

AUSGABE DEZEMBER 2013

KOSTENLOS  
ZUM MITNEHMEN

Stadtpark

# JOURNAL

Das Magazin für Senioren und ihre Familien



## Italienische Woche

Eine Sinnesreise nach Italien



## Das Leben meistern

Ein bewegendes Portrait  
des jungen Bewohners  
Frank Döschner

# Unsere treuen Freunde

*Wie Tiere uns begleiten und  
Körper und Geist stärken*



Seniorenzentrum  
Am Stadtpark  
Villingen-Schwenningen

*Liebe Leserinnen und Leser,*



**Martin Hayer**  
Einrichtungsleiter

»Ich fand heraus, dass einem in tiefstem Kummer von der stillen hingebungsvollen Kameradschaft eines Hundes Kräfte zufließen, die einem keine andere Quelle spendet.«

Bis heute pflegt die 89-jährige ehemalige US-Sängerin und Schauspielerin Doris Day – selbst von vielen Schicksalen geprägt – eine sehr intensive Liebe zu verwaisten Tieren, denen sie ein Zuhause bei sich in Kalifornien schenkt.

Um die besondere Beziehung zwischen Mensch und Tier geht es auch im allgemeinen Teil unserer aktuellen Ausgabe des Stadtpark Journals. Welche Gefühle rufen Hunde, Katzen oder Vögel bei uns Zweibeinern hervor und haben sie tatsächlich heilende Kräfte, die es uns besser gehen lassen? Lesen Sie selbst!

Darüber hinaus erfahren Sie natürlich auch wieder Interessantes und Neues aus unserem Hause. Lassen Sie sich überraschen.

Ich wünsche Ihnen viel Freude mit unserem aktuellen Stadtpark Journal sowie eine gemütliche Vor- und Weihnachtszeit im Kreise Ihrer Lieben. Kommen Sie gut und gesund ins neue Jahr!

Wir wünschen Ihnen nun viel Spaß beim Lesen.

Mit freundlichen Grüßen

Ihr Martin Hayer

AKTUELL AUS UNSEREM HAUS

**Italienische Woche**

*Bewohner des AWO Seniorenzentrums Am Stadtpark erleben eine Sinnesreise nach Italien*

04



**Das Leben meistern**

*Ein bewegendes Portrait des jungen Bewohners Frank Döschner*

06



**Adrenalinkick beim Berufsstart**

*Teamerfahrungen beim Besuch des Hochseilgartens*

13



ALLGEMEINE THEMEN

**Unsere treuen Freunde**

*Wie Tiere uns begleiten und dabei Körper und Geist stärken*

08



MITMACHEN

**Rätselspaß für pfiffige Köpfe**

12

IHR AWO SENIORENZENTRUM STELLT SICH VOR

**Ihre Ansprechpartner auf einen Blick**

15

## ITALIENISCHE WOCHE im AWO Seniorenzentrum Am Stadtpark

### UNSERE BEWOHNER ERLEBEN EINE SINNESREISE NACH ITALIEN

Die diesjährige Themenwoche im AWO Seniorenzentrum Am Stadtpark fand bei den Bewohnern wieder großen Anklang.

Nach einer spanischen und russischen, einer Wellness- und Wohlfühlwoche und der Themenwoche »Erde, Wasser, Luft und Feuer« im vergangenen Jahr war diesmal wieder ein Ländermotto, nämlich die »Italienische Woche«, angesagt.

Schon beim Betreten des Seniorenzentrums blieben die Bewohner und Besucher staunend stehen. Statt der gewohnten Sitzgruppe stand mitten im italienisch anmutenden Foyer ein alter Fiat 850, der auch sogleich genauer inspiziert wurde und immer wieder Gesprächsstoff über frühere Zeiten bot.

Eine ganze Woche wurden vielfältige landestypische Veranstaltungen durchgeführt, so wurden »Baci di dama« gebacken, die beliebten Damenküsse, oder es wurden Ligurien und Camogli in einem bunten Reisebericht von Reinhard Dols vorgestellt.

In einem 2-teiligen Italienischkurs mit Kornelia Schmid lernten die zum Teil über 90-jährigen Senioren mit Feuereifer gängige Begriffe und Redewendungen. Bald wurden die erstaunten Mitarbeiter von den lerneifrigen Bewohnerinnen und Bewohnern mit einem »Buon Giorno« statt »Guten Tag« angesprochen. Laura Lindemann führte das Publikum in die Welt des italienischen Gesangs. Mit Werken von »O sole mio« bis »Caruso« begeisterte sie mit ihrer bezaubernden Sopranstimme.

An einem Tag wurde auf allen Wohnbereichen Pizza gebacken, an einem anderen Tag bei einer Nudelparty mit Concetta Panullo-Hirt die Fertigkeit der Pastaherstellung bewundert und selbst ausprobiert. Wanderführer Richard Obermayer lud die Senioren mit einem gelungenen Filmvortrag auf die Insel Elba ein. Ihren krönenden Abschluss fand die Themenwoche dann mit einem bunten Nachmittagsprogramm mit Quiz, Fotorückblick und mitreißender italienischer Musik von Enzo Saputo, die so

manchen der Zuhörer zum Mitsingen und Schunkeln bewegte. Begeisterte Reaktionen vieler Bewohner bestätigten einmal mehr, dass sich der große Aufwand für die Organisation der Themenwoche lohnt.

Aus der Idee, für die Bewohner eine Art »Ferien ohne Kofferpacken« anzubieten, war mit der »Spanischen Woche« einst die erste Themenwoche entstanden. Nun haben diese erlebnisreichen Tage bereits im sechsten Jahr stattgefunden und sind als Veranstaltungshighlight des Jahres für die Senioren nicht mehr wegzudenken.





## DAS LEBEN MEISTERN

### Höhen und Tiefen eines bewegten Lebens:

**4-mal in seinem Leben hatte Frank Döschner wacklige Knie und Schweißperlen auf der Stirn.**

### 1984

Frank Döschner ist gerade Zeitsoldat beim Heeresfliegerregiment. Als er beim Rangieren eines Hubschraubers aus dem Hangar ein falsches Sig-

nal erhält, wäre das Fluggerät fast umgekippt. »Trotz dieser Schrecksekunde waren es vier sehr gute Jahre für mich. So viel Menschenkenntnis erhält man sonst nirgends. Die Grundausbildung hatte es schon in sich,

aber im Nachhinein war es eine gute Sache. Mir war nie langweilig.« Neben seiner Bundeswehrzeit sang Frank Döschner leidenschaftlich gern – sogar in 3 Chören gleichzeitig – und spielte Klarinette und Saxophon.

### 1999

Am 18.04.1999 wird Frank Döschner zum ersten Mal Va-

ter von seiner Tochter Janina-Larissa. Drei Jahre später macht seine zweite Tochter Chiara-Melanie am 19.03.2002 das

Familienglück perfekt. Die Familie genießt den Alltag zu viert in vollen Zügen und erlebt viele gemeinsame Urlaube.

### 2007

Frank Döschner erhält die Diagnose Multiple Sklerose (MS). Der Familienvater sitzt geschockt in der Neurologie der Uniklinik Freiburg und ist niedergeschmettert, wenngleich er die Tragweite seiner Erkrankung noch nicht erfasst. Unklar bleibt bis heute, ob er an einer schleichenden Verlaufs- oder an einer Sonderform, dem sogenannten Devic Syndrom, leidet. So oder so ist die Prognose jedoch we-

nig hoffnungsvoll: Die Krankheit wird ihn höchstwahrscheinlich irgendwann an den Rollstuhl fesseln. Nur ein Jahr später traten die ersten Symptome auf – der Kontrollverlust im rechten Bein.

Die Krankheit verlief alles andere als schleichend, weiß der 48-Jährige heute: »Ich habe anscheinend gleich die Abkürzung genommen. Aber den Humor und meinen Glauben lasse ich mir nicht nehmen.« Nach

der gezwungenen Aufgabe seiner Berufstätigkeit war der gelernte Elektromechaniker jedoch deprimiert. Abhängig und unselbstständig zu sein, war erdrückend. Aufgrund der vielen Barrieren zu Hause konnte Frank Döschner den Rollstuhl lange gar nicht nutzen und lebte dadurch sehr isoliert. Hinzu kamen die schmerzlichen finanziellen Folgen und der komplizierte Umgang mit dem Sozialsystem und schließlich der Umzug ins Heim.



1984

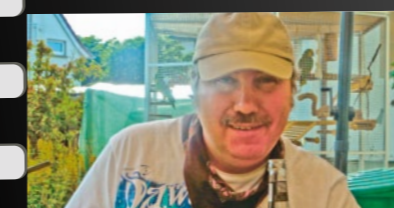


1999

Tochter Janina-Larissa im selbstgenähten Taufkleid des Vaters



2013



### 2013

Frank Döschner auf dem Fußballplatz: Sein Schwenninger Club BSV hat gerade ein Tor geschossen. Er blickt siegessicher zu seinem ehemaligen Kollegen Thomas hoch, der neben seinem Elektrorollstuhl steht.

Seit einem halben Jahr lebt Frank Döschner im AWO Seniorenzentrum Am Stadtpark. Auch wenn er sich nicht als Senior fühlt, ist er dennoch dankbar für den Platz: »Es ist das Beste, was mir passieren konnte. Die Pflege ist hervorragend, das Essen wie im Hotel und das Personal freundlich und hilfsbereit. Das Heim war ein Treffer ins Schwarze. Ich bin sehr zufrieden.«

Immer wieder holt Fußballfreund Thomas Frank Döschner mit dem Fahrrad ab. Quer durch Schwenningen rollt das ungleiche Paar zum Stadion am Moos. Denn dank seines E-Rollis ist Frank Döschner viel unterwegs – ob bei der morgendlichen Runde durch den Garten der Sinne oder einer Fahrt in die Stadt oder zum Fußball.

»Einmal ging es bereits bis nach Villingen zum Bahnhof und zurück«, erzählt er. »Ich

habe mich erkundigt, wie ich mit der Bahn nach Konstanz komme. Das ist mein Plan für 2014! « Aber auch virtuell ist der aktive Mann viel unterwegs, im Internet widmet er sich vor allem gern der Ahnenforschung. »Das hält mich auch geistig fit.« Seine Wurzeln konnte er so bis 1303 zurückverfolgen.

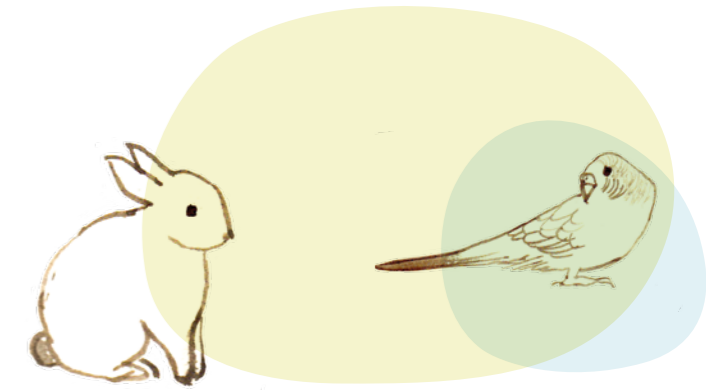
Natürlich ist Frank Döschner auch heute noch ein absoluter Familienmensch und jetzt auch wieder rundum glücklich. Das war nicht immer so. »Die letzten Jahre hatte ich oft das Gefühl, eine Belastung für meine Familie zu sein. Denn die Pflege zu Hause wurde irgendwann unmöglich. Jetzt bin ich sehr froh, hier im AWO Seniorenzentrum Am Stadtpark sein zu können.«

Seine Frau und Kinder kommen ihn regelmäßig besuchen. Nach einem Picknick im Garten der Sinne ist als nächstes ein gemeinsames Raclette-Essen geplant – ein lang ersehnter Wunsch von ihm. »Das ermöglichen wir sehr gern«, so Einrichtungsleiter Martin Hayer, der weiß wie wichtig Familie für Frank Döschner ist, der nur einige Monate älter als er selbst ist.



Ergotherapeut Sven Straßburger und seine Hündin Ines sind ein eingespieltes Team.

# Unsere treuen Freunde



## Wie Tiere uns begleiten und Körper und Geist stärken

**E**s tut uns gut, Kontakt zu haben. Bezug zu finden und eine Beziehung aufzubauen zu einem Charakter, der nicht kritisiert. Der nicht schimpft, wenn etwas nicht klappt. Der ohne Spott zuhört, was man auf dem Herzen hat, auch wenn man kein Wort über die Lippen bringt. Der einfach da ist – eine bedingungslose Beziehung.

### So etwas gibt es nicht, denken Sie?

In den Einrichtungen der AWO Baden sind diese speziellen Freunde für jeden da, der keine Scheu hat. Aber die ist eher selten, wenn man in große braune Augen schaut. Die feuchte Nase auf der Hand spürt, die genau schnuppert und schließlich über das weiche, warme Fell streichen darf.

### Eine Kameradschaft, die früh begann.

Hunde und Menschen sind seit über 15.000 Jahren ein Team. In der Steinzeit begann eine Partnerschaft, die über die Jahre zu einer Freundschaft werden sollte.

Gemeinschaft, soziale Kontakte, Sicherheit, Vertrauen und Nähe – die Bedürfnisse von Hunden und Menschen unterscheiden sich sehr geringfügig. Evolutionsbedingt haben sich Hunde an den Menschen gewöhnt und wollen diesen Kontakt nicht missen. Dies ist ebenso genetisch programmiert wie das Bedürfnis des Menschen, mit anderen zu kommunizieren und Beziehungen aufzubauen. Genau diese Übereinstimmung wird seit vielen Jahren zu therapeutischen und

medizinischen Zwecken genutzt – zum Vorteil von Mensch und Hund.

### Der wissenschaftliche Fortschritt

Begonnen hat der Einsatz von Hunden zu therapeutischen Zwecken im 18. Jahrhundert in England. William Tuke eröffnete damals eine alternative Einrichtung für psychisch kranke Menschen. Hier sollten die Patienten ohne die herkömmlichen klassischen Behandlungsmethoden therapiert werden. Es sollte zukünftig würdevoller mit diesen Menschen umgegangen werden als in den üblichen Institutionen für psychisch kranke Menschen. William Tuke stellte diesen Menschen kleine Tiere wie zum Beispiel Kaninchen zur Verfügung. Er vermutete, dass die Patienten durch den Umgang mit den schwächeren Lebewesen das Gefühl erfahren, dass sie trotz ihrer Krankheit gebraucht wurden. William Tuke stellte einen positiven Effekt von Tieren im Rahmen des Therapieprozesses fest. Was damals im »York Retreat« geschah, ist heute auch in Deutschland üblich. Seit den

»**Es lässt sich kaum bezweifeln, dass die Liebe zum Menschen beim Hund zum Instinkt geworden ist.**«

Charles Darwin, britischer Naturforscher (1809–1882)



60er Jahren wird die Therapie mit Tieren wissenschaftlich erforscht und der Einsatz von Tieren zu therapeutischen Zwecken vermehrt angewandt.

### Was im Körper geschieht

Wo Hunde und Menschen aufeinandertreffen, entsteht Freude. Eine positive Energie wird freigesetzt. Durch die Ausschüttung bestimmter Hormone bei Hund und Mensch lässt sich der Bedarf nach dieser Bindung somit auch biochemisch nachweisen. Allein die menschliche Stimme bewirkt, dass beim Hund das Hormon Oxytocin ausgeschüttet wird. Die Berührung und Nähe zu

Die Vierbeiner bringen Lebensfreude ins Haus, schenken ehrliche Zuwendung und fördern durch ihre quirligen Bewegungen die Kommunikation.



einem Hund bewirkt eben diese Hormonausschüttung auch im menschlichen Organismus. Oxytocin wird auch als »Beziehungshormon« bezeichnet. Es fördert u. a. die Beziehung von Mutter und Kind oder Paaren mit einer Liebesbeziehung. Für Hund und Mensch fühlt sich die Verbindung damit gut an und wird durch Körperkontakt gestärkt. Ebenso erfährt der Mensch die Ausschüttung des »Stimmungshormons« Serotonin. Es hilft, die Psyche des Menschen zu stabilisieren. Depressive Verstimmungen, Angst und Aggressionsimpulse können abnehmen. Das Stresshormon Cortisol hingegen wird auffallend geringfügiger ausgeschüttet, sobald Menschen in der Nähe eines Hundes sind. Dies ist gut für den Blutdruck, der so im gesunden Maße gesenkt wird. Körper und Geist können sich entspannen.

Diese Voraussetzungen führen dazu, dass Menschen sich emotional öffnen und so u. a. der Weg für einen Therapieprozess geebnet wird. Das sich Öffnen und Fallenlassen bewirkt zum Beispiel, dass gerade an Demenz erkrankte Seniorinnen und Senioren Reaktionen zeigen, die eigentlich schon als eingestellt galten. Dies können ein Lächeln oder ein Streicheln über das Fell des Tieres sein.

### Erfahrungen aus den Einrichtungen der AWO Baden

Die Einrichtungen der AWO Baden machen seit längerer Zeit positive Erfahrungen mit den Vierbeinern. Diese kommen als Gäste regelmäßig zu Besuch. Jeder, der mag, kann sich mit den Tieren beschäftigen. Sie streicheln, mit ihnen spielen oder sich einfach anschmiegen. Die Freude ist bei vielen Bewohnerinnen und Bewohnern groß – da sind sich die Einrichtungen einig.

Sven Straßburger ist ein Mann, der sein persönliches Interesse optimal mit seinem Beruf verbunden hat. Der Ergotherapeut aus Karlsruhe wünschte sich lange Zeit einen Hund. Aber das Tier acht Stunden am Tag allein lassen?



Nein, das kam für Sven Straßburger nicht in Frage. Die Idee war also einen Hund zu finden, der nicht nur seinen privaten Vorstellungen entspricht, sondern auch seinen beruflichen. Er informierte sich ausgiebig über Therapiehunde. Denn nicht jeder Hund kann als Therapiehund eingesetzt werden: Das Tier ist während der Arbeitszeit einer hohen Belastung ausgesetzt und sollte daher entsprechende Charakterzüge aufweisen.

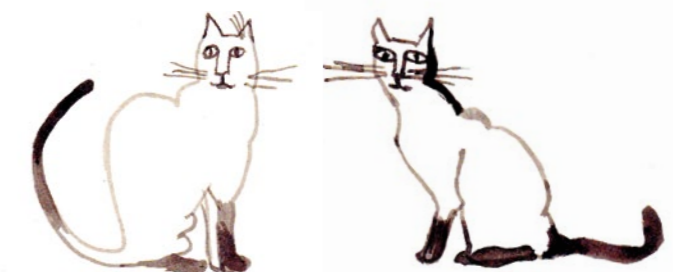
Nach einigen Monaten lernte Sven Straßburger seine Hündin Ines kennen. Mittlerweile sind der Ergotherapeut und seine Hündin ein eingespieltes Team. »Besonders bei Seniorinnen und Senioren, die aus ihrem früheren Leben Bezug zu Tieren haben, ist die Wirkung der Hündin enorm. Es ist einfacher, einen Zugang zu den Patienten zu finden. Während der Behandlung fokussieren sie sich auf den Hund und nicht auf sich selbst oder ihr Schmerzempfinden. Das beschleunigt den Therapieprozess«, berichtet Sven Straßburger.

Das bewegendste Erlebnis hatte Sven Straßburger jedoch schon in der ersten Arbeitswoche mit seiner Hündin: Eine Patientin, die er noch nie hat sprechen hören, sah die Hündin und rief: »Ein Hund, ein schöner Hund!« Da war dem engagierten Mann klar, dass die Hündin seine Arbeit bereichern und auch erleichtern würde. Barrieren, die zu überwinden der Ergotherapeut Monate benötigt, beseitigt seine Hündin nahezu mit einem Schwanzwedeln.

### Tiere spenden mehr Nähe, Verständnis und Trost, als man erwartet.

Auch Frau von Pflug hat Erfahrungen in diesem Bereich gesammelt. Seit circa fünf Jahren besucht sie mit ihrer Hündin Anouk ehrenamtlich ein Seniorenzentrum der AWO Baden. Vorab absolvierte sie mit ihrer Hündin eine entsprechende Ausbildung. Während der Besuche beschäftigt sich Anouk mit den Bewohnerinnen und Bewohnern. Routiniert sucht sie die Zimmer der Seniorinnen und Senioren auf, die sich schon auf ihren Besuch freuen. »Gerade in Situationen, in denen man als Mensch nicht viel machen kann, außer den Arm um die betreffende Person zu legen, hat man das Gefühl, dass die Hündin mehr Nähe, Verständnis und Trost leisten kann«, erzählt Frau von Pflug.

Es sind jedoch nicht nur Hunde, die diese magische Wirkung auf den Menschen haben. Auch Katzen, Kaninchen, Vögel und sogar Fische in den Einrichtungen der AWO Baden wurden von den Bewohnerinnen und Bewohnern ins Herz geschlossen. ♥



### HALBER SCHWEDE

Prügel	Gedicht	Stadt in der Zentral-Türkei	elektronische Fühler	ein Fußballfreistoß	weibliche Märchengestalt	schwimmen	Ausruf des Erstaunens	ital. Industriestadt unverletzt	US-Basketball-Liga (Abk.)
				3	11	Laubbäume	Verhältniswort		9
Ritter der Artusrunde				erste Frau (A.T.) Radlager			nicht lieblich	1	
persönliches Fürwort		4		Gedicht hebräischer Priester			Frauenname Stadt auf Sizilien		13
			ein Hautaus-schlag			7	Lehrer Samuels engl. Biere		äthiop.-christl. Kirchensprache
Großmütter	Kapelle Schnellzug (Abk.)		6		Walart Wahrheitsgelübde		8	griechischer Buchstabe	Aufforderung zur Ruhe
Laubbaumfrucht	Abk.: künstliche Intelligenz		Lebensbund		5	Teil des Mundes			
	10			kleines Kriechtier		2			12
unbestimmter Artikel			Binde-wort				Wiener Politiker † 1950 (Karl)		

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----	----	----	----

# Adrenalinkick beim Berufsstart

Beim 2. Azubi-Tag gaben Trapezsprung und Megaschaukel den besonderen Kick



Acht Meter über dem Boden an der Kante eines kleinen Holzpodestes fühlt sich Barbara wie gelähmt: »Ich habe das Gefühl, meine Schuhe sind mit Pat-tex festgeklebt.« So beschreibt die angehende Altenpflegerin die langen Sekunden vor dem Sprung ans Trapez. Gesprungen ist sie dennoch, ein wenig stolz, aber auch sicher, dass kein zweiter Sprung folgen wird. Sie ist an ihre psychische Grenze gegangen. Ganz anders ihre Mitazubine Janina, die so lange springt, bis ihre Kräfte nachlassen und sie unter Aufsicht der erfahrenen Trainerin der Schramberger Firma Syntura langsam zum Wald-boden gleitet.

»Unsere Azubis sollen zum ei-nen Spaß haben und sich ge-genseitig kennenlernen, an-dererseits sollen ihnen die Übungen ein Gefühl für Ver-trauen und Selbstvertrauen ver-

mitteln«, so Einrichtungsleiter Martin Hayer. »Wir haben einen sehr kalten Tag erwischt, man könnte sagen widrige Umstän-de. Die erleben wir aber auch im Berufsalltag, nicht immer ist es kuschelig und easy«, über-trägt er die Witterung auf die Großwetterlage im Pflegesektor.

»Durchhaltevermögen ist eben-so gefordert, wie die richtige Einstellung, guter Teamgeist und Kreativität. Aufgaben, die zunächst schwer lösbar schie-nen. Gemeinsam ging es. Sie haben aus Fehlern gelernt, ihre Vorgehensweise optimiert und besser aufeinander geachtet.«

Die Feedbacks der 20 Azubis waren durchweg positiv. »Ge-meinsam sind wir stark«, »Vor-handene Ressourcen nutzen und auch zulassen zuzusehen«, »Sicherheit geben und be-kommen«, »Adrenalinkick bei

der Schaukel«. Die 14 m hohe Riesenschaukel war in der Tat für viele das emotionale Ta-geshighlight. Im Niedrigseil-parcours ging es vor allem um den Teamgeist. Hier kam es auf Strategie, Achtsamkeit und gute Kommunikation an – aber auch der Spaßfaktor gehörte natür-lich dazu.

Neben dem Aufwärmen und Stärken nutzten viele das ge-meinsame Grillen in der Pause, um sich noch besser kennen-zulernen. »Unsere Azubis sol-len spüren, dass sie alle ein Teil etwas großen Ganzen sind«, so Hayer, der sie alle wertschätzt, sind sie doch die Fachkräfte von morgen.

Aktuell werden 20 junge Men-schen im AWO Seniorenzentrum Am Stadtpark im Pflege- und Hauswirtschaftsbereich ausge-bildet.

### LÖSUNGEN AUS DER LETZTEN AUSGABE

**Sudoku**

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

**Kreuzworträtsel**

■	■	■	K	■	F	■	E	■	D	■	T	■	E	■	M	■
S	A	F	A	R	I	■	T	A	E	K	W	O	N	D	O	■
■	K	A	N	U	E	■	O	J	A	■	D	A	R	■	■	
■	T	R	E	N	S	■	A	S	■	K	U	R	S	■	■	
■	A	B	A	S	■	I	N	N	■	E	T	H	N	I	E	■
D	U	E	■	E	R	■	N	U	R	■	A	G	O	N	■	■

JUNGBRUNNEN

### Silbenrätsel

1. IHLE, 2. COSINUS, 3. HIOB, 4. DUBIOS,
5. EXISTENT, 6. NUNTIUS, 7. KLIENT,
8. EICHEN, 9. ACHTLOS

Zitat: »Ich denke, also bin ich«

Anzeige

**Tipps aus der Apotheke und dem Reformhaus**

HELDMANN'S  
APOTHEKE IM  
RONDELL

KRONENSTRASSE 21-23  
78054 VS-SCHWENNINGEN  
Telefon 07720/32058  
Telefax 07720/22261

TÄGLICH DURCHGEHEND GEÖFFNET!  
Mo. - Fr. von 8.30 bis 20.00 Uhr  
Samstags von 8.00 bis 18.00 Uhr

HELDMANN'S  
REFORMHAUS IM  
RONDELL

**GUTER RAT MUSS NICHT TEUER SEIN!**

Wenn es um Fragen zur Gesundheit und gesunder Ernährung geht, sind Sie mit einem Besuch in unseren Geschäften immer bestens beraten. Denn bei uns gibt es nicht nur gesunde, biologisch angebaute Nahrungsmittel, natürliche Vitamine und Arzneimittel, sondern vor allem kompetente Informationen, Rat-schläge und Tipps für's Wohlbefinden. Gratis versteht sich! Und wenn Sie dar-über hinaus noch günstig einkaufen wollen, dann kommen Sie einfach zu uns.

Ihre Heldmann's Apotheke im City-Rondell  
Ihr Heldmann's Reformhaus im City-Rondell



**gepflegt**  
CARE +  
BEWOHNERWÄSCHE

Die Bearbeitung von Bewohner-Textilien ist seit Jahren einer unserer Leistungsbe-reiche. Auf Umwelt- und hautfreundliche Wasch- und Reinigungsverfahren legen wir dabei besonderen Wert.

Vollkommen versorgt – mit Wäsche zum Wohlfühlen.

**GEIGER TEXTIL**

**GEIGER TEXTIL GMBH** TELEFON: +49 07761 55900-0  
**MARTINSWEG 24** TELEFAX: +49 01161 55900-33  
**D-790713 BAD SÄCKINGEN** INFO@GEIGER-TEXTIL.DE  
WWW.GEIGER-TEXTIL.DE

**Medikamenten-Einnahme: Einfach und sicher!**



**Wir helfen Ihnen dabei!**

**Unser Blister Abo – So behalten Sie den Überblick:**

- Ihre Arznei, speziell für Sie zusammengestellt.
- Gut lesbar in Tütchen verpackt.
- Verwechslung ausgeschlossen.
- Ihre Medikamente gehen nie aus.

**Info-Tel.: 07 41 / 209 664 70**

**Exklusiv in Sailers Apotheken**  
Rottweil: **Römer-Apotheke**  
**Königs-Apotheke**  
Schwenningen: **Staufen-Apotheke**

**SAILERS APOTHEKEN**

**DIE SAUBERE LÖSUNG**

**LW Weis & Sohn GmbH**

**Meisterbetrieb Dienstleistungen**



**WOOLSAFE APPROVED Certified Operator**

- Schwimmbadreinigung
- Maschinenreinigung
- Hausmeisterservice
- Unterhaltsreinigung
- Sonderreinigung
- Fassadenreinigung
- Teppichreinigung
- Grundreinigung
- Baureinigung
- Glasreinigung
- Pflege von Außen- und Gartenanlagen

**Spezialarbeiten:**

- Brand- und Wasserschadenreinigung
- Teppichreinigung im Host-Verfahren
- Marmorkristallisation
- Computerreinigung
- Reinigung mit entmineralisiertem Wasser
- Reinigung und Pflege von Parkettböden
- Reinigung von Photovoltaikanlagen

**Gebäudereinigung · Gebäudemanagement**  
78078 Niedereschach · Wilhelm-Jerger-Str. 20/1 · Tel. 07728/92793 · Fax 927940  
E-Mail: info@willi-weis.de · www.willi-weis.de

**2 X IN VILLINGEN-SCHWENNINGEN**

**Friseursalon Infinity**

**Natalie Ochs (Friseurmeisterin)**

**IN VILLINGEN**  
Obere Waldstraße 2a

**IN SCHWENNINGEN**  
Reutlinger Straße 10 im

**AWO** | Seniorenzentrum  
Am Stadtpark  
Villingen-Schwenningen

**0173 340 4334**

**Schön, dass Sie mehr wissen möchten!**

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

**Sprechzeiten:**  
Montag–Freitag 8:00 – 16:00 Uhr  
Donnerstags bis 19:00 Uhr



**Martin Hayer**  
Einrichtungsleiter  
Tel. 07720 8306-503  
martin.hayer@awo-baden.de



**Ines Blanco**  
Pflegedienstleitung  
Tel. 07720 8306-506  
ines.blanco@awo-baden.de



**Anke Meßner**  
Leitung Sozialdienst  
Tel. 07720 8306-507  
anke.messner@awo-baden.de



**Ulrike Pöhnlein**  
Hauswirtschaftsleitung  
Tel. 07720 8306-513  
ulrike.poehnlein@awo-baden.de



**Birgit Jakob**  
Information, Verwaltung  
Tel. 07720 8306-501  
birgit.jakob@awo-baden.de



**Fabienne Mayer**  
Sozialdienst  
Tel. 07720 8306-507  
fabienne.mayer@awo-baden.de

**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**

Martin Hayer und die COMMWORK Werbeagentur GmbH

**FOTOREDAKTION**

AWO Seniorenzentrum Am Stadtpark und Eric Langerbeins, COMMWORK Werbeagentur GmbH

**LAYOUT/PRODUKTION**

Anastasia Peters, Susanne Priebe, Tina Hilscher, Annkathrin Münster

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

**TEXT/LEKTORAT**

Maren Menge



# DAS AWO SENIORENZENTRUM AM STADTPARK



## Unsere Leistungen und Qualitätsmerkmale

Sicher und geborgen – das AWO Seniorenzentrum Am Stadtpark in Villingen-Schwenningen bietet pflegebedürftigen Menschen individuelle Pflege und Betreuung nach modernen Standards.

- ✓ 112 stationäre Plätze; davon sind 96 Einzel- und 8 Doppelzimmer
- ✓ Moderne Pflegebetten sowie eigenes Bad mit WC und Dusche in allen Zimmern
- ✓ Gruppen- und Einzelangebote, eine spezielle Konzeption für den Umgang mit Demenzkranken
- ✓ Frische Speisen aus eigener Küche, Menüauswahl und Sonderkostformen
- ✓ Freie Arztwahl
- ✓ Tägliche Freizeitaktivitäten
- ✓ Friseur und Fußpflegeservice
- ✓ Umfangreiches kulturelles Veranstaltungsangebot
- ✓ In enger Kooperation mit der evangelischen und katholischen Kirchengemeinde
- ✓ Großzügiger Sinnesgarten

**TELEFON**  
**07720 8306-0**

### AWO Seniorenzentrum Am Stadtpark

Reutlingerstr. 10 · 78054 VS-Schwenningen · Tel. 07720 8306-0 · Fax. 07720 8306-700  
E-Mail: [SZ-Schwenningen@awo-baden.de](mailto:SZ-Schwenningen@awo-baden.de) · [www.awo-seniorenzentrum-am-stadtpark.de](http://www.awo-seniorenzentrum-am-stadtpark.de)



Seniorenzentrum  
Am Stadtpark  
Villingen-Schwenningen