

SENIOREN-RESIDENZ **DORSTEN**

UNSER MAGAZIN

AUS DER RESIDENZ

Oktoberfest

AUS DER RESIDENZ

Testzentrum
für Corona-Schnelltests

RATGEBER

Den Tag Revue
passieren lassen

Tagebuch-
schreiben
für Senioren

Jetzt auch auf
Facebook

Inzwischen gehört Facebook auch für die
BELLINI-Gruppe zum digitalen Alltag.
Folgt uns: [BELLINI Senioren-Residenz Gruppe](#)



TAGEBUCH – AUCH ALS APP

Ein frisches Jahr liegt vor uns. Eine gute Gelegenheit, neue Rituale zu entwickeln, die mehr Tiefe in unser Leben bringen. Daher widmen wir uns in dieser Ausgabe in der Rubrik „Gut zu wissen“ dem Tagebuchschreiben. Denn das tägliche Notieren kann uns dabei unterstützen, Gedanken zu sortieren, Erinnerungen festzuhalten oder Gefühle auszudrücken.

Wer mit dem Handy gut zurechtkommt, dem möchten wir Tagebuch-Apps für das Handy oder Tablet ans Herz legen. Mit Apps wie „Diario“, „Daylio“ oder „Journi“ lassen sich Ereignisse, Erfahrungen, Gedanken, Gefühle, Geheimnisse und Ideen digital festhalten und – je nach persönlicher Präferenz – vor dem Zugriff Dritter schützen oder mit anderen teilen.



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 Geldern 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 296968-0 · 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),

nun ist es endlich so weit, der langersehnte Frühling schickt seine ersten Boten aus. Die grauen Tage neigen sich dem Ende, die zarten Knospen zeigen sich schon an den Bäumen und die ersten Blumen strecken sich der Sonne entgegen. Die Zugvögel kommen zurück und erfreuen uns mit ihrem Gesang.

Rückblickend auf das Jahr 2020 freuen wir uns um so mehr darauf, Kraft und Energie aus den schönen Frühlingstagen zu schöpfen und die Sonnenstrahlen zu genießen.

Man liest immer wieder das Wort „Vereinsamung“ von Menschen in den Zeitungen – wir hier haben uns im vergangenen Jahr intensiv damit beschäftigt. Jedem Einzelnen ist dieses Wort „Vereinsamung“ nicht fremd und man spürt es in diesen Zeiten leider allzu häufig. Sei es das Gespräch mit Freunden und Familie oder nur beim Bäcker um die Ecke das Lächeln, was man hinter der Maske nicht sieht.

Da ist es doch schön zu sehen, was man für Hürden und Möglichkeiten jeden Tag schaffen kann, damit Vereinsamung nicht zum täglichen Gemütszustand wird. Auf das unsere Bewohner, die ihren Lebensabend sicherlich mit vielen anderen Dingen füllen wollten als mit solch einer Pandemie, trotzdem eine zufriedene Zeit haben.

Ihre Elif Cakir,
Einrichtungsleitung

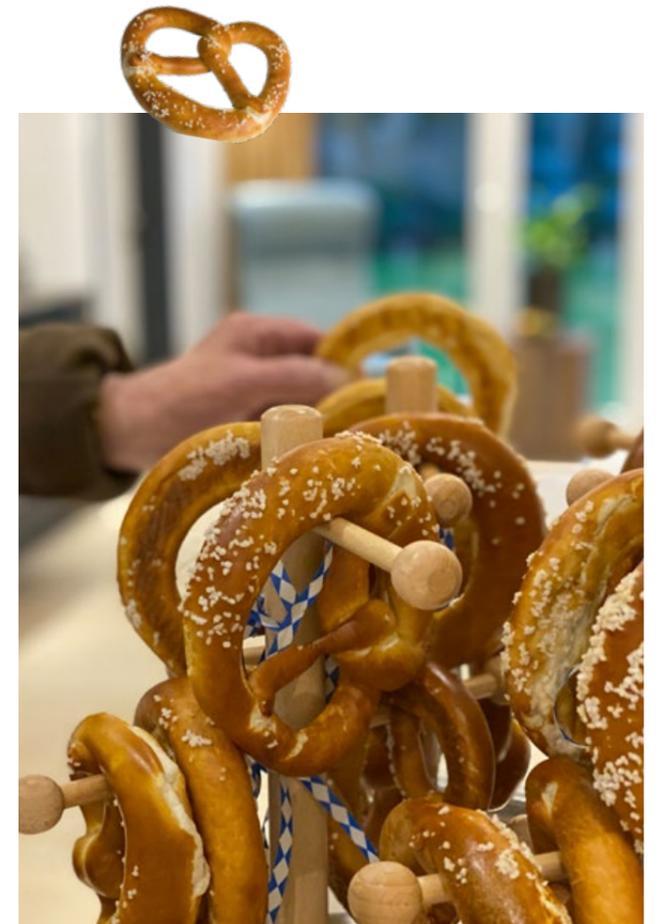


OKTOBERFEST

Am 15.10.2020 und 16.10.2020 wurde in der BELLINI Senioren-Residenz in Dorsten in alter Oktoberfestmanier das Fass angeschlagen.

Gleich an zwei Tagen wurde in kleinerem Rahmen und natürlich coronakonform gefeiert und getanzt. Für das leibliche Wohl sorgte die Küche mit deftigem Essen und natürlich dem typischen Weißbier. Der Sozialdienst und die Betreuungskräfte kümmerten sich, in passende Trachten gekleidet, um ein buntes Unterhaltungsprogramm, bei dem unter anderem um die Wette Nägel im Holz versenkt wurden und ein kleines Quiz zur Wahl des Oktoberfestkönigspaares stattfand. Dieses wurde im Anschluss gebührend gefeiert und durfte auf dem dafür extra hergerichteten „Thron“ Platz nehmen. Die Stimmung auf den Festen war ausgelassen und es wurde gemeinsam gesungen, geschunkelt und getanzt.

Auch wenn das Fest nicht in dem gewohnten großen Rahmen stattfinden konnte, blieb die Stimmung nicht auf der Strecke und die Bewohner und Mitarbeiter waren mit Freude und Enthusiasmus mit dabei.



SUCHEN & GEWINNEN

Der Marienkäfer ist auch unter dem Namen „Glückskäfer“ bekannt. Auch in diesem Heft bringen die kleinen Käferchen Glück und Gewinne.

Wie viele Marienkäfer zählen Sie? Senden Sie uns eine Postkarte mit der Lösung an:
BELLINI Senioren-Residenzen GmbH · Am Alten Posthof 3 · 50667 Köln
oder geben Sie Ihre Postkarte an der Rezeption ab. Einsendeschluss ist der 31.03.2021.

Hinweis zu unseren Veranstaltungen

Bei Erstellung dieses Heftes konnten wir noch nicht absehen, ob Gruppenangebote, Feste oder Ausflüge stattfinden dürfen. Bitte informieren Sie sich direkt in Ihrer Residenz, zum Beispiel über die Aushänge am Schwarzen Brett. Vielen Dank für Ihr Verständnis!



Fußballverein

SuS Hervest-Dorsten 1919

Überraschend bekamen wir Besuch vom Fußballverein SuS Hervest-Dorsten 1919, der 1. Vorsitzende Daniel Windbrake und Thomas Hohmann überbrachten uns ein Bild von der virtuellen Bande, da es nicht möglich war, ein Sponsorenfest zu veranstalten. Sie betonten noch einmal, dass sie weiterhin an einer guten Zusammenarbeit interessiert sind und sie gerne, sobald es möglich ist, Bewohner zu ihren Spielen abholen möchten.



TESTZENTRUM

Aus gegebenem Anlass eröffneten wir ein Testzentrum, in dem die Corona-Schnelltests durchgeführt werden. Im Außenbereich wurde ein großes Zelt aufgestellt, damit die Besucher vor Regen und der Kälte etwas geschützt sind. Auch als der Test noch freiwillig war, bekamen wir großen Zulauf. Unsere rosa Overalls trugen oft zur Heiterkeit, in der doch etwas angespannten Atmosphäre, bei. Die Wartezeit bis zum Ergebnis des Tests wurde oft für ein persönliches Gespräch mit den Angehörigen genutzt und der Kontakt hat sich dadurch verbessert.



Gedenkfeier

Mit dem Tod einhergeht immer auch die Trauer über den Verlust eines Angehörigen, Freundes, Bekannten, oder wie hier in der Einrichtung, eines Mitbewohners. Diese Trauer lässt sich über eine Erinnerungskultur zum Ausdruck bringen. Wurde hier im Haus bisher „still“ im Rahmen der Eintragungen in einem Kondolenzbuch getrauert, verändert sich nun diese Trauerkultur. Das Abschiednehmen und das Erinnern an gemeinsame Momente und geteilte Vergangenheiten sowie Lebensräume rückt in den Fokus.

Verstirbt ein Bewohner, wird eine kleine Gedenkfeier abgehalten, bei der den Bewohnern die Möglichkeit geboten wird, sich zu verabschieden, zu gedenken und an gemeinsam Erlebtes zu erinnern. Die Ausgestaltung

der Feiern erfolgt individuell und auf den Verstorbenen angepasst. Teil des Gedenkens ist immer das Aufstellen eines Bildes, das stille Gedenken an den Verstorbenen in Begleitung von (Live-)Musik, das Wiederauflebenlassen der Erinnerungen und das gemeinsame Beten des Vaterunsers.

Geleitet und begleitet werden diese Feiern durch den Sozialdienst und die Betreuungskräfte, die den Trauernden auch im Anschluss zur Seite stehen und diese bei der Verarbeitung begleiten.



SILVESTER 2020/21

Am 31.12.2020 wurde gemeinsam mit den Bewohnern ein aufregendes, herausforderndes und doch auch zusammenschweißendes Jahr verabschiedet. Da nur in einem kleinen Kreis gefeiert werden durfte, wurden bereits vorab Eintrittskarten an interessierte Bewohner verteilt.

Der Abend selbst begann mit einem gemeinsamen und zu Gesprächen anregenden Abendessen, für das die Küche große Schlachtplatten vorbereitet hatte. Im Anschluss wurden die Bewohner über den Beamer mit kleinen Sketchen unterhalten, während die Mitarbeiter des Sozialdienstes und der Betreuung sich auf ihren großen Auftritt vorbereiteten. Die Aufführung von „Dinner for one“ stellte dann den Höhepunkt des Abends dar. Die schauspielerische Leistung und die selbstgestalteten Kostüme kamen bei den Bewohnern sehr gut an, und es gab lauten Beifall für die Mitarbeiter.

In kleinem Kreis ließen ein paar Bewohner den Abend dann noch bei einem weiteren Glas Bier oder Sekt ausklingen und genossen die Gemeinschaft des Hauses.





Allerheiligen

Besuch des Friedhofs

Zu Allerheiligen am 1. November 2020 wurde den Bewohnern der Seniorenresidenz BELLINI die Möglichkeit geboten, gemeinsam mit dem Sozialen Dienst den Friedhof zu besuchen, um den Angehörigen und Freunden zu gedenken. Ein Augenmerk wurde hierbei insbesondere auf Bewohner gelegt, die nicht die Möglichkeit hatten, diesen Feiertag mit ihren Verwandten zu verbringen und mit diesen den Friedhof zu besuchen.

In der Woche vor Allerheiligen wurden Teile der Beschäftigungsangebote bereits auf den kommenden Feiertag abgestimmt und zum Beispiel im Angebot „Kreatives Gestalten“ kleine Gestecke für die Gräber angefertigt. In diesem Rahmen wurde den Bewohnern schon vor dem Besuch des Friedhofes die Möglichkeit für Gespräche geboten.



Kleine Grabgestecke zum Gedenken an die Verstorbenen



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

Wir möchten Sie bei der Kontaktaufnahme mit Ihren Angehörigen unterstützen, gern über Videotelefonie mit unserem dafür angeschafften Tablet. Besuchstermine können Sie in der Verwaltung vereinbaren.

Wenn Sie dringend etwas benötigen, erledigen wir Ihre Einkäufe oder bieten gern Spaziergänge an. Aus aktuellem Anlass finden Gruppenangebote nicht wohnbereichsübergreifend statt. In jedem Wohnbereich ist eine Betreuungsassistentin anwesend, die für Sie als Ansprechpartnerin fungiert.



Mark Schneider
Küchenleitung



Reibeplätzchen

- Zutaten
 12 große Kartoffeln
 3 Zwiebeln
 3 Eier M
 2 EL Salz
 1 TL Pfeffer
 100 g Haferflocken
 1 Messersp. Muskat
 2 EL. Zucker
 5 Äpfel
 1 Messersp. Zimt

Reibeplätzchen

Rezept

Die Äpfel schälen und in Würfel schneiden, danach mit dem Zucker, Zimt und 100 ml Wasser in einem Topf zum Kochen bringen. Die Kartoffeln mit den Zwiebeln reiben, in ein Tuch geben und ausdrücken. Die Masse mit den Gewürzen abschmecken, nun nur noch das Ei und die Haferflocken gut einarbeiten, dann 30 Minuten im Kühlschrank ziehen lassen. Eine große Pfanne auf mittlerer Hitze mit 8 EL Öl aufstellen und die Kartoffelmasse, portionsweise mit einem EL, in die Pfanne drücken. Nach ca. 3 Minuten einmal wenden und weitere 4 Minuten von der anderen Seite, goldgelb backen. Die Äpfel in dem Topf pürieren.

Fertig und guten Appetit!



JETZT QUEREINSTEIGEN!
 T 0221/ 949980-0
 www.bellini-dorsten.de

SCHLUSS MIT ÄRGERN ...

LUST AUF glücklich IM JOB?



ZUSAMMEN SCHAFFEN WIR DAS!

BELLINI Senioren-Residenzen bietet auch Quereinsteigern spannende Jobchancen – zum Beispiel in der Pflege und Betreuung, Verwaltung und Haustechnik oder Küche und Service.

Kennen Sie jemanden, der zu uns passt? Oder suchen Sie selbst neue Aufgaben? Dann freuen wir uns über Ihre Empfehlung oder Kontaktaufnahme.

Gerne beraten wir Quereinsteiger ganz unverbindlich zu offenen Stellen oder den Themen Förderung, Finanzierung und Ausbildung. Probieren Sie es einfach mal aus!

www.bellini-seniorenresidenzen.de

Neues Jahr – neues Programm. Mit Beginn dieses Jahres wurden bereits die ersten Neuerungen am Beschäftigungsplan vorgenommen. Durch die sich immer wieder verändernden Bewohnerstrukturen kommen neue Ideen und Wünsche auf, die, wenn möglich, vom Sozialdienst in den Beschäftigungsplan implementiert werden. So wurde nun bereits am Montagnachmittag ein Fußballstammtisch ins Leben gerufen, der mit reger Teilnahme startete. Folgen werden noch eine Holzwerkstatt und eine Garten-Arbeitsgemeinschaft, die sich mit um den Außenbereich kümmern werden. Außerdem wird es immer mal wieder Aktionstage geben,

an denen den gesamten Tag über thematisch gearbeitet wird (z. B. Kreativ- oder Bowlingtage). Zudem wird insbesondere jetzt auf ein erhöhtes Bewegungsangebot geachtet, um die Bewohner auch ohne Ausflüge und Spaziergänge weiterhin körperlich fit zu halten. Damit auch unsere Bewohner, die Einschränkungen (Sehbehinderungen, eingeschränktes Hörvermögen, demenzielle Erkrankungen) haben und deshalb nicht an den Angeboten teilnehmen können, werden die Angebote in kleinen Gruppen verkürzt in den Wohnküchen durchgeführt.



WOCHENAKTIVITÄTEN

Montag	09:30 & 10:30 Uhr	Bewegungsrunde	Wohnbereich Schloss Lembeck
	16:00 Uhr	Fußballstammtisch	Clubraum
Dienstag	09:30 Uhr	Kreativtag und Holzwerkstatt im Wechsel	Clubraum
Mittwoch	09:30 & 10:30 Uhr	Bewegungsrunde und Bowlingtag im Wechsel	Wohnbereich Schloss Lembeck
	16:00 Uhr	Spielenachmittag und Bowlingtag im Wechsel	Wohnbereich Schloss Lembeck
Donnerstag	09:30 Uhr	Gedächtnistraining	In den Wohnküchen
	16:00 Uhr	Bewegung mit Musik	Wohnbereich Stadtwaage
Freitag	09:30 & 10:30 Uhr	Bewegungsrunde	Wohnbereich Stadtwaage
	16:00 Uhr	Krimirunde und Bingo im Wechsel	Wohnbereich Schloss Lembeck
Samstag	09:30 Uhr	Quiz	Wohnbereich Schloss Lembeck
	16:00 Uhr	Wellness	Wohnbereich Stadtwaage
Sonntag	09:30 Uhr	Spielerunde	Clubraum
	16:00 Uhr	Klönrunde	Wohnbereich Stadtwaage

ACHTUNG

Eventuell entfallen Veranstaltungen wegen Corona. Bitte beachten Sie entsprechende Aushänge.

Den Tag Revue passieren lassen

Warum so viele Menschen wieder Tagebuch schreiben

Jeder Tag ist einzigartig. Auch wenn die Stunden zwischen dem Aufstehen und Zubettgehen oft einem ähnlichen Ablauf folgen, gibt es an jedem einzelnen Tag Besonderheiten. Mal ist es ein schönes Gespräch oder eine Entdeckung beim Spaziergang, mal ein leckeres Mittagessen oder eine besonders intensive Erinnerung an früher. Mit Tagebuchschreiben lassen sich solche Momente, aber auch die Gedanken und Gefühle des Tages festhalten.

Kennen Sie das? Die Wochen und Monate vergehen wie im Flug und am Ende des Jahres weiß man gar nicht mehr genau, wie die Tage rumgegangen sind. Um die Zeit oder besondere Momente und Erlebnisse des Jahres wenigstens ein bisschen festzuhalten, kann das Führen eines Tagebuchs eine gute Hilfe sein.

Tagebuchschreiben – oder Journaling, wie man heute sagt, – ist wieder im Trend. Vielen Menschen, die Tagebuch führen, geht es um mehr Tiefe im Leben. Denn das Schreiben und Reflektieren richtet unsere Aufmerksamkeit nach innen und gibt unseren Gedanken und Gefühlen Raum. Gleichzeitig lässt es uns zur Ruhe kommen und funktioniert ein bisschen so wie eine Stoppkaste im Alltag.

Ich reise niemals ohne mein Tagebuch. Man sollte immer etwas Aufregendes zu lesen bei sich haben.

Oscar Wilde

Notizen an sich selbst zu schreiben, kann auch dazu beitragen, die Merkfähigkeit und Konzentration zu verbessern, den Geist klarer werden zu lassen oder

Gedanken zu sortieren und leichter auszuformulieren. Vielleicht möchte man seine Notizen auch den Nachkommen hinterlassen und wichtige Lebensereignisse oder Erfahrungen für sie festhalten.

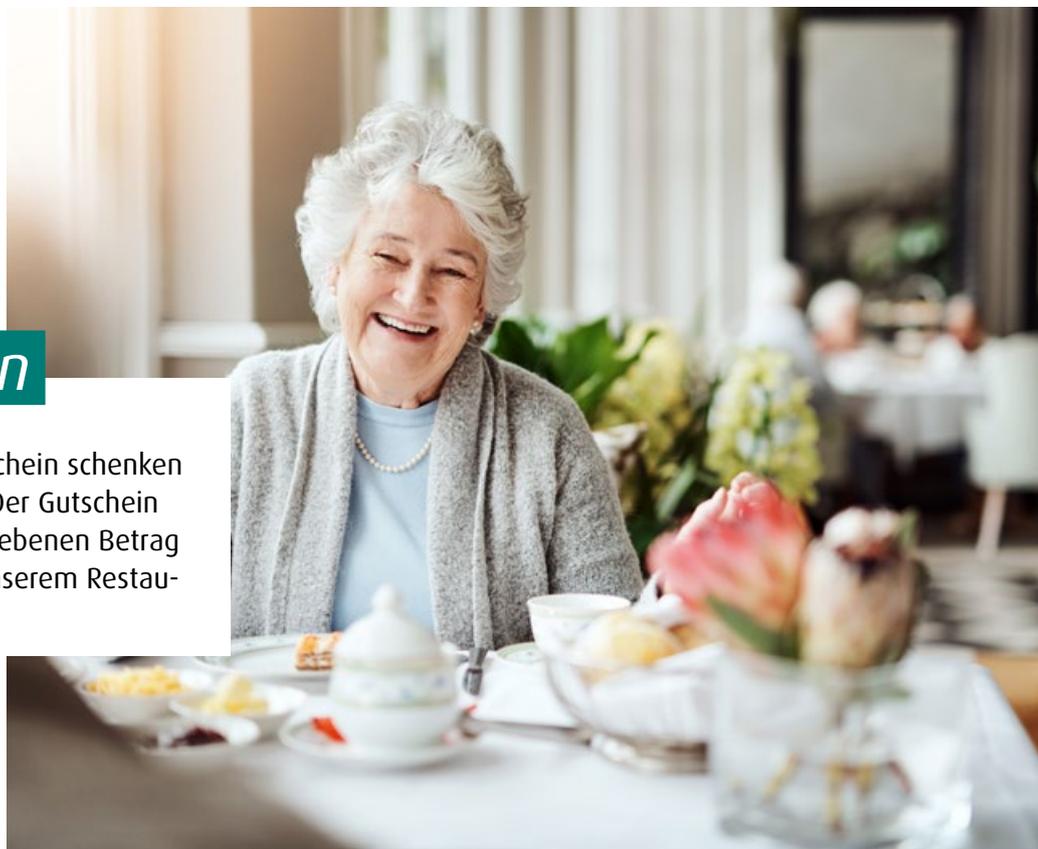
Großes schriftstellerisches Talent braucht man fürs Tagebuchschreiben nicht. Loslegen kann man auch mit kurzen Stichwörtern. In den Buchhandlungen gibt es dafür nicht nur massenweise hübsche leere Notizbücher, sondern auch Journale mit vorgegebenen Fragen für jeden Tag. Manche sind speziell für Seniorinnen und Senioren konzipiert. Die Fragen können helfen, Ordnung in die eigenen Gedanken zu bringen und das Tagebuchschreiben zu erleichtern.

Sie möchten gleich loslegen? An diesen Fragen können Sie sich beim Tagebuchschreiben orientieren:

- Was habe ich heute erlebt?
- Was hat mich heute glücklich gemacht?
- Worüber habe ich mich geärgert?
- Welche Gefühle waren heute besonders stark?
- Wem habe ich heute eine Freude gemacht?
- An welchen Menschen habe ich heute besonders gedacht?
- Wofür bin ich heute dankbar?
- Was möchte ich morgen tun?

Ganz einfach Freude schenken

Mit unserem Restaurant-Café-Gutschein schenken Sie zu jedem Anlass das Richtige! Der Gutschein kann über jeden von Ihnen vorgegebenen Betrag ausgestellt werden. Erhältlich in unserem Restaurant-Café.



WEITERE STANDORTE

BELLINI SENIOREN-RESIDENZ KREFELD GMBH

Telefon 02151/7377-0
info@bellini-krefeld.de

BELLINI SENIOREN-RESIDENZ GELDERN GMBH

Telefon 02831/13498-0
info@bellini-geldern.de

BELLINI SENIOREN-RESIDENZ NEUWIED GMBH

Telefon 02631/9527-0
info@bellini-neuwied.de

BELLINI SENIOREN-RESIDENZ DORSTEN GMBH

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

bellini-seniorenresidenzen.de