Ausgabe 4-2020

MOMENTE

ZEITUNG FÜR UNSERE BEWOHNERINNEN DER MUNDUS SENIOREN-RESIDENZEN

Digitalisierung in der Generation 70+!

... Seite 30

S. 4

3 Vorwort

6 Besuch vom Zauberer

11 Spendenaktion

16 Unsere Kindergartenkinder

27 Polizeibesuch

S. 36

30 Digitalisierung in der Generation 70+

34 Bücher für den Winter

36 Kreuzworträtsel mit Preisausschreiben

IMPRESSUM

Herausgeber
MUNDUS Senioren-Residenzen GmbH
Scharnweberstraße 1

13405 Berlin

Bildnachweis: Adobe Stock

Sofern nicht anders gekennzeichnet, befinden sich alle Rechte an den verwendeten Bildern im Besitz der MUNDUS Senioren-Residenzen GmbH ©2021

Verantwortlich für den Inhalt
Detlef Heitzmann, Andreas Lammers

Liebe Bewohnerinnen und Bewohner,
liebe Leserinnen und Leser,

ein sehr turbulentes Jahr 2020 neigt sich dem Ende. Die vergangenen Monate haben viel Kraft, Disziplin und Geduld von jedem einzelnen von uns abverlangt. Gemeinsam mit unseren Bewohnerinnen und Bewohnern und unserem gesamten Mitarbeiterteam haben wir dieses ganz besondere Jahr dennoch sehr erfolgreich gemeistert. Wir sind sehr stolz und glücklich zu sehen, wie in unserer MUNDUS Unternehmensgruppe alle mit der Corona-Krise besonnen und umsichtig umgehen und sich gegenseitig unterstützen. Dafür möchten wir nochmals Danke sagen!

In dieser Zeit, in denen wir unsere sozialen Kontakte einschränken und Abstand halten müssen, ist die Digitalisierung wichtiger denn je geworden. Videotelefonie, Skype oder WhatsApp können Umarmungen, gemeinsame Treffen und Feier mit der Familie und den Liebsten nicht ersetzen, sie kann aber über einiges hinwegtrösten und den Kontakt dennoch intensiv aufrechterhalten. Doch wie sieht es mit der Digitalisierung in der Generation 70 plus aus? Auf diese Fragen haben wir in diesem Heft einige Antworten für Sie.

Wir wünschen Ihnen viel Spaß beim Durchblättern unserer neuen MOMENTE.

Mit herzlichen Grüßen,
bleiben oder werden Sie bitte gesund

Ihr Detlef Heitzmann & Andreas Lammers
- Geschäftsführer der MUNDUS Senioren-Residenzen GmbH -

Aus unserer Residenz in Essen ...

Lobby

UNSERE GEBURTSTAGSKINDER

Trotz Corona-Zeiten feiern die Geburtstagskinder in unserer Residenz auf ganz besondere Art und Weise. So fand beispielsweise zu seinem 82. Geburtstags unseres Bewohners Hans Niemeyer vor der Residenz ein kleines ganz besonderes Konzert von fünf Damen der Essener Philharmonie statt. Auch die übrigen Bewohner unseres Hauses erfreuten sich an der wunderbaren Atmosphäre und genossen mit dem Geburtstagskind die herrliche Musik. Unsere liebe Bewohnerin Magret Zöllner erhielt nicht nur zahlreiche Geburtstagswünsche per Post, sie feierte ihren 90. Geburtstag mit einem riesigen Luftballons-Strauß auf unserer Dachterrasse.

Unser Bewohner Hans Niemeyer.

Die Damen der Essener Philharmonie.

Luftballons für Margret Zöllner.

So viele liebe Geburtstagwünsche!

Ein schöner runder Geburtstag!

MITGLIED IM RESIDENZ-KOMPASS

Seit Kurzem ist unsere MUNDUS Residenz in Essen im „Residenz-Kompass“ des Privatinstitutes für Transparenz im Gesundheitswesen vertreten. Der „Residenz-Kompass“ ist ein Wegweiser für gehobenes Senioren-Wohnen. Er stellt eine große Auswahl an betreuten Wohnformen des Premiumsegments in ganz Deutschland vor: Ob Senioren-Residenz, Residenz-Villa, Wohnstift, Seniorenstift, Service-Wohnen oder Wohnen mit Service – sie alle stehen für das Premiumwohnen im Alter und bieten genau den Komfort, den sich diese Zielgruppe gern wünscht. Vor der Aufnahme in den „Residenz-Kompass“ fand eine Evaluierung unseres Hauses statt, da es nur ein sehr exklusiver Kreis von Senioren-Residenzen ist, der sich dort darstellen darf. Unser Bild zeigt Michael Scheidel, den geschäftsführenden Gesellschafter des Privatinstituts für Transparenz im Gesundheitswesens, bei der Übergabe der Messingplakette des „Residenz-Kompass“ an unseren Direktor Peter Berkelmann.

Michael Scheidel (links) und Peter Berkelmann

BESUCH VOM ZAUBERER

Der Zauberer Chris Yim.

Die Zauberkunst versteht es ganz besondere Illusionen in den Köpfen der Betrachter und Gefühle in den Herzen der Menschen auszulösen. Dabei ist die Vorführung an keine spezielle Räumlichkeit oder Situation gebunden. Je bereitwilliger der Betrachter ist, sich verzaubern zu lassen, desto größer kann die Illusion in seiner Vorstellung entstehen. Um unsere Bewohnerinnen und Bewohner in unserer Residenz noch etwas mehr ihren Alltag verzaubern zu können, haben wir Chris Yim gebeten, uns in seine Welt der Tricks und Zaubereien zu entführen. Mit viel Begeisterung und großen Augen haben alle die großen und kleinen Tricks verfolgt und dabei sehr viel Spaß gehabt. Manch einer konnte sich sogar den einen oder anderen Trick abschauen. Zauberei macht aber auch etwas Appetit. Nachdem auch für Kulinarisches gesorgt war - es gab einen sehr leckeren Apfelstrudel mit Vanilleeis-ging Yim sogar von Tisch zu Tisch, um einige seiner Tricks vorzuführen. Unsere Bewohner waren mit Eifer dabei, ihm „auf die Schliche zu kommen“.

KREATIVES ADVENTSBASTELN

Beim Adentsbasteln waren Geduld und kreatives Geschick gefragt.

Das jährliche Adventsbasteln in unserer Residenz ist immer ein ganz besonderes vorweihnachtliches und vor allem gemütliches Beisammensein. Kreative Grenzen kennen unsere lieben Bewohnerinnen dabei natürlich nicht. Vor allem Adventskränze waren dieses Mal besonders angesagt. Dabei sind viele ganz besonders schöne Exemplare entstanden.

Unsere Bewohnerinnen waren im vorweihnachtlichen Bastelfieber.

Aus unserer Residenz in Kassel ...

Etagenflur

DANKE!

Ein tolles Foto!

Pünktlich zum Welttag der Dankbarkeit hat sich das Mitarbeiterteam unserer MUNDUS Premium Residenz in Kassel etwas ganz besonders Tolles einfallen lassen. Einen Tag zuvor veranstalteten die Residenz einen Besichtigungstag. Da an diesem Tag viele der Mitarbeiter anwesend waren, nutze das Team die Gelegenheit für ein Gruppenfoto auf der Musikerbühne. Mit dieser tollen Aktion haben alle einen lieben Gruß in die Firmenzentrale geschickt und unseren beiden Geschäftsführern sowie dem ganzen Team Berlin - der Marketing-Abteilung, der Personalabteilung, der Buchhaltung, den Assistentinnen, der EDV -Abteilung, der zentralen Qualitätsmanagerin und last but not least der technischen Leitung - ein dickes, fettes Dankeschön übermittelt. Was für eine tolle Aktion, vielen Dank!

Welttag der Dankbarkeit

Seit 1977 begeht man in vielen Ländern den sogenannten Welttag der Dankbarkeit. Hervorgebracht hat ihn die Meditationsgruppe der Vereinten Nationen – ja, die gibt es wirklich. Zwar trägt der Aktionstag nach wie vor noch nicht den offiziellen Status eines UN-Welttages, jedoch kann er auf eine stetig wachsende Zahl an Unterstützern und Teilnehmern zurückgreifen. Die Botschaft lautet, jemanden zu danken, der sich im Sinne der UN-Charta für den Geist der Gemeinschaft eingesetzt hat. Aber dies ist die für eine Organisation wie die UN eine Meta-Ebene und dementsprechend wiesen die Initiatoren auch darauf hin, dass dies auch auf ganz individueller Ebene verstanden werden soll.

UNSER OKTOBERFEST

In unserer MUNDUS Residenz in Kassel feierten wir das traditionelle Oktoberfest mit musikalischer Unterstützung vom Musikverein Vellmar e. V. mit einem kleinen Blasorchester-Ensemble begleitet, das auf der Terrasse des Restaurants spielen durfte. Unser Küchenteam hatte sich wieder ordentlich ins Zeug gelegt und klassische bayerische Gerichte zubereitet. Ein großes Fass Bier durfte natürlich bei einem Oktoberfest nicht fehlen, das feierlich von unserer Direktorin Monika Salomon angestochen wurde. Zur Unterhaltung gab es noch klassische Spiele wie Nageln und Masskrugstemmen mit tollen Gewinnen für unsere Bewohnerinnen und Bewohner.

Nicht nur die beiden Dame hatten viel Spaß!

Ein dickes Dankeschön an unser Küchenteam.

Die Stimmung war bestens.

Prost, die Damen!

SPENDENAKTION UNSERER HANDARBEITSGRUPPE

Unsere Direktorin Monika Salomon überreichte im Namen der Handarbeitsgruppe die gesammelten Spenden im Wert von 1.437 Euro an Frau Röllke und Herrn Degenhardt vom Verein für krebskranke Kinder Kassel e. V. Ein großes Dankeschön geht an unsere fleißigen Bewohnerinnen Frau Fellinger, Frau Stephan, Frau Neubacher, Frau Kiehne, Frau Landini, Frau Hofmann, Frau Schmidt und Frau Haß. Ihre wunderschönen, warmen Strick- und Häckelsachen verkaufen sie schon seit vielen Jahren bei unseren Veranstaltungen wie der Residenzbesichtigung oder dem traditionellen Adventsmarkt und spenden ihre Erlöse an den Verein.

Spendenübergabe an Frau Röllke und Herrn Degenhardt.

HERZLICHEN GLÜCKWUNSCH!

Zum 52. Hochzeitstag feiert man die sogenannte Topashochzeit. Ehen, die bereits mehr als ein halbes Jahrhundert Bestand haben, sind heutzutage sehr selten. Eine Topashochzeit ist nichts Alltägliches. Wer seit 52 Jahren glücklich mit seinem Partner verheiratet ist, der kann auf eine lange Beziehung zurückblicken. Sie ist an ihren Höhen und Tiefen gewachsen und zeichnet sich genau wie der Topas durch eine ungewöhnliche Stärke aus. Unsere Bewohner Marion und Harald Barth feierten vor Kurzem ihren 52. Hochzeitstag. Kennengelernt haben sich die beiden übrigens beim Tanzen. Herzlichen Glückwunsch, liebes Ehepaar Barth und auf noch viele weitere gemeinsame und wundervolle Jahre!

Das Ehepaar Barth.

UNSERE 20ER JAHRE FEIER

Die 1920er-Jahre waren ja ein sehr musikalisches Jahrzehnt. Die Charleston-Welle aus den USA hat dank Josephine Baker auch in Europa keinen Stein auf dem anderen gelassen. Jazz und Swing revolutionierten die Musik. Grund genug für uns, mal wieder einen unserer beliebten musikalischen Ausflüge in die 20er Jahre des vergangenen Jahrhunderts zu unternehmen. Begrüßt haben wir zu dieser Feierlichkeit das Duo Herrenkonfekt mit Urban Beyer und Florian Brauer. Es war für unsere Bewohnerinnen und Bewohner mal wieder ein sehr gelungener stimmungsvoller und unterhaltsamer Nachmittag.

Das Duo Herrenkonfekt.

Es wurde gespannt zugehört.

Eine sehr stimmungsvolle Unterhaltung.

Urban Beyer und Florian Brauer.

Welch ein schöner Nachmittag.

HO HO HO!

Pünktlich in der Woche nach dem Totensonntag starteten unsere MUNDUSianer in unserer Residenz in Kassel die Vorbereitungen für das Weihnachtsfest. An mehreren Nachmittagen dekorierten unsere fleißigen Helfer die Residenz von innen und außen. Doch nicht nur unser Mitarbeiterteam hat fleißig dekoriert, auch unsere Bewohnerinnen und Bewohner haben sich zum Basteln von Lebkuchenhäusern basteln getroffen. Sie wurden dem Haus gespendet und jeder konnte diese Kunstwerke betrachtet werden.

Das ganze Haus wurde geschmückt.

Unsere Bewohner haben mitgeholfen

Unsere Kunstwerke.

Danke, liebe MUNDUSianer!

Eingangsbereich

Aus unserer Residenz in Ludwigshafen ...

UNSER HERBSTFEST

Bedingt durch die Corona-Krise konnten wir zwar unser Herbstfest nicht so feiern wie sonst, es war dennoch für unsere Bewohnerinnen und Bewohner unserer MUNDUS Senioren-Residenz in Ludwigshafen ein gelungenes Fest. Kulinarisch war es besonders köstlich: Die Pfälzer Küche mit leckeren „Kadoffelponnekuche“ sowie Forellen-Lachstatar und Sauerrahm-Pfefferdip waren angesagt. Dazu gab es neuen Wein. Herr Schatton sorgte für die musikalische Unterhaltung, mal zum Schunkeln, zum Mitklatschen oder sogar das Tanzbein zu schwingen. Es wurde herzhaft mitgesungen zu alten Schlagern und Evergreens. Alle unsere Bewohnerinnen und Bewohner hatten einen abwechslungsreichen Abend mit viel Spaß.

Auch wenn das Fest etwas kleiner ausfiel ...

... alle hatten dennoch viel Spaß ...

...und Herr Schatton unterhielt alle bestens!

Kulinarische Leckereien ...

... und eine schöne Deko durften nicht fehlen.

„UNSERE KINDERGARTENKINDER“

Bei unseren Bewohnerinnen und Bewohnern herrschte große Freude über diesen Besuch.

Regelmäßig kommen „unsere Kindergartenkinder“ aus der Pfarrei Herz-Jesu zu Besuch. Mit ihren selbstgebastelten Sonne-Mond und Sternelaternen hörten wir von weitem schon St. Martinsklänge. Dabei leuchteten alle Augen, die unserer Bewohnerinnen und Bewohner sowie die der Kinder. Auch das bekannte „Laterne, Laterne, Sonne, Mond und Sterne“ Lied durfte nicht fehlen. Unsere regelmäßigen generationsübergreifende Besuche finden bei Jung und Alt immer wieder großen Anklang und manchmal fließen auch ein paar Freudentränchen bei dem einen oder anderen.

Danke für die tollen Momente!

Tschüss und bis nächstes Mal, liebe Kinder!

KIM MÜLLER STELLT SICH VOR ...

„Mein Name ist Kim Müller und hier in der Mundus Senioren-Residenz in Ludwigshafen arbeite ich seit November 2015 - bis April 2018 als Schülerin, danach als Pflegefachkraft. Im Sommer 2018 habe ich mich zeitweise nach neuen beruflichen Herausforderungen umgeschaut, bin aber dann im Frühjahr 2019 wieder zurück in die Mundus Senioren-Residenz Ludwigshafen, da ich mich hier sehr wohl und gut aufgehoben fühle. Außerdem kann ich hier meine Ziele, die ich mir selbst gesetzt habe, erreichen. Seit Juli 2020 bin ich nun als Wohnbereichsleitung tätig. „

Liebe Frau Müller, was hat Sie bewegt, sich in einer Senioren-Residenz zu bewerben?
Ich habe einen Ausbildungsplatz gesucht, bei dem ich lernen und wachsen kann und einen Arbeitgeber, bei dem ich mich gut aufgehoben und verstanden fühle. Mir hat vor allem auch das Konzept gefallen, welches die Mundus innehat.

Empfinden Sie die Arbeit und den Kontakt mit älteren Menschen als Bereicherung?
Auf jeden Fall. Ich habe seit der Arbeit beziehungsweise dem Kontakt mit älteren Menschen einiges dazu lernen können. Seien es die Geschichten und das Erlebte der einzelnen Menschen oder aber auch mein persönlicher Umgang mit eben jenen. Ich konnte wachsen, an mir selbst arbeiten und auch Neues über mich lernen.

Gibt es ein Erlebnis in unserer Residenz, das Sie zum Schmunzeln oder das Sie persönlich bewegt hat?
Da gibt es einige Erlebnisse. Vom gemeinsamem Singen und Tanzen bis hin zu ernsten Gesprächen und den ein oder anderen Tränen, die gemeinsam mit den Bewohnerinnen und Bewohnern und mit den Angehörigen oder den Mitarbeitern geflossen sind. Was mich persönlich immer bewegt, ist zu sehen, wie Bewohnerinnen und Bewohner, die vorher durch verschiedene Umstände eingeschränkt waren, wieder fit werden und eventuell sogar wieder nach Hause können - natürlich aber auch die Begleitung der Bewohnerinnen und Bewohner in allen Lebenslagen.

Foto: Kim Müller

Wie entspannen Sie sich am besten von Ihrem beruflichen Alltag?
Am besten entspanne ich mich bei einem gemütlichen Abend mit einem Buch, meiner Lieblingsserie oder im Kreise meiner Familie und natürlich mit unseren Hunden.

Für welche Musik können Sie sich begeistern? Generell erstmal für jegliche Musik bis auf Schlager. Also von Pop bis Rock ist in meiner Playlist erstmal alles vertreten.

Wenn Sie selbst Bewohner werden, was würden Sie sich in einer solchen Residenz wünschen?
Einen individuell abgestimmten Tagesablauf, der an die Wünsche, Bedürfnisse und Ressourcen angepasst ist. Ein heimisches und familiäres Gefühl zwischen den Bewohnern und auch den Mitarbeitern. Genügend Ressourcen für die Mitarbeiter sich auch mit dem Bewohner außerhalb der Pflege zu beschäftigen.

Was wünschen Sie sich, wenn Sie selbst einmal aus dem Arbeitsalltag ausgeschieden sind?
Das Wichtigste für mich, wäre Gesundheit und Zeit mit meinen Liebsten und natürlich so lange wie möglich fit zu bleiben um für mich selbst sorgen zu können.

Vielen Dank für das Gespräch!

BACKEN MACHT GLÜCKLICH

Ein herrlicher Duft zog in unserer schönen MUNDUS Senioren-Residenz in Ludwigshafen über die Flure. Unsere liebe Betreuungsfachkraft, Frau Remmlinger, backte in der Vorweihnachtszeit zusammen mit unseren Bewohnerinnen und Bewohnern vom Hefezopf bis zum warmen Apfelstrudel viele süße Leckereien.

Frau Remmlinger beim Hefezopf backen.

Hmmmh! Einfach köstlich!

Gemeinsam Äpfel schälen ...

... für einen leckeren Apfelstrudel.

VORWEIHNACHTSSTIMMUNG

Beste vorweihnachtliche Stimmung bei unseren MUNDUSianern in Ludwigshafen!

AUS UNSERER KÜCHE

Kulinarisch lässt sich unser Küchenteam immer wieder etwas ganz Besonderes einfallen. So wetzte unser Koch Herr Prokosch beispielsweise das Beil, um das frische Spanferkel zu zerteilen, sodass es in den Ofen passte. Es benötigte schon eine ganze Weile bis es dann endlich gar war. Das Ergebnis war hervorragend und unsere Bewohnerinnen und Bewohner waren begeistert.

„Auf geht's!"

„Welch himmlischer Genuss!"

Aus unserer Residenz in Mainz ...

Beispielapartment

UNSERE OKTOBERFESTWOCHE

Wem läuft da nicht das Wasser im Munde zusammen?

O‘zapft is! … Im besonderen Jahr 2020 jedoch in einer Light-Version. Bevor der Oktober sich verabschieden konnte, haben wir in unserer MUNDUS PREMIUM Senioren-Residenz Mainz dennoch zünftig Oktoberfest gefeiert. Da aufgrund der Kontaktbeschränkungen unser sehr beliebtes klassisches Oktoberfest ausfallen musste, haben wir uns etwas einfallen lassen und gleich eine ganze Oktoberfestwoche für unsere Bewohner gestaltet. Jeden Tag gab es eine Oktoberfesthauptspeise in unserem Menü und frisch gezapftes Bier. Am Anfang der Woche wurden Lebkuchenherzen verteilt und beim Bergfest der Woche sorgte Herr Schatton aus unserem Wintergarten heraus für Unterhaltung und gute Stimmung. Besondere Zeiten erfordern eben immer auch besondere Maßnahmen. Trotzdem hatten wir viel Spaß und konnten unsere Bewohner ein verwöhnen.

Lecker, so ein Wiener Schnitzel!

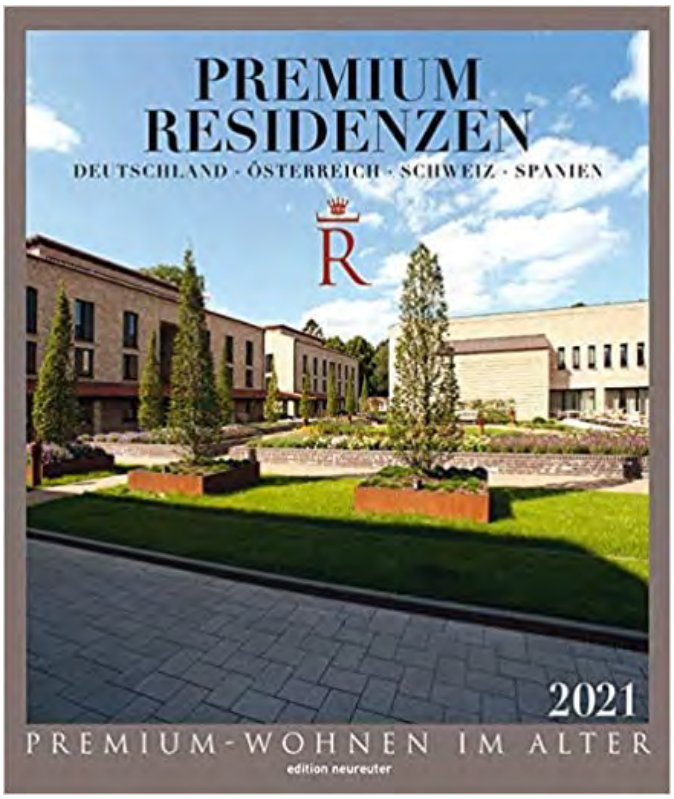
Das Lebkuchenherz durfte nicht fehlen.

Prost!

Herr Schatton sorgte für beste Unterhaltung.

MUNDUS PREMIUM RESIDENZ MAINZ

Seit kurzem ist unsere MUNDUS Residenz in Mainz Mitglied im Verbund der PREMIUM-RESIDENZEN. Das unter anderem vom Verbund herausgegebene Buch "RESIDENZEN 2021 – Premium-Wohnen im Alter" - übrigens bislang der einzige überregionale Führer zum Thema exklusives Wohnen im Alter - ist in den vergangenen Jahren für Viele ein wichtiger Leitfaden bei der Suche nach einer Senioren-Residenz geworden. Über 300 farbige Abbildungen und ein mehrseitiger Textteil zu jedem Haus verschaffen dem Leser interessante Einblicke in das Ambiente und Angebot der einzelnen Residenzen. Ein detaillierter Informationsteil gibt übersichtlich Auskunft zu Leistungen, Grundrissen und Preisen, um sich mit dem Thema vertraut zu machen. Potenzielle Interessenten setzen sich mit diesem Thema immer früher auseinander, oft schon in den ersten Jahren des Ruhestands. Was sehr viel Sinn macht, denn eine frühe Anmeldung ist angesichts längerer Wartezeiten - wie auch in unserer Residenz in Mainz - absolut ratsam.



Das Buch „PREMIUM-Residenzen 2021" ist auch über www.amazon.de erhältlich.

HOMMAGE À CHOPIN

Es war ein tolles Konzert!

Unsere Bewohnerinnen und Bewohner kamen wieder einmal in den Genuss eines der virtuosen Lesekonzerte von Wolfgang Nieß. Als Konzertpianist gastiert er regelmäßig bei internationalen Musikfestivals und auf zahlreichen Bühnen im In- und Ausland. Der Künstler beehrte uns mit einem ganz besonderen und interessanten Programm in unserer MUNDUS PREMIUM Senioren-Residenz in Mainz. Diesmal widmete er sich dem Komponisten Frédéric Chopin, der seine Gedanken und Gefühle fast ausschließlich dem Klavier anvertraute. Die anmutige Poesie seiner Klavierwerke verzaubern Hörer seit fast 200 Jahren. Nieß spielte eine Auswahl aus den schönsten Préludes, Walzer, Polonaisen, Nocturnes und Balladen. Dazu gab er uns interessante und überraschende Einblicke in Chopins romanhafte Biografie. Optisch ergänzt wurde dieser Hörgenuss durch Leinwand-Präsentationen von Sabina Nieß. Mit dieser wundervollen Musik und interessanten Geschichten versüßte uns der Künstler einen wunderbaren Abend!

DAS TRIO SANSSOUCI

Das Trio Sanssouci.

Trotz Nieselregen und kalten Winden versüßte uns das Trio Sanssouci in unserer Residenz in Mainz den Abend. Unsere Bewohner versammelten sich im Innenhof und auf den Balkonen um dem beliebten Trio andächtig zu lauschen. Mit Cembalo, Oboe und Querflöte brachte das Trio Farbe in das graue Wetter draußen und sorgte für ein wunderschönes Ambiente und gute Laune. Zur guten Laune trug auch die fröhlich, leichte Moderation von Hans Jürgen Thoma bei. So wurde das Programm „Rares für die Ohren - Verschollene Schätze der Kammer-Musik des 18.Jahrhunderts“ zum rundum Erlebnis aus Musik, spannenden Geschichten und lehreichen Daten und Fakten. Wir freuen uns schon jetzt, wenn das Trio Sanssouci wieder mit einem spannenden neuen Programm in unserem Haus gastiert.

Das Trio sorgte für ein wunderschönes Ambiente und gute Laune.

AUSTTELLUNG MAL ANDERS

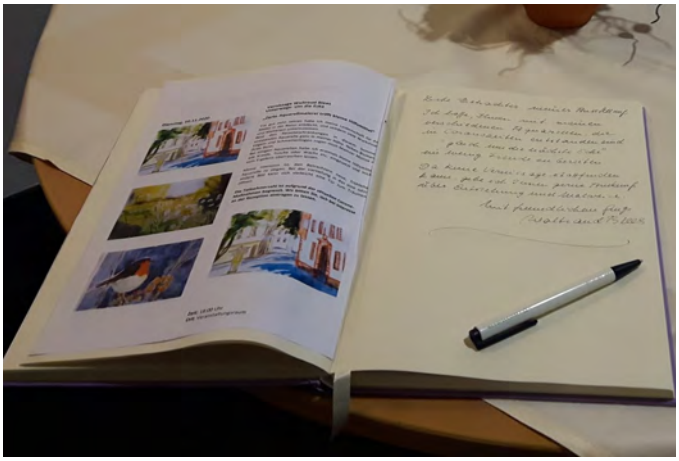
Vor gut zehn Jahren entdeckte die Künstlerin Waltraud Blees ihre Leidenschaft für das Malen in der Natur. Seitdem unternahm sie viele Workshops und Malreisen. Bei den Reisebeschränkungen in diesem Sommer entstanden Aquarelle ganz in Ihrer Nähe. Neben Blumen, Vögeln und Schmetterlingen zogen sie viele schöne Mainzer Motive in ihren Bann. Bei einigen Aquarellen nutzte sie erstmals kleine Hilfsmittel wie Kreide, Tusche oder Wachs und hat so neue Ergebnisse erschaffen. Ihre Intension ist, den Betrachtern neue, fröhliche Aquarelle zu zeigen um so das Träumen anzuregen. Die Ausstellung konnte coronabedingt leider nicht festlich eröffnet werden, so kamen wir auf die Idee, die Bilder aufzuhängen und die Künstlerin über eine Pinnwand vorzustellen. Außerdem haben wir auch ein Gästebuch ausgelegt, damit unserer Bewohnerinnen und Bewohner der Künstlerin einen kleinen Gruß hinterlassen können und um die Gedanken zu den einzelnen Bildern festzuhalten.

Foto: Waltraud Blees

Ein schönes Mainzer Motiv.

Vögel sind ebenfalls beliebte Motive.

Beeindruckende Naturaquarelle.



Das Gästebuch für die Künstlerin

LIEBE GEHT DURCH DEN MAGEN

Wie sagt man so schön? „Liebe geht durch den Magen“! Nach diesem Grundsatz verwöhnen wir in unserer MUNDUS PREMIUM Residenz in Mainz unsere Bewohnerinnen und Bewohner regelmäßig mit Köstlichkeiten aus unserer Küche. Unser Küchenteam, bei dem wir uns an dieser Stelle sehr bedanken möchten, ist da immer sehr kreativ. Ob beim gemütlichen Federweißer oder Wein, beim Grillen oder bei einem ganz besonderen Menü, zaubern wir unseren Bewohnerinnen und Bewohnern so oft wie möglich kleine Genussmomente in ihren Alltag.

Frische und leichte Kost.

Das Auge isst bei uns immer mit!

So ein Federweißer geht immer.

Sonntag, 04.10.2020

Vorspeise

Marinierte Kräutersaitlinge mit gebratenem Speck und getrockneter Tomate und Salatgarnitur — 3,20

Suppe

Kürbiscremesuppe mit gerösteten Kürbiskernen — 3,20

Hauptgericht

Hirsch-Kalbsbraten mit Holundersoße, dazu Spitzkohlgemüse und Kartoffelplätzchen — 11,50

***

Meeräschen Filet auf der Haut gebraten mit Rucola Tagliatelle und Safran-Riesling Soße, dazu Kirschtomatenragout — 11,50

***

Dessert

Portweinbirne mit Walnuss Eis

Auszug aus einer unserer Tageskarten.

POLIZEIBESUCH IN UNSERER RESIDENZ

Die Mainzer Polizei zu Besuch in unserem schönen Residenz-Innenhof.

Anfang Dezember bekamen wir sehr überraschenden und schönen Besuch von der Mainzer Polizei. Sie haben unseren Bewohnerinnen und Bewohnern sehr tolle Schokoladen-Adventskalender und Info-Flyer überreicht. Es ging jedoch nicht nur darum, unseren Bewohnerinnen und Bewohnern eine Freude zu machen. Hintergrund war eine Präventionskampagne, um ältere Menschen gegenüber Betrugsmaschen zu sensibilisieren und vor diesen zu warnen. Der Informationsflyer, der dem Adventskalendern beilag, enthielt eine Warnung vor Telefonbetrügern. Denn es kommt verstärkt zu Telefonanrufen, bei denen sich Betrüger als Enkel, der sich in einer angeblichen Notsituation befindet oder als Polizeibeamte ausgeben. Der so genannte Enkeltrick ist eine besonders hinterhältige Form des Betrugs, der für Opfer oft existenzielle Folgen haben kann. Sie können dadurch hohe Geldbeträge verlieren oder sogar um Ihre Lebensersparnisse gebracht werden. Da besonders ältere Menschen betroffen sind, wollte die Polizeimit der Aktion dazu beitragen, dass das Thema innerhalb der Familien besprochen wird und hat ebenfalls über diese Aktion auch viele Senioreneinrichtungen in Mainz informieren. Eine tolle Aktion!

ALEXANDER PIKA STELLT SICH VOR ...

Alex Pika, der mit Trisomie 21 geboren ist, arbeitet jetzt schon seit zehn Jahren in unserer MUNDUS PREMIUM Senioren-Residenz in Mainz. Er ist unser hauseigener Sonnenschein. Wenn er nicht gerade die Haustechnik unterstützt, hilft er tatkräftig in unserem Restaurant und Café mit. Er räumt Tische ab, faltet Servietten und sorgt immer für gute Stimmung. Wenn er nicht gerade am Arbeiten ist, hat er immer Zeit für ein Tänzchen, ein Lied oder ein paar liebe Worte. So gestaltet er unseren Arbeitsalltag maßgeblich und sehr positiv mit. Wir freuen uns jeden Tag über unseren Sonnenschein. Wir haben ihm ein paar ganz besondere Fragen gestellt.

Du uns auch, lieber Alex!

Was sind Ihre Aufgaben hier in der Residenz?
Ich helfe im Service, ich räume Tische ab, falte Servietten, und decke Tische neu. Ich helfe auch noch der Haustechnik, ich kehre jeden Morgen die Straße.

Was ist das Besondere an dieser Residenz?
Alle Bewohner und Kollegen. Ich mag die Menschen hier sehr gerne.

Was macht Ihnen an Ihrem Job am meisten Spaß?
Alles!

Haben Sie in Mainz einen Lieblingsplatz zum Entspannen nach der Arbeit?
Am liebsten bin ich in der Tanzschule Weber, weil ich so gerne tanze. Aber auch Zuhause bin ich sehr gerne.

Hatten Sie einen besonderen Berufswunsch als Sie klein waren? Das ist eine schwere Frage. Ich glaube ich hatte keinen, aber ich freue mich sehr, dass ich jetzt hier bin.

Welche Musik hören Sie am liebsten?
Schlager und deutschen Pop. Am liebsten Lena Meyer-Landrut, Andreas Bourani, Beatrice Egli und Helene Fischer.

Haben Sie ein Lieblingsgericht?
Ich esse sehr gerne Fleisch und Gemüse, am liebsten mag ich Schnitzel.

Wenn Sie eine berühmte Persönlichkeit – egal ob lebendig oder tot – treffen dürften: Wer wäre es und warum?
Ich schaue gerne GZSZ und mag hier alle Schauspieler total gerne. Aber am liebsten würde ich Wolfgang Bahro mal treffen.

Was war früher Ihr liebstes Schulfach? Rechnen und Lesen.

Zeit für ein Späßchen mit den Kollegen ist immer!

Unser Sonnenschein bei der Arbeit.

Danke für das Interview,

lieber Alexander Pika!

Digitalisierung in der Generation 70+!

„In dieser Zeit, in denen wir unsere sozialen Kontakte einschränken und Abstand halten müssen, ist die Digitalisierung wichtiger denn je geworden. Doch wie sieht es mit der Digitalisierung in der Generation 70 plus aus?“

Viele ältere Menschen haben in den vergangenen Monaten in Zeiten von Kontakt- und Ausgangsbeschränkungen erkannt, welche Möglichkeiten digitale Kommunikations- und Informationstechnologien ihnen bieten und diese stärker als bisher für sich genutzt. Denken wir beispielsweise an Videotelefonate mit der Familie, digitale Nachbarschaftsplattformen, um gegenseitige Hilfe und Unterstützung zu organisieren, WhatsApp-Nachrichten mit den Enkelkindern oder Gespräche mit der Ärztin oder dem Arzt, die nun häufiger als Videosprechstunden stattfinden. Deutlich wurde in dieser Zeit aber auch: Die Voraussetzungen für die digitale Teilhabe älterer Menschen sind noch nicht überall gegeben. Häufig fehlt es am nötigen Wissen, an Rat gebender Unterstützung oder an Geld, um sich digitale Geräte anzuschaffen. So steht es zumindest im Achten Altersbericht „Ältere Menschen und Digitalisierung“ des Bundesministeriums für Familie, Senioren, Frauen und Jugend.

Die Vielfalt des Lebens im Alter

Ältere Menschen sind keine homogene Gruppe, es gibt nicht „den“ älteren Menschen. Die zunehmende Ausdifferenzierung von Lebensläufen und Lebenslagen bringt es vielmehr mit sich, dass die Lebenssituationen von Menschen mit steigendem Lebensalter immer unterschiedlicher werden. Das Geschlecht, der Bildungsstand, das Einkommen, die Art der Erwerbstätigkeit, kulturelle Prägungen und die soziale Herkunft einer Person sind für die Lebenssituation mindestens genauso prägend wie das Alter. Es sollte deshalb auch im Zusammenhang mit Digitalisierung und der Nutzung digitaler Technologien nur mit großer Vorsicht von älteren Menschen im Sinne einer sozialen Gruppe gesprochen werden. Gerade auch in Bezug auf Digitalisierung ist es wichtig, die sozialen Unterschiede innerhalb der Gruppe der älteren Menschen im Blick zu behalten und zu thematisieren, um pauschalisierende Aussagen zum Nutzen und zu den Risiken von digitalen Technologien zu vermeiden.

Digitaler Zugang

Viele Studien zeigen, dass in den vergangenen Jahren zwar immer mehr ältere Menschen das Internet nutzen, dass die digitale Kluft zwischen jüngeren und älteren Menschen jedoch immer noch groß ist. Während in der Phase rund um den Ruhestand der Anteil von Menschen mit Zugang zum Internet mit mittlerweile über 80 Prozent recht hoch ist, haben Menschen ab Mitte 70 wesentlich seltener einen Internetzugang. Allerdings zeigt sich zugleich, dass es hier deutliche Unterschiede innerhalb der Gruppe der älteren Menschen gibt. Ältere Menschen mit niedrigem und mittlerem Bildungsstand nutzen digitale Technik deutlich seltener beziehungsweise weniger kompetent als ältere Menschen mit hohem Bildungsstand. Diese Unterschiede nehmen im höheren Alter zu: Während bei den Menschen vor dem Ruhestandsalter die Bildungsunterschiede relativ gering ausfallen, sind sie bei älteren Menschen ab etwa 67 Jahren noch sehr groß. Es zeigen sich zudem deutliche Geschlechterunterschiede: So nutzen zwar immer mehr ältere Frauen das Internet; von den über 80-Jährigen, die das Internet nutzen, waren jedoch im Jahr 2018 nur knapp 40 Prozent Frauen, während sie insgesamt in dieser Altersgruppe zwei Drittel der älteren Bevölkerung ausmachen.

Sicher und selbstbestimmt leben

Viele ältere Menschen beziehungsweise viele Angehörige älterer Menschen sind bereit, digitale Technologien zur Alltagsunterstützung in der Wohnung anzuschaffen und zu nutzen, wenn mit ihrer Hilfe die Selbständigkeit in den eigenen vier Wänden unterstützt werden kann. Häufig scheitert die Umsetzung dieses Interesses jedoch an fehlenden Informationen und mangelnder Beratung, aber auch an hohen Anschaffungs- und Betriebskosten.

Mobile Selbständigkeit erhalten

Im Rahmen von Forschungsprojekten wurde mittlerweile eine beachtliche Vielfalt von Assistenzsystemen zur Unterstützung der Mobilität älterer Menschen entwickelt. Ein Teil dieser Systeme wird am Markt angeboten, im Alltag oder im Rahmen der gesundheitlichen Versorgung eingesetzt. Das Spektrum reicht von Unterstützungssystemen für ältere Menschen, die die allgemeine Mobilität betreffen (zum Beispiel E-Bikes, Assistenzsysteme in Fahrzeugen oder Mobilitäts-Apps), über Systeme, die bei eingeschränkter Mobilität unterstützen sollen (zum Beispiel smarte Rollstühle oder Exoskelette), bis hin zu Systemen, die auf die Wiedergewinnung oder Aufrechterhaltung

Die meisten älteren Menschen stehen der Digitalisierung in ihrem Alltag mittlerweile sehr offen gegenüber.

von Gehfähigkeit und Balance abzielen (zum Beispiel Exergame-Systeme oder Wearables). Neben solchen bereits etablierten Technologien wird sich in der Zukunft zeigen, welche Rolle virtuelle Mobilität für die Lebensqualität älterer Menschen spielen kann, wenn zum Beispiel virtuelles Wandern in einer Berglandschaft das aus gesundheitlichen Gründen nicht mehr mögliche reale Bergwandern ersetzt. Und voraussichtlich in wenigen Jahren schon wird sich zeigen, welche Rolle das autonome Fahren für die Aufrechterhaltung der Automobilität älterer Menschen spielen kann.

Soziale Integration - aber anders

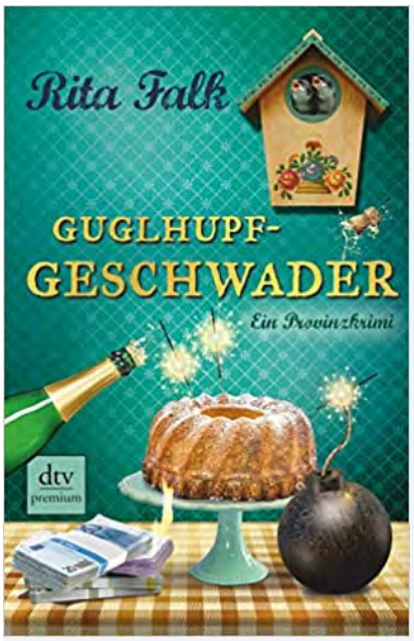
Mit der Verbreitung digitaler Kommunikationstechnologien und der Nutzung des Internets sind auch für ältere Menschen neue Möglichkeiten entstanden, Kontakte mit anderen Menschen aufzunehmen oder zu pflegen. Im Achten Altersbericht wird der Frage nachgegangen, welche Bedeutung digitale Kommunikationstechnologien für soziale Integration und Einsamkeitsgefühle älterer Menschen haben. Die Ergebnisse der hierzu vorliegenden empirischen Studien deuten insgesamt einen positiven Effekt digitaler Kommunikationstechnologien an: Wenn ältere Menschen digitale Kommunikationsmedien und das Internet nutzen, sind sie sozial besser integriert und haben weniger Einsamkeitsgefühle als vorher.

Der digitale Wandel

Technische Veränderungen haben Auswirkungen auf das Leben der Menschen. Digitalisierung verändert die Art und Weise, wie wir kommunizieren, uns informieren, konsumieren, soziale Kontakte pflegen, arbeiten oder mobil sind. Man spricht deshalb auch von dem digitalen Wandel der Gesellschaft. Mit dem Einsatz digitaler Technologien und durch die Nutzung des Internets entstehen auch für ältere Menschen immer mehr neue Möglichkeiten. Der Achte Altersbericht zeigt aber auch deutlich, dass es noch zu wenig einschlägige wissenschaftliche Studien gibt, um auf solider empirischer Grundlage die Wirkungen digitaler Technologien auf die Lebenssituation älterer Menschen einschätzen zu können.

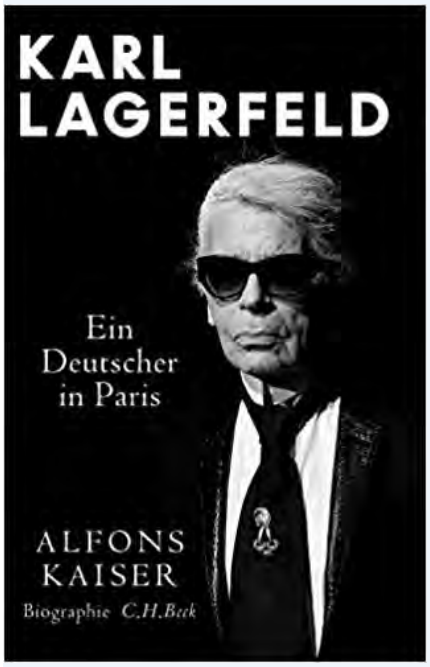
BÜCHER FÜR DEN WINTER

»Bring meine Kette zurück zu meiner großen Liebe, nach Juist!« Nur wenige Stunden vor ihrem Tod hat Caros Patientin ihr dieses Versprechen abgenommen. Nun steht Caro auf dem Klinikflur, der ihr alltäglicher Arbeitsplatz ist, und hält Elfriedes Perlenkette in den Händen. Sie spürt, dass dieses Schmuckstück ein ganz besonderes Geheimnis birgt, und beschließt, zum Jahreswechsel auf die kleine Nordseeinsel Juist zu fahren. So kann sie Elfriedes Wunsch erfüllen und sich, bei eisigem Wind und rauer Brandung vor den Fenstern, mit heißem Apfelpunsch die kleine Auszeit nehmen, nach der sie sich schon lange sehnt.



»Du, Franz, ich brauch dringend deine Hilfe«, flüstert der Lotto-Otto dem Eberhofer ins Ohr und versaut ihm den Samstagabend mit der Susi. Dabei könnte er sich so schön feiern lassen, hat man doch in Niederkaltenkirchen beschlossen, dem erfolgreichen Dorfgendarm zu Ehren den Kreisverkehr auf den Namen ›Franz -Eberhofer- Kreisel‹ zu taufen! Stattdessen muss er sich nun darum kümmern, dass den brutalen Verfolgern vom Lotto-Otto rasch das Handwerk gelegt wird. Bevor er die Ermittlungen aufnehmen kann, geht allerdings der gesamte Lotto-Laden in die Luft – und der Eberhofer hat es jetzt auch noch mit einem Mord zu tun.

Gut aussehen wollen wir doch alle, aber steckt nicht noch viel mehr dahinter? Warum sind einem beispielsweise Jugendfotos im Faltenrock so peinlich? Warum kauft man sich etwas, was einem weder passt noch steht? Wenn Elke Heidenreich von Kleidern erzählt, dann erzählt sie vom Leben selber: von sich mit sechzehn, von Freundinnen und Freunden, von Liebe und Trennung, erzählt Geschichten, komisch und traurig wie nur eine Elke Heidenreich es kann.



«Es fängt mit mir an, und es hört mit mir auf.» Karl Lagerfeld stilisierte sich selbst zum lebenden Logo und zu einem Mythos der Modewelt. Der F.A.Z.-Redakteur Alfons Kaiser, der Lagerfeld seit langem kannte, stellt in dieser Biographie anhand vieler bislang unbekannter Quellen den charismatischen Modeschöpfer vor. Was steckt hinter dieser überlebensgroßen Figur, die trotz aller Kommunikationslust die eigene Lebensgeschichte geheim hielt?

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

KREUZWORTRÄTSEL MIT PREISAUSSCHREIBEN

Das Lösungswort unseres Rätsels in der vergangenen Ausgabe lautete:
OERESUND

Die Gewinner sind Elisabeth Brucker (Ludwigshafen), Ute von Renz (Mainz), Hugo Zöllner (Essen) und Ursula Engel-Heinz (Kassel-Vellmar). Herzlichen Glückwunsch! Freuen Sie sich auf eine kleine Überraschung, die Ihnen in den nächsten Tagen überreicht wird.

Liebe Rätselfreunde, schicken Sie bitte das Lösungswort unseres neuen Rätsels (S. 36) mit Ihrem Namen, Ihrer Apartmentnummer und Residenz beziehungsweise Ihrer Adresse per Mail an **y.knak@mundus-leben.de** oder geben Sie es hier in der Residenz an der Rezeption ab.

Unter allen Teilnehmern verlosen wir wieder einen Überraschungspreis.

Einsendeschluss ist der 28. Februar 2021.

RÄTSELSPASS MIT PREISAUSSCHREIBEN

sonnennächster Planet		Vorname der Autorin Lagerlöf	obere Mauerleisten	keltischer Volksstamm		Stierkampfplätze		Pastenbehälter		niederl. Tänzerin † (... Hari)	Enttäuschung	Hetzredner		griechischer Buchstabe	kleine Metallinstrumente
Mensch mit gutem Appetit						Astronautik									
beendetes Wachstum						Ausfuhrverbot				1				kurz für: in dem	
niederl. Airline (Abk.)				handeln				Futteral					röm. Zahlzeichen: zwei		
kurz für: um das				altes Edelmetallgewicht		Scharnierteile		stärkend	Anfälle von Atemnot						
									französisch: ohne	Zeitabschnitt				Entwerfer	
treffend	kleiner Flugzeugtyp	einstellige Zahl	Nutztier der Lappen		6		Windrichtung				Tierpflege		Initialen des Malers Gauguin		
röm. Zahlzeichen: 400			Rachenentzündung					8		Märchengestalt (Frau ...)					
					menschliches Faustpfand		ein Asiat				7		US-Filmstar (Jamie Lee)		
argentinischer Staatsmann †			Höhenzug bei Braunschweig	kosmet. Artikel für die Lippen						Lehrer		US-TV-Sender (Abk.)			
gewinnen							Gerede		Speisenfolge						französisches Kartenspiel
italienischer Hartkäse		bayrisch: Rettich		norddeutsch: Erle		abzüglich					verrückt				
								französischer unbest. Artikel				gehacktes Bratwurstfleisch		Kurort am nördlichen Harzrand	
Mannequin	einer der griechischen Titanen		seitliche Körperpartie		3				gegorener Honigsaft		antikes Pferdegespann				
		5				frühchristlicher Eremit		stabiles Stampfgefäß				4			
			russischer Zarenname		Tier für span. Kampfspiele						griech. Seeschlange (Sage)		Abk. für ein Hohlmaß		
Schneegleitbrett		Fremdwortteil: erst					dt. Tanzkapellmeister † 1973	sudanesischer Volksstamm		dt. Dichter † 1856 (Heinr.)					
Papagei Mittel- und Südamerikas				tadschik. Parlament, Majilis-...	japanische Währung				flämischer Maler (17. Jh.)				hebräisch: Sohn		lateinisch: Luft
Schlitten		lindernd, stärkend										langer Federschal	2		
					Einzelangabe					Schiffsanlegeplatz					
Glasbruchstück									Ganove						

1	2	3	4	5	6	7	8