



# GEMEINSAM FÜR ALLE

Das Netzwerk-Blättchen

Für Senioren, Angehörige, Mitarbeiter und Partner  
Ausgabe 11 Herbst / Winter 2021-2022



Foto: Claudia Müller



## **Liebe Leser unserer Zeitung,**

erinnern Sie sich noch an das „alte Normal“, als wir uns noch unbeschwert trafen und gemeinsam feiern konnten?

2021 war alles andere als normal. Das Jahr hatte Höhen und Tiefen und stellte alle vor so manche Herausforderung. Die Wetterkapriolen brachten unfassbar viel Regen – einerseits brauchte der Boden das Wasser, aber auf der anderen Seite brachte der Starkregen viel Leid. Und auch das Corona-Virus bestimmte und bestimmt noch immer unseren Alltag.

Eng am bewährten GFA Hygienekonzept planen wir unsere Aktivitäten und veranstalten so manch kurzweilige Zusammentreffen.

Lesen Sie in unserer Ausgabe von den vielfältigen Begegnungen.

Auch im ambulanten Team der PSH ist manches in Bewegung, über das wir Sie gern informieren. Mit den blauen Flitzern fahren die Mitarbeitenden durch den Hunsrück und versorgen unsere Patient\*innen in der Region Thalfang, Hermeskeil und Morbach.

Neu im Team begrüßen wir Anna-Lena Ohle, auf Seite 10 stellen wir sie vor.

Wir wünschen Ihnen ein gutes neues Jahr, Gesundheit und all das, was Sie sich selbst wünschen.

Ihr Redaktionsteam



Zukunft!

Karriere!

Chancen!

## Wir bilden aus!

**Auszubildende gesucht zum/r Pflegefachmann/frau (m/w/d)**

**Auszubildende gesucht zum/r Altenpflegehelfer/in (m/w/d)**

Du möchtest Karriere machen in einem Beruf mit Zukunft, der Dir tolle Chancen bietet und auch noch Spaß macht? Du suchst ein familiäres Arbeitsumfeld, möchtest mit Menschen zusammenarbeiten und spannende Einsätze erleben? Dann bist du bei uns genau richtig! Tauche ein in die Welt der Pflege bei der GFA.

Wir bieten Dir

- ∞ eine tarifähnliche Ausbildungsvergütung sowie Zulagen
- ∞ Urlaubs- und Weihnachtsgeld
- ∞ Zuschuss für Lernmittel und Fahrtkosten
- ∞ Zahlreiche Mitarbeiterveranstaltungen
- ∞ Kostenloses Seminarangebot für Auszubildende
- ∞ Getränke und Obst kostenlos während deiner Dienstzeit
- ∞ ein GFA eigenes Ausbildungskonzept
- ∞ Praxisanleiter und Mentoren während der Ausbildung
- ∞ Kooperationen mit Pflegefachschulen und Betrieben für deine außerbetrieblichen Praktika
- ∞ eine familiäre Arbeitsatmosphäre und die Möglichkeit der Übernahme nach deiner Ausbildung

Klingt interessant? Dann bewirb dich jetzt! Weitere Informationen zur GFA als Arbeitgeber findest du auf [www.GFAmbH.com](http://www.GFAmbH.com).

GFA Seniorenheim Charlottenhöhe | Charlottenhöhe 6 | 54424 Thalfang  
Tel. 06504 / 91 340 | [info.tf@gfambh.com](mailto:info.tf@gfambh.com)

oder komm einfach mal rein.



**Zukunft ! Karriere ! Chancen !**



Eine gute Ausbildung ist mega wichtig!  
Im ambulanten PSH Pflege-Team bist Du goldrichtig!

## **Wir bieten Ausbildung!**

### **Einjährige Ausbildung zum/r examinierten Altenpflegehelfer/-in**

Voraussetzung: Schulabschluss Berufsunfähigkeit

### **Dreijährige Ausbildung zum/r Pflegefachmann/frau**

Voraussetzung: Mittlere Reife oder bestandene einjährige Ausbildung zum/r examinierten Pflegehelfer/ -in

Deine Benefits bei der PSH GmbH

- ∞ 1:1 Ausbildung im ambulanten Pflegedienst
- ∞ ein tolles, familiäres Arbeitsklima
- ∞ steigendes Azubigehalt, Einstiegsgehalt im 1. Lehrjahr: 1.022,49 € + Zulagen
- ∞ Unterstützung bei der Fahrt zur Schule oder zur Arbeit
- ∞ Azubi Events und Firmenveranstaltungen
- ∞ vielfältige interne Weiterbildungen für Auszubildende
- ∞ Übernahme nach bestandener Prüfung möglich
- ∞ Betriebliches Gesundheitsmanagement
- ∞ Unterstützung bei der Wohnungssuche, falls ein Umzug erforderlich ist

Weitere Informationen findest du auf [www.PSHGmbH.com](http://www.PSHGmbH.com)!

Bewirb Dich jetzt!



Gemeinnützige Paritätische Sozialstation Pro Humanitas (PSH) GmbH

Hauptstraße 45 | 54424 Thalfang | Tel. 06504 / 956680

[www.pshgmbh.com](http://www.pshgmbh.com) | [info@pshgmbh.com](mailto:info@pshgmbh.com)



## GFA Seniorenheim Charlottenhöhe

Im barrierefrei angelegten GFA Seniorenheim Charlottenhöhe leben 76 Senior\*innen in vier Wohnbereichen. Bei schönem Wetter halten wir uns gern in der neu gestalteten Außenanlage auf.

73 Mitarbeitende kümmern sich um die Senior\*innen, betreuen, pflegen, kochen, putzen, reparieren, verwalten, waschen (in alphabetischer Reihenfolge). Alle Arbeitsfelder eint, dass sich die Mitarbeitenden um das Wohl der uns anvertrauten Senior\*innen kümmern.

Sie planen einen Umzug in ein Seniorenheim, suchen einen Platz in der Kurzzeitpflege, Verhinderungspflege oder vollstationären Pflege?

Dann sind Sie bei uns genau richtig!

Ihre Fragen bezüglich stationärer Pflege – egal ob Kurzzeitpflege, vollstationäre Pflege, Tages- oder Nachtpflege sowie Service Wohnen „In der Nah“ – beantworten Ihnen beim Team des GFA Seniorenheim Charlottenhöhe



Jenna Beilz, Sarah Görgen, Andrea Hedinger und Anja Petry

(in alphabetischer Reihenfolge)

Sie erreichen uns unter Telefon 06504 /91 340.



Sie haben Fragen bezüglich der ambulanten Pflege durch unser Team der Gemeinnützigen Paritätischen Sozialstation Pro Humanitas (PSH) GmbH? Die Mitarbeitenden der PSH versorgen Sie in Ihrem Zuhause z. B. mit Grund- und Behandlungspflege, Service- und Begleitdiensten und Leistungen der Hauswirtschaft. Fragen Sie uns - wir beraten Sie gern. Sie erreichen uns unter Telefon 06504 / 95 66 80.



Susanne Münster  
Empfang und Telefon  
im Servicebüro Morbach



Bärbel Schab  
Verwaltung & „Betreuung,  
Service- und Begleitdienste“



Ricarda Mehlig  
Verwaltung & Abrechnung



Ute Keuper  
Abrechnung

## Bestanden!



„Durch meine Oma habe ich mich entschieden, ein FSJ in der Pflege zu machen. Dort habe ich gelernt, wie man mit Demenzkranken umgeht und es hat meinen Entschluss gestärkt, Altenpflegerin zu werden“, berichtet Linda Schömann von den Anfängen ihrer Ausbildung. „Schnell habe ich gemerkt, dass es unbeschreiblich ist,

wenn man den Menschen hilft.“

Der Umgang mit Menschen in der Pflege macht ihr sehr viel Spaß. Begonnen hat sie ihre Ausbildung im Seniorenheim St. Josef in Kröv und hat dort die einjährige Ausbildung als Altenpflegehelferin erfolgreich mit Examen abgeschlossen. Durch ihre Praktika in der ambulanten Pflege habe sie gemerkt, dass ihr die Arbeit im ambulanten Dienst noch mehr Spaß macht. „Vor allem die 1 zu 1 Betreuung in der Ausbildung ist richtig toll und man lernt sehr viel“, sagt sie. Deswegen habe sie sich für den Wechsel zur PSH entschieden und dort ihre Ausbildung erfolgreich beendet. „Unsere Patient\*innen hier im Hunsrück sind super, sind total locker und sehr vertraulich im Umgang und ich kann offen mit ihnen reden“, freut sich die junge Moselanerin, die zukünftig für die PSH im Bereich Morbach fahren wird.

Lindas Dank für das gute Abschlussergebnis gilt vor allem Susanne Kettermann und Eric Busch. Die beiden haben sie engmaschig während ihrer Ausbildung betreut und gingen auf Fragen immer intensiv ein „Ich wurde gefordert und gefördert und beide waren rund um die Uhr für mich erreichbar.“ Verschiedene Arbeitsaufträge musste sie ausarbeiten und es gab praxisinterne Anleitungstage. „Ich wurde sehr gut auf meine Prüfung vorbereitet.“ Demnächst will sie noch eine Weiterbildung im Wundmanagement machen.

Der erste Erfolg wurde mit Susanne Kettermann bei einem Eisbecher gefeiert. Mit einem gemeinsamen Ausflug mit Susanne und Eric in einen Vergnügungspark wird das Ausbildungsende dann gebührend gefeiert.

Liebe Linda, von Herzen wünschen wir Dir alles Gute auf Deinem weiteren Berufs- und Lebensweg.



## Darf ich vorstellen:

„Wir freuen uns, dass Celine und Kristin ihre Pflegeausbildung bei uns in der PSH machen“, freut sich Eric Busch. Zusammen mit Adriana Mock und Melanie Klaes-Terzic begrüßte das Führungstrio die jungen Frauen.

Am Kennenlerntag erfuhren die Azubis und auch Emely, die im Rahmen der generalistischen Ausbildung ein Außenpraktikum in der PSH macht, Wissenswertes aus der ambulanten Pflege, aber auch, dass sie jederzeit zu Adriana, Eric, Mel und zur Praxisanleiterin gehen können, wenn Sie Fragen oder besondere Herausforderungen haben. „Uns ist es wichtig, dass sich unsere Schüler\*innen wohlfühlen und Kompetenz entwickeln“, sind sie sich einig.

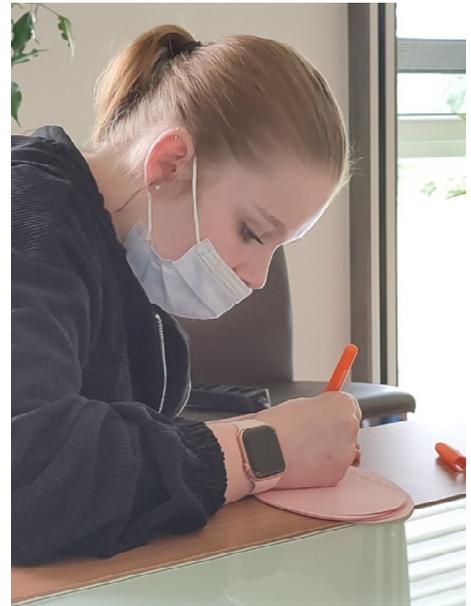
„Ich erhoffe mir, dass Ihr mit Euren Arbeitsaufträgen frühzeitig zu uns kommt und wir auch Praxisbesuche gut einplanen können“, sagte die Praxisanleiterin, die mittels Videoschleife Teil des Treffens war.





In einer Gruppenarbeit erarbeiteten alle, was eine gute Pflege ausmacht, was man bei der Pflege beobachten kann und auch: Was mache ich, wenn der Patient nicht will, wie ich will?

„Bitte nutzt Eure Sinnesorgane“, fordert Eric auf, „dann seid Ihr auf einem guten Weg in eine erfolgreiche Ausbildung.“ Und Adriana fügte noch hinzu: „Seht Anregungen und Kritik als Chance, sie sind nicht böse gemeint, denn wir wollen, dass Ihr Euch positiv entwickelt, viel lernt und einen guten Abschluss erreicht.“ Ausgestattet mit Basiswissen und einem mit Schulutensilien und Süßigkeiten gefüllten PSH Rucksack starteten die jungen Leute auf eine Rundfahrt durch das zukünftige Arbeitsgebiet um Thalfang, Morbach und Hermeskeil.



Wir wünschen Euch viel Erfolg.

Erfolg hat 3 Buchstaben: T U N

Johann Wolfgang von Goethe

Selbstvertrauen und harte Arbeit  
werden dir immer Erfolg bringen.

Virat Kohli

## Zuwachs bei der PSH



Seit dem 01. November fährt die examinierte Altenpflegerin Anna-Lena Ohle zu unseren Patient\*innen im Raum Morbach. „Viele alte Menschen leben ganz allein“, sagte die junge Frau. „Ich möchte mich für Menschen einsetzen und ihnen als Ansprechpartner helfen.“

Berufserfahrung hat sie in den letzten Jahren in stationären und ambulanten Pflegeeinrichtungen gesammelt. „Den Menschen in ihrer häuslichen Umgebung die bestmögliche Versorgung zu gewährleisten, ist für mich sehr wichtig.“

Zuständig ist sie als Praxisanleiterin auch für die fünf Auszubildenden. „Ich will die Azubis gut ausbilden, ihnen das ermöglichen, was ich selbst erst im letzten Lehrjahr erlebt habe“, sagt sie und erzählt von ihren ausbaufähigen Erfahrungen zu Beginn ihrer Ausbildung: „Viel zu wenig Schüler werden gut ausgebildet, das wollen wir hier besser machen.“

Anna-Lena Ohle ist verheiratet und lebt mit ihrem Mann, den beiden Kindern und zwei Katzen im Raum Morbach.

„Ich liebe den Dienst in der ambulanten Pflege, kann mich in der Zeit exklusiv für eine zu pflegende Person einsetzen“, sagt sie. „Die Patienten freuen sich auf uns“.

Für die PSH im Servicebüro Morbach will sie Ansprechpartner für Angehörige und Mitarbeitende sein. „Mir ist es wichtig, dass jemand da ist, der Erfahrung hat und eine Entscheidung treffen kann“, findet Adriana Keil, stellvertretende PDL. „Noch sind wir in der Onboarding-Phase, ich baue auf weiterhin gute Zusammenarbeit.“

„Der gemeinsame Weg ist wesentlich einfacher, wenn man ein gemeinsames Ziel hat“, sind sich die beiden einig und

meinen damit die Ausbildung von zukünftigen Fachkräften, die Versorgung von den Patienten und insbesondere die Pflegequalität.





## PSH Sommerparty

Eingeladen hatte PDL Mel zur Sommerparty. Unter dem Motto „No Risk – more fun“ kamen viele Kolleg\*innen aus Morbach, Thalfang und Hermeskeil in die idyllische, im Wald gelegene Thalfanger Grillhütte.

Gleich beim Eintreffen der Gäste verewigten sich die Teammitglieder mit ihrem Fingerabdruck auf einer Leinwand. Dieses Gemeinschaftswerk hat in der Thalfanger Geschäftsstelle einen Ehrenplatz gefunden.

In einer kleinen Ansprache bedankte sich Mel für das Geleistete in Zeiten der Corona Pandemie. „Wir sind eine starke Gruppe“, freut sie sich.

Steaks und Würstchen vom Grill mit diversen Salaten und hausgemachter Kräuterbutter fanden ebenso reißenden Absatz wie der frisch gebackene Kuchen und Kaffee.





Der Renner aber war die Eisbox aus der Birkenfelder Eismanufaktur. Das Eisquartett schmeckte im Becher und auch in der Waffel und manch einer machte mehrfach die Probe, bis er / sie seinen / ihren Favoriten fand.

„Es wurde getanzt, gesungen und viel gelacht“, berichtet Mel. „Man hat gemerkt, wie sehr es allen gefehlt hat, nach so langer Zeit nochmal zusammen zu feiern.“

Noch lange saßen die Kolleg\*innen zusammen, lauschten Stefans Gitarrenspiel und erzählten.

## Was bin ich?

Im Frühling blühen zahlreich Blumen. Zum Glück, denn nach den kalten und trüben Wintertagen freuen wir uns über das farbenfrohe Spiel. Kennen Sie die Blumen? Falls nicht, die Lösung finden Sie auf Seite 23.



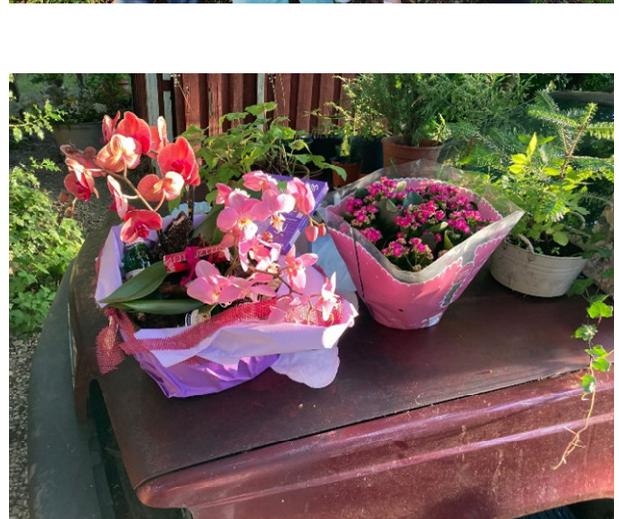


## Birgit verabschiedete sich

In den wohlverdienten Ruhestand wurde Birgit Schabbach-Stablo verabschiedet. Rund 15 Jahre fuhr sie für den ambulanten Pflegedienst der PSH zu Patient\*innen im Umkreis von Morbach und versorgte sie mit Leistungen der Pflege und Behandlungspflege. Davor hatte sie gut acht Jahre im GFA Seniorenheim gearbeitet, so dass sie bis zum Ende ihres Berufsleben 23,5 Jahre bei der GFA arbeitete.

Im kleinen Kreis wurde der Abschied bei Birgit zu Hause gefeiert. Das Morbacher PSH-Team kam gern, brachte neben guten Wünschen Blumen und einen prall gefüllten Präsentkorb mit. „Wir haben richtig lange zusammengesessen, obwohl das Wetter unbeständig war“, freut sie sich.

Zudem wurde Birgit beim PSH Sommerfest in Thalfang offiziell verabschiedet. Langweilig werden dürfte es Birgit wohl kaum, denn „ich habe Enkel, ein großes Haus, einen Garten und sonst noch ein paar Hobbies“, sagt sie und fährt fort: „Ich bleibe Euch gewogen, empfehle Euch gerne weiter und werde Euch bestimmt hin und wieder besuchen.“





## Herzliche Glückwünsche

Im kleinen Kreis gaben sich unsere stellvertretende Pflegedienstleitung Adriana und Alexander Keil am 11.11. das JA-Wort und feierten ihre Hochzeit im Familienkreis.



Markus und Stefan Simon gaben sich am Nikolaustag in Hermeskeil das JA-Wort. Eigentlich kennt sich das junge Glück schon 16 Jahre, haben sich aber schnell entschieden, an einem besonderen Tag den gemeinsamen Weg offiziell zu beginnen.

Das Hermeskeiler PSH-Team hatte nach der standesamtlichen Trauung zum Sektempfang in einer kleinen Runde eingeladen. Bei Sekt und Häppchen schnitt das frisch vermählte Paar die Torte an. Es wurde viel erzählt, gelacht und geküsst. Zum Song „Ich lass für Dich das Licht an“ von Revolverheld tanzten die beiden langsam und zärtlich.

Liebe Adriana und Alexander, lieber Stefan und Markus, wir wünschen Euch unfassbar viel Glück, Gesundheit, Zufriedenheit und ganz viel Liebe.





## Teamraumnutzung mal anders

Normalerweise werden in den großen Räumlichkeiten des Teamraums der PSH Fortbildungen, Teamsitzungen oder Mitarbeitergespräche nach den geltenden Corona Regeln durchgeführt. Aber an einem ganz besonderen Tag war das mal anders.



„Meine Tochter Salomè wurde 18 Jahre alt und unter Einhaltung der geltenden AHA Regeln und 2 G Regeln konnten wir gemütlich in kleinem Kreis mit Familie und Freunden zusammensitzen und essen und trinken“, berichtet Mel.

„An dieser Stelle meinen herzlichen

Dank an die Mieter des Service Wohnen für Ihr Verständnis und ein herzliches Dankeschön auch im Namen von Salomè an Herrn Lorè für seine Erlaubnis, diese Räumlichkeiten privat nutzen zu können,“ sagt Melanie Klaes-Terzic.





## Jeden Tag ein Tütchen öffnen

Die Vorweihnachtszeit hat ihren eigenen Reiz. Das findet auch PSH Pflegedienstleitung Mel und hatte reichlich eingekauft. Zusammen mit Maike und Adriana hatte das Trio mit Herzblut individuelle Adventskalender hergestellt und mit lieben Überraschungen für die Mitarbeitenden befüllt. „Das ist eine kleine Freude in dieser wieder harten Zeit“, sagt Melli „wir wollen Danke sagen und jeden einzelnen Mitarbeitenden wertschätzen.“ Leider wird aufgrund der derzeitigen Lage auch in diesem Jahr keine große Mitarbeiterweihnachtsfeier möglich sein. Mit den vielen kleinen Aufmerksamkeiten will Melli ihrem gesamten Team danken. „Alleine sind wir keiner, aber zusammen sind wir alles“, findet sie und hofft, dass keine die Motivation aufgibt und weiter in der Pflege tätig bleibt. „Ihr seid wichtig, habt das Herz am rechten Fleck und die Menschen da draußen brauchen uns“, schließlich sind die Mitarbeitenden Besucher, Helfer, Zuhörer, Seelentröster, ja auch Teil der Familie!



„Lieber Herr Spahn, das kann man mit Geld nicht bezahlen, das fühlt man! Das hat man im Blut und das hat man im Herzen!“





## Erntedank

Schon im Vorfeld hatte Elke vom Betreuungsteam mit Pfarrer Schreiber alles besprochen und organisiert. Schnell waren Äpfel, Birnen, Kürbis, Möhren, Kartoffeln, Trauben und andere Sorten Obst und Gemüse, die im Herbst geerntet werden, zusammengetragen und vor dem Altar aufgebaut. Einige Bewohner\*innen hatten für Erntedank dekoriert. Auch ein frisches Brot hatten wir, das klein geschnitten an alle verteilt wurde. „Erntedank ist wichtig“, findet Elke und berichtet, dass es den Bewohner\*innen auch so geht, denn „der Erntedank Gottesdienst war richtig gut besucht, wir haben noch Stühle dazu gestellt“.





## Wir lieben Musik

Herzlichen Dank wollen wir heute weitergeben an Wolfgang Schulte und Helmut Martini. Die beiden Herren spielen im Landespolizeiorchester und kamen mit Horn und Trompete zu uns ins Thalfanger Seniorenheim. In Zeiten von Corona darf das Orchester nicht komplett auftreten, umso größer war die Freude, dass das Duo uns mit ihrer Musik erfreute.

Die Cafeteria war sehr gut besucht und die Vorfreude auf die Musik groß.

Nach ihrer kurzen Vorstellung spielten sie Lieder, wie „Tiritomba“, „ein Schiff wird kommen“, „lauf Jäger, lauf“, „der Jäger aus Kurpfalz“, „die Gedanken sind frei“ oder „das Wandern ist des Müllers Lust.“ Besonders die Weinlieder summten und sangen die Senior\*innen mit, schunkelten im Walzertakt und genossen einfach den musikalischen Nachmittag.

„Vielen Dank für Eure Musik“, bedankte sich Elke vom Betreuungsteam und überreichte Sekt und Wein an die Herren.

Wolfgang Schulte und Helmut Martini sind keine Unbekannten im Seniorenheim, sie erfreuten unser Senior\*innen schon einmal und wollen gern wiederkommen. Wer weiß, vielleicht kommen sie beim nächsten Mal mit dem großen Orchester.





## Der Herbst lässt sich feiern

Mit dem Gedicht „Herr von Ribbeck auf Ribbeck im Havelland“ von Theodor Fontane eröffnete Yvonne vom Betreuungsteam das Herbstfest. Einige der Senior\*innen erinnerten sich an das bekannte Gedicht, mussten sie es doch früher als Kinder in der Schule auswendig lernen.

Nach dem herbstlichen Mittagessen stand zur nachmittäglichen Kaffeerunde eine große Kuchenauswahl auf dem Buffet. Ein besonderer Höhepunkt war Thomas Hauptenthal, er spielte mit seinem Keyboard zum Tanz auf. Die Senior\*innen waren sehr begeistert, es wurde viel gelacht, getanzt, mitgeklatscht, geschunkelt und gesungen. Auch das Bier vom Fass und der Federweißer mit Zwiebelkuchen fanden reißenden Absatz.

Groß war das Interesse am Schätzwettbewerb. Wer genau schätzte, wie viele Kastanien, Hasel- und Walnüsse im Glas waren, konnte gewinnen. Die Gewinner der beiden ersten Plätze erhielten eine süße Überraschung und freuten sich sehr. „Das war so richtig schön“, war die einhellige Resonanz auf das Herbstfest. Auch noch Tage nach dem Fest erzählten unsere Bewohner\*innen sehr viel davon.







## Wir lieben gefüllte Teigtaschen

„Dienstags wird eigentlich immer mit den Bewohner\*innen gekocht“, erzählt Helena vom Betreuungsteam und berichtet, dass sich die Senior\*innen immer sehr darauf freuen. Dieses Mal gab es ein absolutes Wunschgericht, es gab gefüllte Teigtaschen.

„Wir haben russische Manti, ein Gericht aus meiner Heimat, gekocht.“ Die frischen Zutaten hatte Helena im benachbarten Markt eingekauft.

Während sie den Teig machte, schälten und schnitten die Senior\*innen viele Zwiebeln und schmeckten die Hackfleischfüllung ab. Den Teig rollte Helena dünn aus und stach runde Stücke aus, in deren Mitte die Füllung kam. Mit gekonnten Handgriffen schlossen die Senior\*innen die Teigtaschen, die dann in Dampf gegart wurden. Gefüllte Teigtaschen gibt es weltweit. „Ravioli und Pelmeni ziehen in kochendem Wasser gar“, erklärt Helena den Unterschied zu den Manti. Begeistert aßen wir gemeinsam. Geschmeckt hat es allen und dabei haben wir überlegt, was in der nächsten gemeinsamen Kochrunde auf den Tisch kommt.





## Probiert mal „Plov“

Neulich kochte Helena mit einigen Seniorinnen in der Kochgruppe „Plov“, ein russisches Gericht mit Reis, hellem Fleisch, vielen Möhren und Zwiebeln. „Unsere Senior\*innen sind sehr an der Küche meiner russischen Heimat interessiert“, freut sich Helena. „Das macht es total spannend und sie haben große Freude am Geschmack mit den typischen Plov-Gewürzen.“

Maultaschen, die wir haben schon oft gekocht, aber zum ersten mal Plov.

Vier Bewohner\*innen haben mitgekocht, es hat richtig viel Freude gemacht. Sie schwärmen noch heute davon.

Nachkochen ist ganz einfach. Schneide das Fleisch in kleine Stücke und brate es in stark erhitztem Öl an, dann kommen die gewürfelten Zwiebeln und Möhren hinzu. Mit Salz und Pfeffer würzen. Doppelt so viel Wasser wie Reis dazugeben und die Zutaten zum Kochen bringen. Reis hinzufügen und nicht umrühren. Wenn das Wasser verdampft ist wird der Topf mit dem Deckel verschlossen und das Gericht auf kleinster Stufe gegart. Erst nach dem Öffnen des Deckels wird der Plov kräftig umgerührt und ist servierbereit.



### Grundrezept Plov:

400 g Hammelfleisch, 300-400 g Reis, 250 g Karotten, 150 g Zwiebeln



Lösung von Seite 12:



Tulpe



Hyazinthe



Narzissen



Schneeglöckchen



Hornveilchen

Tulpen, Hornveilchen, Hyazinthen, Narzissen und Schneeglöckchen  
Sind gar herrliche Geschöpfchen.

Sie erfreuen uns im Frühjahr als erste blumige Boten.

Aber die Pflanzen ausgraben und mitnehmen ist verboten.

So erfreuen sie viele Wochen des Menschen Herz

Und lassen uns hoffen, dass es geht wieder aufwärts.



## Mach es Dir schön im Advent

Die Vorweihnachtszeit lädt dazu ein, das Zuhause noch wohnlicher zu gestalten. Mit zahlreichen Kugeln, Girlanden, verschneiter Winterlandschaft und Weihnachtsfiguren aus Keramik gestaltete das Team der sozialen Betreuung mit Unterstützung von Iris Hornberg vom Küchenteam die Gemeinschaftsräume und den Außenbereich.



Advent, Advent ein Lichtlein brennt



## Nikolaus kommt in unser Haus

Die Vorweihnachtszeit ist eine heimelige Zeit. Am Nikolaustag trafen wir uns zum nachmittäglichen Kaffee und Kuchen und stimmten uns mit Nikolaus- und Weihnachtsliedern ein. Einige unserer Senior\*innen trugen Gedichte und Geschichten vor. Und auch der Nikolaus trug ein altbekanntes Gedicht vor, verriet: „Draußen vom Walde, da komm ich her.“ Einige unserer Bewohner\*innen sagten das Gedicht mit ihm auf.

Jede\*m unserer Senior\*innen hatte er etwas zu sagen, wusste Anekdoten zu berichten und äußerte seine Wünsche. Unsere Bewohner\*innen nahmen alles mit Humor und freuten sich über die süßen Geschenke des Nikolaus.

Der Nikolaus ging durch das ganze Haus und verteilte an die immobilen Bewohner\*innen und an unserer diensthabenden Mitarbeitenden Aufmerksamkeit und Präsente.

Die Vorweihnachtszeit hat ihren eigenen Reiz.







## Aktivierung auf moderne Art!

Seit Dezember 2021 gibt es im Seniorenheim Charlottenhöhe Thalfang einen CareTable. Dieser digitale „Aktivitätstisch“ dient zur Beschäftigung und Unterhaltung der Senior\*innen und verfügt über viele verschiedene Funktionen, wie z.B. Spiele und Übungen zur Aktivierung, sowie den Zugang zu digitalen Medien zur Unterhaltung und Information.



Elke Petry und Yvonne Göbel (beide von der Sozialen Betreuung) sowie Eric Busch (Assistent der Heimleitung) haben den Geschäftsführer von CareTable, Tobias Jecht, in Empfang genommen.



Nach einer gezielten Einweisung durch Herrn Jecht konnte der CareTable sofort von den Bewohner\*innen getestet werden.

„Er hat so viele Funktionen, es ist für jeden etwas dabei. Vor allem ist er mobil und kann überall eingesetzt werden“, so Eric Busch.

Yvonne und Elke haben schon sehr viele Einsatzideen und freuen sich auf die regelmäßige Nutzung.

„Wetterberichte, Nachrichten, Einzel- und Gesellschaftsspiele, Gottesdienste, eine Reise durch Deutschland und quer durch die Weltkugel, alles kein Problem“, berichtet Tobias Jecht, „außerdem programmieren wir regelmäßig neue Funktionen.“

Der CareTable befindet sich aktuell im Eingangsbereich, so dass alle





Bewohner\*innen darauf zugreifen können. Er wird aber auch in den anderen Wohnbereichen und in der Einzelbetreuung genutzt. Da er mobil ist, kann er beispielsweise für die Einzelbetreuung auch in einen separaten Raum gefahren werden. Er ist für jede Altersstufe unserer Bewohner\*innen geeignet. Das moderne Aktivierungsangebot ist ein echtes Highlight. Der CareTable hatte schnell die Neugierde unserer Bewohner\*innen geweckt, die nach einer kurzen Erläuterung sichtlich begeistert waren.

Frau Frost erzählte: „Ich freue mich total, dass der Tisch da ist und hoffe, dass jemand mit mir Mensch-Ärgere-Dich-Nicht spielt.“

Der CareTable wurde von der Glücksspirale gefördert. Vielen herzlichen Dank an die Glücksspirale und an Sindy Troeger (Assistentin der Geschäftsführung) für ihren Einsatz.

## Ho, Ho, Ho

Unsere Weihnachtsfeier begann mit einem ökumenischen Gottesdienst mit



dem evangelischen Pfarrer Herr Dr. Schreiber und Pastoralreferentin Frau Fortuin. Er erklärte bildlich mit allerlei Gegenständen die vom Team der sozialen Betreuung vorgetragene Weihnachtsgeschichte, präsentierte dabei, wer alles in der Krippe steht und welche

Tiere dabei

waren. Das nachmittägliche Kuchenbuffet und die selbstgebackenen Plätzchen waren ebenso heiß begehrt wie der gut gekühlte Wein.





Das Team der Sozialen Betreuung erzählte weihnachtliche Geschichten und trug Gedichte vor. „Besonders das Singen der Weihnachtslieder gefiel unseren Bewohner\*innen“, erzählt Elke vom Betreuungsteam.

Am Vormittag des Heiligen Abend zog Annamika als Christkind in



Begleitung von Elke durch die Einrichtung und verteilte Geschenke an die Bewohner\*innen und Mitarbeiter\*innen. Eigentlich ist die junge



Inderin Auszubildende im ersten Lehrjahr, zudem gibt es in Indien kein Christkind. Denn dort bringt der Nikolaus in der Nacht vom 24. auf den 25. Dezember die Geschenke. „Ich als Christkind, das fühlt sich ganz außergewöhnlich an“, schildert sie zufrieden.



In dem weißen Kleid überraschte sie die erstaunten Bewohner\*innen, erzählte mit ihnen und überreichte Präsente. Passend dazu las Elke Gedichte zum Christkind vor.

„Weihnachten im Seniorenheim ist auch für mich immer wieder etwas ganz besonders“, findet Elke Petry.



## Auf ein Neues

Den Jahreswechsel feierten Christel und Yvonne vom Betreuungsteam zusammen mit unseren Senior\*innen. Die Tische im Speisesaal stellten sie als eine lange Tafel und dekorierten mit Luftschlangen und lustiger Silvesterdekoration.





Im Anschluss an das gemeinsame Kaffeetrinken mit Waffeln, Kirschen und Sahne erzählte Christel eine Geschichte eines Marzipanschweins, dass auf einer Theke einer Bäckerei stand und nicht gegessen werden wollte.

Mit großer Begeisterung machten alle bei Yvonne's Ratespiel diverser Glückssymbole mit. Die Auswahl an Glücksbringern ist groß, die gängigsten wie Marienkäfer, Pfennig, Glücksklee, Schornsteinfeger, Fliegenpilz oder Glücksschwein wurden rasch erraten und es wurde rege über deren Herkunft und Bedeutung gesprochen.



Jede\*r Bewohnen\*in verriet einen Wunsch an das neue Jahr. „Ich wünsche mir einen Trabi“, sagte Frau Frost und





Gerda Jung wünscht, noch lange fit zu bleiben und sehnt das Ende von Corona herbei. „Ich bin zufrieden, wie es ist“, notierte Frau Kolz. All die Wünsche und Hoffnungen wurden auf Glückskleezettel notiert und auf ein großes, von Yvonne gebasteltes Glücksschwein gepinnt.



„Statt Feuerwerk - es gab ja nix an Feuerwerk zu kaufen - gab es Knallbonbons, mit denen wir viel Spaß hatten“, erzählt Yvonne und die sorgten für heitere Stimmung. Zur Partymusik wurde geschunkelt und gesungen. Sekt und Wein sowie der warme Kartoffelsalat mit Würstchen zum Abendessen erfreuten sich großer Beliebtheit. Heißbegehrt waren auch die alkoholfreien Getränke und das Knabbergebäck.



„Das Wünsche-Schwein mit unseren Glückskleezetteln hängt an der Wand zum Speisesaal und erinnert uns an die schönen gemeinsamen Stunden zum Jahreswechsel“, freuen sich Christel und Yvonne und berichteten, dass einige Bewohner\*innen noch bis spät abends in der Gemeinschaft saßen.

Hüte die kleinen Dinge im Leben wie einen Schatz.  
Es kommt der Tag, dann wird Dir bewusst, wie groß sie waren.

Schreibe jede Woche etwas Schönes, das Du erlebt hast, auf einen Zettel und sammle diese Zettel in einem Karton. Wenn Du an Silvester diese Zettel liest, kannst Du in Erinnerung schwelgen und vielleicht feststellen: Es war ein schönes Jahr.



## Optische Täuschung

Heute haben wir eine Aufgabe mit einer optischen Täuschung. Das Gehirn beeinflusst die Wahrnehmung. Lassen Sie sich nicht beirren und sagen jeweils die Farbe, nicht das Wort. Viel Spaß und seien Sie gespannt über Ihr Ergebnis.

ROT BLAU GRÜN GRÜN BLAU GELB ROT  
ORANGE SCHWARZ WEISS BLAU GRÜN  
SCHWARZ GRÜN ROT BLAU GRÜN VIOLETT  
GELB ORANGE ORANGE ROT WEISS BLAU GRÜN  
SCHWARZ ROT BLAU SCHWARZ GELB ORANGE  
WEISS ROT BLAU LILA SCHWARZ ROT BLAU  
GRÜN GELB WEISS ROT LILA VIOLETT ORANGE  
BLAU ROT GELB GRÜN GELB SCHWARZ WEISS  
BLAU WEISS





## Was zum Schmunzeln

Eine alte Dame trinkt zum ersten Mal Bier. Sie überlegt eine Weile und meint dann: "Merkwürdig, das Zeug schmeckt genauso wie die Medizin, die mein seliger Mann zwanzig Jahre einnehmen musste."

"Haben sie drei Sekunden Zeit?" fragte ein Zuschauer den Schiedsrichter nach Spielschluss.

Dieser nickte zustimmend.

"Dann erzählen sie mir mal alles was sie über Fußball wissen!"

Was ist der brutalste Sport der Welt?

Fußball. Da wird geköpft und geschossen!

Martin beklagt sich bei einem Kumpel: "Mit Philipp ist es wirklich schlimm. Der Kerl hat einfach nie Geld."

Darauf der Freund: "Wollte er dich etwa anpumpen?"

"Nein, ich ihn!"

Ehemann: "Liebling, wir sind jetzt seit 20 Jahren verheiratet und du bist immer nur zärtlich zu mir, wenn du Geld willst."

Sie: "Ja, ist das denn nicht oft genug?"

"Sie haben mir doch mehr Gehalt versprochen, wenn Sie mit mir zufrieden sind!"

"Ja schon, aber wie kann ich mit jemandem zufrieden sein, der mehr Geld haben will!"

Mündlich überliefert



## Gedanken für den Abschied

Erinnerungen sind wie Sterne in der Nacht.  
Sie funkeln hell wie Sterne.

(unbekannter Verfasser)



## In den letzten Monaten nahmen wir Abschied von Seniorinnen und Senioren

An dieser Stelle trauerten wir in den vergangenen Ausgaben des „Netzwerk-Blättchens“ namentlich um unsere verstorbenen Seniorinnen und Senioren. Basierend auf der Datenschutzgrundverordnung werden wir keine Namen mehr veröffentlichen.

Wir fühlen uns mit den Verstorbenen, deren Angehörigen und Freunden in den schweren Stunden des Abschieds sehr verbunden.



# **G**EMEINSAM **F**ÜR **A**ALLE

## **Netzwerk-Blättchen**

- Auflage: 600 -

wird herausgegeben vom

**VersorgungsNetzwerk Hunsrück**

**c/o GFA Seniorenheim Charlottenhöhe**



Charlottenhöhe 6 \* 54424 Thalfang

Tel: 06504 / 91 340

Fax: 06504 / 91 34 22

[info.tf@gfambh.com](mailto:info.tf@gfambh.com)

[www.GFAmbH.com](http://www.GFAmbH.com)