

AM FELDRAIN

Journal

Neues aus dem AWO-Seniorenzentrum Am Feldrain

WIE WAR DAS DAMALS NOCH?

Kleine Zeitreise durch die
Wunder der Technik

VOM MÜSSEN ZUM MÖCHTEN

Welche Möglichkeiten das
Arbeitsleben im Alter bietet



RÜCKBLICKE

Vom italienischen Stammtisch
bis zur Sommerparty



Seniorenzentrum
Am Feldrain
Reilingen



Elies Pastrik
Einrichtungsleiterin

Liebe Leserinnen und Leser,

der Herbst ist da! Und mit ihm unsere neue Heimzeitung. In dieser Ausgabe haben wir uns gefragt: Was sind die tollsten Erfindungen der letzten Jahrzehnte? Welche Technologien haben unser Leben bereichert? Und wie haben wir es früher ohne Handy & Co. geschafft?

Außerdem im Heft: ein Artikel zum Thema »Arbeiten im Alter«. Darin erläutern wir, wer besonders häufig länger im Beruf bleibt, welche Beschäftigungsmöglichkeiten es gibt und wie uns die Arbeit jenseits der 65 weiterbringen kann.

Wer lieber seine freie Zeit genießt, wird in der Heimzeitung ebenfalls fündig. Wie immer berichten wir für Sie über Alltägliches und Besonderes aus unserer AWO Einrichtung.

Gefüttert mit so vielen spannenden Infos, haben wir uns natürlich auch eine echte Mahlzeit verdient. Das Rezept dieser Ausgabe ist ein süßes Gericht aus der badischen Küche, das super zu einer deftigen Linsensuppe passt. Na – eine Idee? Die Lösung gibt's auf Seite 17.

Wir wünschen Ihnen ganz viel Freude am Lesen und hoffen, dass unsere Heimzeitung Sie zu schönen Gedanken und Erinnerungen führt.

Ihre Elies Pastrik

ALLGEMEIN

Wie war das damals noch? 4
Kleine Zeitreise durch die Wunder der Technik

SPEZIAL

Vom Müssen zum Möchten 8
Welche Möglichkeiten das Arbeitsleben im Alter bietet

AKTUELL

Rückblicke auf den Sommer 12
Vom italienischen Stammtisch bis zur Sommerparty

Badische Apfelküchle 17
Passen sehr gut zu Erbsen- oder Linsensuppe

Kreuzworträtsel 18

IHR AWO-SENIORENZENTRUM STELLT SICH VOR

Ihre Ansprechpartner/innen auf einen Blick 19



Wie war das damals noch?

Kleine Zeitreise durch die Wunder der Technik

Handy, Fernseher, Waschmaschine. Unser Alltag steckt voller Technologien, die das Leben leichter und schöner machen. Hier stellen wir Ihnen unsere Top 10 der tollsten Erfindungen der letzten 100 Jahre vor.

1. Als die Farbe ins Fernsehen kam

Damals, als es im Fernsehen nur drei Programme und einen Sendeschluss gab, sorgte ein symbolischer Knopfdruck für Staunen. Auf der 25. Deutschen Funkausstellung im Jahr 1967 brachte der damalige Vizekanzler Willy Brandt die Farbe ins Fernsehen. Trotzdem dauerte es noch bis 1974, bis die meisten deutschen Wohnzimmer ihr Lieblingsprogramm in Bunt sahen. In dem Jahr fand nämlich die nächste Fußball-WM statt. Kein Wunder, dass die Bundesrepublik Deutschland in diesem Jahr Weltmeister wurde!

2. Von der Wählscheibe zum Touchscreen

Weil mein Opa nach dem Zweiten Weltkrieg Bürgermeister eines kleinen Dorfs war, stand bei ihm das einzige Telefon im Ort. Mein Papa musste als Kind daher immer quer durchs Dorf rennen, um diejenigen zu holen, für die gerade angerufen wurde. Davon erzählt er heute noch ziemlich gerne. Und hier ein paar Fakten zum Thema: 1971 wurden in Westdeutschland erstmals mehr Telefongespräche geführt als Briefe verschickt. 1975 gab's das erste Tastentelefon, Mitte der 1980er-Jahre die ersten Schnurlostelefone. Und heute? Da hat man mit seinem Handy die ganze Welt in der Hand. ➤





► 3. Saubere Wäsche im Hand- ... äh: Maschinen-Umdrehen

Waschmaschinen gibt es schon eine ganze Weile. In die deutschen Haushalte kamen die vollautomatischen Wunderwerke, als ab den 1950er-Jahren die Strompreise sanken.

4. Vernetzte Welt

»Ich bin drin« – dieser Satz war in den 1990er-Jahren immer häufiger zu hören. Heute ist das Internet aus der modernen Welt nicht mehr wegzudenken. Es verbindet Menschen rund um den Globus, ermöglicht einen schnellen Zugriff auf Informationen und prägt Kultur, Bildung und Wirtschaft.

5. Ein kleiner Schritt für einen Menschen ...

Neil Armstrongs erste Schritte auf dem Mond waren für viele das Ereignis, das für den technologischen Fortschritt schlechthin steht. Da nimmt es ihm auch keiner übel, dass er sich bei seinem berühmten Zitat verhaspelt haben soll. Wer genau hinhört, kann nämlich gar kein »a« vor dem »man« erkennen, wodurch der Satz eigentlich zum Nonsense wird – denn wie kann ein kleiner Schritt für die Menschen zu einem großen Schritt für die Menschheit werden? Bis heute ist unbekannt, ob Armstrong sich seine Worte selbst zurechtgelegt hat oder ob Marketing-Strategen der NASA den Satz ausgetüfelt haben. Sogar der berühmte Schriftsteller Arthur Miller wurde zeitweise als Urheber gehandelt.

6. Backe, backe Kuchen

Kuchen backen dauert manchmal ganz schön lange. Dabei geht es dank elektrischem Handrührgerät heute viel schneller als früher. Vielleicht erinnern Sie sich ja noch, wie Sie stundenlang von Hand gerührt und geknetet haben, bis der Teig endlich in den Ofen konnte?

7. Erstmals Kaffee

Die beliebteste Art, hierzulande Kaffee zu kochen, ist die Filtermaschine. Patentiert wurde sie 1954 von ihrem deutschen Erfinder Gottlob Widmann und hieß »Wigomat«.

8. Fernweh

An die erste große Urlaubsreise sind viele Emotionen geknüpft. Fernreisen mit dem Flugzeug wurden in den 1960er-Jahren zunehmend beliebt, als die Maschinen ihre Passagierinnen und Passagiere komfortabler und leiser an die Traumstrände dieser Welt brachten. Davor saß man nämlich in umfunktionierten Militärflugzeugen.

9. Die schnelle warme Mahlzeit

Mal eben das Essen vom Vortag aufwärmen? Mit einer Mikrowelle funktioniert das ruckzuck und ohne Extra-Topf. Entdeckt wurde das Verfahren durch Zufall: Als der amerikanische Ingenieur und Erfinder Percy Spencer Tests an Radarsystemen zur Überwachung von Kriegsflugzeugen durchführte, stellte er fest, dass in seiner Tasche ein Schokoriegel geschmolzen war. Die Idee zur Mikrowelle war geboren.

10. Ohne Atlas ans Ziel

Kennen Sie die Situation, als Papa hinterm Steuer saß und Mama auf dem Beifahrersitz die riesige Landkarte auseinanderfaltete? Wer heute an fremden Orten unterwegs ist, setzt lieber auf das 1974 erfundene GPS. Per Navi im Auto oder einfach mit einer Handy-App. ❤️



Vom Müssen ZUM MÖCHTEN

Die Zahl der Menschen, die jenseits der 65 arbeiten, hat in Deutschland zugenommen. Vor allem hochqualifizierte und selbstständige Arbeitskräfte bleiben länger im Beruf. Aber auch diejenigen, die bereits Rente beziehen, arbeiten nicht selten weiter. Um ihre Rente aufzubessern oder einfach, weil sie Lust dazu haben. Doch welche Möglichkeiten bietet das Arbeitsleben für ältere Menschen?

Im Seniorenzentrum helfen

Im Seniorenzentrum zu wohnen heißt keinesfalls, nicht mehr gebraucht zu werden. In vielen Häusern freut man sich, wenn die Bewohnerinnen und Bewohner bei der Gartenarbeit mit anpacken, beim Kuchenbacken für das nächste Geburtstagskind dabei sind (und vielleicht sogar ein geheimes Rezept verraten) oder zum Beispiel beim Falten der Wäsche helfen.

Das Ehrenamt

Wer nicht auf einen zusätzlichen Verdienst angewiesen ist, nimmt im Alter gerne ein Ehrenamt wahr. Sich ein paar Stunden im Monat für eine Hilfsorganisation engagieren. Als Ersatz-Oma in der Kita vorlesen. Oder weniger motivierte Seniorinnen und Senioren zu Gesellschaftsspielen und kurzen Spaziergängen einladen. Es gibt viele Wege, sich ehrenamtlich zu engagieren – und das gute Gefühl, anderen helfen zu können, tut auch der eigenen Seele gut. ➤

Den Nachwuchs begeistern

An Berufsschulen werden Dozentinnen und Dozenten in Fächern der Informatik und Technik dringend gesucht. Hier sind auch ältere Menschen gern gesehen, die neben ihrer Erfahrung die nötige Ruhe und Gelassenheit für die Lehrtätigkeit mitbringen. Junge Leute auf ihrem Weg ins Berufsleben mit den nötigen Kenntnissen auszustatten, hat dabei einen sehr befriedigenden Effekt.

Beratende Tätigkeiten

Mit komplexem Fachwissen und reichem Erfahrungsschatz schlägt man in vielen Unternehmen die wichtige Brücke zwischen Vergangenheit und Zukunft. Als Beraterin oder Berater muss man sich nicht mehr dem Stress des Tagesgeschäfts aussetzen, leistet aber dennoch einen entscheidenden Beitrag für den Erfolg der Firma.

Gut für Körper, Geist & Seele

Arbeit bedeutet für viele Menschen Teilnahme und Teilhabe. Eine als sinnvoll empfundene Beschäftigung ist gut für die Gesundheit, denn sie hält Körper, Geist und Seele fit. Also: Einfach mal machen. Bereits die kleinsten Aufgaben machen einen Unterschied und geben dem Alltag Struktur.

Alles auf Anfang

Ein Chirurg, der im Alter zum LKW-Fahrer umschult. Ein Rechtsanwalt, der als Schulbegleiter ein Kind mit Autismus-Spektrum-Störung unterstützt. Oder eine ehemalige Hausfrau, die mit 95 auf Instagram mit ihrem coolen Style begeistert. Auch diese Geschichten gibt es. Wer also schon immer von einem ganz anderen Job geträumt hat: Nur Mut! Und wer nicht gleich den ganz radikalen Schritt wagen möchte: Ein Tätigkeitswechsel beim selben Arbeitgeber kann ebenfalls beflügeln. ❤️



RÜCKBLICKE auf den Sommer

ITALIENISCHER STAMMTISCH

Mit »Buonasera!« wurden unsere Bewohnerinnen und Bewohner am 05.07.2023 begrüßt.

Bereits einige Tage zuvor hatten wir den italienischen Stammtisch angekündigt. Als die Snacks, der Wein und die Tische gerichtet waren, trafen auch schon die ersten Bewohnerinnen und Bewohner ein. Einige hatten sich extra dem Anlass entsprechend zurechtgemacht.

Am Tisch wurde gemeinsam gelacht und über die verschiedenen Italien-Aufenthalte gesprochen. Begleitet wurde der Abend mit italienischer Musik und einer Gesangseinlage der Bewohnerinnen und Bewohner. Diese verabschiedeten sich mit einem »Ciao!« und einem Grinsen auf dem Gesicht. ❤️



OLYMPIADE

Am 06.07.2023 wurden wir für eine Olympiade von der Kindertagesstätte »Haus der kleinen Hasen« eingeladen.

Dort begrüßten uns bei schönem Wetter die Vorschulkinder und es gab vier Stationen, die von Jung und Alt gemeinsam bewältigt wurden. Die erste Station war Dosenwerfen, darauf folgte der klassische Eierlauf. Dann kam das Leiterspiel, welches unseren Bewohnerinnen und Bewohnern noch nicht bekannt war, ihnen aber trotzdem viel Spaß gemacht hat. Schließlich wurde gemeinsam gekegelt.

Alle Teilnehmenden haben zum Abschluss eine Medaille erhalten. Wir haben den Vorschulkindern dann noch Süßigkeiten und Seifenblasen als Dankeschön gegeben. Alle hatten viel Spaß bei den gemeinsamen Spielen. Wir freuen uns noch auf viele weitere Aktionen mit der Kita »Haus der kleinen Hasen«. ❤️



EIS-SPENDE

Bei heißen Temperaturen freuten sich die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter über eine Eis-Spende des Globus-Einkaufsmarktes Hockenheim. Geschäftsleiter Hans Jörg Illguth übergab die leckere Erfrischung aus eigener Globus-Herstellung an unsere Einrichtungsleiterin Elies Pastrik, die diese sehr gern an ihre Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter weitergab. ❤️

GEMEINSAMES BACKEN

Während es draußen geregnet hat, haben wir es uns auf der Hausgemeinschaft Ringelblume gemütlich gemacht und gemeinsam eine türkische Spezialität gebacken. ❤️



MALEN

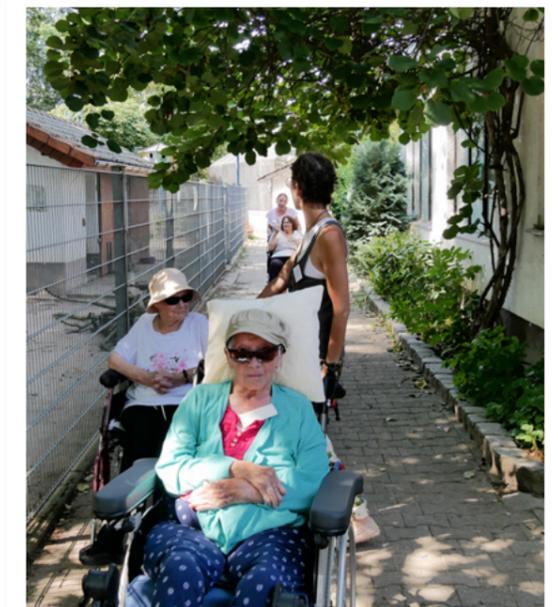
Am 13.07.2023 wurde es auf unserer Terrasse bunt und lustig. Gemeinsam mit der Kindertagesstätte »Haus der kleinen Hasen« haben wir Leinwände mit Fingerfarben angemalt. Eine große Leinwand wurde mit einem Herz bemalt, in welches dann von Groß und Klein Handabdrücke gemacht wurden. Auf den anderen Leinwänden wurden Handabdrücke genutzt, um unterschiedliche Schmetterlingsflügel darzustellen. Alles in allem war es eine schöne gemeinsame Aktion, deren Ergebnisse dann auch bald in unserem Haus ausgehangen werden. ❤️



VOGELPARK

Wir waren am 19.07.2023 im Vogelpark in Reilingen. Vor Ort haben wir zahlreiche verschiedene Vogelarten mit vielen verschie-

denfarbigen Gefiedern gesehen. Überrascht waren wir von den Kängurus, welche wir nicht hier in Reilingen erwartet hätten. Es war ein gelungener und lustiger Ausflug. ❤️



SOMMERPARTY

Trotz regnerischem Wetter wurde am 26.07.2023 unsere Sommerparty zwar nicht wie geplant draußen, aber drinnen gefeiert. Der Alleinunterhalter »OneMan-Band Steff« sorgte für die musikalische Umrahmung. Für Snacks und Trinken wurde ebenfalls gesorgt. ❤️



Badische Apfelküchle

Schmecken wie früher und passen perfekt in den Herbst: warme Apfelküchle. Zu einer Erbsen- oder Linsensuppe schmecken sie als Hauptgericht besonders lecker.

ZUTATEN

für 4 Portionen

- 4 Eier
- 4 große säuerliche Äpfel (z. B. Boskop)
- 1 Prise Salz
- 4 TL Zucker
- 200 g Mehl
- 250 ml Milch
- Butterschmalz zum Ausbacken
- Zimt und Zucker

Zubereitung

Die Äpfel schälen und in ca. 2 cm dicke Scheiben schneiden. Kerngehäuse entfernen. Eier trennen und Eigelb mit dem Zucker schaumig schlagen. Anschließend Mehl und Milch langsam einrühren, bis ein glatter Teig entsteht. Den Teig 15 Min. ruhen lassen. In der Zwischenzeit das Eiweiß mit einer Prise Salz steif schlagen; unter den Teig heben.

Zum Ausbacken reichlich Butterschmalz in einer Pfanne zerlassen. Apfelscheiben mit einer Gabel durch den Teig ziehen und im heißen Fett von beiden Seiten goldbraun braten. Mit Zimt und Zucker verfeinern und zu einer deftigen Gemüsesuppe genießen. ❤️



KREUZWORTRÄTSEL

Demon- tage	Kern- reaktor	jamaikan. Sprinter (Usain)	Buch der Bibel Bitumen	Abk.: Akku- mulator	ital.: zwei Platz in Berlin	Stadt in Ghana Bezirk in NO	Zauberer, d. Artus- sage	franz. Departement- hptst.
				Süßig- keit				
Eisen- fraß				Notlage				Haupt- stadt in Nord- afrika
Frucht- mark				Altertum				
				Feucht- wiese span.: Jahr		finn. Autor † Stadt in Irland		2
			5		so- undso- vielte		mit ... und Trug Bericht (Kw.)	
Gruben- gas	Fremd- wortteil: gegen			10	weib- licher Wasser- geist			
Vogel- nach- wuchs	franz.: Gesetz Teil der Uhr			40. US- Präsi- dent (Ronald)	schöner Jüngling Abk.: An- lage		8	
			Firlefan- z Hafen- stadt in Marokko			franzö- sisch: ein wenig	franz. Departement	russ. gego- renes Getränk
Kauka- sus- hirsch	Volks- stamm im Iran	stehende Gewässer Frauen- name			rein Angler- gruß			Rausch- gift aus Mohn
				Gebirgs- weide Stadt in Italien		engl.: wie Stadt in Rumä- nien		
Zutritt Rehabili- tation Kw.					ein Konti- nent engl.: rot			
				Werk von Romain Rolland		Hoch- schulen (Kw.)		
Angeh. einer ind. Sekte	Sportler ein Gefährt (Abk.)			7	latein.: Gott Nutztier d. Lappen			3
			Schiffs- anlege- plätze	Magd, Mädchen Kamin- schwärze		engli- sche Brief- anrede	dän. Regis- seur (Anders)	
stark metall- haltiges Mineral	indi- scher Yogi selten	1		englisch: tot moldaw. Währung			Dt. Presse- agentur (Abk.)	
			Abk.: par exemple	früherer Lanzen- reiter		Witzfigur Initialen der Kinski		
Gebäude- verzie- rung	Haupt- stadt von West- böhmen			9	Futter- gefäß			6
				über- deckter Markt im Orient		Verlade- ma- schine		

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

Lösungswort: FRUEHFROST

Schön, dass Sie mehr wissen möchten!

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

Montag – Freitag 8:00 – 12:30 Uhr
Montag – Donnerstag 13:30 – 16:30 Uhr
Freitag 13:30 – 15:00 Uhr



Elies Pastrik
Einrichtungsleitung
Tel. 06205 3793-0
elies.pastrik@awo-baden.de



Thomas Zimmermann
Pflegedienstleitung
Tel. 06205 3793-0
thomas.zimmermann@awo-baden.de



Nadja Stiegler
Sozialer Heimdienst
Tel. 06205 3793-159
nadja.stiegler@awo-baden.de



Karolin Dobler
Verwaltung
Tel. 06205 3793-0
karolin.dobler@awo-baden.de



Alisha Arslan
Verwaltung
Tel. 06205 3793-0
alisha.arslan@awo-baden.de



Jürgen Teutsch
Haustechnik
Tel. 06205 3793-0
juergen.teutsch@awo-baden.de

IMPRESSUM
Die Heimzeitung des AWO Bezirksverbands Baden e.V. ist ein Informations- und Unterhaltungsmagazin für Seniorinnen/Senioren, deren Angehörige sowie Interessierte. Das Magazin setzt sich aus allgemeinen sowie regionalen Themen direkt aus dem jeweiligen redaktionsleitenden AWO-Seniorenzentrum zusammen und erscheint vierteljährlich.

HERAUSGEBER
AWO Bezirksverband Baden e.V.
Johann-Georg-Schlosser-Straße 10
76149 Karlsruhe
T. +49 721 82 070 | F. +49 721 82 07 600
info@awo-baden.de

REDAKTION
Elies Pastrik und die
COMMWORK Werbeagentur GmbH

FOTOREDAKTION
AWO-Seniorenzentrum Am Feldrain
und Eric Langerbeins,
COMMWORK Werbeagentur GmbH

LAYOUT/PRODUKTION
COMMWORK Werbeagentur GmbH
Deichstraße 36b | 20459 Hamburg
T. +49 40 32 555 333
F. +49 40 32 555 334
info@commwork.de

LEKTORAT
Manuela Tanzen

DAS AWO-SENIORENZENTRUM AM FELDRAIN



Unsere Leistungen und Qualitätsmerkmale

Sicher und geborgen – das AWO-Seniorenzentrum Am Feldrain in Reilingen bietet pflegebedürftigen Menschen individuelle Pflege und Betreuung nach modernen Standards.

- ✓ 84 stationäre Plätze; davon sind alle Einzelzimmer
- ✓ Jedes Zimmer mit modernen Pflegebetten und mit eigenem Duschbad sowie TV- und Telefonanschluss
- ✓ Offenes Haus, in dem Gäste und Freunde gern gesehen und willkommen sind
- ✓ Hausgemeinschaftskonzept mit eigener Küche und Sonderkostformen
- ✓ Kurzzeitpflege und Verhinderungspflege
- ✓ Freie Arztwahl
- ✓ Tägliche Freizeitaktivitäten
- ✓ Friseur und Fußpflegeservice
- ✓ Regelmäßige Arztvisiten und Therapeutenbesuche

TELEFON
06205 3793-0

AWO-Seniorenzentrum Am Feldrain

Am Feldrain 1 • 68799 Reilingen

Tel. 06205 3793-0

E-Mail: info.szreilingen@awo-baden.de

www.awo-seniorenzentrum-am-feldrain.de



Seniorenzentrum
Am Feldrain
Reilingen