Alten- und Pflegeheim
St. Anna Sulzbach cts

SeniorenWohnen
St. Anna Sulzbach cts

Hauszeitung

Foto: Michael Gries

Rückblick in Bildern: Ausflug in den Blumengarten
Seite 12 bis 14

Rückblick: Nachbarschaftsfest in „Tante Anna“
Seite 26 bis 29

September - Oktober
2017

Vorwort der Hausleitung

Liebe Bewohnerinnen und Bewohner von St. Anna Neuweiler und vom SeniorenWohnen St. Anna Sulzbach, liebe Leserinnen und Leser,

leider entsprach das Titelbild unserer letzten Hauszeitung so gar nicht dem Original, es handelte sich um eine zart lila marmorierte (sehr leckere)Torte, die eine Mitarbeiterin extra für das Sommerfest kreiert hatte.

Warum das Bild so das nicht widerspiegelte, ist uns noch nicht so ganz klar, aber wir arbeiten daran. (Schließlich hatten wir einen professionellen Fotokurs). Und wenn ich schon bei den Faux pas bin, muss ich noch etwas revidieren. Unser Schirmherr hatte natürlich überhaupt kein Problem beim Fassanstich. Sehr gekonnt und mit nur zwei Schlägen und schon floss das Bier. Sorry!

Ja, auch in Sulzbach gibt es stets was „Neues“ zu berichten. So konnte endlich Ende Juli das schon lang ersehnte Eingangsschild gegenüber der Praxis Dr. Croon angebracht werden. Und siehe da, genau zwei Tage zierte es die Hauswand und dann wurde es mit brachialer Gewalt wieder von der Wand entfernt. Wer macht so etwas? und vor allen Dingen, was machen sie damit? und was wollten sie damit bezwecken? Nun ja, es ist schwer sich in diese Menschen hineinzuversetzen. Es wurde Anzeige erstattet und ein neues Schild ist auch schon bestellt, das dauert halt wieder seine Zeit. Wir überlegen gerade, ob wir es an bestimmten Stellen unter Strom setzten werden.

Ich stelle gerade mal wieder fest, wie schnell die Zeit vergeht, acht Monate sind schon wieder um und wir nähern uns unausweichlich dem Herbst. Wenn mich jetzt jemand fragt, wie der Sommer war, würde ich gar nicht so genau wissen, was ich antworten soll. Zu heiß? Zu Kalt? Zu trocken? Zu nass? Petrus hat dieses Jahr alles gegeben und die Extreme bestimmten wohl den Sommer. Ventilatoren und Regenschirme wechselten sich stetig ab und wir Menschen sind ja nun auch wirklich schwer zufrieden zu stellen.

So wollen wir hoffen, dass die Ernte dieses Jahr trotz wechselhaftem Wetter für alle zufriedenstellend ausfällt. Wir feiern jedenfalls unser Erntedankfest am 5. Oktober.

So wollen wir doch hoffen, dass Petrus uns in den nächsten zwei Monaten wohl gesonnen ist und wir noch viele sonnige Tage im Park, im Garten und am Grill verbringen können.

In diesem Sinne, wünsche ich Ihnen einen schönen, bunten Herbsttraum.

Ihre Hausleiterin
Karin Bleif

Man muss nicht weit fahren, um einen schönen Tag zu erleben

Unsere SenTa – Gäste der Tagespflege machten am Dienstag, den 11. Juli einen Ausflug an den Itzenplitzer Weiher. Etwas „bange“ sind wir losgefahren, weil der Wettergott es nicht so gut meinte in den letzten Tagen. Aber dem Sprichwort „wenn Engel reisen …“ konnte er nichts entgegen setzen und hatte uns gutes Wetter geschickt.

Einen freundlichen Empfang der Fischerhütte „zur Dachpapp“ wurde uns durch den Wirt beschert und wir fühlten uns den ganzen Tag gut versorgt.

Nach dem Mittagessen unternahmen wir gemeinsam einen Spaziergang, bei dem einer unserer Gäste einen interessanten Stein gefunden hatte. Einige sahen darin eine Madonna, andere ein Herz.

Auf jeden Fall hatten wir ihn mit nach Hause genommen.

Beim Nachmittagskaffee mit selbstgebackenem Kuchen genossen wir die warmen Sonnenstrahlen. Danach ging es gut gestärkt und gelaunt wieder zurück nach St. Anna.

An dieser Stelle noch einen Dank an Diakon Wolfgang Schu, der uns an diesem Tag begleitete.

Text: Margit Gessner

Heilige Anna
Namenstag unserer Schutzpatronin und Namensgeberin

„Wir beginnen mit einem Gottesdienst und wollen danach noch etwas gemeinsam feiern“, so stand es in der Einladung unseres Hausdiakons Herrn Schu.

Diesem Aufruf folgte am Mittwoch, dem 26. Juli eine große Schar, um den Namenstag der Hl. St. Anna morgens in der Hauskapelle festlich zu begehen.

Die stimmungsvolle Feier wurde bereichert durch den Organisten Herr Sandner, der Lektorin Frau Neuheisel sowie der Küsterin Frau Basler von der Kirchengemeinde St. Hildegard Neuweiler.

Ganz der Tradition folgend wurde anschließend zu einem Umtrunk geladen. Bei einem Gläschen Sekt und kleinen Knabbereien konnten sich Bewohner, Schwestern und Gäste in lockerer Atmosphäre unterhalten und noch ein wenig verweilen.

An dieser Stelle einen herzlichen Dank an alle, die die Gottesdienste in St. Anna gestalten und die den Ordensschwestern und der Einrichtung schon viele Jahre wohlwollend zur Seite stehen.

Text und Fotos: Birgit Müller

„Maus Elvira“

Unsere Futterration von Marley (Hase) wurde knapp und Marley wurde immer dünner. Bis uns auffiel, dass Marley eine große Mitesserin hat. Die kleine „Elvira“ hamsterte tatkräftig das Futter von Marley.

Elvira rennt im Sekundentakt hin und her, hamstert sich die Backen voll und bringt das Futter in ihr Mauseloch.

Damit unser Marley wieder etwas auf die Rippen bekommt, bekam klein Elvira ihre eigene große Futterschüssel.

Text und Foto: Katinka & Kim

Fortbildung wird bei uns GROß? geschrieben!

Alle zwei Jahre heißt es für alle Mitarbeiter der Pflege und unseren Fahrdienst: Antreten zum Erste Hilfe Kurs und alle kamen. Unser Kursleiter, Hendrik Schwab von der Fa. Fritsch unterrichtet uns schon seit vielen Jahren und er macht das sehr gut, unterhaltsam und lehrreich. Die Reanimation kann wohl nicht oft genug geübt werden. Wenn man sich an der Puppe austoben kann, merkt man, wie schnell man an seine Grenzen kommt. Immer mit dem gleichen Druck und Zeitabschnitt auf die gleiche Stelle zu drücken, gar nicht so einfach. Unsere Mitarbeiterin Melanie Hans, Pflegefachkraft, zeigte an dieser Stelle ihr hervorragendes Können (alle anderen auch).

Wir wollen alle hoffen nicht mal in diese Situation zu kommen, weder als Patient noch als Helfer. Man darf nicht vergessen, bis der Notruf abgesetzt ist und der Notarzt eintrifft, können schnell 15 Minuten ins Land gehen und das kann beide Parteien ans Limit führen, aber auch Leben retten.

Auch Fallbeispiele mit realistischer Unfalldarstellung, Auffinden einer bewusstlosen Person, Schlaganfall, Unterzuckerung, Atemnot und Vergiftung standen ebenfalls auf dem Lehrplan. Aber der Spaß und die Freude am Lernen und Üben blieb in keiner Stunde auf der Strecke (siehe Bilder) und so stehen die Termine für nächstes Jahr schon (fast) fest.

Unser Dank gilt unserem Übungsleiter Hendrik Schwab.

Text: Karin Bleif

Die Legende von der Erschaffung der Altenpfleger

Als der liebe Gott die Altenpfleger schuf, machte er bereits den sechsten Tag Überstunden. Da erschien ein Engel und sagte; „Herr, Ihr bastelt aber lange an dieser Figur!“

Der liebe Gott antwortete. „Hast du die lange Liste spezieller Wünsche auf der Bestellung gesehen? Sie soll als Frau und Mann lieferbar sein, wartungsfrei und leicht zu desinfizieren, aber nicht aus Plastik, sie soll Nerven wie Drahtseile haben und einen Rücken, auf dem sich alles abladen lässt, dabei immer so zierlich, dass sie sich in viel zu kleinen Dienstzimmern wohlfühlen kann. Sie muss fünf Dinge zur gleichen Zeit tun können und soll dabei immer noch eine Hand frei haben.“

Da schüttelte der Engel den Kopf und sagte; „Sechs Hände, das wird kaum gehen!“ Die Hände machen mir keine Kopfschmerzen“, sagte der liebe Gott, „aber die drei Paar Augen, die schon das Standardmodell haben soll: Ein Paar, das nachts durch alle Wände sehen vermag, damit eine Nachtwache zwei Stationen betreuen kann, ein zweites Paar im Hinterkopf, mit dem sie sieht, was man vor ihr verbergen möchte – was sie aber unbedingt wissen muss – und natürlich das eine hier vorn, mit dem sie den Heimbewohner ansehen kann und ihm deutet: Ich verstehe Sie und bin für Sie da, ohne dass sie ein Wort sprechen muss.“

Der Engel zupfte ihn leicht am Ärmel und sagte; „Geht schlafen Herr, und macht morgen weiter.“ „Ich kann nicht“, sagte der liebe Gott „ich habe bereits geschafft, dass sie fast nie krank wird, und wenn, dann heilt sie sich selber. Sie kann begreifen, dass zehn Doppelzimmer 40 Heimbewohner bedeuten kann, aber zehn Stellen oft nur fünf Altenpflegerinnen sind; sie hat Freude an einem Beruf, der alles fordert, schlecht bezahlt wird und sie kommt mit wenigen freien Wochenenden aus.“

Der Engel ging langsam um das Modell der Altenpflegerin herum: „Das Material ist zu weich“, seufzte er. „Aber dafür zäh“, entgegnete der liebe Gott. „Du glaubst gar nicht, was es alles aushält!“ „Kann sie denken?“ – „Nicht nur denken, sondern auch urteilen und Kompromisse schließen“, sagte der liebe Gott. Schließlich beugte sich der Engel vor und fuhr mit dem Finger über die Wange des Modells. „Da ist ein Leck“, sagt er, „ich habe Euch ja gesagt, Ihr versucht viel zu viel in das Modell hineinzupacken.“ „Das ist kein Leck, das ist eine Träne!“ – „Wofür ist die?“ „Sie fließt bei Freude, Trauer, Enttäuschung, Schmerz und Verlassenheit“, sagte der liebe Gott versonnen, „die Träne, die Träne ist das Überlaufventil!“

Autor: unbekannt (sicher ein/e Altenpfleger/in) / Foto: St. Anna

Stoff- oder Haustier?

Da hinderte mich doch tatsächlich der Wohnbereichsleiter Udo vom Wohnbereich St. Antonius das abgeschlossene Dienstzimmer zu betreten. Er sprach die Warnung aus, es könnte schließlich ein Kampfhund hinter der Glastür lauern. Erschrocken sah ich mich im Dienstzimmer um, konnte aber nicht wirklich etwas Gefährliches entdecken, außer einer kleinen Hundedecke. Ich musste zweimal hinschauen, um das Minimum an Hund zu entdecken. Udo nahm das kleine Fellbündel auf den Arm und ich wusste nicht recht, ist das ein Stofftier oder ist das ein echter Hund.

Aber er bewegt sich, ja, also ein „echter Rassehund“ namens Chico der York-Biewer Rasse angehörig. So klein und schon ein echter Hund mit großem Herz, denn er liebt sein Herrchen Udo abgöttisch, auch wenn er von der Größe her genau in seinen Schuh reinpasst. Die Heimbewohner sind jedenfalls restlos begeistert von dem winzigen Teil.

So kitschig es klingen mag, man kann ihn nur als „süß“ bezeichnen. Ich beglückwünsche Udo zu seinem neuen Familienmitglied und wünsche ihm und seiner Familie noch viele schöne Stunden mit Chico.

Text: Karin Bleif

Rückblick in Bildern: Ausflug in den Blumengarten

Bienen-Hotel

Glückwünsche

04.09. - Gertrud Berwanger
10.09. - Annelotte Hooß
13.09. - Mathilde Bernarding
16.09. - Margaret Schulz
17.09. - August Both
17.09. - Wally Hendle
17.09. - Gertrud Schmidt
18.09. - Rudolf Hillekum
18.09. - Doris Steinbach
18.09. - Erika Vojvoda
20.09. - Maria Mayer
24.09. - Edith Wolfanger
29.09. - Gerlinde Schuh
30.09. - Norbert Weber
01.10. - Brunhilde Wagner
07.10. - Elvira Berwanger
11.10. - Charlotte Arend
12.10. - Gisela Mees
16.10. - Edith Hans
16.10. - Alfred Straßburger
17.10. - Gudrun Breithaupt
17.10. - Heinz-Georg Sailer
18.10. - Elisabeth Wobido
24.10. - Maria Anders
26.10. - Elisabeth Krauss

Wir wünschen allen unseren Geburtstagsjubilaren viel Glück, Gesundheit und Gottes Segen!

Bauernregeln

Ist der Herbst warm und fein, kommt ein scharfer Winter rein.

Raufrost auf der Flur, milder Witterung Spur.

Späte Rosen im Garten lassen den Winter erwarten.

* *

Ist im Herbst das Wetter hell, bringt es Wind und Winter schnell.

Viel Nebel im Herbst deuten auf schneereichen Winter.

Sitzen die Birnen fest am Stiel, bringt der Winter Kälte viel.

Mitglied werden im
im Förderverein des Alten- und Pflegeheim St. Anna

Mitglied kann jeder werden, der offen ist für die Belange und das Wohl der älteren Menschen. Der Förderverein würde sich freuen Sie als neues Mitglied begrüßen zu dürfen.

Der Jahres-Mitgliedsbeitrag beträgt zurzeit 12,00 €. Dieser Beitrag ist als Mindestbeitrag anzusehen.

Viele der von uns erbrachten Leistungen lassen sich nur durch Spenden und ehrenamtliche Mitarbeit umsetzen. Wir brauchen Ihr Engagement!

Nehmen Sie Kontakt mit uns auf oder unterstützen Sie uns mit einer Spende.

Bei Interesse wenden Sie sich bitte an unsere Verwaltung.
Telefon: 0 68 97 / 578-0

Vielen Dank!

Verein zur Förderung des Altenheimes „St. Anna“ in Sulzbach e.V.

Amtsgericht Sulzbach VR 468
Dudweilerstraße 1 b, 66280 Sulzbach-Neuweiler

Beitrittserklärung

_____ _____ _____
Name **Vorname** **Straße/Ort**

Hiermit erkläre ich meinen Beitritt zum _____ zu dem o. g. gemeinnützigen Förderverein und erkläre mich mit der geltenden Satzung einverstanden.

Der Jahresbeitrag von € 12,00 / € 18,00 / € 24,00 / 30,00 / € ... i. W. _____ ** ist vom Girokonto bei der**

_____ BIC: _____ IBAN: _____
einzuziehen.

Sulzbach, den _____ **_____**
Unterschrift

1. Vorsitzender Peter BASTIAN **2. Vorsitzender Berthold JUNG**

Sparkasse Saarbrücken, BIC: SAKSDE55XXX IBAN: DE64 5905 0101 0054 6809 70
Vereinigte Volksbank eG, BIC: GENODE51SB2 IBAN: DE92 5909 2000 8333 4400 09

Alten- und Pflegeheim
St. Anna Sulzbach cts

SeniorenWohnen
St. Anna Sulzbach cts

Langzeitpflege

- Das Wohnen und Leben in unserem Haus für Sie als Bewohnerin und Bewohner sind von Ihren eigenen Möglichkeiten und Fähigkeiten bestimmt.
- Die individuell geplante Betreuung, Begleitung und Pflege zielt darauf ab, Ihre Selbständigkeit und Eigenbestimmung so lange wie möglich zu erhalten.
- Der Unterstützungsbedarf wird gemeinsam mit Ihnen und gegebenenfalls Ihren Angehörigen ermittelt.

Alten- und Pflegeheim St. Anna, St. Ingberter-Str. 20, 66280 Sulzbach-Neuweiler
SeniorenWohnen St. Anna, Vopeliusstr. 1, 66280 Sulzbach
Tel. 06897/578-0 www.st-anna-neuweiler.de info@st-anna-neuweiler.de

Lassen Sie sich bei einer Hausbesichtigung überzeugen.
Wir beraten Sie gerne.

Bilderrätsel: Herbst
Welches Motiv gibt es nicht 4 mal?

Suchwort: Erntedanksalat

R	X	K	G	H	G	N	O	P	A	W	G	U	X
E	M	W	E	U	H	X	N	X	L	O	P	G	A
T	B	U	T	R	A	U	B	E	M	G	I	D	Q
T	X	C	R	E	P	E	O	B	E	U	V	A	S
I	S	A	E	P	L	X	M	I	J	N	E	B	R
C	T	N	I	J	K	W	P	N	A	V	A	I	U
H	W	O	D	B	L	K	L	W	P	B	Z	R	S
B	Y	W	E	E	E	A	Q	S	F	N	N	N	A
R	T	V	Q	L	I	O	U	S	E	L	K	E	T
X	N	U	S	S	X	D	X	A	L	E	W	D	R
G	Y	E	L	B	Y	R	H	I	N	U	N	T	O
O	N	L	Y	Z	U	H	S	G	E	S	L	U	N
E	U	N	E	L	B	E	U	Z	M	I	P	L	F
Y	S	P	F	L	A	U	M	E	L	Y	C	E	N
E	I	M	I	I	N	Z	G	I	X	L	S	E	Z
R	O	E	E	T	E	U	E	B	R	O	T	N	E
L	N	A	G	L	A	U	Z	W	M	C	B	A	U
S	W	H	B	I	U	T	X	A	Q	C	H	W	X
E	D	T	K	U	E	R	B	I	S	C	P	M	H

Finden Sie folgende Erntedankprodukte:

RETTICH, BIRNE, TRAUBE, GETREIDE, NUSS, BROT, APFEL, HEU, PFLAUME, KUERBIS

Die Begriffe können waagerecht oder senkrecht stehen!

Quiz: Scherzfragen

1. Was ist das? Alle Tage geht sie spazieren, bleibt doch stets zu Haus.

2. Was hört ohne Ohren, redet ohne Mund und antwortet in allen Sprachen?

3. Was ist das? Es rüttelt sich und schüttelt sich und macht ein Häufchen hinter sich.

4. Was kann unter freiem Himmel von der Sonne nicht beschienen werden?

5. Was geht durch alle Lande und bleibt doch, wo sie ist?

6. Es hat ein Loch und macht ein Loch und schlüpft auch selbst durch dieses Loch! Was ist das?

Lösung:
1.) Die Schnecke; 2.) Das Echo; 3.) Ein Sieb;
4.) Der Schatten; 5.) Die Straße;
6.) Die Nähnadel

Rätsel: Sprichworte

1. Neue Besen ...

2. Morgen, morgen, nur nicht heute ...

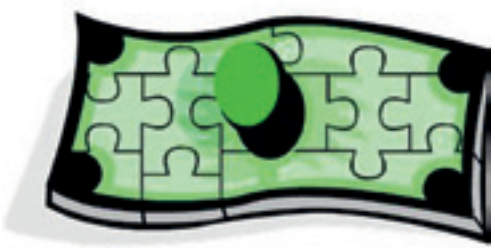
3. Was sich liebt, ...

4. Man soll den Tag ...

5. Wie gewonnen, ...

6. Wo nichts ist, ...

7. Eine Kette ist nur so stark ...



Lösung:
1.) ... kehren gut.
2.) ... sagen alle faulen Leute.
3.)... das neckt sich.
4.) ... nicht vor dem Abend loben.
5.) ... so zerronnen.
6.) ... hat der Kaiser sein Recht verloren.
7.) ... wie ihr schwächstes Glied.

Alten- und Pflegeheim

St. Anna Sulzbach cts

Tagespflege und SenTa (Senioren-Tagesbetreuung) speziell für demenzkranke Menschen

- Tagespflege an allen Tagen der Woche, von 07.00 Uhr bis 18.30 Uhr
- SenTa (speziell für demenzkranke Menschen) von montags bis freitags, jeweils von 08.00 Uhr bis 18.30 Uhr
- kostenloser Schnuppertag
- Für diejenigen, die keine Möglichkeit haben, ihren Angehörigen selbst ins Haus zu bringen, steht ein Fahrdienst zur Verfügung.
- Ebenso ist ein Transport für Rollstuhlfahrer mit dem hauseigenen behindertengerechten Bus möglich

Alten- und Pflegeheim St. Anna, St. Ingberter-Str. 20, 66280 Sulzbach-Neuweiler
Tel. 06897/578-0 www.st-anna-neuweiler.de info@st-anna-neuweiler.de

Lassen Sie sich bei einer Hausbesichtigung überzeugen.
Wir beraten Sie gerne.

Kürbissuppe mit Ingwer

Zutaten (für 2 Personen):
ca. 350 g Hokkaido-Kürbis
2 Zehen Knoblauch
2 mittelgroße Zwiebeln
1 Stück (ca. 5 cm) Ingwer
½ TL gekörnte Gemüsebrühe
1 EL Rapsöl
Currypulver
1-2 EL saure Sahne
Pfeffer

Den Hokkaido-Kürbis waschen, halbieren und Kerne und Fasern mit einem Löffel entfernen. Das Kürbisfleisch mit der Schale in Würfel schneiden. Zwiebel und Knoblauch schälen, die Zwiebel in grobe, den Knoblauch in feine Würfel schneiden. Den Ingwer schälen und fein hacken. Die Instant-Brühe mit 600 ml kochendem Wasser verrühren.

Das Öl in einem großen Topf erhitzen und die Zwiebel darin andünsten. Knoblauch und Ingwer dazugeben und kurz mitdünsten. Mit Currypulver nach Geschmack bestäuben und kurz umrühren. Dann die Kürbiswürfel hinzufügen und unter Rühren rundum anbräunen. Mit der Brühe ablöschen und alles zugedeckt bei schwacher Hitze 15-20 Minuten köcheln lassen, bis der Kürbis vollständig zerfallen ist. Dabei ab und zu umrühren.

Danach die saure Sahne und 100 ml Wasser unterrühren. Alles mit einem Stabmixer fein pürieren und nochmals kurz aufkochen. Zum Servieren die Suppe mit frischem Pfeffer aus der Mühle würzen und in tiefe Teller verteilen.

Nährwerte (pro Portion):
220 kcal, 4 g Eiweiß, 14 g Fett, 14 g Kohlenhydrate, 6 g Ballaststoffe

Empfehlenswert bei: Adipositas, Arthrose, Bluthochdruck, Brustkrebs-Nachsorge, COPD, Diabetes, Divertikulose, Fettleber, Fettstoffwechselstörungen, Gicht, Migräne, Morbus Bechterew, Rheuma, Schuppenflechte, Untergewicht, Wechseljahresbeschwerden

Quelle: www.ndr.de

Alten- und Pflegeheim
St. Anna Sulzbach cts

SeniorenWohnen
St. Anna Sulzbach cts

Kurzzeitpflege

- Die Kurzzeitpflege ist eine zeitliche begrenzte Hilfe rund um die Uhr. Diese Leistung der Pflegekasse wird für max. 4 Wochen pro Kalenderjahr Menschen gewährt, die bereits im Rahmen der Pflegeversicherung eingestuft sind.

- Sie dient Ihnen als Kurzzeitpflegegast, z. B. zur Rehabilitation nach schwerer Krankheit und nach einem Krankenhausaufenthalt als Überleitungspflege, die die Rückkehr in die eigene Häuslichkeit vorzubereiten hilft.

- Sie unterstützt und entlastet Sie als pflegende Angehörige im Falle der Verhinderung durch Krankheit, zur Ermöglichung von Urlaubszeiten oder familiärer Verpflichtungen.

Alten- und Pflegeheim St. Anna, St. Ingberter-Str. 20, 66280 Sulzbach-Neuweiler
SeniorenWohnen St. Anna, Vopeliusstr. 1, 66280 Sulzbach
Tel. 06897/578-0 www.st-anna-neuweiler.de info@st-anna-neuweiler.de

Lassen Sie sich bei einer Hausbesichtigung überzeugen.
Wir beraten Sie gerne.

Kürbis: Die größte Beere der Welt

Sein Aussehen

Der Kürbis zählt zu den größten Beeren der Welt. Wie Zitrusfrüchte, Gurken oder Melonen hat auch er Samen, die im Fruchtfleisch eingelagert sind. Der Kürbis kann die Größe einer Münze, aber auch die eines Traktor-Reifens erreichen. Es gibt ihn in verschiedenen Farben von Orange über Gelb bis hin zu Grün und sogar Schwarz. Die Form kann oval, rund oder mit Auswüchsen versehen sein.

Zahlen und Fakten

Mit rund 800 Arten zählt der Kürbis zu den ältesten Kulturpflanzen der Welt. Zu den bekanntesten Sorten gehören der Hokkaido, der Muskatkürbis sowie der birnenförmige Early Butternut.

Kürbisfleisch ist sehr kalorienarm. Er besteht zu 90 % aus Wasser und hat pro 100 Gramm nur 25 Kalorien. Weitaus gehaltvoller sind dagegen die Kürbiskerne. Sie enthalten pro 100 Gramm insgesamt 500 Kalorien und mehr als 45 Gramm Fett – das entspricht der Energiemenge einer Zwischenmahlzeit.

Sein Nutzen

Im Kürbis ist viel Betacarotin enthalten. Dieses wird im Organismus in Vitamin A umgewandelt und ist für die Sehkraft wichtig. Außerdem wirkt es antioxidant der Bildung von sogenannten freien Radikalen. Im Kürbis steckt auch viel Vitamin C – was besonders jetzt im Herbst wichtig sein kann.

Im Zusammenhang mit Blasen- und Harnerkrankungen wurde der gesundheitliche Nutzen des Kürbisfleisches, des -öls und der -samen nachgewiesen.

Schon gewusst?

Um den Reifegrad eines Kürbisses herauszufinden, kann man mit der geballten Faust sachte auf die Schale klopfen. Wenn ein hohles Geräusch erklingt und der Stilansatz leicht verholzt ist, bedeutet dies: Der Kürbis ist reif.

Er kann mehrere Monate gelagert werden. Das Fruchtfleisch lässt sich gut einfrieren. Bunte Zierkürbisse enthalten Bitterstoffe, die für den Menschen giftig sind. Sie sollten nicht gegessen werden.

Quelle: www.wikipedia.de

Rückblick: Nachbarschaftsfest in „Tante Anna“

Am 26. August feierte „Tante Anna“ sein erstes Nachbarschaftsfest. Andreas Herschler, PDL des SeniorenWohnen St. Anna und die Mitarbeiter beteiligten sich mit einem Grillstand an dem Fest.

Die sommerlichen Temperaturen lockten einige Bewohner auf den Festplatz.

Gegen 18.30 Uhr endete ein unterhaltsamer Nachmittag.

Text: St. Anna

Fotos: Michael Gries

T-SHIRTS

Rückblick: Informationsveranstaltung

Das neue Pflegestärkungsgesetz, das im Januar in Kraft getreten ist, wirft noch immer viele Fragen auf. Um Informationslücken zu schließen, bot „Tante Anna – Treffpunkt der Generationen“ am 20. Juli einen Informationsabend zum Pflegestärkungsgesetz an.

Katja Becker, vom Pflegestützpunkt, und Andreas Herschler, Pflegedienstleiter vom Senioren Wohnen St. Anna, referierten vor vollem Haus und beantworteten Fragen.

Ein gelungener Abend mit vielen Informationen in angenehmer Atmosphäre fand um 20 Uhr seinen Abschluss.

Text: Karin Bleif

Das SWS-Team stellt sich vor

Hinten links:

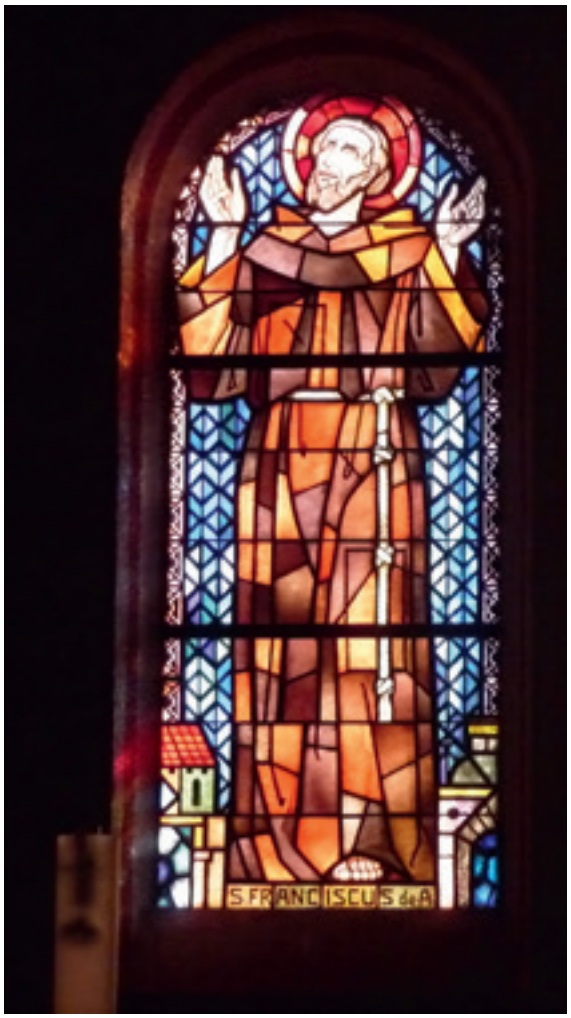
Gabi Matthieu Altenpflegehelferin, Kevin Cujiko exam. Altenpfleger, Lisa Praum exam. Krankenschwester(Nachtdienst), Nermin Üncan exam. Altenpflegerin, Jo-Ann Schorn Altenpflegehelferin, Claudia Thees exam. Altenpflegerin (stellv. PDL), Yvonne Enderlein Altenpflegehelferin u. soz. Begleitung, Gitti Nekola Altenpflegehelferin u. soz. Begleitung, Susanne Kiesgen exam. Altenpflegerin, Oliver Martini exam. Krankenpfleger, Madina Khamdokhova Altenpflegehelferin, Jutta Schichtel Präsenzkraft

Vorne links:

Eva Kurcenkovaite Präsenzkraft, Basel Jawish Praktikant, Miriam Hirth Altenpflegehelferin u. soz. Begleitung, Renate Zimmer exam. Altenpflegerin (Nachdienst), Jenny Zimmer exam. Altenpflegerin, Rasa Kurcenkoviene Präsenzkraft und Andreas Herschler exam. Altenpfleger (PDL)

Franz von Assisi

Der Heilige Franz von Assisi - getauft auf den Namen Giovanni, vom Vater immer Francesco (= kleiner Franzose) gerufen – wird 1181 in Assisi geboren als Sohn reicher Eltern. Sein Vater Pietro Bernardone ist reicher Tuchhändler, der sich wünscht, dass sein Sohn das Geschäft weiterführt. Seine Mutter, Französin, dagegen wünscht sich einen Sohn, mit dem sie singen, dem sie Dichten und Laute spielend beibringen kann. Sein Leben ist zunächst von diesem Reichtum der Familie geprägt: Er verbringt seine Zeit singend, tanzend und Gitarre spielend, er wird „König der Jugend“ bezeichnet. Dann zieht er in den Krieg und muss im dunklen Kerker seine Zeit verbringen. Später zeichnet sich sein „neues Leben“ ab: Er verschenkt kostbare Stoffe aus seinem Haus an Arme. Immer öfter geht er ins Armenhaus. Diese Menschen ziehen ihn an.



So wird er – so würde man es heute nennen – zum Aussteiger: Öffentlich gibt er vor dem Bischof und den Stadtoberen zurück, was er von seinem Vater bekommen hat: seine edlen Kleider. Nackt ist er nun. Jeder sieht, dass er arm ist. Und jeder soll es sehen; er trägt fortan nichts mehr als eine erdfarbene Kutte und einen Stock.

Diese neue Haltung mündet später auch in seiner Regel bei der Gründung seines Ordens der Minoriten, der Minderbrüder: Armut, helfende Tat und Predigt. Dann hat Francesco einen Traum: Gott gibt ihm mit, seine verfallene Kirche wieder aufzubauen. Er nimmt es wortwörtlich und baut das halb verfallene Gebäude wieder auf. Aber es ist mehr als das Haus aus Stein. Es gilt, das Evangelium ernst zu nehmen: Selig die Armen. Kirche ist eben nicht nur ein Haus, es ist ein lebendiges Haus aus Menschen.

Das versteht Bruder Franz. Sehr wörtlich nimmt er auch die bibl. Erzählung der Aussendung der Jünger: Er geht los zu den Menschen und findet schnell Anhänger. Auch Klara von Assisi gehört zu Francesco's Anhängern, die spätere Gründerin der Klarissen.

Franziskus fühlt sich der Natur nahe und nennt die Sonne und die Wasserquellen seine Schwestern, Feuer und Wind sind seine Brüder, und die Erde bezeichnet er als seine Mutter. Jesus ist sein Bruder und auch der Tod. Besonders bekannt ist Franziskus Vogelpredigt: Die Vögel erhalten von Gott ihr schönes Federkleid, der Himmel ist für sie da, in den Bäumen können sie ihre Nester bauen und aus den Bächen trinken. Körner, Früchte und Beeren sind ihre Nahrung. Franz sieht die Vögel fliegen in alle vier Himmelsrichtungen und sieht darin das Kreuz Jesu. So wie die Vögel sind, so sollen auch wir Menschen sein: Gottes Lob in die Welt tragen und nicht an Hab und Gut hängen.

Franziskus Logik: Hätten wir Besitz, so müssten wir ihn verteidigen. Weil wir aber keine Gewalt anwenden wollen, dürfen wir keinen Besitz haben. – Nachdenkenswert. Franziskus ist sozusagen der „Erfinder" der Weihnachtskrippe. Auf ihn geht die erste Krippenfeier 1223 im Wald von Greccio zurück. Das Lied „Laudato si", das vielen bekannt ist, schildert den Sonnengesang des Hl. Franziskus, den Lobgesang des Herrn über seine Geschöpfe. Der Gedenktag dieses Heiligen ist der 4. Oktober. Unser derzeitiger Papst trägt ganz bewusst den Namen Franziskus.

Franz von Assisi / Fenster in der Pfarrkirche Sulzbach Allerheiligen
Foto: Patrik Theis

Septembermorgen

Im Nebel ruhet noch die Welt,
noch träumen Wald und Wiesen;
bald siehst du, wenn der Schleier fällt,
den blauen Himmel unverstellt,
herbstkräftig die gedämpfte Welt
in warmem Golde fließen.

Eduard Mörike (1804-1875)

Wir gedenken unserer Verstorbenen

Wir sollen nicht trauern,
dass wir die Toten verloren haben,
sondern dankbar dafür sein, dass wir sie gehabt haben,
ja auch jetzt noch besitzen:
denn wer heimkehrt zum Herrn, bleibt in der Gemeinschaft
der Gottesfamilie und ist nur vorausgegangen.

Hieronymus (347-420)

Er sprach zu mir: Halt dich an mich, es soll dir jetzt gelingen;
ich geb' mich selber ganz für dich, da will ich für dich ringen;
denn ich bin dein und du bist mein,
und wo ich bleibe, da sollst du sein;
uns soll der Tod nicht scheiden.

Martin Luther

Aktuelle Termine

Von montags bis samstags bieten mehrere MitarbeiterInnen
täglich von 9.00 - 11.30 und von 14.00 - 17.00 Uhr
ein abwechslungsreiches Tagesprogramm an, das speziell die motorischen,
geistigen und psychosozialen Fähigkeiten der Bewohnerinnen und Bewohner unterstützt.

Insbesondere möchten wir Sie auf folgende Aktivitäten aufmerksam machen:

04.09. - 14.00 Uhr	**Kirmesnachmittag in Sulzbach**
06.09. - 14.00 Uhr bis 15.30 Uhr	**Hausmusik mit Astrid von Sehlen für die Wohnbereiche St. Antonius und St. Elisabeth**
07.09. - 15.30 Uhr bis 17.00 Uhr	**Männerstammtisch mit Rolf**
08.09. - 14.30 Uhr	**Tanzcafé mit Rolf**
13.09. - 15.00 Uhr	**Gottesdienst auf dem Wohnbereich St. Hildegard**
14.09. - 10.00 Uhr bis 11.30 Uhr	**Männerstammtisch mit Rolf**
20.09. - 14.00 Uhr bis 15.30 Uhr	**Hausmusik mit Astrid von Sehlen für den Wohnbereich St. Michael**
25.09. - 15.30 Uhr	**Therapie-Hund Miley besucht die Bereiche St. Hildegard & SenTa im St. Anna-Raum**
27.09. - 14.00 Uhr bis 15.30 Uhr	**Hausmusik für den Wohnbereich St. Augustinus**
28.09. - 14.30 Uhr	**Tanzcafé mit Traudel**
04.10. - 15.00 Uhr	**Gottesdienst auf dem Wohnbereich St. Hildegard**
05.10. - 15.00 Uhr	**Erntedankfeier im Augustinussaal**
06.10. - 14.30 Uhr	**Tanzcafé mit Rolf**
11.10. - 14.00 Uhr bis 15.30 Uhr	**Hausmusik für die Bereiche St. Hildegard & SenTa**
12.10. - 10.00 Uhr bis 11.30 Uhr	**Männerstammtisch mit Rolf**
16.10. - 10.00 Uhr bis 11.30 Uhr	**Kennenlernen der Kindergartenkinder mit Traudel im St. Anna-Raum**
18.10. - 14.00 Uhr bis 15.30 Uhr	**Hausmusik für die Bereiche St. Antonius und St. Elisabeth**
19.10. - 15.30 Uhr bis 17.00 Uhr	**Männerstammtisch mit Rolf**
25.10. - 14.00 Uhr bis 15.30 Uhr	**Hausmusik auf dem Wohnbereich St. Augustinus**
26.10. - 10.00 Uhr bis 11.30 Uhr	**Männerstammtisch mit Rolf**
27.10. - 14.30 Uhr	**Tanzcafé mit Traudel**
30.10. - 15.30 Uhr	**Therapie-Hund Miley besucht den Wohnbereich St. Augustinus im St. Anna-Raum**

Änderungen vorbehalten!

cts
Caritas
Trägergesellschaft
Saarbrücken

Rhönweg 6
66113 Saarbrücken

Telefon:
0681/5 88 05-0

Internet:
www.cts-mbh.de

Impressum

Herausgeber:

Alten- und Pflegeheim St. Anna
St. Ingberter- Straße 20
66280 Sulzbach-Neuweiler

Telefon:
06897/ 5 78-0

Telefax:
06897/ 5 78-142

E-Mail:
info@st-anna-neuweiler.de

Internet:
www.st-anna-neuweiler.de

Verantwortlich:

Einrichtungsleiter
Michael Gries

Hausleiterin
Karin Bleif

Redaktion & Layout
Sabrina Elgass

Heute ist der Tag, um glücklich zu sein!

Kein anderer Tag ist dir gegeben,
als der Tag von heute, um zu leben,
um fröhlich und zufrieden zu sein.

Wenn du heute nicht lebst,
hast du den Tag verloren.

Verdüstere deinen Tag nicht mit Angst
und Sorgen von morgen.

Beschwere dein Herz nicht
mit dem ganzen Elend von gestern.

Lebe heute!

An das Gute von gestern,
magst du getrost denken.

Träume auch von den schönen Dingen,
die morgen kommen mögen.

Aber verliere dich nicht ins Gestern oder ins Morgen.
Gestern; schon vorbei! Morgen;
kommt erst noch!

Heute; der einzige Tag, den du in der Hand hast.
Mach daraus deinen besten Tag!

Für Druckfehler sind wir verantwortlich.
Das ist beabsichtigt!
Denn wir bringen für jeden etwas,
auch für Menschen, die stets auf der Suche nach Fehlern sind.