

MARTA SCHANZENBACH

WINTER 2021

Journal

Neues aus dem AWO-Seniorenzentrum Marta-Schanzenbach-Haus

DIE liebe LIEBE

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

RESILIENZ STÄRKEN

Nicht unterkriegen lassen!



GRATULATION!

Christine Göbel ist nun
examierte Altenpflegerin



Seniorenzentrum
Marta-Schanzenbach-Haus
Offenburg



Daniel Stadler
Einrichtungsleiter

Liebe Leserinnen und Leser,

Karl sagt zu seinem Freund Klaus: »Ich habe auf Alkohol, Zigaretten und Schokolade verzichtet.« Klaus hakt neugierig nach: »Und, wie ging es dir dabei?« Meint Karl: »Es waren die längsten 15 Minuten meines Lebens.«

Sie sehen, liebe Leserinnen und Leser, auch die entbehrungsreichste Zeit nimmt irgendwann einmal ein Ende. Aber während das Ganze bei unseren Freunden Karl und Klaus als Spaß zu betrachten ist, bedeutet die Corona-Pandemie bitterer Ernst. Denn tatsächlich hat sie in den vergangenen zwei Jahren (fast so lange dauert das Elend nun schon) für viel Entbehrung gesorgt.

Zwischenzeitlich jedoch zeichnet sich Licht am Ende des Tunnels ab. Auch wenn die Infektionszahlen noch hoch sind, so können mittlerweile die ganz bitteren Maßnahmen (wir alle erinnern uns noch an das Besuchsverbot in Kliniken und Pflegeheimen) vermieden werden. Eine hohe Impfquote in unserer Einrichtung trägt sicher dazu bei, dass Schritt für Schritt eine Rückkehr zur Normalität stattfindet. Und spätestens ab Frühjahr 2022 tobt wieder das blühende Leben!

In diesem Sinne wünscht Ihnen das Team vom Marta-Schanzenbach-Haus eine schöne und besinnliche Weihnachtszeit, vor allem aber: Bleiben Sie gesund!

Ihr Daniel Stadler
Einrichtungsleiter

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 Hornberger Schießen 12***Vom Fehlalarm bis hin zum Theaterstück***Redensarten und Wissenswertes 1 13***Auf geht's zur »Butterfahrt«***Redensarten und Wissenswertes 2 14***Kennen Sie eigentlich den Unterschied zwischen Obst und Gemüse?***Gratulation! 16***Christine Göbel ist nun examinierte Altenpflegerin***Redensarten und Wissenswertes 3 17***»Vom Regen in die Traufe kommen«***Kreuzworträtsel 18****Bauernweisheiten 20***Von Lenz bis Dezember***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. ➤



► **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

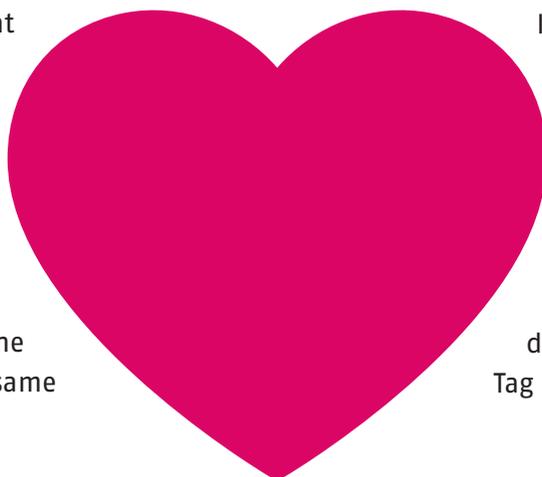
»Die große Liebe ist kein Mythos ...«

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 ...«

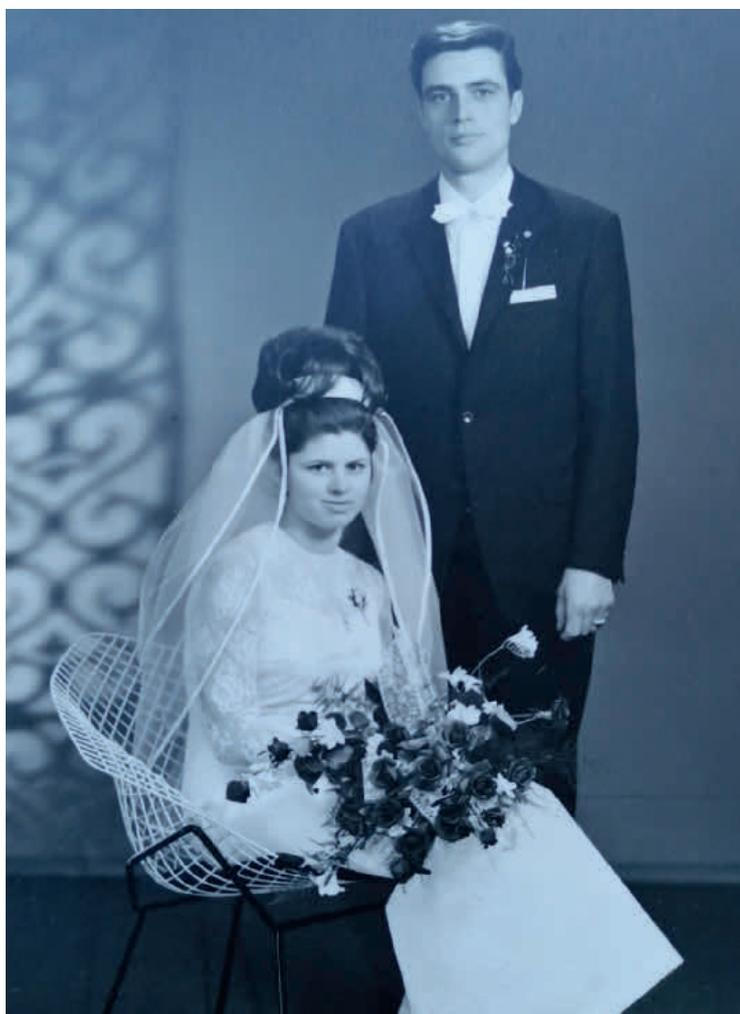
andere ermutigen, das Gleiche zu tun: »Es war wirklich schön, mit Gert verheiratet zu sein. Zusammen mit ihm hatte ich die schönste Zeit meines Lebens.« Gekrönt wurde ihr Eheglück mit ihrer gemeinsamen Tochter Manuela, die ihr ganzer Stolz ist. Anderen kann Erika Riegger das Eheleben nur empfehlen: »Ich finde, dass Jugendliche das Gleiche wie ich machen sollten. Liebe, Kuschneln, 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 HORNBERGER SCHIESSEN

»Das ging aus wie's Hornberger Schießen.«

Zumindest im Badischen ist dieses Sprichwort weithin bekannt. Gemeint ist mit dieser Aussage, dass etwas mit viel Getöse angekündigt wird, am Ende jedoch nichts dabei herauskommt.

Zurück geht das Ganze auf einen herzoglichen Besuch von Hornberg im Jahre 1564 (konkret durch Herzog Christoph von Württemberg). Als sich in der Ferne eine Staubwolke abzeichnete, begannen die Hornberger mit Salutschüssen aus ihren Kanonen. Allerdings wurde die Staubwolke durch eine Postkutsche aufgeworfen; es handelte sich also um einen »Fehlalarm«. Kurz darauf wiederholte sich das Prozedere, als der Ausguck eine neuerliche Staubwolke sichtete. Auch dieses Mal war es nicht der Herzog, sondern eine Krämerkarre. Und die Salut-



schüsse waren somit wieder umsonst. Die letzte Runde ging an eine Rinderherde, die ebenfalls Staub aufwirbelte und deshalb versehentlich mit Kanonendonner »empfangen« wurde.

Als schließlich der Herzog von Württemberg doch noch eintraf, war alles Pulver verschossen, sodass dem eigentlichen Gast die Salutschüsse verwehrt blieben. Wie eingangs erwähnt: zuerst viel Donner und Getöse. Und am Schluss, im entscheidenden Moment ... nichts!

Dass die Hornberger Humor haben und das Ganze selbstironisch betrachten können, beweist die Tatsache, dass jedes Jahr im Sommer auf der Freilichtbühne am Waldrand von Hornberg das »Hornberger Schießen« als volkstümliches Theaterstück aufgeführt wird.



REDENSARTEN & WISSENSWERTES 1

Auf geht's zur »Butterfahrt«

Sie benötigen eine neue Heizdecke, ein Kaffeeservice oder einen neuen Staubsauger? Dann gehen Sie doch einfach auf »Butterfahrt«. So werden heutzutage gerne jene Busfahrten genannt, die der Veranstalter als Ausflug tarnt, die in Wirklichkeit jedoch eine überbeuerte Verkaufsveranstaltung sind. Die Butterfahrt selbst hat jedoch einen »historisch« begründeten Hintergrund und geht namensgebend tatsächlich auf das Lebensmittel Butter zurück.

In den 1950er-Jahren, die Nachkriegszeit war noch deutlich zu spüren, waren Lebensmittel oftmals sehr rar und sehr teuer. Findige Verkäufer*innen kamen deshalb auf die Idee, mit einem Ausflugsschiff das deutsche Hoheitsgebiet zu verlassen und ins benachbarte Ausland zu schippern (bevorzugt Dänemark und Polen). Auf diesem Weg konnte die Zollabgabe vermieden werden; die Lebensmittel wurden spürbar günstiger.

Heutzutage kennt man das Ganze noch bei Flugreisen, die ursprünglichen Butterfahrten per Schiff sind seit 1999 nämlich nicht mehr zulässig. Und anders als früher dreht sich der Einkauf mittlerweile eher um Zigaretten, Parfüm, Süßigkeiten und Alkohol.

Seinerzeit jedoch – in besagten 50er-Jahren – war tatsächlich Butter das beliebteste Gut. Bis zu 8 D-Mark kostete an Land das Kilo. Im Zuge einer Butterfahrt konnte man das begehrte Lebensmittel rund 1/3 billiger erwerben. Jedoch nur bis zu 5 Kilo pro Person. Bis zu dieser Menge war das Ganze vergünstigt. Mengen, die darüber hinausgingen, mussten verzollt werden. Gleiches galt für Wurst, Käse und Fleisch, damals ebenfalls beliebte Produkte auf der Butterfahrt. ♡







Gratulation!

Herzlich gratulieren möchten wir unserer ehemaligen Auszubildenden Christine Göbel. Nach drei Jahren als Altenpflegeschülerin, abwechselnd im Marta-Schanzenbach-Haus (Praxis) und am AWO Bildungszentrum Tretenhof (Theorie), legte Frau Göbel im September dieses Jahres erfolgreich ihre Prüfung ab.

Die Zusammenarbeit zwischen dem Marta-Schanzenbach-Haus und Christine Göbel ist damit jedoch nicht beendet. Vielmehr geht das gemeinsame Miteinander nahtlos weiter; seit Oktober arbeitet Frau Göbel als examinierte Altenpflegerin in unserer Einrichtung.



REDENSARTEN & WISSENSWERTES 3

»Vom Regen in die Traufe kommen«

Sobald man den Ausspruch »Vom Regen in die Traufe kommen« hört, weiß man, worum es geht: Man stolpert von einem Übel ins nächste. Der Vergleich zwischen einem Übel und dem Regen ist dabei selbsterklärend. Was aber bedeutet eigentlich der Begriff »Traufe«?

Jeder Mensch kennt beim Haus die Giebelseite. Gemeinhin haben Häuser zwei davon (außer bei den Schildbürgern, die bauten nämlich ein dreieckiges Rathaus 😞). An den beiden anderen – meist längeren – Seiten wiederum befindet sich die Traufe. Hierbei handelt es sich um die Tropfkante am Übergang vom (Giebel-)Dach hinunter zur Fassade. Läuft das Wasser die Dachschräge hinab, so tropft es anschließend die Fassade zum Boden hinunter. Heutzutage begegnet man dem Ganzen mit einer Dachrinne; sie fängt das herabfließende Wasser auf. Früher jedoch gab es diese bauliche Lösung noch nicht.

Wurde man also in früheren Zeiten vom Regen überrascht und wollte sich unterstellen, so nutzte es wenig, eine Hauswand aufzusuchen. Dort stand man nämlich unter der Traufe (»Tropfkante«) und bekam das herabfallende Wasser eben nicht als Regen, sondern auf anderem Wege ab. Man kam also von einem Übel ins nächste, »vom Regen in die Traufe«.



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 | Berg- kamm |
| ▶ | | | | | | ▼ | 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.
Tel. 0781 6206-0

Montag – Donnerstag
Freitag

8:00 – 16:00 Uhr
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

BAUERNWEISHEITEN

*So kalt wie im
Dezember, so heiß
wird's im Juni.*

*Herrscht im Dezember
strenge Kält',
sie volle achtzehn
Wochen hält.*

*Wie der Dezember,
so der Lenz.*

*Bringt Dezember
Kälte ins Land,
wächst das
Korn selbst auf
dem Sand.*

*Geht Barbara (04.12.)
im Klee, kommt's
Christkind im Schnee.*

*Ist's zu Weihnachten
warm und lind,
kommt zu Ostern
Schnee und Wind.*

*Wie die Witterung sich von
Christnacht (24.12.) bis Heilige
Drei Könige (06.01.) verhält, so ist
das ganze Jahr bestellt.*

