

Mein Zuhause

HAUSZEITUNG SENIORENZENTRUM AN DER ELZ

Ausgabe 3 / 2023



Gemeinsamkeit

Der Herbst als eine Zeit
des Miteinanders
und der Freude

Die Chrysanthema

Besuch in Lahr in
einem wahren
Blumenparadies

Rückblick

Viele schöne Ausflüge
und Aktivitäten im
Seniorenzentrum An der Elz

Liebe Bewohnerinnen und Bewohner

Nach einem wunderschönen Altweibersommer sind die Zeichen eindeutig: bunte Blätter fallen von den Bäumen, ein frischer Wind zieht durch die Straßen und die Tage werden allmählich kürzer. Keine Frage, der Herbst steht vor der Tür!

Zwar bringen die kühleren Temperaturen im Herbst nach der sommerlichen Hitze für viele Seniorinnen und Senioren Erleichterung mit sich. Die dunklen Tage können aber auch auf die Stimmung drücken.

Ein Grund mehr für uns, mit unseren Ideen für Herbstbeschäftigungen für Spaß und Abwechslung in unserem Haus zu sorgen und den Übergang in die dunkle Jahreszeit so unterhaltsam und unbeschwert wie möglich zu gestalten. Egal wie Sie Ihre Zeit im Herbst verbringen möchten, die kalte Jahreszeit ist kein Grund für Frust und Langeweile! Viele Angebote unserer Alltagsbegleitung warten auf Sie! Und egal ob Sie gerne mit einer Tasse Tee und einem Buch entspannen oder draußen noch die letzten Sonnenstrahlen genießen, seien Sie vor dem Winter noch möglichst aktiv.

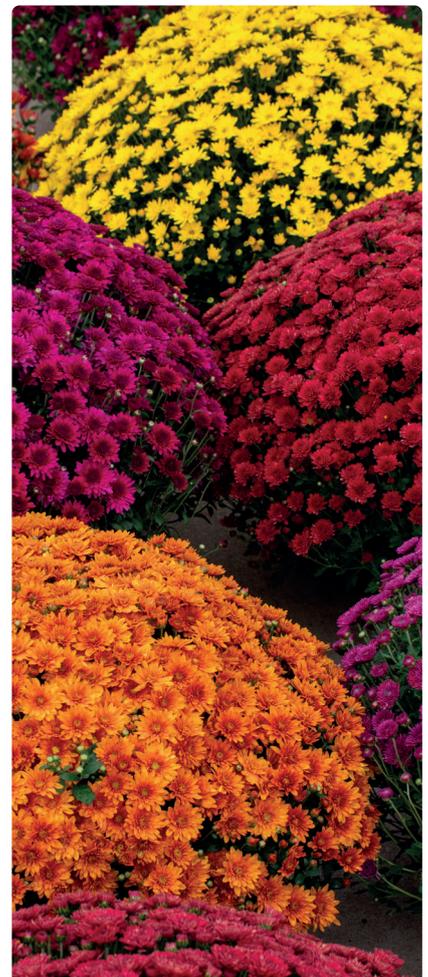
Gemeinsame Aktivitäten und das Gefühl der Zugehörigkeit steigern die allgemeine Stimmung. Lachen, Freude und die Möglichkeit, Neues zu erleben, sind wichtige Faktoren für ein positives Lebensgefühl. Regelmäßige Veranstaltungen, Ausflüge und Feste bieten Ablenkung und Unterhaltung und unser Team im Seniorenzentrum An der Elz tut sein Bestes, um Ihnen die Zeit bei uns so angenehm wie möglich zu gestalten.

Die nächste Ausgabe erscheint im Dezember 2023.
Einen goldenen Herbst und viel Spaß beim Lesen des Heftes wünscht Ihnen

Antje Kössl-Janssen M.Sc.
Geschäftsführerin



Antje Kössl-Janssen M.Sc.
Geschäftsführerin



Gemeinsamkeit im Herbst

Die dunkle Jahreszeit sollte nicht als eine Zeit des Rückzugs, sondern als eine Zeit des Miteinanders und der Freude wahrgenommen werden. Wie wir den Herbstblues vermeiden und das Gruppengefühl stärken können.

Die dunkle Jahreszeit kann für Senioren im Pflegeheim oft eine Herausforderung darstellen. Die kürzeren Tage, das kalte Wetter und die begrenzten Möglichkeiten, draußen aktiv zu sein, können zu einem Stimmungstief führen, das oft als „Herbstblues“ bezeichnet wird. Um dem entgegenzuwirken und die Lebensqualität zu steigern, sind gemeinsame Aktivitäten und ein starkes Gruppengefühl von entscheidender Bedeutung.

Gemeinsame Aktivitäten

Unsere Alltagsbegleitung bietet stets ein vielfältiges Programm an abwechslungsreichen Aktivitäten, die auf die Interessen und Bedürfnisse unserer Bewohner abgestimmt sind. Diese Aktivitäten dienen nicht nur der Unterhaltung, sondern fördern auch die geistige und körperliche Gesundheit. Beispielsweise kann das gemeinsame Basteln nicht nur eine entspannende Freizeitbeschäftigung sein, sondern auch das Gedächtnis und die Feinmotorik der Senioren fördern.

Musikveranstaltungen schaffen eine fröhliche Atmosphäre und bieten die Möglichkeit, sich zu bewegen und Freude zu empfinden. Das gemeinsame Singen von Liedern kann Erinnerungen wecken und die Stimmung heben.

Gruppengefühl stärken

Aktivitäten in der Gemeinschaft stärken das Zusammengehörigkeitsgefühl. Unsere Bewohner können Freundschaften schließen, sich austauschen und soziale Kontakte knüpfen, die ihnen ein erfülltes Leben bei uns im Seniorenzentrum An der Elz ermöglichen. Es entstehen Beziehungen, die die Bewohner emotional unterstützen und Einsamkeit bekämpfen.

Motivation

Unsere Mitarbeitenden spielen eine wesentliche Rolle bei der Schaffung eines unterstützenden und angenehmen Umfelds. Sie können die Bewohner motivieren, Aktivitäten ausüben, sie bei Bedarf unterstützen und auf individuelle Bedürfnisse eingehen.

Insgesamt ist es entscheidend, dass Senioren im Herbst nicht isoliert werden, sondern in die Gemeinschaft integriert bleiben. Die dunkle Jahreszeit sollte nicht als eine Zeit des Rückzugs, sondern als eine Zeit des Miteinanders und der Freude wahrgenommen werden. Gemeinsame Aktivitäten und ein starkes Gruppengefühl tragen dazu bei, Herbstblues zu vermeiden und die Lebensqualität unserer Bewohner zu steigern.





Die Chrysanthema in Lahr

Jedes Jahr im Herbst schmückt die am Fuße des Schwarzwaldes liegende Stadt Lahr ihre historische Innenstadt mit über 10.000 Chrysanthemen. Am verkaufsoffenen „Mantelssonntag“ den 22.10. durften wir die Chrysanthema in Lahr besuchen.

Die Chrysanthema in Lahr ist ein farbenfrohes Spektakel, das die Schönheit und Vielfalt der Chrysanthemenblumen zelebriert. Die gesamte Stadt erstrahlt in einem Meer aus Blüten in allen erdenklichen Farben und Formen. Diese Veranstaltung ist ein jährliches Ereignis, das jeden Herbst im Oktober die Stadt in ein wahres Blumenparadies verwandelt.

Die erste Chrysanthema fand 1993 statt. Ursprünglich als Blumenschau begonnen, hat sie sich im Laufe der Zeit zu einem vielseitigen Festival entwickelt. Die Blumenpracht erstreckt sich entlang der Straßen, in den Gärten und Parks und schafft eine bezaubernde Atmosphäre.

Besucher können durch duftende Blumenalleen flanieren, kunstvoll gestaltete Blumenbeete bewundern und sich von der Vielfalt und Schönheit der Chrysanthemen verzaubern lassen.

Die Chrysanthema ist jedoch weit mehr als nur eine Blumenausstellung. Sie bietet ein umfangreiches Veranstaltungsprogramm, das für jeden Geschmack etwas bereithält.

In den Straßen der Altstadt gibt es zahlreiche Marktstände, an denen Kunsthandwerk, regionale Spezialitäten und handgefertigte Produkte angeboten werden. Dies schafft eine lebendige Atmosphäre, in der Besucher die Möglichkeit haben, die Kultur und die kulinarische Vielfalt der Region kennenzulernen.





Die Chrysanthema in Lahr ist auch eine Gelegenheit, die kulturelle Vielfalt der Stadt zu erleben. Neben Konzerten und Aufführungen gibt es auch thematische Ausstellungen, die Besucher über die Geschichte und Bedeutung der Chrysanthemen informieren.

Die Blume selbst hat in Lahr eine lange Tradition und ist ein Symbol für die Stadt geworden.

Die Chrysanthema in Lahr ist eine Veranstaltung, die Menschen jeden Alters begeistert. Ob man die Blumen bewundert, sich von den kulturellen Highlights inspirieren lässt oder einfach nur die herzliche Atmosphäre der Stadt genießt, dieses Fest hat für jeden etwas zu bieten.

Mantelsonntag

Ursprünglich war der „Mantelsonntag“ ein Markttag, der im Spätherbst stattfand und den Beginn der kalten Jahreszeit markierte. Dieser Tag bot den Menschen die Gelegenheit, warme Kleidung, insbesondere Mäntel und Winterbekleidung, zu erwerben, um sich auf die bevorstehenden Wintermonate vorzubereiten.

In der Vergangenheit war dies von großer Bedeutung, da die Menschen auf dem Land und in ländlichen Gemeinden wenig Einkaufsmöglichkeiten hatten und auf solche Märkte angewiesen waren.

Im Laufe der Zeit und in Verbindung mit der Chrysanthema hat sich der „Mantelsonntag“ jedoch zu einem richtigen Volksfest entwickelt. Heutzutage bietet er weit mehr als nur Gelegenheiten zum Kleiderkauf.

Der „Mantelsonntag“ bietet ein unterhaltsames Rahmenprogramm. Musikdarbietungen, Straßentheater, gastronomische Angebote und Aktivitäten für Kinder tragen zur festlichen Stimmung bei. Die Innenstadt ist stark besucht und voller Menschen, die das Fest genießen, bummeln, einkaufen und die herbstliche Atmosphäre in vollen Zügen auskosten.

Für uns war es ein wunderschöner Ausflug und wir haben das Flanieren entlang der kunstvoll gestalteten Blumenbeete sehr genossen und haben uns von der Vielfalt und Schönheit der Chrysanthemen verzaubern lassen. Wir kommen nächstes Jahr auf jeden Fall wieder!





Vermittlung zwischen den Lebenswelten

Von generationsübergreifenden Treffen mit Senioren und Kindern, die das Verständnis zwischen den Generationen fördern sollen, profitieren alle.

Regelmäßiger Kontakt zwischen Kindern und Senioren bereichert nicht nur den Alltag in unserem Haus, sondern führt auch zu einem neuen gegenseitigen Verständnis der Generationen.

Erzieherinnen und Betreuungskräfte des Seniorenzentrums arbeiten an einer kontinuierlichen Beziehungsarbeit zwischen Bewohnern und Kindern aus Kindergarten und Schule in Kollmarsreute, die für beide Seiten eine enorme Bereicherung darstellt:

Sie stabilisiert die Identität von Senioren und steigert ihre Lebensfreude. Unseren Bewohnern wird ein wichtiger Erfahrungs- und Lernprozess ermöglicht. Es gibt Bewohner, die in ihrer Befindlichkeit die Verbindung zur Außenwelt verlieren. Sie können durch den regelmäßigen Kontakt zu Kindern leichter den Bezug zum heutigen Leben erhalten. Auf diese Weise bleiben sie aktiv.

Wiederum können sich Kinder dafür begeistern lassen, Vorträge einzustudieren, es weckt die Freude auf die Begegnung mit unseren Bewohnern.

Darüber hinaus lernen sie, wie man mit älteren, teilweise eingeschränkten Personen umgeht und somit gleichzeitig, wie wichtig es ist, Rücksicht zu nehmen. Dadurch entsteht ein besseres Verständnis für die ältere Generation.

Generationsübergreifende Projekte bringen also nicht nur Freude und Abwechslung in den Alltag von Kindern und Senioren. Sie helfen auch, das Verständnis füreinander zu entwickeln und zu stärken. Damit erfüllen sie eine wichtige gesellschaftliche Aufgabe.

Wolfgang Litzba

Rückblick auf unsere Aktivitäten

Unsere Alltagsbegleitung hat sich wieder viele tolle Ausflüge und Aktivitäten einfallen lassen. Hier ein paar Impressionen der letzten Veranstaltungen und Ausflüge.

17.09. Kollmarsreuter Dorffest

Mit einem eigenen Stand waren wir dieses Jahr auf dem Kollmarsreuter Dorffest vertreten. Unsere Quiche Lorraine und unser Schokokuchen waren der Renner! Und über unsere Lavendelsäckchen und selbst gefertigten Seifen freuten sich die Festbesucher besonders. Nächstes Jahr sind wir wieder dabei!



26.09. Ausflug zum Hummelhof

Beim Kaffeeklatsch auf der Alpaka-Wiese mit selbstgebackenem Kuchen und Getränken erzählte uns Frau Hummel allerlei Geschichten über die putzigen Tiere. Neben den Alpakas waren da noch der Hund Milo, die Hauskatze Lola und die vielen Hasen und Kaninchen, die unsere Bewohner im Arm halten und streicheln durften. Es war eine fröhliche und entspannte Runde und ein nachhaltiges Erlebnis!



02.10. Oktoberfest

Nicht nur in München kann man es bekanntlich richtig krachen lassen, auch bei uns in Kollmarsreute war die Stimmung bei unserem diesjährigen Oktoberfest unter der musikalischen Begleitung vom Ehepaar Mauch Spitze. Es wurde mitgesungen, geschunkelt und geklatscht. Wir hatten mal wieder eine Menge Spaß!



13.10. Besuch von „Mode-Bequem“

Das Highlight war die unterhaltsam moderierte Modenschau, bei der unsere „Models“ die neuesten Modetrends präsentierten. Ein Riesenspaß für alle Beteiligten!



Unsere Kreativ-Werkstatt

Basteln ist alleine schon deshalb bedeutend, weil es das Miteinander und die Teilhabe am sozialen Leben fördert. Kreatives Arbeiten fördert insbesondere die kognitiven Fähigkeiten. Das Gestalten mit Farben und verschiedenen Materialien macht nicht nur große Freude, sondern kann auch Erinnerungen wecken.

Außerdem werden wertvolle Fähigkeiten wie Sinneswahrnehmung, Feinmotorik und Geschicklichkeit trainiert.

Basteln wird als sinnvolle Arbeit erlebt und gibt Menschen im Alter die Zuversicht, noch etwas leisten zu können. Hält man dann das fertige Ergebnis in den Händen, stärkt das auch das Selbstbewusstsein.

Gebastelt wird bei uns zu allen Jahreszeiten. Die farbenfrohen Ergebnisse schmücken unser Haus

in allen Wohnbereichen: Fenster, Flure und vieles mehr. Bastelarbeiten aller Art büßen auch im Alter ihren Spaßfaktor nicht ein. Die „Kreativ-Werkstatt“ kann in unserer Betreuungsarbeit nicht wegedacht werden.

Wolfgang Litzba



Geplante Aktivitäten im Herbst & der Weihnachtszeit

November

10.11. Gedenkgottesdienst
Besuch Freiburger Münster (Termin folgt)

Dezember

03.12.23 Adventsfeier,
instrumental gestaltet von Charlotte Blattmann

06.12.23 Nikolausfeier

20.12.23 Weihnachtsfeier

24.12.23 Heilig Abend
Gottesdienst mit Krippenspiel



Rätselecke

*Ein Männlein steht im Walde ganz still und stumm,
Es hat von lauter Purpur ein Mäntlein um.
Sagt, wer mag das Männlein sein,
Das da steht im Wald allein
Mit dem purpurroten Mäntlein?*

*Das Männlein steht im Walde auf einem Bein
Und hat auf seinem Haupte schwarz Käßlein klein,
Sagt, wer mag das Männlein sein,
Das da steht im Wald allein
Mit dem kleinen schwarzen Käßlein?*

Text: August Heinrich Hoffmann von Fallersleben

Wer steht nun alleine im Wald?

Das Kinderlied wurde im Jahr 1843 vom bekannten Schriftsteller August Heinrich Hoffmann von Fallersleben veröffentlicht. Es ist in Form eines Rätsels aufgebaut und stellt den Zuhörer vor die Frage: Wer steht denn nun alleine im Wald?

Nach der Veröffentlichung wurde deshalb viel spekuliert. Am häufigsten wurden der Fliegenpilz und die Hagebutte als mögliche Lösungen genannt. Doch beim genauen Betrachten stellen sich bei beiden Varianten vermeintliche Fehler heraus.

Denn der Fliegenpilz steht zwar alleine, auf einem Bein - seinem Stiel - im Wald und ist rot, doch eine schwarze Kappe trägt er nicht.



Und die Hagebutte hat zwar eine rote Farbe und eine schwarze Kappe in Form der verwelkten Blätter. Doch sie steht nicht allein im Wald, sondern sie hängt an ihrem Stiel mit vielen weiteren an einem Strauch.



Um das Rätsel zu lösen hat August Heinrich Hoffmann von Fallersleben im Jahr 1860, also ungefähr 20 Jahre nach der Veröffentlichung des Liedes, eine weitere Strophe ergänzt:

***Das Männlein dort auf einem Bein
mit seinem roten Mäntlein
und seinem schwarzen Käßlein
kann nur die Hagebutte sein.***

Trotz des vermeintlichen Fehlers ist die Hagebutte also die richtige Lösung!

Geburtstage und Gedenken



**Wir gratulieren herzlich
zum Geburtstag!**

- 22.09. Nunn, Marta
- 28.09. Simic, Ivan
- 01.10. Haas, Peter
- 06.10. Patsenker, Sofiya
- 23.10. Eberle, Irma
- 29.10. Ganswind, Alexander
- 03.11. Jäger, Elisabeth
- 04.11. Kofol-Huber, Antonie
- 05.11. Rohrer, Werner
- 07.11. Schröter, Gisela
- 10.11. Bogun, Gerta
- 11.11. Lang, Waltraud
- 11.11. Sauer, Ingrid-Sylke
- 15.11. Dohm, Hildegart
- 21.11. Josef, Michael
- 21.11. Ziegler, Axel
- 22.11. Meyer, Rosa
- 23.11. Modlich, Ellen
- 27.11. Dufner, Hedwig

**Wir nehmen Abschied und gedenken
unserer Verstorbenen**

- 09.04. Meyer, Walter
- 30.07. Schlenker, Ingeborg
- 07.08. Vogel, Elisabeta
- 23.08. Markstahler, Elisabeth
- 28.08. Franck, Ruth
- 12.09. Denzinger, Hannelore

*„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



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