

AUSGABE MÄRZ 2014

Marta  
Schanzenbach

# JOURNAL

Das Magazin für Senioren und ihre Familien



**Hedwig Ulm**

*Eine Offenburgerin mit Leib  
und Seele*



**Johanna Weller**

*Eine Ehrenamtliche stellt  
sich vor*

## Lebensgeschichten

*Über die Bedeutung  
der Biografiearbeit in  
der Altenpflege*



Seniorenzentrum  
Marta-Schanzenbach-Haus  
Offenburg



AKTUELL AUS UNSEREM HAUS

Hedwig Ulm 04

*Eine Offenburgerin mit Leib und Seele*

Johanna Weller 06

*Eine Ehrenamtliche stellt sich vor*

Unser Aquarium 13

*Entspannung pur*

Unter Dach und Fach 14

*Bildungspartnerschaft mit Eichendorff-Schule besiegelt*

Wussten Sie? 16

*Wissenswertes aus der ganzen Welt*



ALLGEMEINE THEMEN

Lebensgeschichten 08

*Über die Bedeutung der Biografiearbeit in der Altenpflege*

MITMACHEN

Rätselspaß für pfiffige Köpfe 12

IHR AWO-SENIORENZENTRUM STELLT SICH VOR

Ihre Ansprechpartner auf einen Blick 15



Liebe Leserinnen und Leser,



Daniel Stadler  
Einrichtungsleiter

»Mittendrin statt nur dabei« – ein Motto, das zum Marta-Schanzenbach-Haus nicht besser passen könnte. Wobei sich das »Mittendrin« auf das Gemeinwesen in den beiden Stadtteilen und Hildboltsweier bezieht. Hier ist das Marta-Schanzenbach-Haus seit Jahren als fester Bestandteil etabliert und integriert.

Neuerdings kommt dies in Form einer Bildungspartnerschaft mit der benachbarten Eichendorff-Schule zum Ausdruck. Im Oktober vergangenen Jahres wurde dieses »Miteinander« zwischen den beiden Institutionen formal besiegelt; die genauen Einzelheiten können Sie auf der Seite 14 nachlesen.

Ebenfalls fest integriert in das lebendige Geschehen hier in der Einrichtung ist unsere Bewohnerin Hedwig Ulm. Körperlich und geistig noch sehr mobil ist sie aus dem Alltag hier im Haus nicht mehr wegzudenken. Wenn Sie Frau Ulm näher kennenlernen möchten – einfach die Seiten 4 und 5 aufschlagen.

Direkt im Anschluss, auf den Seiten 6 und 7, erhalten Sie interessante Einblicke in die Arbeit einer Ehrenamtlichen. Johanna Weller, ein »bunter Hund« in Offenburg, stellte sich den Fragen des Marta-Schanzenbach Journals. Im dazugehörigen Artikel wird schnell deutlich, wie wertvoll und unverzichtbar ehrenamtliches Engagement für eine Einrichtung, vor allem aber für die Menschen ist.

Apropos »unverzichtbar«: Dieses Stichwort passt auch sehr gut zum Aquarium in unserer Einrichtung. Nicht nur Hannelore Neckermann, sondern auch viele weitere Bewohnerinnen und Bewohner zieht es regelmäßig zu diesem Kleinod. Neugierig geworden? Einfach die Seite 13 aufschlagen.

Viel Vergnügen beim Lesen wünscht Ihnen

Ihr Daniel Stadler  
Einrichtungsleiter

Es stellt sich vor:

# Hedwig Ulm

*Eine Offenburgerin mit Leib und Seele*



Als sie im April 1931 in Bohlsbach geboren wurde, war diese inzwischen zu Offenburg gehörende Eingemeindung noch ein selbstständiges Dorf. Dennoch fühlt sich Hedwig Ulm als »Ur-Offenburgerin«, zumal sie gemeinsam mit ihrem Ehemann 1955 in das selbst erbaute Reihenhaus im Ellmenreichweg in Albersbösch zog. Damit gehört sie quasi zu den Pionieren, die diesen Offenburger Stadtteil nach dem Krieg groß werden ließen.

Groß geworden ist auch die Familie von Hedwig Ulm, die aus vier Kindern, sieben Enkeln und drei Urenkeln besteht. Überhaupt ist die Familie Hedwig Ulms ganzer Stolz. Wie gut das Verhältnis zu dieser ist, zeigt sich auch darin, dass die Kinder ihr Zimmer hier im Marta-Schanzenbach-Haus liebevoll eingerichtet haben. Zahlreiche Wandbilder, eine Wanduhr, die Radioanlage, ja sogar ein Minikühlschrank machen diesen Raum im zweiten Stockwerk des Marta-Schanzenbach-Hauses sehr gemütlich.

#### Tagesfahrten waren ihr »Hobby«.

Fragt man Hedwig Ulm nach früheren Hobbys, so erklärt sie, dass dafür wenig Zeit war. Neben der Familie ging sie auch einer Tätigkeit als Raumpflegerin nach. Allerdings, so berichtet sie, war sie oft mit ihrem Mann auf Tagesfahrten unterwegs, bevorzugt im nahegelegenen Schwarzwald.

#### Gehört dazu: Die Tageszeitung

Auch hier im Marta-Schanzenbach-Haus ist Hedwig Ulm noch sehr aktiv. So ist die Tageszeitung für sie ein fester Bestandteil. Diese erhält sie jeden Nachmittag von einer Mitbewohnerin. Dann zieht sich Hedwig Ulm für die nächste halbe Stunde in ihr Zimmer zurück



und beginnt zu lesen. »Wie die meisten alten Menschen, von hinten«, erzählt sie schmunzelnd. Zuerst die Sterbe- und Geburtstagsanzeigen, dann geht's weiter zum Lokalteil. »Als Offenburgerin kennt man so viele Leute, da ist die Zeitung schon interessant«, so das Kommentar von Hedwig Ulm.

#### Gehört zusammen: Volkslieder, Parkanlage und Dauerwelle ...

Wenn man sie auf die Betreuungsangebote hier im Haus anspricht, so kommt spontan die Aussage: »Wenn gesungen wird. Am liebsten die bekannten Volkslieder.« Auch mit ihrem Gehwägelchen ist Hedwig Ulm noch flott unterwegs. Bei schönem Wetter in der Parkanlage, in der kalten Jahreszeit im Aufenthaltsraum. Selbst wenn Hedwig Ulm in den Wintermonaten nicht nach draußen geht, so kann sie das Geschehen auf dem Gelände wenigstens vom Fenster aus beobachten. Ach ja, noch ein »Programmpunkt« liegt Hedwig Ulm besonders am Herzen ... wenn auch nur alle vier Monate. Da besucht sie die Friseurin hier im Marta-Schanzenbach-Haus und lässt sich eine neue Dauerwelle legen.



.....  
 »Wenn gesungen wird.  
 Am liebsten die  
 bekannten Volkslieder.«  
 -----

## Eine Ehrenamtliche stellt sich vor: Johanna Weller (69 Jahre)

Sie ist Kassiererin des AWO Ortsvereins Offen- burg e.V. Gleichzeitig leitet sie die Bastel- gruppe des Vereins, ebenso die Sitztanzgruppe. Stehen jahreszeitliche Feste oder Aktionen wie Grillfest oder die Durchführung eines Trödel- markts auf dem Programm, kann man ebenfalls auf die tatkräftige Unterstützung von Johanna Weller zählen.

Der Kontakt zum AWO-Seniorenzentrum Marta- Schanzenbach-Haus besteht über den Ortsver- ein. Egal ob das Herbstfest des Seniorenzen- trums oder das Grillfest des Ortsvereins. Man unterstützt sich gegenseitig, wovon letztendlich die Bewohner/innen und Mieter/innen profi- tieren. Das alljährliche Herbstfest des Marta- Schanzenbach-Hauses, insbesondere das mitt- lerweile schon legendäre Glücksrad, wäre nichts ohne die Unterstützung der Bastelgruppe.

»Ehrenamtliches Engagement ist für mich auch keine Arbeit, das mache ich einfach gern.«

### Aus Spaß an de´ Freud´

Fragt man Johanna Weller nach den Motiven ihres Engagements, so kommt spontan die Aus- sage »Aus Spaß an de´ Freud´«. »Wir sind ein richtig gutes Team und die Zusammenarbeit ist toll«, so die weitere Aussage. Außerdem bliebe man durch die ehrenamtliche Arbeit selbst mobil.



»Wir sind ein richtig gutes Team und die Zusammenarbeit ist toll.«

»Solange ich gesund bleibe, mir das Ganze Spaß macht und die Angebote von den Leuten angenommen werden – so lange bleib ich auch dabei«, lautet ihr Ausblick in die Zukunft. »Ehrenamtliches Engagement ist für mich auch keine Arbeit, das mache ich einfach gern«, fügt Johanna Weller dazu.

### Der Saal wird gerockt

Bleibt zu hoffen, dass diese Vo- raussetzungen noch lange gege- ben sind, denn Johanna Wel- ler gehört einfach dazu. So zum Beispiel bei den Besu- chen mit ihrer Sitztanzgruppe im Marta-Schanzenbach-Haus. Es sind einfache Tänze im Sit- zen, bei denen selbst körper- lich eingeschränkte Bewoh- ner/innen mitmachen können. Zweimal im Jahr herrscht im Veranstaltungssaal des Marta-

Schanzenbach-Hauses eine rie- sige Stimmung, dann wenn Johanna Weller mit ihrem Team den Saal rockt.

Gerockt wird von dieser Gruppe auch regelmäßig die Landesgar- tenschau. Mit strahlenden Augen erzählt sie von den Auftritten bei den Veranstaltungen in Horb, Nagold oder Schwenningen. Bis auf die Titelseite der Zeitschrift des »Bundesverbandes für Seni- orentanz« hat es die Truppe aus Offenburg geschafft.

### Keiner wird vergessen

In den vergangenen Mona- ten hat sich übrigens im Marta- Schanzenbach-Haus eine schöne Runde zusammengefunden. Nachdem eine Mieterin des Betreuten Wohnens und ehe- maliges Mitglied der Bastel- und Sitztanzgruppe ins AWO-Pfle- geheim umziehen musste und

somit nicht mehr an den Ange- boten teilnehmen konnte, kom- men die ehemaligen Kolleginnen auf Initiative von Johanna Weller zum regelmäßigen Kaffeekränz- chen in die Einrichtung, um die Bewohnerin zu besuchen. Hört man im Erdgeschoss fröhliches Gelächter, weiß man: Es ist wie- der so weit.

### Noch lange nicht zum alten Eisen

Dass Johanna Weller selbst mit 69 Jahren noch lange nicht zum alten Eisen gehört, zeigt das fol- gende Beispiel am besten. Legte sie bis vor einiger Zeit die Musik zu den Sitztänzen per CD auf, so streamt sie diese neuerdings per Bluetooth von ihrem iPod. Sollten Sie nicht wissen, was streamen, Bluetooth und iPod bedeuten: Einfach an Johanna Weller wenden, die kann's Ihnen erklären.

Jeder Mensch ist einzigartig. Wir alle haben unsere ganz persönliche Lebensgeschichte mit Ereignissen, die uns geprägt haben, und mit Gewohnheiten, die für uns wichtig sind. In unserer Lebensgeschichte liegt der Schlüssel für unsere Gefühle, unsere Ansichten und unser Verhalten. Um einen Menschen und dessen Ansichten, Handlungsweisen, Gewohnheiten verstehen zu können, ist es wünschenswert, seine Biografie zu kennen und zu berücksichtigen.



In der Altenpflege spielt die sogenannte Biografiearbeit eine wichtige Rolle. Sie kann die älteren Menschen dabei unterstützen, ihr Selbstbewusstsein zu stärken und die eigene Vergangenheit anzunehmen. Die Beschäftigung mit der eigenen Lebensgeschichte kann demenziell Erkrankten helfen, ihre Lebensqualität zu verbessern. Und den betreuenden Personen gibt sie die Möglichkeit, leichter Zugang zu den Bewohnerinnen und Bewohnern zu finden, um diese besser verstehen zu können. Die Biografiearbeit ist deshalb in den Seniorenzentren der AWO Baden ein ganz besonders wichtiger Bestandteil der Pflege.

#### Durch Erfahrungen geprägt

Es gibt teilweise demenziell erkrankte Personen, die sehr ab-

weisend und manchmal sogar offen misstrauisch gegenüber anderen sind. Diese Menschen lassen kaum jemanden an sich heran oder sie verhalten sich in der Gruppe, zum Beispiel beim gemeinsamen Essen, auffällig. Die Gründe für dieses Verhalten liegen einerseits in altersbedingten körperlichen Schwächen und daraus resultierender Unsicherheit. Denn wer sich nicht mehr auf seine Sinne verlassen, nicht mehr gut sehen und hören kann, der fühlt sich in seiner Umgebung verständlicherweise nicht so sicher wie jemand, der sein Umfeld uneingeschränkt wahrnehmen kann. Es sind jedoch bei Weitem nicht allein körperliche und psychische Ursachen, die diese Art von Verhalten auslösen können. Misstrauen anderen Menschen gegenüber beruht

# Lebens- geschichten

ÜBER DIE BEDEUTUNG DER  
BIOGRAFIEARBEIT IN DER ALTENPFLEGE





meistens auf negativen Erfahrungen in der eigenen Vergangenheit. Im Laufe einer Demenzerkrankung können frühere Erlebnisse zunehmend in den Vordergrund treten. In ihrer Erinnerung, aber auch emotional gehen demente Menschen immer mehr in die vergangene Zeit zurück.

Wer in seinem Leben beispielsweise große menschliche Enttäuschungen erlebt hat, die ihn nachhaltig geprägt haben, der tritt fremden Personen möglicherweise ablehnend gegenüber. Wer den Zweiten Weltkrieg mit all seinen Schrecken durchlebt hat, für den war diese Zeit oft von Ängsten, Not und Entbehrungen gezeichnet, die im Krankheitsverlauf der Demenz in entsprechenden Verhaltensweisen zum Ausdruck kommen können. Und wer in seiner Ver-

gangenheit seinen Besitz verloren hat oder gar beraubt wurde, wird schnell einen Diebstahl vermuten, wenn er einen gesuchten Gegenstand nicht finden kann.

### Gespräche führen

In den Seniorenzentren der AWO Baden gehen die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter auf die Bewohnerinnen und Bewohner ein und nehmen sich Zeit für persönliche Gespräche. Dadurch erfahren sie oft viel über Schulzeit, Familienleben, Berufsausbildung der älteren Menschen, wo deren Bedürfnisse und Interessen liegen, und machen sich so mit der jeweiligen Lebensgeschichte vertraut. Aus den persönlichen Gesprächen lassen sich liebgewonnene Gewohnheiten der Bewohnerinnen und Bewohner erkennen sowie deren Wertschätzung für individuelle oder gesellschaftliche Rituale. Das hilft allen Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern dabei, das Verhalten der Seniorinnen und Senioren, besonders den an Demenz

erkrankten, besser einordnen zu können und prägende Erlebnisse bei den pflegerischen Maßnahmen mit zu berücksichtigen. Das Verstehen schützt auch davor, Verhaltensweisen persönlich zu nehmen.

Diese Gespräche über die eigene Lebensgeschichte tragen entscheidend dazu bei, dass die Beziehung zwischen den betreuenden Personen und den Seniorinnen und Senioren deutlich enger wird.

### Sinne aktivieren – Rituale in der Biografiearbeit

Rituale spielen in der Biografiearbeit eine äußerst wichtige Rolle. Das kann beispielsweise das gemeinschaftliche Decken des Frühstückstisches sein. Eine Tätigkeit, die den Bewohnerinnen und Bewohnern aus ihrer eigenen Biografie vertraut ist und die zu positiven Assoziationen führen kann; ebenso wie etwa der Duft von frischem Kaffee. Diese Art von gemeinsamen Ritualen sowie die Aktivierung der Sinne vermag sich durchaus

positiv auf das eigene Wohlbefinden auswirken. Zudem kann dadurch das typische Gefühl, in seiner eigenen Gegenwart nicht zu Hause zu sein, vermindert werden.

Auch gemeinschaftliche Aktivitäten, wie zum Beispiel Handarbeitskreise oder Spielrunden, bringen Bewohnerinnen und Bewohner zusammen und lassen so Kontakte entstehen. Sie bieten eine gute Möglichkeit, sich auszutauschen, gemeinsam Erinnerungen aufleben zu lassen und alte wie neue Hobbys zu pflegen.

Eine besondere Rolle spielen gesellschaftliche Rituale. Traditionelle Feste wie Weihnachten, Ostern, Erntedank oder das St.-Martins-Fest werden zusammen gefeiert. Dann duftet es im Seniorenzentrum so wie früher zu Hause nach Lebkuchen, nach Gans und Rotkohl. Oder es werden gemeinsam jahreszeitliche Dekorationen hergestellt, was bei den Bewohnerinnen und Bewohnern immer wieder schöne Erinnerungen wachruft.

All diese Feste und Ereignisse werden möglichst nach den Vorstellungen der Bewohnerinnen und Bewohner gestaltet, um Vorfreude, eine vertraute Atmosphäre und Wohlfühl zu schaffen. In den Jahresablauf werden auch andere Feste eingebunden und als Rituale geschätzt, wie zum Beispiel das Wintergrillen. Denn das war auch damals schon schön – als etwa der Vater im Schnee den Feuerkorb angeheizt hat und es in der kalten Luft so herrlich nach den gegrillten Leckereien duftete.

Es sind diese kleinen Geschichten, die das Leben jedes Einzelnen prägen. Die Biografiearbeit mit ihren persönlichen Gesprächen und die Rituale, die es zu pflegen gilt, machen es möglich, in den Seniorenzentren einen Alltag zu erschaffen, der den Bedürfnissen der Bewohnerinnen und Bewohner entspricht.

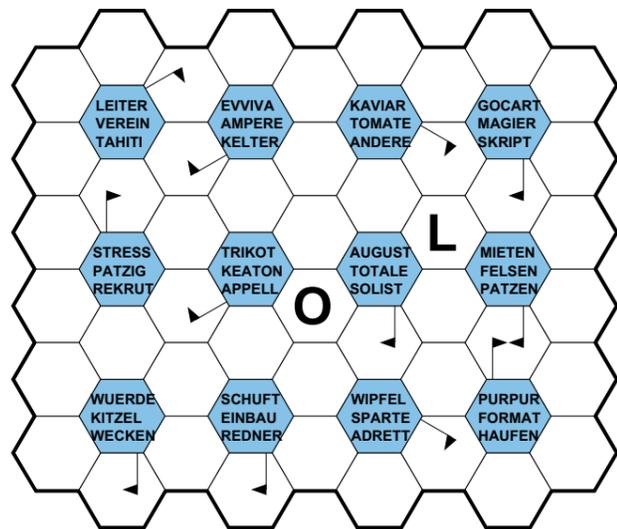
»Es ist uns wichtig, diese Bedürfnisse wahrzunehmen und zu berücksichtigen«, da sind sich die Senioreneinrichtungen der AWO Baden einig.



*Diese Gespräche über die eigene Lebensgeschichte tragen entscheidend dazu bei, dass die Beziehung zwischen den Pflegefachkräften und den Senioren deutlich enger wird.*



**WAABENRÄTSEL**



**BUCHSTABENSALAT**

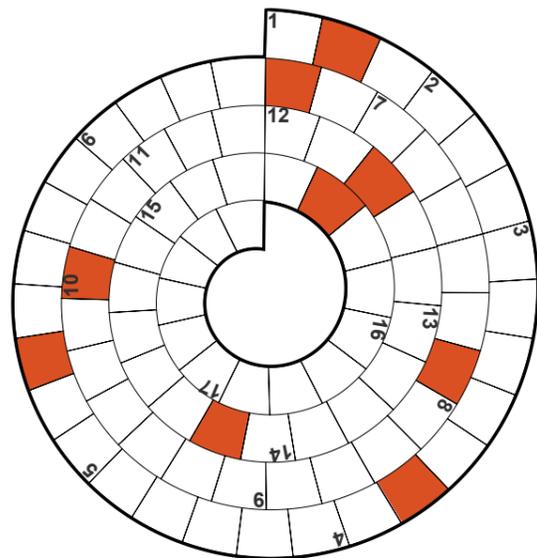
Finden Sie folgende Wörter

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

- ALPEN
- ANFAHRT
- APER
- BERG
- DAUBE
- EIS
- FREIZEIT
- TAL
- TOUR
- WEDELN

**SPIRALRÄTSEL**

Die Wörter beginnen mit der Zahl und enden in der nächsten. Der Endbuchstabe ist somit immer der Anfangsbuchstabe des nächsten Wortes. Die schattierten Felder ergeben – von außen nach innen gelesen – die Schlusslösung.



1. Gepflogenheit
2. Wortgefüge
3. betrachten
4. ein Planet
5. eine Schokolade
6. moralisch
7. nett aussehend
8. Pionier der Nachrichtentechnik
9. modern, aktuell
10. Ausbreitungspunkt
11. Stallmist
12. Teil der Mundhöhle
13. Ordensfrau
14. Armknochen
15. an keinem Ort
16. Hunderasse
17. biwakieren, campen

**SUDOKU**

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

**LÖSUNGEN AUS DER LETZTEN AUSGABE**

**Fächerrätsel:**

1. WORUM, 2. ENORM, 3. INTER, 4. ZEDER,
5. ENGEL, 6. NAGEL, 7. BEBEN, 8. RASEN,
9. OMRAH, 10. TEICH | **WEIZENBROT**

**Halber Schwede**

■	■	■	■	E	■	F	■	■	■	A	■	T	■	
D	R	E	S	C	H	E	■	B	U	C	H	E	N	
■	D	E	R	K	■	E	V	A	■	H	E	R	B	
■	I	H	N	■	O	D	E	■	I	N	A	■		
■	O	M	A	■	A	K	N	E	■	E	L	■		
■	■	C	O	M	B	O	■	N	A	R	■	■	G	
■	I	■	R	■	E	H	■	L	■	I	P	P	E	
■	E	C	K	■	E	■	I	D	■	E	C	H	S	
■	E	■	I	■	■	U	■	N	■	S	■	E	I	Z

**EICHHOERNCHEN**

**Sudoku**

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

# Entspannung pur ... Unser Aquarium



Im Verbindungsgang zwischen dem Haupthaus und Wohngruppe 3, direkt neben dem Haupteingang gelegen, ist ein Aquarium aufgestellt. Eigentlich nichts Besonderes. Ein 80x45x40 cm großer Glaskasten, gefüllt mit Wasser, in dem sich einige Pflanzen und ein paar Fische befinden. Und doch ist er für viele Bewohner zum Kleinod geworden, das sie regelmäßig aufsuchen.

»Es ist beruhigend«, so die häufige Aussage der Bewohner, wenn man sie danach fragt, was denn so Außergewöhnliches daran ist, den Fischen beim Schwimmen zuzusehen. Und für viele Bewohner ist es zusätzlich auch interessant und unterhaltsam, das bunte Treiben im Wasser zu beobachten.



Unsere Bewohnerin Hannelore Neckermann bei »ihren Fischlein«.

**Therapeutischer Wert**

Irgendetwas muss an diesen Aussagen wohl dran sein. Zum einen hört man die Meinung von vielen Leuten. Außerdem sieht man ständig irgendwelche Personen vor dem Aquarium stehen – manche sogar mehrmals am Tag. Zum anderen bestätigt sich im hiesigen Klinikum der therapeutische Wert von Zierfischen. Dort nämlich befindet sich in fast jedem Aufenthaltsraum ein Aquarium mit den unterschiedlichsten Themenwelten. Hätte die Sache nicht ihren Sinn, so würde das Klinikum sicher nicht Unsummen in diese »lebendige Dekoration« investieren.

Hier im Marta-Schanzenbach-Haus halten sich die Kosten in einem sehr überschaubaren Rahmen. Bedenkt man dann, wie viel Freude so ein verhältnismäßig einfaches Arrangement den Menschen bereitet, sind es das Geld und die Mühe allemal wert.

# Unter Dach und Fach



Eichendorff-Schule gehen zurück auf das sogenannte WAP-Projekt, bei dem sich ein fester Kreis von Schülerinnen und Schülern einmal pro Woche für die Seniorinnen und Senioren des Pflegeheims engagierten. Mit der Zeit wurde der Bogen weiter gespannt, insbesondere durch die regelmäßigen Sozialpraktika, die die Schülerinnen und Schüler der Eichendorff-Schule in einem Betrieb ihrer Wahl durchführen durften. Für das Marta-Schanzenbach-Haus bedeutet die Partnerschaft, dass Schülerinnen bzw. Schülern der Eichendorff-Schule auf Anfrage verbindlich ein Praktikumsplatz zur Verfügung gestellt wird. Auch bietet die Einrichtung der Eichendorff-Schule die Möglichkeit von Betriebsbesichtigungen an und engagiert sich darüber hinaus beim jährlichen Bewerbungstraining.

Jetzt ist es offiziell – die Bildungspartnerschaft zwischen dem Marta-Schanzenbach-Haus und der Eichendorff-Schule (EDS). Zwar arbeiten beide Institutionen seit vielen Jahren eng zusammen, doch nun, am 28. November 2013 wurde der Vertrag über die Bildungspartnerschaft von beiden Seiten unterzeichnet. Seitens der »Schulwirtschaft

Baden-Württemberg«, vertreten durch Markus Walther, gab es für das Marta-Schanzenbach-Haus sogar eine Urkunde, die das AWO-Seniorenzentrum als Bildungspartner auszeichnet.

### Lange Tradition bei der Zusammenarbeit

Die Anfänge der Partnerschaft zwischen dem Marta-Schanzenbach-Haus und der

## Schön, dass Sie mehr wissen möchten!

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

Montag – Donnerstag  
Freitags

8.00 – 16.00 Uhr  
8.00 – 14.00 Uhr



**Daniel Stadler**  
Einrichtungsleitung  
Tel. 0781 6206-0  
daniel.stadler@awo-baden.de



**Sieglinde Ney-Bohnert**  
Pflegedienstleitung  
Tel. 0781 6206-512  
sieglinde.ney-bohnert@awo-baden.de



**Eva-Maria Huber**  
Verwaltung  
Tel. 0781 6206-514  
eva-maria.huber@awo-baden.de



**Martina Jekal**  
Verwaltung  
Tel. 0781 6206-515  
martina.jekal@awo-baden.de



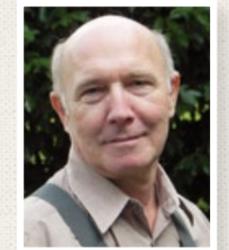
**Doris Stoll**  
Leitung Soziale Betreuung  
Tel. 0781 6206-517  
doris.stoll@awo-baden.de



**Claudia Galinski**  
Hauswirtschaftsleitung  
Tel. 0781 6206-511  
hwl.szoffenburg@awo-baden.de



**Manuela Lippold**  
Küchenleitung  
Tel. 0781 6206-518  
kueche.szoffenburg@awo-baden.de



**Heinrich Reck**  
Technischer Hausmeister  
Tel. 0781 6206-0

### IMPRESSUM

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

### HERAUSGEBER

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

### REDAKTION

Daniel Stadler und  
die COMMWORK Werbeagentur GmbH

### FOTOREDAKTION

AWO-Seniorenzentrum Marta-Schanzenbach-Haus  
und Eric Langerbeins,  
COMMWORK Werbeagentur GmbH

### LAYOUT/PRODUKTION

Anastasia Peters, Susanne Priebe,  
Tina Hilscher, Annkathrin Münster

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

### TEXT/LEKTORAT

Maren Menge

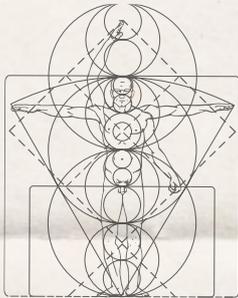
# Wussten Sie?

## Wussten Sie, ...

dass man sich nicht in den eigenen Ellenbogen beißen kann. Falls Sie es nicht glauben – einfach mal ausprobieren.

## Wussten Sie, ...

dass innerhalb eines Jahres 98 % aller Atome im menschlichen Körper ersetzt werden. Man muss also nur 365 Tage abwarten – und schon ist man ein »neuer« Mensch.



## Wussten Sie, ...

dass der Begriff »jemanden feuern« daher stammt, dass alte Stämme unliebsame Menschen dadurch loswurden, indem sie deren Häuser in Brand setzten.

## Wussten Sie, ...

dass ein britisches Gesetz von 1845 einen Selbstmordversuch als Verbrechen einstufte. Die Strafe hierauf: Tod durch Erhängen.



## Wussten Sie, ...

dass wir immer nur durch ein Nasenloch atmen. Schwellkörper in der Nasenscheidewand sorgen für dieses Phänomen. Etwa alle 15 Minuten erfolgt der Wechsel von einer auf die andere Seite.



## Wussten Sie, ...

dass eine Hummel nach allen derzeitigen Erkenntnissen der Aerodynamik nicht fliegen kann. Der Hummel selbst wird dies ziemlich egal sein.

## Wussten Sie, ...

dass die russische Oktoberrevolution von 1917 im November stattfand.

## Wussten Sie, ...

dass Eier in der Mikrowelle explodieren. Falls Sie es nicht glauben – einfach mal ausprobieren.

## Wussten Sie, ...

dass man ein normales DIN-A4-Blatt nur sechsmal in der Mitte falten kann. Nach sechsmaligem Falten ist das Paket zu dick. Falls Sie es nicht glauben, einfach mal ausprobieren.