

Mein Zuhause

HAUSZEITUNG SENIORENZENTRUM AN DER ELZ

Ausgabe 2/2023



Erinnerung durch Musik

Musik kann starke
Erinnerungen hervorrufen
und wiederbeleben

Vergiss mein nicht

Informationen zur
Symbolik des schönen
Frühblüherers

Duft der Vergangenheit

Über die Wirkung bekannter
Düfte auf unsere Emotionen
und Erinnerungen

Liebe Bewohnerinnen und Bewohner

*Angedenken an das Gute
Hält uns immer frisch bei Mute.
Angedenken an das Schöne
Ist das Heil der Erdensöhne.
Angedenken an das Liebe,
Glücklich! wenn's lebendig bliebe.
Angedenken an das Eine
Bleibt das Beste, was ich meine.*

Johann Wolfgang von Goethe

Während die Sonne nach dem verregneten Frühling endlich ihren warmen Zauber über das Land legt, begrüße ich Sie herzlich zu einer neuen Ausgabe unserer Hauszeitung, die sich ganz dem Thema „Erinnerungen“ widmet.

Erinnerungen sind eine wunderbare Möglichkeit, vergangene Ereignisse und besondere Momente in ihrem Leben wieder aufleben zu lassen. Sie können dabei helfen, positive Emotionen zu wecken, das Gedächtnis zu stimulieren und eine Verbindung zu früheren Zeiten herzustellen. In den langen Sommertagen erinnern wir uns gerne an vergangene Jahre, an unvergessliche Sommerabenteuer, an Urlaube am Meer oder an Spaziergänge durch duftende Blumenwiesen. Diese Erinnerungen sind wie Sonnenstrahlen, die uns mit Freude und Nostalgie erfüllen.

Wir wünschen Ihnen viel Freude beim Lesen dieser Ausgabe, mögen die Sonnenstrahlen der Erinnerungen Ihre Herzen erwärmen und Ihren Sommer mit einem Hauch von Magie erfüllen.

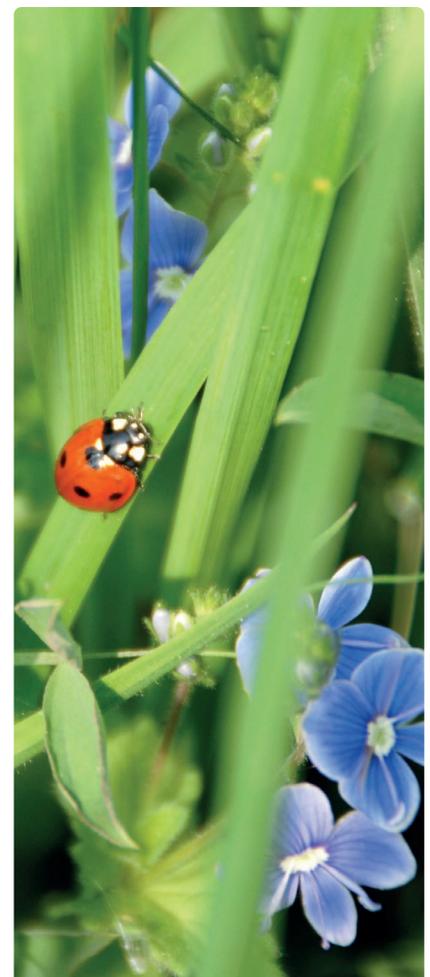
Die nächste Ausgabe erscheint im Oktober 2023.
Viel Spaß beim Lesen des Heftes wünscht Ihnen



Antje Kössl-Janssen M.Sc.
Geschäftsführerin



Antje Kössl-Janssen M.Sc.
Geschäftsführerin



Erinnerung durch Musik

Wenn Sie eine bestimmte Melodie hören, können plötzlich lange zurückliegende Ereignisse, Liedtexte, Gesichter und Geschichten in Ihrer Erinnerung auftauchen. Diese Fähigkeit, sich beim Hören von Musik zu erinnern, bleibt auch bei Menschen mit Demenz noch lange erhalten.

„Das Lied kenn ich noch von früher“

Musik kann starke Erinnerungen hervorrufen und wiederbeleben. Dies liegt an ihrer einzigartigen Fähigkeit, Emotionen zu wecken und zu verstärken. Bestimmte Lieder, die wir in besonderen Momenten gehört haben, können diese Emotionen erneut auslösen und uns wieder mit diesen vergangenen Ereignissen und Gefühlen verbinden.

Darüber hinaus werden Musik und spezifische Ereignisse oft eng miteinander verknüpft. Ein bestimmtes Lied kann während glücklicher Momente wie Partys, Urlauben oder bedeutenden Lebensveränderungen gespielt worden sein. Wenn wir dieses Lied später wieder hören, können wir uns an diese Ereignisse erinnern und sie erneut erleben.

Musik kann auch mit bestimmten Personen oder Beziehungen assoziiert werden. Wenn wir ein Lied hören, das wir mit einem Freund, Familienmitglied oder Partner in Verbindung bringen, erinnert es uns an gemeinsame Erlebnisse mit diesem Menschen.

Zudem ist Musik mit dem zeitlichen Kontext verbunden. Bestimmte Musikgenres, Künstler oder Lieder erinnern uns an bestimmte Epochen oder Lebensabschnitte. Musik dient als mächtige Erinnerungshilfe und hat einen starken Einfluss auf unsere Stimmung und unser Wohlbefinden, indem sie vergangene Erfahrungen, Emotionen und Gefühle für Menschen wieder zum Leben erweckt.





Hurra! Frau K. kann singen

Tag ein Tag aus, streift die 90-jährige Frau K. rastlos über den Wohnbereich. Sie scheint in sich verloren, die Blicke wirken niedergeschlagen und ängstlich.

Die Alltagsbegleiter bilden einen Singkreis. Auch wenn bei unseren Bewohnern mit einer schweren Demenz vieles in Vergessenheit gerät: Der Text manchen Liedes ist noch immer präsent.

Hier haben wir Alltagsbegleiter die Aufgabe, Singen und Musik als die Chance zu begreifen, dass Bewohner Traurigkeit verlieren, Freude erleben. Im Spüren von Rhythmik wird der Körper lebendig: Bewohner dirigieren, Arme und Hände schwingen, der Rollstuhl scheint sich in Bewegung zu setzen.

Musik kann positive Gefühle und Erinnerungen wecken. Wir erleben in unserer Arbeit: Musik hat einen positiven Einfluss auf die Lebensqualität, denn Bewohner, die tagtäglich mit ihren Einschränkungen und Defiziten konfrontiert sind, erleben, dass sie noch Fähigkeiten haben zu musizieren, zu singen, den Takt zu schlagen.

„Es steht eine Mühle im Schwarzwäldertal“. Mit Tamburin, Triangel, Schellen und Rassel werden die Lieder von den Bewohnern begleitet.

Es ist immer wieder eine Freude zu erleben, wie leicht sich bei Gesang und dem Spielen mit rhythmischen Instrumenten Erfolgserlebnisse und Glücksgefühle einstellen.

Wolfgang Litzba
Koordinator Alltagsbegleitung



Wann wird's mal wieder richtig Sommer?

In der Seniorenarbeit können wir die Wirkung bekannter Melodien und Lieder täglich beobachten. Bekannte Volkslieder und deutsche Schlager sind die Klassiker in den Beschäftigungsangeboten. In diesem Beitrag widmen wir uns ganz dem deutschen Schlager.

Kennen Sie noch dieses Lied? Ein Sommerhit, der die Herzen der Menschen erwärmt und gute Laune verbreitet - „Wann wird's mal wieder richtig Sommer“ ist ein Lied, das untrennbar mit dem Namen Rudi Carell verbunden ist.

Rudi Carell, der niederländische Entertainer und Sänger, wurde durch seinen Sommerhit „Wann wird es endlich wieder Sommer“ berühmt. Das Lied, 1975 veröffentlicht und von Jack White geschrieben, strahlt eine fröhliche und optimistische Stimmung aus. Carells charismatische Stimme und sein einzigartiger Stil machen das Lied zu einem Klassiker des deutschen Schlagers.

Rudi Carells Erfolg mit „Wann wird es endlich wieder Sommer“ war nicht nur auf den deutschsprachigen Raum beschränkt. Das Lied eroberte auch die Charts in den Niederlanden und blieb monatelang in den Hitparaden präsent. Carells Version wurde zu einem zeitlosen Klassiker, der auch heute noch gerne gehört und auf Sommerpartys gespielt wird.



Rudi Carell war einer der beliebtesten Entertainer seiner Zeit und hatte eine große Fangemeinde. Neben seiner Musikkarriere war er auch als Moderator erfolgreicher Fernsehshows tätig, darunter „Am laufenden Band“ und „Rudi Carrell Show“. Seine freundliche Persönlichkeit und sein Talent, die Menschen zum Lachen zu bringen, machten ihn zu einer Legende des Unterhaltungsgeschäfts.

Obwohl Rudi Carell bereits vor vielen Jahren verstorben ist, leben sein Erbe und seine Musik weiter. „Wann wird es endlich wieder Sommer“ ist ein zeitloser Ohrwurm, der uns daran erinnert, dass die warme Jahreszeit immer wieder zurückkehrt und uns mit ihrer Freude und Leichtigkeit erfüllt.



Wann wird's mal wieder richtig Sommer?

Ein Sommer, wie er früher einmal war?

Ja, mit Sonnenschein von Juni bis September

Und nicht so nass und so sibirisch, wie im letzten Jahr

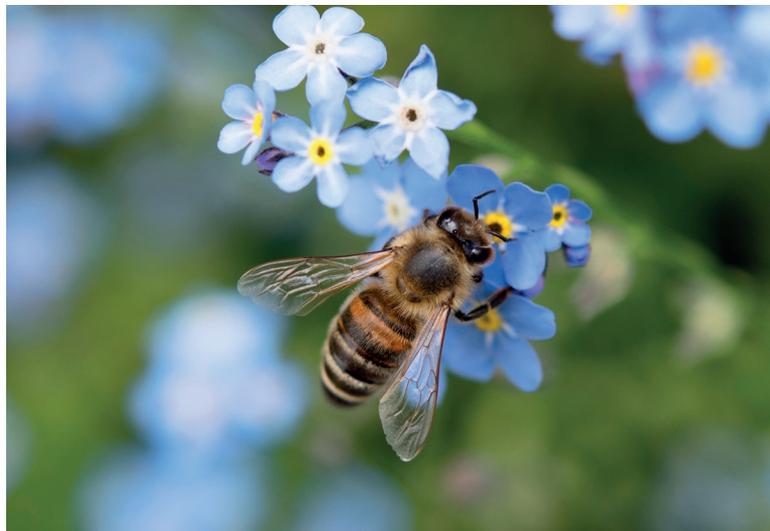
Vergiss mein nicht

Das Vergissmeinnicht verzaubert jedes Jahr aufs Neue Gärten und Wiesen mit seiner blauen Farbenpracht. Die Bedeutung von Vergissmeinnicht ist dabei schon im Namen enthalten. Hier erfahren Sie mehr zur Symbolik der schönen Frühblüher.

In der griechischen Mythologie glaubte Zeus allen Pflanzen einen Namen gegeben zu haben, als ein kleines blaues Blümchen rief: „Vergiss mein nicht!“. Der Göttervater machte es sich daraufhin einfach und gab der kleinen Pflanze genau diesen Namen.

Das Vergissmeinnicht hat eine starke Symbolik. Die Blume steht für Treue und ewige Liebe. Am 10.11. wird weltweit der Vergissmeinnicht-Tag gefeiert. Seinen Ursprung hat er in den USA, um an jene Soldaten zu erinnern, die aus dem Krieg mit Behinderungen zurückkehrten. In abgewandelter Form wird der Vergissmeinnicht-Tag aber auch bei uns begangen. Angehörige von Demenzkranken beispielsweise setzen sich zu diesem Anlass für den Kampf gegen Alzheimer und ähnliche Krankheitsbilder ein, die Betroffenen das Erinnerungsvermögen rauben. So entstand unter dem Motto „Vergiss mein nicht“ zum Welt-Alzheimer-tag (21. September) eine Pflanzaktion gegen das Vergessen von Menschen mit Demenz.

Unter dem genannten Motto werden in zahlreichen Regionen Deutschlands Veranstaltungen durchgeführt, die daran erinnern sollen, dass es



weiterhin von großer Bedeutung ist, Menschen mit einer Demenzerkrankung nicht zu vergessen und ihnen eine aktive Teilnahme am öffentlichen Leben zu ermöglichen.

Diese Veranstaltungen sollen demenzfreundliche Angebote und Strukturen in allen Bereichen des öffentlichen Lebens fördern, um eine verstärkte Teilhabe von Menschen mit Demenz und ihren Angehörigen zu gewährleisten. Die Veranstaltungen unter dem genannten Motto bieten eine Gelegenheit, dieses Bewusstsein zu fördern und einen positiven Wandel voranzutreiben. Indem wir demenzfreundliche Strukturen schaffen und die Mitwirkung der Angehörigen würdigen, können wir die Lebensqualität von Menschen mit Demenz verbessern und das Ziel einer inklusiven Gesellschaft verwirklichen.





Der Duft der Vergangenheit

Forschungen zu den Zusammenhängen zwischen Gerüchen und Gefühlen haben interessante Erkenntnisse über die Wirkung bekannter Düfte auf unsere Emotionen und Erinnerungen ans Licht gebracht.

Es gibt verschiedene Gründe, warum vertraute Gerüche immer wieder ähnliche Gefühle auslösen können. Zunächst einmal ist unser Geruchssinn eng mit dem limbischen System verbunden, das für Emotionen und Erinnerungen zuständig ist. Im Gegensatz zu anderen Sinnen wie dem Seh- oder Hörsinn ist der Geruchssinn direkt mit den Teilen des Gehirns verknüpft, die Emotionen verarbeiten. Dadurch können Düfte schnell und direkt starke emotionale Reaktionen auslösen.

Des Weiteren spielen Konditionierung und Assoziationen eine große Rolle. Wenn wir einen bestimmten Geruch mit einer bestimmten Erfahrung oder Situation verbinden, wird diese Verknüpfung in unserem Gedächtnis gespeichert. Sobald wir diesen Duft erneut wahrnehmen, werden die damit verbundenen Erinnerungen und Gefühle aktiviert. So entsteht eine Art „Duft-Gedächtnis“.

Neuere Studien haben jedoch überraschende Ergebnisse zu der Verbindung zwischen Nase und Gedächtnis gefunden. Es wurde entdeckt, dass ein beeinträchtigter Geruchssinn möglicherweise mit einer schlechteren Erinnerungsfähigkeit einher-

geht. Tatsächlich besteht eine enge Verbindung zwischen dem Verlust des Riechvermögens und neurodegenerativen Erkrankungen wie Alzheimer.

Es gibt eine wachsende Anzahl von Studien, die darauf hinweisen, dass der Verlust des Riechvermögens ein Indikator für das Risiko von Demenzerkrankungen sein kann. Menschen mit einer eingeschränkten Fähigkeit, Gerüche wahrzunehmen, haben möglicherweise ein höheres Risiko, im späteren Leben an Alzheimer oder anderen Formen von Demenz zu erkranken.

Diese Forschungsergebnisse legen nahe, dass der Zustand des Geruchssinns als potenzielles Frühwarnsignal für neurodegenerative Erkrankungen dienen könnte. Durch die Überwachung und regelmäßige Bewertung des Riechvermögens könnten Ärzte möglicherweise frühe Anzeichen von Demenz erkennen und frühzeitig intervenieren, um den Verlauf der Erkrankung zu beeinflussen.

Es ist jedoch wichtig zu beachten, dass ein beeinträchtigter Geruchssinn nicht zwangsläufig auf eine Demenzerkrankung hinweist.

Neues von den Heimfürsprechern

Liebe Bewohner, liebe Angehörige, Besucher und liebe Mitarbeiter des Seniorenzentrum An der Elz! In dieser Ausgabe der Hauszeitschrift möchten wir uns in der Funktion als Heimfürsprecher vorstellen und Ihnen ein paar Informationen mitteilen.

Das Gremium der Heimfürsprecher besteht aus Bewohnern, Angehörigen und externen Personen, alle stellen sich ehrenamtlich in den Dienst des Seniorenzentrums An der Elz. Unsere wichtigste Aufgabe besteht darin, durch unsere Aktivitäten mitzuhelfen, dass sich die Bewohner in dem Seniorenzentrum wohl fühlen.

Aber auch die Angehörigen und Besucher sollten das Gefühl haben, in Kollmarsreute sind alle Menschen gut aufgehoben. Die Mitarbeiter sind hierfür ein wichtiger Faktor, täglich werden die Bewohner mit viel Engagement, hoher Motivation liebenswert betreut und versorgt.

Die Heimfürsprecher unterstützen verschiedene Prozesse und möchten dabei mit allen Beteiligten ins Gespräch kommen. So bieten wir seit einigen Monaten einen Angehörigenstammtisch an, hierbei soll ein Informationsaustausch stattfinden. Die Heimfürsprecher können als Bindeglied zwi-

schen Angehörigen, Bewohnern, Mitarbeitern und Heimleitung auftreten.

Um den Stammtisch attraktiv zu gestalten, werden seitens der Heimleitung kurze Vorträge zu aktuellen Themen eingebaut.

Aus unserer Sicht sehr wichtig, dass die Besucher des Stammtisches offen über alles sprechen können. Hierbei entstehen Diskussionen untereinander, man erfährt Positives und Negatives, man tauscht sich aus und kann Lösungen finden.

Die Heimfürsprecher treffen sich regelmäßig mit der Heimleitung und werden über wichtige Vorgänge, Entwicklungen und Maßnahmen informiert.

Bei Veranstaltungen wie Ausflüge, Weihnachts-, Oster- und Sommerfest, unterstützen die Heimfürsprecher und sind gerne Ansprechpartner für alle Anliegen.

Wir würden uns sehr freuen, wenn Sie hiervon regen Gebrauch machen, vielleicht schon beim nächsten Angehörigenstammtisch!

Dieter Schindler, Heimfürsprecher



Rückblick auf unsere Aktivitäten

Wir können wieder auf viele tolle Aktivitäten im Seniorenzentrum An der Elz zurückblicken. Vielen Dank an alle Mitarbeitenden, die sich immer wieder etwas Neues einfallen lassen. Ein kleiner Rückblick auf die letzten Wochen.

28.05. Ausflug zum „Café Duft“ nach Freiamt

Bei sommerlichen Temperaturen und strahlend blauem Himmel führte uns der Weg vorbei an der Hochburg zum Café Duft nach Freiamt. Die Tische waren geschmückt, die vielen Kuchen in der Theke lachten uns in riesiger Vielfalt geradezu an. Jeder Bewohner traf seine Auswahl, wie es das Herz begehrt. Es herrschte eine unbeschwertere Stimmung, alle hatten etwas zu erzählen oder hörten gespannt zu. Ein wunderschöner Ausflug!



11.06. Ausflug zum Oldtimer-Treffen in Simonswald

Mancher Bewohner entdeckte dabei sein erstes Auto. Autos und Motorräder aus verschiedenen Jahrzehnten erinnerten an Familienurlaube oder den ersten Ausflug zu zweit. Dieser Tag war ein absolutes Highlight für unsere Bewohnerinnen und Bewohner!



17.06. Frühlingsfest

Im Vorfeld wurde von unseren Kreativen wunderschöner Blumenschmuck gebastelt, der die festlich geschmückten Tische zierte. Wladimir Wundschuh aus Denzlingen spielte mit seinem Akkorden auf, es wurde fröhlich mitgesungen und geschunkelt. Spiele wurden veranstaltet, Bewohner, die sich durch die unterschiedlichen Wohnbereiche sonst nicht begegnen, kamen ins Gespräch – es war ein freundlicher Austausch unter Verwandten und Freunden.



Vorankündigung „Mode-Bequem“

Im Oktober wird uns „Mode-Bequem“ besuchen. Dies ist ein Modegeschäft, das in unser Seniorenzentrum kommt und einen Einkaufsbummel in gemütlicher und entspannter Atmosphäre bietet. Dafür baut „Mode-Bequem“ ein kleines Ladengeschäft mit etwa 2.500 Teilen auf. Es werden die neuesten Modetrends im Rahmen einer unterhaltsam modierten Modenschau mit Models aus unserem Haus vorgestellt. Die Veranstaltung ist natürlich kostenfrei und unverbindlich.



Geburtstage und Gedenken



**Wir gratulieren herzlich
zum Geburtstag!**

Tritschler, Werner 01.07.
Klauke, Eva-Brigitte 04.07.
Becker, Volker 17.07.
Hoven, Peter 22.07.
Wegner, Christa 06.08.
Herrmann, Erika 09.08.
Vogel, Elisabetha 09.08.
Bandemer, Fred 10.08.
Schindler, Elisabeth 13.08.
Pangritz, Jürgen 16.08.
Franck, Ruth 04.09.
Schinker, Jens 04.09.
Felber, Helga 09.09.
Ziser, Werner 18.09.
Nunn, Marta 22.09.
Simic, Ivan 28.09.

**Wir nehmen Abschied und
gedenken unserer Verstorbenen**

18.03.2023 Schindler, Hannelore
01.04.2023 Pauer, Heidi
04.04.2023 Würz, Manfred
15.04.2023 Fuchs, Friedrich
07.05.2023 Wangler, Anna
19.05.2023 Schreiber, Werner
25.05.2023 Gerber, Mina

*„Wir sollen nicht trauern,
dass wir die Toten verloren haben,
sondern dankbar dafür sein,
dass wir sie gehabt haben,
ja auch jetzt noch besitzen:
denn wer heimkehrt zum Herrn,
bleibt in der Gemeinschaft
der Gottesfamilie und ist
nur vorausgegangen.“*

Hieronymus (347-420)



Ihre Ansprechpartner im Seniorenzentrum An der Elz



André Lemper
Heimleitung
lemper@seniorenzentrum-elz.de
Tel. 07641 95509-101



Michael Wunsch
Pflegedienstleitung
wunsch@seniorenzentrum-elz.de
Tel. 07641 95509-102



Stephanie Scheibel
Hauswirtschaftsleitung
scheibel@seniorenzentrum-elz.de
Tel. 07641 95509-355



Stephanie Henning
Verwaltung
info@seniorenzentrum-elz.de
Tel. 07641 95509-100



Cornelia Graf-Wolf
Verwaltung
info@seniorenzentrum-elz.de
07641 95509-103



Impressum

Herausgeber: Seniorenzentrum An der Elz gGmbH, Fabrikstraße 4, 79312 Emmendingen-Kollmarsreute,
Tel: 07641 95509-0, Fax: 07641 95509-111, info@seniorenzentrum-elz.de

Redaktion: André Lemper (verantwortlich)

Gestaltung: Monika Herzberg - **Auflage:** 150

Gender-Hinweis: Aus Gründen der besseren Lesbarkeit wird auf die gleichzeitige Verwendung der Sprachformen männlich, weiblich und divers (m/w/d) verzichtet. Sämtliche Personenbezeichnungen gelten gleichermaßen für alle Geschlechter.