



Rundschau

Hausnachrichten

Residenz Ambiente in Gummersbach

Juni · Juli · August 2025



A RESIDENZ
AMBIENTE

Grußwort

von Kai Benscheid 3

Herzlich willkommen 4

Wir gratulieren 5

Rezept

Tiramisu mit Zitronen-Mascarpone 6

Persönliches

Mitarbeiter stellen sich vor 7

Termine

Vorschau auf unsere

Sonderveranstaltungen 8

Infos

Betreutes Wohnen und Service Wohnen 10

Pflege – Ihr Wohlbefinden ist unsere

Mission! 10

Pflege nach Maß 11

Erlebnisse

Karneval 2025 ... im Pflegehaus 12

... im Victor's Residenz-Hotel 13

Super-Bingo im Victor's Residenz-Hotel 14

Österliche Bastelaktion

im Victor's Residenz-Hotel 16

Ostergottesdiens im Victor's Residenz-

Hotel 18

Eierfärben im Pflegehaus 18

Osterfrühstück im Pflegehaus 19

Gesundheit

Kräuterkunde für Einsteiger 20



Wir nehmen Abschied 23

Wissenswertes

Freitag, der 13. 25

Unterhaltung

Sudoku 26

Impressum

„Rundschau“
ist die Hauszeitung
der Residenz
Ambiente in
Gummersbach

V.i.S.d.P
Kai Benscheid

Redaktion
Anna Galimow,
Sabrina Teske

Fotos
IMAGO,
stock.adobe.com,
Pro Seniore Archiv
Anna Galimow,
Hennie Stute

**Gestaltung und
Produktion**
Forum GmbH,
Saarbrücken

Druck
O/D media GmbH,
Ottweiler

Auflage 250

Liebe Bewohnerinnen und Bewohner, liebe Leserinnen und Leser!

Ganz herzlich darf ich Sie zur Sommerausgabe unserer Rundschau begrüßen. Der Frühling hat sich durchgesetzt und vieles steht in voller Blüte oder trägt gar schon die ersten Früchte. Es ist Sommer, leichte Kleidung, kühle Getränke und ein gemütliches Plätzchen im Schatten erfreuen uns. Auch in den Abendstunden noch im lauen Lüftchen sitzen oder mal ein Sommergewitter als Naturschauspiel erleben, alles das schenkt uns der Sommer.

Doch blicken wir ein bisschen zurück. Karnevalsfeiern und der Ostergottesdienst, so wie ein sehr gelungenes Osterfrühstück am Ostersonntag, durften wir in den letzten Wochen erleben und genießen. Und was steht uns bald ins Haus?

Das große Sommerfest, am 21.06.2025 darf wieder gesungen, gelacht und kulinarisch genossen werden. In fröhlicher Stimmung, bei hoffentlich bestem Wetter, möchten wir zusammen die Jahreszeit feiern.



Für die kommenden Monate wünsche ich Ihnen und uns großartige Tage, bestes Wetter und immer ein Lächeln im Gesicht, denn Lachen ist immer noch bei allem die beste Medizin.

Ihr

Kai Benschaid
Residenzleitung



Herzlich willkommen!

Alle neu eingezogenen Bewohnerinnen und Bewohner sowie alle Gäste, die in Kurzzeit- oder Nachsorgepflege für einen begrenzten Zeitraum bei uns wohnen, heißen wir ganz herzlich willkommen!

Wir werden Sie mit aller Sorgfalt tatkräftig dabei unterstützen, unser Haus und seine Angebote schnell kennenzulernen und sich in der Residenz Ambiente wohlfühlen.

Abwechslungsreiche Unterhaltungsangebote und Aktivitäten werden Ihren Alltag bei uns sehr variantenreich gestalten und es ist für uns eine Freude, Sie dabei zu begleiten. Die Angebote unseres Sozialkulturellen Dienstes hängen an den großen Informationstafeln in allen Häusern aus.

Regelmäßig finden Kaffeerunden statt, bei denen erste Kontakte geknüpft werden können. Diese werden rechtzeitig und ebenfalls über Aushang bekannt gegeben. Sie sind

herzlich eingeladen, an diesen Treffen teilzunehmen! Zögern Sie nicht, Ihre Wünsche gegenüber unseren Mitarbeitern zu äußern, denn Sie sollen sich rundum wohlfühlen!

Auch die neuen Kolleginnen und Kollegen begrüßen wir an dieser Stelle ganz herzlich. Wir wünschen Ihnen eine schnelle und gute Integration in unser Team sowie viel Freude bei der gemeinsamen Aufgabe, unseren Bewohnern Hilfsbereitschaft und Herz zu schenken!





Herzlichen Glückwunsch zum Geburtstag!

... im Juni

Steffen, Wolfgang 07.06.
Heinich, Ursel 10.06.
Klein, Elisabeth 15.06.
Hertel, Peter 27.06.
Weber, Peter 27.06.

... im Juli

Brugger, Brigitte 17.07.
Kemendy, Maria 24.07.
Staperfeld, Johanna 26.07.

... im August

Heidrich, Gerhard 01.08.
Rinker, Marga 01.08.
Rück, Hans 01.08.
Sassenhausen, Rolf 04.08.
Terstegen, Ruth 04.08.
Winkler, Gerda 06.08.
Stephan-Hartmann, Roselinde 08.08.
Schäfer, Rita 19.08.
Düren, Johannes 23.08.



Tiramisu mit Zitronen-Mascarpone

Zutaten für eine mittlere Auflaufform

250 g Löffelbiskuits
200 g Schmand
250 g Mascarpone
100 ml Zitronenlikör oder eine dünne Schicht
Zitronenmarmelade – wer kein Alkohol möch-
te!
4 EL Joghurt
3 EL Saft einer Bio-Zitrone und den Abrieb zur
Dekoration verwenden
50 g Puderzucker

Zubereitung:

Auflaufform mit einer Reihe Löffelbiskuits
auslegen und mit der Hälfte des Zitronenli-
kørs beträufeln oder alternativ bestreichen.
Mascarpone, Schmand und den Joghurt ver-
rühren. Mit dem Zitronensaft, Vanilleextrakt
und Puderzucker zu einer cremigen Masse
schlagen.

Die Hälfte der Creme auf den Löffelbiskuits
verteilen und eine neue Lage des Gebäcks

darauf legen – wieder beträufeln und die
restliche Mascarpone Masse darüber vertei-
len. Dann nach Belieben mit den Zesten de-
korieren.

Wichtig: 3 Stunden Kühlzeit

Dazu passt auch ein leichter Weißwein!

*Viel Spaß beim Ausprobieren
und guten Appetit!*



Mitarbeiter stellen sich vor:

*Liebe Bewohner und
Bewohnerinnen,
liebe Leserinnen und Leser!*

Ich möchte mich Ihnen als neue Pflegedienstleitung des Medicus Pfllegeteams seit dem 1. März 2025 vorstellen. 2015 durfte ich meinen Bundesfreiwilligendienst an der Rezeption in der Residenz Ambiente starten, ging über in die Pflege und begann 2016 meine Ausbildung zur Altenpflegerin in Haus 4.

Mit knapp 10 Jahren Erfahrung in der Pflegebranche und einer großen Leidenschaft für individuelle Betreuung und Versorgung von Bewohnerinnen und Bewohner bringe ich umfassendes Know-how mit. In meiner bisherigen Laufbahn durfte ich Teams leiten, Konzepte zur Qualitätssicherung entwickeln und betriebliche Abläufe optimieren. Besonders am Herzen liegt mir eine bewohnerorientierte und wertschätzende Pflege, die sowohl die individuellen Bedürfnisse der Bewohnerinnen und Bewohner als auch die Zufriedenheit und Motivation des Pflegepersonals in den Fokus stellt. Meine Qualifikationen umfassen eine Weiterbildung zur Pflegedienstleitung, Erfahrung in der Personalführung und Kenntnisse im Qualitätsmanagement. Zudem zeich-



nen mich Organisationstalent, Empathie und eine lösungsorientierte Arbeitsweise aus.

Ich freue mich darauf Sie persönlich kennenzulernen zu dürfen!

Ihre

Hannah Eisenkrämer

Liebe Bewohnerinnen und Bewohner,

an dieser Stelle finden Sie unsere wöchentlichen Veranstaltungen.

Besondere und regelmäßige Veranstaltungen werden durch Aushänge im Eingangsbereich der Apartmenthäuser und an den Tafeln im Pflegehaus bekannt gegeben. Wir freuen uns über Ihre rege Teilnahme!
Ihre Residenzleitung

Wochen- und Aktivitäten Plan im Pflegebereich:

Montag 9.30 bis 17.00 Uhr
Individuelle Einzelbetreuung

Dienstag 10.30 bis 11.30 Uhr
im Wechsel
*Gruppengymnastik mit Musik
oder Kraft-Balance-Training*

Mittwoch 10.00 bis 18.00 Uhr
Kulinarisches Angebot

Mittwoch 15.30 bis 17.00 Uhr
Singgruppe

Donnerstag 10.30 bis 11.30 Uhr
im Wechsel
*Mobilitätstraining
oder Gedächtnis- und Rätselrunde*

Freitag 10.30 bis 11.30 Uhr
Mobilitätstraining im Gartengeschoss

Freitag 15.30 bis 17.00 Uhr
Singgruppe

Samstag 10.30 bis 11.30 Uhr
Kegeln

Sonntag 15.30 bis 17.00 Uhr
Bingo

Gottesdienste

Die evangelischen Gottesdienste finden um 15.30 Uhr in Haus 4 und um 16.30 Uhr im Restaurant Ambiente des Victor's Residenz-Hotel statt. Termine: **18.06., 09.07., 27.08.**

Die katholischen Gottesdienste finden um 15.00 Uhr in der Bibliothek des Victor's Residenz-Hotels statt. **Termine: 18.06., 09.07., 27.08.**

Wochen- und Aktivitäten Plan im Betreuten Wohnen:

Montag **15.00 bis 16.15 Uhr**
alle 4 Wochen

Singgruppe in der Bibliothek

Dienstag **ab 9.30 Uhr**

Einkaufsfahrt zum Netto-Markt Strombach,
Abfahrt vor Haus 1!

Anmeldung an der Rezeption Tel. 98!

15.00 bis 17.00 Uhr

Kreativgruppe (basteln) und Spielerunde im
Apartment 107

Donnerstag **9.45 bis 10.30 Uhr**
Gymnastik im Sitzen in der Bibliothek

10.45 bis 11.30 Uhr

Gymnastik im Sitzen in der Bibliothek

Donnerstag **15.00 bis 17.00 Uhr**
Gedächtnistraining in der Bibliothek

Freitag **18.00 bis 20.00 Uhr**
Männerstammtisch im Restaurant Ambiente
des Victor's Residenz-Hotels

Jeweils 1 x im Monat finden zusätzliche
Aktivitäten statt:

Gedächtnistraining, Nachmittags-Kaffeerunde,
Spiele-Nachmittag, Senioren-Frauenfrühstück

Bitte beachten Sie hierzu die Aushänge in Ihrem
Haus-Eingang!

Apartment 107 und die Bibliothek befinden
sich jeweils im Victor's Residenz-Hotel

Wir freuen uns auf Ihre Teilnahme!
Ihr Team vom Sozialkulturellen-Dienst

Änderungen vorbehalten!
**Die Räumlichkeiten entnehmen Sie bitte
auch unseren Veranstaltungsplänen
und Aushängen.**



**ROSEN-
APOTHEKE**

Arne Trippe
Wilhelmstr. 30
51643 Gummersbach
Telefon 02261 – 27300 Fax 22791



Betreutes Wohnen und Service Wohnen

Wohnen wie gewohnt – nur sicherer. In den hellen Ein-, Eineinhalb- und Zweizimmer-Apartments unserer Residenz Ambiente in Gummersbach ist viel Platz für Ihre Persönlichkeit. Dazu gehören nach Absprache natürlich auch Ihre Haustiere.

Alle Apartments verfügen über einen Balkon und ebenerdiges Bad mit Notruf. Und das Beste am Betreuten Wohnen: Sie können Ihre Privatsphäre ungestört genießen, sich aber gleichzeitig auf schnelle Hilfe verlassen. Es befindet sich ein hauseigener Ambulanter Pflegedienst direkt vor Ort, der rund um die Uhr für Sie da ist!

In unserem umfangreichen Leistungspaket bieten wir auch alle Mahlzeiten an, welche Sie individuell buchen können. Genießen Sie Ihre Mittagsmahlzeit im Restaurant Ambiente in schöner Atmosphäre und der Gemeinschaft Ihrer Nachbarn. Das Restaurant kann auch

für Ihre privaten Veranstaltungen angemietet werden. In anderen Aufenthaltsräumen, wie dem Salon Oberberg, stehen Ihnen ebenfalls Kartenspiele und mehr für eine gemütliche Runde zur Verfügung.

Eine besondere Wohnidee finden Sie im exklusiven Service Wohnen des Victor's Residenz-Hotels Gummersbach. In komfortablen Apartments Ihrer Wahl haben Sie alle Annehmlichkeiten und Leistungen eines 4-Sterne-Hotels.

Vereinbaren Sie einfach einen Info- und Besichtigungstermin mit:

Claudia Dolenga
Residenzberatung

Tel.: 02261/801-09
claudia.dolenga@victors.de

Pflege – Ihr Wohlbefinden ist unsere Mission!

Unsere stationäre Pflege bietet Ihnen höchsten Komfort. Alle Zimmer sind helle, freundliche Einzelzimmer – überwiegend mit Balkon – und verfügen über eine eigene Nasszelle. Ob Kurzzeit- und Verhinderungspflege oder Langzeitpflege: Bei uns sind Sie rund um die Uhr in den besten Händen. Unser engagiertes Team sorgt für eine liebevolle Betreuung und ein sicheres Zuhause. Leben, Wohnen, Gebor-

gen sein – kommen Sie vorbei und überzeugen Sie sich selbst. Wir freuen uns auf Sie!

Jacqueline Quarz
Residenzberatung

Tel.: 02261/813-159
jacqueline.quarz@residenz-ambiente.de

Pflege nach Maß

Das Team des Ambulanten Pflegedienstes stellt sich vor!

Das sind wir:

Speziell für die Bewohnerinnen und Bewohner unserer 113 Apartmentwohnungen steht der Ambulante Pflegedienst der Residenz Ambiente unter der Leitung von Hannah Eisenkrämer mit 40 Mitarbeiter/innen Tag und Nacht zur Verfügung.

Das tun wir:

Wir sorgen dafür, dass Sie sich bei uns wohl fühlen.

Durch unser vielfältiges Angebot in den Bereichen Pflege, Betreuung und Hauswirtschaft können wir Sie optimal bei Ihren Wünschen und individuellen Ansprüchen unterstützen.

Nach einem persönlichen Gespräch und umfassender Beratung entscheiden Sie, welche Unterstützung für Sie in Frage kommt.

Beispielsweise:

- bei der Grundpflege, z. B. beim Waschen, Ankleiden und beim Gang zur Toilette
- bei der Behandlungspflege, z. B. bei Injektionen, der Einnahme von Medikamenten und beim An- und Ausziehen von Kompressionsstrümpfen
- bei der Zubereitung von Frühstück, Mittag oder Abendbrot
- beim Waschen und Bügeln der Wäsche und anderen Aufgaben im Haushalt
- Einkaufen, Zimmerservice und vieles mehr.

Wenn Sie uns brauchen, sind wir für Sie da – 24 Stunden am Tag.

Dort können Sie uns finden:

Das Büro der Pflegedienstleitung und das Dienstzimmer des Pflegepersonals befinden sich im Erdgeschoss in Haus 1.

Kommen Sie doch einfach bei uns vorbei – oder rufen Sie an, dann kommen wir zu Ihnen.

Hannah Eisenkrämer Telefon 150 und 105

Wir helfen Ihnen gerne!

Hannah Eisenkrämer und Gabriele Jung,
Jessica Klee
Pflegedienstleitung und Stellvertretungen

Karneval 2025 ... im Pflegehaus



... im Victor's Residenz-Hotel



Super-Bingo im Victor's Residenz-Hotel





Österliche Bastelaktion im Victor's Residenz-Hotel





Ostergottesdienst im Victor's Residenz-Hotel



Eierfärben im Pflegehaus



Osterfrühstück im Pflegehaus



Kräuterkunde für Einsteiger

Bei einem unbedachten Spaziergang über Feld und Wald merkt manch einer gar nicht, was so Schönes wächst am Wegesrand. „Dagegen ist kein Kraut gewachsen“, oder doch? Das breite Feld der Kräuterkunde hält uraltes Wissen zur **Linderung vieler Beschwerden** bereit.

Inzwischen gibt es neben Büchern und ganzen Webkatalogen auch spezielle Wanderungen, die dem Thema Kräuterkunde gewidmet sind. Ein Bereich, den jeder selbst erleben kann, denn die bunten Wiesenhelfer wachsen überall. Fehlt nur noch das Wissen um die Wirkung der unterschiedlichen Blätter, Blüten, Wurzeln und Samen. Den Anfang macht das Erkennen und damit die Erkenntnis, dass das, was da wächst, hilfreich ist und deshalb unbedingt mit nach Hause kommen sollte.

Besonders gut fündig werden Interessierte in den Frühlings- und Sommermonaten. Dann blühen zum Beispiel die feinen, weißen Blüten der Schafgarbe (*Achillea millefolium*). Sie hilft unter anderem bei Magen-Darmproblemen. Dazu Stängel und Blüten trocknen und daraus einen Tee bereiten. Zwei Esslöffel Blütenpulver mit einem Liter Wasser überbrühen, zehn Minuten ziehen lassen und in kleinen Schlucken trinken. Oder einen warmen Wickel bereiten und ihn auf schmerzende Gelenke legen. Schon ist Linderung spürbar. Bleiben Stängel übrig, schmecken die auch vorzüglich auf dem Grillfleisch oder zur Eierspeise.



Die Möglichkeiten sind vielfältig! Ebenso wie beim echten Johanniskraut. Das wurde nicht zufällig im Jahr 2015 zur „Pflanze des Jahres“ gekürt. Es hilft nicht nur bei körperlichen Beschwerden wie Migräne und Schmerzen, Johanniskraut kann auch die Seele beruhigen und die Konzentration fördern. Dabei werden die sonnengelben Knospen nicht nur verwendet, sondern in Form von Tees oder Ölen. Wer Johanniskrautöl selbst herstellen möchte, der sollte in einem sauberen Gefäß die Blüten sammeln und diese mit hochwertigem Olivenöl bedecken. Das Ganze einige Zeit in



der Dunkelheit stehen lassen und schon kann das selbst gemischte Öl seine positive Wirkung entfalten.

Schade ist das Wissen, wie dieses im Laufe der letzten Jahrzehnte immer mehr verloren geht. Dabei wussten die Menschen schon vor 3.000 Jahren, wie ihnen Kräuter dabei helfen können, gesund zu werden. Inzwischen nutzen wir überwiegend die moderne Medizin und mit ihr einhergehend chemisch hergestellte Tabletten, Salben und Säfte. Dabei geht das auch anders. Kostenlos und doch gewinnbringend.

.....
**Schon vor 3.000 Jahren
 wussten die Menschen
 um die heilende Wirkung
 von Pflanzen und Kräutern**

Deshalb ist es vielen Kräuterkundlern ein großes Anliegen, das Wissen um den Schatz aus der Natur wieder mehr in die Köpfe der Menschen zu bringen, damit wir es bewahren und erleben können.

Ein neuer Ansatz ist dabei nicht nur, die vielen unterschiedlichen Pflanzen zu nehmen und dabei immer genau darauf zu achten, noch etwas zurückzulassen, damit sich die vielen Arten wieder erholen können und auch für künftige Wanderungen in voller Blüte erstrahlen. Es geht darum, die Kräuter bewusst bis in die eigenen Gärten, auf die Balkone und Fensterbänke zu bringen. Dort sehen sie nicht nur wunderbar aus und verströmen ihren Duft, sie können existieren und sich verbreiten, um zu verhindern, dass irgendwann nicht allein das Wissen um die Kräuterkunde selbst, sondern auch die Heilpflanzen von Feldern, Wiesen und Wäldern verschwinden.

Bis dahin lohnt es sich, verbrauchsgerechte Mengen an Wildkräutern zu pflücken, diese zu trocknen und dann zu Tees, Salben, Tinkturen und Ölen zu verarbeiten. Dazu warten Kundige am liebsten bis zum zunehmenden Mond. Dann wird den Gewächsen die größte Heilkraft zugesprochen. Wer unsicher ist, welches Kraut wogegen hilft und wie es aussieht, der kann sich eine Kräuterfibel anschaffen und diese auf den ersten Touren einfach mitnehmen.

Sabrina Teske

GARTENKRÄUTER IM ÜBERBLICK

Kanadische Goldrute (*Solidago canadensis*)

Wird im Spätsommer geerntet und macht mit großen gelben Blüten auf sich aufmerksam. Aus ihnen lässt sich Tee aufbrühen, der bei Blasen- und Nierenschmerzen hilft.

Nelkenwurz (*Geum urbanum*)

Im Spätherbst wird die Wurzel ausgegraben, denn sie enthält Eugenol, ein ätherisches Öl ähnlich dem der Gewürznelke. Es lässt sich als Tee zubereiten und hilft gegen Halsschmerzen und Unterleibsbeschwerden.

Baldrian (*Valeriana*)

Verwendung finden die Wurzeln der Pflanze in getrocknetem Zustand.

Hilft bei Angstzuständen, Nervosität, Erschöpfung, Einschlafstörungen und Muskelverspannungen. Aus einem

Stück Wurzel einen Tee bereiten und diesen mindestens 10 Minuten ziehen lassen oder in Baldrian baden.

Beifuß (*Artemisia vulgaris*)

Wächst mit rostbraun-gelblichen Blüten fast unbemerkt am Wegesrand. Ist bekannt für seine Hilfe bei bekannten Frauenleiden, hilft aber auch bei der Fettverbrennung und gegen müde Beine. Dazu die Blätter und Blüten mit warmem Wasser übergießen und die Füße darin baden.

Augentrost (*Euphrasia spp.*)

Wächst in höheren Gebirgslagen und steht mit seinen weiß-lilafarbenen Blüten teilweise unter Naturschutz. Hilft bei Augenleiden wie der Bindehautentzündung und dem Gerstenkorn.

Dost (*Origanum vulgare*)

Die kleine Pflanze mit den purpurnen Blüten kommt an Waldwegen vor. Sie ist verwandt mit dem italienischen Oregano und wird ebenso verwendet zum Würzen von Pizza, Pasta und Fleisch. Darüber hinaus hilft ein Tee aus den getrockneten Blüten bei Verdauungsbeschwerden und Magenleiden.

Beinwell (*Symphytum*)

Schon seit der Antike gilt Beinwell als Heilpflanze. Seine Blätter helfen pur zerkaut gegen Gelenkschmerzen. Bei Brüchen, Prellungen und Stauchungen ist eine warme Auflage auf die entsprechende Stelle lindernd. Da die Blätter einen pelzigen Geschmack entfalten, ist es ratsam, diese zuvor einige Minuten abzukochen.

Gänseblümchen (*Bellis perennis*)

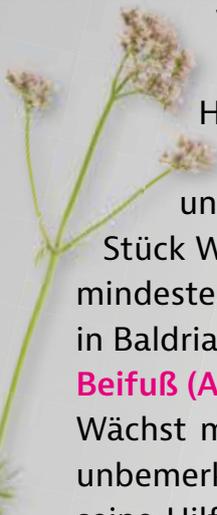
Wachsen auf jeder Wiese. Die Blüten wirken entwässernd, beruhigend, blutreinigend und entzündungshemmend. Sie können roh im Salat oder auf dem Gemüse verzehrt werden und machen dazu noch optisch einen tollen Eindruck.

Knoblauchrauke (*Alliaria petiolata*)

Wächst am Wegesrand und zeichnet sich durch seine brennnesselähnlichen Blätter und zarten weißen Blüten aus. Wirkt antibakteriell, speziell bei Entzündungen im Rachenraum. Kann auch bei Insektenstichen zum Einsatz kommen. Dazu einfach Blüten und Blätter zerdrücken und sofort verwenden.

Löwenzahn (*Taraxacum officinale*)

Ihn kennt jeder von Feld und Wiese. Die Blüten kräftigen und helfen bei Hautkrankheiten und Völlegefühl. Die Blätter sind roh verzehrt eine leckere Beilage zu Risotto oder Salat.



Wir nehmen Abschied...

... von unseren verstorbenen
Bewohnerinnen und Bewohnern

Sterben ist kein ewiges Getrenntwerden;
es gibt ein Wiedersehen an einem helleren Tag.

Michael Faulhaber



GEMEINSAM STARK IN DER PFLEGE



Ich bin **STOLZ DARAUF**

- ... in einem der schönsten und sinnvollsten Berufe überhaupt zu arbeiten.
- ... hilfsbedürftigen Menschen ein selbstbestimmtes Leben zu ermöglichen.
- ... Menschen Tag für Tag ein Lächeln ins Gesicht zu zaubern.
- ... einen Teil dazu beizutragen, dass die Pflege genau die Anerkennung bekommt, die sie verdient.

Ich bin **PROUD TO CARE.**

Unsere Initiative proud to care hat es sich zur Aufgabe gemacht, Pflegekräfte aus ganz Deutschland zu vereinen, um gemeinsam für ein besseres Image des Berufsfeldes zu kämpfen und so wieder mehr Menschen für die Pflege zu begeistern.

WIR SIND PROUD TO CARE!
Jetzt mehr erfahren und mitmachen



#proudtocare

Freitag, der 13.

– das Unglück ist vorbestimmt! In diesem Juni fällt der 13. auf einen Freitag. Nicht schlimm, meinen Sie? Hm! Es gibt viele Menschen, sogar weltweit, die an so einem Tag am liebsten im Bett bleiben würden. Sie fürchten ihn als Unglückstag. Und wenn sie sich doch aufraffen und zur Arbeit fahren, dann wird bestimmt etwas passieren. Die Bahn hat Verspätung, Ärger mit dem Chef, nix will klappen, alles läuft schief und schließlich verstaucht man sich noch den Fuß oder hat sogar einen Unfall mit seinem Auto Es gibt nichts, was der Aberglaube diesem fatalen Datum nicht zuschreibt.

Aber woher stammt diese Furcht? Die christliche Religion liefert Erklärungen. So sollen Adam und Eva an einem Freitag im Paradies vom verbotenen Apfel genascht und so die Sünde in die Welt gebracht haben. Jesus wurde an einem Karfreitag gekreuzigt und bei seinem letzten Abendmahl saßen 13 Jünger



um den Tisch – der 13. war Judas der Verräter. Ein erstes überliefertes Ereignis, das 1307 auf einen Freitag den 13. fiel, war die Vernichtung des Tempelordens durch den französischen König Philipp IV. In der Neuzeit ist der Börsenkrach 1929 in den USA als „Schwarzer Freitag“ noch ein bekannter Begriff. Im 20. Jahrhundert hat dann die Angst vor dieser Kombination von Zahl und Tag noch zugenommen. Die technische Nüchternheit unserer Welt scheint Nahrung für den Aberglauben zu liefern. So gibt es Hotels, die kein Zimmer mit der Nummer 13 ausweisen und Fluggesellschaften haben keine 13. Sitzreihe. Andererseits gelten in der japanischen Kultur und im Judentum die 13. als Glückszahl. Für die Italiener ist Freitag der 17. ein Unglücksdatum.

Denken Sie mal nach: Wie waren die Freitage mit der 13 in ihrem Leben oder ist alles nur Humbug? Wir wünschen ihnen einen sonnigen Juni mit einem gelungenen Freitag, den 13.

(Quelle: überarbeitet aus Ambiente Kurier, Erfurt 2013)

SUDOKU

Alle Felder des Spielfelds sind so mit Zahlen auszufüllen, dass jede Zahl in jeder Zeile, jeder Spalte und jedem Teilquadrat des Spielfelds nur einmal vorkommt.

A) sehr leicht

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

B) leicht

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

C) mittelschwer

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

Lösungen

A

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

B

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

C

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



at the heart of healthcare

WIR SIND DA, WENN SIE UNS BRAUCHEN!

Seit 30 Jahren versorgen wir bundesweit chronisch kranke und pflegebedürftige Menschen mit medizinischen Produkten und Dienstleistungen.

Wir möchten dazu beitragen, die Lebensqualität und Mobilität unserer Patienten zu stärken und zu verbessern.

Unser Service für Sie:

- Versorgung in den Therapiebereichen enterale Ernährung, IV-Therapien, Stoma, Tracheostoma, Wundversorgung, ableitende Inkontinenz und Diabetes.
- Beratung durch einen persönlichen Ansprechpartner vor Ort.
- Abstimmung der Versorgung mit dem behandelnden Arzt.
- Schnelle und zuverlässige Lieferung der benötigten Produkte, einfach auf Rezept.

Sie möchten nähere Informationen?

Dann fragen Sie nach uns. Wir sind regelmäßig in Ihrer Einrichtung.

Kostenlose Informationen:

0 800-33 44 800

Mediq Deutschland GmbH • 66661 Merzig
kundenservice@mediq.de • www.mediq.de



Residenz Ambiente Gummersbach
Franz-Schubert-Straße 39 · 51643 Gummersbach
Telefon 02261 813-0
gummersbach@residenz-ambiente.de
www.residenz-ambiente.de