

BLITZLICHT EMILIENPARK

WINTER 2021

Journal

Neues aus dem AWO-Seniorenzentrum Emilienpark

DIE liebe LIEBE

Gibt es die große Liebe wirklich
oder ist sie nur ein Mythos?

RESILIENZ STÄRKEN

Nicht unterkriegen lassen!



DAS ERSTE KONZERT
nach gelockerten Corona-
vorschriften



Seniorenzentrum
Emilienpark
Grenzach-Wyhlen



Stefan Nauendorf
Einrichtungsleiter

Liebe Leserinnen und Leser,

der Herbst ist da, das Laub ist bunt gefärbt, der Jahreswechsel nicht mehr lange hin. In dieser Zeit blicken viele zurück aufs (fast) vergangene Jahr, ziehen Bilanz. Und während die einen die vergangenen Monate als Herausforderung erlebt haben, blicken andere positiv zurück, richten ihr Hauptaugenmerk auf gute Momente. Doch wie kommt es, dass Menschen so unterschiedlich mit Veränderungen und neuen Situationen umgehen? Das hängt häufig mit der Resilienz des Menschen zusammen. Was genau das ist und wie man sie stärken kann, erfahren Sie ab Seite 4.

Für die kältere Jahreszeit haben wir in dieser Ausgabe Geschichten für Sie, die Ihnen mit Sicherheit das Herz erwärmen. Denn wir haben mit zwei Seniorinnen und einem Senioren aus unterschiedlichen AWO-Seniorenzentren über das Thema »Liebe und Heirat« gesprochen. Die Bewohnerinnen und der Bewohner erzählen, wie sie die große Liebe gefunden haben und was sie davon halten, dass viele junge Menschen nicht mehr heiraten möchten. Wir hoffen, dass die Geschichten auch Sie dazu anregen, in Erinnerungen zu schwelgen und mal wieder darüber nachzudenken, wie das eigentlich mit Ihrer großen Liebe damals war (Seite 8).

Außerdem erwarten Sie wieder viele weitere spannende Themen aus unserem Haus!

Ich wünsche Ihnen viel Spaß beim Lesen und einen guten Start in den Winter.

Ihr Stefan Nauendorf

ALLGEMEIN

- Nicht unterkriegen lassen!** 4
Resilienz stärken – auch im Alter

SPEZIAL

- Die liebe Liebe** 8
Gibt es die große Liebe wirklich oder ist sie nur ein Mythos?

AKTUELL

- Das erste Konzert** 12
nach gelockerten Corona-Vorschriften

- Hallo, liebe Leserinnen und Leser** 13
Ein bekanntes Gesicht: Philipp Huser

- Grußworte** 14
unseres Bürgermeisters Dr. Tobias Benz

- Weihnachtsrezept** 15
Bethmännchen à la Mama

- Alle Türen springen auf** 16
*Grußwort zum Advent für die Bewohner*innen im Emilienpark*

- Kreuzworträtsel** 18

IHR AWO-SENIORENZENTRUM STELLT SICH VOR

- Ihre Ansprechpartner/innen auf einen Blick** 19



Nicht UNTERKRIEGEN LASSEN!

Resilienz stärken – auch im Alter

Vielleicht ist es Ihnen schon mal in Ihrem eigenen Umfeld aufgefallen: Menschen gehen ganz unterschiedlich mit Krisensituationen um. Während die einen noch Monate später damit zu kämpfen haben, stehen andere bereits nach kurzer Zeit schon wieder mitten im Leben. Der Grund dafür? Resilienz.

Resilienz beschreibt die Fähigkeit, auch während oder nach schwierigen Lebenssituationen die eigene psychische Gesundheit wiederherzustellen. Menschen mit hoher Resilienz leiden weniger darunter, sich an neue Lebensumstände anpassen zu müssen, oder sie können durch die Krisensituation verursachte Einschränkungen besser annehmen. Denken Sie zum Beispiel an das Stehaufmännchen, das nach jedem Umkippen direkt wieder nach oben schwingt, ohne einen Schaden davongetragen zu haben.

Wenn Sie jedoch zu den Menschen zählen, denen es sehr schwerfällt, nach einer Extrem- oder Krisensituation wieder auf die Beine zu kommen, gibt es gute Neuigkeiten für Sie: Resilienz ist keine feste Charaktereigenschaft, sondern ein dynamischer Prozess. Diese kann somit durch eigene Erfahrungen, Inspiration und Ausprobieren gestärkt und verändert werden.

Resilienz kann sich unterschiedlichen Situationen entsprechend verändern. Inwiefern diese Änderungen stattfinden und in welche Richtung sie sich bewegen, kann durch verschiedene Faktoren beeinflusst sein.

Es ist zum Beispiel sehr wichtig, ein starkes soziales Umfeld zu haben. Denn dieses spielt eine bedeutende Rolle bei der persönlichen Entwicklung. Das heißt nicht automatisch, dass man resilienter ist, sobald man mehr Freunde und Familienmitglieder hat als andere. Selbst eine stabile Beziehung zu nur einer Vertrauensperson kann einen positiven Einfluss auf die Resilienz haben.



*Welche
Faktoren
beeinflussen
die eigene
Resilienz?*

Wenn Sie sich und Ihren Fähigkeiten vertrauen, sind Sie resilienter als andere. Sie wissen, dass Sie die extreme Belastung überstehen werden und können unter Umständen sogar auf Situationen in der Vergangenheit zurückblicken, in denen Sie gut gehandelt und schnell zurück ins Leben gefunden haben.

Eine positive Einstellung zum Leben und zu sich selbst hilft Ihnen, auch sehr schwierige Situationen zu durchstehen. Wenn Sie jemand sind, der auf das eigene psychische und physische Wohlbefinden achtet,

ist die Wahrscheinlichkeit größer, dass Sie mit der neuen Situation besser zurechtkommen.

Für Sie ist das Glas immer halb voll statt halb leer? Eine optimistische Einstellung zum Leben hilft vielen Menschen dabei, resilienter zu sein. Sie sehen neue Herausforderungen als Chance,

um sich weiterzuentwickeln und Erfahrungen zu sammeln. Wenn Sie sich sicher sind, dass es nach einer Niederlage nur noch bergauf gehen kann, helfen Ihnen diese positiven Gedanken dabei, schneller ins Leben zurückzufinden. ➤



halb voll



halb leer

► **Resilienz** wird oft auch als »Immunsy
Dementsprechend kann man dieses – genau wi



«system der Seele» bezeichnet. Wie das körperliche Immunsystem – stärken:

1 PFLEGEN SIE KONTAKTE ZU FREUNDEN UND FAMILIE

Investieren Sie genug Zeit in soziale Beziehungen, damit Sie Menschen in Ihrem Leben haben, die Ihnen Sicherheit bieten und denen Sie sich anvertrauen können. Das Wissen, jemanden zu haben, auf den man sich im Ernstfall verlassen kann, mildert nachgewiesen die negativen Folgen einer Krise. Sie brauchen kein großes, sondern ein stabiles Netz, das Sie im Notfall auffangen kann.

2 HABEN SIE SELBSTVERTRAUEN

Veränderungen und Krisen sind Teil des Lebens. Die Situation mag im Moment eine Herausforderung sein, aber ein gesundes Selbstvertrauen kann Ihnen dabei helfen, diese besser zu überwinden. Führen Sie sich vor Augen, dass es sich um eine Phase handelt, die vorübergeht. Denken Sie auch an andere schwierige Herausforderungen, die Sie in der Vergangenheit erfolgreich gemeistert haben, und daran, wie Sie das geschafft haben. Manchmal kann es hilfreich sein, eine Liste zu machen, um sich seine eigenen Erfolge vor Augen zu führen.

3 KÜMMERN SIE SICH UM IHR WOHLBEFINDEN

Unternehmen Sie Aktivitäten, die Ihnen guttun, und praktizieren Sie mehr Achtsamkeit im Alltag. Sport, gesundes Essen, ausreichend Schlaf und Entspannung (durch Meditation zum Beispiel), können sehr hilfreich sein, um die eigene Resilienz zu stärken. Versuchen Sie, Stress zu reduzieren, und gönnen Sie sich eine Pause, sobald Sie merken, dass Sie eine brauchen. Bauen Sie mehr Achtsamkeit in Ihren Alltag ein und setzen Sie dementsprechend Ihre Prioritäten.

4 BLICKEN SIE OPTIMISTISCH IN DIE ZUKUNFT

Akzeptieren Sie Veränderungen als Teil Ihres Lebens. Im Moment mag die Situation zwar ausweglos scheinen, doch kann diese eine wichtige Lektion sein, um persönlich zu wachsen und sich weiterzuentwickeln. Versuchen Sie, objektiv zu bleiben, das Problem zu erkennen und sich darauf zu fokussieren, um es erfolgreich bewältigen zu können.

5 BLEIBEN SIE POSITIV

Verlassen Sie die Opferrolle und vertrauen Sie Ihrer Fähigkeit, Probleme zu lösen, und gehen Sie diese aktiv an. Es mag Ihnen in dem Moment zwar schwerfallen, aber versuchen Sie, positiv auf die Situation zu blicken. Machen Sie sich nicht zu viel Druck und seien Sie nicht zu streng zu sich selbst. Vergessen Sie nicht, zu lachen! Denn Humor ist ein wunderbares Ventil – vor allem in Stresssituationen.





Karin und Dieter Lenza



Die liebe Liebe

Gibt es die große Liebe wirklich oder ist sie nur ein Mythos?

»All you need is love« sangen schon die Beatles. Aber ist die Liebe tatsächlich alles, was man im Leben braucht? Wir haben mit zwei Bewohnerinnen aus dem AWO-Seniorenzentrum am Stadtpark in Villingen-Schwenningen und mit einem Bewohner aus dem AWO-Seniorenzentrum im Kranichgarten in Heidelberg-Pfaffengrund über das wohl schönste Thema der Welt gesprochen. Denn während viele noch auf der Suche nach ihr sind, haben sie die große Liebe bereits vor langer Zeit gefunden.

Auf die Frage, ob es die große Liebe tatsächlich gibt, antworten alle drei mit einem eindeutigen Ja. Karin Lenza (80) ist sich sicher: »Die

große Liebe ist kein Mythos. Ich glaube an die große Liebe. Sie trifft jeden irgendwann.« Während andere viel Geduld haben müssen, hat sie nicht lange auf ihr großes Glück gewartet. Denn ihren Ehemann hat sie damals bereits mit 14 Jahren auf einer Tanzveranstaltung kennengelernt. »Das Tanzen war meine große Leidenschaft«, erinnert sie sich. Ihr späterer Mann hat, obwohl er zwei linke Füße hatte, extra für sie tanzen gelernt. Allerdings nicht ganz ohne Hintergedanken: Ihm war es lieber, wenn Karin mit ihm tanzte, als mit anderen Männern. Die Mühe hat sich letztendlich gelohnt, und beide haben seitdem viele glückliche gemeinsame Jahre miteinander verbracht. Sie haben geheiratet und waren 44 Jahre lang unzertrennlich. Aus der Ehe ging auch ihre gemeinsame

»Die große Liebe ist kein Mythos ...«

Tochter hervor. Wenn ihr Mann noch leben würde, würde sie ihn jederzeit wieder heiraten. Denn auf die gemeinsame Zeit blickt sie sehr gerne zurück: »Mein ganzes Leben mit meinem Mann und vor allem unsere Liebe war etwas ganz Einzigartiges. Wir haben zusammen ein schönes Leben gehabt. Jede Minute mit ihm war besonders.« Dass viele junge Menschen nicht mehr heiraten wollen, sieht sie eher kritisch. Karin Lenza ist sich sicher, dass der Grund dafür ist, dass viele Menschen Angst vor der Heirat und Sorge vor einer teuren Scheidung haben.

Einen weiteren Grund sieht sie darin, dass die jungen Generationen mehr Freiheit wollen, keine Verantwortung übernehmen möchten und

ihre Unabhängigkeit nicht aufgeben wollen. Das findet sie sehr schade, denn sie ist sich sicher: »Eine Partnerschaft ist meiner Meinung nach unbedingt wichtig für ein glückliches und erfülltes Leben.«

Klaus Weirich (84) hat sie sogar zweimal in seinem Leben gefunden. Das einzige Problem: »Bei der ersten großen Liebe wollte meine Mutter mich nicht hergeben.« Beim zweiten Versuch hat es dann zum Glück geklappt. Er hat seine Frau Hannelore auf der Kerwe (Kirmes) kennengelernt und beide wussten sofort, dass es die große Liebe ist. Ihre besondere Verbindung haben sie dann am 17.10.1959 offiziell gemacht und geheiratet. Diese Entscheidung hat er seitdem keinen Tag bereut. Denn er ist sich si-





Klaus und Hannelore Weirich

- cher, dass die Ehe die Zusammengehörigkeit stärkt, und er betont: »Ich würde meine Frau immer wieder heiraten.« Vor allem, als sie gemeinsam schwere Zeiten durchstehen mussten, war er froh, seine Frau an seiner Seite zu haben. Sie hat ihm zu Hause den Rücken freigehalten und sich um das Haus, die gemeinsamen Kinder und seine Büroarbeit gekümmert, als er als Handelsvertreter beruflich viel verreisen musste. Es überrascht dann auch nicht, dass er auf die Frage, ob es ein Rezept gibt, um die Liebe lange aufrecht zu halten, antwortet: »Man muss gemeinsam an einem Strang ziehen. Ich glaube nicht, dass es das eine Rezept für eine lange, erfolgreiche Liebe gibt, denn jeder Mensch ist anders. Aber Zusammenhalt ist meiner Meinung nach sehr wichtig.« Jungen Menschen, die ihre große Liebe noch nicht gefunden haben, rät er, die Hoffnung nicht aufzugeben. Denn er ist sich sicher, dass man eine Partnerschaft für ein glückliches und erfülltes Leben braucht. Man muss etwas Glück haben, die große Liebe zu finden. Das ist manchmal leichter gesagt als getan. Dieses Glück hatte auch Erika Riegger (76). Lange warten musste sie jedoch nicht, denn

ihren Mann Gert hat sie mit nur 16 Jahren auf dem Spielplatz kennengelernt. Dass sie sich begegnet sind, war reiner Zufall. Gert war damals auch erst 17 Jahre alt, aber Erika Riegger hat direkt gespürt, dass es die große Liebe ist. »Mein Mann war meine einzige große Liebe. Außer ihm kam niemand für mich infrage«, erinnert sie sich. Deshalb hat es auch nicht lange gedauert, bis die beiden sich bereits nach zwei Jahren das Ja-Wort gegeben haben. Sie hat diese Entscheidung noch keinen Tag bereut. Auch sie möchte

»Man muss gemeinsam an einem Strang ziehen ...«

andere ermutigen, das Gleiche zu tun: »Es war wirklich schön, mit Gert verheiratet zu sein. Zusammen mit ihm hatte ich die schönste Zeit meines Lebens.« Gekrönt wurde ihr Eheglück mit ihrer gemeinsamen Tochter Manuela, die ihr ganzer Stolz ist. Anderen kann Erika Riegger das Eheleben nur empfehlen: »Ich finde, dass Jugendliche das Gleiche wie ich machen sollten. Liebe, Kuscheln, Zärtlichkeiten, miteinander zu reden und sich gegenseitig Vertrauen zu schenken, machen das Eheleben zu etwas ganz Besonderem.« Daher rät sie Menschen, die ihre große Liebe noch nicht gefunden haben, weiter zu warten und nicht aufzugeben. Denn sie ist sich sicher, dass es zu jedem Topf den passenden Deckel gibt. Auch sie hatte schon immer von der großen Liebe geträumt und war sehr froh, als sie diese dann so früh gefunden hat.

Alle drei sind sich einig: Ohne die große Liebe geht es einfach nicht. Sie ist ein wichtiger Bestandteil unseres Lebens und man sollte bei der Suche nach ihr nicht so schnell aufgeben. Junge Menschen versuchen sie zu ermutigen, sich auf ein gemeinsames Leben mit einer anderen Person und auf die große Liebe einzulassen. Auch, wenn es nicht immer ganz so leicht ist. Denn am Ende ist sie alles, was man braucht, um glücklich zu sein.





Erika und Gert Riegger (oben mit Tochter Manuela)





DAS ERSTE KONZERT *nach gelockerten Corona-Vorschriften*

Endlich war es so weit, das erste Konzert für unsere Bewohnerinnen und Bewohner. Mit gespannter Erwartung kamen unsere Bewohnenden im großen Speisesaal im Foyer zusammen, um sich das erste Mal nach so langer Zeit wieder musikalisch unterhalten zu lassen.

Unter dem Motto »Du sollst der Kaiser meiner Seele sein – Eine bunte Robert Stolz und Emmerich Kálmán Unterhaltungs-Revue« gestalteten Brigitte L. Niemann (Sopran) und Joachim Pack (Piano) am 19.10.2021 einen bunten Unterhaltungsnachmittag mit Liedern aus der Zeit der Donaumonarchie. Mit viel Leidenschaft und wechselnden Kostümen begeisterte das Duo unsere Bewohnerinnen und Bewohner.



Hallo, liebe Leserinnen und Leser!



Ein vielleicht bekanntes Gesicht
in neuer Position:
Mein Name ist Philipp Huser und ich bin seit 15 Jahren Teil der Emilienspark-Familie. Damals bin ich durch den Zivildienst in den Bereich

der Altenpflege gekommen und bis heute geblieben. Nach der Ausbildung ging es für mich immer weiter, bis ich jetzt in der Position der Pflegedienstleitung angekommen bin.

Der Beruf Altenpfleger ist für mich mehr als nur ein Job, gerade in diesen schwierigen Zeiten war es schön zu sehen, dass wir unseren Bewohnenden in der Gestaltung und Bewältigung der Tagesabläufe helfen können. Besonders im letzten Jahr waren wir alle mehr als nur Pflegerinnen und Pfleger, wir waren Helfende, Freundinnen und Freunde, die Person, die einem zuhört, die Schulter, an die man sich anlehnen kann. Man gibt viel und bekommt ein Vielfaches davon zurück. Das sind alles sehr schöne Seiten an der Pflege und das sind ebenfalls die Punkte, weshalb ich so gerne Altenpfleger bin.

Das Arbeiten im Emilienspark ist, so finde ich, ein sehr schönes Arbeiten. Es gibt Höhen und Tiefen, diese gibt es jedoch überall. Da wir mit Menschen arbeiten, darf es ruhig auch mal etwas »menscheln«.

Aber nun etwas über mich. Ich bin mittlerweile 36 Jahre alt und verheiratet. In meiner Freizeit bin ich gerne in der Natur und genieße die Zeit beim Fotografieren. Ein paar Bilder von mir finden Sie auch im Emilienspark. Die Fotografie ist für mich der Ausgleich zu der mich doch for-

dernden Arbeit. In den Wintermonaten bin ich zudem aktives Mitglied in einer Fasnachtsclique.

Bewohnende und Angehörige, die schon etwas länger in unserer Einrichtung sind, kennen mich vielleicht schon aus einer meiner früheren Positionen. Vorher war ich Wohnbereichsleitung auf unterschiedlichen Stationen und seit 1,5 Jahren als stellvertretende und kommissarische Pflegedienstleitung tätig. Das letzte Jahr hat mir viele Einblicke gegeben und für mich war klar, mein nächstes Ziel ist die Pflegedienstleitung. Das Ziel war da, die Gedanken waren geschärft, welche Weiterbildung möchte ich machen, alles war vorbereitet. Der 5-Jahresplan war durchdacht. Doch wie so oft kommt es anders als man denkt, ein Gespräch später und man steht erneut vor der Entscheidung, was mache ich jetzt. Die Position der Pflegedienstleitung war wieder frei, was für mich auch bedeutet, du bist neben der Pflege wieder Ansprechpartner für mehr. Ein paar Nächte und viele Gespräche später war klar: Jetzt oder nie, so eine Möglichkeit kommt nicht so schnell wieder.

Ich möchte mich an dieser Stelle bei allen Kolleginnen und Kollegen bedanken, die mich bis jetzt begleitet und gefördert haben.

Die Pflege ist im Wandel, aber wo kann ich mehr tun, als den Pflegebedürftigen meine Hilfe anzubieten? 15 Jahre Pflege, das ist ein Wort, für mich geht es jetzt weiter in der Position der Pflegedienstleitung. Hier kann ich meine Erfahrung und mein Wissen an die nächste Generation weitergeben, ich kann sie mitnehmen und sie fördern. Gleichzeitig möchte ich uns als Einrichtung vorbereiten auf das, was kommt. Mittlerweile habe ich mich etwas in meine neue Position eingefunden und freue mich auf die kommenden Herausforderungen.





***Liebe Bewohnerinnen und Bewohner,
liebe Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter,
sehr geehrte Damen und Herren,***

auf diesem Wege möchte ich Ihnen allen, persönlich und auch im Namen der gesamten Bürgerschaft von Grenzach-Wyhlen, ein gesegnetes und friedvolles Weihnachtsfest sowie alles erdenklich Gute für das neue Jahr 2022 wünschen.

Das Seniorenzentrum Emilienpark ist eine wichtige Einrichtung für unsere Gemeinde. Hier werden unsere pflegebedürftigen Mitbürgerinnen und Mitbürger nicht nur fachlich betreut, sondern auch mit menschlicher Nähe begleitet.

Wie bereits das Jahr 2020 war auch das nun fast vergangene Jahr 2021 von der Corona-Pandemie geprägt. Dank der Verfügbarkeit von Impfungen wurde zwischenzeitlich vieles wieder möglich, was sehr wichtig für alle ist: Besuche von Angehörigen, geselliges Miteinander und auch kleinere Veranstaltungen. Mittlerweile hat sich das Infektionsgeschehen leider wieder deutlich verschärft. Hoffen wir, dass es gelingt, die vierte Corona-Welle zu brechen und die Pandemie unter Kontrolle zu bringen!

An dieser Stelle danke ich herzlich allen Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern mit Frau Liliane Kreuzer an der Spitze für ihre unermüdliche und ausgezeichnete Arbeit im vergangenen Jahr. Durch das außerordentliche Engagement ist es den Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern gelungen, den Betrieb in Zeiten der Pandemie bestens am Laufen zu halten. Hierfür sage ich Dankeschön und spreche Ihnen Lob und Anerkennung aus.

Der AWO als Betreiberin des Seniorenzentrums Emilienpark danke ich für die sehr gute Zusammenarbeit im vergangenen Jahr und freue mich auf ein gutes Miteinander im kommenden Jahr zum Wohle der Bewohnerinnen und Bewohner, die im Emilienpark ihr Zuhause haben.

Ihnen allen wünsche ich die Kraft, die aktuell schwierige Zeit zu meistern. Erinnern wir uns an die schönen Erlebnisse und blicken hoffnungsvoll in die Zukunft. Denn ich bin zuversichtlich, dass wir diese Herausforderung gemeinsam überstehen werden!

Mit besten Grüßen

Dr. Tobias Benz, Bürgermeister



WEIHNACHTSREZEPT

Bethmännchen à la Mama

- * 250 g Marzipan
- * 50 g Puderzucker
- * 40 g Mehl
- * 1 Eiweiß
- * 65 g gem. Mandeln

Die Zutaten zu einem Teig verkneten und zu kleinen Kugeln rollen. Mit halben Mandeln oder ganzen Haselnüssen verzieren. 1 Eigelb mit etwas Milch verrühren, die Kugeln damit bestreichen. Backzeit: 15 Minuten bei 150 Grad. Guten Appetit!



ALLE TÜREN SPRINGEN AUF

*Grußwort zum Advent für die Bewohner*innen im Emilienpark*

Da sind Autotüren, Kellertüren, Cafétüren. Quietschende, seufzende, klemmende. Uralte und neue. Schiebetüren und Drehtüren. Kleine Gartentörchen und mächtige Schlossportale. Küchentüren und verlockender Plätzchenduft. Kirchentüren, der rote Herrnhuter Stern weist den Hirten den Weg.

Manche Türen lassen sich automatisch öffnen. Andere schließen sich für immer. Und da ist die Tür Deines Herzens.

»Machet die Tore weit und die Türen in der Welt hoch, dass der König der Ehre einziehe!«

(Ps 24,7)

Endlich ist sie da, die Adventszeit! Wir schmücken unsere Türen und zeigen damit: Das Kind in der Krippe, auf das wir warten, wird kommen, ja der König der Ehre wird bei uns einziehen! Alle Türen auf der ganzen Erde werden in jener Nacht aufspringen, über der Erde und unter der Erde werden sie sperrangelweit offenstehen. Ein Windhauch zieht durch sie hindurch und lässt die Kerzen am Adventskranz flackern.

Wir singen gemeinsam: »Macht hoch die Tür« und ahnen, dass die wichtigste Tür, die sich für Gott öffnen soll, die zu unserem eigenen Herzen ist. Wenn diese Tür offen ist, werden sich ganz leicht neue Wege finden, die Weihnachtsbotschaft auch durch geschlossene Türen hindurch

weiterzusagen: per Smartphone und mit Briefen, durch Adventslieder und Posunenklänge in den Straßen, das Schmücken unserer Häuser ...

In der Heiligen Nacht springen alle Türen auf, und auch die Tür unserer Herzen steht offen. Alles, was davor herumstand, ist nun weg: Sperrmüll von früher und das ganze Leergut, Ängste und Sorgen, Wut und Hass, Trauer und Einsamkeit.

Ich spüre den sanften Wind. Es kommt, worauf ich warte. Das Leben. Die Liebe. Weihnachten in mir drin. Engelglanz und Heilwerden. Das kommt alles, auch wenn ich ungeduldig bin, unerleuchtet und viel zu herzensklein.

Es dauert einfach ein bisschen. Weil Gott ein Gott der Geduld ist. Geduldig mit mir und mit der Welt.

Eine gesegnete Adventszeit und ein frohes Weihnachtsfest wünscht

Ihre Pfarrerin Judith Kern





Kreuzworträtsel

Getreide besonders	▼	Best-seller	▼	Jungtier beim Rind	▼	zu einer Zeit Anrede	Audio Kasset- ten	Anpas- sung	▼	Spiel- automat wacklig
▶		7		Werk- stoff Abk. für Sekunde	▶			8		
Spielfeld beim Hornus- sen	▶			▼	Hörfunk aus- zeichnen	▶		2		
▶					▼	Vater Hinter- wäldler	▶			
euro- päisches Meer		Frauen- kleidung Eigenschaft eines Systems	▶			▼		10		
▶				Ich r... aus! Abk. für Diapositiv	▶					boden- glatt
Waldtiere Frisier- mittel	Auszeich- nung aushalten	▶		4			Europäer außer sich	▶		
▶	▼		Indianer Firmen- leiter	▶		5		▼		Gruppe von Tieren
Volks- gruppe Vulkan Italien	▶		▼		Boden- ertrag griechisch zehn	▶			▼	
▶				Dativ von du Gurken- gewürz	▶			angesagt H... mich fest!	▶	
rundes Blech	▶			▼			Bund fürs Leben Studenten- ausschuss	▶		11
▶							▼	bösartig Fels- nische	▶	
Karibik- insel		unge- trübt Anrede	▶					▼		6
▶					9	Gebirge in der Slowakei	▶			
Palm- blätter Adverb	▶			Basken- mütze	▶					3

LÖSUNGSWORT:

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----	----



Schön, dass Sie mehr wissen möchten!

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

Montag – Freitag 8:30 – 12:30 Uhr

Montag, Dienstag, Donnerstag 14:00 – 16:00 Uhr



Stefan Naundorf

Einrichtungsleitung

Tel. 07624 3008-0

stefan.naundorf@awo-baden.de



Philipp Huser

Pflegedienstleitung

Tel. 07624 3008-314

philipp.huser@awo-baden.de



Gabriela Böhler

Sozialer Heimdienst

Tel. 07624 3008-315

gabriela.boehler@awo-baden.de



Cindy Rohde

Verwaltungsleitung

Tel. 07624 3008-0

sz-grenzach-wyhlen@awo-baden.de



Nina Reim

Hauswirtschaftsleitung

Tel. 07624 3008-318

nina.reim@awo-baden.de

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
www.facebook.com/AWOEmilienpark/

REDAKTION

Liliane Kreuzer
und die COMMWORK Werbeagentur GmbH

FOTOREDAKTION

AWO-Seniorenzentrum Emilienpark 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 EMILIENPARK



Das Seniorenzentrum im Überblick

- ✓ 86 Dauerpflegeplätze
- ✓ 2 Kurzzeitpflegeplätze
- ✓ 6 Plätze in der Pflegeoase
- ✓ 36 betreute Seniorenwohnungen
(30 Ein- und 6 Zweizimmerwohnungen)
- ✓ Beratung zu Pflege und Betreuung
(z. B. Finanzierung des Pflegeplatzes)

Weitere Informationen über das AWO-Seniorenzentrum Emilienpark sowie Anmeldeformulare finden Sie unter:
www.awo-seniorenzentrum-emilienpark.de

Wir beraten Sie gern in einem persönlichen Gespräch.
Rufen Sie einfach an oder schreiben Sie uns.

AWO-Seniorenzentrum Emilienpark

Emilienpark 2-8 · 79639 Grenzach-Wyhlen

Tel. 07624 3008-0 · Fax 07624 3008-399

E-Mail: sz-grenzach-wyhlen@awo-baden.de

www.awo-seniorenzentrum-emilienpark.de



Seniorenzentrum
Emilienpark
Grenzach-Wyhlen