

# MARTA SCHANZENBACH

SOMMER 2021

Journal

Neues aus dem AWO-Seniorenzentrum Marta-Schanzenbach-Haus

## GUT ZU(M) FUSS!

Ein Wohlfühl- und Gymnastikprogramm für unsere Füße

## WENN DIE ERINNERUNGEN VERBLASSEN

Betreuungsangebote für  
Menschen mit Demenz



»MUSIK LIEGT IN DER LUFT«  
Balkonkonzert im März



Seniorenzentrum  
Marta-Schanzenbach-Haus  
Offenburg



**Daniel Stadler**  
Einrichtungsleiter

## Liebe Leserinnen und Leser,

was haben die Schweiz, Japan und Korea gemeinsam? Und wo werden der Hubschrauber, der Himmel und der Augenarzt in einem Atemzug genannt? Nun, am besten, Sie blättern einfach mal auf die letzte Seite dieses Heftes. Dort finden Sie ein Worträtsel, bei dem all diese Begriffe eine Rolle spielen.

Wer nicht nur seinen Geist, sondern den Körper »trainieren« möchte, findet auf den Seiten 4 bis 7 interessante Anregungen zu gymnastischen Übungen für die Füße. Die Seiten 12 und 13 wiederum laden (zumindest in Gedanken) zu einem Ausflug an die Breg-Quelle ein.

Sie können es erkennen, auch diese Ausgabe des Marta-Schanzenbach-Journals hält wieder schöne Artikel und Berichte für Sie bereit. Und wo wir gerade beim Stichwort »schön« sind: Dieses Attribut gilt hoffentlich auch für die kommenden Sommermonate. Draußen an der frischen Luft die warmen Sonnenstrahlen genießen und sich an der bunten Pracht der Natur erfreuen. Das jedenfalls wünschen wir Ihnen. Zum Abschluss darf's noch eine kleine Bauernregel sein. Spätestens zur nächsten Ausgabe wissen wir dann, ob sie sich bewahrheitet hat.

*Scheint die Sonne hell und zart  
an Mariä Himmelfahrt (15. August),  
wird es schönen Herbst bedeuten.  
Sag dies Sprüchlein allen Leuten.*

Ich wünsche Ihnen viel Freude beim Lesen  
und bitte bleiben Sie gesund!

Herzliche Grüße, Ihr

Daniel Stadler  
Einrichtungsleiter

### ALLGEMEIN

#### Gut zu(m) Fuß

Ein Wohlfühl- und Gymnastikprogramm für unsere Füße

4

### SPEZIAL

#### Wenn die Erinnerungen verblassen

Betreuungsangebote für Menschen mit Demenz

8

### AKTUELL

#### »Von der Quelle bis zur Mündung«

AWO Nachsorgeklinik »Katharinenhöhe«

12

#### Redensarten & Wissenswertes 1

Eine starke Type: das Mehl

14

#### Redensarten & Wissenswertes 2

»Sternenkunde«

16

#### »Musik liegt in der Luft«

Balkonkonzert im März

18

#### Rätsel

Buchstabengitter

20



### IHR AWO-SENIORENZENTRUM STELLT SICH VOR

Ihre Ansprechpartner/innen auf einen Blick 19

**STARKER AUFTRITT!**

# GUT ZU(M) FUSS!

*Sie tragen uns durchs ganze Leben  
und fast einmal um die Welt:  
Unsere Füße müssen so einiges aus-  
halten und werden von uns doch  
oft vernachlässigt. Wenn sie streiken,  
dann geht's trotzdem im wahrsten  
Sinne des Wortes weiter. Daher ist  
es wichtig, ihnen ab und an ein  
ausgiebiges Wohlfühl- und Gymnastik-  
programm zu gönnen.*

**26** Knochen, knapp 30 Gelenke sowie zahlreiche Muskeln, Bänder und Sehnen halten jeden einzelnen Fuß zusammen und rüsten ihn damit für die alltäglichen Herausforderungen aus. Laufen, springen, wandern, balancieren oder tanzen, das alles machen wir lange Zeit ganz selbstverständlich. Dass aber auch unsere Füße an ihre Grenzen kommen, merken wir erst, wenn sich die Wehwehchen zeigen. Fast die Hälfte der Erwachsenen klagt über Probleme mit den Füßen. Die Liste ist lang: Hallux valgus, eingewachsene Zehennägel, Hühnerau-

gen, Fersensporn, Arthrose sowie Plattfüße und Hammerzehen sind in der Bevölkerung weit verbreitet. Viele dieser Beschwerden lassen sich dabei auf Lebensstil und falsches Schuhwerk zurückführen und wären durchaus vermeidbar. »Ja, wäre ich nicht 30 Jahre lang in hohen Schuhen gelaufen!«, denken Sie vielleicht. Die gute Nachricht ist: Auch im Alter können wir mit kleinen, regelmäßigen Übungen und einer guten Pflege unseren Füßen etwas Gutes tun und sie damit für die tägliche Schwerstarbeit entlohnen. Also, Schuhe aus und los geht's.

## MEIN WOHLFÜHLPROGRAMM

# 3 Schritte für die Fußpflege

### 1. Peelen

Hornhaut sieht nicht schön aus, erfüllt aber eine wichtige Aufgabe: Sie schützt vor Druck und Reibung. Allerdings sollte sie nicht zu dick werden. Um überschüssige Hornhaut zu entfernen, eignen sich spezielle Peelings. Eine Mischung aus Oliven- oder Rapsöl und Zucker wirkt schon Wunder – und ist auch noch günstig.

### 2. Eincremen

Fußcremes sind das A und O einer richtigen Pflege. Zusammengesetzt aus Harnstoff (Urea), Fetten und Ceramiden, schützen sie den Fuß, machen ihn geschmeidig und beugen erneuter Hornhautbildung vor. Hier dürfen Sie dick auftragen.

### 3. Stärken

Zum Abschluss tun Sie Ihren Fußnägeln noch etwas Gutes. Eingerissenen, brüchigen oder weichen Nägeln können Sie am besten mit einem Nagelverstärker entgegenwirken. Bei starken Schäden, wie etwa nach einem Pilzbefall, helfen Öle, die Nägel geschmeidiger zu machen



# 5 Gymnastikübungen für die Füße

Im besten Fall führen Sie diese Übungen mit einer Trainerin / einem Trainer durch

### 1. Kleine Roll-Massage

Setzen Sie sich auf einen Stuhl oder stellen Sie sich aufrecht hin. Nehmen Sie einen Tennisball oder eine Wasserflasche und lassen Sie den kompletten Fuß von den Zehen bis zur Ferse darüber rollen. Damit entspannen Sie Ihre Füße und die Fußsohlen.

### 2. Winken

Heben Sie im Sitzen die Füße an oder stellen Sie die Fersen auf. Ziehen Sie zunächst Ihre Zehen zu sich, anschließend rollen Sie sie ein. Machen Sie 10 Wiederholungen pro Fuß.

### 3. Handarbeit

Setzen Sie sich aufrecht auf einen Stuhl und legen Sie ein Handtuch, eine Zeitung oder Ähnliches vor sich. Beginnen Sie nun, die Gegenstände einzeln mit Ihren Zehen zu greifen und hochzuheben. Wenn Sie geübt sind, können Sie diese Übung auch im Stehen ausführen.

### 4. Balance-Akt

Stellen Sie sich gerade hin und strecken Sie Ihren Körper langsam nach oben, bis Sie auf den Zehenspitzen stehen. Gehen Sie anschließend zurück in die Anfangsposition. Nun verlagern Sie Ihr Gewicht auf die Fersen und ziehen dabei die Zehen hoch. Fangen Sie an, langsam hin und her zu schaukeln. Das ist eine ideale Übung, um das Gleichgewicht zu trainieren.

### 5. Zehen spreizen

Eine Übung, die Sie im Sitzen, Liegen oder Stehen durchführen können. Versuchen Sie, Ihre Zehen so weit es geht auseinanderzuziehen. Aber nicht schummeln: Hände sind dabei nicht erlaubt.





# Wenn die Erinnerungen verblässen

*Betreuungsangebote für Menschen mit Demenz*

**V**ergesslichkeit, Orientierungsprobleme, Stimmungsschwankungen, Persönlichkeitsveränderung und vieles mehr: Demenz ist eine Krankheit mit vielen Gesichtern und Symptomen. 47 Millionen Menschen weltweit leiden an einer Form von Demenz, allein 1,7 Millionen davon in Deutschland. Alzheimer ist dabei die am häufigsten auftretende Erkrankung. Für Betroffene und ihre Angehörigen eine lebensverändernde Diagnose und eine große Herausforderung.

Zwar gibt es bis heute kein Heilmittel, dafür aber Wege, um die verbleibenden Ressourcen zu aktivieren und zu stärken. Die Seniorenzentren der AWO Baden bieten verschiedene Konzepte, Betreuungsansätze und Angebote speziell für Bewohnerinnen und Bewohner mit Demenz. Der Mensch, seine Bedürfnisse und Biografie stehen dabei immer Mittelpunkt!

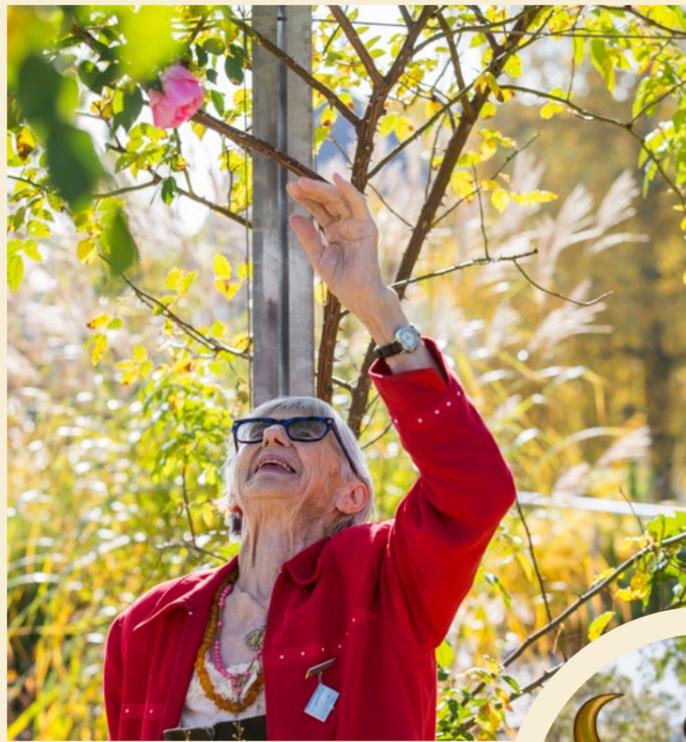


**Leben wie in einer Familie**  
Seniorenzentrum  
Im Kranichgarten

12 Bewohnerinnen und Bewohner leben in einer Hausgemeinschaft in einem großzügig gestalteten Bereich. Dabei kann jede und jeder bei der Gestaltung des Alltags mit einbezogen werden. Sei es beim gemeinsamen Kochen oder bei hauswirtschaftlichen Tätigkeiten, die Bewohnerinnen und Bewohner dürfen mithelfen. Denn auch wenn durch eine Demenz das Gedächtnis stark beeinträchtigt wird, so bleiben jahrelange Routinen oft erhalten und können durch alltägliche »Aufgaben« aktiviert werden.

**Ein Raum des Wohlbefindens**  
Seniorenzentrum Emilienpark

In der »Pflegeoase« leben sechs Bewohnerinnen und Bewohner mit einer stark fortgeschrittenen Demenz zusammen. Studien haben ►



► gezeigt, dass demenziell veränderte Menschen sich gerne in Gemeinschaft aufhalten. Wenn jemand ruft, wird sofort reagiert. Das gibt ein Gefühl der Sicherheit. Spezielle Lichteffekte, tägliche Aktivierung und der Blick in den Garten machen die Pflegeoase zu einem Raum des Wohlbefindens, der auch für Pflegefachkräfte und Angehörige Ruhe und Wärme ausstrahlt.

### Aktivierung durch neue Medien

#### Seniorenzentrum Hanauerland

Neue Medien und moderne Technik werden auch in der Betreuung und Aktivierung von Menschen mit Demenz immer mehr angewendet. Spezielle Programme, das Abspielen von Musik und Geschichten über Tablets finden großen Anklang, sorgen für Interaktion und werden von Bewohnerinnen und Bewohnern gut aufgenommen.

### Der Garten der Sinne

#### Seniorenzentrum Am Stadtpark

Fühlen, schmecken, hören, riechen. Aktivierung mit allen Sinnen. Der großzügig angelegte »Garten der Sinne« ist ein Erlebnisort für Be-

wohnerinnen und Bewohner. Schon mit einem kleinen Rundgang werden das Wohlbefinden und individuelle Stimmungen beeinflusst. Dort können die Seniorinnen und Senioren auf langen Wegen laufen, Tiere streicheln und allerlei große und kleine Dinge entdecken. Die Stimulation verschiedener Sinnesorgane tut den Menschen gut und regt das Bewusstsein an.

### Für jede und jeden ein Schutzengel

#### Louise-Ebert-Haus

Der offene Demenzbereich im Louise-Ebert-Haus bietet für insgesamt 26 Bewohnerinnen und Bewohner einen Ort, an dem sie individuell und gemeinschaftlich betreut werden. Ein großer Garten sowie der weitläufige Wohnbereich bieten genug Raum für Bewegung, was gerade für Menschen mit Demenz eine wichtige Voraussetzung ist. Das spezielle »Schutzengelsystem« sorgt dafür, dass Pflegekräfte über einen Anruf informiert werden, falls eine Bewohnerin oder ein Bewohner die Station verlassen möchte. Damit können maximale Freiheit und Sicherheit gewährleistet werden.

### Märchen erleben

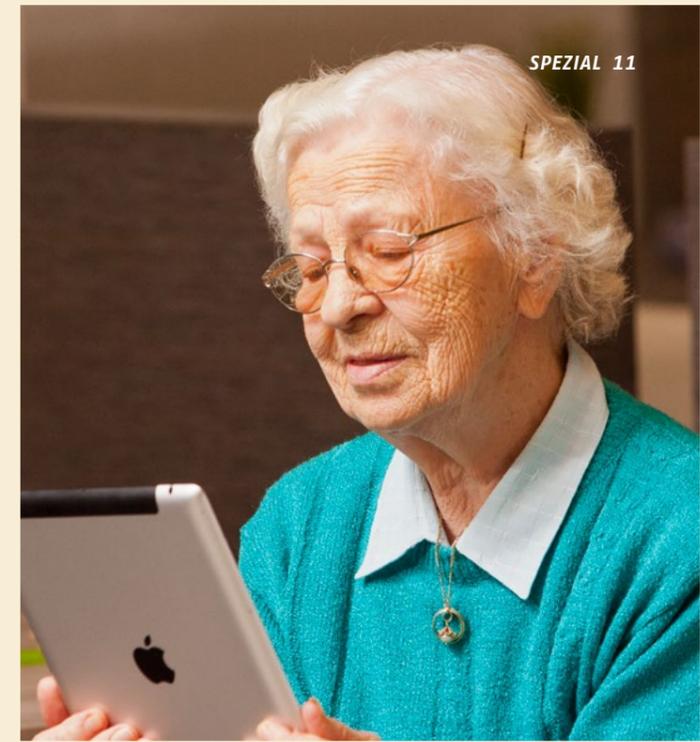
#### Ludwig-Frank-Haus

Alle kennen die Geschichten von Dornröschen, dem gestiefelten Kater oder der langhaarigen Rapunzel. Die Märchenstunden des Ludwig-Frank-Hauses werden von geschulten Betreuenden liebevoll aufbereitet und bieten bei der Betreuung vielerlei Vorteile. Die Geschichten sind aus der Kindheit bekannt, haben eine einfache Handlung und können durch Requisiten erlebbar gemacht werden.

### Der »Zaubertisch«

#### Seniorenzentrum Am Feldrain

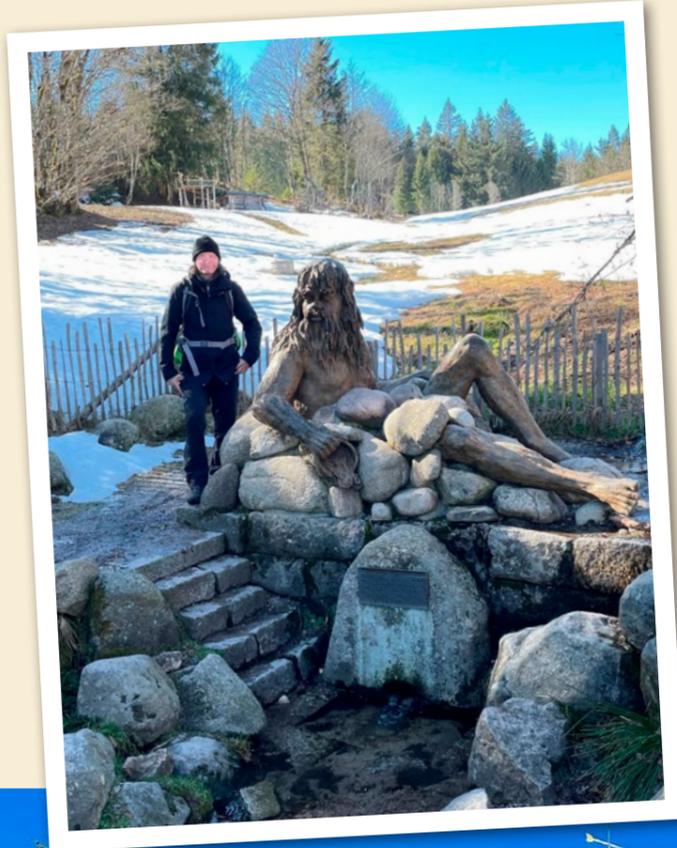
Die Tovertafel (niederländisch für »Zaubertisch«) wurde speziell für Menschen mit schwerer Demenz entwickelt. Mit besonderen Spielen werden jene Bereiche des Gehirns stimuliert, die (noch) nicht geschädigt wurden. Durch spielerisch interaktive Lichtprojektionen werden Seniorinnen und Senioren dazu animiert, sich zu bewegen und zu beteiligen. Die Tovertafel regt somit die geistige und körperliche Aktivität an und reduziert angespanntes und unruhiges Verhalten. 



Hierbei handelt es sich um Beispiele, die aus den einzelnen Häusern vorgestellt werden, aber auch in gleicher oder veränderter Form in anderen Einrichtungen der AWO Baden Anwendung finden könnten. Für Informationen wenden Sie sich bitte direkt an das jeweilige Seniorenzentrum.



Magische Momente können Bewohnerinnen und Bewohner an der Tovertafel erleben



AWO NACHSORGEKLINIK »KATHARINENHÖHE«

## »Von der Quelle bis zur Mündung«

**Viele von Ihnen** kennen Sie vielleicht, die AWO Nachsorgeklinik »Katharinenhöhe«. Hier werden inmitten des Schwarzwaldes – unweit der Gemeinde Schönwald – Kinder und Jugendliche nach einer schweren Krebserkrankung folgebehandelt. Wobei auf der Katharinenhöhe vor allem der Reha-Gedanke im Vordergrund steht, der den Kindern und Jugendlichen den Weg zurück in ein möglichst normales Leben ebnet soll.

Wir jedoch wollen an dieser Stelle das Gelände der Katharinenhöhe verlassen und uns auf eine rund 3,5 km lange Wanderung begeben. Über die Höhenlagen des Schwarzwaldes hinweg geht es in Richtung Martinskapelle (siehe Foto). Hier befindet sich mit besagter Kapelle nicht nur ein wunderschönes Kleinod. Mit der Breg-Quelle findet sich dort auch der Ursprung eines der größten Flüsse Europas – der Donau.

»Brigach und Breg bringen die Donau zuweg.« So hat man es schon in der Schule gelernt. Und während die Brigach in der Nähe von St. Georgen, also unweit von Villingen, entspringt, findet sich die Breg-Quelle eben an jener Stelle, die auf dem Bild (oben links) zu erkennen ist.

Die Breg-Quelle selbst ist eingebettet in eine weitläufige Anlage mit Kinderspielplatz und Restaurantbetrieb. Wobei es fast schon eigenartig anmutet: Das kleine Bächlein, das inmitten des Schwarzwaldes aus dem Boden entspringt, soll sich später einmal in Donaueschingen gemeinsam mit der Brigach zu der mächtigen Donau vereinen. Das Ganze hat fast schon etwas Unwirkliches an sich.

Wer sich selbst einmal ein Bild von dieser Quelle machen möchte: Ein Besuch jenes Ortes, an dem die Breg ihren Ursprung hat, lohnt auf jeden Fall.



## REDENSARTEN &amp; WISSENSWERTES 1

## Eine starke Type DAS MEHL

Die Bäckerinnen und Bäcker unter der Leserschaft können wahrscheinlich Auskunft darüber geben, was die Typenbezeichnungen bei den einzelnen Mehlsorten bedeuten. Für alle anderen bleibt es eher kryptisch, wenn auf einer Mehlpackung Bezeichnungen wie zum Beispiel »Type 405« oder »Type 1600« stehen.

Das Ganze hat etwas mit dem Mineralstoffgehalt des Mehls zu tun. Je größer die Zahl, desto höher der Mineralstoffgehalt der entsprechenden Mehlsorte. Ebenso gilt: Eine höhere Zahl bedeutet gleichzeitig, dass die Mehlsorte dunkler ist als eine Sorte mit niedriger Typenbezeichnung.

Um den Mineralstoffgehalt zu bestimmen, wird nach einem definierten Verfahren Mehl verbrannt. Übrig bleibt Asche, die gewogen wird. Hieraus wiederum kann der Mineralstoffgehalt errechnet werden. Die Mehlsorte »Type 405«, übrigens das am meisten verwendete Mehl, enthält auf 100 kg Mehlmasse genau 405 g Mineralstoffe. »Type 1600« wiederum enthält 1.600 g Mineralstoffe auf 100 kg Mehlmasse. Die Unterschiede, die letztendlich zu den verschiedenen Typenbezeichnungen führen, entstehen bereits beim Mahlen. Für »Type 405«, ein sehr weißes Mehl, wird nur die Stärke des Mehlkörpers gewonnen. Alle weiteren Bestandteile des Korns werden herausgesiebt. Ganz anders bei »Type 1600«. Hier vermahlt man auch die Hülle des Mehlkörpers; das Mehl enthält somit auch Schrot.

Was die Backeigenschaften angeht, so sind die weißen Mehle sehr gut zu verarbeiten. Dunklere Sorten hingegen sind – aufgrund ihres höheren Mineralstoffgehalts – allgemein gesünder.



REDENSARTEN &amp; WISSENSWERTES 2

## »Sternenkunde«

**Kaum ein Mensch**, der es nicht kennt: sein eigenes Sternzeichen. Und grob haben die meisten auch eine Ahnung davon, in welchem Monat welches Sternzeichen gilt. Aber eine exakte Aufzählung aller Sternzeichen (in der Summe sind es übrigens zwölf) nebst genauer zeitlicher Zuordnung:

Das dürfte – Hobby-Astrologinnen und -Astrologen einmal ausgeklammert – den meisten Menschen sehr schwerfallen. Deshalb an dieser Stelle einmal eine Übersicht der jährlich wiederkehrenden Zeitschiene zu den Sternzeichen.

<i>Widder:</i>	<i>21. März – 20. April</i>
<i>Stier:</i>	<i>21. April – 20. Mai</i>
<i>Zwillinge:</i>	<i>21. Mai – 21. Juni</i>
<i>Krebs:</i>	<i>22. Juni – 22. Juli</i>
<i>Löwe:</i>	<i>23. Juli – 23. August</i>
<i>Jungfrau:</i>	<i>24. August – 23. September</i>
<i>Waage:</i>	<i>24. September – 23. Oktober</i>
<i>Skorpion:</i>	<i>24. Oktober – 22. November</i>
<i>Schütze:</i>	<i>23. November – 21. Dezember</i>
<i>Steinbock:</i>	<i>22. Dezember – 20. Januar</i>
<i>Wassermann:</i>	<i>21. Januar – 19. Februar</i>
<i>Fische:</i>	<i>20. Februar – 20. März</i>



## »Musik liegt in der Luft«

Es war Samstag, der 20. März 2021 und es herrschte strahlender Sonnenschein. Genau das richtige Wetter also für ein Freiluftkonzert. Allerdings machte Corona die Sache etwas kompliziert, weshalb das Ganze als sogenanntes Balkonkonzert gestaltet wurde. Unter der organisatorischen Leitung des Seniorenbüros der Stadt Offenburg konnte die renommierte Sängerin Camilla Kallfaß gewonnen werden, um den Bewohnerinnen und Bewohnern des Marta-Schanzenbach-Hauses mit einem kleinen Konzert eine große Freude zu machen. Für eine halbe Stunde herrschte an diesem Nachmittag im März fast so etwas wie Normalität.



Seniorenzentrum  
Marta-Schanzenbach-Haus  
Offenburg

### Schön, dass Sie mehr wissen möchten!

Für alle Fragen und Wünsche stehen wir gern zur Verfügung. Zögern Sie nicht, uns anzurufen.  
Tel. 0781 6206-0

Montag – Donnerstag 8:00 – 16:00 Uhr  
Freitag 8:00 – 14:00 Uhr



**Daniel Stadler**  
Einrichtungsleitung  
daniel.stadler@awo-baden.de



**Frank Wickertsheim**  
Pflegedienstleitung  
frank.wickertsheim@awo-baden.de



**Regina Gerein**  
Verwaltung  
regina.gerein@awo-baden.de



**Martina Jekal**  
Verwaltung  
martina.jekal@awo-baden.de



**Claudia Galinski**  
Hauswirtschaftsleitung  
hwl.szoffenburg@awo-baden.de



**Sharon Krumm**  
Verwaltung  
sharon.krumm@awo-baden.de



**Ralf Herrmann**  
Technischer Hausmeister

#### 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

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

# Buchstabengitter

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

*In diesem Buchstabengitter befinden sich 16 Wörter.*

*Die Wörter können waagrecht, senkrecht oder diagonal im Gitter angeordnet sein.*

*Wenn Sie ein Wort gefunden haben, kreisen Sie dieses mit einem Stift ein.*

**Lösung:**

Insel • Himmel • Kamin • Welle • Medizin • Augenarzt • Gerstenkorn • Arzneimittel • Japan  
Korea • Florida • Schweiz • Oldtimer • Fahrzeug • Motorrad • Hubschrauber

**AWO Seniorenzentrum Marta-Schanzenbach-Haus**

Wichernstraße 1d • 77656 Offenburg

Tel. 0781 6206-0 • Fax 0781 6206-66

[www.awo-seniorenzentrum-marta-schanzenbach-haus.de](http://www.awo-seniorenzentrum-marta-schanzenbach-haus.de)



Seniorenzentrum  
Marta-Schanzenbach-Haus  
Offenburg