



BELLINIPOST

Frühjahr/2019

Das Magazin der BELLINI Senioren-Residenz Dorsten GmbH

BELLINI Dorsten
**Neue Einrichtungsleitung
stellt sich vor**

Werner Rölleke
**Vom Tiefpunkt zu
neuem Leben**

Gut zu wissen
**Eine Tasse Kaffee,
bitte!**

*Naturschönheit
Eifel*



BEHANDLE ANDERE,
WIE DU SELBST BEHANDELT WERDEN MÖCHTEST.
www.bellini-dorsten.de



BELLINI
SENIOREN-RESIDENZEN

Eine Schatzkiste der Natur

Nicht nur seltene Pflanzen und Tiere wie der Schwarzstorch, die Wildkatze oder die Orchidee Große Händelwurz fühlen sich in der Eifel pudelwohl, auch Besucher aus aller Welt genießen die ruhige Natur mit ihren einzigartigen Besonderheiten – wie den Vulkanseen, der Teufelschlucht oder dem Hochmoor Hohe Venn. Die Eifel liegt im Westen Deutschlands zwischen Aachen, Trier und Koblenz. Kleine Teile befinden sich in Belgien. Hier war auch historisch einiges los und sowohl Neandertaler als auch Kelten und Römer haben ihre Spuren hinterlassen. Davon zeugen zahlreiche Museen, Burgen und Schlösser. Willkommen in der Eifel!



IMPRESSUM

Herausgeber:

BELLINI Senioren-Residenzen GmbH
Am Alten Posthof 3 · 50667 Köln
Tel. 0221 949980-0 · Fax 0221 949980-88
info@bellini-dorsten.de · www.bellini-dorsten.de

Geschäftsführer: Andreas Bochem

Haftungshinweis:

Trotz sorgfältiger Kontrolle übernimmt die BELLINI Senioren-Residenz Dorsten GmbH keine Haftung für die Inhalte der Zeitschrift. Alle Texte und Abbildungen sind urheberrechtlich geschützt.

Gestaltung & Realisierung:

SCHOENE AUSSICHT Ideenagentur GmbH
Mittelstraße 29 · 36037 Fulda
Tel. 0661 2969828-0 · www.ideenagentur.de

Druck: JD Druck GmbH

Umgehungsstr. 39 · 36341 Lauterbach
Tel. 06641 9625-0 · www.jd-druck.de

Fotos & Illustrationen:

gettyimages.de



Liebe Leser(innen),

vielen Dank für Ihr Interesse an der zweiten Ausgabe der BELLINI Post der Senioren-Residenz Dorsten GmbH und den Geschehnissen in unserer Einrichtung.

Das neue Jahr ist wie immer geprägt von diversen Wünschen und Vorsätzen. Unser Wunsch ist es, dass sich alle Bewohner, Angehörige, Mitarbeiter und Partner in unserer Einrichtung wohlfühlen. Besonders freuen wir uns über den sehr lieb geschriebenen Artikel „Vom Tiefpunkt zu neuem Leben“ vom Vorsitzenden des Bewohnerbeirates Herrn Rölleke.

In dieser Ausgabe möchten wir den Bewohnerbeirat vorstellen und auf die kommenden Veranstaltungen, Feste und Aktivitäten hinweisen.

Bekanntlich hält ein gutes Essen Leib und Seele zusammen, daher möchten wir uns an dieser Stelle beim ganzen Küchen- und Service-Team unter der Leitung der Küchenchefin Frau Sandra Emming bedanken, die den Bewohnern und Gästen immer köstliche Gerichte auf den Teller zaubert.

Wir möchten uns für das entgegengebrachte Vertrauen herzlich bedanken und freuen uns auf ein spannendes neues Jahr 2019.

Allen Leserinnen und Lesern wünsche wir viel Freude beim Stöbern in dieser Ausgabe.

Gerne freuen wir uns über Lob, sind natürlich immer offen für Ideen und Verbesserungsvorschläge.

*Johannes Wimmer,
Einrichtungsleitung*

*Insa-Birte Kratochvil,
Pflegedienstleitung*

Neue Einrichtungsleitung stellt sich vor

Mein Name ist Johannes Wimmer. Ich bin 46 Jahre alt, bin ledig und habe keine Kinder. Ich komme aber nicht ganz alleine, meine 6-jährige Labradordame Namens „Frau Kreisky“ begleitet mich in der Regel am Montag und Dienstag in die BELLINI Senioren-Residenz.

Als gebürtiger Oberösterreicher bin ich 2008 der Liebe wegen in die Region gekommen und da ich Land und Leute ins Herz geschlossen habe, bin ich auch geblieben. Viele fragen mich, warum ich vom schönen Österreich ins Ruhrgebiet gezogen bin, die Antwort ist leicht: Zuhause ist, wo das Herz eine Heimat findet.

Nach meinem ersten Beruf als Betriebsschlosser in einem Stahlwerk absolvierte ich die Ausbildung zum Krankenpfleger, die ich 1998 mit dem Examen beendete. Danach war ich im Krankenhaus als Intensivpfleger und auch in der ambulanten Pflege tätig.

2008 begann ich mein Studium zum Fachwirt im Sozial- und Gesundheitswesen und übernahm zu dieser Zeit auch meine erste Leitungstätigkeit als stellvertretende Pflegedienstleitung in der ambulanten Pflege. Nach Abschluss des Studiums war ich als Pflegedienstleitung in der stationären Pflege eingesetzt. Danach wechselte ich wieder in die ambulante Pflege als Geschäftsführer.

Die letzten fünf Jahre leitete ich das Qualitätsmanagement für die AWO in Duisburg. Nun will ich all meine gesammelte Erfahrung für die BELLINI Senioren-Residenz Dorsten zum Wohle aller Bewohner und Mitarbeiter einsetzen.

Ich wurde von allen hier sehr herzlich und liebevoll aufgenommen, daher macht es mir großen Spaß hier zu arbeiten. Besten Dank an alle, die mir das Ankommen leicht gemacht haben.

Suchen & gewinnen

Auch in diesem Heft bringen die kleinen Vögelchen wieder Gewinne. Wie viele Vögel zählen Sie?

Haben Sie alle Vögelchen gefunden?

Dann senden Sie uns eine Postkarte an:

BELLINI Senioren-Residenzen GmbH

Am Alten Posthof 3
50667 Köln

oder geben Sie Ihre Postkarte an der Rezeption ab. Einsendeschluss ist der 31.03.2019. Mit etwas Glück gewinnen Sie eine persönliche Überraschung. Wir wünschen viel Spaß!



4					2
	3		6	4	
	5	1	2		
		2	1	5	
	2	4		1	
1					5



Werner Rölleke

Vom Tiefpunkt zu neuem Leben – Meine ganz persönliche Geschichte

Nach einer Odyssee durch Krankenhäuser, mobiler Hilfe zuhause und verschiedenen Altenheimen war ich auf dem absoluten Tiefpunkt angekommen. Die Monate in den kleinen Doppelzimmern mit „fremden Leuten“, vollgepackt mit zwei Rollstühlen, Rollatoren und einem WC-Stuhl, ziehen jeden Menschen einfach runter. Es gibt keine Privatsphäre, keine Möglichkeit zum Briefe schreiben oder privater Beschäftigung. Das Dasein besteht aus lauter Rücksichtnahme tagsüber und besonders in der Nacht.

Mit der Zeit verlor ich immer mehr die Lust am Leben. Selbst wenn vom Heim Aktivitäten angeboten wurden, hatte ich keine Lust mehr, daran teilzunehmen. Während dieser Zeit ist auch noch – nach 46 Jahren glücklicher Ehe, meine liebe Brigitte verstorben. Sie litt fünf Jahre an Krebs und wir teilten gemeinsam alle Hoffnungen, Belastungen wie Chemos, Arztbesuche sowie Einschränkungen jeder Art. In dieser Situation ist man absolut ohnmächtig und letztendlich ganz alleine auf sich selbst gestellt.

Dankbar und stolz blicke ich daher auf die Hilfe und den Beistand meiner Kinder, Freunde, Nachbarn und Sportkameraden zurück. Sie haben mich im Leben gehalten.

Dann wurde am 29.03.2018 die BELLINI Senioren-Residenz in meiner Heimatstadt Dorsten eröffnet. Welche Freude, endlich in lichtdurchfluteten und altengerechten BELLINI-Einzelzimmern leben zu dürfen. Endlich war ich wieder „daheim“ in Dorsten. Ich freute mich

auf die vertrauten soziale Kontakte, die zahlreichen Besucher und über die bekannten und vertrauten Gegebenheiten wie Hausarzt, Hausapotheke, Physiotherapeut usw. Ich hatte wieder Interesse am Leben und an den lokalen Zeitungsberichten – herrlich!

Eine 92-jährige, sehr nette Dame, ein Weggefährte aus einem anderen Heim und ich waren die ersten Bewohner in der BELLINI Senioren-Residenz. Wir drei wurden vom damaligen zehnköpfigen BELLINI-Team herzlich empfangen.

Die Stimmung war bestens, endlich ging es los. Der Chefkoch fragte mich, was er mir denn mal zubereiten sollte. Ich antwortete: „4 x Reibekuchen mit Lachs und Apfelmus um ca. 18 Uhr.“ Die haben vielleicht geschmeckt! In dieser familiären Atmosphäre habe ich mich sofort wohlfühlt. Großzügige Zimmer, modernes Mobiliar, große Fenster und dann erst das Bad ... Alles vom Feinsten, praktisch, sauber und seniorenge-recht.

Natürlich gab es in der „Heimfindungsphase“ auch kleinere Organisationsprobleme. Diese haben sich aber mittlerweile gegeben. Das Essen schmeckt ausgezeichnet und es gibt viele Aktivitäten. Natürlich sind wir auch nicht mehr zu dritt, sondern schon über 60 Bewohner.

Für mich ist bei BELLINI das Leben wieder lebenswert geworden und ganz allmählich hat sich ein Zuhause-Gefühl eingestellt.

März

4.3.19	Montag	10 Uhr	ROSENMONTAG Wir schauen verkleidet gemeinsam den Rosenmontagszug im TV	Alle Wohnbereiche
5.3.19	Dienstag	18 Uhr	GRÜNKOHLESSEN	Café/Restaurant
14.3.19	Donnerstag	ab 14 Uhr	MODEMOBIL mit Modenschau	Café/Restaurant
20.3.19	Mittwoch	15 Uhr	FRÜHLINGSFEST Bunter Nachmittag	Café/Restaurant

April

8.4.19	Montag	10–12 Uhr	SCHUHMOBIL	Café/Restaurant
21.4.19	Sonntag	15 Uhr	OSTERSONNTAG Bunter Osternachmittag	Café/Restaurant
26.4.19	Freitag	17 Uhr	ANGRILLEN Wir eröffnen die Grillsaison	Terrasse am Café/Restaurant

Mai

2.5.19	Donnerstag	15 Uhr	MAIFEST Bunter Nachmittag	Café/Restaurant
12.5.19	Sonntag	15 Uhr	MUTTERTAG Bunter Nachmittag	Café/Restaurant
24.5.19	Freitag	18 Uhr	KULINARISCHE URLAUBSTRÄUME Überraschungsmenü mit Programm	Café/Restaurant
30.5.19	Donnerstag	15 Uhr	VATERTAG Männerrunde	Café/Restaurant



Hellmut Wollgarten



Hans Skrzypietz



Gertrud Kalinowski



Luise Hürland

Neuer Bewohnerbeirat

✗ Bewohnerbeirat gewählt

In der BELLINI Senioren-Residenz Dorsten ist am 9. November 2018 ein neuer Bewohnerbeirat gewählt worden. Nach dem Wohn- und Teilhabegesetz sollen alle Bewohner einer stationären Pflegeeinrichtung bei wichtigen Entscheidungen mitbestimmen können, die ihnen helfen, sich in der Einrichtung zurechtzufinden und wohlfühlen.

Manchmal fällt es jedoch schwer, seine eigenen Interessen wirksam zu vertreten. Deshalb übernimmt der Heimbeirat diese Aufgabe. Der Heimbeirat ist Vermittler und Bindeglied zwischen Einrichtungsleitung und Bewohnerschaft. Er ist bei allen Entscheidungen einzuschalten, bei denen ein Mitwirkungsrecht besteht.

Beispielsweise hat der Heimbeirat das Recht, Anträge zu stellen, um Verbesserungen in den Bereichen der Unterkunft, Betreuung und Verpflegung zu erreichen.

Der Heimbeirat fördert aber auch durch Besuche, Gespräche und die Einbindung in Veranstaltungen das Einleben neuer Bewohnerinnen und Bewohner. Übrigens: Der Heimbeirat arbeitet ehrenamtlich.

Mittlerweile hat der Beirat Fahrt aufgenommen und schon einiges erreicht. Der Beirat ist für Sie da, sprechen Sie die Mitglieder gerne mit Ihrem Anliegen an.

Neujahrsempfang *Tanztee*

Welche positive Wirkung Musik in jeder Lebensphase und in jedem Alter auf Menschen haben kann, zeigte sich jetzt beim Neujahrsempfang Tanztee in der BELLINI Senioren-Residenz in Dorsten. Die Bewohner der Senioren-Residenz wurden von den beliebten Melodien regelrecht beflügelt.

Alte Schlagerlieder und auch der ein oder andere moderne Song – etwa von Andreas Gabalier – brachten die Ü-60-jährigen in Bewegung. Einige Senioren, die in ihrer Mobilität eingeschränkt sind, wagten sich sogar auf die Tanzfläche – sei es mit Rollator oder mit Unterstützung der Mitarbeiter des sozialen Dienstes der Senioren-Residenz.

„Darf ich bitten?“, fragte Frau Mörs, eine Bewohnerin, den neuen Einrichtungsleiter Herrn Wimmer, der sich nicht lange bitten lies und das Tanzbein mit der adretten Bewohnerin schwang.

Egal, ob auf zwei Beinen in langsamer Schrittfolge, mit Drehungen im Rollstuhl oder einfachem Mitschunkeln, die Tanzfläche im Saal der Senioren-Residenz füllte sich, als die Band „Tramps“ mit Gerd & Bernd Bongers mit ihren Liedern bei den Senioren für frohgelaunte Stimmung sorgte und die Besucher der Tanzveranstaltung in Schwung brachte.

Die Bewohner hatten sichtlich viel Freude an der schönen Musik und den Tanzschritten, die niemand verlernt hatte. Das ein oder andere Glas Sekt hob die Stimmung noch weiter an. Auch kulinarisch war es wieder vom Feinsten. Es wurden Torten, Kuchen und mit frischen Beeren verzierte Minischaumküsse zum Kaffee gereicht.

Die nächsten Veranstaltungen sind schon in Planung. Gäste, Freunde und Angehörige sind natürlich immer gerne willkommen.





www.gettyimages.de / devteev

Schöne Tage in der Eifel

Die Naturlandschaft der Eifel ist vielfältig: Einzigartige Maar-Seen, schroffe Felsformationen, eines der letzten Hochmoore Europas und wilde Wälder machen Urlaubstage im Nationalpark Eifel zu einem Naturerlebnis.

Die Eifel ist Vulkanland. Nicht einmal zehntausend Jahre ist es her, dass hier noch zahlreiche Vulkane aktiv waren. Gewaltige Vulkanausbrüche und kilometerlange Lavaströme haben über Jahrtausende das Gesicht der heutigen Vulkaneifel geprägt. Vor allem die Maar-Seen – also Gewässer in erloschenen Vulkantrichtern – sind das Markenzeichen der Region. Es sind wildromantische Naturschönheiten, die belegen, dass nicht alle Vulkane wie Berge aussehen. Die Eifeldichterin Clara Viebig taufte sie einst „Augen der Eifel“. Insgesamt gibt es in der Eifel über 70 Maarvulkane. Zwölf sind heute noch mit Wasser gefüllt, die restlichen sind verlandet. In einigen wie dem Meerfelder Maar, dem Pulvermaar, dem Schalkenmehrener und dem Gemündener Maar darf man sogar schwimmen. Von oben besonders beeindruckend sind die drei Dauner Maare, die wie an einer Perlenschnur aufgefädelt nebeneinander liegen.

Überhaupt ist die Eifel reich an Gewässern und mystisch-idyllischen Plätzen. Der Windsborn-Kratersee ist der einzige Kratersee nördlich der Alpen, der ständig mit Regenwasser gefüllt ist. Die Natur rund um das kleine Gewässer ist märchenhaft: Schmale Holzstege ragen auf das Wasser hinaus, in den Uferzonen wachsen seltene Pflanzenarten und gefährdete Libellenarten wie die Glänzende Binsenjungfer oder die Gemeine Smaragdlibelle schwirren umher.

Ausgesprochen wild wird es in der Teufelsschlucht, einer Felsspalte von etwa einem bis fünf Meter Breite, deren Sandsteinfelsen Wind und Wasser der letzten Jahrmillionen bizarr geformt haben. Im Naturparkzentrum Teufelsschlucht bietet eine eigene Wildkräuterwerkstatt Besuchern die Möglichkeit, mehr als hundert verschiedene heimische Wildkräuter kennenzulernen oder bei einer Führung selbst zu entdecken.

Hier wie überall in der Eifel hat der Naturschutz einen hohen Stellenwert. Gleichzeitig ist das Bemühen, den Menschen diese besonderen Landschaftsräume zugänglich zu machen, deutlich zu spüren.



Im Naturpark Südeifel – einem der an Orchideen reichsten Gebiete in Deutschland – gibt es Führungen mit Naturpark-Rangern zu wildwachsenden Orchideen. Ein Naturschauspiel ist auch das Hohe Venn, eines der letzten Hochmoore Europas. Hier können Besucher gemütlich auf Holzstegen durchs Moor spazieren und nach Birkhühnern oder Wildkatzen Ausschau halten.

Wer nach so viel Natur Lust auf Kultur hat, findet in der Eifel eine große Auswahl an eindrucksvollen Burgen, Schlössern und anderen historischen Orten. Die Burg schlechthin findet sich in Wierschem zwischen Koblenz und Cochem in einem engen Seitental der Mosel. Dort thront die Burg Eltz auf einem steilen Felskopf und gilt als Inbegriff einer deutschen Ritterburg. Ihre 850 Jahre alte Geschichte lässt sich am besten bei einer Führung erkunden – selbstverständlich inklusive eines Einblickes in die üppige Schatzkammer. Wahrlich beeindruckend!

Willkommen in der Eifel

Alle Informationen zu Sehenswürdigkeiten und Unterkünften sowie Info- und Kartenmaterial für Ihren Ausflug in die Eifel erhalten Sie bei der Eifel Tourismus GmbH, Kalvarienbergstraße 1 in 54595 Prüm, Telefon 06551 9656-0, info@eifel.info, www.eifel.de

(linke Seite) Burg Eltz,
(unten links) Hochmoor „Hohe Venn“,
(unten rechts) Smaragdlibelle, Birkhuhn



Unsere Wochenangebote

MONTAG	10 Uhr	BEWEGUNGSRUNDE	Wohnbereiche
	16 Uhr	SPIELENACHMITTAG Spiel und Spaß	Wohnbereiche
DIENSTAG	10 Uhr	QUIZ- UND RATESPIELE, danach MARKTGANG	Wohnbereiche
	16 Uhr	MAL- UND KREATIVGRUPPE im Wechsel mit WAFFELBACKEN	Wohnbereiche
MITTWOCH	10 Uhr	BEWEGUNGSRUNDE	Wohnbereiche
	16 Uhr	GESCHICHTEN AUS ALLER WELT Es wird vorgelesen	Wohnbereiche
DONNERSTAG	10 Uhr	GEDÄCHTNISTRAINING	Wohnbereiche
	16 Uhr	SINGEN Wir singen bekannte Volkslieder	Wohnbereiche
FREITAG	10 Uhr	BEWEGUNGSRUNDE	Wohnbereiche
	16 Uhr	BINGO	Wohnbereiche
SAMSTAG	10 Uhr	„WAS GIBT ES NEUES?“ Aktuelles aus Dorsten und dem Rest der Welt	Wohnbereiche
	16 Uhr	SPAZIERGÄNGE in der Umgebung	Wohnbereiche
SONNTAG	10 Uhr	GEMEINSAMER FERNSEHGOTTESDIENST	Wohnbereiche
	16 Uhr	„KOMM ERZÄHL DOCH MAL“ Gemütliche Kaffeerunde	Wohnbereiche

GUT ZU WISSEN

Eine Tasse Kaffee, bitte!

Ob schwarz oder mit Milch, klassisch überbrüht oder aus einer modernen Maschine: Eine Tasse Kaffee gehört für viele zu einem gelungenen Start in den Tag. Wir haben uns in der Welt des Kaffees für Sie umgeschaut.

Kaffee ist wissenschaftlich gut erforscht. Dennoch ist umstritten, ob das beliebte Genussmittel per se gesundheitsfördernd oder -schädlich ist. Für beide Theorien gibt es Belege und jeder Körper reagiert anders auf die Inhaltsstoffe. Während der eine durch Bitterstoffe und Kaffeeöl Magenprobleme bekommt, freut sich der andere über die beschleunigte Verdauung. Klar ist, dass Koffein wach macht. Es stimuliert das Nervensystem, beschleunigt die Herz­­tätigkeit und fördert die Konzentration. Manche empfinden das als belebend, während andere „zittrig“ werden oder über Schlafstörungen klagen. Wissenschaftlich bestätigt ist, dass Kaffee das Diabetesrisiko senkt und kein Flüssigkeitsräuber ist. Das beim Rösten entstandene Acrylamid hingegen steht im Verdacht, krebserregend zu sein. Als Mittelweg empfiehlt die europäische Lebensmittelbehörde EFSA einen moderaten Kaffee­konsum von maximal zwei Tassen Filterkaffee hintereinander oder vier Tassen über den Tag verteilt.

Bei der Wirkung des Kaffees spielt auch seine Zubereitung eine Rolle. Und der scheint keine Grenze gesetzt zu sein. Von Hand gekocht wird Kaffee heute am liebsten mit Siebstempelkannen, mit Handfiltern oder italienischen Espressokochern. Dabei gilt: Je länger das

Wasser mit dem Pulver in Berührung ist und je heißer der Kaffee gebrüht wird, desto bitterer schmeckt er. Noch bunter wird die Produktwelt bei den Kaffeemaschinen: Neben klassischen Filtermaschinen gibt es Kapsel-, Pad- oder Siebträgermaschinen sowie Vollautomaten, die Kreationen wie Caffè crema, Latte macchiato und Espresso zaubern.

Und welche Bohnen sind die besten? Am weitesten verbreitet ist die Sorte Arabica, die meist aus Brasilien, Kolumbien, Mexiko oder Guatemala kommt. Arabica-Kaffee schmeckt fein-fruchtig, duftet intensiv und hat weniger Chlorogensäure, die eine harntreibende Wirkung hat. An zweiter Stelle steht Robusta aus Westafrika, Vietnam, Indonesien oder Brasilien. Die Bohne hat mehr Koffein und Säure und ist etwas bitterer, weshalb sie in Südeuropa besonders beliebt ist. Letztendlich ist Kaffeegenuss eben Geschmacksache.

Unser Tipp



Geben Sie eine kleine Prise Salz in den Kaffee. Das hebt den Geschmack und macht den Kaffee besser verträglich.

Lust auf Ehrenamt?



Lust auf Ehrenamt?

Gerne lassen wir Ihnen unverbindlich unser Informationsmaterial hierzu zukommen. Melden Sie sich per Telefon, Brief oder E-Mail.

Wir freuen uns auf Sie!



BELLINI Senioren-Residenz Krefeld GmbH
Am Schirkeshof 6 · 47804 Krefeld
Telefon 02151/7377-0 · info@bellini-krefeld.de



BELLINI Senioren-Residenz Geldern GmbH
Am Nierspark 21 · 47608 Geldern
Telefon 02831/13498-0 · info@bellini-geldern.de



BELLINI Senioren-Residenz Dorsten GmbH
Halterner Straße 69 · 46284 Dorsten
Telefon 02362/79065-0 · info@bellini-dorsten.de



bellini-seniorenresidenzen.de