Seniorenzentrum Hirschkamp GmbH & Co. KG

Hirschkamp ECHO

03/2017

Christine Löwenstein
MUSIKALISCHER ABSCHIED
Seite 3

SOMMER, SONNE
Sommerfest
Seite 4

„Septembermorgen“

Im Nebel ruhet noch die Welt,
noch träumen Wald und Wiesen;
bald siehst du, wenn der Schleier fällt,
den blauen Himmel unverstellt,
herbstkräftig die gedämpfte Welt
in warmem Golde fließen.

EDUARD MÖRIKE (1804 - 1875)

Hirschkamp ECHO

03/2017

Pflegedienstleiter Taifun Türk bedankt sich herzlich für den engagierten Einsatz.

Liebe Leserinnen und Leser,

ICH BEGRÜßE SIE HERZLICH zu einer neuen Ausgabe des Hirschkamp Echos, mit der wir die bunte Jahreszeit begrüßen. Aber natürlich schauen wir auch zurück auf schöne Sommertage im Seniorenzentrum Hirschkamp.

Das SOMMERFEST gehört traditionell zum Höhepunkt des Veranstaltungsjahres im Hirschkamp. Auch in diesem Jahr hatten wir ein großes Festzelt auf dem Parkplatz, jedoch diente es nur als Sonnenschutz, da Petrus an diesem Tag die Sonne kräftig scheinen ließ. Ein buntes Programm mit viel Musik brachte unsere Bewohner und Gäste zum Strahlen und es wurde noch lange von dem schönen Fest geschwärmt.

Natürlich erwarten Sie auch im weiteren Verlauf des Jahres wieder viele Veranstaltungen, auf die wir Sie in diesem Heft aufmerksam machen. Und wie immer wünschen wir Ihnen auf unserer letzten Seite gute Unterhaltung, Spaß beim Rätseln und viel Glück bei unserem Gewinnspiel.

Nun freue ich mich auf einen goldenen Herbst und noch viele schöne Tage mit Ihnen.

Ihre
Ursula Eskes

Hirschkamp ECHO erscheint alle drei Monate und ist die offizielle Zeitschrift für die Bewohner des Seniorenzentrums Hirschkamp.
Redaktionsanschrift:
Seniorenzentrum Hirschkamp GmbH & Co. KG,
Neuer Weg 20, 45731 Waltrop

Redaktion: Ursula Eskes
Mitarbeiter: Gabriele Baitz, Andreas Kabbe, Annett Kalaba
Text: Gabriele Baitz, Ursula Eskes, Andreas Kabbe
Grafik: Altmann Marketing GmbH
Fotos: Hirschkamp (wenn nicht anders ausgewiesen)

Christine Löwenstein

MUSIKALISCHER ABSCHIED

Am 22.06.2017 ging Frau Christine Löwenstein noch einmal über die Flure im Wohnbereich III im Seniorenzentrum Hirschkamp. Sieben Jahre hat die Betreuungskraft in diesem Wohnbereich mit den Bewohnerinnen und Bewohnern fröhlich gesungen, gebastelt, vorgelesen, in spielerischer Weise das Gedächtnis trainiert, geturnt und gefeiert. Sie kümmerte sich fürsorglich um die kleinen Sorgen und war auch in schweren Stunden wie Krankheit und Sterben an ihrer Seite.

Frau Löwenstein hatte stets ein heiteres Lied auf den Lippen. Was hätte also besser gepasst, als sie im Rahmen eines Musiknachmittags, bei dem kräftig mitgesungen wird, zu verabschieden.

Auch wenn es schwer wird, in Zukunft auf ihre Erfahrung zu verzichten, so gönnen wir ihr den wohlverdienten Ruhestand von Herzen, in dem sie sich nun verstärkt ihrer Familie und dem Enkelkind widmen möchte.

Wir wünschen ihr für den neuen Lebensabschnitt alles Gute und dass Sie ihren Ruhestand möglichst lange bei guter Gesundheit genießen kann.

Einrichtungsleiter Christian Storck verabschiedet Christine Löwenstein

Frau Löwenstein wird auch in Zukunft dem Seniorenzentrum Hirschkamp treu verbunden sein. Dies stellte sie schon zwei Wochen später – bei ihrem ersten ehrenamtlichen Einsatz auf dem Sommerfest – unter Beweis.

„NICHT, WAS ER MIT SEINER ARBEIT ERWIRBT,
IST DER EIGENTLICHE LOHN DES MENSCHEN,
SONDERN WAS ER DURCH SIE WIRD."
JOHN RUSKIN

Sommer, Sonne Sommerfest

Auf ein Highlight im Jahreslauf des Seniorenzentrums Hirschkamp freuen sich Bewohner, Angehörige, Mitarbeiter und alle Interessierten immer ganz besonders: Das Sommerfest.

Schon zum 21. Mal wurde das Warten am Sonntag, dem 9. Juli belohnt. Auch in diesem Jahr fand ein buntes Programm unter dem fröhlichen Festzelt statt.

Bei hochsommerlichem Wetter eröffnete um 14:00 Uhr der bekannte Dortmunder Schlagersänger und Entertainer André Wörmann das Fest. Anschließend begrüßte Pflegedienstleiter Herr Türk Bewohner und zahlreiche Gäste. Alle ließen es sich bei Kaffee, Kuchen und frisch gebackenen Waffeln gut gehen.

Abgerundet wurde das Sommerfest durch einen Gastauftritt der „Freunde der Musikpraxis Waltrop", die einige bekannte Ohrwürmer sangen und sich auch selber instrumental begleiteten.

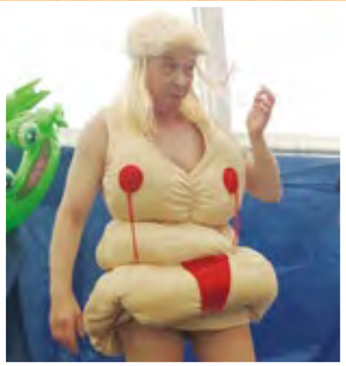
Einen erfolgreichen Angriff auf die Lachmuskeln startete der soziale Dienst mit seinem Sketch „Die Wanne ist voll". Unsere Darsteller schlüpften in die jeweils andere Geschlechterrolle und veranschaulichten so, was geschehen kann, wenn die vermeintlich leere Badewanne schon besetzt ist.

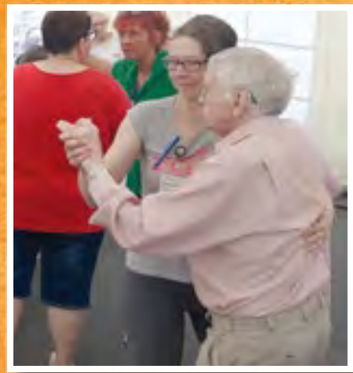
Abschließend nahm Frau Löwenstein, langjährige Mitarbeiterin im sozialen Dienst, unser Sommerfest zum Anlass, sich von allen Bewohnern zu verabschieden und allen ihren Dank auszusprechen für viele freudige Stunden in der sozialen Betreuung.

Mit gemeinsamen Tanzeinlagen der Pflege- und Betreuungsmitarbeiter und unseren BewohnerInnen und Angehörigen war die Festlaune so strahlend wie die Sonne an diesem Nachmittag.

Nackensteaks und Würstchen vom Grill sowie frisch gezapftes Bier vom Fass rundeten das Fest kulinarisch ab.

Auch in diesem Jahr war es wieder schön, unser Sommerfest – wozu alle Beteiligten mit viel Engagement und guter Laune beigetragen haben. Danke schön!





Altweibersommer

Woher kommt das?

1989 klagte eine 77-jährige Dame aus Darmstadt tatsächlich gegen die Bezeichnung „Altweibersommer". Der Name diskriminiere sie nicht nur als Frau, sondern auch wegen ihres Alters. Das zuständige Landgericht war jedoch anderer Meinung:
Der „Altweibersommer" durfte seinen Namen behalten – immerhin stammt der schon aus einer Zeit, in der die beleidigte Klägerin noch gar nicht geboren war.

Im Schriftsprachlichen wird der „Altweibersommer" seit Anfang des 19. Jahrhunderts erwähnt, als man das Jahr noch in die Winter- und die Sommerhälfte einteilte.
Damals wurde der Frühling „Junger Weibersommer" genannt, der Herbst hieß „Alter Weibersommer". Der Wärmerückfall, der uns oft zwischen Mitte September und Anfang Oktober ein paar strahlend sonnige Tage beschert, wird durch ein Festlandhoch über Osteuropa bestimmt, das trockene Luft nach Mitteleuropa bringt.

Wenn dann ein lauer Wind weht, lassen sich viele kleine Spinnen an ihren zarten Fäden durch die Luft pusten.

Die Krabbeltiere haben unmittelbar mit der Namensgebung zu tun, denn „Weiben" ist ein altdeutscher Ausdruck für das Knüpfen von Spinnweben. In klaren Septembernächten kühlt es sich schon stark ab, so dass die vom Tau benetzten Spinnweben in der Morgensonne deutlich zu erkennen sind. Die glitzernden Fäden erinnern an die langen, silbergrauen Haare älterer Damen.

Also: Nicht beleidigt sein, sondern einfach das wunderschöne Schauspiel in den letzten warmen Tagen des Jahres genießen!

Das große Herbsträtsel:

Was wissen Sie über den Herbst?

Frühnebel über den Feldern, buntes Laub auf den Bäumen, Erntedank, Spaziergänge in der sanften Herbstsonne oder gemütliche Abende mit einer Tasse Tee – der Herbst hat viele Facetten. Kennen Sie sie alle? Dieses Quiz verrät, ob Sie ein Experte für die bunte Jahreszeit sind.

A) Herbstzeitlose – wer oder was ist das?

1. Eine weit verbreitete Giftpflanze
2. Ein Mensch, dem das trübe Herbstwetter nicht die gute Laune verdirbt
3. Ein Sammelbegriff für alle Früchte, die im Herbst Saison haben

B) Was ist auch im Herbst sinnvoll, um zum Beispiel Erkältungen vorzubeugen?

1. Besuche im Solarium
2. Regelmäßige Spaziergänge an der frischen Luft
3. Viele Süßigkeiten essen

C) Welcher der folgenden Fakten über Steinpilze ist falsch?

1. Sie enthalten mehr Vitamin C als Zitronen
2. Bei hoher Temperatur und Luftfeuchtigkeit werden sie schmierig und ungenießbar
3. Der Hut eines Steinpilzes kann bis zu 20 Zentimeter breit werden

D) An welchem Termin findet offiziell das Erntedankfest statt?

1. Am ersten Sonntag nach dem ersten Vollmond im Herbst
2. Am ersten Sonntag im Oktober
3. Vier Wochen nach dem meteorologischen Herbstbeginn

E) Auch die Natur kommt im Herbst zur Ruhe und bereitet sich auf die Kältesaison vor. Welches Tier hält keinen Winterschlaf? (Wer möchte, kann gerne in Ausgabe 01/2016 spicken...)

1. Igel
2. Storch
3. Haselmaus

F) Im Herbst wird es kälter. Was tun gegen Frieren?

1. Bewegen Sie sich möglichst wenig. So hat der Körper mehr Energie zum „Heizen" übrig.
2. Jeden Abend ein warmes alkoholisches Getränk trinken – aber übertreiben Sie es nicht!
3. Sich viel bewegen

G) Welches Gemüse hat in Deutschland von August bis Oktober Saison?

1. Mais
2. Spargel
3. Blattspinat

H) Letzte Frage: Warum werden die Blätter im Herbst bunt?

1. Bei kälteren Temperaturen wird der grüne Blattfarbstoff Chlorophyll abgebaut.
2. Die Bäume ändern die Farbe, weil rote und gelbe Blätter die Sonnenstrahlen besser aufnehmen als grüne.
3. Die Blätter bekommen zu wenig Nährstoffe und sterben langsam ab.

Die richtigen Antworten finden Sie auf der Rückseite!

© Lupo / pixelio.de

Die Patientenverfügung.

Jetzt bestimmen, was ich später nicht mehr kann.

In einer Patientenverfügung legen Sie für den Fall Ihrer Entscheidungsunfähigkeit schriftlich im Voraus fest, ob und wie Sie in bestimmten Situationen ärztlich behandelt werden möchten.
Auf diese Weise können Sie Einfluss auf eine spätere ärztliche Behandlung nehmen und damit Ihr Selbstbestimmungsrecht wahren, auch wenn Sie zum Zeitpunkt der Behandlung nicht mehr ansprechbar und einwilligungsfähig sind.

Brauche ich unbedingt eine Patientenverfügung, und was sollte ich bedenken?

Wenn Sie überlegen, ob Sie eine Patientenverfügung erstellen wollen oder nicht, empfiehlt es sich zunächst darüber nachzudenken, was Ihnen im Zusammenhang mit Krankheit, Leiden und Tod wichtig ist, wovor Sie Angst haben und was Sie sich erhoffen. Manche Menschen haben Angst, dass vielleicht nicht mehr alles medizinisch Mögliche für sie getan werden könnte, wenn sie alt oder schwer krank sind. Andere befürchten, dass man sie in solchen Situationen unter Aufbieten aller technischen Möglichkeiten nicht sterben lässt.
Es ist nicht einfach, sich mit existenziellen Fragen auseinander zu setzen, die Krankheit, Leiden und auch das Sterben betreffen. Dennoch ist dies notwendig, weil man sich über die Konsequenzen der eigenen Entscheidungen klar werden muss. Mit einer Patientenverfügung übernimmt man selbst die Verantwortung für die Folgen, wenn eine Ärztin oder ein Arzt dieser Verfügung entspricht. Dabei sollten Sie bedenken, dass in bestimmten Grenzsituationen des Lebens Voraussagen über den Erfolg medizinischer Maßnahmen und mögliche Folgeschäden im Einzelfall kaum möglich sind.
Wenn Sie Festlegungen für oder gegen bestimmte Behandlungen treffen wollen, sollten Sie sich bewusst sein, dass Sie durch einen Behandlungsverzicht unter Umständen auf ein Weiterleben verzichten. Umgekehrt sollten Sie sich darüber klar sein, dass Sie für eine Chance, weiterleben zu können, möglicherweise Abhängigkeit und Fremdbestimmung in Kauf nehmen.
Am Ende Ihrer persönlichen Willensbildung kann die Entscheidung stehen, eine Patientenverfügung zu erstellen oder der Entschluss, keine Vorsorge treffen zu wollen. Sie sollten sich deshalb für diese Überlegungen Zeit nehmen und sich nicht unter Druck setzen.
Nähere Informationen zum Betreuungsrecht, in dem auch die Patientenverfügung gesetzlich geregelt ist, können Sie der vom Bundesministerium der Justiz und für Verbraucherschutz herausgegebenen Broschüre „Betreuungsrecht“ entnehmen.
Dort finden Sie hilfreiche Informationen und Erläuterungen der gesetzlichen Vorschriften, aber auch das Muster einer Vorsorgevollmacht und einer Betreuungsverfügung mit Erläuterungen.

Vorfreude auf den Martinsmarkt

Im Seniorenzentrum Hirschkamp findet am Sonntag, dem 5. November 2017, von 14 bis 17 Uhr unser traditioneller Martinsmarkt statt. Leierkastenmusik, der Duft von Glühwein und kulinarischen Köstlichkeiten werden wieder für eine gemütliche Atmosphäre sorgen und laden zum Genießen ein. Das Sortiment weckt zudem die weihnachtliche Vorfreude: Es gibt selbstgemachten Likör und Gebäck, Advents- und Weihnachtsgestecke, Holzarbeiten, Karten für die Weihnachtspost und schöne, kunsthandwerkliche Dekorationsartikel.
Das Café Hirschkamp sorgt mit einem Gänseessen, Kaffee und Kuchen dafür, dass keine Wünsche offen bleiben.

Von Hand gefertigt – 100% Einnahmen

Möchten Sie Ihre Ware auf dem Martinsmarkt verkaufen?
Dann sind Sie herzlich willkommen. Es gibt keine Standgebühr;
die Einnahmen können Sie komplett behalten.
Voraussetzung ist aber, dass Sie Selbstgemachtes anbieten.
Außer Lebensmitteln ist alles erlaubt.
Präsentieren Sie doch Ihr Hobby oder führen Sie
einen Workshop durch! Wir freuen uns auf Ihre Ideen..

September

2017 13 SEP — Waffeln backen
in allen Wohnbereichen
14:30 Uhr

2017 15 SEP — Livemusik mit Frau Schmitz
15:00 Uhr in der Aula

2017 22 SEP — Oktoberfest
15:00 Uhr in der Aula

2017 28 SEP — Geburtstagsfeier mit Kuchenbuffet
15:00 Uhr in der Aula

2017 29 SEP — Livemusik mit Herrn Funke
15:30 Uhr in der Aula

Programmänderungen
vorbehalten

Oktober

2017 2 OKT — Sitzung des Bewohner-Beirates
14:00 Uhr, Verwaltung

2017 6 OKT — Livemusik mit Frau Schmitz
15:00 Uhr in der Aula

2017 10 OKT — Service für Hörgeräteträger
11:00 – 12:00 Uhr im Friseursalon

2017 11 OKT — Mode-Mobil
15:00 Uhr

2017 13 OKT — Livemusik mit Herrn Funke
15:00 Uhr in der Aula

2017 18 OKT — Waffeln backen
in allen Wohnbereichen
14:30 Uhr

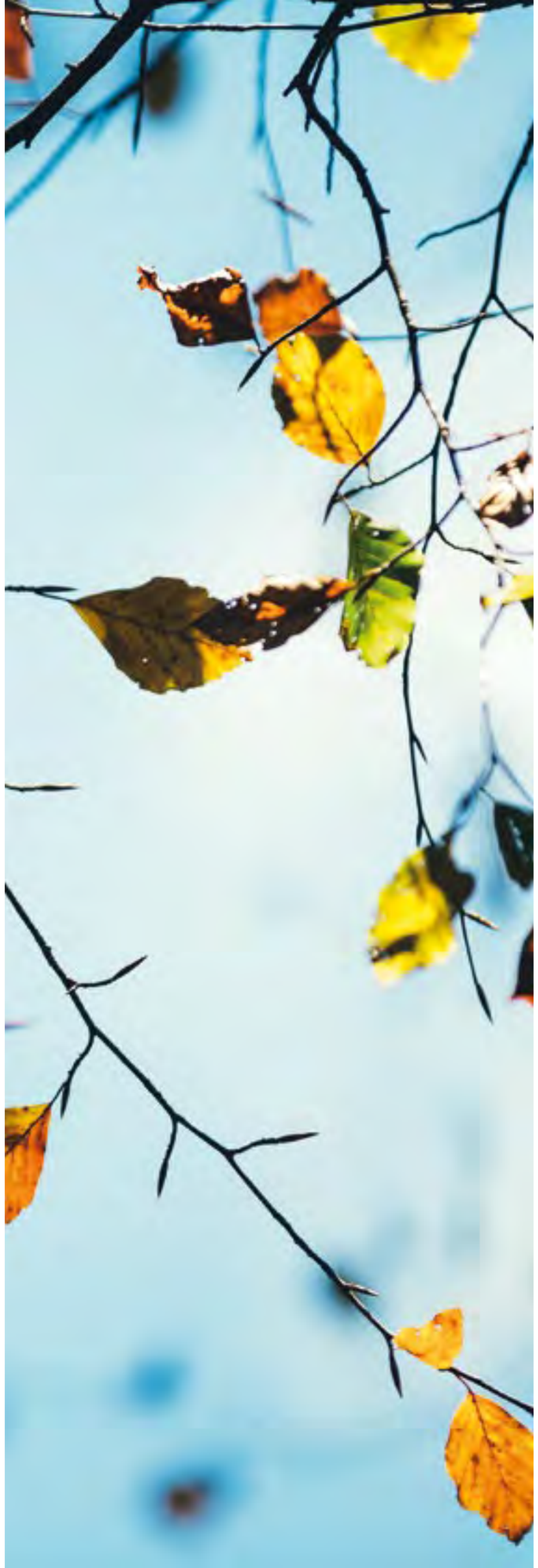
2017 19 OKT — Livemusik mit Herrn Backhaus
15:00 Uhr in der Aula

2017 24 OKT — Mobiler Schuhverkauf
15:00 Uhr

2017 26 OKT — Geburtstagsfeier mit Kuchenbuffet
15:00 Uhr in der Aula

2017 27 OKT — Livemusik mit Frau Schmitz
15:00 Uhr in der Aula

2017 31 OKT — 500 Jahre Reformation
15:00 Uhr in der Aula



November

2017 3 NOV — Livemusik mit Frau Schmitz
15:30 Uhr in der Aula

2017 5 NOV — Martinsmarkt
14:00 – 17:00 Uhr im Hirschkamp

2017 8 NOV — Service für Hörgeräteträger
11:00 – 12:00 Uhr im Friseursalon

2017 8 NOV — Plätzchen backen
in allen Wohnbereichen
15:00 Uhr

2017 10 NOV — Livemusik mit Herrn Funke
15:00 Uhr in der Aula

2017 13 NOV — Sitzung des Bewohner-Beirates
14:00 Uhr, Verwaltung

2017 15 NOV — Waffeln backen
in allen Wohnbereichen
14:30 Uhr

2017 16 NOV — Livemusik mit Herrn Backhaus
15:00 Uhr in der Aula

2017 18 NOV — Livemusik mit Herrn Funke
15:30 Uhr in der Aula

2017 24 NOV — Livemusik mit Frau Schmitz
15:00 Uhr in der Aula

2017 28 NOV — Plätzchen backen
in allen Wohnbereichen
15:00 Uhr

Gute Unterhaltung!

Lachkasten

Auf einem Schulausflug entdeckt Anna einen Igel, den sie von allen Seiten bestaunt. Später findet sie unter einem Kastanienbaum die stacheligen Hüllen der Kastanien. Sie rennt zu ihrem Lehrer und ruft voller Stolz: „Herr Lempel – lauter Igeleier!"

Herbst-Suchsel

Finden Sie die fünf versteckten Wörter?

Blätter · Wind · Drachen
Eicheln · Kastanien

Q	W	E	R	T	Z	U	D	I	K
B	L	Ä	T	T	E	R	R	O	A
Ä	A	S	D	Ö	F	G	A	P	S
H	J	K	L	Y	X	C	C	Ü	T
R	E	W	Q	M	N	B	H	V	A
E	I	C	H	E	L	N	E	S	N
T	Z	U	I	O	P	A	N	D	I
Y	V	Ä	W	R	Z	I	L	F	E
X	B	Q	E	T	U	O	K	Ö	N
C	N	M	W	I	N	D	J	G	H

Quiz-Antworten

A) 1 stimmt! Ein Inhaltsstoff der Herbstzeitlosen kommt aber auch in der Medizin zum Einsatz: Colchicin wird zur Behandlung von Gicht verwendet.

B) Hier ist natürlich 2 richtig. Wer viel draußen ist, wird meist weniger krank.

C) Sie haben's erfasst: 1. Die aromatischen Kollegen können zwar richtig groß werden (zumindest, wenn die Schnecken nicht schneller sind), gelten aber vor allem wegen ihres hohen Vitamin D- und Kalzium-Gehalts als sehr wertvoll für den Menschen im Allgemeinen und für die Knochen im Speziellen.

D) Genau! 2 ist die richtige Antwort.

E) 2 stimmt auch hier: Störche und andere Zugvögel fliegen im Herbst in den Süden – dorthin, wo es warm ist.

F) Ganz klar 3: Bewegung tut zu jeder Jahreszeit gut!

G) 1. der Mais, wird bei uns von August bis Oktober geerntet. Beim Spinat gibt's eine erste Ernte schon im Frühjahr.

H) Auch hier trifft 1 ins Schwarze – oder besser gesagt: ins Grüne ;-)

Gewinnspiel

Gewinnen Sie einen Überraschungspreis! Beantworten Sie einfach die Gewinnspielfrage und geben Sie den ausgefüllten Coupon **bis 15. Oktober 2017** im Sekretariat ab. Gewinner werden aus allen Teilnehmern ausgelost und benachrichtigt.
Der Rechtsweg ist ausgeschlossen.

Wir drücken Ihnen die Daumen!

GEWINNSPIELFRAGE

Welches Lied passt zum Herbst?

- ◯ Im Wald da sind die Räuber
- ◯ Kuckuck ruft's aus dem Wald
- ◯ Bunt sind schon die Wälder

Ihr Name: .....

Wohnbereich: .....

Gewinner der letzten Ausgabe:

Ferdinand Keplinger

Herzlichen Glückwunsch! Sie haben einen Gutschein für das Hirschkamp-Café gewonnen.