

# Treffpunkt Alter



Alten- und Pflegezentren  
des Main-Kinzig-Kreises gemeinnützige GmbH



**Studie zur Lebensqualität im Alter**

**S. 12, 13**

## Antrittsbesuch

Der neue Landrat  
Thorsten Stolz  
zu Besuch in unseren  
Einrichtungen **s.5**



**Ausgabe August/September 2017**

**APZ-MKK**

# Inhaltsverzeichnis

Seite 3	Pinnwand	Seite 10	E-Qalin®
Seite 4, 5	Senioren-Dependancen	Seite 11	Spende im Kreisruheheim Unser Ehrenamt
Seite 6	Caritas-Kooperation Grüner Haken	Seite 12, 13	Studie „Lebensqualität im Alter“
Seite 7	Leitungswechsel Schülerbesuch im Wohnstift	Seite 14	Rückblick auf die Sommerfeste
Seite 8	Saisonseite	Seite 15	Bunte Seite
Seite 9	Fachthema Mobilität	Seite 16	Unsere Sommerfesttermine 2017

## Ihr Kontakt zu den Alten- & Pflegezentren

**Service-Hotline: 06181-802 602**

**www.apz-mkk.de**

### Aus- und Fortbildungsinstitut für Altenpflege (AFI)

Am Altenzentrum 1 • 63517 Rodenbach  
Telefon 06184 / 935-182 • Fax -158  
afi@apz-mkk.de

#### Wohnstift Hanau (WSH)

Lortzingstraße 5 • 63452 Hanau  
Telefon 06181 / 802-0 • Fax -526  
wohnstift.hanau@apz-mkk.de

#### Stadtteilzentrum an der Kinzig (STK)

Rückertstraße 3 • 63450 Hanau  
Telefon 06181 / 50874-00 • Fax -88  
stadtteilzentrum.hanau@  
apz-mkk.de

#### Altenzentrum Rodenbach (AZR)

Am Altenzentrum 1 • 63517 Rodenbach  
Telefon 06184 / 935-0 • Fax -169  
altenzentrum.rodenbach@  
apz-mkk.de

#### Seniorenzentrum Gründau (SZG)

Büdingen Straße 12b • 63584 Gründau-Lieblos  
Telefon 06051 / 88 97-0 • Fax -169  
seniorenzentrum.gruendau@  
apz-mkk.de

#### Kreisruheheim Gelnhausen (KRH)

Holzgasse 23 • 63571 Gelnhausen  
Telefon 06051 / 913-0 • Fax -769  
kreisruheheim.gelnhausen@  
apz-mkk.de

#### Seniorenzentrum Biebergemünd (SZB)

Nepomukweg 1 • 63599 Biebergemünd-Kassel  
Telefon 06050 / 9122-0 • Fax -169  
seniorenzentrum.biebergemuend@  
apz-mkk.de

#### Seniorenzentrum Steinau (SZS)

Viehhof 3 • 36396 Steinau  
Telefon 06663 / 9606-122 • Fax -141  
seniorenzentrum.steinau@  
apz-mkk.de

#### Wohn- und Gesundheitszentrum Lebensbaum Sinntal (WGL)

Michaelspfad 2 • 36391 Sinntal-Sterbfritz  
Telefon 06664 - 40397-10 • Fax -17  
lebensbaum.sinntal@apz-mkk.de

#### Senioren-Dependancen (SD) im Ronneburger Hügelland

Schulstraße 1 • 63543 Neuberg  
Telefon 06183 - 92857-0 • Fax -14  
dependancen@apz-mkk.de

## IMPRESSUM

### Herausgeber:

Alten- und Pflegezentren  
des Main-Kinzig-Kreises  
gemeinnützige GmbH  
Lortzingstraße 5 • 63452 Hanau

### V.i.S.d.P.

Dieter Bien, Geschäftsführer

### Redaktion:

Burkhard Kornherr, Theodor Vasilache,  
Tanya Yagci

### Kont@kt zur Redaktion:

Tanya Yagci; Tel. 06181 / 802 879  
E-Mail: treff.alter@apz-mkk.de

### Fotos (soweit nicht anders angegeben):

Axel Häslar (www.hessen-luftbild.de),  
Alten- und Pflegezentren des MKK

### Layout & Druck

Wort im Bild/Petr Šimandl  
Eichbaumstraße 17b  
63674 Altenstadt-Waldsiedlung

**Auflage:** 2.500 Exemplare

**Erscheint:** alle 2 Monate

Wohnstift Hanau, Blauer Saal  
**Donnerstag, 24. August 2017, 15:30 Uhr**

### Themen-Nachmittag für pflegende Angehörige: **Aromatherapie für Menschen mit Demenz**

Wie können ätherische Öle und Düfte angewandt werden und welche positiven Wirkungen haben sie auf Menschen mit demenziellen Erkrankungen? Antworten auf diese und weitere Fragen erhalten Sie bei unserem sechsten Themennachmittag.

Um eine Anmeldung wird bis Montag, den 21.8. gebeten,  
 telefonisch unter 06181/802-531  
 oder per E-Mail an [katja.sommer@apz-mkk.de](mailto:katja.sommer@apz-mkk.de)

Altenzentrum Rodenbach, Gelber Saal  
**Mittwoch, 20. September 2017, 15 Uhr**

### Öffentlicher Vortrag **Die Bedeutung einer Patientenverfügung**

Was ist zu tun, wenn eine Person ihren Willen nicht mehr (wirksam) erklären kann, dennoch aber über die medizinischen Maßnahmen bestimmen möchte? Corinna Zastrow, im Altenzentrum Rodenbach niedergelassene Fachärztin für Allgemeinmedizin und Palliativmedizin, informiert im Rahmen eines öffentlichen und kostenfreien Vortrages über die Bedeutung einer Patientenverfügung.

## Kunst und Kultur erleben

Kammermusik aus der Wiener Klassik  
 Sa., 26.08.2017, 19 Uhr im Stadtteilzentrum an der Kinzig  
 So., 17.09.2017, 10 Uhr im Altenzentrum Rodenbach

Grimm-Festival in Steinau - Die Gebrüder Grimm laden zu Tisch  
 Sa., 16.09.2017, 19 Uhr im Seniorenzentrum Steinau



Nähere Informationen und weitere Veranstaltungstermine entnehmen Sie bitte unserer Homepage.

## Haus Neuberg

# Gastgeber des siebten Neuburger Gesundheitstages

Die Senioren-Dependance Neuberg öffnete am 11. Juni ihre Türen für alle am Thema Gesundheit interessierte Bürger. Im Rahmen des siebten Gesundheitstages präsentierten sich zahlreiche regionale Anbieter an Informationsständen. Veranstalter waren der VdK Ortsverband Rüdighelm und der Seniorenbeirat der Gemeinde Neuberg mit Bürgermeisterin Iris Schröder als Schirmherrin. Die Besucher konnten sich beraten lassen, informierten sich direkt bei Fachleuten zu Gesundheitsfragen und nahmen die Gelegenheit wahr, an verschiedenen Aktionen wie einem Sinnestraining, Blutdruck- oder Blutzuckermessungen teilzunehmen. Für das leibliche Wohl war mit einem einladenden Kuchenbuffet bestens gesorgt. Aussteller neben der

Senioren-Dependance Neuberg waren: Ambulanter Pflegedienst Kremer, Bücherschränke am Neuberg, DRK Neuberg, GüMa mobile Alten- und Krankenpflege, Petra Hartung – Salzleuchten, Scale Friens – Ernährungsberatung, Sanitätshaus Nehls und der Seniorenbeirat der Gemeinde Neuberg. Hausleiterin Heike Haase: „Seit der Eröffnung des Hauses Neuberg sind wir ein fester Bestandteil der Gemeinde, die gute Zusammenarbeit vor Ort macht uns stolz und bereitet



Viel Aufmerksamkeit erhielt das DRK bei seinen Präsentationen

uns viel Freude. Für die hier lebenden Menschen ist es wichtig, auch im Alter Teil der Gemeinschaft zu bleiben. Umso schöner, wenn wir das mit öffentlichen Veranstaltungen wie dem Gesundheitstag oder dem Boule-Turnier für Vereine unterstützen und fördern können.“

## Haus Limeshain

# Hausgemeinschaften - Leben (fast) wie Zuhause



Wie roch es, wenn Weißkraut zu Sauerkraut gegoren wurde? Beim Schnippeln werden Erinnerungen belebt.

Jeden Vormittag herrscht eifriges Treiben in den Hausgemeinschaften der Senioren-Dependance Limeshain. Gemeinsam mit den Alltagsbegleitern

öffnen sich in den Wohnküchen beim gemeinsamen Schnippeln, Schälen, Kochen und Schmoren kleine Schatzkisten, die gefüllt sind mit persön-

gilt es dann, Geschirr wegräumen, Handtücher zu falten, Kartoffeln zu schälen oder den Schnittlauch aus dem Hochbeet des eigenen Gartens zu ernten, um daraus eine Sauce für das gemeinsame Mittagessen vorzubereiten. Dabei

lichen Erinnerungen, Vorlieben, ja sogar Düften. Erinnerungen werden wach, die sich nicht nur auf das Essen beziehen. „Es ist schön zu beobachten, wie manche Bewohnerinnen bei Tätigkeiten aufblühen, die sie an früher erinnern“, berichtet Blanka Benova, Hausleiterin der Senioren-Dependance Limeshain. Sie ergänzt: „Viele haben ihr Leben lang ihre Familien versorgt und es tut ihnen gut, wieder diese Rolle zu übernehmen, für andere etwas zu machen. Andere wiederum möchten sich genau deswegen nicht beteiligen, auch das ist verständlich und in Ordnung. Das wichtige an unseren Hausgemeinschaften ist, dass wir sie mit Freude leben.“

## Haus Ronneburg

# Guter Blick „auf die Gass“

Der gemütlich gestaltete Eingangsbereich der Senioren-Dependance Ronneburg -mit einem guten Blick „auf die Gass“- entwickelt sich, gerade in den Sommertagen, zu einem beliebten Treffpunkt der Bewohner der Hüttengesäßer Einrichtung. Hier verbringen sie gemeinsam Zeit. Hausleiterin Ellen Weckerlein freut sich: „Die Bewohner nutzen die Sitzgelegenheiten immer öfter zum Plausch mit den Nachbarn und mit Besuchern des angrenzenden Fall-

bachhauses oder einfach nur, um einen Blick auf die Straße zu werfen und das Ortsgeschehen zu beurteilen.“ Ohnehin spielt sich im Haus Ronneburg viel im Außenbereich ab.



Die Bewohner haben hier alles gut im Blick

„Die großzügige Gartenanlage ist wirklich ein großes Glück. In der gemeinsamen Planung mit Bewohnern, Angehörigen und Mitarbeitern wächst und gedeiht das Grün“,

berichtet Ellen Weckerlein. So wurden ein kleiner Walnussbaum und auch eine Eiche gepflanzt, geplant sind darüber hinaus ein Kirschbaum und ein Apfelbaum, so dass die Bewohner aus ihrem Garten auch Obst pflücken können. Zunächst kritisch beäugt wurde durch die Bewohner die Schmetterlingswiese, ein überwiegend naturbelassenes Stück im Garten der Einrichtung. Das Getummel von heimischen Bienen und Hummeln hat letzten Endes auch

die kritischen Stimmen überzeugen können, dass ein Stück Natur durchaus schöner sein kann, als ein millimetergenau gemähter Rasen.

## Haus Hammersbach

# Als wäre es nie anders gewesen

Mit der Eröffnung des Hauses Hammersbach im März wurden die Senioren-Dependancen komplettiert. „Wir haben unsere Hausgemeinschaften schnell belegen können. Innerhalb kürzester Zeit ist es den Mitarbeitern gelungen, hier eine häusliche Atmosphäre zu schaffen“, freut sich Einrichtungsleiter Michael Mandt. Besonderes Augenmerk legte das Team dabei auf die Außenanlage dieser jungen Einrichtung. So fanden die neu errichteten Hochbeete besonders großen Anklang. Hausleiterin Anke Korn erläutert den Hintergrund: „Die Hoch-

beete laden zum Mitmachen ein. Die Bewohner können, ohne sich bücken zu müssen, aktiv an der Gestaltung teilnehmen und machen dies mit viel Hingabe.“ Zahlreiche Duft- und Nutzpflanzen wurden gemeinschaftlich eingepflanzt, von Kräutern wie Minze, Dill und Schnittlauch bis hin zu Gurken und Tomaten ist bestens für frisch Geerntetes aus dem eigenen Garten gesorgt. Davon konnte sich jüngst auch der neue Landrat des Main-Kinzig-Kreises, Thorsten Stolz, bei seinem Antrittsbesuch überzeugen. Lesen Sie



Landrat Thorsten Stolz zu Besuch im Haus Hammersbach.

dazu mehr in der nächsten Ausgabe Treffpunkt Alter.

## Kooperation mit der Arbeitsgemeinschaft Hospizdienst

# Würdevolle Begleitung schwerstkranker Menschen

Im Beisein der Ersten Kreisbeigeordneten und Aufsichtsratsvorsitzenden der Alten- und Pflegezentren des Main-Kinzig-Kreises, Susanne Simmler, haben Geschäftsführer Dieter Bien, Ernst Georg Zimmermann, Vorsitzender der Arbeitsgemeinschaft Hospizdienst (AGH), und Robert Flörchinger, Geschäftsführer des Caritas-Verbandes, eine Kooperationsvereinbarung unterzeichnet, die zum Ziel hat, die würdige Begleitung schwerstkranker und sterbender Menschen in den Alten- und Pflegezentren zu unterstützen. „Ferner soll das bürgerschaftliche Engagement in der Sterbebegleitung ausgebaut und das bestehende Angebot

durch das der ehrenamtlichen Mitarbeiter des Hospizdienstes ergänzt werden“, so Zimmermann. Damit wird die bisherige punktuelle Zusammenarbeit auf ein festes Fundament gestellt, das allen Einrichtungen der APZ zu Gute kommt“, erklärte Bien. Laut Caritas-Geschäftsführer Robert Flörchinger können sowohl die Mitarbeiter der Einrichtungen als auch die Bewohner selbst, vor allem aber auch ihre Angehörigen eine Hospizbegleitung anfragen. „Eine Hospiz-Hotline ist unter der Telefonnummer 06181 / 9233531 geschaltet, sodass eine Kontaktaufnahme schnellstens möglich ist“, so die Fachbereichsleiterin



Dieter Bien, Annette Böhmer, Ernst Georg Zimmermann, Susanne Simmler, Robert Flörchinger

Annette Böhmer, neben Inge Olbricht und Maria Iffland eine von drei hauptamtlichen Koordinatoren. Susanne Simmler dankte der Arbeitsgemeinschaft Hospizdienst für ihre aufopferungsvolle Arbeit in einem schwierigen Lebensumfeld.

## Verbraucherfreundliche Einrichtungen

# Auszeichnung mit Grünem Haken

Das Altenzentrum Rodenbach und der Lebensbaum Sinntal dürfen sich offiziell als „verbraucherfreundlich“ bezeichnen. Freiwillig haben sich die Einrichtungen durch einen ehrenamt-

lichen Gutachter der gemeinnützigen Heimverzeichnis GmbH, einer Gesellschaft zur Förderung der Lebensqualität im Alter und bei Behinderung, prüfen lassen und dabei mehr als 80 Prozent der vorgegebenen Kriterien erfüllt. „Der Grüne Haken ist eine sinnvolle Ergänzung zu den regelmäßigen Prüfungen durch die Behörden, wie den MDK oder die Betreuungs- und Pflegeaufsicht, da der Gutachter, der selbst Senior ist, doch einen anderen Blick auf die Abläufe und Gegebenheiten vor Ort hat“, so der Geschäftsbereichsleiter Altenhilfe, Robert Steingrübner bei der Übergabe der Urkunde

in Rodenbach. Rund 100 Kriterien, unterteilt in die Kategorien Autonomie, Teilhabe und Menschenwürde, wurden geprüft. Das Begutachtungsverfahren haben Experten des Instituts für Soziale Infrastruktur (ISIS) unter Berücksichtigung der Charta der Rechte hilfe- und pflegebedürftiger Menschen entwickelt. Dabei geht es vorrangig um die Erhaltung der Eigenständigkeit der Bewohnerinnen und Bewohner, um die Achtung ihrer Privatsphäre, um ihre Selbstbestimmung sowie den freundlichen, respektvollen Umgang mit ihnen. In Sinntal nutzte Bürgermeister Carsten Ullrich die Gelegenheit der Siegelübergabe, um den Verantwortlichen auch zum Erhalt des MRE-Siegels sowie zur neuesten MDK-Note von 1,0 zu gratulieren.



Einrichtungsleiter Mario Pizzala, Pflegedienstleiterin Elke Möser, ihre Stellvertreterin Ricarda Schüßler und Sinntals Bürgermeister Carsten Ullrich

# Leitungswechsel im Wohnstift Hanau und Altenzentrum Rodenbach



Der Einrichtungsleiter des Wohnstifts Hanau, Uwe Brömmer (Mitte), scheidet aus privaten Gründen zum 30.9. 2017 aus. „Mit Uwe Brömmer haben wir im Wohnstift viele konzeptionelle Veränderungen durchgeführt und Modernisierungsmaßnahmen angestoßen. Ich wünsche ihm einen erfolgreichen weiteren Lebensweg und bedanke mich für die gute Zusammenarbeit“, so Geschäftsführer Dieter Bien. Damit die konzeptionelle Weiterentwicklung, begleitet von massiven baulich-räumlichen Veränderungen im Wohnstift auch weiter vorangeht, wird zum 1. Oktober Stephan Hemberger (links), derzeit Einrichtungsleiter im Altenzentrum Rodenbach, die Leitung des Wohnstiftes übernehmen. „Wir brauchen nun Stabilität und Konstanz – gerade mit Blick auf die Umbaumaßnahmen“, erläutert Bien, „und für diese kann gerade Herr Hemberger Sorge tragen. Er kennt das Unternehmen und die Region nun bereits seit längerer Zeit.“ Seine Nachfolge im Altenzentrum Rodenbach wird in den kommenden Wochen geregelt. ■

## Integration durch Anschluss und Abschluss Schüler zu Besuch im Wohnstift Hanau

Zu einem besonderen Informationsaustausch besuchten Schüler, eine Sozialpädagogin und eine Lehrerin der Kaufmännischen Schulen das Wohnstift Hanau. Gesprächspartner waren die Leiterin der Sozialen Betreuung Cordula Delp und die stellvertretende Pflegedienstleiterin Ines Eberlein. Die Schüler besuchen die besondere Schulform der InteA- Klassen. Das Ziel des Programms "Integration durch Anschluss und Abschluss" ist das Erlernen der deutschen Sprache durch intensive Sprachförderung. So kann ein schneller Übergang von der Schule in eine Berufsausbildung oder in andere Schulformen gelingen und eine schnelle Integration

ermöglicht werden. Der Besuch von Ausbildungsstätten ist dabei ein Teil des Programms. Erstaunt waren die Schüler bei dem Vortrag zu den pflegerischen Ausbildungsberufen darüber, dass die Pflegekräfte eine sehr hohe Verantwortung haben, Entschei-

dungen treffen und ein hohes Maß an medizinischen Kenntnissen benötigen. Beeindruckt waren sie ebenfalls von den hohen pflegerischen Standards und der EDV-gestützten Pflegedokumentation. Die sehr großen Bewohnerzimmer mit dem eigenen

mitgebrachten Mobiliar der Senioren und einem angrenzenden barrierefreien Bad wurden als sehr positiv wahrgenommen. „Wir haben Einblicke in die Arbeitswelt der Altenpflege erhalten und es ist uns wichtig, dass die jungen Menschen die Praxis kennenlernen und mit den Gegebenheiten vertraut werden“, so die Sozialpädagogin Heidi Simon. ■



## Besondere Tage im August und September

Einschulung der Erstklässler  
Mariä Himmelfahrt  
Meteorologischer Herbstanfang  
Herbstanfang

14. August  
15. August  
1. September  
22. September

### Bauernregel:

Warmer und trockener Septembermond  
mit reifen Früchten reichlich belohnt.

## Die Erntezeit beginnt

### Bewohner erzählen

Mit dem Spätsommer beginnt die Erntezeit. In diesem Jahr dürfen sich die Bauern aufgrund des Wetters auf eine reichhaltige Ernte freuen. Vielerorts herrscht bereits emsiges Treiben und Erntehelfer unterstützen die regionalen Bauern. Waltraud Netz, Bewohnerin aus dem Kreisruheheim Gelnhausen, erzählte Betreuungskraft Regina Pucher, eine ganz besondere Geschichte dazu aus ihrer Jugendzeit.



Waltraud Netz

„Früher wurden die Mädchen direkt nach dem Schulabschluss, ich war damals 13 Jahre alt, in ein Pflichtjahr geschickt. Ich habe damals in Niedergründau beim Bauern Häfner mein Jahr gemacht. Es gab Kost und Logis frei, als Lohn sieben Mark im Monat. Ich musste dort Kartoffeln stecken, Kartoffelkäfer lesen, jäten, und die Kartoffeln dann ausmachen. Lange waren die Wege zu den Äckern, Runkeln mussten gehackt, Gerste mit der Sichel geschnitten und gebündelt werden. Im Haus musste ich kochen, spülen und putzen. Das Vieh wurde vom Bauern und einem französischen Kriegsgefangenen versorgt. Als der Jungbauer aus dem Krieg zurückkam, wollte er mich heiraten, aber ich habe ihm gesagt, dass ich mit seiner Mutter nicht auskomme, sonst wäre ich Bäuerin geworden. Es hat mir viel Spaß gemacht, Freiland, Luft, Licht und Sonne. Nach dem Pflichtjahr habe ich eine 3-jährige Ausbildung zur Damenschneiderin in Gelnhausen gemacht, Fräulein Heilmann brachte uns viel bei.“

Erinnerungen werden unter anderem durch die Einbindung biografischer Aspekte in die soziale Betreuung präsent gehalten.

## Mobilität im Alltag

# Wer rastet, der rostet

Mann und Frau weiß eigentlich, dass Bewegung „in jedem Alter“ dem Körper und dem Geiste gut tut. Dennoch fällt es vielen Menschen, vor allem älteren Personen, aus unterschiedlichen Gründen schwer, sich sportlichen Aktivitäten zuzuwenden bzw. diese beizubehalten. Im höheren Alter kommt es nicht darauf an, Höchstleistungen zu erzielen, aber ganz ohne Bewegungsreize rosten unsere motorischen Fähigkeiten ein und verkümmern. Folgen mangelnder Bewegung sind die Zunahme von körperlichen Bewegungseinschränkungen, Beschwerden bis hin zu Schmerzen, die unabhängig von anderen Erkrankungen auftreten. Das Gute an Bewegung ist – moderate Bewegung passt in jede Lebensphase, kann im Stehen, Sitzen sowie im Liegen ausgeführt werden und beeinflusst ganz nebenbei positiv unser körperliches Wohlbefinden. Damit Sie fortan „in Bewegung“ bleiben, stellen wir Ihnen künftig unterschiedliche Übungen vor, die zur Förderung und Verbesserung Ihrer Mobilität beitragen. Sie können zeitunabhängig trainieren und bei regelmäßiger Durchführung werden Sie schnell eine Verbesserung spüren. Alle Übungen sind leicht im Alltag umsetzbar und benötigen nicht viel Raum.

## „Unsere Hände“ - Morgendliche Beweglichkeitsübungen

Unsere Reihe startet mit Bewegungsübungen für unsere Hände, die wir tagtäglich wie selbstverständlich für Alltagsbewegungen einsetzen. Unsere Finger sind dabei wie unser Werkzeug. Im Alter fühlen sich besonders am Morgen nach dem Aufstehen die Finger und Hände oft schwer und steif an, können unangenehm kribbeln und auch schmerzen. Dies beeinträchtigt die Ausführung alltagsrelevanter Tätigkeiten, und das Öffnen einer Flasche zum Beispiel wird oftmals schon zu einer Herausforderung. Die ausgewählten Übungen helfen dabei, die Beweglichkeit der Finger und Hände zu trainieren, zu fördern und zu erhalten. Gleichzeitig wird die Finger- und Handmuskulatur gekräftigt. Nehmen Sie sich daher morgens einen Moment Zeit, richten Ihre Aufmerksamkeit auf Ihre Finger und Hände und führen Sie die folgenden Übungen bewusst und langsam durch. Viel Spaß dabei!

1. Hände mehrmals ineinander reiben (wie beim Eincremen). Massieren Sie mit den Fingern einer Hand ganz bewusst jeden einzelnen Finger der anderen Hand. Spreizen Sie Ihre Finger auseinander und schließen Sie sie wieder zu einer Faust
2. Spielen Sie mit Ihren Fingern Klavier und bewegen dabei Ihre Finger von einer Seite zur anderen
3. Legen Sie die Hände mit der Handfläche auf den Tisch. Drehen Sie die Hände abwechselnd so, dass Sie die Handinnenfläche sehen können und wieder zurück
4. Schließen Sie Ihre Hände abwechselnd zu einer Faust und öffnen Sie diese wieder



5. Nehmen Sie eine Flasche in die Hand und drehen Sie mehrmals den Verschluss auf und zu (Wiederholen Sie die Übung mit der anderen Hand)
6. Drücken Sie Ihre Handflächen gegeneinander – wenn möglich sollte jeder Finger der einen Hand passend auf dem gleichen Finger der anderen Hand aufliegen
7. Schütteln Sie Ihre Hände aus

Ein Beitrag von Silvia Lückhardt,  
Kordinatorin für Betriebliches Gesundheitsmanagement bei den APZ-MKK

# E-Qalin® - der Prozess läuft ...

Mit den Einrichtungsleitern Stephan Hemberger, Uwe Brömmer, der Pflegedienstleiterin Anja Wagner sowie den Hausleiterinnen Blanka Benova, Ellen Weckerlein und Heike Haase haben sechs Führungskräfte der Alten- und Pflegezentren des Main-Kinzig-Kreises nach einer Weiterbildung eine Zertifizierungsurkunde als Prozessmanager erhalten und sind damit nun befähigt, den Selbstbewertungsprozess in ihren Einrichtungen durchzuführen ...

In fast allen Häusern der Alten- und Pflegezentren des Main-Kinzig-Kreises hat der Selbstbewertungsprozess nach E-Qalin® inzwischen begonnen. Erste Ergebnisse aus Sitzungen von interdisziplinären Fachgruppen wurden erarbeitet und an die Kerngruppen der jeweiligen Einrichtungen weitergeleitet. Die Kerngruppen werden von E-Qalin® Prozessmanager geleitet. Hier nehmen Leitungskräfte der Einrichtungen, aber auch Vertreter des Trägers, die einzelnen Prozesse in den Perspektiven Bewohner, Mitarbeiter, Führung, Umfeld und lernende Organisation kritisch unter die Lupe und erarbeiten Verbesserungsvorschläge.



*Prof. Dr. Wilfried Schlüter (rechts) hat die Prozessmanager ausgebildet*

Diese Verbesserungsvorschläge werden gesammelt, nach Zuständigkeiten sortiert und mit Prioritäten versehen. So ist es gut möglich, dass zu dem Zeitpunkt, an dem Sie diesen Artikel lesen, bereits die ersten Verbesserungsmaßnahmen in die Praxis umgesetzt wurden.

## Kann ich denn noch mitmachen?

Falls Sie erst jetzt Lust bekommen haben, Ihre eigenen Sichtweisen in die Bewertung mit einzubringen und sich fragen, ob es noch möglich ist, mitzumachen: Ja! Sprechen Sie die E-Qalin®-Prozessmanager in Ihrer Einrichtung an, bekennen Sie Ihr Interesse und Ihre Bereitschaft zur Mitarbeit, sicher wird es dazu noch die Gelegenheit geben.



## Wo kann ich sehen, was bereits geschehen ist?

Die Maßnahmenpläne, in denen die im E-Qalin® Prozess erarbeiteten Verbesserungsvorschläge gesammelt, mit Verantwortlichkeiten und Prioritäten versehen und bei Umsetzung entsprechend „abgehakt“ werden, sollen in den Einrichtungen öffentlich gemacht werden, um den Prozess transparent zu gestalten.

## In Gedenken an Elli Muth

# Sitzbank für das Kreisruheheim gespendet

Mit einer ganz besonderen Spende hat sich Elli Muth (\*1929 - †2016) ein bleibendes Andenken geschaffen. Elli Muth, die ihre letzten Lebensjahre im Kreisruheheim Gelnhausen verbracht hatte, war es eine Herzensangelegenheit, im Garten der Gelnhäuser Einrichtung eine weitere schöne Sitzgelegenheit zu schaffen. „So hat es mich auch nicht gewundert, als mir der Sohn von Frau Muth von ihrem Wunsch erzählte, dass aus ihrem Nachlass eine Sitzbank für das Kreisruheheim gespendet werden soll. Sie hat sich sehr oft und gerne im



Die Sitzbank ist aus dem Garten nicht mehr wegzuducken, ein Stifterschild erinnert an die Spenderin.

Garten aufgehoben“, so Pflegedienstleiter Daniel Pfeifer. Die nun angeschaffte Sitzbank hat ihren Platz neben dem Eingang des Anna-Hühn-Hauses gefunden, sie bietet einen Blick auf den gesamten Garten und wird gerne von den Bewohnern genutzt, alleine, mit Angehörigen oder in Begleitung einer Betreuungskraft. Daniel Pfeifer bedankte sich im Namen der Bewohner für die großzügige Spende mit den Worten: „Viele Erinnerungen werden künftig diese Bank begleiten, Erinnerungen an das Kreisruheheim, Erinnerungen an Elli Muth“.

## Mit Menschen für Menschen

# In unseren Einrichtungen können Sie etwas bewegen

Ehrenamtliches Engagement hat bei den Alten- und Pflegezentren des Main-Kinzig-Kreises eine lange Tradition. Die ehrenamtlichen Helfer leisten zur Erhaltung und zur Förderung der Lebensqualität der Bewohner einen maßgeblichen Beitrag. Sie bereichern das Leben der Bewohner und unterstützen die Einrichtungen in ihrer täglichen Arbeit. Dabei bestimmen die ehrenamtlich Engagierten selbst, mit welcher Tätigkeit und in welchem zeitlichen Rahmen sie sich engagieren. Beispiele für ein Engagement:

### Einzel- und Gruppenbetreuung:

- Gespräche, Vorlesen
- Singkreis
- Gottesdienstbesuche
- Gymnastik
- Spielen und Basteln, Handwerkern
- Gartenarbeiten
- Spaziergänge
- Hundebesuchsdienst
- Einkäufe/kleine Erledigungen für Bewohner

### Hausbezogene Angebote

- Feste und Veranstaltungen, Ausflüge
- Kontakte zu Vereinen/Verbänden
- Männerstammtisch
- Kochen/Backen

Sie möchten sich engagieren? Wir freuen uns auf Sie!

### Kontakt:

Agnes Boos | Telefon: 06181 42 88 66 2  
E-Mail: agnes.boos@apz-mkk.de



# Eine qualitative Interviewstudie Alte Menschen erzählen

## Eine qualitative Interviewstudie

Die Lebensqualität älterer Menschen, insbesondere wenn sie im Alltag umfassende Hilfe in einem Pflegeheim benötigen, war das Augenmerk einer Studie, die auf Initiative der Alten- und Pflegezentren des Main-Kinzig-Kreises durchgeführt wurde. Besondere Grundlage dieser Studie ist das Expertenwissen Älterer, das in den bisherigen deutschlandweiten Studien kaum zum Tragen kam. „Die Bewohnerinnen und Bewohner erläuterten selbst die Aspekte, die für sie zum Erleben guter Lebensqualität maßgeblich sind bzw. diese beeinträchtigen“, so die Erste Kreisbeigeordnete und APZ- Aufsichtsratsvorsitzende Susanne Simmler, die die Studie zusammen mit Geschäftsführer Dieter Bien, der internen Projektleiterin Kristina Schneider und der externen Begleiterin Dr. Marion Bär, wissenschaftliche Leiterin von concept.alter, dem Institut für Gerontologie der Universität Heidelberg, vorstellte. Gefördert wurde die Studie von der Procuratio GmbH.

## Die Teilnehmer

54 Personen haben an der Studie teilgenommen, das Durchschnittsalter lag bei 80,3 Jahren. Bewohner, die im Alltag noch wenig Hilfe brauchen, waren ebenso vertreten, wie Personen, die auf umfassende Unterstützung angewiesen sind. Um eine möglichst breite Streuung von Lebenskontexten zu bekommen, wurde bei der Auswahl der Einrichtungen außerdem darauf geachtet, dass Einrichtungstypen mit innovativen Konzepten ebenso vertreten waren wie



*Kristina Schneider, Susanne Simmler, Dr. Marion Bär, Dieter Bien*

solche mit traditioneller Versorgung. Auch Stadt/Land-Unterschiede wurden berücksichtigt. Die Interviews wurden durch neun geschulte Mitarbeiterinnen der Alten- und Pflegezentren durchgeführt, die nicht im direkten Umfeld der befragten Bewohner arbeiteten.

## Die Umsetzung

In einem ungestörten und persönlichen Rahmen wurden die Interviews durchgeführt. Um den Interviewern die Möglichkeit zu geben, sich vollumfänglich auf das Gespräch zu konzentrieren, wurden die Gespräche aufgezeichnet. Die Fragen

haben die Bewohner zum Reden angeregt und sie wurden gebeten, selbst jene Aspekte ihrer Lebenssituation zu beschreiben, die für sie zum Erleben guter Lebensqualität maßgeblich sind bzw. diese beeinträchtigen. Ihre subjektiven Lebenserfahrungen waren im Fokus der Interviews und erlebte Alltagssituationen spielten eine wichtige Rolle. „Es ist wichtig, genau hinzuhören, bevor man sich ein Urteil über die Lebensqualität anderer Menschen bildet“, äußert Projektleiterin Dr. Marion Bär. „Angesichts der großen Vielfalt an Assessmentinstrumenten und Zufriedenheitsbefragungen besteht die Gefahr, zu meinen, man wisse,

was die Bewohner wünschten. Aber jeder Mensch ist Experte in eigener Sache und hat seine Vorstellungen. Diese sind Ausdruck der Selbstbestimmung und man erkennt sie nur durch unvoreingenommenes Zuhören.“

## Die Ergebnisse

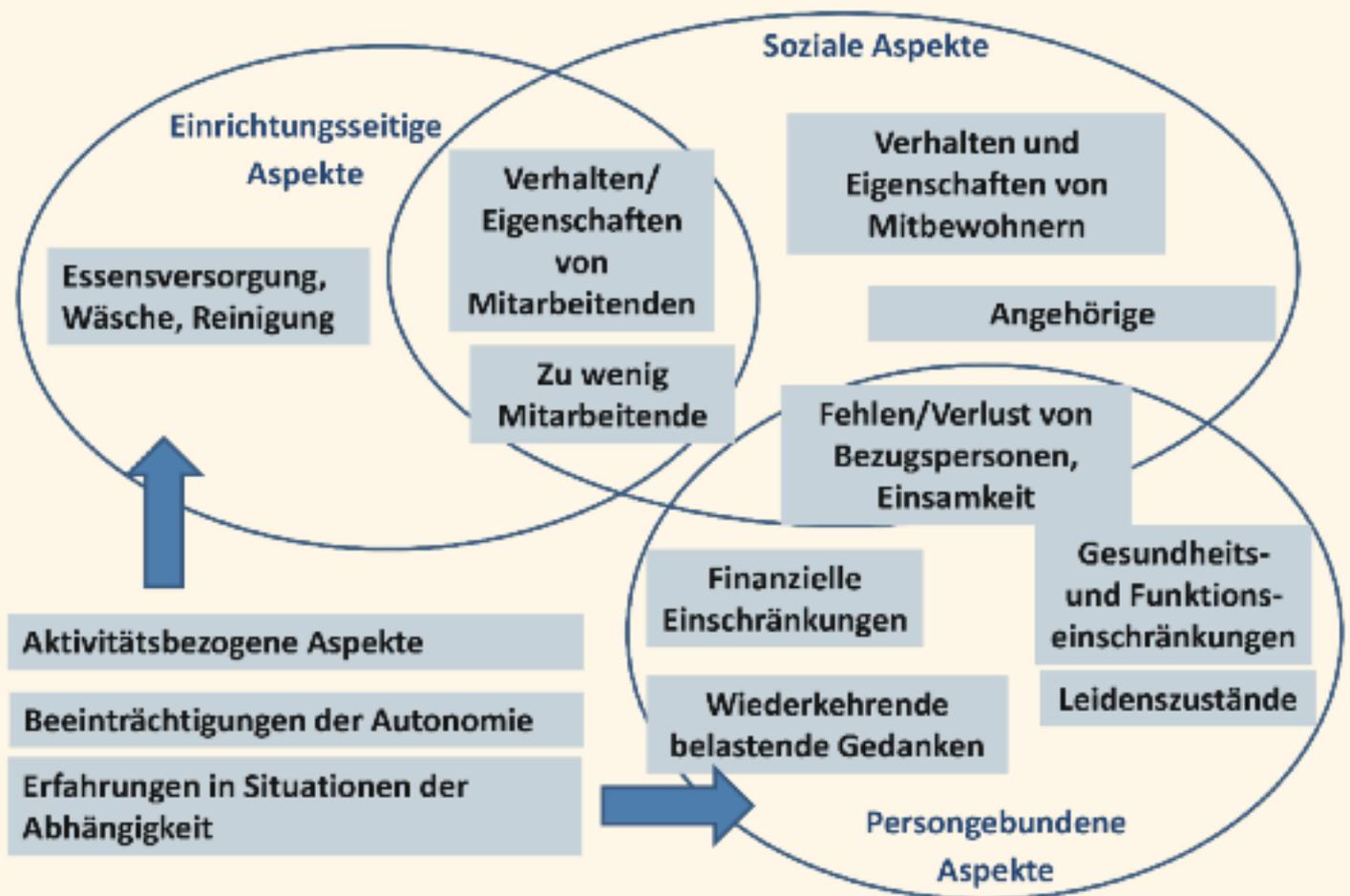
Das Fazit der Studie ist, dass der Alltag im Pflegeheim keineswegs einformig und homogen ist. Personen verbringen ihn sehr unterschiedlich und er weist viele Facetten positiver wie negativer Erfahrung auf. Ein aktives Leben ist auch im Pflegeheim

Stadt zu kommen, wenn er nicht mehr selbst gehen kann. Die Bedeutung von guten sozialen Beziehungen und eines sorgenden Miteinanders für die Lebensqualität von Menschen in Pflegeheimen ist sehr hoch. Aber soziale Teilhabe kann eine Pflegeeinrichtung nicht alleine gewährleisten: Hier ist auch ein größeres gesellschaftliches Engagement notwendig, damit Menschen im Pflegeheim weiterhin in die soziale Gemeinschaft eingebunden sind. Die Ergebnisse und mögliche Konsequenzen für die Organisationsentwicklung werden in den Alten- und Pflegezentren intensiv erörtert.

den Alltag integrieren und etablieren. Deshalb arbeiten wir daran, die Ergebnisse in praktisches Handeln bzw. in den Alltag zu übertragen. Ich glaube aber, dass es manchmal nur Kleinigkeiten, Gesten, Handlungen und vor allem eines wertschätzenden Umgangs bedarf, um die Lebensqualität unserer Bewohner zu fördern.

Ziel sollte es sein, dass die älteren Menschen, die bei uns leben, möglichst viele „gute Tage“ erleben können, woran sie dies auch immer messen mögen.“

## Bedingungen und Situationen, die die LQ beeinträchtigen



möglich und wird von vielen Bewohnern realisiert. Allerdings gibt es hier auch noch Unterstützungsbedarf. Denn wer kein soziales Netzwerk hat, hat es schwer, beispielsweise zur Bank oder zum Café trinken in die

Für die Pflegedienstleiterin Elke Möser vom Wohn- und Gesundheitszentrum Lebensbaum Sinntal stand mit den Ergebnissen fest: „Das, was ich bei den Interviews erfahren habe, möchte ich auch künftig in

*Nähere Informationen zur Studie finden Sie im Download-Bereich unserer Homepage.*

# Unsere Sommerfeste 2017



Der Sommer geht allmählich in seine Hochphase. Auch wenn er in diesem Jahr nicht so recht wusste, ob er sich durchsetzen oder vom Regen übertrumpfen lassen soll, war er dennoch der Anlass, die traditionellen Feste in unseren Einrichtungen zu feiern. Abwechslungsreiche Rahmenprogramme und leckere Spezialitäten vom Grill waren der Garant für kurzweilige Nachmittage. Unser Dank gilt Mitarbeitern, Angehörigen und Ehrenamtlern, die zum Gelingen der Feste beigetragen haben. Der Sommer ist noch nicht vorbei, wir freuen uns, Sie auf den noch anstehenden Festen zu begrüßen.



## Preisrätsel

### Wer bin ich?

- Ich bin am 26. Juni 1952 in Gliwice/Polen geboren.
- Man kennt mich als Schauspieler.
- Mit „Die Lümmel von der ersten Bank“ wurde ich berühmt.
- Ich spielte die Rolle des Pepe Nietnagel.

Für die richtige Lösung verlosen wir einen Geschenkgutschein im Wert von 25,- Euro.

Abzugeben sind die Lösungen in der Verwaltung der jeweiligen Einrichtung oder per Post an:  
Alten- und Pflegezentren des Main-Kinzig-Kreises  
Tanya Yagci, Lortzingstraße 5, 63452 Hanau  
oder per mail: [treff.alter@altenheime-mkk.de](mailto:treff.alter@altenheime-mkk.de)

**Einsendeschluss ist der 15. September 2017**

Auflösung des Rätsels aus der letzten Ausgabe:  
Harald Juhnke

Einen Gutschein im Wert von 25,- Euro hat gewonnen:  
**Günter Dietschmann, Bewohner im Wohnstift Hanau**

Wir bedanken uns für den Gutschein beim Wohnstift-Lädchen  
Lortzingstraße 5 in Hanau, Telefon: 06181.802559

### ...und noch was zum Lachen:

Sagt der Kunde beim Friseur: „Ich hätte den Scheitel gern direkt in der Mitte, genau in der Mitte.“ – „Tut mir leid mein Herr, das geht nicht“, sagt der Friseur. – „Warum denn nicht?“ – „Sie haben eine ungerade Zahl an Haaren!“

Lehrerin: „Fritzchen, nenne mir bitte fünf Tiere aus Afrika“ - Fritzchen: „Zwei Löwen und drei Elefanten.“

Der Richter fragt den Angeklagten: „Wann haben sie Geburtstag?“ – „Am 3. Februar“ – „Welches Jahr?“ – „Jedes Jahr, Herr Richter.“

## Bilderrätsel:

Zahlreiche, von Angehörigen, Ehrenamtlern und Mitarbeitern gebackene Kuchen, bereicherten unsere Sommerfeste, wie hier im Lebensbaum Sinntal. Aber finden Sie die 5 Fehler im rechten Bild?



# SOMMERFESTE 2017

Leben mit anderen -  
Menschen in Gemeinschaft

## Senioren- Dependance Haus Neuberg

Schulstraße 1  
63543 Neuberg

**Samstag, 26. Aug.**  
14:00 bis 18:00 Uhr



## Senioren- Dependance Haus Limeshain

Blumenstraße 2  
63694 Limeshain

**Samstag, 9. Sept.**  
14:00 bis 18:00 Uhr



## Senioren- Dependance Haus Ronneburg

Am Festplatz 7  
63549 Ronneburg

**Samstag, 16. Sept.**  
14:00 bis 18:00 Uhr



## Kreisruheheim Gelnhausen

Holzgasse 23  
63571 Gelnhausen

**Samstag, 22. Juli**  
14:00 bis 18:00 Uhr



## Seniorenzentrum Steinau

Viehhof 3  
36396 Steinau

**Samstag, 17. Juni**  
15:00 bis 18:00 Uhr



## Senioren- Dependance Haus Hammersbach

Hauptstraße 34  
63540 Hammersbach  
(seit März 2017)



## Wohn- und Gesundheitszentrum Lebensbaum Sinntal

Michaelspfad 2  
36391 Sinntal-Sterbfritz

**Samstag, 1. Juli**  
14:00 bis 18:00 Uhr



Limeshain

Steinau

Sinntal

ab 2017  
Hammersbach

Ronneburg

Gelnhausen

Neuberg

Gründau

Biebergemünd

Hanau

Rodenbach

## Wohnstift Hanau

Lertzlingstraße 5  
63452 Hanau

**Samstag, 19. Aug.**  
14:00 bis 18:00 Uhr



## Stadtteilzentrum an der Kinzig

Rückertstraße 3  
63450 Hanau

**Samstag, 8. Juli**  
14:00 bis 18:00 Uhr



## Altenzentrum Rodenbach

Am Altenzentrum 1  
63517 Rodenbach

**Samstag, 24. Juni**  
14:00 bis 18:00 Uhr



## Seniorenzentrum Gründau

Büdingen Straße 12b  
63584 Gründau-Lieblos

**Samstag, 2. Sept.**  
14:00 bis 18:00 Uhr



## Seniorenzentrum Biebergemünd

Nepomukweg 1  
63599 Biebergemünd

**Samstag, 12. Aug.**  
14:00 bis 18:00 Uhr



Alten & Pflegezentren  
Main-Kinzig-Kreis

[www.ALTENPFLEGE-MKK.DE](http://www.ALTENPFLEGE-MKK.DE)