

SOMMER 2020

GEMEINSAM LEBEN

Journal

Neues aus dem AWO-Seniorenzentrum Michael-Herler-Heim

MEIN WILLE GESCHEHE

Von der Vorsorgevollmacht
bis zum Testament –
das sollten Sie wissen



DEN KOPF IN SCHWUNG HALTEN

Gedächtnisübungen für den Sommer



FARBEN MACHEN LEUTE

Die Mitarbeitenden im Michael-Herler-Heim wurden neu eingekleidet



Seniorenzentrum
Michael-Herler-Heim
Singen



Matthias Frank
Einrichtungsleiter

Liebe Leserinnen und Leser,

Sind Sie denn für den Ernstfall vorbereitet? Sobald es um die eigene Gesundheit geht, hat jede und jeder von uns ganz persönliche Vorstellungen. Wo und wie Sie Ihre eigenen Wünsche festhalten können, finden Sie ab Seite 8. Dort stellen wir Ihnen die wichtigsten Dokumente vor: von der Vorsorgevollmacht über Betreuungs- und Patientenverfügung bis hin zum Testament. Damit können Sie sicher sein, dass nach Ihrem Willen gehandelt wird.

Neben all den Krisen darf der Spaß nicht fehlen. Wir haben Ihnen passend zum Sommer Übungen zusammengestellt, mit denen Sie den Kopf in Schwung bringen, das Gedächtnis trainieren und sich ganz auf die heiße Jahreszeit einstellen können. Wir wünschen viel Spaß beim Knobeln.

Haben Sie einen schönen Sommer und bitte bleiben Sie zuversichtlich!

Herzliche Grüße
Ihr Matthias Frank

FOTO © FRANK.COMMUNICATION

ALLGEMEIN

- Den Kopf in Schwung halten** 4
Gedächtnisübungen für den Sommer

SPEZIAL

- Mein Wille geschehe** 8
Von der Vorsorgevollmacht bis zum Testament – das sollten Sie wissen

AKTUELL

- Wann wird's mal wieder richtig Sommer?** 12
Erinnern Sie sich noch an dieses Lied?

- Farben machen Leute** 13
Die Mitarbeitenden im Michael-Herler-Heim wurden neu eingekleidet

- Unsere neuen Mitarbeiterinnen** 14
Wir begrüßen: Tanja Maria Fröhlich, Martina Hänsler und Monika Mai

- Gegen die Einsamkeit!** 16
Füreinander in Zeiten von Corona

- Meditatives Ausmalen** 18

IHR AWO-SENIORENZENTRUM STELLT SICH VOR

- Ihre Ansprechpartner/innen auf einen Blick** 19



COVERFOTO: UNSPLASH/AARON BURDEN

DEN KOPF IN SCHWUNG HALTEN

Gedächtnisübungen für den Sommer



Die folgenden Übungen 1–5 sind aus dem neuen Übungsbuch von Natali Mallek »Sommer – Gedächtnistraining für jede Jahreszeit« und sind im Singliesel Verlag erschienen. ISBN-13: 978-3944360379 (19,95 Euro).

»Das Gedächtnis ist die Schatzkammer und der Bewacher von allen Dingen.« So soll es der römische Philosoph Cicero mal gesagt haben. Und er hatte nicht ganz unrecht. Natürlich gibt es Dinge, die wir im Alter »vergessen«. Mal grübeln wir über die Telefonnummer der langjährigen Freundin, ein anderes Mal fällt uns die zweite Strophe unseres Lieblingslieds nicht ein. Manchmal bedarf es dann eines

kleinen Impulses. Um den Kopf in Schwung zu bringen, werden in den AWO Seniorenzentren regelmäßig Übungen und Trainings angeboten. Aber auch allein kann man sein Gedächtnis mit kleinen und spielerischen Aufgaben trainieren. Eine Auswahl haben wir Ihnen hier zusammengestellt. Ideal zum Knobeln, allein oder in kleiner Gruppe.

1

Hier wurden die Wörter durcheinandergewürfelt. Bringen Sie die Wörter in eine sinnvolle Reihenfolge!

Insekten Die lockt Klatschmohnwiese

Bräutigam Rose trägt eine Der Ansteckblume als

blühen Kornblumen Die blau

mag Der Schmetterling Lavendel den

den Die fliegen Sonnenblumen Vögel zu

2

Was fehlt hier? Fügen Sie die fehlenden Buchstaben ein.

__S

SCH TT_N

R_G_N

W_SS_R

W_ND

S_N N_NSCH_RM

V_NT_L_T_R

SCHW_MMB_D



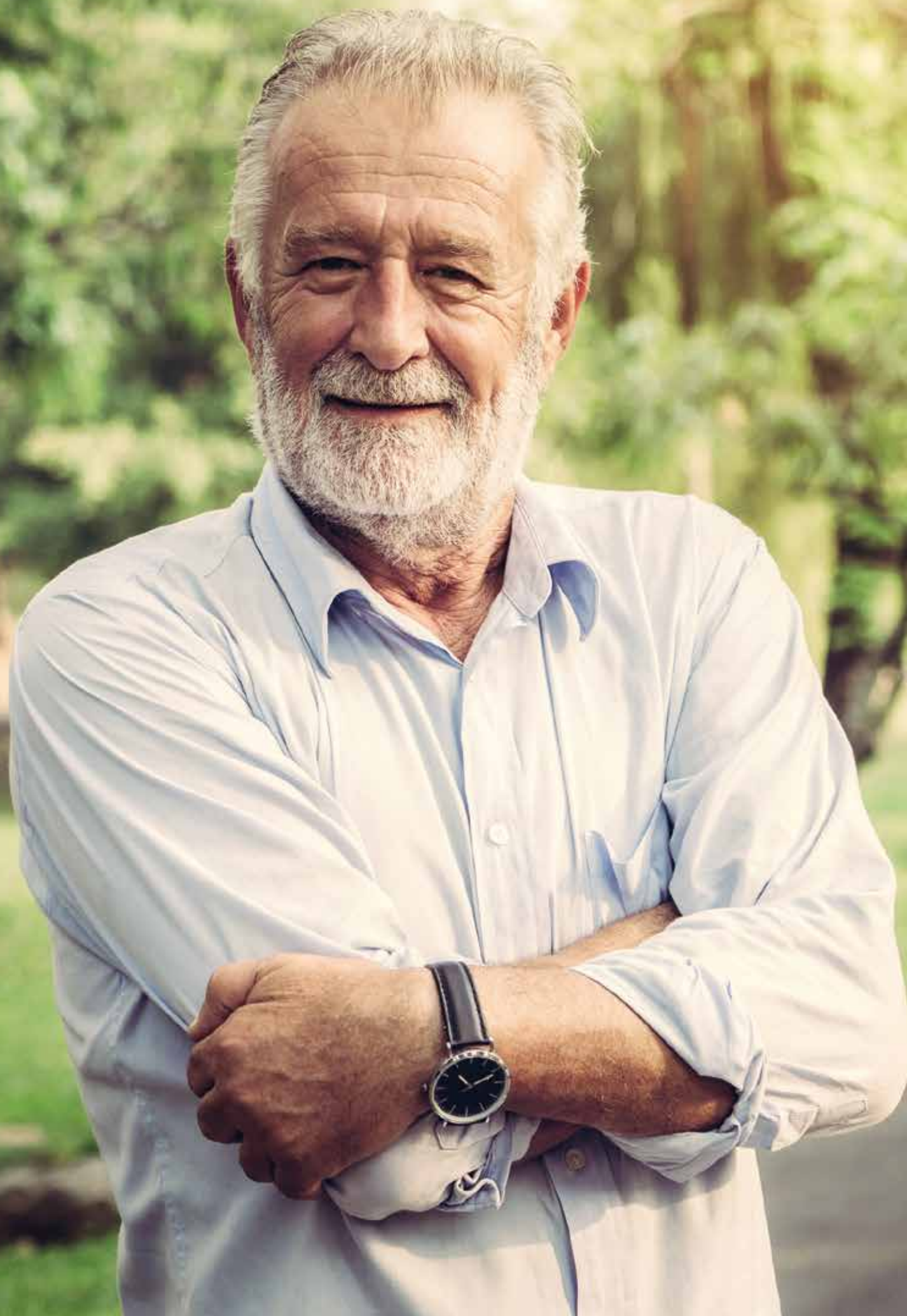


FOTO: ISTOCK.COM/NANOSTOCK

MEIN WILLE GESCHEHE!

Von der Vorsorgevollmacht über die Betreuungs- und die Patientenverfügung bis hin zum Testament. Warum es sich lohnt, für den Ernstfall vorbereitet zu sein

ES

gibt Dinge, über die möchte man sich im Alltag keine Gedanken

machen. Oder wann haben Sie sich zuletzt gefragt, wem Sie später Ihre heiß geliebte Briefmarkensammlung vererben oder wer im Ernstfall Ihre Kontaktperson sein darf? Keine leichten Entscheidungen. Aber wer soll sie treffen, wenn nicht Sie selbst? Alles Fragen, die man allzu gern vor sich herschiebt. Die Antworten können im Notfall jedoch viel Zeit, Mühe und Konflikte sparen. Aus diesem Grund stellen wir Ihnen die wichtigsten und hilfreichsten Dokumente vor, mit denen Sie sicher sein können, dass nach Ihrem Willen und zu Ihrem Wohle gehandelt wird.

DIE VORSORGEVOLLMACHT

Was?

Die Vorsorgevollmacht ist ein Dokument, das regelt, welche Person(en) im Falle, dass sie selbst nicht mehr handeln können, für Sie Ihre finanziellen, rechtlichen, medizinischen und organisatorischen Angelegenheiten regelt.

Warum?

Es ist dringend zu empfehlen, schon früh eine Vorsorgevollmacht zu erstellen. Falls im Ernstfall keine Vollmacht vorliegt, wird gerichtlich eine Person bestellt, die für Ihre Angelegenheiten zuständig ist. Auch wenn man davon ausgeht, dass nähere Verwandte automatisch eine Vollmacht erhalten, ist das kein Garant. Außerdem ist es doch ein beruhigendes Gefühl, zu wissen, wer Ihre Angelegenheiten regelt.

Wo?

Eine Vorsorgevollmacht können Sie einfach zu Hause erstellen. Wichtig ist, dass sie unterschrieben und datiert ist. Es gibt aber auch die Möglichkeit, notariell eine Vorsorgevollmacht auszustellen. Der Vorteil besteht darin, dass das Dokument im Vorsorgeregister der Bundesnotarkammer hinterlegt wird.





DIE BETREUUNGSVERFÜGUNG

Was?
Mit einer Betreuungsverfügung können dem Betreuungsgericht bestimmte Personen als Betreuer vorgeschlagen werden, für den Fall, dass Sie Ihre Angelegenheiten nicht mehr selbst regeln können und deshalb ein Betreuer als gesetzlicher Vertreter für Sie bestellt werden muss. Im Unterschied zu einer Vorsorgevollmacht wird eine Betreuungsverfügung erst wirksam, wenn eine Betreuerbestellung notwendig wird.

Warum?
Falls Sie sich nicht entschließen wollen, eine Person durch eine Vorsorgevollmacht zu bevollmächtigen, ist die Betreuungsverfügung eine Alternative, um wenigstens für den Fall Vorsorge zu treffen, dass das Betreuungsgericht für Sie einen Betreuer bestellen muss. Mit einer gültigen Betreuungsverfügung können Sie diese Entscheidung des Gerichts aber in Ihrem Sinne beeinflussen. Ihre Vorschläge sind für das Betreuungsgericht verbindlich.

Wo?
Eine Betreuungsverfügung kann selbst erstellt werden. Es werden z. B. vom Bundesministerium für Justiz Formulare zur Verfügung gestellt, die dann nur noch ausgefüllt und unterschrieben werden müssen. Eine notarielle Beurkundung ist möglich, aber nicht zwingend erforderlich.

DIE PATIENTENVERFÜGUNG

Was?
Mit der Patientenverfügung legen Sie fest, wie und in welchem Umfang Sie im Ernstfall medizinisch versorgt und behandelt werden möchten.

Warum?
Wenn Sie unerwartet krank und dadurch entscheidungsunfähig werden, gibt die Patientenverfügung Ärztinnen und Ärzten sowie Betreuerinnen und Betreuern Aufschluss über Ihre persönlichen Wünsche. Ihre Entscheidungen sind für die Beteiligten verbindlich und Sie können sicher sein, dass nach Ihrem Willen gehandelt wird. Die Verfügung stellt eine sinnvolle Ergänzung zur Vorsorgevollmacht bzw. Betreuungsvervollmacht dar.

Wo?
Die Patientenverfügung können Sie selbst verfassen. Auch hier gilt, dass sie unterschrieben und datiert sein muss. Ihr Arzt oder Ihre Ärztin kann Sie über mögliche Maßnahmen und Behandlungen im Ernstfall beraten.



FOTO: UNSPLASH.COM/ JOHN MARC SMITH, ELI PEREZ

DAS TESTAMENT

Was?
Das Testament hält Ihren letzten Willen fest, also alles, was über Ihren Tod hinausgeht.

Warum?
Mit einem Testament regeln Sie Ihren Nachlass. Ohne ein Testament greift die natürliche Erbfolge, d. h. von Ihren nächsten Verwandten bis zu »entfernten« Verwandten. Mit einem Testament können Sie von der natürlichen Erbfolge abweichen und (größtenteils) frei entscheiden, wen Sie berücksichtigen wollen oder nicht.

Wo?
Ein Testament können Sie selbst, d. h. handschriftlich erstellen. Wichtig ist, dass Sie es mit Unterschrift und Datum versehen. Das Testament kann auch amtlich beim Notariat beglaubigt und verwahrt werden.

TIPPS FÜR DIE ERSTELLUNG

- Der AWO Bezirksverband Niederrhein e.V. hat ein praktisches Handbuch zu allen Vorsorgefragen erstellt. Unter www.wirklich-wichtig-ist.org können Sie Ihren eigenen »Vorsorge-Ordner« bestellen und finden dort die wichtigsten Vorsorge-Formulare.
- Nehmen Sie sich Zeit und sprechen Sie auch mit Ihren Angehörigen über Ihre Wünsche und Vorstellungen.
- Verwahren Sie Ihre Dokumente so, dass man schnell darauf zurückgreifen kann.
- Überprüfen Sie in regelmäßigen Abständen, ob Ihre Wünsche noch aktuell sind. Sie können Ihre Wünsche jederzeit widerrufen und verändern.



Erinnern Sie sich noch an dieses schöne Sommerlied? Dann füllen Sie die Lücken aus.

Wann wird's mal wieder richtig Sommer?

Wir brauchten früher keine große _____,
wir wurden braun auf Borkum und auf _____,
doch heute sind die Braunen nur noch Weiße,
denn hier wird man ja doch nur tiefgekühlt.
Ja, früher gab's noch _____,
das Freibad war schon auf im Mai,
ich saß bis in die Nacht vor unsrem Haus.
Da hatten wir noch Sonnenbrand und Riesenquallen an dem
Strand und _____,
und jeder Schutzmann zog die Jacke aus.



Wann wird's mal wieder richtig _____,
ein Sommer, wie er früher einmal war.
Ja, mit _____ von Juni bis September
und nicht so nass und so _____ wie im letzten Jahr.

Und was wir da für _____ hatten,
Pulloverfabrikanten gingen ein,
da gab es bis zu vierzig _____ im Schatten,
wir mussten mit dem Wasser sparsam sein.
Die Sonne knallte ins _____,
da brauchte man die Sauna nicht,
ein Schaf war damals froh, wenn man es schor.
Es war hier wie in _____, wer durfte, machte FKK,
doch heut, heut summen alle Mücken laut im Chor.

Wann wird's mal wieder richtig Sommer,
ein Sommer wie er früher einmal war.
Ja, mit Sonnenschein von Juni bis September
und nicht so nass und so sibirisch wie im letzten Jahr.

Lösung: Reise, Sylt, hitzefrei, Eis, Sommer, Sonnenschein, sibirisch, Hitzewellen, Grad, Gesicht, Afrika

FARBEN MACHEN LEUTE

Die Mitarbeitenden des Michael-Herler-Heims wurden neu eingekleidet

Seit Mitte Februar sind die Fachkräfte aus den Bereichen Reinigung, Alltagsbegleitung und Pflege in neuer Arbeitskleidung zu bewundern. Dabei haben wir uns natürlich auch etwas gedacht. So ist nämlich nun für alle Besucherinnen und Besucher sowie Bewohnerinnen und Bewohner auf den ersten Blick erkennbar, mit welcher Berufsgruppe man es gerade zu tun hat. Bunt statt klassisch weiß – jeder Arbeitsbereich hat eine extra Farbe für die Oberteile erhalten:

- Reinigung = Pink
- Alltagsbegleitung = Bordeauxrot
- Pflege = Blau

Somit sieht die neue Arbeitskleidung nicht nur gut aus, sondern hilft auch bei der schnellen Orientierung hier im Haus.



VERWALTUNG

Unsere neuen MITARBEITERINNEN

TANJA MARIA FRÖHLICH

»Diese Zeit war sehr innig und bereichernd für mich.«

Mein Name ist

Tanja Maria Fröhlich.

Geboren bin ich im Schwarzwald und aufgewachsen im schönen Hegau. Ich durfte eine ganz tolle und liebevolle Kindheit bei meinen Großeltern genießen. Das hat dazu beigetragen, dass ich eine ganz besondere Beziehung zu älteren Menschen aufbauen konnte. Als meine Großeltern beide erkrankten, hatte ich das große Glück, sie zuhause betreuen und pflegen zu dürfen und zu können. Diese

Zeit war sehr innig und bereichernd für mich. Ich würde diese Erfahrung nicht missen wollen, auch wenn es manchmal sehr schwierig war. Mich freut es umso mehr, dass ich hier im Michael-Herler-Heim meinen Beruf in der Verwaltung ausüben darf, immer gepaart mit dem Kontakt unserer lieben Hausbewohnerinnen und Hausbewoh-



ner. Das bereichert meinen Arbeitsalltag und ich genieße das sehr. Meine Freizeit verbringe ich mit meinem Mann und meinen Kindern. Wir unternehmen viel draußen und fahren gerne in die Berge. Wenn ich abschalten möchte, um neue Energie zu tanken, dann mache ich das am liebsten beim Sport. Entweder schnüre ich mir dann die Laufschuhe, setze mich aufs Rad oder entspanne einfach mal bei einer guten Tasse Kaffee. Seit März 2020 arbeite ich hier im Michael-Herler-Heim. Ich bin sehr glücklich, so herzlich aufgenommen worden zu sein und freue mich über das tolle Kollegium, das ich hier bekommen habe.

MARTINA HÄNSLER

»Eine Arbeit, die mir sinnvoll erscheint.«

Hallo, mein Name ist Martina Hänsler. Ich bin seit dem 10.03.2020 in der Verwaltung im Michael-Herler-Heim tätig.

Als gelernte Industriekauffrau habe ich hier eine Arbeit gefunden, in der ich regelmäßigen Kontakt zu verschiedenen Menschen haben kann und die mir sinnvoll erscheint. Ich fühle mich hier im Michael-Herler-Heim sehr wohl, Kolleginnen und Kollegen sowie Vorgesetzte erlebe ich als hilfsbereit und freundlich. In meiner Freizeit beschäftige ich mich sehr gerne mit meinen beiden Hunden und bin viel in der Natur unterwegs.

So habe ich mein Hobby auch noch gleich zum Beruf gemacht und bin nebenbei (in kleinem Umfang) als Hundetrainerin tätig.



MONIKA MAI

»Ich war auf der Suche nach einer neuen Herausforderung.«

Mein Name ist Monika Mai und als neue Mitarbeiterin im Michael-Herler-Heim möchte ich mich Ihnen gerne kurz vorstellen.

Ich wohne im schönen Hegau, habe zwei erwachsene Söhne und freue mich immer auf meine Arbeitstage, denn das abteilungsübergreifende und familiäre Miteinander im Haus und die abwechslungsreichen Aufgaben sind die schöne Ergänzung zu meinem Privatleben.

Während meiner beruflichen Laufbahn war ich immer im Lebensmittelhandel bzw. in der Lebensmittelindustrie im Verwaltungsbereich tätig. Aufgrund verschiedener betrieblicher und privater Veränderungen war ich Ende letzten Jahres dann aber auf der Suche nach einer neuen Herausforderung. Einmal ein neues Tätigkeitsfeld, eine ganz andere Branche kennenlernen, das hat mich sehr gereizt. Also habe ich den Mut gefasst und mich beworben. Seit Januar diesen Jahres bin ich also als Teilzeitkraft in der Verwaltung des Michael-Herler-Heims tätig und darf, mit teils ebenso neuen Kolleginnen, dem jahrelang bewährten Stammpersonal zur Hand gehen. Die Aufnahme war sehr herzlich und die Arbeitsatmosphäre ist sehr entspannt.

Die Arbeit in der Institution ist für mich eine sehr positive Erfahrung, denn das Michael-Herler-Heim ist ja nicht nur mein neuer Arbeitsplatz, es ist außerdem das Zuhause von so vielen wunderbaren Menschen. Ich bin froh, ein wenig Einblick nehmen zu dürfen, wie die Seniorinnen und Senioren in ihrem letzten Lebensabschnitt mit Hingabe und Herzlichkeit von den Pflegekräften betreut und begleitet werden.



GEGEN DIE EINSAMKEIT!

Füreinander in Zeiten von Corona

In Zeiten von Corona hat sich für uns alle vieles geändert. So gilt in deutschen Pflegeheimen ein Besuchsverbot, um die Bewohnenden zu schützen. Damit wir trotzdem mit unseren Lieben in Kontakt bleiben können, nutzen auch wir die neuen Möglichkeiten des Internets. Dank einer großzügigen Spende können unsere Bewohnerinnen und Bewohner mit ihren Angehörigen skypen. Die Betreuungskräfte organisieren die Termine mit den Angehörigen und unterstützen bei der Handhabung, damit alle, die möchten, auch die Möglichkeit dazu bekommen.

Das Angebot wird sehr gut angenommen, besonders über die Osterfeiertage wurde viel »geskypet«.

Die Seniorinnen und Senioren und ihre Angehörigen haben sich sehr über dieses Angebot und die Spende gefreut. Auch Herr Parces (Firma MEDER CommTech GmbH aus Singen), Sohn von Frau Parces im Michael-Herler-Heim, suchte eine Lösung, damit er weiter persönlichen Kontakt mit seiner

Mutter halten kann. Bisher hatte er sie täglich bei uns besucht, was durch die Umstände nicht mehr möglich war. Allerdings hatte er eine tolle Idee: Er besuchte seine Mutter am Zaun im Garten, natürlich unter Einhaltung des Mindestabstandes.

Damit sich beide auch unterhalten konnten und man nicht so laut sprechen musste, stattete er seine Mutter und sich mit einem Handsprechfunkgerät aus, was hervorragend funktionierte. Da die Firma von Herrn Parces mit Funk- und nachrichtentechnischen Geräten für Behörden und Organisationen mit Sicherheitsaufgaben wie Rettungsdienste, Feuerwehren, Polizei usw. handelt, lag diese Lösung quasi auf der Hand.

Damit sich auch andere Bewohnende mit ihren Angehörigen unterhalten können, stellte Herr Parces dem Haus vier Paar Funkgeräte zur Verfügung, worüber wir uns ebenfalls ganz besonders freuten und wofür wir nochmals ganz herzlich Danke sagen möchten. Somit stand den »Zaungesprächen« nichts mehr im Weg, und natürlich ist das auch vom Balkon oder Fenster aus möglich.

Eine große Überraschung erwartete die Bewohnerinnen und Bewohner im Michael-Herler-Heim am Ostersonntag. Der Posaunenchor der Evangelischen Südstadtgemeinde spielte am Gartenzaun. Die Seniorinnen und Senioren waren sehr erfreut über diese Geste und die willkommene Abwechslung.

Die Kinder des Pauluskindergartens haben für Bewohnende sowie Mitarbeitende Ostergrüße gebastelt. So erhielten wir gemalte Bilder, Karten und Basteleien, die unser Haus über die Feiertage verschönert haben.



Meditatives Ausmalen

Holen Sie die Buntstifte raus und verleihen Sie diesem tierischen Motiv einen neuen Anstrich



Seniorenzentrum
Michael-Herler-Heim
Singen

Schön, dass Sie mehr wissen möchten!

Für alle Fragen und Wünsche stehen wir gern zur Verfügung.
Zögern Sie nicht, uns anzurufen.



Matthias Frank

Einrichtungsleitung
Tel. 07731 8692-111
matthias.frank@awo-baden.de



Bettina Frank

Pflegedienstleitung
Tel. 07731 8692-200
bettina.frank@awo-baden.de



Martina Hänsler

Verwaltung/Sozialer Dienst
Tel. 07731 8692-100
martina.haensler@awo-baden.de



Petra Laule

Verwaltung
Tel. 07731 8692-100
petra.laule@awo-baden.de



Marion Braun

Sozialer Diens/Qualitätsmanagement
Tel. 07731 8692-333
marion.braun@awo-baden.de



Marion Volk

Hauswirtschaftsleitung
Tel. 07731 8692-777
marion.volk@awo-baden.de

FOTOS © FRANK.COMMUNICATION

IMPRESSUM

Die Heimzeitung des AWO Bezirksverbands Baden e. V. ist ein Informations- und Unterhaltungsmagazin für Seniorinnen / Senioren, deren Angehörige sowie Interessierte. Das Magazin setzt sich aus allgemeinen sowie regionalen Themen direkt aus dem jeweiligen redaktionsleitenden AWO-Seniorenzentrum zusammen und erscheint vierteljährlich.

HERAUSGEBER

AWO Bezirksverband Baden e. V.
Hohenzollernstraße 22 | 76135 Karlsruhe
T. +49 721 82 070 | F. +49 721 82 07 600
info@awo-baden.de

REDAKTION

Matthias Frank und
die COMMWORK Werbeagentur GmbH

FOTOREDAKTION

Frank.Communication
und Eric Langerbeins,
COMMWORK Werbeagentur GmbH

LAYOUT/PRODUKTION

COMMWORK Werbeagentur GmbH
Deichstraße 36b | 20459 Hamburg
T. +49 40 32 555 333
F. +49 40 32 555 334
info@commwork.de

LEKTORAT

Manuela Tanzen

DAS AWO-SENIORENZENTRUM MICHAEL-HERLER-HEIM



Unsere Leistungen und Qualitätsmerkmale

Sicher und geborgen – das AWO-Seniorenzentrum Michael-Herler-Heim in Singen bietet pflegebedürftigen Menschen individuelle Pflege und Betreuung nach modernen Standards.

TELEFON
07731 8692-100

- ✓ Platz für 84 pflegebedürftige Menschen in 7 Hausgemeinschaften mit je 12 Senioren
- ✓ Jedes Zimmer mit modernem Pflegebett und eigenem Sanitärbereich mit Dusche und WC sowie TV- und Telefonanschluss
- ✓ Offenes Haus, in dem Gäste und Freunde gern gesehen und willkommen sind
- ✓ Vollstationäre Dauerpflege und Kurzzeitpflege
- ✓ Mittwochs und sonntags Jazzcafé mit Bewirtung in persönlicher und freundlicher Atmosphäre
- ✓ Abwechslungsreiche Betreuungs- und Beschäftigungsangebote in der Woche
- ✓ Gottesdienste im Haus
- ✓ Regelmäßige Arztvisiten und Therapeutenbesuche
- ✓ Friseur und Fußpflegeservice

AWO-Seniorenzentrum Michael-Herler-Heim

Masurenstraße 36 · 78224 Singen · Tel. 07731 8692-100 · Fax 07731 8692-199

E-Mail: info.szssingen@awo-baden.de · www.awo-seniorenzentrum-michael-herler-heim.de



Seniorenzentrum
Michael-Herler-Heim
Singen