

AUSGABE 01|13

**KOSTENLOS**  
ZUM MITNEHMEN

Emmi-Seeh

# JOURNAL

Das Magazin für Senioren und ihre Familien



**In Würde alt werden**  
*Gedankt sei dem Ehrenamt*



**Rauchende Köpfe**  
*Wie einfache Übungen den Verstand anregen*

## Kurzzeitpflege

*Ein Zuhause auf Zeit*



Seniorenzentrum  
Emmi-Seeh-Heim  
Freiburg

*Liebe Leserinnen und Leser,*



**Manfred Mechler**  
Einrichtungsleiter

*die kalte Jahreszeit findet bald ihr Ende – die ersten Blumen und Knospen sprießen und wir freuen uns, Ihnen die Märzausgabe des Emmi-Seeh-Journals präsentieren zu dürfen.*

*Passend zum baldigen Beginn der Urlaubssaison berichten wir in dieser Ausgabe über das Thema Kurzzeitpflege. Gerade in dieser Zeit kann sie eine angenehme Entlastung für alle Beteiligten sein. Doch wie findet man die passende Einrichtung? Wir haben für Sie einige Kriterien zusammengefasst, die bei der Auswahl eines Seniorenzentrums beachtet werden sollten.*

*Natürlich fehlen auch in dieser Ausgabe unseres Emmi-Seeh-Journals unterhaltsame und interessante Artikel aus unserem Haus nicht.*

*Ich wünsche Ihnen viel Freude beim Lesen.*

*M. Mechler*

*Ihr Manfred Mechler*

**AKTUELL AUS UNSEREM HAUS**

**In Würde alt werden** 04  
*Gedankt sei dem Ehrenamt*

**Wo der Wein aufhört** 06  
*Die Oberau*



**Rauchende Köpfe** 07  
*Wie einfache Übungen den Verstand anregen*

**Frühling** 13  
*Lieder und Gedichte*



**Urlaub im Emmi-Seeh-Heim** 14

**ALLGEMEINE THEMEN**

**Ein Zuhause auf Zeit** 08  
*Ob für den Notfall oder als Übergangslösung: die AWO bietet Kurzzeitpflege*

**So erkennen Sie ein gutes Seniorenzentrum** 10  
*Worauf Sie bei Ihrer Wahl achten sollten*

**MITMACHEN**

**Rätselspaß für pfiffige Köpfe** 12

**IHR AWO SENIORENZENTRUM STELLT SICH VOR**

**Ihre Ansprechpartner auf einen Blick** 15



## GRUSSWORT

# In Würde alt werden

das wünscht sich wohl jeder  
für seinen wohlverdienten  
Lebensabend

Tatsächlich werden immer mehr Menschen immer älter. Viele von ihnen sind fit bis ins hohe Alter, nehmen aktiv am gesellschaftlichen Leben teil und engagieren sich oft noch ehrenamtlich in Vereinen und Initiativen. Andere aber werden mit zunehmendem Alter pflegebedürftig. Auch die Zahl der an Demenz erkrankten Menschen steigt, sie sind alle auf Unterstützung und Pflege angewiesen.

Das ist schon immer eine wichtige Aufgabe für unseren Wohlfahrtsverband, für die Arbeiterwohlfahrt. Seit Jahrzehnten engagieren wir uns in besonderer Weise für ältere Menschen.

Das erste Altenheim der AWO in Südbaden nach dem Zweiten Weltkrieg wurde 1953 in Freiburg eröffnet, in einer Zeit, in der gerade ältere Menschen von Armut und Wohnungsnot betroffen waren.

Fortschrittlich war für die damalige Zeit, dass das neue Altenheim nur mit Ein- und Zweibettzimmern ausgestattet war und im Rahmen eines neuen Konzepts eigene Gestaltungs- und Mitwirkungsmöglichkeiten geboten wurden. Es wurde bewusst auch



**Hansjörg Seeh**, Vorsitzender der AWO,  
Bezirksverband Baden e. V.

als offene Einrichtung gegenüber dem gesamten Stadtteil geführt. 1984 wurde das Altenheim durch einen Neubau, vorwiegend mit Pflegeplätzen, einer Begegnungsstätte und einer Cafeteria erweitert.

Nach mehr als fünfzig Jahren wurde der ursprüngliche Altbau 2011 durch ein neues Pflegeheim, ausschließlich mit Einbettzimmern ersetzt und die bestehende Begegnungsstätte und Cafeteria modernisiert. So ist das AWO Seniorenzentrum Emmi-Seeh-Heim seit nunmehr 60 Jahren eine bewährte und anerkannte Einrichtung für ältere pflegebedürftige Menschen in Freiburg. In all den Jahren haben sich die Konzepte in der stationären Altenhilfe weiterentwickelt. Die AWO verfügt über eine langjährige Kompetenz und ist derzeit Träger von über 30 Seniorenzentren in ganz Baden.

Eine professionelle Pflege nach anerkannten Qualitätsstandards, die jedoch immer die individuellen Bedürfnisse des Einzelnen im Blick haben muss, ist die Grundlage unserer Arbeit. Zahlreiche Angebote zur Alltagsgestaltung machen das Emmi-Seeh-Heim zu einem Ort, an dem man sich richtig wohlfühlen kann.

Ehrenamtliche Helferinnen und Helfer sind ein wichtiges Element, um zusätzliche Angebote durchzuführen und um Zeit und Zuwendung für pflegebedürftige Menschen einzubringen. In der Begegnungsstätte gibt es vielfältige Angebote sowohl für die Hausbewohner/-innen, aber auch für die Gäste von außen. Gymnastik, Gedächtnistraining, Sprachkurse, Vorträge, Spielgruppen und ein Singkreis bieten für jeden etwas an. Auch der gemeinsame Mittagstisch in der Cafeteria ist ein gut besuchtes Angebot.

Für die zunehmende Zahl an demenzkranken Menschen werden neue Erkenntnisse in die tägliche Arbeit einbezogen und dazu gesonderte Angebote gemacht. Grundlage ist eine adäquate und eine individuelle Pflege und Betreuung. Begegnungen ermöglichen, Kontakte knüpfen, und zwar mit den Menschen im Stadtteil, ist für unser Haus immer ein wichtiger Bestandteil der Arbeit gewesen.

*»Eine professionelle Pflege nach anerkannten Qualitätsstandards, die jedoch immer die individuellen Bedürfnisse des Einzelnen im Blick haben muss, ist die Grundlage unserer Arbeit.«*

Ich habe die Eröffnung 1953 und die Entwicklung in den vergangenen 60 Jahren in verschiedener Weise persönlich miterlebt und mitgestaltet. Sowohl in ehrenamtlichen Funktionen, aber auch als Geschäftsführer der AWO in Freiburg und als Vorsitzender des Bezirksverbandes Baden lag mir dieses Haus besonders am Herzen.

Als ehemaliger Bürgermeister für den Sozialbereich in Freiburg habe ich die positive Entwicklung erlebt und befördert. Heute freue ich mich, dass das Emmi-Seeh-Heim seit eh und je ein beliebter Treffpunkt für alle Generationen ist.

Der Erfolg einer solchen Einrichtung hängt maßgeblich von Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern ab, die sich tagtäglich kompetent, menschlich und liebevoll um die Heimbewohnerinnen und Heimbewohner kümmern. Ihnen gebührt unser Dank.

Mit dieser Zeitung erhalten die Bewohner/-innen, aber auch die Angehörigen und Besucher unseres Hauses einen kleinen Einblick in unsere Aktivitäten, aber sie erfahren auch Wissenswertes zum Thema »Alter«.

Wenn Sie mehr über unser Haus wissen wollen, machen Sie sich einfach selbst ein Bild – wir freuen uns über Ihren Besuch und über Ihre Anregungen.

Hansjörg Seeh

Vorsitzender der AWO  
Bezirksverband Baden e. V.



**Links:** Kartäuserstraße – bunte Blumen bei Kartaus;  
**Rechts oben:** Die Dreisam – fotografiert von der Fabrikstraßenbrücke aus.

## WO DER WEIN AUFHÖRT: DIE OBERAU

Text und Bild: Carola Schark



er ins AWO Seniorenzentrum Emmi-See-Heim zur Kurzzeitpflege kommt, kann sich im nahen Park unter exotischen Bäumen erholen oder an der Lebensader des Stadtteils, der Dreisam, mit Blick auf den malerischen Schlossberg, spazieren gehen. Hier verläuft auch die nördliche Grenze unseres Stadtteils. Und zwar mitten in den Schlossbergreben – die Oberau beginnt also da, wo der Wein aufhört. Wagen wir eine Zeitreise: Das idyllische Freiburg als Industriestadt im Mittelalter. Mühlräder drehen sich in der Schneckenvorstadt; immer mehr Gerber, Müller und Schleifer siedeln sich an. Nicht nur in den feuchten und lichtarmen Fischerhäuschen wird es eng. Die ersten Betriebe weichen aus. Als beste Fläche eignete sich der Lauf des Gewerbekanal oberhalb der Kernstadt – so schlug einst die Geburtsstunde für die »obere Au«. 1302 erstmals erwähnt, hatte hier bis ins 20. Jahrhundert hinein das Gewerbe die Oberhand. Wer erinnert sich noch an die

Pappfahrkarten für die Eisenbahn? Sie wurden in Freiburg gedruckt, und zwar in der Pappfabrik Strohm in der Kartäuserstraße. Auch die gefürchteten Wiegekarten sind hier produziert worden, die schwarz auf weiß anzeigten, dass man nun den Gürtel weiter schnallen musste. In dem mächtigen Gebäude befinden sich heute Büros und Wohnungen; im Hof kann man noch den alten »Kollergang« sehen, eine Vorrichtung zum Zerstampfen von eingeweichtem Altpapier. Unartigen Kindern wurde einst damit gedroht, dass es Zeit sei, reinzukommen – man höre die Hexen schon die Knochen mahlen. Aus jener Zeit hat sich nur noch die Bezeichnung »Hexenwegle« für den Augustinerweg erhalten. Die großen Firmen wie Mez und Flinsch sind längst verschwunden, doch lebendig ist die Oberau noch immer. Unser Haus trägt mit vielen Aktivitäten dazu bei und hebt – zusammen mit dem Wohnstift Freiburg – das Durchschnittsalter.

## RAUCHENDE KÖPFE

*wie einfache Übungen den Verstand anregen*

Text von: Rouven Bükler

»M hmmm, wie war noch gleich die Nummer meiner langjährigen Freundin? Wann hatte mein Sohn noch mal Geburtstag?« Viele kennen die Situation, dass man alltägliche Dinge vergisst und sie einem prompt nicht einfallen wollen. Das kann oft zu Frustrationen führen oder einen am eigenen Verstand zweifeln lassen.

Um diese Situationen zu mindern oder sie gar zu vermeiden, helfen ganz einfache Übungen, die den Geist anregen. Diese Übungen werden wöchentlich im Gedächtnistraining im AWO Seniorenzentrum Emmi-See-Heim für die Bewohnerinnen und Bewohner angeboten. Dabei werden die Konzentration, die Merkfähigkeit und die Wortfindung gefördert und der Geist fit gehalten. Ganz ohne Leistungsdruck finden sich jede Woche zwei lebhaft und engagierte Gruppen zusammen. Oft werden hierbei durch bestimmte Themen Erinnerungen wachgerufen. »Wie hat man sich früher um den Haushalt gekümmert? Was waren traditionelle Berufe?« Nicht selten entstehen dabei

interessante und unterhaltsame Gespräche, die jeden bereichern. Eine sehr beliebte Übung ist das »Wasser-Erde-Luft-Spiel« bei dem der Übungsleiter einen Ball einem Teilnehmer zuwirft und eines der Elemente sagt. Der Teilnehmer muss dann ein Tier nennen, welches in diesem Element lebt. So geht das Spiel reihum und schafft eine ganz besondere Gruppendynamik. Die Bewohnerinnen und Bewohner sind nach dieser morgendlichen Stunde auffällig wach und angeregt. Es lohnt sich, einmal zu einer Schnupperstunde zu kommen und den Kopf rauchen zu lassen. Immer dienstags von 9.30 Uhr – 10.30 Uhr. Für Fortgeschrittene gibt es mittwochs von 10 – 11 Uhr (kostenpflichtig) eine zusätzliche Gruppe.

### Einfache Übungen für zwischendurch:

1. Nehmen Sie sich einen Oberbegriff wie z. B. Beruf, Tier, Länder, Pflanzen usw. Suchen Sie dazu Begriffe von A – Z. Suchen Sie auch ruhig zu jedem Buchstaben mehrere Begriffe.
2. Packen Sie ihren »Koffer« in Gedanken. Was würden Sie alles für eine Reise mitnehmen? Zählen Sie auf und wiederholen Sie es sich immer wieder. Diese Übung eignet sich auch besonders gut für mehrere Leute.



# Ein Zuhause auf Zeit



»Reif für die Insel«, schoss es Helga Mayer durch den Kopf, als sie nach einem langen, anstrengenden Tag im Spiegel über ihren eigenen Anblick erschrak: Eine abgemagerte Frau mit fahler Haut und dunklen Ringen unter den Augen schaute sie an. Seit sie vor drei Jahren ihren fast blinden Vater ins Haus holte, hat die 64-Jährige kaum noch etwas für sich getan, geschweige denn Urlaub genommen. Doch jeder Mensch braucht von Zeit zu Zeit Erholung, Abwechslung vom Alltag, erst recht, wenn man unter ständiger Anspannung steht. Die Pflege und Betreuung eines nahen Angehörigen kann neben der körperlichen Anstrengung auch die Psyche gehörig strapazieren. Eine Möglichkeit der Entlastung, die noch immer vielen

Ob für den Notfall oder als Übergangslösung: Die AWO bietet in ihren Häusern Kurzzeitpflege – zur Versorgung von Bedürftigen und um ihre Angehörigen zu entlasten.



Betroffenen unbekannt ist, bietet die Kurzzeitpflege in einem Seniorenzentrum. Die steht jedem Pflegebedürftigen, also Menschen mit mindestens 45 Minuten täglichem Hilfebedarf bei der Grundpflege zu, und zwar für bis zu vier Wochen im Jahr. Bei der AWO gehört dieser Service zum Selbstverständnis einer gemeinnützigen Organisation. Interessierte sollten sich beim AWO Seniorenzentrum in ihrer Nähe nach einem freien Platz erkundigen.

Es gibt viele Gründe, warum es manchmal nötig ist, diese Option in Anspruch zu nehmen: Zum Beispiel wenn sich ein alleinstehender Mensch nach einem Krankenhausaufenthalt auf keinen Fall allein versorgen kann oder Angehörige danach alles Notwen-

dige, wie eventuelle Umbaumaßnahmen, organisieren müssen für die Betreuung zu Hause. Oft kommt es auch vor, dass man die Zeit überbrücken muss, bis ein geeigneter Dauer-Heimplatz gefunden ist. Vor allem an Feiertagen und in den Hochsaisons steigt die Nachfrage, da Angehörige in den Urlaub fahren wollen und Opa oder Oma betreut werden müssen. Auch Helga Mayer fährt nun endlich in die Ferien. Sie und ihr Mann gönnen sich 14 Tage auf der Nordseeinsel Spiekeroog, wo sie vor 40 Jahren ihre Flitterwochen verbracht haben. Für den Vater bedeutet diese Reise, dass er bald wieder eine ausgeruhte Tochter an seiner Seite haben wird.

»  
Wann habe ich ein  
Anrecht auf einen  
Kurzzeitpflegeplatz?  
«

Die Kurzzeitpflege wird auf Antrag bei der Pflegekasse genehmigt. Bezüglich der Verhinderungspflege bieten Seniorenzentren geeignete und qualifizierte Beratung. Sollte noch keine Einstufung vorliegen, etwa, weil der Betroffene vor einem Krankenhausaufenthalt gar nicht pflegebedürftig war, muss sie umgehend bei der Pflegekasse beantragt werden. Die übernimmt nach dem Pflegeversicherungsgesetz die Kosten von bis zu 1.550 Euro (bei Pflegestufe I-III) pro Kalenderjahr.

»Die Zeit während der Kurzzeitpflege wird nicht nur von den Angehörigen, sondern häufig auch von den Senioren selbst als Urlaub empfunden«, wissen die Einrichtungsleiter des AWO Bezirksverbands Baden e. V. über die Kurzzeitpflege. »Es gibt eine vielfältige Programmauswahl, die sehr gut angenommen wird. Es wird gesungen, Gymnastik gemacht oder gemeinsam



Ein kurzer Aufenthalt von wenigen Tagen oder Wochen wird von den Senioren oft als Urlaub gesehen.

gespielt. Einige probieren sogar den haus-eigenen Friseursalon aus und genießen dabei die neue Selbstständigkeit und den Kontakt zu anderen Senioren«, berichtet Martin Hayer, einer der Badener Einrichtungsleiter. Darauf vertrauen zu können, dass der pflegebedürftige Angehörige in der Kurzzeitpflege »in guten Händen« ist, stellt eine Grundvoraussetzung für das Erleben von Entlastung dar. Zu diesem Ergebnis kam unter anderem die Studie »Zu Gast im Pflegeheim«, die vom Wiener Institut für Pflegewissenschaft durchgeführt wurde. Die Kurzzeitpflege ist häufig auch ein Weg, sich mit dem Gedanken eines kompletten Umzugs auseinanderzusetzen. So ist eine Frau, die nach ihrem Pflegeaufenthalt wieder nach Hause ging, kurz darauf in das AWO Seniorenzentrum zurückgekehrt – dort gefiel es ihr besser als in den eigenen vier Wänden.



## So erkennen Sie ein gutes Seniorenzentrum

WER FÜR MUTTER ODER VATER EINEN PLATZ IM SENIORENZENTRUM SUCHT, DER WILL NATÜRLICH NUR DAS BESTE. ABER WIE FINDET MAN DEN RICHTIGEN ORT?

Vom Altenheim bis zur Seniorenresidenz – allein in den Gelben Seiten des Telefonbuchs sind die Angebote so vielseitig wie zahlreich. Hier ein paar Tipps, um sich im Informationsdschungel zurechtzufinden: Rufen Sie den Pflegeberater Ihrer Krankenkasse an – er gibt Auskunft, wo es in Ihrer Nähe welche Heime gibt, oder nennt Ihnen den entsprechenden Link der Internetseite. Denn viele Krankenkassen bieten so genannte Pflege-Navigatoren an: einfach Ortsname und Postleitzahl eingeben und schon erscheint eine umfangreiche Liste mit Pflegeheimen inklusive Ansprechpartnern, Telefonnummern plus Querverweis auf deren Internetseiten – perfekt als erste Orientierung! Hat man dann eine oder mehrere Einrichtungen in die engere Wahl genommen, sollte man sich unbedingt vor Ort ein konkretes Bild machen. Tipp: unangemeldet vorbeischaun. Wie ist die Atmosphäre? Sind



dort Tiere erlaubt? Ist der Tisch schön gedeckt? Wie verhält sich das Personal? Herrscht eine gestresste oder entspannte Atmosphäre? Scheinen sich die Bewohner geborgen zu fühlen? Auch wenn der Entschluss schließlich feststeht, ist es sinnvoll, Angehörige zusätzlich um Rat und Meinung zu bitten. Erst wenn Kopf und Bauchgefühl übereinstimmen, kann es losgehen – der Umzug ins neue Zuhause.

### 📌 Worauf Sie bei Ihrer Wahl achten sollten:

#### ✓ Faktor Zeit

Achten Sie darauf, dass es genug Personal für die Heimbewohner gibt. Nur so ist garantiert, dass den Bedürfnissen entsprechend gepflegt werden kann.

#### ✓ Freundlicher Umgang

Der Umgang des Personals mit den Bewohnern sollte freundlich sein, siezen gehört dazu. Vor dem Betreten eines Zimmers sollte das Personal anklopfen.

#### ✓ Ärztliche Versorgung

Ein Heimarzt kann von Vorteil sein. Doch auch Ihr Hausarzt, dem Sie ggf. schon lange vertrauen, kann Sie im Seniorenzentrum weiterhin betreuen.

#### ✓ Ernährung

Jeder hat seine Eigenarten. Es muss erlaubt sein, auch Gerichte und Speisen abzulehnen. Deshalb sollte das angebotene

Tagesmenü wähl- oder ergänzbar sein. Klären Sie, ob das Pflegepersonal ausreichend Zeit hat, Hilfebedürftige beim Essen zu unterstützen.

#### ✓ Hygiene

Schauen Sie genau hin: Sind Räume und Hilfsmittel wie Rollstühle oder Gehhilfen sauber? Die Einrichtung sollte weder nach Reinigungsmitteln noch nach Ausscheidungen riechen.

#### ✓ Atmosphäre

Überlegen Sie, ob Sie sich selbst in den Räumen wohlfühlen würden. Sind sie gemütlich eingerichtet, dekoriert? Gemeinschaftsräume und ein Garten bieten Kontaktmöglichkeiten.

#### ✓ Ausstattung

Überprüfen Sie, ob am Bett und im Bad Haltegriffe und Rufanlagen vorhanden sind. Mit Telefon- und

Fernsehanschluss sollte das Zimmer ebenfalls ausgestattet sein.

#### ✓ Freizeitangebot

Bewegung, Betreuung und Unterhaltung machen älteren Menschen den Aufenthalt im Heim leichter. Gibt es ausreichend Angebote?

#### ✓ Qualitätssicherung

Erkundigen Sie sich nach einem Qualitätssicherungssystem. Es gibt Einrichtungen und Organisationen, die unabhängige Qualitätsprüfungen durchführen.

#### ✓ Gespräche

Ebenso aufschlussreich wie Gespräche mit der Einrichtungsleitung und dem Personal können Gespräche mit den Bewohnern und vor allem auch mit den Angehörigen sein.

# RÄTSELMIX

## SILBENRÄTSEL

Bilden Sie aus den unten stehenden Silben 8 Wörter mit den aufgeführten Bedeutungen.

- Ergänzung
- von jener Zeit an
- Nachtfalter
- kuban. Staatsmann
- Liederauswahl auf Tonträger
- leichte Holzart
- etwas neidlos zugestehen
- Vortragen eines Liedes

AL - BAL - BUM - CAS - DEM - GE - GOEN - MOT - NEN - SA - SANG - SATZ - SEIT - TE - TRO - ZU  
Bei richtiger Lösung ergeben die dritten Buchstaben - von unten nach oben gelesen - und die fünften Buchstaben - von oben nach unten gelesen - eine sprichwörtliche Redewendung aus Goethes »Faust«.

## SUDOKU

Vervollständigen Sie die leeren Felder so, dass in jeder Zeile, jeder Spalte und jedem Block die Ziffern 1 bis 9 genau einmal auftauchen.

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

## LÖSUNGEN AUS DER LETZTEN AUSGABE

ESTRAGON  
ERNTE  
KNIE  
BIS  
STRASSE  
SUNSKIT  
RUTHSIT  
LORDSIT  
ELFEIRE  
AUTOMAT  
ASKET  
OFENELAL  
AUTORL  
EGELW  
CHEATEM  
ARNOLE  
EFALES  
NOTLE

## SUDOKU

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

## SILBENRÄTSEL

FE SAL MI AK  
GE HEN SE  
FEU GE RE DE  
ER GE BEN KO  
RAU FLO RA  
LI NE AR TIV  
ZA SEN NA

Kurort in Südtirol		Dorf Schalter am PC		dt. Komponist † 1847		Zaun aus Pflanzen Vorname Versaces		Gelenkerkrankung
Krankheitskeim								
Wurzelgemüse arabisch: Kap				kurze Filmein- stellung Harn				
						unge- braucht Rechen- brett		
Luft- reifen	Fischöl Anrede für Gott						Abgren- zung um Gärten	
rotes Färbe- mittel		Insel der Balearen Rest						
						Rück- sendung		Apparate
Skat- aus- druck				Kanne Schaum- gebäck				
Teil des Stadions	Besucher junger Holz- trieb						Addi- tions- zeichen	
						Kose- wort für Groß- vater		
Zahl- wort		Auf- wickler						
						Buch der Bibel		
Spiel- einsatz		über- großer Mensch						

## FRÜHLINGSBRAUSEN

/ Emanuel Geibel /

Nun knospt in Sonnenschein  
Das erste Grün der Halde;  
Nun lasset ganz allein  
Dahin mich gehn im Walde!

Als sprächst du aus gesamt  
Die tausend Schöpfungstriebe,  
Damit die Welt durchflammt  
Der Ratschluß ew'ger Liebe.

Ich will am frühen Duft  
Der Veilchen mich berauschen,  
Dem Brausen in der Luft,  
Dem heil'gen, will ich lauschen.

Du mahnest wundersam  
Mich an das Sausen wieder,  
Drin einst zu Pfingsten kam  
Der Geist des Herrn hernieder.

O Laut, in welchem sich  
Zuerst der Lenz enthüllet,  
Und der wie keiner mich  
Mit süßen Schauern füllet!

Verstummend muß ich dir  
Mein Haupt in Andacht beugen:  
O komm, zu ruhn in mir  
Und heil'ge Kraft zu zeugen!

Mir ist's, als schlief' in dir  
Der Einklang aller Stimmen,  
Die später durchs Revier  
Des Mais gesondert schwimmen;

ES MUSS ERST

DEN WINTER GEBEN,

DAMIT MAN SICH SO SEHR

AUF DEN FRÜHLING

FREUEN KANN...



## KOMM, LIEBER MAI



## UND MACHE...

/ Text: Christian Adolph Overbeck /

/ Melodie: Wolfgang Amadeus Mozart /

Komm, lieber Mai, und mache  
die Bäume wieder grün  
und lass mir an dem Bache  
die kleinen Veilchen blühn!  
Wie möchte ich doch so gerne  
ein Veilchen wieder sehn,  
ach, lieber Mai, wie gerne  
einmal spazieren gehn!

auch gibt's wohl Schlittenfahrten  
aufs liebe freie Land  
Doch wenn die Vögel singen  
und wir dann froh und flink  
auf grünem Rasen springen,  
das ist ein ander Ding!  
Jetzt muss mein Steckenpferdchen  
dort in dem Winkel stehen,  
denn draussen in dem Gärtchen  
kann man vor Schmutz nicht gehn.

Umsonst hol ich ihr Spielchen  
zum Zeitvertreib herbei,  
sie sitzt in ihrem Stühlchen  
wie's Hühnchen aus dem Ei.

Ach, wenn's doch erst gelinder  
und grüner draußen wär!  
komm, lieber Mai, wir Kinder,  
wir bitten gar zu sehr!

O komm und bring vor allem  
uns viele Veilchen mit,  
bring auch viele Nachtigallen  
und schöne Kuckucks mit.

Zwar Wintertage haben  
wohl auch der Freuden viel:  
man kann im Schnee eins traben  
und treibt manch Abendspiel,  
baut Häuserchen von Karten,  
spielt Blindkuh und Pfand,

Am meisten aber dauert  
mich Lottchens Herzeleid,  
das arme Mädchen lauert  
recht auf die Blumenzeit.

# URLAUB IM EMMI-SEEH-HEIM

## Fast wie zu Hause

**T**hea Opitz (89) ist momentan Bewohnerin des »Feriengastzimmers«. Die aus Stuttgart gebürtige Emmendingerin ist nach einem Sturz, bei dem sie sich die Schulter ausgekugelt hat, ins örtliche Kreiskrankenhaus eingeliefert worden. Nach ihrer Behandlung wurde sie zur Kurzzeitpflege in unser Haus nach Freiburg gebracht. In ihrem Zimmer, das mit eigenem Bad, Fernseher und Sessel ausgestattet ist, fühlt sie sich wohl. »Ich bin ganz zufrieden mit meinem Zimmer, und die anderen Bewohner sind auch sehr nett«, sagt die 89-Jährige. Zu Hause in Emmendingen gehört ihr ein Haus mit eigenem Stockwerk, in dem sie ganz für sich alleine sein kann. Nur die 42 Stufen bis zur Haustür werden ihr allmählich zu viel. Wenn sie mal Hilfe braucht, sind ihre Kinder für sie da. Daheim wird sie vor allem von ihrem Sohn versorgt, der Mediziner ist. »Wenn ich mal Beschwerden habe, hilft er mir auch. Das ist der Vorteil, wenn man einen Sohn hat, der Arzt ist.«

Während ihres Aufenthalts im AWO Seniorenzentrum Emmi-SeeH-Heim nimmt Thea Opitz auch an den Veranstaltungen teil, die im Haus angeboten werden. So zum Beispiel am katholischen Gottesdienst, der ihr



sehr zugesagt hat. Zum Austausch mit anderen Bewohnern lädt der gemeinsame Aufenthaltsraum ein, der auf jedem Wohnbereich vorhanden ist. Dort kann Thea Opitz sich mit anderen Bewohnern und dem Personal unterhalten, Fernsehen schauen, Zeitschriften lesen oder schöner Musik zuhören. Und wenn sie allein sein möchte, muss sie nur die Tür ihres Zimmers hinter sich schließen. Fast wie daheim.

### Schön, dass Sie mehr wissen möchten!

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

Montag – Donnerstag  
Freitags

8:00 – 17:00 Uhr  
8:00 – 14:00 Uhr



**Manfred Mechler**  
Einrichtungsleiter  
Tel. 0761 207 46-540  
manfred.mechler@awo-baden.de



**Margit Kazda**  
Pflegedienstleitung  
Tel. 0761 207 46-530  
margit.kazda@awo-baden.de



**Claudia Wimmer**  
Sozialer Dienst  
Tel. 0761 207 46-560  
bgst.szfreiburg@awo-baden.de



**Theresia Seifer**  
Hauswirtschaftsleitung  
Tel. 0761 207 46-520

#### IMPRESSUM

Die Heimzeitung des AWO Bezirksverbandes Baden 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

Rouven Büker mit Claudia Wimmer  
und die COMMWORK Werbeagentur GmbH

#### FOTOREDAKTION

AWO Seniorenzentrum Emmi-SeeH-Heim  
und Eric Langerbeins, COMMWORK Werbeagentur GmbH

#### LAYOUT/PRODUKTION

Anastasia Peters, Julia Hofmann,  
Annkathrin Münster, Carmen Litzba  
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 EMMI-SEEH-HEIM



## Unsere Leistungen und Qualitätsmerkmale

Sicher und geborgen – das AWO Seniorenzentrum Emmi-SeeH-Heim bietet pflegebedürftigen Menschen individuelle Pflege und Betreuung nach modernen Standards.

- ✓ Insgesamt 135 stationäre Plätze, davon sind 93 Einzel- und 21 Doppelzimmer
- ✓ Moderne Pflegebetten sowie einen Sanitärbereich mit Dusche und WC
- ✓ Gruppen- und Einzelangebote, eine spezielle Konzeption für den Umgang mit Demenzkranken
- ✓ Anschlüsse für Radio, Fernsehen und Telefon sowie eine Notrufanlage sind in jedem Zimmer
- ✓ Kurzzeitpflege
- ✓ Pflegeberatung für Bewohner und Angehörige
- ✓ Freie Arztwahl
- ✓ Tägliche Freizeitaktivitäten
- ✓ Ein Fitnessraum mit Therapie- und Sportgeräten

**TELEFON**  
**0761 207 46-0**

### AWO Seniorenzentrum Emmi-SeeH-Heim

Runzstraße 77 · 79102 Freiburg · Tel. 0761 207 46-0 · Fax 0761 207 46-510

E-Mail: [SZ-Freiburg@awo-baden.de](mailto:SZ-Freiburg@awo-baden.de) · [www.awo-seniorenzentrum-emmi-seeh-heim.de](http://www.awo-seniorenzentrum-emmi-seeh-heim.de)



Seniorenzentrum  
Emmi-SeeH-Heim  
Freiburg