# KONTAKT

HAUSZEITSCHRIFT DES SENIOREN-WOHNSTIFTS ST. ELISABETH

34. Jahrgang · Mai bis August 2024

## Rundum gut versorgt

Alles an einem Ort: Warum das Senioren-Wohnstift auf Hausbesuche von Ärzten, Therapeuten, Frisören und anderen Dienstleistern setzt

**FRÜHLING STATT WINTER** · Wie unsere Senioren Ostern verbracht haben

**ARBEIT STATT RENTE** · Wie zwei Frauen auch noch im Rentenalter bei uns arbeiten

**PFLEGE STATT BÜROJOB** · Wie junge Menschen den Pflegeberuf kennenlernen

»Manche warten auf den besonderen Moment im Leben. Andere brühen ihn sich einfach auf.«

kaffeebraun

Im Trauenloh 1 · 63814 Mainaschaff · Telefon (0 60 21) 2 47 78
info@kaffeebraun.com · www.kaffeebraun.com

Nachhaltig & Hygienisch.
**Tubeless Waschraumhygiene.**

Ihr Fachgroßhandel
für Reinigung & Hygiene.

Harema
Effiziente Systeme – Saubere Lösungen

TUBELESS

www.harema.de

firstcom europe

All-in-One Kommunikation
Cloud Telefonie
Telefon- & Internet
Managed-Service
ITK-Service

firstcom europe

+49 6021 4436-1100
www.firstcomeurope.de

## Friseurteam Hahn

Wir sind bemüht, Sie nach unseren **Fertigkeiten** und **Kenntnissen** bestens zu bedienen, und **Ihren Wünschen** stets gerecht zu werden.

Öffnungszeiten im Senioren-Wohnstift St. Elisabeth: **Di, Mi + Fr 9.45 – 18.00 Uhr**.

Wir freuen uns auf Ihren Besuch!

**Walburga Hahn** | 63839 Kleinwallstadt

BRANDSCHUTZ & NACHRICHTENTECHNIK
SCHMITT

Daimlerstraße 6
63768 Hösbach

www.schmitt-brandschutz.com
info@schmitt-brandschutz.com

UNSERE LEISTUNGEN

- Feuerlöscher
- Rauchabzug
- Löschwassertechnik
- Rauchmeldetechnik
- Brandabschottungen
- Feuerwehrausrüstung
- Funk

Architekturbüro
Albert Franz
Goethestraße 16
63846 Laufach
Tel. 06093/9720-0
Fax. 06093/9720-20
www.architekt-franz.de

Gebäudetechnik GmbH
AB

» Brand- und Wasserschadensanierung
» Meisterbetrieb Heizung / Sanitär
» Leckageortung und Reparatur
» Trocknungen aller Art
» Raumausstattung
» Schimmelbeseitigung

Für kompetenter „Alles aus einer Hand"-Partner für Gebäudetechnik, Trocknung und Renovierung!

Am Steinbuckel 1 • 63768 Hösbach
info@ab-gebaeudetechnik.de • Fax: 0 60 21 / 59 95 17

www.ab-gebaeudetechnik.de
0 60 21 / 59 95 13

**Wir lieben unser Handwerk**

Hauptgeschäft: Marienstraße 7, Telefon: 0 60 21 – 9 56 17
Filiale: Christian-Schad-Straße 2, Telefon: 0 60 21 – 45 19 46 00

Stürmers
BÄCKEREI - CAFÉ

*Ihr neuer Bäcker*

## Einen schönen guten Tag,

liebe Bewohnerinnen und Bewohner,
sehr geehrte Angehörige, Unterstützer,
Freunde und Interessierte des Hauses,

ein Senioren-Wohnstift wie das unsere ist nicht allein eine Pflegeeinrichtung. Es ist ein Zuhause, in dem immer jemand da ist – zum Zeitverbringen, zum Reden, zum Miteinanderleben. Und daneben gibt es viele medizinische, therapeutische und andere Dienstleistungen, die von externen Partnern erbracht werden.

Es macht einen großen Unterschied, ob unsere Senioren dafür mühevoll das Haus verlassen müssen oder nicht. Und so möchten wir Danke sagen an die vielen Menschen, die den Bewohnerinnen und Bewohnern des St. Elisabeth mit ihren Besuchen bei uns täglich helfen. Das sind Hausärzte, Fachärzte und Zahnärzte etwa, Physio- und Ergotherapeuten, Logopäden, professionelle und medizinische Fußpfleger, Frisöre, Optiker und viele andere mehr.

In unserem Schwerpunkt auf den Seiten 10 bis 15 lernen Sie einige dieser Menschen kennen. Und Sie erfahren, wie sie unseren Senioren helfen, damit diese möglichst lange ein selbstbestimmtes Leben bei uns im Haus leben können.

Ich wünsche Ihnen wunderbare Frühlings- und Sommertage!

Herzlichst, Ihre

A. Weyrauther

Andrea Weyrauther
Leiterin des Senioren-Wohnstifts St. Elisabeth


4 HAUSNACHRICHTEN

7 DAS WAR · Fasching und Frühlingserwachen

10 SCHWERPUNKT · Rundum gut versorgt – die therapeutischen Partner des Wohnstifts

16 NEUES AUS ST. ELISABETH · Junge und ältere Pflegekräfte, Fundstücke und Kita-Besuche

20 AUSBLICK · Spargelzeit und heiße Jahreszeit

22 PINNWAND

HAUSKAPELLE UND
LIVE-ÜBERTRAGUNGEN

## Gottesdienste im St. Elisabeth

Jeden Donnerstag, um 10:00 Uhr, sind jeweils die Bewohner von zwei Etagen zum Gottesdienst in unsere Hauskapelle eingeladen. Durch diesen Turnus erhalten auch Bewohner, die nicht selbstständig zur Kapelle kommen können, die Möglichkeit, den Gottesdienst in Präsenz zu erleben. Im Wechsel gestalten die Seelsorge-Teams der Pfarreiengemeinschaft »Zum guten Hirten« und der evangelischen Christuskirche die Gottesdienste, die auch übertragen werden und an den Fernsehgeräten mitverfolgt werden können.

ANDACHTEN

## Gedenken und Glocken

Mit Liedern und Gebeten wurden in der Fasten- und Osterzeit wieder in allen Etagen Andachten gefeiert. Neben dem Gedenken an das Sterben und die Auferstehung Jesu ging es auch um das damit verbundene Brauchtum, zum Beispiel die Glocken, die nach Rom fliegen, oder das Osterwasser.

SITZTANZGRUPPE MIT MARGARETE HANSEN

## Eine Zeitlang über Zeit sprechen

Eins, zwei, drei, im Sauseschritt – eilt die Zeit, und wir eilen mit! Margarete Hansen berichtet aus der Sitztanzgruppe über das Thema Zeit. »Beeindruckt waren die teilnehmenden Seniorinnen und Senioren von der Kirchturmuhr in Wetzlar, die statt der zwölf Ziffern auf dem Ziffernblatt nur die Wörter Zeit ist Gnade darstellt. Da bot sich natürlich ein interessantes Gespräch mit vielfältigen Interpretationen an! Insgesamt was das eine sehr gelungene Stunde in dem erlesenen, immer sehr dankbaren Seniorenkreis!«

NACHHALTIGE ENERGIEVERSORGUNG

## Solarmodule auf der Dachterrasse

Seit Februar 2024 hat das Wohnstift auf der Dachterrasse eine Photovoltaikanlage. 60 Solarmodule produzieren nun jährlich 23.000 Kilowattstunden, das entspricht ungefähr dem Bedarf eines Einfamilienhauses. Der Strom wird nicht gespeichert, sondern direkt verbraucht. Das St. Elisabeth hat einen jährlichen Verbrauch von 550.000 Kilowattstunden. Davon werden aber über ein Drittel klimaschonend durch unser Blockheizkraftwerk produziert. Für die Zukunft planen wir noch weitere Solarmodule.

OSTERAKTION

## Schülerbriefe für Bewohner

Eine gute Idee hatte Franziska Bergmann, Deutschlehrerin an der Privaten Schule Krauß. Zu Ostern schrieben die Schüler der 5. Klasse Briefe an die Bewohner des Wohnstifts. Rosamunde Schug vom Heimbeirat nahm die Post entgegen und bedankte sich im Namen aller für diese schöne Überraschung!

HUND IM DIENST

## Leo zeigt vollen Einsatz

Wenn Ornella Colos-Cretu, eine unserer Auszubildenden zur Pflegefachfrau, ihren Hund Leo mitbringt, freuen sich die Bewohnerinnen und Bewohner in der 4. Etage. Zwergspitz Leo wird freudig begrüßt und gestreichelt – und wir haben ihn auch schon mal in Rollatoren gesichtet.

FRAUENTAG

## Bunte Rosen als Dankeschön

Am 8. März, dem Weltfrauentag, erhielten die Mitarbeiterinnen des Senioren-Wohnstifts Rosen als Anerkennung für ihre Arbeit.

MITARBEITER

## Neue Mitarbeiter und Jubiläum

### Maria Dori

**NEUE MITARBEITERIN**

Maria Dori unterstützt das Küchenteam als hauswirtschaftliche Assistentin.

### Bozidarka Munjiza

**NEUE MITARBEITERIN**

Im Pflegewohnbereich 3 arbeitet die Pflegefachhelferin Bozidarka Munjiza.

### Teresa Steigerwald

**10-JÄHRIGES JUBILÄUM**

Seit 10 Jahren ist Teresa Steigerwald als examinierte Altenpflegerin im Pflegewohnbereich 2 beschäftigt.

MOTTO DER CARITAS 2024

## Frieden beginnt bei mir

An das Motto der Caritas-Kampagne 2024 erinnern im Wohnstift Aufkleber auf verschiedenen Spiegeln. Damit möchten wir jeden persönlich auffordern, in seinem Umfeld Frieden zu stiften – auch wenn es nicht immer einfach ist, im Frieden mit sich und seinen Mitmenschen zu leben.

**Frieden ist möglich**

Frieden ist mühsam;
Frieden ist anstrengend;
Frieden ist Arbeit an sich selbst;
Frieden ist Arbeit für die anderen;
Frieden ist Entgegenkommen;
Frieden ist Kompromiss
Frieden ist Rücksichtnahme;
Frieden ist Ehrlichkeit;
Frieden ist Vertrauen;
Frieden ist Verzeihen;
Frieden ist Versöhnung;
Frieden ist Vergessenkönnen;
Frieden ist Gutes Wollen;
Frieden ist Wohl-Wollen;
Frieden ist notwendig;
Frieden ist erstrebenswert;
Frieden ist Sehnsucht nach Harmonie;
Frieden ist das A und O
jedes menschlichen Zusammenlebens.

Adalbert Ludwig Balling

Dieses Unternehmen unterstützt KONTAKT

[Ihr Logo]

Hier könnte Ihre Anzeige stehen.
Mit einer Spende von 400 Euro unterstützen Sie ein Jahr lang die Hauszeitschrift des Senioren-Wohnstifts St. Elisabeth.
Bitte wenden Sie sich an Andrea Weyrauther, Telefon (06021) 355-969.

FRISCHE FRÜHLINGSLUFT

## Magnolienblüte

Endlich raus an die frische Luft! Die sonnigen Frühlingstage nutzten viele Bewohner, um mit ihren Angehörigen oder den Betreuungskräften schöne Spaziergänge in die Natur zu unternehmen. Besonders die Magnolienblüte im Schöntal war wieder ein Anziehungspunkt.

OSTERZEIT

## Frühlingshafte Deko

Zur Osterzeit wurde im Wohnstift alles erfrischend frühlingshaft dekoriert. In den Wohnwelten wurde österlicher Schmuck für die Zimmertüren gebastelt und Ostergras ausgesät.

BIBELGESCHICHTE

## Esel für Kinder

Beim Kindergarten-Besuch beschäftigten sich Kinder und Senioren im Erdgeschoss mit der biblischen Geschichte von Jesu Einzug in Jerusalem. Im Anschluss banden alle gemeinsam schöne Palmensträußchen. Die Senioren hatten zusammen mit »Bufdi« Alina Jeschke für die Kinder kleine Eselchen zum Mitgeben gebastelt.

KRÄUTERBEET

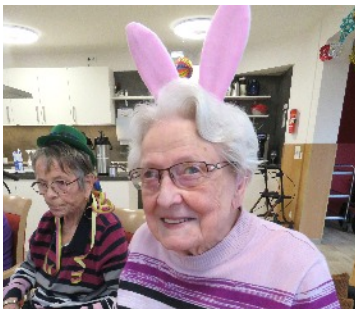
## Riechen und gießen

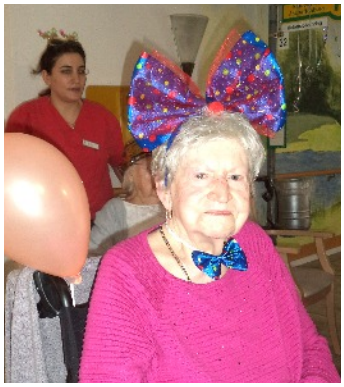
Das Kräuterbeet im Garten ist wieder mit frischen Kräutern bepflanzt. Es gibt Schnittlauch, Petersilie, Rosmarin und mehr: Hier dürfen Sie riechen und fühlen und bei Bedarf auch gern gießen.

ST. ELISABETH HELAU!

## Kreppel, RuckiZucki und Polonaise

Am Rosenmontag wurde im Senioren-Wohnstift in allen Wohnbereichen fröhlich gefeiert. Bewohner und Mitarbeitende waren fantasievoll verkleidet, manch einen erkannte man erst bei genauerem Hinsehen. Die Räume waren bunt geschmückt und natürlich war auch für das leibliche Wohl bestens gesorgt: Es gab Kreppel und allerlei Knabbereien. Zum Abendessen wurden in den Wohnküchen Flammkuchentoasts zubereitet.
Überall wurde gesungen und geschunkelt und sogar hier und da das Tanzbein geschwungen. Bei Klassikern wie »RuckiZucki« oder dem »Fliegerlied« tanzten schließlich alle fröhlich mit.
Im Erdgeschoss sorgte Guido Kalter mit seiner Gitarre für ausgelassene Stimmung. In der 3. Etage machte sich sogar eine Polonaise auf den Weg. Lustige Vorträge, Witze und Scherzfragen rundeten das Nachmittagsprogramm ab. »Das war ein schöner Tag!«, waren sich alle einig. Vielen Dank an alle Mitwirkenden!





# Rundum gut versorgt

Die Pflege und Betreuung der uns anvertrauten Menschen ist unsere Kernaufgabe. Darüber hinaus besuchen uns regelmäßig verschiedene Ärzte, Therapeuten und Dienstleister für eine umfassende Versorgung direkt vor Ort.

Wer pflegebedürftig und dadurch in seiner Mobilität eingeschränkt ist, braucht im St. Elisabeth nicht auf Behandlungen und Service zu verzichten. Das trägt wesentlich zur Verbesserung der Lebensfreude und des Wohlbefindens bei. Auch die Pflegenden schätzen die gute Zusammenarbeit und profitieren vom professionellen Austausch, denn jede Berufsgruppe bringt ihren eigenen Blick auf die Menschen mit sich.

**Physiotherapie: Bewegung und Mobilität**

Physiotherapie, früher hieß es Krankengymnastik, trainiert die Beweglichkeit und Mobilität und setzt verschiedene Methoden ein, um Schmerzen zu behandeln. Die Anwendungsgebiete sind sehr vielfältig, zum Beispiel die Verbesserung der Beweglichkeit nach einem Unfall oder einem Schlaganfall, Sturzvorbeugung, Muskelaufbau oder die Vermeidung von Kontrakturen bei Bettlägerigen. Bei vielen hochbetagten Menschen gibt es gute Gründe für den behandelnden Arzt, Physiotherapie zu verordnen.

Juliane op de Hipt und Tobias Geißhirt von der Praxis für Krankengymnastik Christine Schwarz behandeln ungefähr 50 Patienten im St. Elisabeth. Juliane op de Hipt ist von Montag bis Freitag täglich für Bewegungsübungen und Massagen vor Ort. Ihr Kollege Tobias Geißhirt führt überwiegend Lymphdrainagen durch. Das ist eine medizinische Massage, die körpereigene Wassereinlagerungen mit sanftem Druck abträgt.

Die Behandlung stimmen die Therapeuten individuell auf die Bedürfnisse ihrer Patienten ab. »Ich möchte so gern zum Geburtstag meiner Enkelin, aber dafür muss ich 17 Treppenstufen steigen!« Die Bewohnerin ist sich zunächst nicht sicher, ob sie es schaffen kann. Sie freut sich, dass die Physiotherapeutin gezielt mit ihr übt. Das gibt Selbstvertrauen. Sie weiß jetzt, dass sie die Treppe mit Halt am Geländer hoch- und auch wieder – am sichersten rückwärts – hinuntergehen kann. Wenn es ihr gesundheitlich gut geht, kann sie mit ihrer Enkelin feiern und so an ihrem Leben teilhaben.

Die Therapeuten kennen sich auch mit den Hilfsmitteln aus. »Nach meinem Schlaganfall haben sie mir einen Rollator beschafft, der links die Bremsen für beide Seiten hat. Den kann ich trotz meiner Lähmung bedienen«, berichtet eine Bewohnerin. Viele Bewohner wünschen sich vor allem mehr Sicherheit beim Laufen. Das ermöglicht ihnen Selbstständigkeit unter anderem beim Gang zur Toilette. Die Physiotherapeuten üben das Gehen am Rollator, schulen Gleichgewicht und Körperhaltung sowie das sichere Aufstehen vom Stuhl.

PHYSIOTHERAPIE

## Für ein gutes und sicheres Körpergefühl

**Was?**
Schmerzen lindern, Stürze vorbeugen, Wassereinlagerungen abtragen

**Wann?**
Bis zu 3-mal wöchentlich für 15 bis 45 min

**Beitrag zur Lebensfreude**
»Ich kann wieder sicher allein aufstehen!«

ERGOTHERAPIE

# Für mehr Selbstständigkeit im Alltag

**Was?**
Hirnleistung trainieren, Feinmotorik verbessern, Alltag erleichtern

**Wann?**
Nach Verordnung, etwa 30 min

**Beitrag zur Lebensfreude**
»Ich kann mir wieder die Schuhe binden!«

Sie erklären auch den Umgang mit Geräten. »Ich übe täglich dreimal«, erklärt ein Bewohner. Nach seiner Schulterverletzung erhielt er von seiner Krankenkasse eine Bewegungsschiene, die das Gelenk durch passives Bewegen mobilisiert. Die Physiotherapeutin hat ihm gezeigt, wie er den Stuhl bedienen muss. Auch das »Motomed«, das in allen Etagen zur Verfügung steht, wird von den Physiotherapeuten zur Therapie eingesetzt und kann nach einer Einweisung selbstständig zum Üben genutzt werden.

**Ergotherapie: Selbstständigkeit im Alltag**
Simona Glas, Ergotherapeutin vom Autonomen Therapiezentrum Aschaffenburg, behandelt eine Bewohnerin, die durch einen Schlaganfall linksseitig gelähmt ist. Sie legt bei ihrer Patientin den Fokus auf die Mobilisierung der gelähmten Hand. Durch gezieltes passives Durchbewegen wird die Hand gelockert, Verspannungsschmerzen gelindert und einer Spastik vorgebeugt. Die Patientin freut sich immer auf die Hausbesuche: »Das tut mir gut!« Da auch in der Ergotherapie die Beweglichkeit vor allem der Feinmotorik trainiert wird, gibt es Überschneidungen zur Physiotherapie.
Die Ergotherapie sucht ganzheitlich nach individuellen Maßnahmen, die den Alltag erleichtern und die Selbstständigkeit fördern. »Je nach Verordnung bieten wir Hirnleistungstraining, neuromotorische Übungen oder Training von Aktivitäten des Alltags an«, erklärt Ergotherapeutin Jana Ruffino von der Praxis ergovita.
»Meine Finger sind so steif«, klagt ihre Patientin. Gezielte Fingerübungen für Kraft und Beweglichkeit helfen ihr im Alltag zum Beispiel beim Knöpfen einer Bluse oder beim Schuhe binden. »Ich hatte von Kindheit an gesundheitliche Probleme«, erzählt die Patientin. »Darum habe ich gelernt, dass man immer dranbleiben muss.« Ergotherapeuten haben das Umfeld im Blick und schulen den Umgang mit Hilfs- und Heilmitteln, zum Beispiel den Einsatz spezieller Griffe, Becher und Besteck zum selbstständigen Essen. Aber auch Koordination, Konzentration und Gedächtnis werden durch Ergotherapeuten gefördert.

**Logopädie: Sprache als Schlüssel zur Kommunikation**
Logopädie hilft Menschen mit Stimm-, Sprech-, Sprach- oder Schluckstörungen. Besonders nach einem Schlaganfall kommt es häufig zu einer Aphasie. Das heißt, Sprechen, Verstehen, Lesen und Schreiben sind beeinträchtigt und können durch Logopädie wieder verbessert werden. Das Senioren-Wohnstift ko-

operiert schon seit 2012 mit der Schule für Logopädie an der IB-Medizinischen Akademie Aschaffenburg. Jeden Freitag behandeln angehende Logopäden in Begleitung ihrer Dozenten Bewohner, die durch Erkrankungen wie Schlaganfall, Multiple Sklerose oder Morbus Parkinson in ihrer Kommunikationsfähigkeit eingeschränkt sind. Die Bewohner benötigen eine ärztliche Verordnung, die den logopädischen Bedarf bestätigt, müssen aber keine Zuzahlung leisten.
Erik Ginzburg und Joshua Nti Mensah sind im dritten Ausbildungsjahr und stehen kurz vor ihrem Abschluss. Während Erik Ginzburg die Therapie durchführt, beobachtet und protokolliert sein Mitschüler sein Vorgehen. Zuvor haben sie den Ablauf gemeinsam besprochen. Am Ende steht eine Reflexion mit der Lehrkraft.
Während ihrer Ausbildung führen sie nicht nur angeleitete Therapien im St. Elisabeth durch, sondern behandeln auch Patienten der Stroke Unit im Klinikum, also direkt nach einem Schlaganfall.
Heute möchten die angehenden Logopäden anhand einer Sprechdiagnostik feststellen, inwieweit das Sprachverstehen ihrer Patientin durch den Schlaganfall beeinträchtigt ist. Der angehende Therapeut lässt seiner Patientin Zeit, die Wörter zu finden, fragt nach und regt zum Sprechen an. »Was haben Sie in den letzten Tagen erlebt?« Die Patientin überlegt nur kurz: »Ich war mit meinem Sohn im Park. Das war sehr schön.«
Auch spielerische Elemente fließen in die abwechslungsreiche Therapieeinheit ein. Zum Schluss erhält die Patientin noch einen »Wochenauftrag«, eine Übung, die bis zum nächsten Besuch bearbeitet werden kann. Sprache ist unser wichtigstes Kommunikationsmittel, darum trägt Sprachförderung auch bei Senioren entscheidend zum Wohlbefinden bei.
Logopäden arbeiten im Wohnstift außerdem mit Patienten, die unter Schluckstörungen leiden. Sie trainieren schluckrelevante Muskeln und zeigen bestimmte Kopfhaltungen, damit beim Essen keine Speisen in die Luftröhre gelangen.

**Professionelle und medizinische Fußpflege:**
**Entspannte Füße sind eine Wohltat**
Füße verändern sich mit zunehmendem Alter. Wenn sich viel Hornhaut bildet, die Nägel dicker werden und man mit herkömmlichen Scheren nicht mehr weiterkommt, wird es Zeit für professionelle Fußpflege. Mehrere Fußpflegerinnen sind für ihre Kunden im Wohnstift da. Sie bieten auch Fußbäder, Fußmassagen und das Lackieren der Zehennägel an.

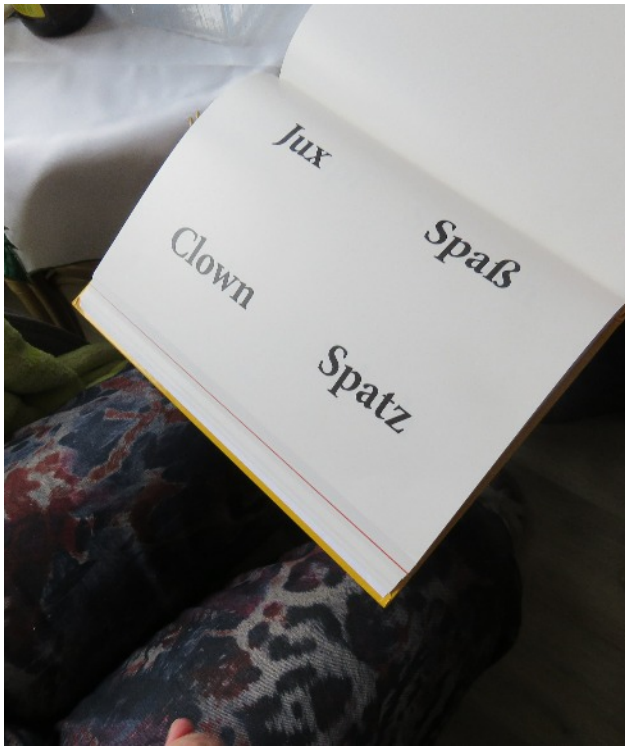
LOGOPÄDIE

## Für eine bessere Kommunikationsfähigkeit

**Was?**
Beeinträchtigungen beim Sprechen, Verstehen und Schlucken abbauen

**Wann?**
Nach Bedarf, 1-2 mal pro Woche

**Beitrag zur Lebensfreude**
»Ich kann mich wieder gut verständigen!«



FUSSPFLEGE

## Für gesunde und entspannte Füße

**Was?**
Nervensystem prüfen, Füße medizinisch pflegen, massieren und baden, Fußnägel schneiden und lackieren

**Wann?**
Podologie und professionelle Fußpflege normalerweise alle 4-6 Wochen

**Beitrag zur Lebensfreude**
»Ich habe wieder schöne Füße!«

Neuropathie ist eine Folgeerkrankung von Diabetes, die sich durch Kribbeln, Brennen und Taubheitsgefühle in den Füßen äußert und eine medizinische Fußpflege durch einen Podologen notwendig macht. Podologie ist ein medizinischer Heilberuf mit einer zweijährigen Ausbildung an einer Berufsfachschule und einer staatlichen Abschlussprüfung. Podologen haben eine Kassenzulassung, sodass medizinisch notwendige Fußpflege über eine ärztliche Verordnung abgerechnet werden kann. Die podologische Fußpflege wird alle fünf Wochen durchgeführt.
Podologe Klaus Imhöfer ist an zwei Terminen im Monat im St. Elisabeth tätig. Mit verschiedenen Tests untersucht er, inwieweit die Nervensysteme im Fuß geschädigt sind. »Ich merke, wie es im Fuß vibriert«, sagt die Patientin beim sogenannten Stimmgabeltest, der das innere Nervensystem prüft. Mit dem TipTherm, einem Wärmetest mit Metall und Kunststoff (Was fühlt sich wärmer an?), und dem Monofilament, einem Nadeltest (Spürt der Patient den »Pieks«?), erkennt er, wie die äußeren Nervensysteme reagieren. Dann untersucht er den Zustand von Nägeln und Haut, bevor er mit der eigentlichen Fußpflege beginnt.
Physiotherapie, Ergotherapie, Logopädie und Podologie sind Heilmittel und werden vom Arzt verordnet. Der Patient muss in der Regel eine Zuzahlung sowie eine Verordnungsgebühr entrichten.

**Zahnarzt auf Rädern: Gesunde Zähne haben positive Auswirkungen auf den Gesundheitszustand**
Während die Hausärzte zur Visite ins Wohnstift kommen, finden Facharzttermine normalerweise in der Praxis statt – für ältere Menschen ist das eine Herausforderung. Das Praxisteam für ganzheitliche Mundheilkunde und Alterszahnmedizin von Dr. Volkmar Göbel in Gössenheim kommt regelmäßig in unser Wohnstift. Möglich macht das ein mobiles Konzept für eine zahnärztliche Behandlung von Menschen, die keine Zahnarztpraxis aufsuchen können.
Zur tragbaren Ausrüstung gehören unter anderem eine Absauganlage, ein Ultraschallgerät und ein mobiles Röntgengerät. Dr. Hedda Franz vom Praxisteam ist an zwei Tagen in der Woche mobil unterwegs, unter anderem donnerstags im Senioren-Wohnstift St. Elisabeth, wo sie alle notwendigen Untersuchungen und Behandlungen durchführt. Das können Zahnreinigungen sein oder Parodontose-Behandlungen, Füllungen, Kronen, Unterfütterungen von Prothesen, Zahnziehen oder das Anfertigen von Prothesen.

Die Behandlung wird entweder auf einem normalen Stuhl, oft aber auch im Pflegebett durchgeführt, das sich in die gewünschte Position bringen lässt. »Es fühlt sich anders an, so ungewohnt«, stellt eine Patientin bei der Anpassung der neuen Prothese fest. Dr. Hedda Franz erklärt, dass der Biss jetzt wieder besser aufeinanderpasst und das Kauen nun wieder einfacher ist. Auch der Blick in den Spiegel lässt die Patientin zufrieden lächeln. Vier Termine waren bis zur fertigen Prothese notwendig. Für die Patientin, die auf den Rollstuhl angewiesen ist, wäre die neue Zahnprothese ohne den Zahnarzt auf Rädern mit vielen Unwegsamkeiten verbunden gewesen. Seit 2018 hat das Senioren-Wohnstift Kooperationsverträge mit der Praxis Dr. Göbel sowie mit der Zahnarztpraxis Traian Popa.

**Frisör: Mit einer schönen Frisur fühlt man sich wohl**
Burgl Hahn betreibt schon seit über 38 Jahren den Frisörsalon im Wohnstift. Dabei muss sie auch auf die Besonderheiten der Menschen im Wohnstift eingehen. Es gibt beispielsweise demenzkranke Bewohner, die unruhig sind und auch beim Haareschneiden nicht stillsitzen können. »Da braucht man schon Geduld und Einfühlungsvermögen und eine ruhige Hand«.
Die meisten Kundinnen und Kunden genießen aber den Frisörbesuch und freuen sich, wenn sie frisch gestylt den Salon verlassen. Es gibt sogar Kundinnen, die wöchentlich zum Waschen und Legen kommen und sich damit etwas Gutes gönnen. Dauerwellen sind mittlerweile bei den Seniorinnen aus der Mode gekommen, während sich andererseits immer mehr Kundinnen farbige Akzente für ihre Frisur wünschen.

**Und wer kommt noch?**
Es gibt noch weitere Anbieter, die das Wohnstift besuchen. So findet ein- bis zweimal jährlich ein Kleiderverkauf für seniorengerechte Kleidung statt. Ebenso gibt es die Möglichkeit, Schuhe zu kaufen. Auch ein Augenoptiker kommt regelmäßig, führt Sehtests durch und berät, wenn es um eine neue Brille geht.
Wohnstiftsleiterin Andrea Weyrauther freut sich über die gute Zusammenarbeit: »Wir sind Experten für die Pflege. Ärzte und Therapeuten stellen eine umfassende, barrierefreie Versorgung im medizinischen und therapeutischen Bereich in unserem Haus sicher. Dienstleister bereichern durch ihr Angebot die Möglichkeiten der Bewohner, sich vor Ort zu versorgen. Wir sind sehr froh darüber. Kommen Sie gern auf uns zu, wenn Sie Wünsche und Anregungen haben!«

ZAHNARZT

## Für mehr Zahngesundheit

**Was?**
Prothesen anfertigen, Zähne reinigen und Parodontose behandeln

**Wann?**
Regelmäßig donnerstags

**Beitrag zur Lebensfreude**
»Ich habe wieder Freude am Essen!«

FRISÖR

## Für schönere Haare

**Was?**
Haare waschen, schneiden, fönen, färben

**Wann?**
Di, Mi, Fr, 9:45 bis 18:00 Uhr

**Beitrag zur Lebensfreude**
»Ich fühle mich wieder schön!«

# Gesucht: Junge Leute für die Pflege

**Der Pflegeberuf ist unattraktiv für Berufseinsteiger? Das sehen wir anders! Das Wohnstift informiert regelmäßig junge Menschen über die neuen Ausbildungen, die wertvolle Arbeit, die gute Bezahlung. Und bietet interessante Möglichkeiten, die berufliche Erfüllung in der Pflege zu finden.**

### Pflegecamp

Einen umfassenden Überblick über Ausbildung und Einsatzmöglichkeiten erhielten die 22 Teilnehmenden des Pflege-Camps, das vom 12. bis 16. Februar 2024 stattfand. Zum zweiten Mal organisierte der Ausbildungsverbund Pflege Aschaffenburg in Zusammenarbeit mit der »Gesundheitsregion plus« von Stadt und Landkreis Aschaffenburg diese Praktikumswoche.
Interessierte Jugendliche ab 15 Jahren, aber auch Quereinsteiger hatten die Möglichkeit, in die Arbeit im Klinikum, im Pflegeheim und in der ambulanten Pflege hinein zu schnuppern. Außerdem stellten sich die Pflegeschulen der Hans Weinberger Akademie und des Klinikums Aschaffenburg-Alzenau vor und informierten über Ausbildungs- und Karrierechancen.

NEUE MÖGLICHKEITEN SCHAFFEN
Alle am Pflege-Camp beteiligten Einrichtungen tauschten sich darüber aus, wie der Pflegeberuf attraktiver für junge Menschen werden kann.

Im St. Elisabeth hospitierten zwei Schülerinnen des Kronberg-Gymnasiums, die die Faschingsferien für die Teilnahme am Pflege-Camp nutzten. Ein anderer Teilnehmer, der sich als Quereinsteiger im Wohnstift informierte, berichtete: »Es war für mich eine ungewöhnliche Erfahrung, einem fremden Mann beim Rasieren zu helfen.« Nach der positiven Bilanz aller Beteiligten beginnt nun die Planung der dritten Auflage des Pflege-Camps vom 3. bis 7. März 2025.

### Ausbildungsmesse

Am 5. März 2024 beteiligte sich das Wohnstift zusammen mit 25 weiteren Betrieben an der Berufsmesse der Brentano-Mittelschule. 250 Schüler der 7. bis 10. Klassen informierten sich über Ausbildungs- und Praktikumsmöglichkeiten. Pflegedirektorin Ulrike Westermann und Ausbildungsbeauftragte Sybille Zink führten Workshops mit praktischen Übungen durch und standen für Fragen zur Verfügung.

### Tag der 8samkeit

Am 29. Februar 2024 besuchten vier Schülerinnen und Schüler der 8. Jahrgangsstufe des Kronberg Gymnasiums im Rahmen des »Tages der 8samkeit« das Wohnstift. Ihr Auftrag war es, Menschen, die auf Hilfe angewiesen sind, zu unterstützen. »Es ist durchaus erwünscht, dass die Komfortzone auch mal verlassen wird«, lautete die Aufgabe. Die jungen Leute begleiteten Bewohner auf dem Weg zum Gottesdienst in die Hauskapelle, unternahmen Spaziergänge im Park und nahmen am Alltagsgeschehen in den Wohnwelten teil. Es ist wichtig, dass junge Menschen ihre Hemmschwelle überwinden und die Arbeit in einem Pflegeheim kennenlernen. Auch wenn die Berufswahl später in eine andere Richtung geht, bleiben bereichernde Erfahrungen und interessante Begegnungen mit hochbetagten Menschen.

**Interesse an einer Pflegeausbildung?**
Wir suchen immer coole Pflege-Azubis! Besuche unsere Website und erfahre, warum sich eine Pflegeausbildung bei uns im Wohnstift lohnt!

# Gefunden: Ältere Leute für die Pflege

**Auch nach Erreichen des Rentenalters weiterarbeiten? Für viele ist das unvorstellbar. Dass dies aber sogar im Pflegeberuf möglich ist, zeigen Mitarbeiterinnen bei uns im Wohnstift. Denn es gibt gute Gründe, auch im Rentenalter einer sinnstiftenden Tätigkeit nachzugehen.**

Die Zahl der Pflegebedürftigen in Deutschland wird bis zum Jahr 2030 auf 5 Millionen ansteigen. Gleichzeitig gehen im nächsten Jahrzehnt eine halbe Million Pflegefachkräfte in Rente. Um die Versorgung dennoch sicherzustellen, sind kreative Maßnahmen nötig. Warum nicht im Rentenalter in der Pflege arbeiten?

### Gute Gründe, länger im Beruf zu bleiben

Um Fachkräfte länger im Beruf zu halten, gibt es seit Januar 2023 in der Rentengesetzgebung flexiblere Regelungen für den Übergang vom Erwerbsleben in den Ruhestand. Neben den finanziellen Vorteilen erleben es Mitarbeiter im Rentenalter als positiv, dass sie einer sinnstiftenden Tätigkeit nachgehen und langjährige soziale Kontakte weiterführen können. Im Team sind sie wegen ihrer beruflichen Erfahrung und ihrem Wissen über die Abläufe in der Einrichtung hoch geschätzt. Für Bewohner sind sie langjährige Vertrauenspersonen.

Länger arbeiten – diese Option lässt sich nur verwirklichen, wenn man gesund ist, Freude am Beruf hat und sich genug Freiräume zur Regeneration und Erholung schaffen kann. Wie das geht? Hier zwei Beispiele aus unserem Wohnstift:

### Ursula Bienia: Nachtdienst

Ursula Bienia arbeitet seit 1997 als examinierte Altenpflegerin im Wohnstift. Sie erreichte 2020 ihr Rentenalter, arbeitet jedoch in Teilzeit weiterhin im Nachtdienst in der 3. Etage. Für sie stand von Anfang an fest, nahtlos weiterzuarbeiten. Denn sie ist gern unter Menschen. Im Nachtdienst bringen ihr die Senioren viel Dankbarkeit entgegen. Daher mag sie ihre Arbeit sehr und wird, so lange es gesundheitlich geht, weitermachen. Ihr Mann weiß, dass sie die Arbeit ausfüllt und steht voll hinter ihr.

Dankbar ist sie für Hilfen wie den Hebelifter. Am wichtigsten aber sind die Menschen: Wenn es in der Nacht einen Notfall gibt, helfen die Kollegen von den anderen Etagen. Ursula Bienia arbeitet zehn Nächte im Monat, meistens einige Nächte hintereinander. Nach dem Nachtdienst schläft sie, und hat damit keine Probleme. Schließlich ist sie schon seit 15 Jahren im Nachtdienst!

ZWEI ENERGIEGELADENE FRAUEN
Ursula Bienia und Olga Keller arbeiten auch nach dem Eintritt in die Rente im Senioren-Wohnstift weiter.

### Olga Keller: Pflegewohnbereich 4

Olga Keller arbeitet seit 2003 im Wohnstift. Die gelernte Kinderpflegerin trat zwar 2023 ihre Rente an, arbeitet aber weiterhin mit reduzierter Stundenzahl in Teilzeit. Pflegetätigkeiten verrichtet sie aus gesundheitlichen Gründen nicht mehr. Dafür bereitet sie jetzt in der Wohnküche das Frühstück oder das Abendessen für die Bewohner zu.

Olga Keller blieb im Wohnstift, weil sie nicht von einem Tag auf den anderen aufhören wollte. Es tut ihr gut, als geselliger Mensch mit Bewohnern und Kollegen zusammen zu sein. Sie empfindet das als Pflege für ihre Seele. Und natürlich spielt auch das Finanzielle eine Rolle.

# Besondere Fundstücke

## Teil 18: Holzschnitzereien

**Im Wohnstift findet man sie quasi überall: Skulpturen und Schnitzereien aus Holz. Während Dekoration heute oftmals im Möbelhaus gekauft wird, wurden handgeschnitzte Figuren aus Holz in früheren Jahren besonders geschätzt.**

In der Ausbildung zum Holzbildhauer erwerben die Azubis praktische und theoretische Kenntnisse von diesem Handwerk. Für eine Skulptur wird zunächst eine Skizze erstellt und anschließend ein kleineres Modell in Ton, Gips oder Holz gefertigt. Dann wird das passende Holz ausgesucht. Für große Skulpturen, die im Freien stehen, bietet sich Eichenholz an, weil es sehr hart und widerstandsfähig ist. Aber auch Ahorn, Linde oder Zirbe eignen sich zur Holzbildhauerei. Neben den handwerklichen Kenntnissen braucht der Holzbildhauer auch viel Kreativität und Fantasie, um einzigartige Figuren herzustellen.

### Werkzeug: Erst grob dann fein

Zu Beginn benötigt der Holzbildhauer schweres Gerät, eine Kettensäge etwa oder eine Axt. Mit Hammer und Meißel, Schlägel, Stemmeisen und Stechbeitel werden dann die Konturen zunächst grob herausgearbeitet. Das Werkzeug wird mit jedem Arbeitsschritt feiner. Zuletzt wird mit Raspeln, Feilen und Schleifpapier geglättet. Die fertige Skulptur wird gewachst, gebeizt, lasiert oder lackiert.

### Material: Holz lebt

Holz ist ein natürlicher, lebender Werkstoff, der bei gleichmäßiger Temperatur und Feuchtigkeit gelagert werden muss. Die Jahresringe verraten das Alter des Baumes. Viele Jahre und Jahrzehnte vergehen, bis ein Baum gefällt und verarbeitet wird. Daher behandelt ein Holzbildhauer seinen Werkstoff mit Respekt.

### Lange Tradition

Holzbildhauerei ist eine alte Kunst. Im Mittelalter wurden überwiegend Werke mit religiösem Inhalt geschaffen, zum Beispiel Marien- und Heiligenstatuen. Holzbildhauer findet man vor allem in Gebieten, wo es viel Wald gibt. Besonders bekannt sind die »Herrgottschnitzer« aus Oberammergau und Umgebung.

**HEILIGE ELISABETH**
Im Wohnstift gibt es mehrere Darstellungen unserer Namenspatronin.

**MUTTER GOTTES**
Bewohnerin Elfriede Wilz erhielt die Madonna zu ihrem 50. Geburtstag.

**FRAU MIT LEUTNANT**
Im Fenster von Bewohnerin Margaret Peters finden sich Skulpturen des Aschaffenburger Künstlers Wolfgang Aulbach.

**BERGSTEIGER**
Bewohnerin Doris Englert kaufte das Werk in einem Urlaub in Oberammergau.

# Kinder bringen Freude ins Wohnstift

**Das Senioren-Wohnstift St. Elisabeth kooperiert mit verschiedenen Kindertagesstätten. So bringen wir Jung und Alt zusammen und schaffen unvergessliche Erlebnisse. Hier ein paar Beispiele.**

**Gepflegte Nachbarschaft:**
**Kindertagesstätte Herz Jesu**

»Hallihallo, schön, dass du da bist«, singen wir zur Begrüßung und winken uns zu. Einmal im Monat besuchen Kinder der Kindertagesstätte Herz Jesu die Bewohner im Erdgeschoss des Wohnstifts. Schon vor der Coronazeit gab es das Generationenprojekt, das seit einigen Monaten wieder angelaufen ist. Begleitet wird es von Angelika Pokorny, Sprachkita-Fachkraft in der Kita Herz Jesu und im Wohnstift von Sozialpädagogin Petra Götzinger und den ehrenamtlichen Mitarbeiterinnen Maria Benad und Angelika Wengerter.
Gemeinsam wird gesungen, eine Geschichte erzählt und ein kleiner Snack eingenommen. Ein Ereignis, das sich keiner der Bewohner nehmen lässt. Wie schön, dass der direkte Übergang vom Kindergarten zum Garten des Wohnstifts endlich wieder genutzt wird! Vielleicht können wir die Nachbarschaft ja in den kommenden Sommermonaten noch weiter vertiefen und uns draußen gegenseitig besuchen.

**Amtswichtel: Begegnung mit den ganz Kleinen**

Zum zweiten Mal, pünktlich zum Frühlingsanfang am 20. März, kamen die Krippenkinder »Amtswichtel« mit ihren Erzieherinnen, um den Bewohnern in der dritten Etage eine Freude zu bereiten. Besonderen Spaß hatten Kinder und Senioren beim Spielen mit dem Schwungtuch. Außerdem hatten die Kinder ein Frühlingslied eingeübt und sogar ein Geschenk mitgebracht. Das Blumenbild aus Handabdrücken der Kinder erinnert die Bewohner jetzt immer an das schöne Treffen und weckt die Vorfreude aufs nächste Mal.

**Montessori Mäuse-Haus:**
**Viele Ideen von engagiertem Team**

Auch die Bewohner in der vierten Etage können sich seit neuestem auf Kindergarten-Besuche freuen. Das Team der Kita »Montessori Mäuse-Haus« hat viele kreative Ideen, wie Kinder und Senioren miteinander eine schöne gemeinsame Zeit verbringen können. Beim ersten Treffen bastelten die Kinder und die Senioren Osternestchen. Alle arbeiteten ganz vertieft, schauten, was die anderen machten und kamen darüber miteinander ins Gespräch.
Wir schätzen die entstandenen Kooperationen mit den Kindertagesstätten sehr und bedanken uns herzlich bei den engagierten Erzieherinnen und Erziehern: »Schön, dass ihr da seid!«

**FREUDE WÄHREND DER GEMEINSAMEN ZEIT**
Die »Amtswichtel«-Krippenkinder schenkten den Senioren ein Blumenbild mit Handabdrücken. Mit den »Montessori Mäuse-Haus«-Kindern bastelten die Senioren Osternester.

© Christine Kedem-Lanzl

EVA MEDER-THÜNEMANN
Die katholische Diplom-Religionspädagogin ist Gemeindereferentin in der Pfarreiengemeinschaft »Zum Guten Hirten« sowie katholische Leiterin des ökumenischen Kirchenladens »Sinn-Schätze«. Hier schreibt sie ihre Gedanken für die nächsten vier Monate auf.

# Die heiße Jahreszeit beginnt

**Seit einigen Jahren hat Deutschland wirklich heiße Sommer zu verzeichnen. Vermutlich wird es auch in diesem Jahr wieder so werden. Wir wissen, dass das dem Klimawandel zuzuschreiben ist.**

Es gibt keinen Grund, sich über die Hitze zu freuen. Die damit verbundenen Beschwerden, die man im Alter zu spüren bekommt, machen nicht gerade glücklich. Was mich aber glücklich macht, ist die Tatsache, dass wir anfangen, mit der sommerlichen Hitze neue Dinge zu lernen.

Da sind zunächst einmal die kleinen Tricks, die im Alltag helfen. Die hohen Temperaturen sind besser zu verkraften, wenn wir zum Beispiel lauwarm statt kalt duschen. Oder wir schließen tagsüber die Fensterläden und lassen über die Pulsadern kaltes Wasser laufen.

Aber auch in unseren Städten gibt es neue Möglichkeiten, die Situation zu verbessern. In Aschaffenburg hat sich dafür sogar eine Planungsgruppe gebildet. Die Ergebnisse sind teilweise schon zu entdecken: Es werden an vielen Stellen Trinkbrunnen eingerichtet, Dachbegrünungen werden geplant. In meiner Zahnarztpraxis gibt es eine Wand mit echtem, lebendem Moos. Solche Dinge machen mir Hoffnung!

Es ist möglich, auch in heißen Zeiten einen kühlen Kopf zu bewahren! Es ist möglich, den äußeren Umständen etwas entgegenzusetzen! Es ist möglich, auch scheinbar hoffnungslose Situationen anzugehen und etwas zu verändern! Es ist möglich, das Gute und Vollkommene zu suchen!

Damit das geschehen kann, brauchen wir natürlich die Bereitschaft, unseren Sinn zu erneuern, aus dem Klagen und Jammern heraus zu neuen, ungewöhnlichen Lösungen zu finden, wie Paulus im Römerbrief den Gemeinden empfiehlt.

Wenn Sie sich in Ihrem Alltag immer mal wieder fragen, was Gottes Wille in Ihrem Leben ist und was Sie dazu beitragen können, dann seien Sie mutig und erfindungsreich! Auch dem Kleinen und Schwachen wohnt eine Kraft inne, die mit viel Ideenreichtum für Veränderung sorgen kann.

Wenn wir diese Energie pflegen und uns darum bemühen, dann kann auch der heiße Alltag ein freundlicheres, angenehmeres Gesicht bekommen. Das ist dann so ähnlich, wie das Moos in der Zahnarztpraxis: Mitten im grauen Alltag lacht mich etwas Lebendiges an, etwas Beruhigendes, etwas Natürliches. Werden wir also alle ein bisschen so, wie das Moos, dann bewirken wir kleine Wunder im Stillen.

Ihre Eva Meder-Thünemann

**RÖMERBRIEF 12:2**
»Und stellt euch nicht dieser Welt gleich, sondern ändert euch durch Erneuerung eures Sinnes, auf dass ihr prüfen könnt, was Gottes Wille ist, nämlich das Gute und Wohlgefällige und Vollkommene.«

© unsplash | David Emrich

# Das königliche Gemüse

**Seit Mitte des 17. Jahrhunderts wird Spargel in Deutschland angebaut. Das seltene und teure Gemüse konnte sich damals nur der Adel leisten. Deutschland ist heute zwar der größte Spargelproduzent Europas, wegen der kurzen Saison gilt Spargel aber immer noch als Delikatesse.**

Früher galt das Sprichwort »Bis Johanni nicht vergessen: Sieben Wochen Spargel essen!« Aufgrund der wärmeren Temperaturen und der Folienanbauweise hat sich die Spargelsaison verlängert und beginnt schon ungefähr Anfang April. Sie endet nach wie vor traditionell am Johannistag, dem 24. Juni, damit die Pflanze austreibt, Spargelkraut bildet und genug Zeit hat, um sich durch die Fotosynthese zu regenerieren.

## Anbau

Die Spargelpflanze liebt durchlässige, sandige Böden und viel Sonne. Drei Jahre nach der Pflanzung kann man den Spargel zum ersten Mal stechen und bis zu zehn Mal pro Saison ernten. Die Pflanze hat eine Lebensdauer von acht bis zehn Jahren. Die Beete werden ab März zu Erddämmen aufgeschüttet. Im Mai und Juni kann der Spargel am Tag bis zu 15 Zentimeter wachsen. Spargel wird mit einem Stecheisen geerntet. Mit einer Maurerkelle wird der Erddamm wieder geglättet. Spargel, der mit Sonnenlicht in Berührung kommt, wird zunächst violett, dann grün, weil die Pflanze Chlorophyll bildet.

EIN TYPISCHES SPARGELFELD
Mit der Folie wird das Wachstum des Spargels je nach Bedarf beeinflusst: Die schwarze Seite absorbiert die Sonnenstrahlen, der Spargel wächst schneller. Außerdem verhindert die Folie, dass der Spargel mit Licht in Berührung kommt.

## Spargel ist gesund

Der botanische Name heißt Asparagus, was übersetzt so viel wie »Arznei« bedeutet. Wegen seines hohen Wassergehalts von mehr als 90 Prozent ist Spargel kalorienarm, aber reich an Vitaminen und Mineralstoffen. 500 g Spargel decken den täglichen Bedarf an Vitamin C und Folsäure. Spargel regt die Nierenfunktion an und wirkt entwässernd. Der Urin riecht aufgrund der abgebauten Asparaginsäure leicht nach Schwefel. Nur Menschen mit Gicht sollten auf übermäßigen Verzehr von Spargel verzichten, weil er den Harnsäurespiegel im Blut erhöht.

## Zubereitung

Frischen Spargel erkennt man an dem quietschenden Geräusch, wenn man die Stangen aneinander reibt. Im Kühlschrank lässt er sich eingeschlagen in einem feuchten Küchentuch zwei bis drei Tage aufbewahren. Spargel wird vom Kopf in Richtung Schnittstelle geschält. Die Schalen können für die Zubereitung einer Spargelsuppe verwendet werden.

Gekocht wird der Spargel je nach Stärke der Stangen 15 bis 20 Minuten, am besten stehend in einem Spargeltopf. Die Spitzen des Spargels sollen dabei nicht im Wasser sein. Dem Wasser werden etwas Salz, Zucker und Butter zugefügt.

Klassisch serviert man den Spargel mit Sauce Hollandaise, Kartoffeln und gekochtem Schinken. Auch kalt als Spargelsalat oder Spargelröllchen ist er bei den Bewohnern im St. Elisabeth beliebt. Im Mai plant unser Küchenchef Udo Mechler wieder eine Spargelwoche und verwöhnt die Bewohner mit verschiedenen Spargelgerichten. Wir wünschen allen Spargelliebhabern eine genussreiche Spargelzeit!

## Ich lebe mein Leben in wachsenden Ringen

Ich lebe mein Leben in wachsenden Ringen,
die sich über die Dinge ziehn.
Ich werde den letzten vielleicht nicht vollbringen,
aber versuchen will ich ihn.

Ich kreise um Gott, um den uralten Turm,
und ich kreise jahrtausendelang;
und ich weiß noch nicht: bin ich ein Falke, ein Sturm
oder ein großer Gesang.

Rainer Maria Rilke

Beim Mittagessen sagt die Kartoffel klagend zum Spargel: »Ich verstehe nicht, warum du so viel teurer bist als ich. Ich bin doch viel dicker und schwerer!« Darauf antwortet der Spargel: »Ja, aber dafür habe ich Köpfchen!«

Wenn die Auszubildende vom Sparmarkt ausgelernt hat, ist sie dann eine Spargelernte?

Wem schmeckt holziger Spargel besonders gut?
Dem Biber

Rest der Welt: Ah, Spargel.
Deutschland: Spargelzeit, Spargelbier, Spargelcremesuppe, Spargelsalat, Spargelauflauf, Spargel-Deo, Spargel-Haus, Spargelkuchen, Spargelfrühstück, Spargelmittagessen, Spargelabendbrot, Spargelbrezel, Spargelkind, Spargelwahnsinn, Spargel!

WIR GRATULIEREN
Das letzte Quiz hat **Monika Henzel** gewonnen. Herzlichen Glückwunsch!

## Quiz

Wenn Sie die KONTAKT aufmerksam gelesen haben, sollte die Beantwortung der drei Fragen unten kein Problem für Sie sein. Und wenn nicht: Sie können jederzeit nachlesen.
Bitte fügen Sie Ihren Namen ein, kreuzen die richtigen Lösungen an und schneiden an der markierten Linie aus. Den Zettel werfen Sie bitte bis zum **1. Juni 2024** in die Quizbox am Empfang ein. Damit nehmen Sie an unserer Verlosung um ein kleines Geschenk teil.

## Name:

Was haben wir seit Februar auf der Dachterrasse?

- ☐ Fasanennest
- ☐ Internet
- ☐ Solarmodule

Welches kulinarische Highlight gab es zu Fasching?

- ☐ Flammkuchentoast
- ☐ Reibekuchenbällchen
- ☐ Zwiebelkuchendöner

Wie viele Pflegebedürftige soll es 2030 in Deutschland geben?

- ☐ 1 Million
- ☐ 2,5 Millionen
- ☐ 5 Millionen

MEDIQ DEUTSCHLAND

IHR SANITÄTSHAUS VOR ORT

Unsere Versorgungsbereiche:

- Sanitätshaus
- Reha-Technik
- Orthopädie-Technik
- Sonderbau
- Brustprothetik
- Homecare

Hierzu beraten wir Sie auch gerne zu Hause.

**Mediq Deutschland GmbH** • Standort Frankfurt
Berner Straße 32-34 • 60437 Frankfurt
**Ladenöffnungszeiten:** Montag - Freitag 8⁰⁰ - 17⁰⁰ Uhr
**Tel.:** 0 69 - 90 54 90 • info@mediq.de

GERHART
RAUMDESIGN

**Gardinen**
**Teppichböden**
**Laminat**
**Fertigparkett**
**Sonnenschutz**

Großostheimer Straße 90 - 63741 Aschaffenburg
Telefon: 06021/89039 - Fax: 06021/87610

EINBRUCH BRAND VIDEO ZUTRITT
MORHARD & SCHWABE
☎ 06021/921980

Einbruch-Meldeanlagen
Brand-Meldeanlagen
Videoüberwachung
Funkalarm-Anlagen

Zertifiziert nach DIN EN ISO 9001 · VdS Einbruch Brand · Mitglied im BHE
anerkannte Errichterfirma für Einbruch- & Brandmeldeanlagen

Schutz für Sie und Ihr Eigentum
- BERATUNG
- PLANUNG
- AUSFÜHRUNG
- VERTRIEB
- SERVICE

Gratis & unverbindlich: Unser Sicherheits-Check in Ihren Räumen

www.security-technik.de

Sodenthaler® MINERALBRUNNEN
WWW.SODENTHALER.DE
Sodenthaler CLASSIC
Aus dem Naturpark SPESSART
LEBENSWERT AUS DEM SPESSART

BÜROTECHNIK
AS
ANTON SAUER GmbH&CoKG
Löherstraße 43
63739 Aschaffenburg
Telefon: 0 60 21 / 2 14 51
Telefax: 0 60 21 / 1 22 02
www . as-buerotechnik.de

IT-Dienstleistung
Hardware/Software
Service/Support
Email/Dokumenten Archivierung
Tel. 06021 - 610292
info@r-c-c.net
r-c-c.net
IT - Technologie GmbH
Zum Stadion 4 - 63808 Haibach

Helmut Orschler GmbH
Frohnradstraße 14
63768 Hösbach
Email: info@orschler-gmbh.de
www.orschler-gmbh.de
Telefon: (0 60 21) 33 49 - 0

HELMUT ORSCHLER
MALER-PUTZ-TROCKENBAU

- Malerarbeiten
- Trockenbauarbeiten
- Verputzarbeiten
- Wärmedämmung
- Fachbetrieb für Betonsanierung

EISENMENGER IMMOBILIEN GmbH
Verwaltung I Verkauf I Wertermittlung
Hauptstraße 2 I 63762 Großostheim
Tel. 06026 / 99 85 05
www.eisenmenger-immobilien.de
*Immobilienbetreuung mit Herz und Verstand*

St. Elisabeth
SENIOREN-WOHNSTIFT

Hohenzollernring 32
63739 Aschaffenburg
Tel. (06021) 355-0
Fax (06021) 355-999
info@senioren-wohnstift.de
www.senioren-wohnstift.de

Träger des Senioren-Wohnstifts St. Elisabeth ist der Caritasverband Aschaffenburg - Stadt und Landkreis e.V.

## Empfang und Infos

Carmen Rettinger
und Kerstin Schink
Tel. (06021) 355-0

## Fragen zum Ehrenamt

Petra Götzinger
Tel. (06021) 355-905

## Werbeanzeigen

Andrea Weyrauther
Tel. (06021) 355-0

KONTAKT
HAUSZEITSCHRIFT DES SENIOREN-WOHNSTIFTS ST. ELISABETH

Wir freuen uns über Ihre Kritik und Anregungen zu unserem Haus und unserer Hauszeitschrift KONTAKT.

Verantwortlich:
Andrea Weyrauther

Redaktion und Satz:
Petra Götzinger
Dr. Holger Minning

Dieses Unternehmen unterstützt KONTAKT