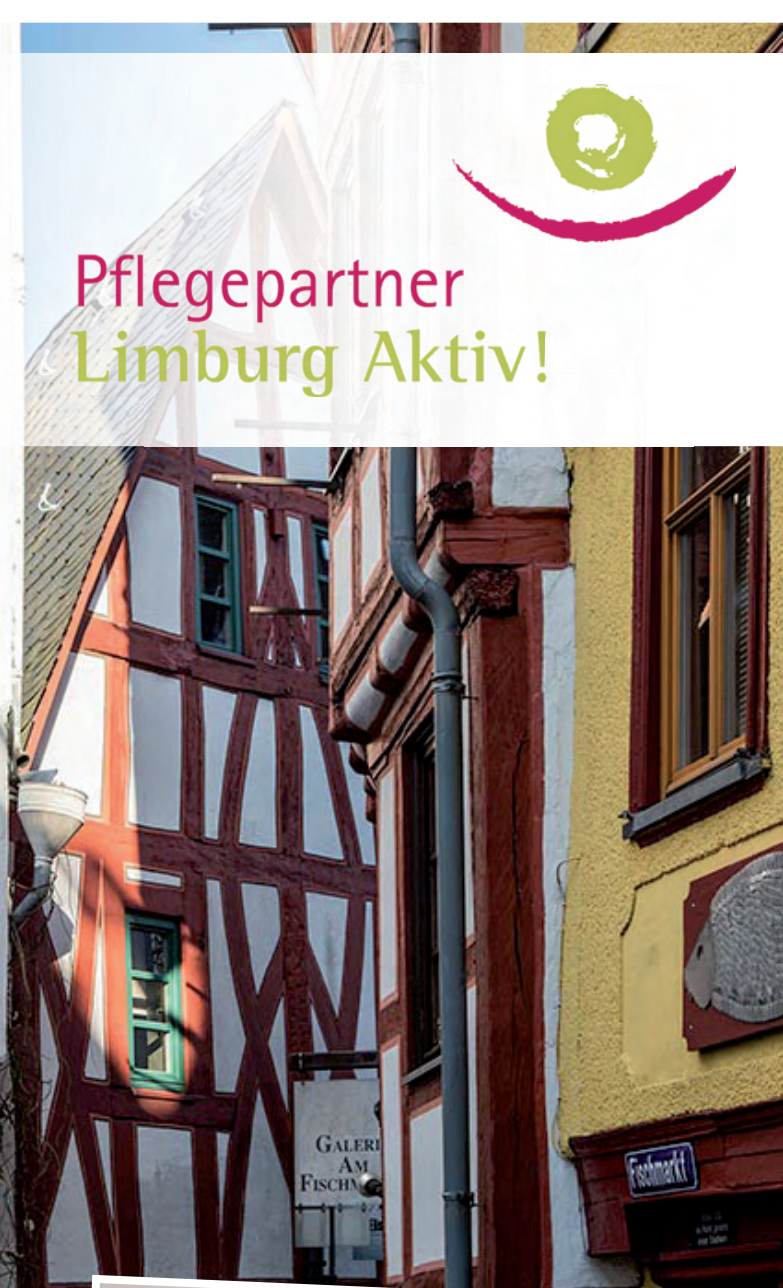


DOM Pfaff

Pflegepartner
Limburg Aktiv!



- **PFLEGEPARTNER
LIMBURG AKTIV!**
St. Georg feiert Herbstfest
- **GESUNDHEITSLEXIKON**
Das Gedächtnis und das „Alter“
- **GUT AUFGEKLÄRT**
Demenz - Wer haftet im Schadensfall?

Eröffnungsfest
in der
Wohnstadt

Inhalt

04 PFLEGEPARTNER LIMBURG AKTIV!

Ausflug zur Abtei Marienstatt

05 FUNDSTÜCKE

GPS-Systeme für Demenzkranke

06 GESUNDHEITSLEXIKON

Demenz

Das Gedächtnis und das Alter

08 PANORAMA

Demenz naturheilkundlich behandeln

10 GUT AUFGEKLÄRT

Wer haftet im Schadensfall?

12 GESUND & LECKER

Grünkohl

Grünkohlsmoothie

14 TIPPS

Umgang und Kommunikation
mit Demenzkranken

15 RÄTSEL

Schwedenrätsel

17 PFLEGEPARTNER LIMBURG AKTIV!

St. Georg feiert Herbstfest

Feierliches Eröffnungsfest in der
Wohnstadt

Dompfaff
erscheint viermal jährlich.

Herausgeber & Ansprechpartner für Angehörige & Patienten:

Pflegepartner Limburg Aktiv! GmbH

Gartenstraße 6

65549 Limburg-Blumenrod

Telefon: +49 (6431) 77988 - 0

Telefax: +49 (6431) 77988 - 99

E-Mail: info@pflegepartner-limborg.de

Internet: www.pflegepartner-limborg.de

Redaktion und Anzeigenplanung:

pm pflegemarkt.com GmbH

Oberbaumbrücke 1

20457 Hamburg

Tel.: +49(0)40 30 38 73 85-5

Internet: www.pflegemarkt.com

Vertretungsberechtigter

Geschäftsführer:

Herr Peter Voshage

Autoren dieser Ausgabe :

Pflegepartner Limburg Aktiv! GmbH, Autoren pm Pflegemarkt.com GmbH,

Beiträge, die mit vollem Namen oder auch Kurzzeichen des Autors gezeichnet sind, stellen die Meinung des Autors, nicht unbedingt auch die der Redaktion dar. Die Wiedergabe von Gebrauchsnamen, Warenbezeichnungen und Handelsnamen in dieser Zeitschrift berechtigt nicht zu der Annahme, dass solche Namen ohne weiteres von jedermann benutzt werden dürfen. Vielmehr handelt es sich häufig um geschützte Warenzeichen.

Grafische Gestaltung:

Charlene Groß;

c.gross@pflegemarkt.com

Druck:

Griebsch & Rochol Druck GmbH

Gabelsbergerstraße 1

59069 Hamm

Fotos:

Titelfoto © Pflegepartner Limburg Aktiv! GmbH

S. 4, S. 17-19 © Pflegepartner Limburg Aktiv! GmbH

Quellenangaben:

Ausführliche Quellenangaben zu allen Texten unter
www.pflegepartner-limborg.de

Ausgabe: 04/2017

Auflösung Heft Ausgabe 03/2017

ERGOTHERAPIE

reha team
ARTAL
rehabilitationstechnik
☎ 06432 8028-0
Taunusblick 10 • 65558 Gückingen

Individuelle und persönliche Beratung –
auch bei Ihnen zu Hause

Beginnen Sie den Tag
mit einem Lächeln,
denn Lächeln ist gesund!

Liebe Patientinnen und Patienten, liebe Angehörige, Mitarbeiter und Freunde des Pflegepartners Limburg Aktiv,

ein arbeitsreiches Jahr neigt sich für unseren Pflegedienst dem Ende zu. Besonders die letzten Monate waren aufregend für unser Team, da der Neubau unseres Herzensprojekts, des Seniorenzentrum Wohnstadt in der Gartenstraße, fertiggestellt wurde. Am 1. November sind bereits pflegebedürftige Menschen in die modernen, hellen Appartements eingezogen und haben hier ihr neues Zuhause gefunden.

Zum Seniorenzentrum gehört auch unser öffentliches Café/Bistro Wohnstadt...wunderbar, das täglich geöffnet hat und verschiedenste leckere Gerichte zum Mittagstisch und Kaffee und Kuchen am Nachmittag anbietet. Schauen Sie doch einmal bei uns vorbei, gerne zeigen wir Ihnen die Wohnstadt, auf die wir besonders stolz sind.

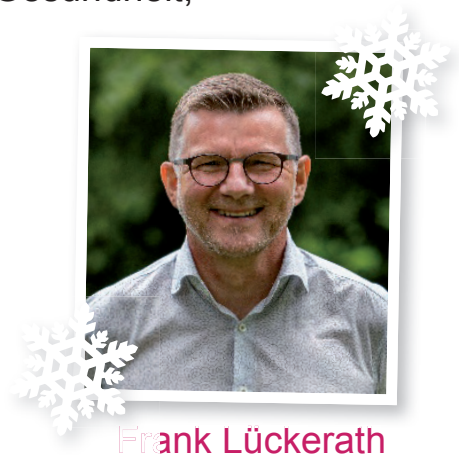
Bitte genießen Sie nun die Lektüre des aktuellen Dompfaff. Vor allem aber genießen Sie die besinnliche Adventszeit, das Funkeln der bunten Weihnachtslichter und die Feiertage im Kreis Ihrer Lieben.

Frohe Weihnachten und ein glückliches, neues Jahr mit viel Gesundheit,

Herzlichst,

Ihr Frank Lückerrath

Pflegepartner Limburg Aktiv!



Frank Lückerrath



Ausflug zur Abtei Marienstatt

Ein toller Nachmittag im schönen Westerwald

Bei bestem Wetter machten sich die Bewohnerinnen und Bewohner der Seniorenresidenz am Stadtpark am 21. August 2017 auf den Weg in den schönen Westerwald.



Mit dem Busunternehmen Steioff ging die Fahrt zur Abtei Marienstatt. Auch unsere Sozialdienstmitarbeiterinnen Dominique Thiel und Manuela Günzel waren mit von der Partie. Neben einer Führung durch den Druidensteig an der Nister entlang, standen auch ein Rundgang durch den Park und Kräutergarten sowie der Besuch der Kapelle im Programm.

Bei Kaffee & Kuchen im Brauhaus der Abtei Marienstatt, das extra für uns geöffnet hat, ging es dann in den gemütlichen Teil über. Gegen Abend ging die Fahrt dann wieder zurück nach Limburg.



Ein toller Nachmittag und wir freuen uns schon auf den nächsten Ausflug.

„Hilfe, wo ist Oma nur hin?“

GPS-Systeme für Demenzerkrankte

Mit fortschreitender Demenz entfernen sich viele Erkrankte immer wieder aus der gewohnten Umgebung. Dabei verlieren sie oft die Orientierung und finden nicht zurück.

Diese sogenannte „Hinlauftendenz“, die früher „Weglauftendenz“ genannt wurde, ist typisch für das Krankheitsbild. Sie kann zu gefährlichen Situationen für die Demenzerkrankten führen und ist für ihre Angehörigen und die Betreuenden belastend. Da Angehörige und Betreuende häufig nicht wissen, wo sich die Betreffenden befinden, können GPS-Systeme bei der Suche hilfreich sein.

Was ist GPS?

GPS (global positioning system) ist ein Positionsbestimmungssystem, das auf Signalen von Satelliten beruht. Es werden unterschiedliche Systeme angeboten, mit denen sich vermisste Personen orten lassen. Um herauszufinden, welche GPS-Lösung für die demenzerkrankten Personen am besten geeignet ist, sollten die Angehörigen und Betreuenden darauf achten, welche Kleidung und Gegenstände die Betreffenden überwiegend tragen bzw. meistens bei sich haben.

Die aus unserem Alltag nicht mehr wegzudenkenden Smartphones sind meist mit einem integrierten GPS-Empfänger ausgestattet, sodass eine GPS-Ortung mit dem Smartphone für einen Großteil der Betroffenen die einfachste Lösung sein dürfte.

Bei aktivierter Ortungsfunktion lässt sich das Smartphone einer demenzerkrankten Person orten.

Bestimmte installierbare Apps ermöglichen es sogar, eine Standortbenachrichtigung einzustellen, mit der Angehörige oder Betreuende automatisch informiert werden, sobald die betreffende Person ihre gewohnte Umgebung verlässt. Die Ortung über eine App auf dem Smartphone ist allerdings nicht möglich, wenn die demenzerkrankte Person ihr Smartphone nicht bei sich hat.

Für solche Fälle stehen andere Ortungssysteme zur Verfügung. So können z. B. sogenannte GPS-Tracker in die Schuhsohle oder die Armbanduhr integriert sein. Auch diese Geräte alarmieren die Betreuenden, sobald die demenzerkrankte Person einen vorher festgelegten Ort verlässt. Voraussetzung ist auch hier, dass die Ortungssysteme nicht zu Hause vergessen werden oder unterwegs verloren gehen.

GPS-Systeme erlauben es nicht nur, eine vermisste Person zu finden, sie geben Pflegenden bzw. Betreuenden auch Sicherheit und bedeuten für sie eine Entlastung.

Nähere Informationen zu GPS-Systemen erhalten Sie in Fachgeschäften und im Internet.

Demenz

Warum das Erinnern immer schwerer wird

Laut Schätzungen von Alzheimer's Disease International leiden derzeit weltweit 46,8 Mio. Menschen unter Demenz, davon leben knapp 1,5 Mio. in Deutschland. Experten sagen voraus, dass die Anzahl der Demenzerkrankten im Zuge des demografischen Wandels stark zunehmen wird. Zu erwarten ist, dass die Zahl der Erkrankten Jahr für Jahr um durchschnittlich 40.000 ansteigt und sich bis 2050 nahezu verdoppelt. Heutzutage ist „Demenz“ der Oberbegriff für rund 50 Krankheitsbilder. Die häufigste Form der Demenz ist die Alzheimer-Krankheit, die weltweit ca. 65 % der Demenzfälle ausmacht.

Was ist Demenz?

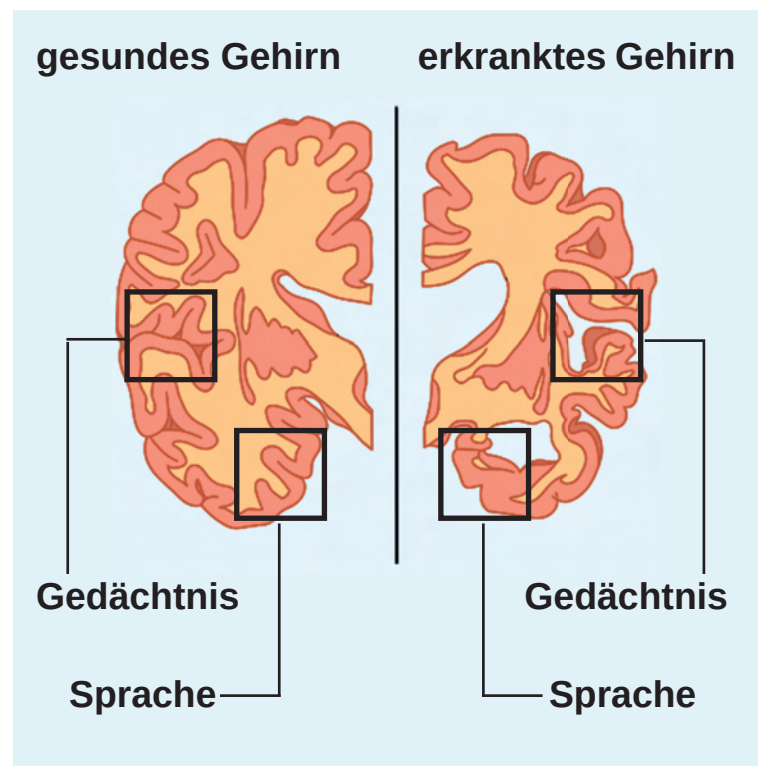
Das Wort Demenz stammt aus dem Lateinischen und bedeutet „ohne Geist“. Als Oberbegriff bezeichnet es Erkrankungsbilder, die mit einem Verlust geistiger Funktionen wie Denken, Erinnern, Orientieren und Verknüpfen von Denkinhalten verbunden sind und dazu führen, dass alltägliche Aktivitäten nicht mehr eigenständig durchgeführt werden können.

Ursachen der Demenz

Primäre Demenzen entstehen durch einen Abbau der Hirnsubstanz, es handelt sich dann um eine hirnorganische Erkrankung. Sekundäre Demenzen haben als Ursache andere Erkrankungen wie z. B. Stoffwechselstörungen, entzündliche Erkrankungen des zentralen Nervensystems, Alkoholmissbrauch oder Mangelernährung.

Was passiert im Gehirn?

Bei einer Demenz sind die für das Verhalten, die Persönlichkeit oder kognitive Fähigkeiten zuständigen Abschnitte der Hirnrinde geschädigt. Der Verlust einer großen Zahl von Nervenzellen zeigt sich dabei in einer Schrumpfung des Hirngewebes.



Der Vergleich des Querschnitts eines gesunden Gehirns und des Gehirns eines an Demenz erkrankten zeigt, welche Veränderungen bei einer Demenz vorliegen. Die Symptome einer Demenz sind in erster Linie davon abhängig, welche Zonen des Gehirns betroffen sind. Daher sind die Verläufe von Demenzen, die z. B. durch das Absterben von Gehirnzellen verursacht werden, andere als die von Demenzen, die z. B. durch Gefäßkrankheiten hervorgerufen werden.

Das Gedächtnis und das „Alter“

Demenz oder einfach nur vergesslich?

Wann handelt es sich um Demenz, wann um eine dem Alter entsprechende Vergesslichkeit?

Da im Alter die Leistungsfähigkeit abnimmt, kann eine zunehmende Vergesslichkeit dem Alter entsprechend „normal“ sein. Wenn Sie jedoch verunsichert sind und die im Folgenden beschriebenen Veränderungen feststellen, kann ein Termin in einer Gedächtnis-Sprechstunde sinnvoll sein.

Dort kann festgestellt werden, ob es sich um eine „normale“ Vergesslichkeit handelt. Ein Besuch beim Neurologen ermöglicht, eine hirnorganische Erkrankung gegebenenfalls auszuschließen.



Hinweise auf eine vorliegende Demenz:

- ✓ Sie können sich nicht mehr an kurz zurückliegende Ereignisse erinnern.
- ✓ Sie wissen zeitweise nicht mehr den Wochentag oder die Jahreszeit.
- ✓ Eine neue Umgebung verunsichert Sie.
- ✓ Sie haben zeitweise Wortfindungsstörungen.
- ✓ Sie haben eine Konzentrationsschwäche und können z. B. an komplizierteren Unterhaltungen nicht mehr aktiv teilnehmen.

Früherkennung ist wichtig!

Eine möglichst frühzeitige Behandlung einer Demenzerkrankung trägt entscheidend dazu bei, dass Betroffene länger selbstständig leben können. Die Früherkennung ist daher besonders wichtig. Sollten genannte verdächtige Hinweise auf eine Demenz länger als sechs Monate anhalten, ist ein Demenz-Test für betroffene Personen empfehlenswert.

Fragen Sie Ihren Hausarzt nach einem Neurologen in Ihrer Nähe!

Demenz naturheilkundlich behandeln

alternative Therapieansätze als Prävention

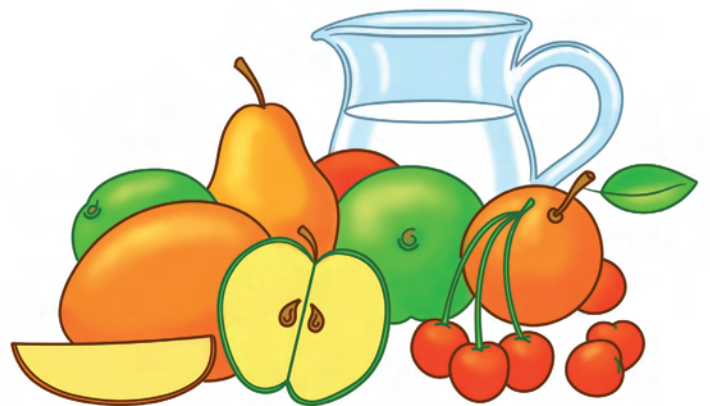
„Demenz“ bedeutet übersetzt so viel wie „schwindender Verstand“. Die Erkrankung wird als Nachlassen zunächst von kognitiven und später auch von emotionalen und sozialen Fähigkeiten beschrieben. Ursache sind degenerative Veränderungsprozesse in Gehirnbereichen, die für Kurzzeitgedächtnis, Denkvermögen, Sprache und Motorik verantwortlich sind.

Aus Sicht der schulmedizinischen Wissenschaft sind fast alle Formen der Demenz, wie Altersdemenz, Morbus Alzheimer und weitere Formen, unheilbar und nicht reversibel. Neben der Standardbehandlung mit Antidementiva (Wirkstoffen gegen Demenz) in der konventionellen medikamentösen Therapie bietet auch die Naturheilkunde mehrere Mittel an. Vor allem zur Prävention und zur Verzögerung der Symptome sind alternative Therapieansätze sinnvoll.

Ernährung und Vitamine

Die Ergebnisse von epidemiologischen Studien und Ernährungsstudien legen nahe, dass mehrfach ungesättigte Fettsäuren eine vorbeugende Wirkung gegen Demenz entfalten. Speziell Omega-3-Fettsäuren, die in pflanzlichem Leinöl und in Ölen aus fettem Seefisch wie Lachs und Kabeljau enthalten sind, können in frühen Phasen das Fortschreiten einer Demenz verzögern.

Dies gilt insbesondere für das Krillöl, das Omega-3-Fettsäuren in spezieller und für den Körper besser aufnehmbarer Form enthält. In der Ernährung spielen die Zufuhr von Antioxidantien, die vor allem aus Gemüse, Obst, Vollkornprodukten und Nüssen stammen, sowie ihr Gehalt im Blut eine wichtige Rolle. Die in ihnen enthaltenen Stoffe Vitamin C, Vitamin E und Folsäure können das Erkrankungsrisiko senken und das Voranschreiten der Krankheit verlangsamen.



Als weiterer Risikofaktor gilt ein Mangel an Vitamin B12 und Vitamin B6. Die B-Vitamine sind Nervenvitamine und daher von großer Bedeutung im Ernährungsplan. Sie sind in Fisch, Fleisch und Milchprodukten enthalten. Dennoch kann im Alter die Aufnahme aus der Nahrung über die Magenschleimhaut gestört sein, sodass eine zusätzliche Einnahme von Vitamin B12 in Kapsel- oder Tropfenform ratsam ist.

Pflanzenheilkunde

Auch Ginkgo-Präparate beeinflussen den Krankheitsverlauf positiv. Die Kosten einer Verschreibung werden durch die gesetzliche Krankenversicherung übernommen. Empfohlen wird eine tägliche Dosis der chinesischen Heilpflanze Ginkgo biloba von 240 Milligramm. Mit der Einnahme soll möglichst schon im Frühstadium begonnen werden, um die Gedächtnisleistung länger zu erhalten. Die Pflanze verbessert die Durchblutung und wirkt auch bei Konzentrationsstörungen, Schwindel, Kopfschmerzen und Ohrensausen.

Weitere Heilpflanzen, bei deren Einnahme eine Verbesserung der kognitiven (wahrnehmenden und erkennenden) Fähigkeiten in klinischen Studien festgestellt wurde, sind Salbei und Ginseng.

Kognitive Therapie

Mithilfe der kognitiven Therapie sollen die Wahrnehmungsempfindungen, die Gedächtnisleistung und die motorischen Ressourcen der Betroffenen gefördert und erhalten werden. Es gibt verschiedene Behandlungsansätze.

Die Ergotherapie stellt eine Arbeits- und Beschäftigungstherapie dar, die die Handlungs- und Betätigungsfähigkeit der Patienten stimuliert und aufrechterhält.

Dies kann durch manuelle Tätigkeiten wie Korbflechten und Handarbeit oder durch geistige Aktivitäten, z. B. beim Legen eines Puzzles, geschehen. Kognitives Training und Gedächtnistraining fördern die Merk- und Erinnerungsfähigkeit, z. B. mit Bilderkennungsspielen wie Memory oder Übungen zur Umgebungsorientierung.

Musiktherapien und Kreativtherapien eignen sich für Menschen mit fortgeschrittener Demenz. Sie geben den Betroffenen die Möglichkeit, sich musikalisch oder kreativ, z. B. durch Zeichnungen oder Basteln, auszudrücken, wenn dies durch Sprache nicht mehr hinreichend möglich ist. Die Kreativtherapie fördert zudem die motorischen Fähigkeiten.

Ein bundesweites Verzeichnis über alle niedergelassenen Heilpraktiker sowie Therapie- und Diagnoseverfahren stellt der **Fachverband Deutscher Heilpraktiker e. V.** auf der folgenden Webseite zur Verfügung:

www.heilpraktiker-direktsuche.de

Je nach individuellem Bedürfnis und Interesse können so Therapeuten in der eigenen Region zum jeweiligen Therapieverfahren gefunden werden.

Demenz: wer haftet bei Schäden?

Versicherungsschutz bei Schäden durch Demenzerkrankte

Eine Demenzerkrankung führt zu einem Verlust geistiger Fähigkeiten. Beeinträchtigt sind u. a. das Denkvermögen und die Orientierung. Dies kann im Verlauf der Krankheit dazu führen, dass Betroffene sich und andere durch ihr Verhalten in Gefahr bringen. Gefährliche Situationen entstehen z. B., wenn Erkrankte vergessen, den Herd nach dem Kochen abzuschalten, oder wenn sie auf die Straße laufen, ohne auf den Verkehr zu achten.

Haftung

Eine Demenzerkrankung steigert das Schadensrisiko der Betroffenen deutlich. Sie können in den meisten Fällen jedoch nicht für den verursachten Schaden verantwortlich gemacht werden. Die Krankheit schließt die freie Willensbestimmung aus, d. h., dass die erkrankte Person den Schaden nicht schuldhaft verursacht. Wenn Demenzerkrankte z. B. ein Kaufhaus mit Ware verlassen, ohne zu bezahlen, wissen sie aufgrund ihrer Erkrankung nicht, dass sie etwas Falsches tun. Käme es zu einer Anzeige wegen Diebstahls, würde das Verfahren in der Regel wegen eingeschränkter Schuldfähigkeit eingestellt werden.

Verletzung der Aufsichtspflicht

Angehörige und Pflegepersonal haften allerdings, wenn eine Verletzung der Aufsichtspflicht vorliegt, denn sie sind verpflichtet, alles zu unternehmen, um von Demenzerkrankten ausgehende Gefahren zu vermeiden. Verursachen Demenzerkrankte z. B. einen Verkehrsunfall im Beisein einer aufsichtspflichtigen Person, wird geprüft, ob diese ausreichend gehandelt hat, um den Unfall zu verhindern. Nur wenn dies nachgewiesen werden kann, ist die Aufsichtsperson entlastet und haftet nicht. Eine solche Beweisführung ist allerdings äußerst schwierig.

Haftplichtversicherung bei Demenz

Demenzerkrankte sollten daher eine Haftplichtversicherung abschließen, um sich gegen Kostenrisiken aufgrund von Schäden, die sie verursacht haben, zu schützen. Wichtig ist, den Haftplichtversicherer über die Demenzerkrankung zu informieren. Andernfalls kann die besondere Situation der Erkrankung in bestimmten Fällen zum Verlust des Versicherungsschutzes führen. Prüfen Sie daher, wie weit der Versicherungsschutz reicht.

Bedingung für das Eintreten einer Schadensersatzpflicht der Haftpflichtversicherung ist, dass der Schadensverursacher für den Schaden verantwortlich gemacht werden kann. Dies setzt wiederum dessen Zurechnungsfähigkeit voraus. Demenzerkrankte können im Verlauf ihrer Erkrankung jedoch unter Umständen als nicht zurechnungsfähig und damit als deliktunfähig bewertet werden.

Um entstandene Schäden dennoch abzudecken, bieten einige Versicherer sogenannte Deliktunfähigkeitsklauseln für Demenzerkrankte an, die zusätzlich abgeschlossen werden können.

Unfallversicherung

Demenzerkrankte haben ein höheres Unfallrisiko. Doch deckt auch der Versicherungsschutz privater Unfallversicherungen Unfälle von Demenzerkrankten nicht immer ab. Kann eine versicherte Person aufgrund einer Bewusstseinsstörung z. B. wegen eingeschränkter Aufnahme- und Reaktionsfähigkeit auf eine Gefahrenlage nicht mehr angemessen reagieren, wie dies ist bei Demenzerkrankten der Fall ist, greift der Versicherungsschutz nicht.

Hinweis

Jeder Schadensfall ist individuell zu beurteilen, da auch Demenzerkrankte in einem fortgeschrittenen Stadium Phasen haben, in denen sie im Vollbesitz ihrer geistigen Fähigkeiten sind. Stellt sich heraus, dass dies zum Zeitpunkt eines Schadens der Fall war, so kann auch eine an Demenz erkrankte Person haftbar gemacht werden.

KFZ-Haftpflichtversicherung

Eine Demenz-Erkrankung kann Auswirkungen auf Konzentration, Orientierungssinn und Reaktionsgeschwindigkeit der Betroffenen haben, sodass Entfernungen und Geschwindigkeiten nicht mehr richtig eingeschätzt werden können. Aufgrund dieser Fahruntüchtigkeit sollte sich kein Erkrankter mehr hinter das Steuer setzen.

Tut er dies dennoch und verursacht aufgrund seiner Geistes- oder Bewusstseinsstörungen einen Unfall, zahlt laut des Straßenverkehrsgesetzes zwar die Versicherung den Schaden des Unfallgegners, holt sich das Geld anschließend aber vom Versicherten zurück. Bei der Kraftfahrzeughaftpflicht gilt grundsätzlich, dass das Fahrzeug und nicht die Person versichert ist.

Grünkohl

Ein Kohl, viele Möglichkeiten

Grünkohl, eine Zuchtform des Wildkohls, gehört zur Familie der Kreuzblütengewächse. Das typische Wintergemüse ist unter unterschiedlichen Namen wie Braunkohl, Krauskohl, Federkohl (in der Schweiz) oder Boerenkool (in den Niederlanden) bekannt. Grünkohl ist ein echter norddeutscher Klassiker und zählt zu den nährstoffreichsten und gesündesten Gemüsesorten.

Grünkohl ist auf der ganzen Welt verbreitet. Seine Urform, der Wildkohl, kommt heute noch in den Mittelmeerländern vor. Kräuterbücher kennen den Grünkohl in Deutschland bereits seit dem 16. Jahrhundert. Er erfreut sich seitdem großer Beliebtheit.

Grünkohl ist eine sehr schnell wachsende Blattkohllart. Die vielen gelben Blüten bildet er allerdings erst im zweiten Jahr.

Beim Anbau des Kohls ist vor allem auf einen ausreichend tiefen Boden und genügend Abstand zwischen den Pflanzen zu achten. Dies verringert das Befallsrisiko durch die Kohlflye.

Grünkohl ist nicht nur unglaublich lecker und vielseitig in der Küche verwendbar, ihm werden auch zahlreiche positive und heilende Eigenschaften nachgesagt.

So heißt es, dass er Entzündungen hemmt und vorbeugend gegen Krebs wirkt. Er enthält zehnmal mehr krebsvorbeugende Stoffe als z. B. Brokkoli, der bisher als DAS Gemüse gegen Krebs galt.

Außerdem enthält Grünkohl viel Vitamin A und Vitamin C sowie cholesterinsenkende Stoffe. Er gilt damit zu Recht als „Superfood“. Der Kohl sollte jedoch immer schonend zubereitet werden, damit die gesunden Inhaltsstoffe besser erhalten bleiben.

Ob gekocht mit Kasseler, als Chips aus dem Ofen, roh im Salat oder als grüner Smoothie, der Grünkohl ist ein vielseitiger Klassiker der nicht nur gesund sondern auch lecker ist.

Trauen Sie sich und seien Sie kreativ, sie werden es nicht bereuen. Wir wünschen Ihnen viel Spaß und natürlich einen guten Appetit!



Grünkohl-Smoothie

Die grüne Vitaminbombe

ZUBEREITUNG:

Die **Orangen** auspressen.

Kiwi und **Banane** schälen, **Apfel** und **Kaki** in spalten Schnitten und **Grünkohl** waschen.

Den Orangensaft mit allen anderen Zutaten im Mixer mixen.

Nach Bedarf den Smoothie mit etwas Wasser verdünnen.

Guten Appetit!



Zutaten:

*3 Orangen
1 Kaki
1 Kiwi
½ Banane
½ Apfel
Handvoll Grünkohl*

Demenz – Umgang und Kommunikation

Worauf Sie achten und was Sie vermeiden sollten

Was ist wichtig bei der Kommunikation mit an Demenz erkrankten Personen?

- ✓ Wenden Sie sich den Menschen auf Augenhöhe zu. Sitzen die Betroffenen, dann knien Sie sich hin.
- ✓ Halten Sie Blickkontakt und hören Sie aufmerksam zu.
- ✓ Sprechen Sie mit freundlicher und ruhiger Stimme, nicht lauter als üblich.
- ✓ Unterstreichen Sie Ihre Worte durch Gestik, Mimik und gegebenenfalls Berührungen.
- ✓ Wiederholen Sie Ihre Worte, ohne sie abzuwandeln.
- ✓ Lassen Sie den Betroffenen Zeit zum Antworten.
- ✓ Überhören Sie Anschuldigungen.
- ✓ Vermeiden Sie das Abfragen von Fakten wie z. B. des Datums.
- ✓ Verweisen Sie nicht auf Defizite, loben Sie Gelungenes.
- ✓ Stellen Sie keine Warum-Fragen.
- ✓ Stellen Sie immer nur eine, nicht mehrere Fragen.
- ✓ Verwenden Sie kurze, klare Sätze.
- ✓ Wenn sich Betroffene nicht mehr artikulieren können, lesen Sie ihre Gestik und Mimik.

Was ist positiv im Umgang mit an Demenz erkrankten Personen?

- ✓ Für Geborgenheit, Sicherheit und Zuwendung sorgen.
- ✓ Es nimmt den Betroffenen Ängste und gibt Halt.
- ✓ Vorhandene Fähigkeiten fördern und die Betroffene in die alltäglichen Handlungen mit einbeziehen. Hierbei geht es um das Miteinander.
- ✓ Sich an der Biografie der Betroffenen orientieren und tun, was ihnen Spaß macht.
- ✓ Für Bewegung in Form von Spaziergängen oder Sitzgymnastik sorgen.
- ✓ Mit leichten Handmassagen oder einfachen Berührungen Zuwendung vermitteln und beruhigen



Was sollte vermieden werden?

- ✗ Schimpfen oder Vorhaltungen machen. Nehmen Sie sich zurück und korrigieren Sie die Situation, ohne sie zu kommentieren.
- ✗ Aufzwingen der Realität. Die Betroffenen haben mit ihrer Wahrnehmung recht.
- ✗ Lachen über auffallendes oder unangemessenes Verhalten der Betroffenen. Sie spüren dies und schämen sich.
- ✗ Hirnleistungsübungen. Sie zeigen den Betroffenen oft, dass sie Defizite haben.
- ✗ Reizüberflutung (z.B. Hintergrundgeräusche), eine unruhige Umgebung sowie Zeit- und Leistungsdruck
- ✗ Fragen, die die Betroffenen wahrscheinlich nicht beantworten können



GRUNDSATZ

Nehmen Sie die Betroffenen so an, wie sie sind, da sie ihr Verhalten nicht mehr ändern können. Wenn sie unangemessen reagieren, tun sie es nicht mit Absicht, denn sie sind krank. Behandeln Sie sie mit Respekt und Wertschätzung und nehmen Sie sie ernst.

Denken Sie auch an sich!

Menschen, die eine an Demenz erkrankte Person pflegen und betreuen, investieren viel Zeit und Kraft. Sie dürfen dabei nicht Ihre eigene Gesundheit aus den Augen verlieren. Sie sollten Unterstützung von Freunden, Verwandten, Ehrenamtlichen Helfern oder professionellen Pflegekräften annehmen und sich so vor Überlastung schützen. Eine solche Entlastung durch Freiräume ist wichtig, damit die Demenz der betroffenen Person das eigene Leben nicht völlig bestimmt.

Sprechen Sie uns, Ihren vertrauensvollen Pflegedienst, an.

Wir unterstützen Sie gerne bei der Schaffung von Freiräumen durch die Betreuung Ihrer Angehörigen.

intensiv lernen (ugs.)	▼	Vor- nehm- heit	▼	US-Par- laments- ent- scheide	▼	weib- liches Nage- tier	Wind- schatten- seite	feuer- festes Mineral	▼	▼	Him- mels- richtung	Feiertag
▶						▼	▼		5			▼
Beruf in der Kfz- Industrie		narko- tisiert	▶		6						Eiweiß- gift	
jemeni- tische Münze	▶			stehen- des Ge- wässer	▶			Zeit- alter		Säure- gehalt- wert	▶	
▶					Hunde- laute		Brand- rück- stand	▶				
aufge- schlos- sen		Balken- träger (Figur)		Weste ohne Ärmel	▶					sehr gut, aus dem ...		
tole- rieren, dulden	▶	▼				9	nord- amerika- nische Indianer		europ. Welt- raumorg. (Abk.)	▶		
▶				Brief- anrede		kleine Vogel- voliere	▶				2	
Wasser- vogel	latei- nisch: Tor, Pforte		Vorname der Riefen- stahl	▶				US- Militär- sender (Abk.)	▶			künst- liche Satelliten
kleiner Rundbau	▶								griechi- scher Gott der Künste		tourist. Hoch- saison	▼
Bruder von Vater oder Mutter	▶					befes- tigtes Berber- dorf		Wortteil: Afrika	▶			
▶	8		Männer- name		Süß- wasser- fisch	▶						
Stelle		weib- liche Ziege	▶					Quit- tungen		Ziffern- kennung (engl.)	▶	
ein Farbton	▶	1			leichte Holzart		inneres Hohl- organ	▶				
griech. Muse der Stern- kunde	Vers	Oper von Verdi		laut schreien	▶							
▶	▼	▼				Palästi- nenser- organi- sation	▶			Zwerg der Edda		Substanz der Gene (engl.)
gefall- süchtig	▶		4			modern	Abk.: euro- päische Norm		ermü- dend	▶	7	▶
franzö- sischer Frauen- name	▶			Gewin- nerin	▶							
Symbol- figur Frank- reichs	3								afrika- nische Palmen- art	▶		

raetselstunde.com

1	2	3	4	5	6	7	8	9
---	---	---	---	---	---	---	---	---

Literarische Weinprobe und Herbstwanderung

1001 Nacht im St.Georg

Im September fand wieder die beliebte literarische Weinprobe mit Nicole und Herbert Frenken statt, die diesmal unter dem Motto „1001 Nacht“ stand.



Mit orientalischen Geschichten verzauberte das Ehepaar Frenken die Bewohnerinnen und Bewohner des Betreuten Wohnen im St.Georg und kredenzte köstliche Weine zum Probieren. Die literarischen Weinproben sind immer ein Genuss für alle Sinne. Alle sind schon jetzt gespannt auf das nächste Mal und freuen sich sehr darauf.

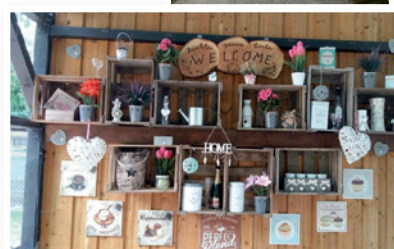


Herbstwanderung nach Linter

Querfeldein unternahmen die Bewohnerinnen und Bewohner der Seniorenresidenz am Stadtpark eine launige Herbstwanderung. Bei schönstem Wetter ging es mit den Sozialdienstmitarbeiterinnen Manuela Günzl und Dominique Thiel über die Felder ins benachbarte Linter. Auch unsere vierbeinigen Freunde waren mit von der Partie; die Züchterklausur war das Ziel.



Dort angekommen, gab es in geselliger Runde Kaffee und leckeren Kuchen. Herzlichen Dank an die Mitarbeiter der Züchterklausur Linter, die extra an diesem Nachmittag für uns geöffnet hatte!



St.Georg feiert Herbstfest

In Dirndl und Lederhosen

Am 6. Oktober fand das diesjährige Herbstfest des Betreuten Wohnen im St. Georg statt.

Höhepunkt des Abends war der Auftritt der Jagdhornbläsergruppe „Hoher Westerwald“. Das Publikum war begeistert und die Bläser wurden viel Beifall bedacht.



Zünftig bayrisch ging es dabei zu, die Damen am liebsten im Dirndl und die Herren in Lederhose.

Die Bewohnerinnen und Bewohner erlebten gesellige Stunden in ausgelassener Stimmung mit lecker bayrischen Schmanckerln. Und natürlich durfte auch die „flüssige Nahrung“ nicht fehlen.



Es war wieder mal ein tolles Fest.

Feierliches Eröffnungsfest in der Wohnstadt

Herzlichen Dank für den wunderbaren Tag

Auf diesen Tag hatte das Team des Seniorenzentrum Wohnstadt lange hingefiebert - am 10. November fand nun endlich das große Eröffnungsfest statt. Mehr als 240 Gäste waren der Einladung gefolgt und kamen zum Sektempfang im Café/Bistro Wohnstadt.... wunderBar zusammen.



Nachdem Pater Schröers und Pfarrer Fischer der Einrichtung gemeinsam ihren Segen erteilt hatten, blieb den Gästen viel Zeit das Haus zu entdecken. Das Küchenteam hatte ein leckeres Fingerfood Buffet zubereitet, und auf allen Etagen saßen Besucher, Bewohner, Familienangehörige und Mitarbeiter beisammen, genossen das gute Essen und führten angeregte Gespräche.

Das Team des Seniorenzentrum Wohnstadt sagt herzlichen Dank für den wunderbaren Tag, die vielen Blumen und Geschenke und vor allem für die tollen Rückmeldungen und Komplimente, die es von allen Seiten bekommen hat.

Moderatorin Nicole Frenken führte mit ganz viel Charme durch das Programm und interviewte Bauherrn, Investoren und Architekten. Max Stillger, Robert Fischer und Architekt Sebastian Plänker von der ABID GmbH hatten vieles zur Entstehung und Entwicklung der Wohnstadt zu erzählen. Sehr emotional wurde das Gespräch, als Frank und Simone Lückerath als Betreiber von ihren persönlichen Erfahrungen und ihrer Motivation berichteten, und Geschäftsführer Jan Zimmerschied den beiden für ihren herausragenden Einsatz vor allem in den letzten Monaten dankte.

Und als Georg Bachmann, ein neuer Bewohner, und zwei Angehörige von ihren ersten Tagen in der Wohnstadt erzählten, kullerten sogar ein paar Tränen. Ortsvorsteherin Sigi Wolf und Michael Stanke als erster Stadtrat überbrachten die Grüße der Stadt Limburg und freuten sich über die Fertigstellung des neuen, modernen Bausteins in der Limburger Pflegewelt.





Gute Pflege
fängt bei den
Mitarbeitern an!

Wir suchen für unser neues Seniorenzentrum in Limburg

- Examierte Pflegekräfte w/m
- Altenpflegehelfer w/m, Krankenpflegehelfer w/m
- Auszubildende Pflegekräfte für 1- und 3jährige Ausbildung w/m
- Koch w/m
- Küchenhilfe w/m
- Betreuungskräfte (auch nach §87b)
- Auszubildende Kaufmann für Büromanagement m/w
- Hauswirtschaftler m/w

Wir bieten Ihnen:

Zeit für gute Pflege. Wir nehmen unser Motto ernst und legen Wert auf eine **offene und kooperative Atmosphäre** und eine hohe Pflegequalität. Die zu pflegenden Menschen stehen im Mittelpunkt unserer Arbeit. Wir möchten ihnen ein großes Stück Lebensqualität im Alter bzw. in ihrer Krankheit schenken. Das Konzept heißt „Pflege à la carte“ – was dies an **Vorteilen für Mitarbeiter** und Senioren heißt, würden wir Ihnen gerne detailliert erläutern.

Unseren hohen Anspruch können wir nur mit einem **motivierten, engagierten Team** erreichen. Wir wissen, was Mitarbeiter in Pflegeeinrichtungen Großartiges leisten und schreiben uns deshalb auf die Fahnen, **unser Team mit allen Kräften zu fördern**, zu unterstützen und gerecht zu entlohnen. Werden auch Sie Teil unseres sympathischen Teams, das Ihnen Raum für Entwicklung sowie **interessante Aufstiegsmöglichkeiten** bietet.

Passen wir zusammen? Dann bieten wir Ihnen einen zukunfts-sicheren Arbeitsplatz an.

Auf Ihre Bewerbung an unseren Geschäftsführer Frank Lückerrath unter f.lueckerath@pflegepartner-limburg.de oder Tel. 06431-77988-0 freuen wir uns.



Seniorenzentrum
Wohnstadt Limburg