

HESTIA

STRALSUND

21. Ausgabe I / 2007

Journal



Ergotherapie in der „Alten Gärtnerei“



Der HESTIA Pflegeservice

Der HESTIA Pflegeservice ging im Jahre 2006 aus dem Pflegedienst der HESTIA-HANSE-Pflegeservice GmbH hervor. Ihm gehören 6 MitarbeiterInnen an. Das sind unserer Pflegedienstleiterin, Frau M. Trettin; C. Dahlke, M. Schurig, P. Burchardt (Krankenschwestern); S. Lange (Altenpfleger) und W.-B. Müller (Pflegehelferin). Umsorgt und gepflegt werden vorwiegend ältere Menschen mit den unterschiedlichsten Einschränkungen.

Momentan werden ca. 40 Patienten betreut, angefangen von der Hauswirtschaft über die Grundpflege bis hin zur Behandlungspflege. Unseren Sitz haben wir im Pflegeheim „Käthe Kern“ – von dort aus starten unsere täglichen Touren durch ganz Stralsund, stets ausgerüstet mit Blutdruckmessgerät und genügend Sprit im Tank.

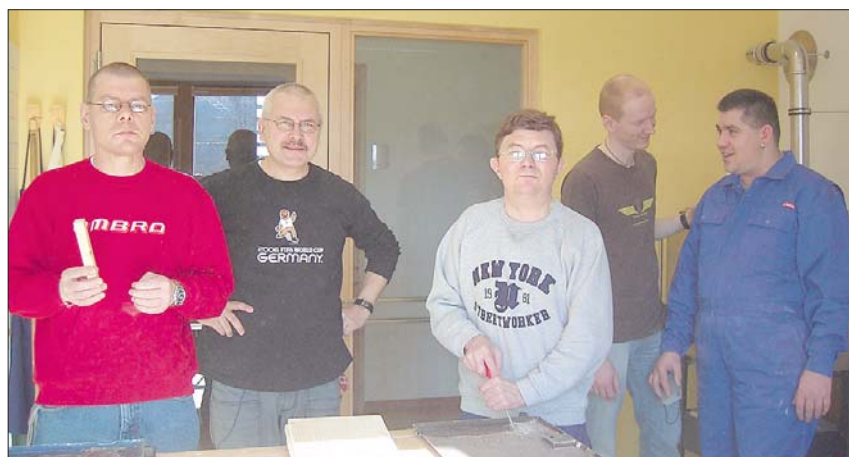
S. Lange

Am Anfang war alles neu. Neues Umfeld, neue Kollegen, neue Bewohner, neues System. Auch für uns Ergotherapeuten war es eine Herausforderung. Wir machten uns also an die Arbeit. Wir lernten die Bewohner kennen, wälzten Akten, beschafften Materialien und organisierten den Ablauf der Ergotherapie. Wir, Dorit Schielke, Christian Korth und Jürgen Ziethen, versuchten den besten Weg zu finden um die Heimbewohner ergotherapeutisch zu betreuen. Am Anfang fiel uns das nicht immer leicht, die Arbeit zu strukturieren und zu organisieren. Mittlerweile hat sich der Ablauf stabilisiert und ist von den Heimbewohnern akzeptiert worden.

Wir haben vier Ergotherapie-Zeiten und ein offenes Angebot am Abend. Bei doppelter Besetzung sind neben den Ergo-Zeiten noch andere Therapien möglich die hier im Haus angeboten werden. Hierzu kommen un-

ter anderem aus dem „Haus am Wald“ und „Inselhus“ die Kolleginnen einmal im Monat zu uns. Dies ist eine willkommene Abwechslung für unsere Bewohner und wird deshalb sehr gerne von Ihnen angenommen. Auch in Zukunft werden wir Wünsche, Anregungen und neues in die tägliche Arbeit mit einbringen.

Das Ergo-Team



Auch dieses Jahr anregende Freizeitangebote geplant

Die Mitglieder der AG Veranstaltung versuchen immer wieder, euch neben euren Hobbys und Interessen, mit anderen Festen, Freude zu bereiten. Auch für dieses Jahr haben wir anregende Freizeitangebote geplant.

Wir dachten daran, ein Sportfest zu organisieren, mit kleinen Parkouren, die ihr in Wettkämpfen oder nur aus Spaß an der Freude meistern könnt. Als Team oder als Einzelstreiter könnt ihr euch beweisen und zum Ende Teilnahmeurkunden erwerben. Für den besten Sportler bzw. die beste Sportlerin halten wir bei der Sie-

gerehung eine Art Wanderpokal bereit. Das heißt, dass wir versuchen werden, daran Jahr für Jahr anzuknüpfen und der Pokal so seine Kreise zieht! Zum Abschluss wollen wir grillen und uns damit für eure Teilnahme bedanken.

Das große Sommerfest folgt dann ein paar Monate später. Sicherlich wird auch hier für abwechslungsreiches Programm, Speisen und vieles mehr gesorgt sein. Alles für euer Wohl.

Und der Clou des Jahres soll nach langem, eine Fahrt in den Hansa Park sein. Dazu benötigen wir je-

doch noch eine Teilnahmeliste aus jedem Bereich. Daraus können wir die Fahrt dann mit euch problemlos planen. Also wenn euer Interesse geweckt wurde, nur zu! Wir freuen uns auf euch!

Für alle Veranstaltungen geben wir euch natürlich rechtzeitig die Termine bekannt. Falls ihr eigenen Wünsche zum Festablauf haben solltet, könnt ihr die jeder Zeit mit einbringen. Wir würden uns sehr freuen und sind gespannt auf eure Ideen.

Viel Spaß wünsch euch
die AG Veranstaltung

Die Narren sind los!



Pünktlich zu den drei tollen Tagen feierten auch die Heimbewohner des Inselhauses Fasching. Ausgestattet mit tollen Kostümen und geschminkten Gesichtern wurden aus ihnen Piraten, Clowns, Geister, Teufel und vieles mehr.

Begonnen hat der Nachmittag mit Pfannkuchen und leckerer Bowle und alle ließen es sich schmecken. Bei Tanz und verschiedenen Spielrunden wie Ballzielwurf, Stuhltanz und Pollonaise verging der Nachmittag wie im Fluge. Natürlich wurden auch die besten Kostüme prämiert und mit einem Preis belohnt. Mit einem hervorragenden Abendbrot ließen wir unseren Fasching ausklingen.

Satt und zufrieden gingen alle ins Bett und hatten noch die nächsten Tage viel darüber zu berichten.

D. Behrend



Ein etwas anderer Vormittag

Am 13. Februar fuhren wir vormittags zum Ferienkino. Da es ein reichhaltiges Filmangebot gab, war die Auswahl eines solchen nicht so einfach. Nach einigem Hin und Her entschieden wir uns für den Film: "Nachts im Museum".

Während Frau Behrend sich um die Eintrittskarten kümmerte, sorgte Frau Arndt für unser leibliches Wohl in Form von Popcorn und Cola. Nun konnten wir uns endlich in die doch recht bequemen Kinossessel lümmeln. Der Film begann und in den 1 ½ h Spiellänge gab es viele verschiedene Szenen, wo wir herzlich lachen konnten. Selbst auf dem Heimweg hatten wir noch viel darüber zu erzählen.

Ein schöner Vormittag ging zu Ende und dafür bedanken sich: Sandra, Bodo, Axel, Hannelore, Christian und Jana

Faschingsfest im Haus am Wald

Musik, Tanz und Essen waren ausgezeichnet. Die meisten kamen bunt geschmückt und in Kostümen. Traditionsgemäß gab es Pfannkuchen. Stimmungsvolle Musik lud zum tanzen ein. Luftballons und Girlanden gaben dem Gemeinschaftsraum einen bunten Rahmen. Ein gemeinsames Abendbrot rundete diesen Tag ab.

Michael Sonntag

Heimbewohner erzählen ...

Wünsche und Idee für die Zukunft

Ich, Ronny Rütting möchte mich hier im HESTIA-Journal vorstellen. Ich wohne seit dem 01. Juli 2006 in der Einrichtung „Die alte Gärtnerei“ der HESTIA-Pflege- und Heimeinrichtung. Hier wohne ich in der Wohngemeinschaft „Busch“ und bin 30 Jahre alt.

Zur Zeit fühle ich mich recht wohl, es könnte aber besser sein. Ich wünsche mir hier im Haus einige Veränderungen, wie z. B. tägliche Arbeitstherapie, Änderungen der Telefonzeiten und mehr Angebote des Pflegepersonals.

Ich habe mir viele Gedanken gemacht und habe auch schon einige Ideen, um die gegenwärtige Situation im Haus noch zu verbessern. Ich wäre bereit meinen Videorekorder zur Verfügung zu stellen, um gemütliche und unterhaltsame Videoabende durchzuführen.

Ich würde mich für die Planung, Organisation und Durchführung der Videoabende gern verantwortlich fühlen. Ich bin ein gutmütiger und hilfsbereiter Mensch.

R. Rütting



Ausflug nach Altefähr



Einige Bewohner der „Alten Gärtnerei“ (Thomas Frank, Uwe Janke und Klaus-Peter Sendelbach / WB „Busch“, Jörg Damerow / WB „Rose“) sind mit dem Bus Richtung Stralsunder Innenstadt gefahren, wo wir an einer Ampel auf „Grün“ warten mussten. Zuerst tankten wir, dabei haben wir uns verfahren und mussten einen Umweg machen. Als wir dann weiter fuhren kamen wir über die Ziegelgrabenbrücke und den Rügendamm. Dann sind wir auch schon in Altefähr hineingefahren und sind zum Parkplatz gefahren. Nachdem wir ausgestiegen sind, sind wir über den Zeltplatz gelaufen. Ein Bewohner hat dort eine Katze fotografiert. Als wir weitergingen, kamen wir durch ein kleines Tor in den Wald. Dort haben wir einen Spaziergang gemacht. Als wir zum Wasser kamen, habe ich Fotos gemacht. Frau Schielke hat die Wassertemperatur getestet, Schwäne haben wir auch gesehen. Ein Gruppenfoto haben wir von uns gemacht. Auf einem Feld haben wir dann noch 25 Rehe und einen Hund gesehen. Nachdem wir uns auf eine Bank ausgeruht hatten, machten wir uns auf denselben Weg wieder zurück. Der Ausflug war sehr schön.

T. Frank

Kaffeeklatsch im Jungfernstieg

Bereits am Montag, den 12. Februar liefen unsere Vorbereitungen für den großen Tag auf Hochtouren. Unter Anleitung unserer Gruppenbetreuerin sprachen wir über die Kuchenauswahl und tätigten noch schnell die benötigten Einkäufe dazu. Dann begann das große Backen mit viel Eifer und Schweiß.

Am 13. Februar durften wir schon früher von der Arbeit nach Hause, um unsere Gäste am Nachmittag in Empfang zu nehmen. Die Bewohner der Trainingsgruppe vom "Haus am Wald" genossen unsere Gastfreundschaft in vollen Zügen. Selbstgebackener Kuchen, frisch gebrühter Kaffee, alte Fotos, Erinnerungen auf DVD, unterhaltsame Gespräche, sowie Brett- und Kartenspiele waren Inhalt eines gemeinsamen Nachmittags unter "alten" Bekannten.



Wir hatten viel Spaß mit euch. Lasst uns das bald mal wieder machen! Eure Bewohner der WG Jungfernstieg

Mitarbeiter stellen sich vor....

Studienschwerpunkte in der Praxis gut anwendbar



An dieser Stelle möchte ich die Gelegenheit nutzen, mich als neue Mitarbeiterin der HESTIA vorzustellen. Mein Name ist Jana Salewski. Ich bin seit Juli letzten Jahres in der „Alten Gärtnerei“ als Sozialpädagogin tätig. Als gebürtige Stralsunderin beendete ich meine Schullaufbahn im Bereich Ernährungslehre am Fachgymnasium Velgast mit dem Abitur. Im Laufe eines Orientierungspraktikums, welches ich in der Schule zur individuellen Lebensbewältigung/ Klinikum West absolvierte, entdeckte ich mein besonderes Interesse für die Arbeit mit behinderten Menschen. Angesteckt durch diese praktische Tätigkeit entschied ich mich für eine Berufsausbildung zur Staat-

lich- Anerkannten Heilerzieherin. Während dieser Ausbildung konnte ich jede Menge Praxiserfahrungen in den verschiedensten Bereichen sammeln. Einige Bewohner der HESTIA kennen mich bereits von früheren Praktika, z. B. innerhalb der Schule zur individuellen Lebensbewältigung oder aus dem Pflegebereich des damaligen Klinikums West. Ein weiteres Praktikum in der Tagesstätte für psychisch kranke Menschen des Gartenhaus e.V. begeisterte und bestärkte mich darin, nach erfolgreicher Heilerzieherausbildung ein Fachhochschulstudium im Bereich Sozialpädagogik/ Sozialarbeit mit den Schwerpunkten Arbeit mit psychisch kranken Menschen sowie Arbeit mit behinderten Menschen an der Fachhochschule Neubrandenburg zu absolvieren. Innerhalb des Studiums erweiterte ich meine Kenntnisse erneut im Rahmen eines sozialpädagogischen Praktikums in der Tagesstätte für psychisch kranke Menschen des Gartenhaus e.V. sowie im Sozialpsychiatrischen Dienst der Hansestadt Stralsund. Mit diesen beruflichen Erfahrungen reifte auch die Idee für mein Diplomarbeitsthema, mit dem ich mein Studium Anfang

letzten Jahres abschloss. Ich freue mich darüber, dass ich meine beiden Studienschwerpunkte in der sozialpädagogischen Tätigkeit in der „Alten Gärtnerei“ anwenden kann und blicke neugierig auf die weitere Arbeit mit den Bewohnern und Kollegen der HESTIA. J. Salewski

Zurück in die Heimatstadt



Mein Name ist Teresa Schülke. Ich bin 25 Jahre alt. Da Stralsund meine Heimat ist, bin ich im August 2006, nach drei Jahren aus Hamburg zurückgekehrt. Ich arbeite jetzt in der „Alten Gärtnerei“.

Das Hygieneteam informiert

Infektionskrankheiten: Hepatitiden A,B,C,D, (Hepatitis = Gelbsucht)

Hepatitis A

- ist eine häufige Form der Leberentzündung, durch Viren verursacht,
- die Ansteckung erfolgt von Mensch zu Mensch unter oft schlechten hygienischen Bedingungen oder über die Nahrung

Übertragungswege: enger Körperkontakt, Schmierinfektion, durch Aufnahme von kontaminiertem Wasser und Lebensmitteln

Inkubationszeit: 15 - 50 Tage

Infektiöses Material: Fäkalien, Urin, Blut, Lebensmittel und Wasser

Symptome: - Allgemeinbeschwerden im Oberbauch, Völlegefühl, Druckschmerz, Appetitlosigkeit, Übelkeit und Erbrechen, evtl. fieberhafter Infekt (Verwechslung mit Grippe und Pneumonie möglich);

- Ikterus (Gelbfärbung der Haut und Augenschleimhaut) tritt meist nach einer Woche auf, Urin ist dunkelbierfarben und der Kot lehmfarben
Die Hepatitis A kann auch ohne erkennbare Symptome auftreten, aber die Ansteckung ist gleichermaßen gegeben.

Diagnose durch Nachweis von Antikörpern im Blut

Schutzimpfung bei bestimmten Berufsgruppen und Tourismus
Nach einer durchgemachten Hepatitis A hat man eine lebenslange Immunität gegen die Erkrankung. Hepatitis A heilt meist vollkommen aus.

In der nächsten Folge wollen wir die Hepatitis B und C vorstellen.

Wissenswertes zur Ernährung

Ungesunde Faktoren des Schweinefleisches:

- Schweinefleisch hat einen sehr hohen Fettgehalt, auch mageres Schweinefleisch enthält viel Fett, weil das Fett intrazellulär in den Fettzellen sitzt;

- Schweinefleisch hat einen extrem hohen Cholesteringehalt und verstärkt so die Atherosklerose;

- Schweinefleisch schwächt das Bindegewebe und führt zu Wassereinsparungen und dem Aufquellen des Gewebes;

- Schweinefleisch ist reich an Wachstumshormonen und diese wirken auf die Zellen und fördern so Entzündungen, Gewebeaufreibungen und das Wachstum von Krebszellen;

- Kulturtipps - Kulturtipps - Kulturtipps - Kulturtipps - Kulturtipps - „Stralsund Blind Verstehen“

Vor kurzem habe ich einen Artikel gelesen, der mein Interesse geweckt hat. Falls er von euch überlesen worden ist, möchte ich euch diesen Kulturtip nicht vorenthalten.

In der ehemaligen Wolfgang-Heinze-Schule ist seit dem 01. Februar 2007 eine Ausstellung unter dem Motto „Stralsund Blind Verstehen“ geöffnet. Es wurde geschrieben: „Durch die Ausstellung geführt zu werden bedeutet, sich für ca. 1 Stunde auf einen begrenzten Seitenwechsel einzulassen und in völliger Dunkelheit einzutauchen. In der Ausstellung geht es vom Bahnhof

durch die Natur ins Theater. Anschließend erleben die Besucherinnen das Flair des Alten Marktes und des Hafens, bevor zum Schluss eine kleine Erfrischung in einem Café eingenommen werden kann.“

Die Führung begeht man in völliger Dunkelheit. Eine kleine Gruppe von maximal 6 Besuchern wird von einem Sehbehinderten oder blinden Führer begleitet. Am Ende warten noch kleinere Ereignisse bei Licht. Um eine vorherige Anmeldung wird gebeten. Erlebt doch auch mal was anderes. Ich werde es bei Zeiten sicherlich tun.
K. Reetz

Gratulation allen Geburtstagskindern

Mitarbeiter

Jana Kühn
Christin Käsler
Irmgard Clemens
Mike Harnisch
Mandy Miebach
Raik Losch
Jürgen Ziethen
Günter Kohls
Manuela Trettin
Manfred Dürkoop
Ute Heidenreich
Susanne Strohbach
Bärbel Schmidt
Ramona Garthoff
Ursula Hömig
Brigitte Glaß
Andrea Reimann
Franziska Jentzsch
Birka Numsen
Karin Zimmermann
Robert Kursawe
Waltraud Graap
Anett Knick
Andreas Redieck
Steffi Heidemann

Heimbewohner „Dat Inselhus“

Dieter Krüger
Roland Gellentin
Andrea Grabow
Bertram v. Schmitterlöw
Detlev Krehmke
Hartmut Seligmann
Petra Heiden
Jana Baumunk
Simone Thoms
Martin Birkner
Margarete Remus
Bodo Kahmann
Sven Scholz

Heimbewohner „Haus am Wald“

12.04. Franziska Schley
24.04. Katja Fiebelkorn
27.04. Marco Kliese
06.05. Anne Komp
09.05. Nicole Fischer
09.05. Ronny Fiedler
12.05. Liane Schuckart
13.05. Jutta Brüdgam
19.05. Carola Köpp
20.05.

Heimbewohner „Die Alte Gärtnerei“

21.05.
23.05.
24.05. Thomas Brandt
29.05. Hans-Werner Masuhr
01.06. Steffen Falkenberg
03.06. Lutz Precht
03.06.

Heimbewohner „Wohngruppe I“

04.06.
11.06.
16.06.
20.06.
24.06.
25.06.
27.06.
30.06.

Heimbewohner „Wohngruppe II“

Antje Möhl
Frank Dethloff

Heimbewohner „Wohngruppe III“

24.04.
26.05.
11.05.
16.05.
18.05.
25.05.
03.06.
04.06.
13.06.
14.06.
18.06.
28.06.
30.06.

Ambulante Betreuung

28.04.
26.04.
17.04.
26.04.
17.04.
28.04.
18.06.
25.06.

Gesundheits - Tipp

Blasenentzündung

Omas Hausmittel

Linderung verschafft ein Milchwickel. Tränken Sie ein Baumwolltuch mit kalter Milch, wringen Sie es aus und legen Sie es auf Ihren Unterbauch. Darüber wickeln Sie ein größeres, trockenes Tuch und eine Wolldecke. Lassen Sie den Wickel etwa 15 Minuten wirken, bis er sich erwärmt hat.

Wiederholen sie die Anwendung bis zu dreimal täglich, bis Ihre Beschwerden deutlich nachgelassen haben.

Asthma

Omas Hausmittel

Linderung verschafft ein Hustenmittel aus Zwiebeln und Honig. Schneiden sie eine große Zwiebel in Ringe und bedecken Sie die Zwiebelringe mit flüssigem, kalt geschleudertem Honig. Lassen Sie diese Mischung über Nacht ziehen, seihen Sie am nächsten Morgen ab, die Zwiebeln drücken Sie gut aus. Bei Bedarf einen Teelöffel des auswurfördernden Sirups einnehmen.

Hinweis!

Erleichterung kann Ihnen auch ein Mus aus Meerrettich und Honig verschaffen. Mischen Sie dafür frisch geriebenen Meerrettich mit etwas Honig. Nehmen Sie vor dem Schlafengehen einen Teelöffel davon.

R. Freese

Rezeptecke

Sächsische Quarkspitzen

Zutaten:

40g Butter, 250g gekochte Kartoffeln, 3 Eier, 100g Zucker, 250g Magerquark, 1P. Van.-Zucker, 250g Mehl, 1 TL Backpulver, 1 Prise Salz, 1Liter Öl zum ausbacken, 100g Erdbeerkonfitüre, Puderzucker

Zubereitung:

Die Butter zum schmelzen bringen und abkühlen lassen. Kartoffeln reiben. Eier und Zucker ca. 5 Minuten cremig rühren. Den Quark und Vanillezucker unterrühren. Das Mehl und das Backpulver sowie das Salz mischen und kurz unterrühren. Die Kartoffeln und Butter unter den Teig kneten.



Das Öl auf etwa 175°C erhitzen. Teig mit 2 Teelöffeln abstechen und sofort ins heiße Öl geben. Quarkspitzen ca. 5 Minuten goldbraun backen, dabei einmal wenden. Die Quarkspitzen mit einer Schaumkelle herausnehmen und auf Küchenpapier abtropfen lassen. Konfitüre in einen Spritzbeutel geben und etwas in jede Quarkspitze spritzen. Zum Schluss das Ganze mit Puderzucker bestäuben.

Finde die 7 Wörter im Buchstabensalat. Wenn du glaubst ein Wort gefunden zu haben, trage es in das Feld unter dem Button "gefundene Wörter" ein.

Ü	Ä	Ö	I	E
S	T	A	L	L
A	C	K	E	R
L	A	N	D	C
Z	D	O	E	O
Q	B	C	R	D
R	B	H	W	T
X	W	E	T	H
C	J	N	U	M

gefundene Wörter	
1	
2	
3	
4	
5	
6	
7	

Ich suche
eine kleine Anbauwand mit Schuhablage und wo ein Fernseher hineingestellt werden kann.
Wer so etwas hat, melde sich bitte bei: Thomas Frank in der „Alten Gärtnerei“.

Zum Schmunzeln

Pferdenahrung

Zwei Jockeys unterhalten sich an der Theke. Sagt der eine: "Wie ernährst du denn dein Pferd?" Sagt der andere: "Mit Hafer und Bier." - "Und, schon mal was gewonnen?" - "Nee, aber mein Pferd ist immer gut drauf."



Ich hasse nasse Haare !!!

Zimmersuche

Ein Reisender zum Portier: "Hätten Sie wohl ein Zimmer frei?"
Portier: "Leider nein."
Reisender: "Hätten Sie ein Zimmer für die Bundeskanzlerin, wenn Sie käme?"
Portier: "Aber ja doch, jeder Zeit."
Reisender: "Dann geben Sie mir ihr Zimmer, sie kommt heute nicht!"



S
U
D
O
K
U

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

Buchstabensalat

Impressum

Herausgeber:

„HESTIA“ Pflege- und Heimeinrichtung GmbH
Hansestadt Stralsund

Redaktion:

D. Behrend, A. Redieck,
J. Ziethen, A. Arndt,
I. Rohrschneider, K. Reetz
B. Laue

Telefon: 0 38 31 - 30 55 23

Telefax: 0 38 31 - 30 55 850

juergen.ziethen@hestia-hst.de

Druck: Druckhaus Panzig
Greifswald

Auflage: 300 Exemplare