

# 's Blädsche



**Mai 2017**

**Singen in  
Gemeinschaft**

---

**Generationen-  
frühstück**

---



**Osterbrunch**

---

## Ursula Herz ist die neue Hausleitung seit dem 01. April 2017

*»Nie ist das menschliche Gemüt heiterer gestimmt,  
als wenn es seine richtige Arbeit gefunden hat.«  
Alexander von Humboldt (\*1769 – †1859)*

Liebe BewohnerInnen, Angehörige, MitarbeiterInnen und  
Freunde unseres Hauses,

mein Name ist **Ursula Herz**, ich bin 48 Jahre alt, habe drei  
erwachsene Kinder und wohne seit vier Jahren in Saarbrücken.  
Lange Zeit habe ich in Oberstaufen im Allgäu gelebt.  
Dort habe ich auch meine Ausbildung als Altenpflegerin abgelegt.



Im Anschluss habe ich eine Zusatzqualifikation an der Christophorus Akademie der LMU  
München als Palliative Care Fachkraft abgelegt. Zwei Jahre habe ich im Paul-Marien-Hos-  
piz in Saarbrücken gearbeitet. Momentan absolviere ich ein Studium Management für Ge-  
sundheits- und Pflegeberufe an der Hochschule Neu-Ulm HNU.

Seit April 2015 war ich im Seniorenhaus St. Irmina in Dudweiler als Wohnbereichsleitung  
und im Anschluss als verantwortliche Pflegefachkraft eingesetzt. Zum 1. April 2017 wurde  
mir die Hausleitung hier in Bischmisheim übertragen.

Ich möchte mich auf diesem Weg bei der Geschäftsführung und der Direktion für das mir  
entgegengebrachte Vertrauen bedanken.

Ebenso möchte ich allen BewohnerInnen, Angehörigen und MitarbeiterInnen des Senio-  
renhauses Bischmisheim einen großen Dank aussprechen, für die vielen Glückwünsche  
und Aufmerksamkeiten anlässlich meiner Benennung zur Hausleitung.

Gleichzeitig gilt mein Dank Herrn Willkomm und Frau Wirtz-Dellwing, die mir das Haus  
vorgestellt und die Abläufe erläutert haben. Ohne ihre Unterstützung und ihre geleistete  
Arbeit wäre ein Neubeginn für mich nicht möglich gewesen.

Ich sehe der gemeinsamen Zeit, die wir in Bischmisheim miteinander verbringen werden,  
mit Freude entgegen und bin gespannt auf gute Gespräche und angenehme Begegnungen.



***Ich freue mich auf mein neues Aufgabengebiet  
und hoffe auf eine gute und vertrauensvolle Zusammenarbeit!***

Es grüßt Sie ganz herzlich

*Ursula Herz*



***Wir gratulieren allen  
Geburtstagskindern des  
Monats Mai herzlich zum  
Geburtstag und wünschen  
Gottes Segen für  
das neue Lebensjahr.***



**HERZLICH WILLKOMMEN**



***Als neue Bewohner begrüßen  
wir ganz herzlich:***

***Frau Carmen Viehmann  
Frau Helga Seidel***

***Wir wünschen Ihnen,  
dass Sie sich bei uns wohl fühlen!***

## Termine im Monat Mai

01.05.2017		Tanz in den Mai
09.05.2017		Generationenfrühstück mit dem kath. Kindergarten
09.05.2017		Scheidter Frauen
12.05.2017		Schuhverkauf Klütsch
14.05.2017		Muttertag
18.05.2017		Kochgruppe
24.05.2017	10.30 Uhr	kath. Gottesdienst
25.05.2017		Christi Himmelfahrt
30.05.2017		Kochgruppe
31.05.2017		Blumen im Außenbereich einpflanzen

## Unterstützung in der Sozialen Betreuung

Text: Kirstin Bach



Seit einiger Zeit haben wir in der Sozialen Betreuung Unterstützung von der Pflege bekommen. Sie sind für die Mittagsbetreuung der Tagespflegegäste zuständig.

Es wird gesungen und Gymnastik gemacht. Bei herrlichen Wetter, das wir in den letzten Tagen hatten, wird natürlich auch die Sonne genutzt. Wie gerne wir an der frischen Luft sind und diese genießen, weiß jeder selbst.

So möchte sich die Soziale Betreuung für die Unterstützung bei Bärbel Keller und Christel Blasius bedanken.



# Singen in Gemeinschaft

Text: U. Schwartz



Warum wir alle regelmäßig singen sollten bzw. warum Singen für uns so wichtig ist.

Gemeinsames Singen ist eine Form der Unterhaltung, die heute scheinbar immer weniger angesagt ist. Das ist sehr bedauerlich, denn Singen belebt, fördert die Kommunikation und macht Freude. Wer singt, ist nie allein und lebt obendrein auch gesünder. Denn am Singvorgang ist nicht nur der Kehlkopf mit den Stimmbändern beteiligt, Singen erfasst vielmehr unseren ganzen Körper.

Wenn wir singen, wird unsere Atmung intensiver, die Lungen weiten sich, es gelangt mehr Sauerstoff in den Blutkreislauf, die Durchblutung in allen Geweben wird verbessert und der Stoffwechsel angeregt. Beim Singen ändern wir auch unsere Haltung, unser Körper wird lockerer und wir sind entspannter.

Singen mobilisiert auch unser Gehirn. Senioren profitieren von regelmäßigem Musizieren bzw. Singen ganz besonders, denn Musik hält geistig fit und sorgt dafür, dass sich der Alterungsprozess des Gehirns verlangsamt, die Gedächtnisleistung sogar verbessert werden kann. Das gemeinsame Singen von bekannten Liedern tut auch dementiell erkrankten Menschen außerordentlich gut.

Neben der liebevollen Zuwendung ist Singen oft der wichtigste und manchmal der einzige Zugang zu verwirrten alten Menschen.

In besonderem Maße nimmt Singen aber positiven Einfluss auf unser seelisches Befinden. Zu allen Zeiten haben Menschen ihre Emotionen über Lieder ausgedrückt und verarbeitet. Singen kann sowohl aktivierend als auch beruhigend wirken. Beim Singen werden nachweislich Stresshormone abgebaut, Aggressionshormone werden stark vermindert, Glückshormone dafür vermehrt ausgeschüttet.

Singen ist somit ein wahrer „Gesundheitserreger“ und seine heilsamen Auswirkungen sind umso stärker, je mehr wir aus Freude und Spaß - also aus ganzem Herzen - singen. Und nicht vergessen: JEDER KANN SINGEN !! Es hilft, wenn wir einfach jede Menge singen, denn durch Übung wird Gesang in jedem Fall besser.

In diesem Sinne: Viel Spaß und Gesundheit bei unseren Singkreisen !

*„Wo man singt, da lass dich ruhig nieder, böse Menschen haben keine Lieder“*  
(Zitat von Johann Gottfried Seume, deutscher Schriftsteller und Dichter, 1804)

## Die Gedenkstätte

Text: Kirstin Bach



Mitte Februar wurde unsere Gedenkstätte von unseren ehrenamtlichen Helfern in liebevoller Arbeit neu gestaltet. Sie wurde vergrößert und mit schönen Blumen neu bestückt.

***Wir möchten uns bei den beiden Helfern recht herzlich für die Mühe bedanken.***



## Grillen mit den Bewohnern

Text: M. Schäfer



Heute war es ein sonniger Tag zum Grillen. So wurde der Grill rausgeholt. Leider piff der Wind so in unserem Innenhof, dass wir uns ein windstilleres Eckchen suchen mussten und auch fanden. Unsere Bewohner warteten schon ganz ungeduldig auf ihre Würstchen und den Lyoner. Dazu gab es selbst gemachten Nudelsalat und selbst gemachten Kopfsalat. Unseren Bewohnern hat es sehr gut geschmeckt.

Zufrieden und gut gesättigt ging ein schöner Abend zu Ende und die Bewohner gingen zufrieden in ihr Bett.

## Ein neues Zuhause

Text: M. Jünger



Vor ein paar Tagen befestigten wir im Innenhof zwei Nistkästen, in der Hoffnung, dass ein Vogelpaar sich dort einnistet. Es dauerte nicht lange, und unser Wunsch ging in Erfüllung. Ein stetiges Rein- und Rausfliegen verzückt unsere Bewohner den ganzen Tag. Einfach schön anzusehen.

Wir warten sehnsüchtig auf den Nachwuchs.

## Frühlingserwachen

Text: M. Jünger



Endlich können wir die dunkle und triste Zeit hinter uns lassen. Der Frühling naht. Die Temperaturen steigen, es wird heller und endlich zieht auch im Haus der Frühling ein. Die Einrichtung ist in bunten Farben dekoriert und im Außenbereich schmücken schöne Blumenkästen das Haus.



## Babybesuch

Heute besucht die kleine **Sophia** unsere Einrichtung.

Wir überreichen ihr ein kleines Geschenk und unsere Bewohner genießen den Besuch des kleinen Sonnenscheines.





## Besuch im Kath. Kindergarten Schafbrücke

Text: M. Jünger



Gegen 9:30 Uhr machten sich Herr Willkomm und Frau Jünger auf den Weg in den kath. Kindergarten. Dort überreichen wir heute eine dicke Turnmatte. Gemeinsam mit den Kindern genießen wir den Morgen, der im Nu vorbei ist. Wir hoffen weiterhin auf gute Zusammenarbeit und dass die Kinder viel Spaß mit dem Geschenk haben.

## Generationenfrühstück

Text: M. Jünger





Endlich ist es wieder soweit. Seit Jahren besuchen uns die Vorschulkinder des evang. Kindergartens Bischmisheim zum Generationenfrühstück. Mit guter Laune im Gepäck kamen die Kinder am Donnerstag gegen 9:00 Uhr zu uns in die Einrichtung. Unsere Bewohner freuten sich sehr über das gemeinsame Frühstück.

Bei Kuchen und Weck, Marmelade und Käse, Obst und vielem mehr genossen alle den wunderschönen Morgen. Zum Abschied gab es noch einen gesunden Apfel und einen Frühlingsgruß für die Eltern. Wir bedanken uns herzlich bei Frau Schuster, der Kindergartenleiterin und ihren Mitarbeiterinnen, die uns diese Treffen ermöglichen. Und allen Schulanfängern einen schönen ersten Schultag.



## Ostereier färben mit unseren Bewohnern

Text: M. Jünger

„Da freut sich aber der Osterhase“, sagt eine Bewohnerin. Heute ist große Hilfe in der Bastelwerkstatt angesagt. Viele Eier müssen auf ihren großen Auftritt vorbereitet werden. Unsere Bewohner färben fleißig die Eier. Ob rot, gelb, grün oder rosa, unsere Eier sind wunderschön. Ein großes Dankeschön an unsere Bewohner für die große Hilfe vom Osterhasen.



## Bibbelsches Bohnesupp

Text: P. Montag

Wir kochten in den Wohnbereichen mit unseren Bewohnern „Bibbelsches Bohnesupp“.  
Zum Nachtisch gab es selbstgebackene Waffeln.



Es wurden die Bohnen, Kartoffeln und das Suppengemüse geschnippelt. Viel Spaß und Freude teilten wir mit unseren Bewohnern. In der Kochgruppe wurden alte Erinnerungen geweckt. Unsere Bewohner erzählten, wie sie ihre „Bibbelsches Bohnesupp“ früher gekocht hatten. Sehr gute Anregungen für unsere nächste Kochgruppe.

(



## Wir basteln und dekorieren zur Osterzeit

Text: U. Schwartz



Einige Bewohner unseres Hauses waren spontan begeistert von der Idee, dem fleißigen Osterhasen kleine, selbst gebastelte Helferhasen unterstützend zur Seite zu stellen. Von den mitgebrachten Bastelmaterialien und der simplen Anleitung waren die Senioren sofort beeindruckt. So wurden die Bäuche und Köpfe der Hasen aus Streifen einer Raufasertapete aufgerollt und die Ohren aus ausgedienten Eierkartons zugeschnitten. Das Ergebnis waren verschieden große braune und weiße Häschen, keines glich dem anderen, jedes ein echtes Unikat. Zusammen mit kleinen, aus bunten Bastschnüren aufgeknaulten Eiern wurden die Langohren auf Baumrinde platziert und fertig war eine kostengünstige und wunderschöne Osterdekoration.

Die Bewohner waren sichtlich stolz auf ihre Werke, aber auch auf ihre noch vorhandene Fingerfertigkeit und nicht zuletzt hatten wir alle viel Spaß beim gemeinsamen Basteln.

So wurde nach und nach unser Haus samt Innenhof auf Frühling und Ostern eingestimmt. Mit Blumen und Schmetterlingen, Hasen und Ostereiern wurden Fenster, Decken, Flure, Beete und Sträucher farbenfroh geschmückt; passend zur Natur, die uns gerade in diesen Wochen wieder mit ihrer Blütenpracht erfreut.



## Da freut sich der Osterhase

Text: M. Jünger



In unserer wöchentlichen Häkel-AG wurden speziell zu Ostern wunderschöne Ostersachen gehäkelt. Ein echter Hingucker. Vom gehäkelten Ei bis zum Osterhasen war alles dabei. Vielen Dank an Frau Mang, die diese Gruppe jeden Mittwoch leitet.

***Ebenfalls vielen Dank an unsere Bewohner für ihr Engagement.***

## Osterbrunch

Text: M. Jünger



Auch in diesem Jahr fand unser traditioneller Osterbrunch statt. Bewohner und Angehörige genossen in gemütlicher Runde ein leckeres Frühstück. Großes Lob von Angehörigen und Bewohnern für unsere schöne Tischdeko, das Essen und den wunderschönen Morgen. Also alles in allem ein gelungener Morgen.



Rhönweg 6  
66113 Saarbrücken

Telefon:  
0681/5 88 05-0

Internet:  
www.cts-mbh.de

Impressum

**Herausgeber:**  
Caritas SeniorenHaus  
Bischmisheim  
Lindenweg 3  
66132 Saarbrücken

Tel: 0681/ 98 90 10  
Fax: 0681/ 89 70 61  
Internet:  
www.seniorenhaus-  
bischmisheim.de

**Verantwortlich:**  
Ursula Herz  
Hausleitung

**Redaktion & Layout**  
Stephanie Ballas

Auflage 300 Stück



## **An den Mai**



Es ist doch im April fürwahr  
Der Frühling weder halb noch gar.  
Komm, Rosenbringer, süßer Mai,  
komm du herbei!  
So weiß ich, was der Frühling sei.  
Wie aber, soll die erste Gartenpracht,  
Narzissen, Primeln, Hyazinthen,  
Die kaum die hellen Äuglein aufgemacht  
schon welken und verschwinden?  
Und mit euch besonders, holde Veilchen,  
wär's dann fürs ganze Jahr vorbei?  
Lieber, lieber Mai,  
ach, so warte noch ein Weilchen!

*Eduard Mörike*