


Calwer Echo

*Gemeinsame Hauszeitschrift der Häuser Sonnenresidenz Heumaden,
Seniorenzentrum Torgasse und Haus auf dem Wimberg*



Calwer Winterausgabe

Wissenswertes zur
Calwer Geschichte

Fortbildung zum
Thema Demenz

Rollator-Lauf auf
dem Wimberg

3/23

Gemeinschaftliche Seiten aller Einrichtungen

Grußwort Pfarrer Matthias Schmidt	4
Fortbildung Demenz	5
Aus dem Förderverein	6
Wissenswertes zur Calwer Geschichte	7
Glaube & Leben	8



Sonnenresidenz Heumaden

Grußwort Sonnenresidenz Heumaden Seniorenzentrum Torgasse	10
Über uns Sonnenresidenz Heumaden Seniorenzentrum Torgasse	11
Dankeschön-Ausflug Ehrenamt	12
Neue Gesichter im Haus Maria El Bakari Almasa Softic Celine Buchheim Ausbildungsplätze ab September 2024	13
Bei uns... Kultur im Quartier endlich wieder öffentlich	14
Veranstaltungen Geselliges Herbstfest Monatliche Andacht im Haus	15
Impressionen Bilder aus der Sonnenresidenz	16
Alltagsaktivitäten Basteln mit Swetlana Spaß bei der Bunten Stunde	17
Wir gedenken unserer Verstorbenen	18

Impressum

Ausgabe 3/2023

Herausgeber:
Evangelische Heimstiftung GmbH
Einrichtungen:
Sonnenresidenz Heumaden (Christiane Merker-Ankermann,
Hausdirektorin),
Seniorenzentrum Torgasse (Christiane Merker-Ankermann,
Hausdirektorin),
Haus auf dem Wimberg (Monika Volaric, Hausdirektorin)

Redaktionsanschrift:
Evangelische Heimstiftung GmbH
Sonnenresidenz Heumaden
Calwer Echo
Heinz-Schnauffer-Straße 50
75365 Calw-Heumaden

Seniorenzentrum Torgasse

Fortschritt Umbau Küchen	19
Meldungen	20
Schöne Überraschung	
Eigenes Tannenbäumchen vor dem Haus	
Herbstliche Bepflanzung	
Kulturprogramm bald wieder öffentlich	
Bei uns...	21
Neues Erscheinungsbild der Torgasse	
Veranstaltungen	22
Oktoberfest am 18. Oktober	
„Das andere Mallorca“ Vortrag	
Impressionen	23
Bilder aus der Torgasse	
Wir gedenken unserer Verstorbenen	24
Lyrik & Poesie	25

Haus auf dem Wimberg

Grußwort	26
Wir stellen uns vor	27
Veranstaltungen	28
Rückblick Kulturprogramm	
Das Ehrenamt	30
Spannende Anekdoten	31
Impressionen	32
Ofenfrisches aus dem Backhaus	
Aktuelles aus der Einrichtung	33
Die Geschichte des Feuers	34
Impressionen	36
Der erste Rollatorlauf	
Naturheilkunde und Aromatherapie	38
Meldungen	39
„Sommerurlaub Holland“	40
Lyrik & Poesie	41

Gemeinschaftliche Seiten aller Einrichtungen

Rätselseite	38
Anzeige	39

Redaktion:
Isabell Zuske (verantwortlich),
Christiane Merker-Ankermann,
Monika Volaric

Basisgestaltung und Redaktionssystem:
AmedickSommer GmbH, Stuttgart

Druck:
Thema Druck GmbH, Kraichtal

Fotografie:
Alle Fotos Evangelische Heimstiftung
mit Ausnahme von
Titel Motiv: Seite 1, shutterstock 114794155
Seite 5: C8H5458 Maks

Seite 8: pixabay 3694485-1920
Seite 22: pixabay 824928_1920
Seite 31, pexels 6069974 +1629781
Seite 34 oben, pexels 2235877
Seite 35, pexels 5765727 + 3750709 + 278508
service-denksport.de: Seite 18



Liebe Leserinnen und Leser,

zu Weihnachten gehört für uns die Krippe im Stall von Bethlehem. Sie ist ein Zeichen dafür, dass Gott bei uns wohnt und nicht fern geblieben ist von der Welt und unserem Leben. Zu dieser Aussage fällt mir eine Liedstrophe des Liederdichters Johannes Jourdan ein:

„Gott kommt zu uns. Wir müssen nicht mehr zweifelnd nach ihm fragen. Gott kommt zu uns, um seine Gnade anzusagen. Gott kommt zu uns und lässt uns wieder hoffen; denn sein Herz ist für alle Menschen offen. Gott kommt zu uns.“

Ja, immer wieder neu meldet Gott seinen Besuch bei uns an – und das besonders jedes Jahr im Advent und an Weihnachten. Und wir, sind wir bereit, ihn zu empfangen? Gott will ankommen bei uns. In Jesus Christus kommt Gott zu uns. Mit ihm will er uns Freude schenken, die von innen kommt, aus dem Herzen. Im Lukasevangelium wird uns von einem Mann berichtet, der sich nach längerem Zweifel und einschneidenden Erlebnissen in seinem Leben darüber freut, dass Gott zu uns Menschen kommt. Es ist der

Priester Zacharias. Er gibt seiner Freude darüber Ausdruck in einem Lobgesang: „Gepriesen sei der Herr, der Gott Israels! Denn er hat sein Volk besucht und ihm Erlösung geschaffen; er hat uns einen starken Retter erweckt.“ (Lukas 1,68 f) In Jesus können wir diesen starken Retter erkennen. Er wohnte unter uns in einem ärmlichen Stall. Er wohnte unter den Verachteten und Armen wie den Hirten. Er wohnte unter denen auf der Flucht wie Maria und Josef. Er hat sich später als Erwachsener unter die Menschen gemischt und es war leicht, zu ihm zu kommen. Er hat keinen abgewiesen. Wer ihn fand, fand einen verständnisvollen Helfer und zuverlässigen Freund und Retter. Jesus wohnt auch noch heute unter uns und er spart keinen Raum aus, nicht den Raum des Kummers oder der Freude, nicht den Raum der Geschäftigkeit oder der inneren Leere. Wenn er kommt und Raum bei uns findet, schaut er nach dem Rechten und hilft uns zurecht. Er lässt uns seinen Frieden finden. Wir feiern wieder Advent und dann Weihnachten, weil Gott im Jesuskind im Stall von Bethlehem zur Welt kam. So drückt Gott seine Liebe und Nähe zu uns aus. Denn seit Weihnachten ist klar: Gott will bei uns wohnen. Er kommt – seien wir da und lassen ihn ein!

Ich wünsche allen eine gesegnete Advents- und Weihnachtszeit.

A handwritten signature in black ink that reads "Matthias Schmidt".

Pfarrer Matthias Schmidt, Bad Teinach

Fortbildung im Haus

Innenwelt der Demenz

Bei einem Tagesseminar im Oktober 2023 konnten zwölf Mitarbeitende der Sonnenresidenz Heumaden und des Seniorenzentrums Torgasse in Calw auf sehr emotionale Weise erfahren, wie es sein muss, mit der Erkrankung Demenz zu leben.



Demenzkranken sind nicht unglücklich

Wesentlich für eine gute Begleitung von Menschen mit Demenz ist es, zu verstehen, welche Bedeutung die Erkrankung für die Betroffenen hat. Wie könnte es sich anfühlen, von einer Demenz betroffen zu sein? Wie könnte es sein, ständig und zunehmend mit Verlusten konfrontiert zu werden? Welche Gefühle sind damit verbunden, wenn das Wissen über sich selbst verloren geht?

Anhand des Demenz Balance-Modells® nach Klee-Reiter wollen wir uns dieser Thematik nähern. Denn wer eine Vorstellung davon hat, was diese Verluste bedeuten, entwickelt eine andere Haltung im Umgang mit Demenzkranken.

In der Begleitung von Demenzkranken sollte eine Hauptaufgabe darin bestehen, für Ausgleich und Wohlbefinden zu sorgen. Gerade weil sie selbst immer weniger ihre eigenen Bedürfnisse ausdrücken und befriedigen können, sind sie auf Unterstützung von Aussen angewiesen.

Bei diesem Seminar mit der erfahrenen Leiterin Tanja Frank aus Tübingen bekamen die Teilnehmenden eine Mischung aus Selbsterfahrung mit Reflexion, Austausch, Vortrag und Übungen. Die Mitarbeitenden konnten eigene Fallbeispiele einbringen, da es um die Übertragung in den Arbeitsalltag ging.

Im ersten Teil des Seminars ging es um die Selbsterfahrung von Vergessen. Die Seminarteilnehmerinnen durften 20 Attribute in ein Schaubild des eigenen Körpers einfügen. Da wurde zum Beispiel Lieblingsessen und Lieblingsfarben eingetragen, gefragt waren aber auch Bezugspersonen, Hobbys, Stärken und Schwächen. Bei einem Tausch unter den Mitarbeitenden wurden drei oder auch mehr Bestandteile entfernt – anschließend musste man sich erinnern, was fehlt. Erstaunlicherweise fiel das Erinnern sehr schwer. Das Bewußtsein von Schwäche und das Spiegeln auf Demenzkranken war für die Teilnehmenden sehr emotional – es floss so manche Träne.

Am Nachmittag erfuhren die Teilnehmenden viel über die beeinflussenden Faktoren im Umgang mit Demenz-Kranken. Störende Geräusche, Rauschen und Piepen aus der Küche, laute Gespräche am Nachbartisch – alles kann stören und emotional belasten. Das Seminar endete mit dem Bewußtsein für einen sensiblen und persönlichen Umgang mit unseren Bewohnerinnen und Bewohnern.



In der Lederstraße

Advent

Nun ist sie wieder da, die festliche und besinnliche Adventszeit. Die Tage sind kürzer, es wird schneller dunkel, überall brennen Kerzen und vielleicht zieht auch schon der Duft von Weihnachtsgebäck durch die Räume.

Der Vorstand des Fördervereins Seniorenzentren Calw wünscht allen Leserinnen und Lesern eine schöne und besinnliche Advents- und Weihnachtszeit. Wir freuen uns auf weitere Begegnungen mit Ihnen bei unterschiedlichen Anlässen im neuen Jahr und wünschen Ihnen bis dahin alles Gute. Bleiben Sie gesund.

Im Namen des gesamten Vorstands
Gabriele Vogel



Wenn Sie uns unterstützen wollen, können Sie dies gerne auf folgende Weise tun.

Wir freuen uns.

- Mitgliedschaft (20 € pro Person und Jahr)
- Ehrenamtliches Engagement (Besuchsdienste, Begleitung zu den Veranstaltungen in den Häusern, bei Spaziergängen ...)
- Spenden (Bankverbindung: IBAN DE73 6665 0085 0000024783 – BIC PZHSDE66XXX)

Förderverein Seniorenzentren Calw e.V.

Email : info@foerdereverein-seniorenzentren-calw.de

Homepage : foerdereverein-seniorenzentren-calw.de

Telefon : 07051 - 8129553

Wir sagen ganz herzlichen Dank.

Rückblick 2023

Das Jahr 2023 geht zu Ende und gibt uns die Gelegenheit, auf die letzten Monate des Jahres zurück zu blicken. Wir konnten in diesem Jahr wieder Präsenz zeigen. Besonders vielfältig sind die kulturellen Veranstaltungen in den drei Einrichtungen, die wir finanziell unterstützen. Kaffeenachmittage und andere schöne Feste bereichern das Leben der Heimbewohnerinnen und -bewohner. Sehr gut angenommen wird der zweiwöchentliche Stammtisch im Haus auf dem Wimberg. Das Projekt „Clowns in der Pflege“, deren Kosten wir übernehmen sowie ein Projekt der Musikschule Calw in der Torgasse haben sich als unverzichtbare Angebote entwickelt. Die Übernahme der Kosten für Blumenschmuck, Einrichtung eines Marktstands, drei Fernsehgeräte und anderes mehr, runden unser Engagement ab.



Stammtisch im Haus auf dem Wimberg

Was ist dieses Jahr noch geplant? Der Förderverein wird sich an dem Weihnachtsbaumprojekt der Stadt Calw beteiligen – unser Baum steht an der Ecke Lederstrasse/Torgasse.

Die Calwer Geschichte – 1. Teil

Die Geschichte Calws

Das beschauliche Städtchen Calw blickt auf fast 950 Jahre Geschichte zurück. Von der landwirtschaftlich geprägten Ansiedlung bis hin zum wichtigsten Wirtschaftsstandort Württembergs im 17. Jahrhundert hat die Stadt viele Wandlungen erlebt und erlitten.

Die erste urkundliche Erwähnung Calws geht auf das Jahr 1075 zurück. Vermutlich entstand die Ansiedlung aber bereits einige Jahrzehnte früher, mit dem Bau einer Burg auf dem heutigen Schlossberg.

Im 14. Jahrhundert ging die Stadt in den Besitz der Württemberger über und diente diesen über Jahrhunderte hinweg als Jagd- und Sommerresidenz. Durch die guten Beziehungen erlangte Calw früh begehrte Stadt- und Marktrechte und konnte wichtige Handelsbeziehungen im württembergischen Einflussbereich aufbauen.



Bronze-Modell auf dem Marktplatz

Obwohl die Stadt während des 30-jährigen Kriegs und im Zuge des Pfälzer Erbfolgekriegs zweimal innerhalb weniger Jahrzehnte fast vollständig zerstört wurde, gelang es, durch eine geschickte Holzwirtschaft sowie durch Herstellung und Vertrieb



Geschmückter Marktbrunnen

edler Tücher zum wichtigsten Wirtschaftsstandort im Württembergischen zu werden.

Gegen Ende des 19. Jahrhunderts veränderten sich mit der Einführung der Dampfmaschine viele Arbeitsprozesse. Der Holztransport verlagerte sich vom Fluss auf Schiene und Straße. In Calw blieb man eher dem Handwerk und der Manufaktur verhaftet. Man erzeugte zwar weiterhin qualitativ hochwertige Produkte, hatte es aber schwer auf den wachsenden Märkten konkurrenzfähig zu bleiben.

Heute ist die Dienstleistung ein wichtiger Erwerbszweig in der Stadt. Insbesondere im Bereich Kultur und Tourismus finden viele Entwicklungen statt. So ist Calw zum Beispiel seit dem Jahr 2006 Mitglied der deutschen Fachwerkstraße und erfreut sich bei Gästen aus dem In- und Ausland wachsender Beliebtheit.



Wappen des Calwer Grafen am Rathaus



Hoffnung

„Hoffnung lässt
nicht zuschanden
werden.“

Römer 5, Vers 5

Eine meiner Lieblingsgeschichten hat Jean Giono, der Dichter der Provence, erzählt. Sie ist unter dem Titel „Der Mann mit den Bäumen“ erschienen.

Für mich ist es eine Adventsgeschichte, weil sie von großer Hoffnung handelt. Giono erzählt in ihr von einer Begegnung mit einem Hirten in einer verlassenen Gegend auf den Höhen der Alpen, die sich gegen die Provence hinabsenken. Er hatte auf einer langen Wanderung Durst bekommen und weit und breit war Wasser nicht zu finden. Der Hirte gab ihm zu trinken und die beiden kamen überein, dass der Wanderer in dem alten Haus, das sich der Hirte sorgfältig hergerichtet hatte, übernachten sollte. Der Hirte war wortkarg, wie Menschen, die viel allein sind, aber – so Giono – er „verbreitete Frieden um sich“. Am Abend holte er sich einen kleinen Sack und schüttete einen Haufen Eicheln auf den Tisch. Sorgfältig verlas er sie. Der Besucher brachte nicht heraus, welchen Zweck die Arbeit hatte. Neugierig geworden, begleitete er den Hirten

am nächsten Morgen und erlebte, wie dieser mit einem Eisenstab auf dem kargen Boden Löcher bohrte und Eicheln in sie hineinlegte. Der Hirte pflanzte Eichen! Und allmählich brachte es der Besucher heraus: Seit drei Jahren machte er es schon so. Etwa 100.000 Eichen hatte er schon gepflanzt. 20.000 hatten getrieben. Er rechnete damit, dass davon noch einmal 10.000 verloren gehen würden; 10.000 würden bleiben. – Die Begegnung mit dem Hirten fand 1913 statt.

Der erste Weltkrieg kam. Erst nach dem Krieg erinnerte sich der Erzähler des alten Hirten und suchte ihn auf. Ein kleiner Wald war entstanden. Auch Buchen gab es und Birken. Und immer noch setzte der Hirte wie vor Jahren sein Werk fort. Jedes Jahr besuchte der Erzähler nun den Hirten, erlebte mit, wie dessen geduldige Arbeit Früchte trug. Zum letzten Mal sah er ihn im Jahr 1945. Ein riesiger Wald war entstanden. Er wurde unter Naturschutz gestellt. Und alles veränderte sich, sogar die Luft. Es gab wieder Wasser, und die einstmals verlassene Gegend war von Menschen bewohnt. Am Ende seiner Geschichte schreibt der Erzähler: „Wenn ich bedenke, dass ein einziger Mann mit seinen beschränkten physischen und moralischen Kräften genügt hat, um aus der Wüste dieses ‚gelobte Land‘ entstehen zu lassen, dann finde ich, dass trotz allem das Leben des Menschen wunderbar ist“.

In seinem Römerbrief schreibt der Apostel Paulus den Satz: „Hoffnung lässt nicht zuschanden werden“ (Kapitel 5,5). Ich muss daran denken, wenn ich die Geschichte auf mich wirken lasse. Die geduldige Beharrlichkeit des Hirten beeindruckt mich. Wie schnell bin ich geneigt, etwas für aussichtslos, für sinnlos zu halten, wenn ich Erfolg nicht gleich sehen kann. Dass es ein einzelner Mensch ist, der so Erstaunliches zustande bringt, bewegt mich. Wie schnell spüre ich die Grenzen meiner Kräfte und Möglichkeiten – und frage mich, ob sie vielleicht gar nicht so eng sind, wie mir das manchmal vorkommt.

Woher hatte der Hirte diese Kraft, zu hoffen und geduldig zu arbeiten? Woher kommt es, dass wir Christen oft so wenig sehen, was möglich ist? Wir müssen ja nicht einmal auf uns selbst und unser Tun setzen, sondern können in all unserem Tun mit dem rechnen, dem „alle Macht im Himmel und auf Erden gegeben ist“ (Matthäus 28,18).

„Hoffnung lässt nicht zuschanden werden“ – Glauben wir es wirklich, so, dass wir der Kraft der Hoffnung auch etwas zutrauen?

Im Nachwort der schönen Geschichte erzählt der Herausgeber, dass ein großer Teil des selbstlos gepflanzten Waldes später abgeholzt wurde – aus militärischen Gründen. Er berichtet davon, damit, wie er sagt, „keine falschen Illusionen aufkommen“, fügt dann aber hinzu: „Wir werden niemals das Paradies erschaffen. Aber Selbstlosigkeit und Treue sind unsichtbare Zeichen der kommenden Welt, fruchtbringende Saat“.

So ist es! „Hoffnung lässt nicht zuschanden werden“ – weil Gott sie will – und weil er uns zu hoffen gibt.

Pfarrer Dr. Thomas Mäule



Liebe Leserinnen und Leser,

und wieder ist ein Jahr vorbei. Die Zeit vergeht wie im Flug. Es gab in unseren Einrichtungen wieder viele Veranstaltungen und Begegnungen. Diese und damit unsere Einrichtungen konnten wir wieder für die Bevölkerung öffnen. Es hat Normalität Einzug gehalten. Um so mehr sehnen wir uns nach Ruhe und Frieden in dieser so aufgewühlten Zeit. Mit dem Ewigkeitssonntag endet das Kirchenjahr, am ersten Advent beginnt das Neue. Die Zeit bis Weihnachten ist eine Zeit der Besinnung und des Innehaltens. „Advent“ heißt Ankunft und Christen in aller Welt begehen die Adventszeit als eine Zeit des Wartens und der Erwartung.

Die Nacht ist vorgedrungen,
der Tag ist nicht mehr fern.
So sei nun Lob gesungen
dem hellen Morgenstern!
Auch wer zur Nacht geweinet,
der stimme froh mit ein.
Der Morgenstern bescheinet
auch deine Angst und Pein.

Der bekannte Liedtext von Jochen Klepper zeigt mir in beeindruckender Weise den Übergang der Kirchenjahre. Wir gedenken der Verstorbenen und lassen unsere Gedanken in das vergangene Jahr schweifen. Welche Bewohner haben uns im vergangenen Jahr verlassen? Mitarbeitende wie auch Bewohnerinnen und Bewohner der Einrichtungen erinnern sich und bei aller Trauer kommen auch gute Gedanken an gemeinsame Erlebnisse. Erinnerungen bringen an mancher Stelle ein Lächeln in unsere Seele.

In der Adventszeit warten wir auf das Ankommen. Vielleicht auf einen Besuch, den wir schon lange ersehnt haben. Wir freuen uns auf besinnliche Veranstaltungen und auf Überraschungen, auch im Kleinen.

Schauen wir wieder mal nach unseren Mitmenschen – den Kollegen neben uns, unseren Nachbarn, oder nach einem einsamen Menschen, der sich über einen Besuch freut. Ein ehrliches Danke kann immer wieder viel in unserem Zusammenleben bewirken. So sehen wir in der Adventszeit vielleicht auch das Licht des Morgensternes, wie es im Lied beschrieben wird.

Ich wünsche Ihnen eine besinnliche Advents- und Weihnachtszeit sowie Gottes Segen für das neue Jahr und grüße Sie herzlich

Ihre

Christiane Merker-Ankermann,
Hausdirektorin

Sonnenresidenz Heumaden



Die Sonnenresidenz Heumaden ist ein Quartiershaus mitten im Ortskern von Calw-Heumaden.

Unsere Angebote:

- Dauerpflege
- Kurzzeitpflege
- Betreuung in kleinen Wohngemeinschaften
- Betreutes Wohnen
- Tagespflege
- Mobiler Dienst
- Beratung bei allen Fragen rund um die Pflege
- Feste und kulturelle Veranstaltungen
- Quartierstreff

Wir freuen uns auf Sie.

Seniorenzentrum Torgasse



Das Seniorenzentrum Torgasse ist ein Quartiershaus mitten im Stadtkern von Calw.

Unsere Angebote:

- Dauerpflege
- Kurzzeitpflege
- Betreuung in kleinen Wohngruppen
- 50 Einzelzimmer
- Beratung bei allen Fragen rund um die Pflege
- Feste und kulturelle Veranstaltungen
- Familiäre Atmosphäre
- Großer Gartenbereich
- Gute Erreichbarkeit des Calwer Einzelhandels

Wir freuen uns auf Sie.

Dankeschön-Ausflug

Als herzliches Dankeschön für ihr großes Engagement wurden die ehrenamtlichen Helferinnen und Helfer der beiden Einrichtungen Sonnenresidenz Heumaden und des Seniorenzentrums Torgasse zu einem gemeinsamen Ausflug nach Rottenburg am Neckar eingeladen.

Am 12. Oktober ging es für die ehrenamtlich Mitarbeitenden der beiden Einrichtungen – zum ersten Mal gemeinsam – nach Rottenburg am Neckar.

Erste Station war die Wallfahrtskirche Kloster Weggental aus dem 17. Jahrhundert. Wallfahrtsrektor Dr. Johannes Holdt gab der Gruppe spannende und umfassende Einblicke in die eindrucksvolle Geschichte und die architektonischen Besonderheiten der Kirche.

Als kleine Überraschung konnte sich die Gruppe bei einem Sektempfang auf das weitere Programm des Tages einstimmen. Dank einer großzügigen Spende des Freundeskreises der Heimstiftung konnte dieser Tag realisiert werden.

Gestärkt ging es für die Gruppe weiter zur traditionsreichen

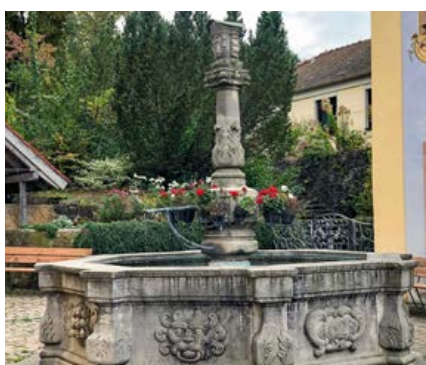


Ehrenamtlich Mitarbeitende unterwegs

Brauerei Schimpf. Das Familienunternehmen blickt auf eine 150-jährige Firmengeschichte zurück. Bei einer kurzweiligen Führung durch die Produktionsräume der Brauerei erfuhr die Gruppe viel über Brauen und Mälzen und konnte sich gleich

bei der Verkostung von der Qualität der Produkte überzeugen.

Einen schönen Abschluss fand der Tag in der Brauereigaststätte „Zur Krone“. Beim gemeinsamen Abendessen blieb Zeit für interessante Gespräche.



Ein imposanter Brunnen



Beim geselligen Sektempfang vor der Kirche



Nach einer interessanten Brauereiführung

Neue Gesichter im Haus



Maria El Bakari

Ich bin 43 Jahre alt, habe vier Kinder und bin verheiratet. Ursprünglich komme ich aus Rumänien und arbeite bereits seit vier Jahren in der Sonnenresidenz Calw-Heumaden.

Im Oktober 2023 habe ich die Ausbildung zur Pflegefachfrau begonnen, da ich unbedingt mein Wissen und meine Kompetenzen erweitern wollte. Die Arbeit im Pflegebereich ist sehr bereichernd, man lernt viel über seine Mitmenschen und sich selbst. Dankbar bin ich für den Zuspruch meiner Familie und meiner Kolleginnen und Kollegen.



Almasa Softic

Ich bin 26 Jahre alt und komme aus Bosnien und Herzegowina. Bisher habe ich einen Abschluss in Kriminologie und habe ehrenamtlich für die Polizei gearbeitet. Nun habe ich seit Oktober 2023 eine Ausbildung als Pflegefachfrau in Heumaden begonnen.

Meine Motivation liegt darin, dass ich gerne mit Menschen zusammenarbeite und es meiner Meinung nach ein sozialer und edler Beruf ist. Meine Hobbys sind Reisen, Wandern, Lesen und Sprachen lernen.

Celine Buchheim

Ich komme aus Calw und bin 17 Jahre alt. Seit September mache ich mein freiwilliges soziales Jahr in Heumaden und sammle erste Erfahrungen, um später eine Ausbildung in der Pflege zu machen. Ich helfe gerne und freue mich über die Dankbarkeit der älteren Menschen.

Beim Kochen kann ich vieles lernen und unterhalte mich gerne über frühere Zeiten unserer Bewohnerinnen und Bewohner.



Ausbildung in der Sonnenresidenz Heumaden

Wenn Sie auch Interesse an einer spannenden Ausbildung zur Pflegefachfrau/-mann oder Altenpflegehelferin haben, lassen Sie uns Ihre Bewerbungsunterlagen unter sonnenresidenz@ev-heimstiftung.de zukommen. Die Ausbildungen dauern entweder drei oder ein Jahr und bieten eine solide Grundlage in einem sinnstiftenden, sozialen Beruf mit interessanten Menschen. Erste Fragen beantworten unsere Pflegedienstleitung Jacqueline Häfele oder unsere Hausdirektorin Christiane Merker-Ankermann gerne. Auch Hospitieren und/oder ein Praktikum sind jederzeit möglich.

Nächster Ausbildungsbeginn ist im April und Oktober 2024

Veranstaltungen im Herbst

Kultur im Quartier endlich wieder öffentlich

Jeden ersten Dienstag im Monat veranstaltet die Sonnenresidenz Heumaden eine Kulturveranstaltung in der Reihe „Kultur im Quartier“. Bereits seit Mitte des Jahres können die Türen auch wieder für die Öffentlichkeit geöffnet werden.



Männerstimmen der Aureliussänger Calw



Bezirksposaunenchor Calw

Ein bunt gemischtes Programm erfreut jeden ersten Dienstag im Monat die Bewohnerinnen und Bewohner der Sonnenresidenz Heumaden.

Im Herbst war das Schwarzwaldorchester Schömberg zu Besuch. Die Musiker bieten mit ihren Akkordeons ein breitgefächertes Programm von ABBA bis zum Zillertaler Hochzeitsmarsch. Der Verein mit seiner Vorsitzenden Renate Glauner



Schwarzwaldorchester Schömberg

blickt auf eine über 50-jährige Geschichte zurück und hat schon viele tolle, musikalische Höhepunkte erreicht. Der schwungvolle Abend hat den Anwesenden sehr viel Freude bereitet.

Im Oktober konnte Hausdirektorin Christiane Merker-Ankermann die Männerstimmen der Aureliussängerknaben unter der Leitung von Bernhard Kugler begrüßen. Mit wunderbaren, ausgebildeten Stimmen nahmen die Männer das Publikum auf eine Reise durch alle musikalischen Bereiche mit.

Die Aureliussängerknaben Calw durften in diesem Jahr ihr 40-jähriges Jubiläum feiern.

Am 7. November stand der Auftritt des Bezirksposaunenchores Calw unter Leitung von Leonie Partsch auf dem Programm. Erstmals hatte der Chor Liedblätter vorbereitet, so dass die Anwesenden mitsingen konnten.

Den Abschluss bildet in diesem Jahr die Stubenmusik aus Schömberg mit ihrem adventlichen Auftritt am 5. Dezember – herzliche Einladung.

Geselliges Herbstfest im September

Mit jetzt schon vierjähriger Tradition feiert die Sonnenresidenz Heumaden mit allen Bewohnerinnen und Bewohnern ein Herbstfest. Bei Sonnenschein, Musik und Kulinarischem ist gute Laune vorprogrammiert.

Und auch in diesem Jahr, am 26. September, war uns der Wettergott wieder hold – bei strahlendem Sonnenschein und fast hochsommerlichen Temperaturen wurde das Konzert des Seniorenposauenchors ins Freie verlegt. Sehr ungewohnt für diese Jahreszeit mußten spontan noch Sonnenschirme herbeigetragen werden und die Schattenplätzchen unter dem Vordach der Sonnenresidenz Heumaden waren heißbegehrt.

Routiniert führte Manfred Kusterer durch das bunte gemischte Programm mit christlichem Liedgut und volkstümlichen Evergreens. Grußworte und



Strahlender Sonnenschein beim Fest

eine Geschichte zur Zauber-Kastanie rundeten ein kurzweiliges Programm für die stationären Bewohner und für die Mieter des Betreuten Wohnens ab.

Im Anschluss ans Programm gab es für alle ein schmackhaftes Grill-Bufferet, das man sich bei geselligen Gesprächen gut schmecken ließ. Ein Dankeschön an alle Beteiligten.

Monatliche Andacht im Haus

Seit August diesen Jahres ist Pfarrerin Charlotte Hahn-Mildenberger aus der Elternzeit zurück und kommt zur monatlichen Andacht in die Sonnenresidenz Heumaden. Sie bietet bei Bedarf auch Seelsorge-Gespräche an.



Pfarrerin Charlotte Hahn-Mildenberger

Am 31. August konnten wir Pfarrerin Charlotte Hahn-Mildenberger von der evangelischen Versöhnungskirche Calw-Heumaden wieder zu einer Andacht für alle Bewohnerinnen und Bewohner im Quartierstreff begrüßen. Auch die Gäste der Tagespflege nehmen gerne an diesem Angebot teil.

Wenn möglich, begleitet Annedore Perrot die Andacht musikalisch am Klavier. Bei Gebet, Gesang, einer kurzen Predigt und dem Segen können die Teilnehmenden eine halbe Stunde lang abschalten und zur Ruhe kommen.

Die nächste Andacht findet am 7. Dezember um 15 Uhr statt. Auch im Jahr 2024 wird diese monatliche Veranstaltungsreihe fortgesetzt. Wir freuen uns auf eine rege Beteiligung.

Bilder aus der Sonnenresidenz

Regelmäßig jeden zweiten Montagvormittag kommt Fußpflegerin Selda Carvanmirza mit ihrer Kollegin und verwöhnt die Füße der Bewohnerinnen und Bewohner.

Die Anmeldung erfolgt über die Mitarbeitenden der Pflege im Dienstzimmer im ersten Stockwerk. Auch Friseurtermine werden dort notiert.



Friseurmeisterin Antje Kuppinger ist jeden zweiten Donnerstag im Haus und freut sich auf Kundschaft.



Unsere gute Seele im Haus – Haustechniker Bernd Suda sorgt für Ordnung im Haus. Allerlei Reparaturen und Dienstleistungen gehören genauso zu seinen Aufgaben wie die Außenanlage. Danke, dass Du da bist Bernd!



Um die Dekoration im Haus kümmern sich Marina Zisch und Heike Rothfuß.

Basteln mit Swetlana ist sehr beliebt

Jeden Dienstagnachmittag versammeln sich mit Swetlana Zyplakow die Teilnehmerinnen der Bastelgruppe im ersten Stockwerk. Fünf bis sechs Bastlerinnen gehören zur festen Gruppe – neue Interessenten sind immer herzlich willkommen.

Wie selbstverständlich steuert die begeisterte Bastelgruppe zu jedem Fest die passende Tischdekoration bei. Thematisch und auch farblich abgestimmt werden meist aus Papier wunderschöne Basteleien erarbeitet.

Auch im Eingangsbereich der Sonnenresidenz hat die Gruppe ein schöne Dekoration kreiert. Ein Lebensbaum, auf dem alle Bewohnerinnen und Bewohner namentlich auf einem Blatt zu lesen sind. Passend zum Herbst wurde die Deko von Blumen zu Herbstblättern angepasst. Im Gruppen-



Lebensbaum im Eingangsbereich

raum im Erdgeschoss ist ein großes Herz aus Schmetterlingen zu bewundern. Der Ergeiz der Bastlerinnen begeistert alle im Haus, sodass auch immer wieder neue Teilnehmer zur Gruppe dazu kommen. Die Angehörigen unserer Bewohnerinnen und Bewohner sind mächtig erstaunt über die Leistungen, die erbracht werden – weiter so!

Bunte Stunde macht viel Spaß

Zu Beginn der Corona-Pandemie, im März 2020, entstand das Angebot aus der Not heraus – heute ist die beliebte Aktivierung aus dem Programm nicht mehr wegzudenken.

Sozialdienstmitarbeiterin Isabell Zuske hat in der Zeit von geschlossenen Häusern dieses Aktivierungsprogramm ins Leben gerufen. Bis zu acht Mal



Anja Leue-Tipold und Isabell Zuske

in der Woche hat sie in der Coronazeit Abwechslung und Freude in die Wohngruppen gebracht. Mit regelmäßiger Gymnastik, mit Gedächtnisstraining, Spielen und bunten Geschichten kam keine Langeweile auf.

Zwischenzeitlich übernimmt Kollegin Anja Leue-Tipold zwei Termine in der Woche, sodass von Dienstag bis Freitag ein Angebot auf dem Programm steht.

Auch unsere ehrenamtlich Mitarbeitenden sind zur Einführung und zum Kennenlernen der Bewohnerinnen und Bewohner gerne beim Angebot mit Freude dabei.

Unlängst besuchte Isabell Zuske eine Sport-Weiterbildung, um noch geschulter auf die körperlichen Anforderungen beim Sport mit Älteren eingehen zu können.



Wir gedenken unserer Verstorbenen

Barbara Buchner

1934 – 29. September 2023

Dr. Karl-Otto Sauerbeck

1927 – 12. Oktober 2023

Gisela Meier

1927 – 4. November 2023

Erwin Fischer

1932 – 19. November 2023

Dankbarkeit

Es gibt nichts, was uns die Abwesenheit eines lieben Menschen ersetzen kann und man soll das auch gar nicht versuchen; man muss es einfach aushalten und durchhalten. Das klingt zunächst sehr hart, aber es ist doch zugleich ein großer Trost; denn indem die Lücke wirklich unausgefüllt bleibt, bleibt man durch sie miteinander verbunden.

Je schöner und voller die Erinnerungen, desto schwerer die Trennung. Aber die Dankbarkeit verwandelt die Qual der Erinnerung in eine stille Freude.

Dietrich Bonhoeffer, Theologe,
1906–1945

Umbaumaßnahmen

Unsere neuen Wohnküchen

„So nah wie möglich an der Häuslichkeit“ ist ein wichtiger Grundsatz des neuen Konzepts, womit noch individueller auf unsere Bewohnerinnen und Bewohner eingegangen wird.

Das Richten des Frühstücks und des Abendessens, Zubereiten des Nachtschicks und Salats sowie Kuchenbacken ist für die Alltagsbegleiterinnen Routine.

Nach 13 Jahren mussten die Wohnküchen nun erneuert werden. Seit Frühjahr wurden erst die zweite und vierte Etage umgebaut, danach die erste und dritte Wohngruppe. Die alten Küchenzeilen wurden komplett entfernt, Wände mussten fallen. Der Fußboden wurde erneuert und die Wände bekamen einen neuen Anstrich. Moderne Küchengeräte wie ein Konvektomat wurden eingebaut. Eine neue Koch- und Wärmetheke ergänzen die Ausstattung. Die Arbeitsfläche ist aus Stein und damit nicht mehr so anfällig.

In diesem Zuge wurde die Platzzahl im Seniorenzentrum Tor-gasse auf 45 reduziert. Die rest-



Strukturiertes Arbeiten in der neuen Küche

lichen fünf Zimmer werden für die Übernachtung von Schülern genutzt. Unsere Einrichtungen nehmen immer wieder an internationalen Ausbildungsprojekten teil, um neue Fachkräfte zu bekommen und zu entwickeln. So kommen Auszubildende aus Bosnien, Vietnam und

demnächst auch aus Indien. Nach der Sanierung sind in den drei oberen Etagen in jeder Wohngruppe fünfzehn Bewohnerinnen und Bewohner zu Hause. In der untersten Wohngruppe ist eine Wohnküche für die Auszubildenden eingerichtet.



Neue Konvektomaten



Kuchenbacken in neuen Küchen



Neu dekorierte Wohngruppe

Neues aus unserem Haus



Kleine Präsente

Schöne Überraschung

Am 6. November erlebten die Kolleginnen und Kollegen eine unerwartete und sehr schöne Überraschung in Form kleiner Präsente und einer lieben Karte, die wie von Geisterhand im Foyer der Torgasse auftauchten.

Gerne würden wir uns persönlich für diese Aufmerksamkeit bedanken, doch der gute Geist hat seinen Namen leider nicht hinterlassen. So möchten wir es auf diesem Weg tun:

Ein herzliches Dankeschön im Namen aller Kolleginnen und Kollegen!

Ein Bäumchen

Seit ein paar Wochen ziert ein kleines, hübsches Bäumchen den Grünstreifen vor dem Haupteingang des Seniorenzentrums. Gestiftet und gepflanzt wurde es von Familie Michel, die sich seit dem Frühjahr mit viel Engagement und Liebe zum Detail um unsere Außenanlagen kümmert.



Tannenbäumchen

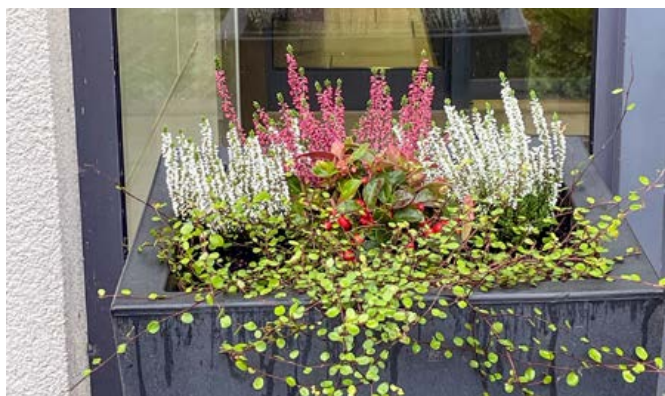
In künftigen Jahren werden wir nun immer unseren eigenen Weihnachtsbaum vor dem Haus schmücken können. Auf diesem Weg noch einmal ein ganz herzliches Dankeschön im Namen aller Bewohnerinnen und Bewohner und aller Mitarbeitenden der Torgasse!

Herbstliche Bepflanzung

An dieser Stelle möchten wir unseren herzlichen Dank an Günther Keppler richten, der beide Pflanzsäulen vor dem Haupteingang der Torgasse mit einer wunderschönen neuen, herbstlichen Bepflanzung bestückte.

Die leuchtenden Farben der Erika erfreuen uns bei jedem Betreten der Einrichtung und bringen uns die bunte Herbstpracht vor unsere Haustüre.

Neu bepflanzte Tröge



Kulturprogramm wieder öffentlich

Regelmäßig stattfindende Kulturevents gehören seit geraumer Zeit zu den wichtigen und geschätzten Traditionen der Einrichtungen der Evangelischen Heimstiftung.

Pandemiebedingt musste über viele Monate völlig auf das Kulturprogramm verzichtet werden, in der Nachphase durften Veranstaltungen nur in kleinem Kreis stattfinden. Seit Mitte des Jahres ist es wieder möglich, Veranstaltungen und Feste für die Allgemeinheit zu öffnen. Das ist in unserem Sinne.

Wir planen, unsere Kulturabende jeweils am dritten Mittwoch des Monats öffentlich zugänglich zu machen. Den genauen Start und unser Programm werden wir über die örtliche Presse bekanntgeben.

Neue Gestaltung

Seniorenzentrum Torgasse in neuem Glanz

Im Außenbereich des Seniorenzentrums in der Torgasse hat sich im Laufe des Jahres einiges getan. Es wurde geputzt, gegärtnert und gestaltet, um die Einrichtung in einem neuen Erscheinungsbild zu präsentieren.



Eingangsstele im neuen Design



Herbstlich bepflanzen Hochbeete

Schon im Eingangsbereich zeigt sich das frische Gesicht der Torgasse. Die beiden großen Glastüren am Haupteingang wie auch die Verbindungstür von der Tiefgarage ins Foyer wurden mit einem neuen Schriftzug als Willkommensgruß an alle Besucherinnen und Besucher versehen. Auch auf den Fußmatten im Eingangsbereich prangt das neue Logo der Heimstiftung. Die Stele vor der Einrichtung bekam eine neue Beschriftung mit einer ak-



Neuer Schriftzug am Haupteingang des Seniorenzentrums Torgasse

tualisierten Übersicht der im Haus angebotenen Leistungen.

Besonders gut zur Geltung kommen diese neuen dekorativen Elemente durch die sauber gepflegten und schön bepflanzten Kübel und Blumenbeete vor dem Eingangsbereich.

Dank Lidia und Sergeij Michel, die beide seit dem Frühjahr unermüdlichen Einsatz gezeigt haben, können sich neben dem Haupteingang der Torgasse nun auch alle anderen Außenbereiche, Terrassen und Balkone sehen lassen. Im Frühjahr galt es

viel altes Pflanzenmaterial abzuräumen und die Lücken in den Beeten und Kübeln mit frischen Pflanzen zu versehen. Neben einjährigen Blühpflanzen schmücken nun auch mehrere winterharte Stauden die Außenbereiche. Selbst die kleinen Hochbeete auf der Terrasse wurden genutzt und im Sommer mit frischen Kräutern bepflanzt. In den heißen Sommermonaten wurde bereits in den frühen Morgenstunden gegossen und Unkraut gejätet und pünktlich zum Herbst wurden die Beete und Kübel abgeräumt und für den Winter vorbereitet.

Oktoberfest in der Torgasse

Mit einem zünftigen Fest stimmten sich die Bewohnerinnen und Bewohner zusammen mit den Mitarbeitenden der Torgasse auf die kommenden herbstlichen Monate ein.

Gut gelaunt versammelten sich die Gäste am Nachmittag des 18. Oktobers im Café Bohne, in Erwartung eines geselligen Zusammenseins. Nach der Begrüßung durch die Helferinnen verkürzten kleine Mitsprechgedichte und Rätselgeschichten zum Thema Herbst und Oktoberfest die kurze Wartezeit bis zum gemeinsamen Essen. Passend zum Anlass gab es zünftiges Bier, auch ohne Alkohol, und Radler sowie frische Brezeln und herzhaften Fleischkäse. Es wurde gut gegessen und getrunken und bei netten Tischgesprächen viel gelacht. Rundum gestärkt freuten sich alle auf den Höhepunkt des Festes. Die Bläsergruppe der Stadtkapelle brachte mit hervorragend vorgetragenen



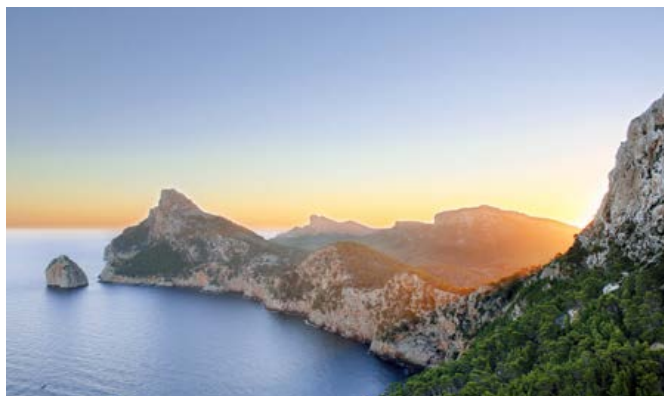
Stadtkapelle Calw spielt auf

Klassikern der Volksmusik Stimmung in die Runde. Die Bewohner sangen viele Lieder begeistert mit. Allzu schnell ging der Abend zu Ende. Beschwingt aber auch etwas müde begaben sich die Senioren zur Ruhe. Eine gelungene Veranstaltung, dank der Helfenden aus Pflege und Alltagsbegleitung und der tollen musikalischen Umrahmung.

Das andere Mallorca

Jürgen Rust, leidenschaftlicher Wanderer und Vorstandsmitglied des Schwarzwaldvereins, entführte uns anlässlich des Kulturabends am 27. September in interessanter Weise auf die Insel Mallorca.

Das Tal von Soller im Hinterland sollte unser Ziel sein. Mit großartigen Ausblicken, schönen einzig-



Die wunderschöne Küste Mallorcas

artigen Pflanzen und tausendjährigen Olivenbäumen, die bis heute noch Oliven tragen und deren Öl sehr bekannt ist.

Die Gruppe war auf ihren Wanderungen mit einem Guide unterwegs, der sich bestens auf der Insel auskennt. So bekamen wir Eindrücke von Mallorca, die so den Touristen verborgen bleiben.

Die Wanderungen führten bis auf 1000 Meter Höhe, mit Temperaturen weitaus kühler als am Meer. Eine rustikale Bahn im Tal von Soller führte uns in das Landesinnere. Mallorca ist eine Insel der Ruhe und der Natur – Erholung pur.

Wir wurden nicht nur mit Bildern, sondern auch mit mallorquinischen Orangen verwöhnt. Seit langer Zeit konnten wir im Café Bohne auch wieder auswärtige Gäste begrüßen.

Vielen Dank für diesen schönen Abend an Jürgen Rust und „Auf Wiedersehen“.

Bilder aus der Torgasse

Die ehrenamtlich Engagierten bieten mit dem Angebot „Märchen & Musik“ 14-tägige Unterhaltung an.



Die Pflege-Clowns „Lotti & Primel“ bringen regelmäßig Spaß in die Wohngruppen.



Im Oktober war der Liederkranz Holzbronn samt dem Kinderchor „Spatzen“ im Rahmen des Kulturprogramms zu Besuch.



Jeden Donnerstagvormittag bietet Irene Jespersen ehrenamtlich ein Angebot zur Sturzprophylaxe.



Wir gedenken unserer Verstorbenen

Marlene Wußler

1940 – 15. September 2023

Steh nicht am Grab
mit verweitem Gesicht
ich bin da – ich schlafe nicht.
Ich bin im Wind, der weht über die See,
ich bin das Glitzern im weißen Schnee.
Ich bin die Sonne auf reifender Saat,
ich bin im Herbst in der goldenen Mahd.
Wenn Du erwachst im Morgenschein,
werde ich immer um Dich sein.
Bin im Kreisen der Vögel am Himmelszelt,
ich bin der Stern, der die Nacht erhellt.
Steh nicht am Grab in verzweifelter Not,
ich bin da – ich bin nicht tot!

Irishes Grabgedicht

Gedicht zur Jahreszeit



Ich habe ein Geschenk für Dich

Du kannst es nicht kaufen
und doch hat es Wert
und mit ein paar Worten ist's rasch erklärt.
Was ich versuche dir zu geben,
sollt' jeder haben in seinem Leben.

Ich schenke dir Liebe das ganze Jahr.
Ich höre dir zu – bin für dich da.

Ich schaue dich an, bin mit dir eins
und wenn du lächelst, ist's als wäre es mein's.

Ich weine mit dir und gebe dir Hoffnung
und wenn du mich brauchst, bin ich für dich da.
Tag ein, Tag aus – das ganze Jahr.

Das ist mein Geschenk an Dich.



Gedicht von Sylvia Seidl



Liebe Leserinnen und Leser,

wir blicken auf ein schwieriges Jahr zurück und manchem fällt es schwer, in Festtagsstimmung zu kommen.

Versuchen Sie einmal in der Adventszeit, Weihnachtslieder laut mitzusingen und ganz von alleine wird Ihnen ein Lächeln ins Gesicht gezaubert. Auch Duft von gebrannten Mandeln oder schneebedeckte Tannenzweige üben solche Magie aus. Weihnachten umgibt ein ganz eigener heilsamer Zauber, der unsere Seelen erfasst und die Herzen berührt.

Ein Kölner Psychologe erklärt, dass die Adventstage uns Raum für ganz ursprüngliche Gefühle geben. Die Sehnsucht nach guten Nachrichten, Frieden und Hoffnung ist besonders groß. Dies erhöht die Wahrscheinlichkeit, dass uns echte Wunder begegnen. Weil wir daran glauben wollen, nehmen wir zauberhafte Momente öfter und intensiver wahr. Plötzlich flattert mit der Post – von einem schon fast in Vergessenheit geratenen Menschen – ein Weihnachtsgruß ins Haus und wir können es gar nicht fassen, dass er an uns gedacht hat.

Die Weihnachtszeit ist eine besinnliche Zeit, doch manch einer verfällt in Hektik und Stress, hat Angst, die Vorbereitungen nicht rechtzeitig zu schaffen oder Erwartungen nicht zu erfüllen. Weihnachtsbrötchen müssen gebacken oder Geschenke gekauft werden. Doch wer erwartet denn eigentlich ein klinisch reines Zuhause? Stopp – da sehe ich die Krippe und befreie das Jesuskind aus dem Zeitungspapier und mir wird klar, dass Jesus nicht in einem sterilen Kreißsaal zur Welt kam, sondern in einem Stall. Dort hingen Spinnweben an der Decke, da waren Tiere untergebracht, es duftete nicht nach Zitronen und der Boden war nicht hochglanzpoliert. Es muss nicht perfekt sein, denn dies war es vor mehr als 2000 Jahren auch nicht.

Daher darf ich mir Zeit nehmen für Wichtigeres, für Begegnungen mit lieben Menschen, Freunden und Bekannten. Ich darf zur Ruhe kommen und einen Gang zurückschalten. Auf meiner langen Liste setze ich den Rotstift an. Mit jedem Streichen kommt Erleichterung auf und der selbstauferlegte Druck wird kleiner. Es bleiben nur wenige Punkte übrig, die mir wichtig sind und auf die ich mich freue. So entsteht ganz langsam eine wunderbare Vorfreude auf Weihnachten.

Wir haben versucht, Ihnen ein klein wenig von dieser Vorfreude einzufangen und wünschen viel Spaß beim Lesen.

Die Mitarbeitenden unseres Hauses wünschen Ihnen eine besinnliche Weihnachtszeit und ein gesegnetes neues Jahr.

M. Volaric

Monika Volaric, Hausdirektorin

Wir stellen uns vor



Robel Tekle

Mein Name ist Robel Tekle und ich freue mich, dass ich seit dem 1. Juli 2023 Pflegehelfer im Haus auf dem Wimberg sein darf.

Ursprünglich komme ich aus Eritrea, lebe jedoch bereits seit fünf Jahren in Deutschland. Zuvor habe ich auf dem Land beim Mobilen Dienst gearbeitet.

Privat bin ich Vater und habe zwei Söhne. Ich reise, tanze oder höre gerne Musik. Es braucht Stärke, diesen Beruf ausüben zu können. Ich möchte gerne Menschen auf ihrem letzten Lebensabschnitt begleiten und freue mich über jedes Lächeln, das ich den Bewohnerinnen und Bewohnern entlocken kann.



Soufiane Zehri

Mein Name ist Soufiane Zehri. Ich bin 30 Jahre alt und seit einem Jahr arbeite ich als Pflegefachkraft.

Zu Beginn diesen Jahres habe ich mich entschieden, mich im Haus auf dem Wimberg zu bewerben und bin froh, dass ich seit April hier arbeiten darf.

Ich fühle mich wohl und kann meine Kenntnisse, älteren Menschen zu helfen, hier noch verbessern. Viel Anerkennung und Dankbarkeit bekomme ich von den Bewohnerinnen und Bewohnern und ich freue mich immer wieder, Zeit mit interessanten Menschen verbringen zu können.

Auf eine gute Zusammenarbeit!

Ich heiße Ilaria Santoro Dolores und bin am 6. April 1990 in Herrenberg geboren mit Wurzeln in Italien.

Bevor ich durch einen Bekannten auf diese Stelle aufmerksam wurde, habe ich sieben Jahre im Johanneshaus in Monakam gearbeitet.

Da ich eine neue Herausforderung gesucht habe, wurde mir sofort klar, dass die Arbeit als Alltagsbegleiterin meinen Wünschen vollkommen entspricht. Ich fühle mich hier sehr wohl und bin mit meinen neuen Tätigkeiten sehr zufrieden. Außerdem gefällt mir hier das Kollegium besonders gut und die Arbeit mit den Bewohnerinnen und Bewohnern macht mir sehr viel Freude.



Ilaria Santoro Dolores

Mein Name ist Naire Mendez Duque. Ich arbeite seit Januar 2023 als Pflegehelferin im Haus auf dem Wimberg.

In Spanien war ich als gelernte Bürokauffrau tätig. Die Wirtschaftskrise brachte mich dazu, eine bessere Zukunft anzustreben. Zusammen mit meinem Sohn Jerry und Hund Rika habe ich die Möglichkeit genutzt, in mehreren Ländern zu leben und die Menschen dort kennenzulernen.

Nun bin ich im Schwarzwald und bemühe mich trotz des Schwäbischen Deutsch zu lernen und unsere Bewohnerinnen und Bewohner gut zu pflegen. Ich freue mich, wenn ich jeden Tag Neues entdecken darf. Es muss nichts Großes sein, manchmal findet sich das Glück in kleinen Dingen, wie einer Puddingbrezel.





Rückblick Kulturprogramm

Auch in den letzten Monaten fand regelmäßig – jeden zweiten Dienstag im Monat – unser Kulturprogramm statt. Ganz unterschiedliche Darbietungen wurden den Gästen, insbesondere den Bewohnerinnen und Bewohnern der Einrichtung, dargereicht.

Hot Jazz Duo

Beim Kulturabend im August waren nicht nur die Außentemperaturen heiß, sondern das Hot Jazz Duo, mit Karlheinz (Charly) Heim, Saxophon- und Klarinettenist, und Clemens Wittel am Piano, heizte den Gästen mit Swing und Jazz ordentlich ein.

Viele bekannte Melodien aus der guten alten Zeit, die den Bewohnerinnen und Bewohnern noch gut in Erinnerung sind, wurden von den beiden Künstlern dargeboten. Ob Stücke von Ella Fitzgerald, wie „It's only a papermoon“ und „Let's fall in love“ oder Louis Armstrongs „Hello Dolly“, „What a wonderful world“ oder „Dream a little dream of me“ sowie Nat King Koles „Smile“ und „Route 66“ und viele andere mehr, begeisterten die swingenden Seniorinnen und Senioren.

Nicht zum ersten und hoffentlich auch nicht zum letzten Mal waren die Musiker in unserer Einrichtung und erfreuten die Gäste mit ihren vielfältigen Darbietungen.



Hot Jazz Duo

Radieschenfieber

Am 12. September fand der Kulturabend im Haus auf dem Wimberg statt. Neben zahlreichen Bewohnerinnen und Bewohnern kamen auch einige externe Gäste zur Veranstaltung.

Matthias Jungermann erzählte mit sehr viel Hingabe biblische Geschichten. Dies tat er sehr eindrucksvoll mit Gegenständen aus dem Alltag. So dienten Lauch und ein ausblühender Brokkoli als Vegetation und Ingwerknollen und Gewürzgurken als Darsteller bei der Geschichte vom barmherzigen Samariter.

Bei der Geschichte von der Arche Noah wurde kurzerhand ein ganzer Werkzeugkasten zur Arche umfunktioniert und der Inhalt zu Giraffen, Löwen, Tauben und Zebras. Kleine Schrauben, Nägel und Muttern wurden zu Insekten, die alle paarweise den Werkzeugkasten bezogen.

In der Geschichte vom Schalksknecht diente unter anderem ein alter Geldbeutel als Darsteller und



Matthias Jungermann

Matthias Jungermann spielte den König, der seine Schuldscheine eingelöst haben wollte. Mit der Geschichte um Vergebung endete dieser kurzweilige Abend.

In der Zukunft wird man sicherlich einen anderen Blick auf Gegenstände des Alltags haben müssen. Valérie Schulze, Mitarbeiterin der Einrichtung, bedankte sich bei Matthias Jungermann, der bereits zum wiederholten Mal im Hause gastierte.

Ilse Irrtum und Dieter Daneben

Im Oktober begeisterte das Ehepaar Tine und Ferdi Riester, alias Ilse Irrtum und Dieter Daneben, das Publikum mit viel Witz und eingängigen Melodien beim Kulturabend im Haus auf dem Wimberg.

Ihr schwäbisches Mundartkabarett dreht sich um den ganz normalen (Ehe-)Wahnsinn, den das Leben so bietet.

Sie bringen reichlich Bühnenerfahrung mit. Eine Hälfte des Paares war bereits im Vorfeld als „Die Schrillen Fehlaperlen“ im Fernsehen zu sehen.

In den schlagfertigen Texten über die Gesundheit, das Backen oder andere Alltagsbegebenheiten konnten sich so manche Bewohnerinnen und Bewohner wiederfinden. Nach einer Zugabe war das Paar sehr erleichtert und gab zu, das erste Mal in einem Pflegeheim aufzutreten zu sein.



Ilse Irrtum und Dieter Daneben



Gebanntes Auditorium

Das Ehrenamt

Im Haus auf dem Wimberg sind aktuell rund 50 Ehrenamtliche in verschiedenen Bereichen im Einsatz. Für dieses Engagement sind wir unendlich dankbar, denn ohne diese Bereitschaft, wäre unser Haus manchmal ganz schön leise.



Helmut Essig, ehrenamtlicher Mitarbeiter, im „Einsatz“ bei einem Bewohner

Ob Besuche, gemeinsame Aktivitäten, Gottesdienste, Andachten und auch die Gesangsangebote im Haus – all das wäre ohne Ehrenamt nicht möglich. Wir freuen uns über jeden, der sich ehrenamtlich im Haus am Wimberg einbringen möchte und sind für jede Idee dankbar, die unseren Bewohnern zu Gute kommt.

So wie unser monatlicher Handarbeitstreff, der von drei Ehrenamtlichen begleitet wird. Da wird gestrickt, gehäkelt und gebastelt was die Wolle so hergibt. Unsere Bewohnerinnen nehmen dieses Angebot gerne und dankend an. Sie freuen sich, wenn das Vorgenommene glückt. Unsere Ehrenamtlichen unterstützen, wo es notwendig ist. Doch auch unsere Männer kommen nicht zu kurz: Organisiert über den Förderverein findet monatlich die Holzwerkstatt statt. Hier können die Herren sägen, hobeln und feilen bis die Späne fliegen. Angebote wie diese erhalten Fähigkeiten und geben ein Stück des „alten Lebens“ zurück.



Rita Wohlgemuth (Mitte) im Gespräch mit Kundinnen im CaféTreff der Einrichtung

Aufgrund unserer gesellschaftlichen Strukturen ist es leider so, dass die Angehörigen der Bewohner häufig noch im Arbeitsleben stehen oder viele Kilometer entfernt leben. Besuche sind dann schwer zu organisieren und daher nur selten möglich.

Doch auch bedingt durch die Erkrankungen unserer Bewohner, werden manchmal regelmäßige Besuche als nicht ausreichend empfunden. Die Ehrenamtlichen, die einzelne Bewohner oder auch Kleingruppen regelmäßig besuchen, sind deshalb ein wertvoller Teil in unserem Alltag. Sie vermitteln Interesse und Wertschätzung und zaubern immer ein Lächeln ins Gesicht der Besuchten.

Es wird miteinander gesprochen, spazieren gegangen, Kaffee getrunken, vorgelesen oder es werden Spiele gespielt. Es wird gemeinsam gelacht und gesungen, und manchmal wird gemeinsam geweiht oder getrauert. Für diese Stütze in der Betreuung unserer Bewohner möchten wir von Herzen Dank sagen, denn das alles wäre ohne ehrenamtliches Engagement nicht möglich.

Es gibt noch ein weiteres Feld, in dem man sich ehrenamtlich einbringen kann: unser hauseigenes Café! Wir sind sehr glücklich, dass es in den vergangenen Wochen gelungen ist, neun Ehrenamtliche zu gewinnen, die an einzelnen Tagen, teilweise das gesamte Wochenende, mal allein und mal als Team mitarbeiten. Ohne dieses Engagement wäre ein Fortbestand unseres Cafés als Anlaufstelle für unsere Bewohner und deren Angehörige nicht möglich gewesen.

Aus diesem Grund wollen wir noch einmal von ganzem Herzen danken für die Zeit, die unseren Bewohnern geschenkt wird.

Was ich euch noch erzählen wollte...

Spannende Anekdoten

Seit dem Sommer wohnt sie bei uns im Haus auf dem Wimberg – Hildegart Gibbert – die uns hier mit diesen netten Anekdoten einen tiefen Einblick in ihr Leben gestattet. Vielen Dank dafür und bewahren Sie sich Ihren Humor, liebe Frau Gibbert.

Der Minirock

Vor vielen Jahren kam die Mode auf mit den Miniröcken. Jede normale Frau brauchte die kurze Mode. Das Verhalten gibt es auch heute noch: Ich möchte das haben, was modern ist. Oft sind es Schuhe, Brillen, Handtaschen, Frisuren und und und. Da will man doch irgendwie mitreden, oder?

Also, damals entschloss ich mich zum Kauf eines Minirock. Der gefiel mir so gut, dass ich ihn ganz hinten in den Schrank hängte, weil mir dabei nicht ganz geheuer war. Aber haben musste ich ihn.

Eines Tages ergab es sich, dass wir mit unseren zwei Jungen zum Kinderarzt mussten. Mein Mann saß schon mit den Kindern im Auto. Da nahm ich meinen ganzen Mut zusammen und zog den kurzen Rock an, wobei natürlich auch das dazu passende Shirt und die passenden Schuhe sein mussten. Ich fand alles „cool“ und begab mich nach draußen, lief zum wartenden Auto und stieg ein. Mein Mann machte keine Anstalten loszufahren, was mich zu der Frage veranlasste, was denn los sei. Daraufhin sagte er lachend zu mir (wörtlich!): „Wo willst Du denn hin mit dieser Arschmanschette?“



Der Minirock



Hund mit Brille!?

Ja, darüber mussten wir noch manches Mal lachen. Aber irgendwie war dann der Weg für diesen Minirock frei!

Deutsche Sprache

An meinem Arbeitsplatz hatte ich immer viele Formulare auszufüllen. Wir hatten auch sehr viel mit Migranten zu tun. Die hatten – im Gegensatz zu uns – viele Kinder, die teils noch gar nicht hier wohnten. Also musste ich nachfragen: Wohnsitz, Alter, Geschlecht, Name, und so weiter.

Einmal fragte ich eine Türkin nach dem Alter ihrer Zwillinge. Sie hatte schon vorher ziemlich angestrengt und so gut wie möglich alle Fragen beantwortet. Aber auf meine Frage: „Wie alt sind denn die Zwillinge?“ kam die unsichere Antwort: „Halb Vier!“ Ja, dachte ich und habe sofort übersetzt.

Die Blindschleiche

Mein Chef war sehr geradeheraus und nahm kein Blatt vor den Mund. Aber ich war auch nicht besser und habe immer schnell gekontert. Sein Motto war: Wer hart austeilt, muss auch hart einstecken. So weit, so gut.

Jedenfalls bekam ich damals meine erste Brille. Für meine Begriffe sah die chic aus und stand mir irgendwie. Auf jeden Fall tat das meinem Aussehen gut und ich brauchte sie wirklich. Dann kam mein erster Tag nach einem Urlaub, an dem ich bebrillt an meinen Arbeitsplatz erschien. Der erste, der mir begegnete, war natürlich mein Boss. Der sah mich an und sagte: „Na ja, schon wieder eine Brillenschlange!“ Spontan war meine Antwort: „Doch besser als 'ne Blindschleiche, oder?“ Da war die Angelegenheit ein für allemal geklärt. Das brachte mir den Ruf ein, ich hätte eben immer das letzte Wort. Na sowas!

Ofenfrisches aus dem Backhaus

Das Backhaus zog in diesem Jahr regelmäßig zahlreiche Besucher an. Unsere Mitarbeiterinnen Fikreta und Jasminka feuerten die Brennkammer an und bereiteten Teig und Zutaten vor. Ob süß oder salzig, es war für jeden etwas dabei. Der Duft zog durch den Garten bis ins Haus und lockte verführerisch, denn das Backwerk durfte frisch aus dem Ofen verkostet werden.



Bei schönstem Wetter konnten die Bewohnerinnen und Bewohner ihr Abendessen im Freien genießen

Aktuelles aus der Einrichtung



Teekreation

Himmlische Angebote

Lassen Sie die Seele baumeln bei einem Besuch in unserem Cafétreff.

Hierzu genießen Sie aus unseren vielfältigen Winterkreationen* Ihren Tee mit einem Stamperl Sirup.

Ein Stückchen Kuchen oder Torte rundet den himmlischen Genuss ab.

*Zur Auswahl stehen:
Schneewunder, Wintertraum, Herzwärmer, Gebrannte Mandeln, Zimt, Pflaume, Wintermagie oder Himmelszauber.

#calwstones

Wer hat sie schon einmal entdeckt? – Die Calw Stones finden sich an vielen öffentlichen Plätzen in und um Calw.

Kleine und große bemalte Steine mit unterschiedlichen Motiven erfreuen die Passanten und Finder. Man kann die Steine mitnehmen, tauschen oder an einem anderen Ort neu auslegen.

Unsere Bewohnerinnen hatten sehr viel Freude beim Bemalen und wurden dabei ehrenamtlich unterstützt von Heidi Hoffmann von der Bürgerstiftung Calw.



Auf der Terrasse

Kleine Konzerte

Einmal im Monat – am letzten Dienstag – kommt Ilona Jahn mit ihren Damen in die Einrichtung und sie erfreuen die Bewohnerinnen und Bewohner sowie andere Gäste des Hauses mit schönen, stimmungsvollen Liedern der Stubenmusik.

Ilona Jahn mit Tochter



Ilona Jahn mit den Damen der Stubenmusik

Die Klänge locken immer viele Zuhörerinnen und Zuhörer an und laden diese zum Mitsingen ein. Es ist zwischenzeitlich ein fester Termin im Kalender der Einrichtung geworden und trägt neben vielen anderen Angeboten zur Kurzweil bei.

Licht und Wärme

Die Geschichte des Feuers

Ob am Lagerfeuer oder vor einem prasselnden Kaminfeuer, die Wärme verbreitet Gemütlichkeit und Romantik. Wer liebt es nicht, wenn es draußen stürmt oder schneit, ein gutes Buch bei Kerzenschein zu lesen und dazu eine gute Tasse Kaffee oder Tee zu trinken.

Mit der Nutzbarmachung des Feuers entstand eine entscheidende Etappe der Menschheit. Wo wären wir heute, hätten unsere Vorfahren es nicht geschafft, Feuer zu machen.

Ohne Feuer keine Wärme, kein Licht, kein Schutz vor wilden Tieren, keine warmen Mahlzeiten und kein Räuchern, um Nahrung für den Winter haltbar zu machen.

Das erste Feuer wurde mit einem Feuerstein geschlagen, welches auf leicht Entzündbares traf. Reste eines Schlagfeuerzeuges fand man am Leibgurt des „Ötzi“, der legendären Gletschermumie.

Eine andere Methode Feuer zu entfachen, war der Feuerbohrer. Es wurde hierbei ein hölzerner Stab lange per Hand in ein flaches Holzstück gebohrt, bis schließlich glühender Holzstaub entstand. Diese Methode war sehr anstrengend.



Gemütlichkeit am Lagerfeuer – mit Freunden und Familie



Symbol, aber auch lichtspendend

Es entstanden die ersten römischen Öfen. Es war wichtig, das Feuer zu erhalten. Man bewahrte die glimmende Holzkohle unter Asche oder Torf auf und entfachte sie anderntags neu.

War das Feuer erloschen, holte man sich in einem Gluttopf vom Nachbarn glühende Kohlen. Durch den offenen Kamin wurden Speck und Wurst in den Rauch gehängt. Es brachte die Familie über den Winter.

In sogenannten Zunderbüchsen wurde das getrocknete Zundermaterial aufbewahrt und konnte so auch gut auf Reisen mitgenommen werden.

1826 erfand ein britischer Apotheker das erste Zündholz. Die Hölzer waren vergleichsweise groß und wurden an einem Stück Sandpapier angezündet.

Etwa vier Jahre später wurde den Zündhölzern Schwefel zugesetzt. Diese Hölzer wurden nicht nur in Fabriken hergestellt, sondern von manchen Familien in Heimarbeit und dienten damit als zusätzliche Einnahmequelle.



Elektrische Kerzen sind sicherer

Mit der Erfindung der Zündhölzer entstand unter anderem das Märchen „Das kleine Mädchen mit den Schwefelhölzern“ von Hans Christian Andersen, welches nicht nur in Dänemark, sondern in vielen Ländern bekannt wurde.

Der offene Kamin, der heute Behaglichkeit schenkt, war einst im Winter eine bittere Notwendigkeit. So konnte auf Burgen oder Schlössern die Kälte etwas ver-

trieben werden. Jedoch waren dort nicht alle Räume beheizt. So war das Leben im Mittelalter als Burgfräulein nicht so romantisch, wie es in Märchen oft dargestellt wird.

Ein Schwedenfeuer ist ein senkrecht stehender, in der Mitte eingeschnittener und brennender Baumstamm. Er wurde im dreißigjährigen Krieg in Europa bekannt und wird heute oft bei Veranstaltungen genutzt.



Es fehlt nur noch ein gutes Buch

Ein Schwedenfeuer sorgt für Licht und Wärme auf der winterlichen Terrasse. So kommt bei wärmendem Glühwein oder heißem Tee schnell Weihnachtsstimmung auf.

Das Schwedenfeuer, auch Baumfackel genannt, brennt je nach Größe bis zu fünf Stunden ohne bis zum Boden abzubrennen.

Ob Groß oder Klein, wir alle sind vom Feuer fasziniert. In vielen Haushalten wurde der Christbaum mit Kerzen geschmückt. Je reicher die Menschen früher waren, desto mehr Kerzen konnte sich die Familie leisten.

Bereits im 16. Jahrhundert fanden in Sachsen Schwibbbögen und Weihnachtspyramiden ihre Anwendung. Die Wärme der Kerzen steigt dabei nach oben und bringt das Flügelgestell der Pyramide zum Drehen.

Feuer ist nicht ungefährlich und so wurden mit der Erfindung der Elektrizität die Kerzen am Christbaum nach und nach durch elektrische Lichterketten ersetzt.



Brennende Kerzen sind im Heim zu gefährlich

Der erste Rollatorlauf



Die Vorbereitungen zum ersten Rollatorlauf im Haus auf dem Wimberg liefen seit Tagen auf Hochtouren. Sollte das Wetter den Seniorinnen und Senioren einen Strich durch das Rennen machen?

Bis zum letzten Augenblick war fragwürdig, ob gestartet werden könnte. Doch wie auf den Bildern zu sehen, trotzten die Teilnehmenden den Widrigkeiten.



Der Start – und vorne weg: Hausdirektorin Monika Volaric



Schön hintereinander ging es durch den Park des Pflegezentrums, ein Überholen war hier nicht möglich, dafür das Laufen im Windschatten.

Für große Gespräche zwischendurch war keine Zeit, Konzentration war gefragt.

999 Meter weit ging es mit dem Rollator

Claus Bannert, Geschäftsführer der AOK Nordschwarzwald, gab den Startschuss ab.

Außer ihm standen noch Clemens Alex vom Reha-Sport des Turn- und Sportvereins Calw und Andreas Gockenbach vom Sanitätshaus Reutter als Streckenposten bereit. Auch viele Angehörige und Freunde des Hauses fanden sich am Wegesrand ein und feuerten die Teilnehmerinnen und Teilnehmer lautstark an und machten vielfach Fotos für die eigene Galerie.

Die Seniorinnen und Senioren brachten ein Durchschnittsalter von 86,5 Jahren aufs Tapet. Dies wurde natürlich deutlich von Monika Volaric nach unten korrigiert (Anmerkung der Redaktion).

Für viele Bewohnerinnen und Bewohner war der Lauf, trotz Anstrengung, viel zu schnell vorüber. Dafür waren die unzähligen Trainingsrunden im



Geschafft, wenn auch noch etwas ungläubig

Vorfeld für die Teilnehmenden schon eine Bereicherung. Immer wieder kam es zum Austausch unter den einzelnen, wenn man sich im Park oder auf den Fluren der Einrichtung begegnete.

Schwarzwald-Akkordeonorchester spielt

Unter Leitung von Wolfgang Rittig spielt das Orchester zum Kaffeeklatsch der Läufer.

Zu bekannten Melodien, die das Akkordeonorchester zum besten gab, boten die Mitglieder des Fußballclubs Alzenberg-Wimberg Grillgut an und die Mitarbeiterinnen der Einrichtung verkauften im Cafétreff Kaffeespezialitäten und Kuchen.



Nach dem Lauf schmeckt es besonders gut

Ob nun Kaffee und Kuchen oder lieber etwas Deftiges wie eine Wurst, diese Entscheidung traf jeder für sich selbst.

Nachdem sich alle wieder etwas erholt hatten, bekam jeder Teilnehmende eine Urkunde, ein Geschenk und eine Tasche mit vielen kleinen Produkten verschiedener Firmen ausgehändigt.

Jeder, der am Lauf teilnahm, hat aber auch schon automatisch gewonnen: Sei es dadurch, zum ersten Mal an einem solchen Event teilgenommen zu haben oder dadurch, selbst erlebt zu haben, dass der Weg zu schaffen ist.

Das Leben ist wie eine Ballonfahrt. Manchmal muss man erst Ballast abwerfen, um wieder steigen, träumen und lachen zu können.

Naturheilkunde und Aromatherapie

Hier nun die Fortsetzung zu Naturheilkunde und Aromatherapie wie, sie in der Einrichtung Anwendung findet.

Quarkauflage

Gute Erfahrungen haben wir mit Quarkauflagen gemacht. Bei Gelenksentzündungen, Prellungen, gereizten bzw. entzündenden Krampfadern und auch bei Sonnenbrand hat sich eine kühle Quarkauflage bewährt.

Hierzu streicht man 5-10 EL Quark (nicht direkt aus dem Kühlschrank) messerrückendick auf eine Kompresse. Die Auflage mittels einer Mullbinde auf der betroffenen Stelle fixieren und dort ca. 20 Minuten belassen. Danach die Haut abwaschen.

Der Quark leitet einen Milchsäureprozess ein und wirkt anziehend auf die Entzündungsstoffe, die durch saure Substanzen abgeleitet werden. Der schnell eintrocknende Quark regt die Durchblutung an, wirkt abschwellend und schmerzlindernd und schafft auf diese Weise Linderung.

Schafgarbe blüht im Sommer an vielen Waldstücken und Wiesen. Suchen sie zum Sammeln Plätze auf, die nicht gedüngt werden. (Wir hatten in diesem Jahr unsere eigene Schafgarbe im Garten und konnten diese ernten.)

Die Blüten werden in Basisöl eingelegt und nach drei Wochen wieder entfernt. Das Schafgarben-Mazerat dient für Auflagen oder auch zur Weiterverarbeitung.

Schafgarbe wirkt entzündungshemmend, wundheilend, desinfizierend, krampflösend, harntreibend, zirkulationsfördernd, blutstillend, blutreinigend und auch menstruationsregulierend. Als „Bauchwehkraut“ hilft die

Schafgarbe bei Magen- und Darmstörungen und unterstützt bei Leber- und Gallebeschwerden.

Schafgarbewickel

Mit getrockneter Schafgarbe einen Tee aufgießen (etwas abkühlen lassen) oder Schafgarbenöl auf ein Tuch geben und auf den Bauch legen. Mit einem warmen Wickel bedecken und fixieren. Es regt die Galleproduktion an und lindert Völlegefühl und Übelkeit.

Schafgarbecreme

Für Menschen mit Neurodermitis oder Hautunreinheiten besonders empfehlenswert.

Grundrezept für eine kleine Menge:

50 ml Schafgarbemazerat

10 g Bienenwachs

5 g Kakaobutter

5 g Sheabutter

1-2 Tr. Vitamin E-Acetat

1-2 Tr. Ätherisches Öl nach Wunsch

Durch das Zuführen von Vitamin E wird die Creme konserviert und bleibt dadurch länger haltbar (Nicht über 20° C lagern).

Die Geschmäcker sind ja bekanntlich verschieden, deshalb eignet sich im Sommer eher Lemongras und im Herbst/Winter Orange.

Neues aus unserem Haus



Eigene Ernte

Herbstbild

Dies ist ein Herbsttag,
wie ich keinen sah!
Die Luft ist still,
als atmete man kaum.
Und dennoch fallen raschelnd,
fern und nah,
die schönsten Früchte ab
von jedem Baum.

O stört sie nicht, die Feier der Natur!
Dies ist die Lese, die sie selber hält,
denn heute löst sich von den Zweigen nur,
was vor dem milden Strahl der Sonne fällt.

Friedrich Hebbel

Der Herbst

Unsere Dekofee Dragana hat ihrer Kreativität freien Lauf gelassen und im Windfang des Hauses eine wunderschöne Herbstdeko gezaubert. Mit Kürbissen und Herbstblättern konnte sie den Herbst „einfangen“ und ins Haus bringen.



Foyer im Herbst

Der Herbst lädt uns ein, unser Älterwerden dankbar anzunehmen und zu vertrauen, dass manches von uns abfallen muss, damit Neues, damit das Eigentliche in uns heranwachsen kann.

Verfasser unbekannt

Herzlichen Glückwunsch

Die Ausbildung ist nicht einfach und verlangt Fachwissen und ein hohes Maß an Flexibilität. Auszubildende in der Pflege müssen neben der Tätigkeit in der Einrichtung auch Fremdeinsätze in externen Einrichtungen leisten. Immer wieder muss man sich auf neue Gegebenheiten einstellen und sich nebenbei auch noch der Schule und den theoretischen Anforderungen stellen.

Die vier neu examinierten Pflegefachfrauen



In eigener Sache

Liebe Bewohnerinnen und Bewohner sowie Angehörige und Betreuende,

das Jahr geht langsam zur Neige und die ersten Zuzahlungsbefreiungen für das Jahr 2024 sind bereits eingetroffen.

Bitte denken Sie daran, diese für sich, beziehungsweise den zu betreuenden Menschen bei uns, in der Verwaltung abzugeben.

Damit ist gewährleistet, dass sowohl die Apotheke als auch der Hausarzt und unsere Leistungsabrechnung in Stuttgart davon Kenntnis erhalten und es zu einem reibungslosen Ablauf kommt.

Mit freundlichen Grüßen

die Mitarbeiterinnen der Verwaltung



Erschöpft aber glücklich zurück aus Holland

„Sommerurlaub in Holland“

Das Reisemotto stand schon lange fest, die Tickets nach Holland waren gebucht und fast alle Bewohnerinnen und Bewohner fanden sich pünktlich am „Gate Festsaal“ ein.

Überall duftete es schon lecker nach frischem Hefegebäck. Das „Bordprogramm“ übernahmen die Festmusikanten. Nach einigen Schlagern mit Hollandbezug kam die neu gegründete Tanzformation von Mitarbeiterinnen der Einrichtung zum Einsatz. Als „Holland Dance Girls“ angekündigt, legten sie einen flotten Tanz mit Holzschuhen aufs Parkett. Ein Quiz über Holland rundete den Nachmittag ab, der mit einer „Polonaise Hollandaise“ endete.



Ein Tänzchen in Ehren kann niemand verwehren.



Gymnastik mit Holzclops – andere verwenden dazu Gewichte



Pfuffertjes mit Vanilleeis, Sahne und diversen Soßen



Küchenfee Ronja Kammerer beim Backen der Poffertjes

Gedicht



Ein Glück, dass es dich gibt!

Vielleicht hast du manchmal das Gefühl,
nicht mehr gebraucht zu werden,
nicht mehr interessant zu sein,
nicht mehr wirklich dazuzugehören?

Du täuschst dich.

Verstohlen mustern dich
Junge und nicht ganz so Junge,
sie suchen Antworten für ihr Leben und
hoffen, dass du sie ihnen geben kannst.

Öffne dein Lebensbuch ein wenig,
du hast so viel zu bieten:
Lachfältchen und eine Kummerfalte zwischendrin.
Wie hast du es geschafft bis hierher?
Wie hast du Treue halten können?

Sie brauchen Mut für ihren Weg,
sie stehen am Anfang,
du näherst dich dem Ende:
bist gefallen und aufgestanden, weitergegangen,
wurdest getröstet und wurdest Trost.

Erzähl ihnen davon,
was dich zum Segen werden ließ.



Doris Reinthaler



Stadtapotheke Calw
 Dr. Thomas Fein
 Lederstraße 35 • 75365 Calw
 Tel. 0 70 51/3 01 93
 www.stadtapo-calw.de

**Friseurmeisterin
 Antje Kuppinger**



Ihre Friseurin
Haus auf dem Wimberg
 Di. und Fr. ab 9.00 Uhr
Seniorenzentrum Torgasse
 jeden 2. Do. ab 9.00 Uhr
Sonnenresidenz Heumaden
 jeden 2. Do. ab 9.00 Uhr

Telefon: 07031 9864051
 antje.kuppinger@gmail.com

*Iss regional,
 schmeckt besser!*

Heimatnah, frisch und
 mit Leidenschaft.
 Das ist unser Erfolgsrezept,
 weil Zufriedenheit am
 Besten schmeckt.

Regional. Raffiniert. Rustikal.




BÄCKEREI & KONDITOREI RAISCH GmbH & Co. KG, Heckenackerstraße 3
 75365 Calw-Oberriedt, Telefon 07051 58 86 0, www.baeckerei-raisch.de

Hier könnte Ihre Anzeige stehen –
 bei Interesse bitte an die
 Redaktion wenden!

Sanitätshaus reutter
 Für Ihre Gesundheit



www.reutter-calw.de



■ Med. Gesundheitsartikel	■ Prothesen
■ Wellness und Gesundheit	■ Pflegeausstattung
■ Kompressionsstrümpfe	■ Individuelle Reha-Technik
■ Einlagen und Funktionsschuhe	■ Kinder-Reha
■ Bandagen	■ Elektromobile
■ Orthesen	

Sanitätshaus reutter
 Orthopädie- und Reha-Technik
 Rudolf-Diesel-Str. 2
 75365 Calw
 Tel. 0 70 51 936 78-0
 Fax 0 70 51 936 78-93

**WIR SIND
 UMGEZOGEN!**

Standort Calw Ärztehaus am Rathaus
 Salzgasse 11
 75365 Calw
 Tel. 0 70 51 405 75
 Fax 0 70 51 936 20 19



**Wir kaufen
 Ihr Altgold.**

**Geben Sie Ihrem
 Schmuck und Zahngold
 ein neues Leben.**

sparkasse-pfcw.de/altgoldankauf



Sparkasse
 Pforzheim Calw

Weil's um mehr als Geld geht.



Kontakt Daten

Sonnenresidenz Heumaden
Heinz-Schnauffer-Straße 50
75365 Calw-Heumaden

Telefon: 07051 968529-0
Telefax: 07051 968529-199
E-Mail: sonnenresidenz-heumaden@
ev-heimstiftung.de

www.ev-heimstiftung.de

Kontakt Daten

Seniorenzentrum Torgasse
Torgasse 10
75365 Calw

Telefon: 07051 92486-30
Telefax: 07051 92486-40
E-Mail: seniorenzentrum-torgasse@
ev-heimstiftung.de

www.ev-heimstiftung.de

Kontakt Daten

Haus auf dem Wimberg
Stahläckerweg 2
75365 Calw

Telefon: 07051 609-0
Telefax: 07051 609-436
E-Mail: haus-auf-dem-wimberg@
ev-heimstiftung.de

www.ev-heimstiftung.de