräutern, ein Pastagericht mit ein paar Blättern frischem Basilikum oder Ofenkartoffeln mit Rosmarin-Stängeln schmecken durch das Kräuteraroma gleich doppelt gut. Ein paar Tipps, wie man Kräuter einsetzen kann, finden Sie hier:*

### GETROCKNETE KRÄUTER

Hängen Sie ein Bündel aus frischen Kräutern kopfüber in einem trockenen und gut durchlüfteten Raum auf. Man kann die Kräuter bei niedriger Temperatur auch im Ofen trocknen. Achten Sie darauf, dass die Kräuter in der Mitte des Bündels ebenfalls schnell trocknen, sonst können sie schimmeln. Beschriftungen an den Bündeln helfen, die getrockneten Kräuter später zu erkennen. Getrocknete Kräuter kann man in einem gut verschließbaren Glas aufbewahren.

### TIEFGEFRORENE KRÄUTER

Am besten frische Kräuter grob zerkleinert in Dosen oder Gefrierbeuteln einfrieren. Nach dem Auftauen sind die feinen Kräuterblättchen etwas matschig, deshalb eignen sie sich eher zum Kochen, für Kräuterbutter und Quark als für frische Salate.

### KRÄUTERSALZ

Salz eignet sich hervorragend, um frische Küchenkräuter haltbar zu machen. Man kann die Kräuter einfach nach Geschmack kombinieren. Die Kräuter werden klein gehackt und mit Salz vermischt, so ist das Kräutersalz ungefähr ein Jahr haltbar.

### KRÄUTERÖL

Würziges Kräuteröl schmeckt herrlich, und man kann es ganz einfach selbst machen. Hierzu gibt man einfach Öl und die gewünschten Kräuter – frisch oder getrocknet – in eine Flasche und lässt es 4–6 Wochen reifen. Dabei kann man die ganze Kräutervielfalt nutzen und ein individuelles Kräuteröl ganz nach Geschmack kreieren. Frische Küchenkräuter sehen allerdings schöner in einer dekorativen Glasflasche aus. Außerdem enthalten frische Kräuter mehr Aroma als getrocknete, da diese ätherische Öle beim Trocknen verlieren.



## EIN HERZ FÜR DIE ALTENPFLEGE

*Für die examinierte Altenpflegerin Hülya Sungur steht der enge Kontakt zu den Bewohnerinnen und Bewohnern an erster Stelle.*

♥ Hülya Sungur stammt aus der Türkei. Die ersten 11 Jahre ihres Lebens verbrachte sie mit ihrer Familie in ihrem Geburtsland, bevor sie gemeinsam nach Deutschland auswanderten. In ihrer neuen Heimat besuchte das junge Mädchen sechs Jahre lang die Schule. Trotz anfänglicher Sprachbarrieren und dieser doch sehr anderen Lebenssituation schloss Hülya Sungur die Schule mit der mittleren Reife erfolgreich ab.

Schon als kleines Mädchen träumte die heute 22-Jährige davon, kranke Menschen später einmal zu versorgen und zu pflegen. So lag es nahe für sie, sich nach der Schule auch in diese Richtung bezüglich ihres späteren Berufs zu orientieren. Gedacht, getan. Im Rahmen eines Freiwilligen Sozialen Jahrs im AWO-Seniorenzentrum Rheinaue setzte die gebürtige Türkin ihren Traum in die Tat um. Schnell stellte sie fest, wie sehr ihr der Beruf der Altenpflege gefiel, es bereitete ihr vor allem große Freude, für die Menschen dazusein und ein offenes Ohr zu haben.

Aufgrund ihrer positiven Erfahrungen während des FSJ war auch die anschließende dreijährige Ausbildung zur examinierten Altenpflegerin eine logische Schlussfolgerung. Bis heute arbeitet sie sehr gern in der Rheinaue, wo sie als junge Schulabgängerin angefangen hat. »Ich liebe meine Tätigkeiten und die Menschen hier«, zieht Hülya Sungur ihr Fazit. »Der Beruf der Altenpflege ist genau das Richtige für mich. Es gefällt mir hier immer noch so wie am ersten Tag.« ♥



## WAS BEDEUTET DER FRÜHLING?

*Interview mit Bewohnerinnen der Hausgemeinschaft*

**Frau Mederacke, wann fängt bei Ihnen der Frühling an?**

➔ Wenn die ersten Zeichen auf Frühling stehen und die Sonne wärmt, fängt für mich der Frühling an.

Dann räume ich meine Balkonkästen aus und mache neue Erde rein, denn eine gute Erde ist wichtig für den Erfolg der Blüte. Wenn ich diese Arbeit erledigt habe, dann gehe ich auf einen Markt bei mir um die Ecke und kaufe mir eine bunte Mischung an Blumen, die ich dann gleich zu Hause in meine Kästen setze. Dabei genieße ich die Sonne bei einer guten Tasse Kaffee nach getaner Arbeit mit Freude. Dann

heißt es gute Pflege und ein geschultes Auge, was das Gießen betrifft. Bloß nicht unter Wasser setzen, sonst fault es und die Blütenpracht ist weg.

Frühling bedeutet für mich eine Vielfalt aus Blumen, Sonne und gutem Kaffee, das genieße ich auch hier in der Hausgemeinschaft!

**Frau Michel, was hatten Sie im Frühling im Garten zu tun?**

➔ Nach der kalten Jahreszeit habe ich im Keller meine kleine Aufzucht gesetzt von Kartoffelpflanzen, Blumenzwiebeln und Tomaten. Und sobald die ersten Vorboten des Frühlings da sind,

habe ich viel im Garten zu tun. Ich muss die Beete richten, also auch die Erde lockern und das Unkraut etwas entfernen. Dann muss ich meine Kartoffeln & Co. einsetzen und gut wässern. Auch ich gehe dann oft auf den Markt und kaufe Blumenkübelpflanzen, um mir den Frühling direkt nach Hause zu holen. Außerdem pflanze ich Kräuter sehr gern, die in der Küche unerlässlich sind.

In meinem Garten habe ich zudem Vogelhäuschen gehabt, die ich gern beobachtet habe. Hier in der Hausgemeinschaft konnte ich zu meiner großen Freude miterleben, wie die Störche kamen und die Rehe auf dem Feld liefen.



## FRÜHLINGSFESTE IM SENIORENZENTRUM

*Aller guten Dinge sind drei – so feierten auch wir in der Rheinaue den Beginn des Frühjahrs gleich an drei Nachmittagen mit Kaffee, Kuchen und kurzweiligen Auftritten.*

♥ Endlich Frühling! Bei Sonnenschein und frühlingshaften Temperaturen feierten wir mit unseren Bewohnern, Angehörigen und Gästen am 18., 19. und 26. März in den Wohnbereichen des AWO-Seniorenzentrums Rheinaue unsere diesjährigen Frühlingfeste.

Ein reichhaltiges Kuchenbuffet, liebevoll von unseren Betreuungskräften zubereitet, lud zu Kaffee und Kuchen und einem gemütlichen Beisammensein ein. Mit großer Freude wurden unsere Betreuungskräfte Inge Götzmann, Barbara Dewald, Gabriele Simonis und Manuela Liefländer erwartet, die durch ein buntes Nachmittagsprogramm führten. Ein ebenso bunter Frühlings-Liederreigen erfreute die Bewohner, bei dem kräftig mitgesungen wurde. Es waren gelungene, harmonische und kurzweilige Nachmittage. Unseren guten ehrenamtlichen Geistern mit ihren hilfreichen flinken Händen ein herzliches Dankeschön. ♥

## FRÜHLING HIELT EINZUG IN DER HAUSGEMEINSCHAFT

♥ Bei strahlendem Frühlingswetter genossen die Bewohner der Hausgemeinschaft und unsere Gäste Ende März einen geselligen und kurzweiligen Nachmittag. Im Anschluss der Begrüßung durch die Teamleitung Irina Wilhelm gab es Kaffee und Kuchen. Dann startete ein buntes Programm für die Bewohner, Angehörigen und Gäste. Für die musikalische Umrahmung am Schifferklavier sorgte Roland Leib, Angehöriger von Lore Schmidt. Große Highlights waren der Comedy-Auftritt von Gertrude alias Irina Wilhelm und die Kutschfahrt durch die Hausgemeinschaft, organisiert von Alltagsbegleiterin Tanja Jörg.

Sowohl drinnen als auch draußen herrschte den gesamten Nachmittag über eine sehr vertraute und lustige Atmosphäre und ein familiäres Miteinander. Abgerundet wurde der Tag am Abend mit offenem Fleischkäse und frischen Salaten. Herzlichen Dank an alle, die diesen gelungenen Nachmittag und Abend mitgestaltet haben.

Wir danken allen Besuchern für ihr Kommen, denn nur mit netten Gästen wird es ein schönes Fest. ♥

*Sonne, Spaß und gute Laune – alle Bewohnerinnen und Bewohner der Hausgemeinschaft sowie ihre Angehörigen und Gäste der Rheinaue hießen den Frühling am 29. März ganz herzlich willkommen.*



# FRÜHLINGS- KONZERT IN DER HAUS- GEMEINSCHAFT

♥ Mit einem musikalischen Abend erfreute zum ersten Mal der »Chor der Zukunft« am 04.05.2015 die Bewohnerinnen und Bewohner der Hausgemeinschaft. Unter der Leitung und Organisation von Reinhard Zorn begeisterte der Chor mit einem bunten Programm von Liedgut und Gitarrenklängen die Bewohnerinnen und Bewohner und Gäste der Hausgemeinschaft. Mit einem reichhaltigen Vesper überraschte der Chor die Bewohner.

Mit kräftigem Applaus dankten die Bewohner und Gäste dem »Chor der Zukunft«, dessen Mitglieder ihre Instrumente erst wieder einpacken durften, nachdem sie versprochen hatten, bald wieder einen Abend in der Hausgemeinschaft der Rheinaue zu gestalten.

Herzlichen Dank an alle Mitwirkenden für diesen tollen Abend.♥



**LÖSUNG DER LETZTEN AUSGABE**  
Schwedenrätsel: Gemuetlichkeit

# SCHWEDENRÄTSEL

vorsätzliche Zerstörung	Rufname Schwarzeneggens	Dauerbezug König der Elfen	Stadt in Indien griech. Göttin	aufgeräumt	Seufzer	Futterpflanze	Lebensbund
			4	Segelboot Männernamenkurzname		8	
langes Abendkleid			Lebemann Fluss in Peru		Gallertmasse	germanische Schriftzeichen	
dekoriere	Einbringen der Feldfrüchte	engl. Grafamerik. Erfinder		US-Filmstar Südeuropäer			
			german. Gottheit Seifenwasser	7	Zeltüberdachung englisch: rot	Außerirdischer (engl.)	Schwermetall
ehem. Münze in Finnland	Wintersportart						
		6	Zeitalter		rumänische Währung	10	
Kurzschreibform (Kw.)	Teil der Alpen (Hohe ...)	Weißbrot zu keiner Zeit			kurz für: in das Kanal a. Honshu		
			Singvögel	Tochter des Zeus Frauenkurzname		Tanzfigur der Quadrille	
kleine Hütte	Eiland griechisch: zwei			vereinigen Warthe-Zufluss	9		
		5	Fremdwortteil: über, oberhalb	Kreuzinschrift Sommerschuh		Völkergruppe in China	persönliches Fürwort
Hühnerprodukt		Hasenlager Nestorpapagei			Schiffsanlegeplatz englisch: ja Vorsilbe		
			2	ein Saturnmond		Wohnungsflur	
weite kaufm. Vollmacht	Heldengedichte US-Sängerin			Stiel der Trauben	Pluspol		
Landchaft in Sri Lanka	Schanktisch Verhältniswort	11	Meeresströmung Walart		3	US-Action-TV-Serie	iranisch-kaukas. Spießlaute
			polynesische Insel		Abk.: Entropieeinheit	Düsenflugzeug	12
trist Fluss d. Pforzheim			europäisches Hochgebirge	1		im Stil von (franz.)	
			dünner Pfannkuchen		Abfluss des Attersees		

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

**Wir beantworten Ihre Fragen zum Thema Pflege. Rufen Sie uns gern an.**

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



**Thomas Richter**  
Einrichtungsleiter  
Tel. 07255 7646-268  
thomas.richter@awo-baden.de



**Kerstin Kammerer**  
Information und Service  
Tel. 07255 7646-0  
kerstin.kammerer@awo-baden.de



**Monika Frank**  
Sozialer Dienst  
Tel. 07255 7646-266  
monika.frank@awo-baden.de



**Sabine Roscher**  
Pflegedienstleitung  
Tel. 07255 7646-265  
pdl.szgrabenneudorf@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**

Thomas Richter mit Monika Frank und die COMMWORK Werbeagentur GmbH

**FOTOREDAKTION**

AWO-Seniorenzentrum Rheinaue und Eric Langerbeins, COMMWORK Werbeagentur GmbH

**LAYOUT/PRODUKTION**

Katharina Schneider, 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



# DAS AWO-SENIORENZENTRUM RHEINAUE

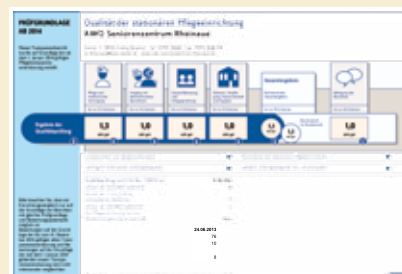


## Unsere Leistungen und Qualitätsmerkmale

Sicher und geborgen – das AWO-Seniorenzentrum Rheinaue in Graben-Neudorf bietet pflegebedürftigen Menschen individuelle Pflege und Betreuung nach modernen Standards.

- ✓ 81 stationäre Plätze; davon sind 37 Einzel- und 22 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
- ✓ Mit ca. 70 % Fachkräfteanteil weit über dem gesetzlich vorgegebenen Standard von 50 %
- ✓ Frische Speisen aus eigener Küche, Menüauswahl und Sonderkostformen
- ✓ Freie Arztwahl

- ✓ Tägliche Freizeitaktivitäten
- ✓ Friseur und Fußpflegeservice
- ✓ Umfangreiches kulturelles Veranstaltungsangebot
- ✓ Wöchentliche Gottesdienste/Andachten der evangelischen und katholischen Kirchengemeinde
- ✓ Pflegenote 1,1 im Jahr 2014



## AWO-Seniorenzentrum Rheinaue

Kantstraße 3 · 76676 Graben-Neudorf · Tel. 07255 7646-0 · Fax. 07255 7646-100  
E-Mail: [sz-rheinaue@awo-baden.de](mailto:sz-rheinaue@awo-baden.de) · [www.awo-seniorenzentrum-rheinaue.de](http://www.awo-seniorenzentrum-rheinaue.de)



Seniorenzentrum  
Rheinaue  
Graben-Neudorf