



PASSAU
Leben an drei Flüssen

Der Seniorenstift



Seniorenheim der Bgl.
Heiliggeist-Stiftung

Seniorenheim der St.
Johannis Spital Stiftung

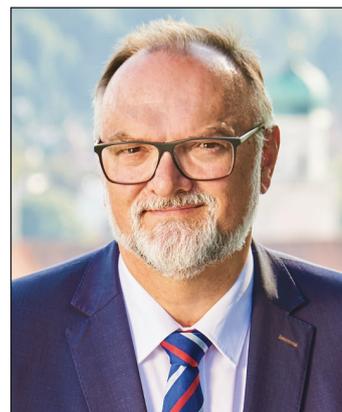


Das kostenlose Informationsmagazin des Seniorenstifts Stadt Passau

Vorwort

Verehrte Bewohnerinnen und Bewohner, liebe Freunde des Seniorenstifts,

ich hoffe, dass Sie einen angenehmen Sommer verbracht haben und sich nun den Freuden des Herbstes zuwenden können, der ja durchaus auch seine Reize hat. Ganz ungetrübt ist das Leben bekanntlich noch nicht, die Corona-Pandemie beschäftigt uns nach wie vor. Während wir in unserer Dreiflüssestadt eine erfreulich hohe Impfquote verzeichnen können, besteht mit Blick auf ganz Deutschland und die Welt leider Nachholbedarf. Und da das Virus bekanntlich nicht vor Grenzen haltmacht, gilt es auch für uns, nach wie vor vorsichtig zu sein. Beachten Sie daher bitte weiterhin die Abstands- und Hygieneregeln und tragen Sie einen Mund-Nasen-Schutz überall dort, wo es erforderlich ist.



Zum jetzigen Stand der Pandemie ist auch die sogenannte 3G-Regel von großer Bedeutung, weil sie Genesenen, Geimpften und Getesteten wieder Freiheiten ermöglicht, beispielsweise in der Gastronomie oder bei Veranstaltungen. Zum Teil wird schon die strengere 2G-Regel angewendet, ein negativer Test wird dann als Zugangsmöglichkeit nicht mehr akzeptiert. Nicht zuletzt deshalb empfehle ich immer noch jeder und jedem eine Impfung, sofern keine gewichtigen Gründe dagegensprechen. Bei gewissen Personengruppen, wie etwa in Pflegeheimen, könnte auch schon eine dritte Impfung zur Auffrischung erforderlich sein. Fragen Sie im Zweifel gerne in Ihrer Einrichtung oder bei Ihrem Hausarzt nach.

Wie wir vom letzten Jahr wissen, ist die kalte Jahreszeit in Sachen Corona am heikelsten. Daher bitte ich Sie von Herzen: Passen Sie weiterhin auf sich auf!

Ihr

A handwritten signature in black ink, appearing to be 'J. Dupper'. The signature is stylized and fluid, with a large initial 'J' and a long horizontal stroke at the end.

Jürgen Dupper
Oberbürgermeister der Stadt Passau

Sehr geehrte Bewohnerinnen und Bewohner,
sehr geehrte Angehörige und Betreuer,

es freut mich außerordentlich, Sie als Geschäftsführer des Seniorenheims der Bürgerlichen Heiliggeist Stiftung in der neuesten Ausgabe begrüßen zu dürfen.



Waren die letzten Heimzeitungen noch von Einschränkungen geprägt, so zeigt sich nun endlich wieder, dass der Alltag in unserer Einrichtung immer weiter zur Normalität zurückfindet. Nicht zuletzt konnten wir aufgrund unserer sehr hohen Impfraten endlich wieder Feste und Feiern oder einzelne Veranstaltungen abhalten, auch die Einzel- und Gruppenmaßnahmen der Sozialen Betreuung laufen wieder wie gewohnt. Auch die Besuche Ihrer Angehörigen sind mittlerweile wieder weitaus einfacher und zeitlich oder örtlich uneingeschränkter möglich.

Zwar bleibt die Mund-Nasen-Schutz Pflicht grundsätzlich noch bestehen, jedoch ist im Vergleich zum vorherigen Verlauf der Pandemie bereits ein erheblicher Teil der Einschränkungen gefallen und ein weitaus normaleres Leben im Seniorenheim möglich. Wir bitten Sie an dieser Stelle jedoch auch um Verständnis, dass wir auf allen Gemeinschaftsflächen auch weiterhin auf die Einhaltung der Mund-Nasen-Schutz-Pflicht bestehen. Auch wäre es an dieser Stelle sehr wichtig, wenn Sie nach einer entsprechenden ärztlichen Freigabe von der Drittimpfung gegen das Covid-19 Virus Gebrauch machen.

Auch im ehemaligen Seniorenheim der St. Johannis Spital Stiftung geht Einiges voran. Nachdem mittlerweile die Stromversorgung der Anlieger wie beispielsweise des benachbarten Cafés sichergestellt wurde, geht es nach der Entkernung der Einrichtung hier mit dem teilweisen Abriss des Gebäudes zur Donauseite weiter. Man kann hierbei davon ausgehen, dass sich der Fortschritt dazu spätestens im Frühjahr 2022 bereits eindeutig abzeichnen wird.

Mit freundlichen Grüßen

A handwritten signature in black ink, appearing to read 'Wolfgang Rauprich', written over a white background.

Wolfgang Rauprich
Geschäftsführer

Geburtstagskinder

Unsere Geburtstagskinder - wir gratulieren

Bgl. Heiliggeist Spital

September

Bamann Edeltraud
Diepold Margarete
Eidenschink Rolf
Flingelli Liselotte
Knab Margarete
Krenn Erwin
Mühlbauer Berta
Schönhofer Werner

Oktober

Buchheit Peter
Pawlik Hermine
Reinke Margarete
Schießl Gertraud
Seidel Hildegard

November

Blöchl Maria
Dorso Gerda
Frankl Ingrid
Pilzer Helena Anna



Im Herbst des Lebens

*Der schöne Sommer ging von hinnen,
der Herbst, der reiche, zog ins Land.
Nun weben all die guten Spinnen
so manches feine Festgewand.*

*Sie weben zu des Tages Feier
mit künstgeübtem Hinterbein,
ganz allerliebste Elfenschleier
als Schmuck für Wiese, Flur und Hain.*

*Ja, tausend Silberfäden
geben dem Winde sie zum leichten Spiel,
die ziehen sanft dahin und schweben
ans unbewusst bestimmte Ziel.*

*Sie ziehen in das Wunderländchen,
wo Liebe scheu im Anbeginn,
und leis verknüpft ein zartes Bändchen
mit Freunden das Geburtstagskind.*

Wilhelm Busch

WÖRTER-SUCHE

Hier steht immer nur eines der **beiden** blauen Wörter in der Zeile versteckt. Es kann entweder vorwärts oder rückwärts zu lesen sein! Finden Sie es?

KLEID KISTE

ETSKLIETKISRSEKISTERBLKIEDERNETKISETES

MINZE PRINZ

NIMZESLKIZEPRINMINNGPRIZREZEMINEZMINPN

TANTE BRAUT

BRUATTAUBRETEANTATANETAUBREEBRAUTBRUT

STEINE RENTE

STDEISTEINDELZTINETNERSTRIERNIRDALEIDELI

KANTE KONTOR

KONTKNATEKTROTKONTROTKATNKANTERTRO

ROSEN OSTEN

SJLTESONPSOTNEOLDTOSTOSTENDTERREUTISG

**„So wie das Eisen außer Gebrauch rostet und
das stillstehende Wasser verdirbt oder bei Kälte gefriert,
so verkommt der Geist ohne Übung.“**

Leonardo da Vinci

Zum regelmäßigen Üben können Sie jederzeit auch als Neueinsteiger/inn an unserem Gedächtnistrainig jeden Montag teilnehmen.

Empfehlung zur Drittimpfung

Sehr geehrte Bewohnerinnen und Bewohner,
sehr geehrte Angehörige und Betreuer,

seit Anfang Oktober gibt es mittlerweile die Empfehlung der Ständigen Impfkommission zur Drittimpfung gegen das Covid-19 Virus für über 70-Jährige.

Konkret haben wir hierbei Bewohnerinnen und Bewohner von Seniorenheimen sowie Pflege- und Betreuungspersonal mit direktem Kontakt zu Betreuten in stationären Pflegeeinrichtungen eine Auffrischungsimpfung angeboten. Diese Drittimpfungen wurden auch bereits von einigen Bewohnerinnen und Bewohnern oder den Kollegen wahrgenommen.

Um die Corona-Maßnahmen in unserem Seniorenheim weiterhin in gelockerter Form aufrecht zu erhalten

und um Alle bei uns in der Einrichtung lebenden und arbeitenden Personen größtmöglich zu schützen bitten wir Sie, das kostenlose Angebot zur Drittimpfung wahr zu nehmen.

Falls Sie Interesse an der Auffrischungsimpfung haben, können Sie sich direkt an Ihren Hausarzt oder an unsere Verwaltung wenden. Wir gehen davon aus, dass diese Drittimpfungen über die Hausärzte relativ einfach und kurzfristig möglich sein werden.

Falls Sie sich eigenständig um diese Impfung bemühen, würden wir Sie jedoch nach der erfolgten Drittimpfung um kurze Rückmeldung bitten.



Gottesdienst in unserer Hauskapelle

Alle zwei Wochen kommt Pfarrvikar Christian Fröschl um in unserer Kapelle einen Gottesdienst abzuhalten. Bei schönem Wetter fanden diese auch teilweise im Garten statt. Häufig begleitet wird er dabei von Frau Barbara Dorsch mit der Orgel und ihrer besonderen Stimme. Es werden viele alte Kirchenlieder gespielt die auch unsere Bewohnerinnen und Bewohner noch von ihren früheren Kirchengängen her kennen. Wer nicht mehr so gut singen kann, hört dafür aufmerksam zu.

Lieber Pfarvikar Fröschl und liebe Babsi Dorsch, wir möchten uns an dieser Stelle einmal herzlich für ihr Engagement bedanken.



Kaffeekranzerl mit Geburtstagsgratulation

Am 09. September feierten die Bewohnerinnen und Bewohner im Speisesaal des Bgl. Heiliggeist Spitals, im kleinen Kreis, die Geburtstagskinder der Monate März bis August. Frau Brummer, e.a. Verwaltungsrätin, eröffnete die Feier mit einer kurzen Ansprache.

Anschließend wurden bei Kaffee und Kuchen die Geschenke überreicht. Die Freude über die kleine Aufmerksamkeit war groß. An diesem Nachmittag wurde viel gelacht, geredet und zur Musik mitgesungen und mitgeschunkelt.



**HOSPIZ
VEREIN
PASSAU e.V.**

Der Hospizverein Passau e. V. begleitet schwertschranke und sterbende Menschen.

Ebenso stehen wir den Angehörigen bei.

Zudem beraten wir im Bereich Patientenverfügung und Vorsorgevollmacht. Wir bieten palliativ-pflegerische Unterstützung und stützen die Angehörigen in Trauergruppen und Trauergesprächen.

Nutzen Sie das unentgeltliche Angebot des Vereins unter folgenden Kontaktmöglichkeiten:

Büro: Mo-Fr: 9.00 Uhr bis 12.00 Uhr unter **0851 - 5300 - 2425**
Rufbereitschaft: täglich: 8.00 Uhr bis 12.00 Uhr unter **0173 - 68 09 286**
Mail: info@hospizverein-passau.de

Ab in den Ruhestand

Dieses Jahr mussten wir Frau Tamara Machleid und Frau Sabine Lengfellner in den Ruhestand verabschieden. Mit einem Blumenstrauß und einem Geschenkkorb wurden die Beiden von Frau Angelika Neulinger Heimleitung und Frau Eva Fuchs, Hauswirtschaftsleitung überrascht.

Frau Tamara Machleid war 22 Jahre im Bürgerlichen Heiliggeist als Pflegefachhelferin tätig. Durch Ihre aufmerksame, ordentliche und freundliche Art wurde Sie von Ihren Kolleginnen und Kollegen sowie den Heimbewohnerinnen und Heimbewohnern sehr geschätzt. Privat kümmert Sie sich liebevoll um ihre kranken Eltern

und hält sich gerne im eigenen Garten auf.

Nach 30 Jahren Betriebszugehörigkeit mussten wir auch Frau Sabine Lengfellner, Stellvertretende Hauswirtschaftsleitung, in den Ruhestand verabschieden. Bei den Kolleginnen und Kollegen und Heimbewohnerinnen und Heimbewohnern war es nicht nur ihre frohe und liebenswerte Art, sondern auch die Hilfsbereitschaft die sie sehr beliebt gemacht haben.

Liebe Tamara, liebe Sabine, wir lassen Euch nur schweren Herzens gehen, wünschen Euch aber noch viele schöne Jahre vor allen Dingen viel Gesundheit im Ruhestand.



HEININGER
Kälte- Klimatechnik

Regensburger Str. 40a, 94036 Passau, Tel.: 0851 / 6190, www.heininger-kaelte.com

ÖKKV Österreichischer Kälte- und Klimatechnischer Verein
VDKF
KÄLTE KLIMA FACHBETRIEB

Gemeinsames Gedächtnistraining im Speisesaal

Wenn die Heimbewohnerinnen und Heimbewohner gefragt werden was Ihnen in der Zukunft wichtig ist, antworten die meisten „Die körperliche und geistige Fitness“. Damit dies so bleibt findet jeden Montag um 10.00 Uhr im Speisesaal das Gedächtnistraining statt.

Bei Wörtersuche mit ausgewählten Buchstaben, Stadt Land Fluss oder Kofferpacken finden sich immer wieder neue Aktivitäten für die Bewohnerinnen. Es wird dabei auch auf jeden Einzelnen eingegangen. Bei dem beliebten und gern besuch-



ten Gedächtnistraining kommt es nicht nur auf die richtigen Antworten an, sondern der Spaß in der Gruppe steht dabei an erster Stelle.



Gemeinsames Basteln, die Wahrnehmung fördern

Der Herbst ist da und es wird Zeit eine herbstliche Dekoration zu gestalten.

Dabei werden die motorischen Fähigkeiten gestärkt und ausgebaut. Vor allem bei den an Demenz erkrankten Bewohnerinnen und Bewohnern ist es wichtig sie mit einzubeziehen und sie zu unterstützen.

In kleinen Gruppen wird gemeinsam gemalt, geschnitten und geklebt. Aber auch viel von Früher erzählt, Bastelideen werden ausgetauscht und es wird gemeinsam gelacht. Die Heimbewohnerinnen und Heimbewohner haben mit den Selbstgebastelten viel Freude und eine schöne Erinnerung.



Wir feiern Erntedank

Nicht nur bunte Blätter und Kastanien zeichnen den Herbst aus, er ist vor allem auch die Zeit der Ernte.

Die Natur beschenkt uns jedes Jahr reichlich und dafür wollen wir uns bedanken. Zum Erntedanksonntag werden deshalb die Kirchen feierlich geschmückt und die Gaben der Na-

tur auf den Stufen vor dem Altar dekoriert.

So auch bei uns - bei einem Gottesdienst am 05. Oktober 2021 feierten die Heimbewohnerinnen und Heimbewohner des Bürgerlichen Heiliggeist Spitals kürzlich das Erntedankfest in der Heiliggeistkirche.



Auf einem schön dekorierten Tisch standen in einem Korb Obst und Gemüse. Kürbisse und Mais lagen vor dem Altar. Drei Vasen mit Sonnenblumen rundeten die Dekoration ab. Den Gottesdienst zelebrierte Pfarrvikar Christian Fröschl. Musikalisch umrahmte Frau Barbara Dorsch mit ihrer Orgel die Veranstaltung.



GRASWALD • HEILIGTAG | Passau

SWP
Stadtwerke Passau

**REGIONAL.
BESTENS VERSORGT.**
Stadtwerke Passau. Mit uns läuft's.

Kontaktieren Sie uns unter:
0851 560-0
www.stadtwerke-passau.de

Wir gratulieren zum 95. Geburtstag

Im Bürgerlichen Heiliggeist Spital durften wir am 13. September 2021 den 95. Geburtstag von Heimbewohnerin Frau Margarete Diepold feiern.

Der Tag hielt einige Überraschungen für das Geburtstagskind bereit. Schon am Morgen bekam Frau Diepold die ersten Glückwünsche. Im Kreis ihrer engsten Familienmitglieder feierte sie und ließ es sich bei Kaffee und Kuchen gutgehen. Im Namen aller Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter überreichte Frau Neulinger, Heimleitung, Blumen sowie das Geschenk von Oberbürgermeister

Jürgen Dupper.

Liebe Frau Diepold für die Zukunft wünschen wir Ihnen viel Gesundheit.



50 Jahre und kein bisschen Leise

Nicht nur unsere Heimbewohnerinnen und Heimbewohner werden zu ihrem Geburtstag beschenkt und gefeiert, sondern auch die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter werden an ihrem Ehrentag mit Geschenken überhäuft.

So wurde Herr Christian Schwarzmeier, Leiter der Haustechnik, zu seinem 50. Geburtstag zuhause von Herrn Rauprich, Geschäftsführer, Frau Neulinger, Heimleitung und Herrn Edenhofer, Haustechnik, mit einem großen Geschenkkorb mit vielen Leckereien überrascht.

Herr Schwarzmeier ist seit Mai 2017 als Leiter der Haustechnik beschäftigt. Durch seine positive Einstellung sowie seine freundliche und hilfsbe-

reite Art ist er bei Allen sehr beliebt. In seiner Freizeit ist er sehr sportlich unterwegs und man trifft ihn nicht selten beim Kajak- oder Fahrradfahren an.

Lieber Christian, wir wünschen Dir noch viele schöne Jahre in unserer Einrichtung und vor allem viel Gesundheit.



Der Herbst zieht ein

Die dritte Jahreszeit hat begonnen und der Herbst hält Einzug. Die Temperaturen fallen - dies hat auch viel Positives und sollte in vollen Zügen genossen werden.

Bei dem Gedanken an den Herbst, denken Viele an nasse Füße, rutschiges Laub, an Regentage und grauen Himmel. Jedoch hat der Herbst so viel mehr zu bieten. Buntes Laub auf den Bäumen leuchtet in vielen Farben, wenn die Sonne darauf scheint. Wenn es draußen kälter und ungemütlicher wird beginnt auch die Teezeit. Eine dampfende Tasse wärmt

nicht nur von innen, sondern ist auch für das Gemüt wichtig.

Auch Suppenliebhaber und Kürbisfans kommen voll auf ihre Kosten. Sie können neue Rezepte für sich entdecken. Wer den Herbst immer noch nicht mag, kann sich schon mal auf die Weihnachtszeit mit Glühwein freuen.

Auch im Bürgerlichen Heiliggeist Spital ist der Herbst eingezogen. Die Kolleginnen der Hauswirtschaft haben das ganze Haus wunderschön herbstlich dekoriert.

Vielen Dank dafür.



Aufzugsdienst Pfefferl GmbH

Aufzüge* Rolltore* Automatiktüren*

*Wartung *Störungsbehebung *Umbau



Feldkapellenstraße 3
94486 Osterhofen-Oberndorf
Tel. 08547-7650
Fax 08547-913050
e-Mail: info@pfefferl-aufzugsdienst.de

Besuchen Sie uns auch auf unserer
Internetseite unter
www.pfefferl-aufzugsdienst.de

Kleines Oktoberfest

Wie schon in den letzten Jahren wurde auch heuer das beliebte Oktoberfest im Bürgerlichen Heiliggeist Spital gefeiert. Aufgrund der Corona-Pandemie allerdings im kleinen Kreis. Nachdem Frau Brummer, ehrenamtliche Verwaltungsrätin und Herr Rauprich, Geschäftsführer, die Anwesenden begrüßt hatten ging es so richtig los.



Die Herausgabe der Heimzeitung wird von der Sparkasse Passau unterstützt.

Wir wünschen Ihnen eine interessante Lektüre.

Fair. Menschlich. Nah.

 Sparkasse
Passau

Herr Friedrich, bekannt als „Auerbacher Bebbe“ umrandete das Fest musikalisch und spielte viele bekannte Lieder, die zum Mitsingen und Mitschunkeln einluden. Natürlich gab es Festbier, Käse, Brezen, Bauernbrot mit Griebenschmalz und Rosswürste. Es war ein wunderschöner Nachmittag, an den wir uns noch lange erinnern werden.



Gewerbepark 11
94136 Thyrnau
08501/1704
info@max-sammer.de

www.kuechen-thyrnau.de

Fortbildung der Sozialen Betreuung

Dieses Jahr besuchen Frau Uschi Lorenz und Frau Marlena Bauer-Karl, Mitarbeiterinnen der Sozialen Betreuung, die Fortbildung „10-Minuten-Aktivierung“.

Da es immer mehr Menschen mit demenzieller Erkrankung gibt, ist es wichtig diese nicht zu überfordern. Gezielte Aktivierung ist hier das Zauberwort.

Durch Fragen, Übungen und Bewegungsanregungen die persönliche Erinnerungen oder Erlebnisse zu wecken, das Selbstwertgefühl zu steigern und die Kommunikation zu fördern ist das Ziel.

Die Kurzaktivierungen haben sich bei Menschen mit Demenz in der praktischen Seniorenarbeit bewährt, der Einsatz von Wahrnehmungsmaterialien ist dazu sehr ansprechend für die Bewohnerinnen und Bewohner.

Durch visuelle Reize, wie beispielsweise Geräusche, Düfte und Geschmäcker, bekommt man schnell einen Zugang zu demenziell veränderten Menschen und kann diese so besser erreichen.

Die erlernten Kenntnisse werden von den Mitarbeiterinnen der Sozialen Betreuung auch umgehend umgesetzt.



elektro HÄMMEL



- ◆ Elektrotechnik
- ◆ PV-Anlagen + Speichersysteme
- ◆ Netzwerktechnik
- ◆ Beleuchtungstechnik / LED
- ◆ Brandmeldeanlagen
- ◆ E-Check

Meisterbetrieb



Max-Matheis-Straße 60
94036 Passau
Tel. 0851/81631
elektro-haemmel@t-online.de
www.elektro-haemmel.de



Fachbetrieb
DIN 14675
Gültig bis:
02.12.2023
www.tuv.com
ID 9105085746

Zwei Bewohnerinnen feiern Ihr Jubiläum

Im Bgl. Heiliggeist Spital wurden zwei Bewohnerinnen die 10, bzw. 15 Jahre im Seniorenstift Stadt Passau leben, gefeiert. Frau Eva Danner ist bereits seit 10, Frau Edeltraud Bamann sogar 15 Jahre im Seniorenstift Stadt Passau „daheim“. Frau Neulinger, Heimleitung ließ es sich nicht nehmen und überreichte den Beiden im Namen der Beschäftigten je einen schönen bunten Blumenstrauß. Außerdem bedankte sie sich für das Vertrauen, das die beiden Bewohnerinnen unserer Einrichtung entgegen bringen.



Liebe Frau Danner, liebe Frau Bamann, wir wünschen Ihnen weiterhin viel Gesundheit und noch schöne Jahre im Bürgerlichen Heiliggeist Spital.

*Die Gelegenheit,
den Menschen große Dienste
zu erweisen,
ist nicht sehr häufig.
Dagegen kann man auf
Schritt und Tritt jemandem
eine kleine Freude machen.
Wenn es bloß ein freundlicher
Gruß wäre,
der schon manches einsame
und freudearme Dasein
wie Sonnenstrahl
erhellen kann.*

*Carl Hilty
(schweizer Politiker)*

Ihr Partner
für professionelles
Wundmanagement

Unsere ICW-geprüften
Wundberater kommen gerne
auch zu Ihnen ins Heim!

reha team
Mais
Das Sanitätshaus Aktuell eK

Coloplast

medi

Die Generalistische Pflegeausbildung

Viele Auszubildende stellen sich schon vor der Ausbildung die Frage ob sie den Weg in die Kinderkrankenpflege, Altenpflege oder Krankenpflege einschlagen sollen, da man noch keinen Einblick in die einzelnen Berufssparten gewonnen hat. Daher ist es sehr hilfreich, dass seit Januar 2020 die sogenannte generalistische Ausbildung in der alle drei Berufsbilder zu einer Ausbildung zusammengeschlossen eingeführt wurde. Nach 3-jähriger Ausbildung und bestandem Examen, darf man sich dann Pflegefachfrau/Pflegefachmann nennen.

Die zukünftigen Pflegefachfrauen/Pflegefachmänner bekommen in der Ausbildung vertiefte medizinisch-pflegerische Kenntnisse und lernen den Umgang mit moderner Medizintechnik, die immer häufiger zum Einsatz kommt, kennen.

Da die Lebenserwartung der Menschen immer höher wird, steigt auch der Anteil der demenziell erkrankten Patienten in den Krankenhäusern. Auch sind immer mehr Kinder von Krankheiten betroffen, die man bisher überwiegend von Erwachsenen kennt. Bei der generalistischen Ausbildung werden alle Grundlagen im theoretischen Wissen erlernt, so dass eine umfangreiche Pflege für alle Menschen gewährleistet ist. Ein großer Bestandteil ist die praktische Ausbildung, in der die Auszubildenden alle Bereiche durchlaufen und praktisches Wissen erhalten.

Um alle Pflegebereiche gut vernetzen zu können, arbeitet das Seniorenheim der Bgl. Heiliggeist Stiftung sehr eng mit dem Klinikum Passau zusammen.

An dieser Stelle möchten wir Ihnen gerne zwei Schülerinnen aus dem Klinikum Passau vorstellen, die aktuell Ihren Praktikumseinsatz bei uns absolvieren.

Vanessa Fesl

(Schülerin der Krankenpflegeschule im Klinikum Passau):

„An der generalistischen Ausbildung finde ich besonders interessant, dass ich so viele Bereiche kennenlerne und später frei entscheiden kann, ob ich mit Kindern, Erwachsenen oder älteren Menschen arbeiten möchte.“



Sarah Dießl

(Schülerin der Krankenpflegeschule im Klinikum Passau):

„Ich habe mich für die generalistische Ausbildung entschieden da ich viele verschiedene Einblicke gewinne und auch andere Sichtweisen bekomme. Durch die verschiedenen Bereiche bekomme ich viel Input und viel Wissen.“



Arbeitsausschuss-Sitzung

Jedes Jahr im Frühjahr und Herbst finden die vorgeschriebenen Arbeitssicherheitsausschuss-Sitzungen (ASA) statt. Aufgrund der Corona-Pandemie kam es dieses Jahr nur im Herbst dazu. Zu dieser Sitzung treffen sich Herr Rauprich, Geschäftsführer, Frau Neulinger, Heimleitung, die Haustechnik, Herr Schober, Arbeitssicherheit und Frau Dr. Meier-Kohout, Betriebsärztin. Sie beraten wie man die Arbeit für die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter noch mehr erleichtern könnte (z.B. rüchenschonendes Arbeiten) und zeigen hierzu die neuesten Standards. Auch über das Wohlbefinden der Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter wird gesprochen.

In dieser Sitzung kommen die verschiedensten Fragen auf den Tisch und es wird gemeinsam nach Lösungen gesucht. Dies kommt nicht nur unseren Kolleginnen und Kollegen zu Gute sondern auch den Heimbewohnerinnen und Heimbewohnern.



Wir prüfen Ihre Aufzüge auf Sicherheit.

Kontaktieren Sie uns – wir helfen Ihnen gerne weiter.

INGENIEURBÜRO
KLAUS MICHAELIS
prüfen | bewerten | begutachten



Georg-Fraunhoferstr. 10a | 94113 Tiefenbach
Tel. 0175/2276079 | info@sicherheit-michaelis.de | www.sicherheit-michaelis.de

Glück kann man essen

Essen ist für viele Menschen weitaus mehr als pure Nahrungsaufnahme. Man kann tatsächlich mit dem richtigen Essen auch seine Stimmung verbessern. Nicht nur der Evergreen Schokolade sorgt für gute Laune Welche Nahrungsmittel machen wirklich glücklich?

Wir stellen die Essens-Glücksbringer vor:

1. Ananas, Bananen und Pflaumen

Obst und Gemüse gehören zu den Glücklichmachern schlechthin. Darunter helfen vor allem Bananen, die Stimmung zu heben. Sie enthalten wichtige Stoffe wie Tryptophan und Antioxidantien.

Auch Ananas und Pflaumen sind die Serotonin -Stars unter den Früchten. Sie sind süß, trotzdem gesund und machen glücklich. Die Aminosäure hilft dabei den oftmals als Glückshormon bezeichneten Botenstoff Serotonin zu bilden.

2. Trockenfrüchte

Auch Trockenfrüchte, beispielsweise Datteln und Feigen, eignen sich gut, um die Stimmung zu heben. Neben Tryptophan enthalten sie auch viel Magnesium, das uns resistenter gegen Stress macht.

3. Schokolade

Wenn man von glücklich machenden Lebensmitteln spricht, darf Schokolade natürlich nicht fehlen.

Schokolade wird gerne angewendet bei Liebeskummer, in Lernphasen und sonstigen stressigen Situationen, also eigentlich ständig und steht symbolisch für Lebensmittel mit stimmungsaufhellender Wirkung. Schokolade enthält neben Zucker (Kohlenhydrate) und Fett auch den Eiweißbaustein Tryptophan. Dieser wird für die Herstellung von Serotonin verwendet.

Der Botenstoff wirkt stresssenkend und entspannend.



Bäckerei-Konditorei-Café Wagner Flötzing
Qualität aus 100-jähriger Tradition!

Ausgezeichnete Qualität!

Bei der Brotprüfung des deutschen Bäckereihandwerks erreichten wieder 14 Produkte der Bäckerei Wagner die volle Punktzahl und wurden mit „sehr gut“ bewertet!

Wir leisten beste Handwerksqualität seit 1905!

www.baekereiwagner.de

4. Nudeln, Kartoffeln, Brot und Reis

Auch Nudeln, Kartoffeln, Brot und Reis sorgen für gute Laune. Sie enthalten Kohlenhydrate, die für die Serotoninproduktion im Gehirn sorgen. Serotonin wiederum ruft Glücksgefühle hervor. Demnach lassen uns diese besser mit Stress umgehen.

Weil Kohlenhydrate aber sehr schnell gespalten werden, wird in kurzer Zeit eine größere Menge an Insulin ausgeschüttet, als nach anderen Nahrungsprodukten. Der Serotoninspiegel sinkt und man bekommt schnell Heißhunger. Deshalb sorgen diese nur kurze Zeit für Glücksgefühle.

5. Fisch

Fisch kann den Vitamin D-Mangel beheben, der zu Depressionen führen kann. Einen hohen Vitamin D-Gehalt haben besonders fettige Fische wie Lachs oder Aal, die zudem noch wertvolle Omega-3-Fettsäuren enthalten. Die Forscher nehmen an, dass die im Fisch enthaltenen Omega-3-Fettsäuren für die Unterschiede verantwortlich sein könnten. Ähnlich wie einige Antidepressiva könnten sie in den Gehirnstoffwechsel eingreifen. Und: Ein niedriger Blutspiegel von Omega-3-Fettsäuren führe zu einem Mangel an dem Glücksbotsstoff Serotonin.

Je mehr Fisch in einem Land verzehrt wird, desto seltener werden dort demzufolge Depressionen festgestellt.

6. Chili, Peperoni und Pfeffer

Auch Schärfe und Schmerz können Glück erzeugen: So werden durch den Schmerzreiz, den scharfes Essen verursacht, auch Endorphine ausgeschüttet - also Hormone, die glücklich machen. Die durch Chili, Peperoni und Pfeffer ausgelösten Glückshormone betäuben nicht nur den Schmerz, sie lassen uns auch entspannen und bessern so die Laune.

7. Kaffee und schwarzer Tee

Es ist kein Zufall, dass wir morgens gerne Kaffee und schwarzen Tee trinken. Koffein „belebt“: Es stimuliert diverse Stoffwechselfunktionen und regt etwa das Zentrale Nervensystem und die Herztätigkeit an. Es macht wacher, erhöht die Aufmerksamkeit - und hebt unsere Stimmung.

Nahrung wirkt auf unsere Psyche.

Jetzt steht fest:

Wer bestimmte Produkte isst, kann für ein wohliges Gefühl sorgen und hat dann entsprechend gute Laune.



Wir verabschieden uns



Bgl. Heiliggeist Spital

Arnold Karl
Beinbauer Maria
Büchler Paula
Cordes Luisa

Die Blätter fallen

*Die Blätter fallen. Fallen wie von weit,
Als welken in den Himmeln ferne Gärten;
Sie fallen mit verneinender Gebärde.*

*Und in den Nächten fällt die schwere Erde
Aus allem Sternen in die Einsamkeit.*

*Wir alle fallen. Diese Hand da fällt.
Und sieh dir andere an: es ist in allen.
Und doch ist Einer, welcher dieses Fallen
Unendlich sanft in seinen Händen hält.*

Rainer Maria Rilke

Tel. (0851) 966 37 37

Söldenpeterweg 47 - 94036 Passau



www.trauerhaus-passau.de



Inhalt:

Vorwort	Seite	2 - 3
Geburtstagskinder	Seite	4
Rätsel	Seite	5
Themen – Bgl. Heiliggeist Stiftung	Seite	6 - 19
Gesundheitsseite	Seite	20 - 21
Wir verabschieden uns	Seite	22



Impressum:

Der Seniorenstift ist ein kostenloses Informationsmagazin für Bewohner, Angehörige und Interessierte des Seniorenstifts Stadt Passau.

Verantwortlich im Sinne des Presserechts:

Wolfgang Rauprich, Werkleiter Seniorenstift Stadt Passau,
Rindermarkt 10, 94032 Passau
wolfgang.rauprich@passau.de www.seniorenstift-passau.de

Ausgabe: Herbst 2021

Titelbild: Erntedankgottesdienst in der Heiliggeistkirche

Redaktion: Heimleitung, Verwaltung und Bewohner des
Seniorenheimes der Bgl. Heiliggeist Stiftung

Druck: Print & Media Haus OHG Landshut

Bestattungshilfe Passau
Geprüfter Bestatter

24 Stunden für Sie erreichbar

Tag & Nacht in Stadt & Landkreis.

Erd-, Feuer-, See-, Naturbestattungen.

Passau
Beratung/Ausstellung
Innstraße 70a
0851/988 37 98

Fürstenzell
Niederlassung
Marktplatz 6
08502/918 93 44

Vertrauenssache Bestattung.

Mehr Empathie, weniger Belastung – wir begleiten Ihre Liebsten einfühlsam auf ihrem letzten Weg.

Stefan Hans Gass · info@bestattungshilfe-passau.de · www.bestattungshilfe-passau.de



20 %
RABATT

auf alles, nicht auf Rezept
Verordnetes*

Wittelsbacher Apotheke OHG
Ludwigsplatz 7 | 94032 Passau
E-Mail office@apotheke-passau.de
Tel. 0851 36133 | **Fax** 0851 2026



Ihr persönlicher Ansprechpartner für
vertrauensvolle Fragen und Anliegen:
Christian Lindinger | cl@apotheke-passau.de