



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

Inhalt

Inhalt:

Vorwort	Seite	3
Wir gratulieren - Geburtstagskinder	Seite	4
Kaffeekränzchen - Bgl. Heiliggeist Stiftung	Seite	6
Seniorenkochen - Bgl. Heiliggeist Stiftung	Seite	7
Sommerfest - Bgl. Heiliggeist Stiftung	Seite	8
Weinfest - Bgl. Heiliggeist Stiftung	Seite	9
Erntedankfest - Bgl. Heiliggeist Stiftung	Seite	10
Besuchsdienst im Seniorenstift Stadt Passau	Seite	11
Wir verabschieden uns	Seite	12
Ausflug nach Erlauzwiesel - St. Johannis Spital Stiftung	Seite	14
Geburtstage im Heim - St. Johannis Spital Stiftung	Seite	15
Sommerfest - St. Johannis Spital Stiftung	Seite	16
Eiskaffee genießen - St. Johannis Spital Stiftung	Seite	17
Erntedankfest - St. Johannis Spital Stiftung	Seite	18
Gesundheitsecke - Erkältungskrankheiten	Seite	20
Witzecke	Seite	22



CINEPLEX
Film Café
Das Senioren Kino im Cineplex Passau

**Ausgewählte Filme,
aromatischer Kaffee und
leckerer Kuchen versüßen
Ihren Nachmittag ...**

**Jeden ersten Dienstag
um 14.30 Uhr**

**FILM, KAFFEE
& KUCHEN NUR
€ 5,00
JE PERSON**

RESERVIEREN SIE IHRE PLÄTZE IM VORAUS AM TELEFON!
0851 - 988 355 0

Greindl
Confiserie

ZIMMERMANN
■ Gesundheit ■ Wohlfühlen ■ Lebensqualität

TICKET

Liebe Bewohnerinnen und Bewohner,
liebe Freunde unserer Seniorenheime,

schon wieder ist der Sommer wie im Flug vergangen und die kalte Jahreszeit steht vor der Tür. Vorbei sind die lauen Abende im Garten und die gemütlichen Runden und Gespräche der Bewohner. Mit dem Erntedankfest konnten wir uns nochmals über farbenprächtige Blumen und wohl-schmeckende Früchte freuen.

Der Gottesdienst beim Erntedankfest wurde von Pfarrvikar Christian Fröschl gefeiert, der unsere beiden Heime schon seit längerer Zeit seelsorgerisch betreut. Diese Betreuung schätzen wir sehr.

Es freut uns, dass sich das Engagement von Pfarrer Fröschl in den kommenden Monaten nochmals vertiefen wird. Pfarrvikar Fröschl hat nämlich angeboten, zu regelmäßigen Besuchen und Bewohnergesprächen in unsere Häuser zu kommen. Wenn Sie das Gespräch mit unserem Hausgeistlichen wünschen, kann er gern auch zu Ihnen kommen. Informieren Sie uns einfach über Ihren Gesprächswunsch, oder zeigen Sie Ihr Interesse durch den Einwurf einer Mitteilung in den dafür vorgesehenen Briefkasten.

Auch der Besuchsdienst des Katholischen Frauenbundes ist bei uns wiederkehrend zu Besuch. Gerade für Bewohnerinnen und Bewohner, die

nicht allzu oft Besuch haben, sind die Kontakte des Besuchsdienstes des Frauenbundes eine gute Alternative. Für dieses bereits seit einigen Jahren praktizierte Angebot danken wir den Verantwortlichen des Frauenbundes. Über Jahre wurde der Besuchsdienst durch F. Pilzer organisiert, die seit kurzem die Verantwortung in andere Hände gelegt hat. Für ihre engagierte Arbeit möchten wir F. Pilzer stellvertretend für alle Damen und Herren des Besuchsdienstes herzlich danken. Sie sind eine große Bereicherung für unsere Heime.

Allen Bewohnerinnen und Bewohner wünsche ich gute Gespräche und Kontakte in unserem Heim. Unser Ziel ist es, Ihnen einen angenehmen und schönen Verbleib in unseren Seniorenheimen zu bieten.



Horst Matschiner
Geschäftsführer



Geburtstagskinder

Bgl. Heiliggeist Stiftung

September

Forster Georg
Pointdecker Sophie
Weisheitinger Elisabeth

Oktober

Brauner Alfred
Brunner Maria
Feldmeier Maria
Hafner Leopold
Holzbauer Johann
Neidlinger Maria
Neukirchinger Alan
Reinke Margarete

November

Eder Helga
Fehmberger Theresia
Kellner Frieda

St. Johannis Spital Stiftung

September

Bamann Edeltraud
Rekos Elsbeth

Oktober

Alexy Adele
Brand Josef
Greimel Irmgard
Kreul Anna
Schafhauser Gottfried
Seidel Hildegard

November

Eisner Margarete
Kellner Franziska
Zott Maria



Ich wünsche dir Sonne und Regen...

Ich wünsche dir Sonne und Regen.
Gott weiß schon das himmlische Spiel
im richtigen Wechsel zu pflegen.
Nur Sonne allein wär' zuviel.

Es möge dich Sonne verwöhnen!
Doch schien' sie jahrein und jahraus,
wie würdest du jammern und stöhnen
und hieltest die Qual nicht mehr aus.

Es möge dich Regen erfrischen
zu Zeiten, in denen er fehlt.
Doch käm' nicht auch Sonne dazwischen,
so klagtest du, wie er dich quält.

Drum wünsch' ich dir Sonne und Regen,
von beidem den maßvollen Teil.
Lass höheren Orts überlegen,
was nottut und frommt deinem Heil!

Elli Michler

Kreuzworträtsel

	Dt. Schriftsteller	↘	Abk. für Anmerkung	↘	Uni-Stadt in Belgien	↘	Stadt in Baden-Württemberg	
Gesinnungslos	Kfz.Kennz. für Antillen	8	Verlegenheitslaut		Oriental. Gottheit	→		Zeichen für: Bor
↘	↘		↘		Kfz. Kennz. für Nabburg	→		4
Kfz. Kennz. für Altötting	→			Hafenstadt in England	Stadt in der Schweiz			Unzuverlässig
Vermögen	Mutter d. Zeus	→	1	↘	↘	Kfz. Kennz. für Ludwigsburg		↘
9			Räucherfisch	→		↘	Eisenbahntechn. Begriff	
Indianerstamm, -sprache	Eifellandschaft	Gemauerte Uferstraße	Österreich. Historiker	→	5			
↘	↘	↘				Kfz. Kennz. für Kolumbien	→	
Flächenmaß	→		Bibelübersetzer	→				
Kfz. Kennz. für Rinteln	→		Zeichen für: Sauerstoff	→	Kfz. Kennz. f. Düsseldorf	Filmtech. Begriff o. Beruf	14. Buchstabe im Alphabet	
Droschke		Abk. für Bundesautobahn	Stadt in Italien	→	↘	↘	↘	2
↘		↘	Kfz. Kennz. f. Hildesheim	3	Internat. Kfz. K. f. Deutschland	→	Kfz. Kennz. für Arnberg	
Nebenfluss d. Rhein	→		↘		Kfz. Kennz. f. Tansania	→	↘	6
	ehrbar	→					7	

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

Verabschiedung der beiden Küchenperlen Marianne Veicht und Gabriele Schlapps

Die beiden langjährigen Küchenkräfte Marianne Veicht und Gabriele Schlapps wurden anlässlich eines Kaffeekränzchen am 28. Juli im Heiligeist Spital verabschiedet. Beide Kolleginnen waren über lange Jahre in der Küche des Seniorenheimes tätig und hatten immer ein offenes Ohr für die Wünsche der Bewohnerinnen und Bewohner. Die beiden Damen wurden vom Geschäftsführer des Se-

niorenstifts, Herrn Horst Matschiner, und der Vorsitzenden des Personalrats, Frau Brigitte Schlapps, mit Blumen und Geschenken verabschiedet. Die Veranstaltung wurde von Ludwig Sollfrank und Edgar Braun musikalisch umrahmt.

Beide Damen versehen künftig ihren Dienst in einem anderen Bereich der Stadtverwaltung.



Senioren kochen für Senioren

Am 28. Juli 2010 kochten Frau Wittmann und Frau Stockmeier das Wunschmenü von Frau Scherbel: Grießnockerlsuppe mit Schnittlauch, Rheinischer Sauerbraten vom Rind mit Blaukraut dazu Serviettenknödel und als Dessert Bayrisch Creme. Da Frau Scherbel zu diesem Zeitpunkt verhindert war übernahmen beide Damen diese Aufgabe. Sie schmeckten die Suppe ab, schnitten die Serviettenknödel in Portionsgrößen und halfen mit bei der Zubereitung des Desserts. Das Wunschmenü schmeckte allen Bewohnerinnen und Bewohnern vorzüglich und wir hoffen, dass so eine Seniorenaktion bald wieder stattfinden wird.





**KASBERGER**
BESTATTUNGSHAUS

TRAUERHAUS
PASSAU
Tel. 0851/9 66 37 37

empfohlen von AETERNITAS - der Verbraucherinitiative

www.gute-bestatter.de
www.bestattungshaus-kasberger.de www.trauerhaus-passau.de

Sommerfest 2010

Am 03. August 2010 fand unser Sommerfest statt. Aufgrund der Regenfälle mussten wir dieses Jahr im Speisesaal feiern. Selbstgebackene Kuchen und Krapfen der Mitarbeiterinnen waren der kulinarische Höhepunkt der Feier. In Vertretung des Oberbürgermeisters besuchte uns Stadträtin Sissi Geyer. Unsere ehrenamtliche Verwaltungsrätin begrüßte

alle Anwesenden und lud sowohl die Bewohnerinnen und Bewohnern, als auch die Gäste zu einem schönen und gemütlichen Nachmittag ein. Die musikalische Umrahmung gestaltete Max Fuchs mit schönen Volksliedern. Über die Sketche und Einlagen unserer Mitarbeiterinnen Brigitte Schlapps, Waltraud Voggenreiter und Brigitte Günther lachten



und amüsierten sich unsere Bewohnerinnen, Bewohner und Gäste sehr. Ein herzliches Dankeschön an alle Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter.

Eines ist sicher - wir freuen uns schon heute auf das nächste Sommerfest im Bürgerl. Heiliggeist Stift.



Traditionelles Weinfest im Bürgerl. Heiliggeist Stift

Wie alle Jahre feierten wir unser traditionelles Weinfest mit unserem eigenen Stiftswein. Diesmal gestalteten wir dieses Fest im Innenhof der St. Anna Kapelle. Mit wunderbaren deutschen Volksliedern begleiteten uns Herr Sollfrank und Herr Braun durch den gelungenen Abend. Natürlich gab es zu unserem Stifts-

wein die Käsestangen von der Heiliggeist Schenke. Die gebackenen Köstlichkeiten kamen frisch aus dem Ofen.

Frau Hildegunde Brummer begrüßte alle Anwesenden mit einer gelungenen Ansprache. Wir sangen und feierten an dem Abend mit einem Prosit der Gemütlichkeit.



Erntedankfest im Bürgerlichen Heiliggeist Stift

Am Freitag den 01. Oktober 2010 fand unser alljährliches Erntedankfest im Speisesaal des Seniorenheims statt.

Der Gottesdienst wurde von Herrn Pfarrer Christian Fröschl gestaltet, der für unsere Bewohnerinnen und Bewohner wunderbare Worte sprach.

Frau Steininger dekorierte den Altar mit jahreszeitlichen Gaben wie Wien-

trauben, Brot, Wein und Gemüse.

Es war ein gelungener Nachmittag den unsere Bewohnerinnen und Bewohner zusammen verbrachten.

Wir möchten Frau Steininger und Herrn Pfarrer Fröschl dafür danken.

Natürlich freuen wir uns sehr auf das nächste Erntedankfest im Bürgerlichen Heiliggeist.



Besuchsdienst im Altenheim und Pflegeheim unter neuer Leitung

Unter der Leitung von Maria Pilzer hat im Jahre 2001 der Katholische Deutsche Frauenbund, zusammen mit der Evangelischen Frauenarbeit und dem Hospizverein, den Besuchsdienst für Altenheime und Pflegeheime eingerichtet. Der Dienst wird derzeit von 38 ehrenamtlichen Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern in fünf Passauer Altenheimen ausgeführt. Frau Maria Pilzer hat nach jahrelanger erfolgreicher Arbeit nunmehr die Leitungsfunktion abgegeben.

Renate Sarembe (61 Jahre), Besuchsdienstleistende seit 2009 und Susanne Binder (44 Jahre), Gerontopsychiatrische Betreuungsfachkraft, haben die Leitung übernommen und werden die Arbeit mit dem bisherigen Konzept weiterführen.

Kontaktadressen:

Renate Sarembe,

Telefon (0851) 4 45 23

E-Mail: Renate.Sarembe@gmx.de

Susanne Binder,

Telefon (0151) 55 73 08 57

E-Mail: susannebinder1@gmx.de

Neuer Ausbildungskurs



Viele Menschen in den Heimen sind allein und warten auf Begegnung mit anderen Menschen. Für diesen speziellen Dienst an älteren Menschen freuen wir uns über jede Mitarbeiterin und jeden Mitarbeiter und bieten immer wieder einen Ausbildungskurs an.

Auskünfte und Anmeldung beim Kath. Frauenbund Passau, Telefon (0851) 3 63 61

Treppenbau □ Einbaumöbel □ Innenausbau □ Holz + Kunststofffenster □ Reparaturen

Schreinerei

Johann Kirchberger

Patriching 29, 94034 Passau

Tel: 0851/54249 Fax: 0851/753413

www.schreinerei-kirchberger.de

info@schreinerei-kirchberger.de



Haus / Innentüren □ Insektenschutz □ Parkett / Kork verlegen u. schleifen □ Balkone

Wir verabschieden uns



Bgl. Heiliggeist Stiftung

Brauner Alfred
Holzbauer Johann
Kölbl Maria
Michl Maria
Michl Therese
Neubauer Margareta
Neidlinger Johann

St. Johannis Spital

Eckstein Martha
Gantenhammer Katharina
Hauner Adeline
Hierweger Hilde
Hoschka Edeltraud
Mauthofer Emma

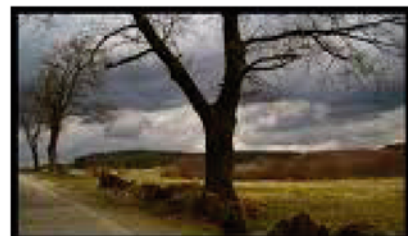


O großer Geist, dessen Stimme ich in den Winden vernehme und dessen Atem der ganzen Welt Leben spendet, höre mich.

Ich trete vor dich hin als eins deiner vielen Kinder. Ich bin klein und schwach. Ich bedarf deiner Kraft und Weisheit. Lass mich in Schönheit wandeln und meine Augen immer den roten purpurnen Sonnenuntergang schauen.

Lass meine Hände die Dinge verehren, die du gemacht hast, und meine Ohren deine Stimme hören.

Schenke mir Weisheit, dass ich die Lehre, die du in jedem Blatt und jedem Felsen verborgen hast, erkennen möge.



Gebet der Sioux, nach Jörg Zink

Die Bibel zeigt den Willen Gottes, die Situation des Menschen, den Weg zum ewigen Leben, das Schicksal des Sünders und die Freude des Glaubenden. Ihre Lehren sind göttlich, ihre Gebote bindend und ihre Berichte wahr. Lesen Sie darin, um die einzige Wahrheit kennen zu lernen. Glauben Sie ihr, um für immer gerettet zu werden, und leben Sie danach! Die Bibel gibt Antwort auf Lebensfragen, Trost und in Hilfe in Not, bleibende Freude und wahren Frieden.



Christus ist das großartigste Thema der Bibel, unsere Errettung ihr Plan und die Verherrlichung Gottes ihr Ziel. Gottes Wort soll unser Denken erfüllen, uns leiten und unsere Schritte lenken. Lesen Sie in der Bibel aufmerksam, regelmäßig und betend! Man findet in ihr den Weg zu dem lebendigen Gott. Der Verantwortung gegenüber den Aussagen der Bibel kann sich keiner entziehen.

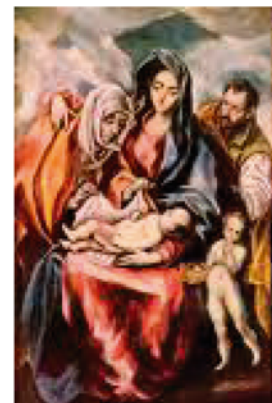
„ So bitten wir nun an Christi statt: Lasst euch versöhnen mit Gott!“

2. Korinther 5,20 (Seite 379)
Das Evangelium nach Matthäus



Jesu Geburt

Die Geburt Jesu Christi geschah aber so: Als Maria, seine Mutter, dem Josef vertraut war, fand es sich, ehe er sie heimholte, dass sie schwanger war von dem Heiligen Geist. Josef aber, ihr Mann, war fromm und wollte sie nicht in Schande bringen, gedachte aber, sie heimlich zu verlassen. Als er das noch bedachte, siehe, da erschien ihm ein Engel im Traum empfing er Befehl von Gott und zog ins galiläische Land. und kam und wohnte in einer Stadt mit Namen Nazareth, damit erfüllt würde, was gesagt ist durch die Propheten: Er soll Nazoräer heißen.



Geburtstagsfeier im Erlauzwiesel

Auch in diesem Jahr durften die Bewohnerinnen und Bewohner des St. Johannis Spitals einen Ausflug machen. Dank dem ehrenamtlichen Verwaltungsrat, Hans Öller, fand am 17. Juli das traditionelle Geburtstagskränzchen im Erlauzwiesel bei Waldkirchen statt.

Nach einer kurzen Busfahrt wurden die Heimbewohner in dem „Restaurant am See“ herzlich empfangen.

Für das leibliche Wohl wurde gut gesorgt. Natürlich kam auch der Musiker, Gottfried Wölfl, mit und sorgte für die lustige und ausgelassene Atmosphäre.

Leider ist so ein Ausflug jedes Mal zu kurz, dafür freuen sich jedoch alle, dass auch im nächsten Jahr der Bus an der Donaulände parat stehen wird, um uns alle zu einem neuen „Ausflugsziel“ zu bringen.



Geburtstage im St. Johannis Spital

Das jeder seinen Geburtstag feiern kann, dass wissen alle Bewohnerinnen, Bewohner und Freunde des St. Johannis Spitals eigentlich schon lange. Einmal im Monat wird mit fester Regelmäßigkeit der Speisesaal des Heimes festlich eingedeckt, der Musiker wird bestellt und der Geburtstagskuchen aufgeschnitten. Natürlich wird auch an Geschenke für

jedes „Geburtstagskind“ des jeweiligen Monats gedacht. Darum kümmert sich der ehrenamtlicher Verwaltungsrat Hans Öller und dafür gehört ihm ein herzliches Dankeschön. Es wird gesungen, geschaukelt und natürlich wird das Beisammensein zu einer schönen Gesprächsrunde genutzt. Prost auf die nächste Geburtstagskinder.



Wir sind Tag und Nacht, Samstag und Sonntag,
jederzeit für Sie erreichbar!

Telefon: (0851) 75 69 90

In Passau / Vilshofenerstraße 49

In Obernzell / Klosterweg 22



Wir lassen Sie nicht allein mit Ihrer Trauer.
Wir helfen Ihnen würdevoll Abschied zu nehmen.

BESTATTUNGSINSTITUT

Sommerfest

Zu jedem Sommer im St. Johannis Spital gehört selbstverständlich auch das Sommerfest. Trotz dem unvorteilhaften Wetter, dass die Feier in den Speisesaal gezwungen hat, wurde nichts dem Zufall überlassen. Die Hauswirtschaft hat großartig dekoriert und Gottfried Wölfl hervorragend musiziert. Heuer hat leider das Wetter nicht mitgespielt, dafür aber alle Anwesenden. Denn diesmal wur-

den in das Programm, das von den Mitarbeitern des Hauses zusammengestellt wurde, auch die Gäste einbezogen... und als die Kutsche aus dem „Kutschenspiel“ wieder nach Hause kam, hörte man überall im Hause nur lautes Lachen. Daher ein großes Dankeschön an alle für das Mitmachen. An die Mitarbeiter geht auch in diesem Jahr ein dickes Lob für das gezeigte Engagement.



Eiskaffee und Sonnenschein

Dass in diesem Jahr der Sommer nicht gerade „super“ war, das wissen wir alle. Dass aber alle Sonnenstrahlen von den Heimbewohnerinnen und Heimbewohnern ausgenutzt wurden, zeigen die folgenden Bilder. Und das schöne Wetter genießt man am Be-

sten mit einem guten Eiskaffee. Im Herbst trinkt man lieber eine Tasse heißen Tee, aber die Erinnerungen an die schönen Nachmittage im Garten bleiben allen bis heute erhalten.



Wieder in „weiß“



Damit alles seine Ordnung behält, schlüpft die Leiterin des Heimes Sonja Stadler immer wieder in ihre weiße Dienstkleidung und widmet sich selbst der Pflege der Heimbewohner. Aus der Nähe kann sie so die Situation der Bewohner aber auch der Mitarbeiter selbst begutachten.



Erntedankfest im St. Johannis Spital

In einem herbstlich dekoriertem Speisesaal und mit einem makellos eingerichteten Altarbereich feierte das St. Johannis Spital seinen Erntedankfest. Die herbstliche Dekoration mit alle möglichen Früchten der Saison war wieder mal eine „Meisterleistung“ der Hauswirtschaftsdamen.



Der Gottesdienst wurde vom Pfarrvikar Fröschl gestaltet. Danach durften alle Anwesenden diesen Tag mit einem einschließenden Herbstfest weiterfeiern. Gottfried Wölfl begleite den restlichen Nachmittag mit seiner Musik und sorgte damit für eine herbstlich-festliche Atmosphäre.



Glanz ohne Glamour

Für einen Abend haben die Bewohnerinnen und Bewohner aus dem Speisesaal umziehen müssen. Das Hauswirtschaftsteam hat dafür gesorgt, dass der Boden des Raumes wieder seinen Glanz bekommt. Es hat alle Damen viel Kraft gekostet, aber die Mühe hat sich gelohnt.



Glückwünsche zum Geburtstag

Nicht nur die Bewohner des Hauses werden älter, auch unser Personal feiert runde Geburtstage. So konnten wir dieser Tage Emma Göttl und Heide Schimek zu ihrem runden Geburtstag gratulieren. Wir wünschen allen Geburtstagskindern nochmals alles Gute.



Organisieren Sie Ihren Tag / Ihre Woche.

Von Kindheit an ist unser Leben organisiert. Jeder Tag ist durchgeplant und hat eine Struktur. Dies bleibt bis hin zur Rente.

Doch was dann? Was tun mit der ganzen Zeit? Gerade vor dem Ruhestand sagt man, dass nun endlich die Zeit da wäre um all das zu tun, was früher nicht möglich war. Man sagt es. Doch umsetzen tun es die wenigsten.

Vielmehr gestalten sich die Tage in monotonen Abläufen. Morgens aufstehen, Frühstück – vormittags vielleicht mit den Nachbarn sprechen oder etwas einkaufen – mittags das Mittagessen – nachmittags Fern sehen – dann das Abendessen und zum Abschluss ins Bett.

Diese Lebensart führt dazu dass eine Isolation vorprogrammiert ist. Langeweile und Antriebslosigkeit fördern Depressionen und haben im schlimmsten Fall eine ärztliche Intervention zur Folge.



Treten Sie dem entgegen. Gestalten Sie ihren Tag ausgefüllt.

Hobbys können endlich ausgelebt werden, nutzen Sie das Angebot des Hauses und besuchen Sie die verschiedenen Angebote. Bilden Sie Bewohnergruppen mit gleichen Interessen.

Ein klar strukturierter Tag, eine durchdachte Wochenplanung gibt Ihnen ein erfülltes und sicherlich besseres Leben.

Die Herausgabe der Heimzeitung wird von der Sparkasse Passau unterstützt.

Wir wünschen Ihnen eine interessante Lektüre.

Fair. Menschlich. Nah.

 **Sparkasse
Passau**

Erkältungskrankheiten

Die Erkältung (auch grippaler Infekt genannt) gehört zu den häufigsten Erkrankungen überhaupt: Im Mittel erkälten sich Erwachsene zwei- bis fünfmal im Jahr, Kinder im Vorschulalter sogar vier- bis achtmal. Dabei entsteht – meist durch Viren – eine akute Infektion der oberen Atemwege.

Häufige Erreger von Erkältungskrankheiten sind Rhino-, Corona-, Adeno- und Respiratory- Viren. Aber auch die Influenza-Viren (Grippeviren) können eine Erkältung auslösen. Spricht man wegen der wenig kennzeichnenden Beschwerden von einem grippalen Infekt, so kann also sehr wohl eine - wenn gleich milde verlaufende - Grippe (Influenza) vorliegen. Eine solche Grippe-Infektion kann lebensbedrohend sein. Daher ist es im Frühstadium - wenn eine Therapie optimal wirkt - wichtig, zu unterscheiden, ob eine Grippe oder eine gewöhnliche Erkältung vorliegt.

Eine Erkältung tritt oft nach Kälteeinwirkung auf und beginnt meist mit Zeichen wie Kratzen im Hals, Niesreiz und leichten Störungen des Allgemeinbefindens wie Kopfschmerzen. Gelingt es den Abwehrkräften des Organismus nicht, die Infektion in Schach zu halten, kommt es zum vollen Ausbruch der Krankheitserscheinungen mit Schnupfen, Husten, Halsschmerzen und eventuell Ohrenschmerzen.

Häufig kann man durch Stärkung der Abwehrkräfte des Organismus beim Auftreten der ersten Anzeichen einer Erkältungskrankheit verhindern, dass die Erkrankung voll ausbricht. Dies ist beispielsweise möglich durch:

- Körperliche Schonung
- Vermeidung von Nikotin und übermäßigem Alkoholenuss
- Reichzeitige Einnahme von Arzneimitteln, die Abwehrfunktionen des Körpers unterstützen (z.B. Präparate aus Echinacea oder Eupatorium-Arten, Ginsengpräparate, Zink und Vitamin C)



Bei vollem Ausbruch der Krankheitserscheinungen sind folgende Allgemeinmaßnahmen angebracht:

- Körperliche Schonung, bei Fieber unbedingt Bettruhe
- Nikotin und Alkohol meiden

Erkältungskrankheiten

- Warme und trockene Luft meiden. Unbedingt ist auf eine ausreichend hohe Luftfeuchtigkeit zu achten, da die bei einer Erkältung entzündeten Schleimhäute im Nasen-Rachen-Raum meist geschwollen und ausgetrocknet sind. Die Luftfeuchtigkeit kann durch Aufstellen von Wassergefäßen und/oder Auslegen von nassen Tüchern erhöht werden.

Da es sich bei Erkältungskrankheiten meist um Virusinfektion handelt, sind Antibiotika wirkungslos! Sie sind nur bei bakteriellen Infektionen angezeigt und über Ihren Einsatz entscheidet allein der Arzt.

Unsere Hinweise

Husten

- Zufuhr warmer Getränke
- Bei trockenem Reizhusten: Hustenblockierende Arzneimittel
- Bei Husten mit Verschleimung: Schleimlösende Arzneimittel, keine Hustenblocker
- Pflanzliche Hustenbonbons
- Kopfdampfbad mit Melissen-, Karmelitegeist oder alkoholischem Kamillenauszug; auch Inhalation ätherische Öle wie z.B. Eukalyptus- oder Pfefferminzöl hat sich zur Linderung des Hustenreizes bewährt.



Halsschmerzen

- Lutschtabletten
- Milde Gurgellösungen
- Halswickel

Fieber

- Bettruhe
- Fiebersinkende Arzneimittel
- Schwitzkur, Wadenwickel

Schnupfen

- Abschwellend wirkende Nasentropfen, Nasensalbe oder Nasenspray, jedoch nicht länger als 8 Tage

Ohrenschmerzen

- Leichtes Schmerzmittel, keine Ohrentropfen

**Für die nahestehende Erkältungszeit
wünschen wir Ihnen ... Gute Besserung**



Der Personalchef beim Bewerbungsgespräch: „Sie fangen am Montag an. Beahlt wird nach Leistung.“. Der Bewerber erwidert: „Tut mir leid, davon kann ich nicht leben.“



Markus findet vor dem Elternhaus einen 100 Euro Schein und steckt ihn kurzerhand ein. Meint ein Passant: „Den musst du doch im Fundbüro abgeben!“ – „Nein, der gehört meiner Mutti!“ – „Und woher willst du das wissen?“ – „Weil Papa sagt, dass Mutti immer das Geld zum Fenster rauswirft!“



Der vierjährige Dieter darf mit Papi eine längere Autofahrt mitmachen. Abends zu Hause fragt die Mutter: „Na, ihr Zwei, wie war es denn?“ – Der kleine total begeistert: „Ganz toll! Wir haben zwei Hornochsen, einen Knallkopf, sechs Armleuchter und einen Vollidioten überholt...“.



Mäxchen fährt in der Straßenbahn. Eine schwangere Frau steigt an der nächsten Haltestelle ein und findet keinen Sitzplatz mehr. Freundlich überlässt Mäxchen ihr seinen eigenen Platz. Darauf sagt die Frau zu ihm: „Du bist aber ein kleiner Gentleman!“ In der Schule fragt der Lehrer die Kinder: „Wer weiss, was ein Gentleman ist?“ Mäxchen meldet sich ganz aufgeregt: „Ein Gentleman ist jemand, der eine schwangere Frau sitzen lässt.“



„Ach, Paul, du solltest doch aufpassen, wann die Milch überkocht.“ – „Hab ich ja, es war genau zwei nach zwölf.“.



Mutter, Schwiegermutter und Ilsekind begleiten Papi, der zur Kur fährt, zum Zug. „Hier hast Du ein Schinkenbrot“, meint Mutti, „damit Du uns nicht verhungerst.“ – „Und hier hast Du eine Flasche Bier“, lächelt die Schwiegermutter, „damit Du uns nicht verdurstest.“ Worauf die kleine Ilse ein Veilchensträußchen überreicht und treuherzig piepst: „Hier nimm - damit Du uns nicht verduftest“.

Rundum gut versorgt



-  Enterale Ernährung
-  Ambulante Infusionstherapie
-  Tracheostoma
-  Wundversorgung
-  Stoma
-  Ableitende Inkontinenz
-  Beatmung

assist ist bundesweit eines der größten Homecare- Unternehmen mit langjähriger Erfahrung in diesen komplexen Therapiebereichen. Durch unsere permanent geschulten und examinierten Fachpflegekräfte können wir eine bestmögliche Umsetzung der verordneten therapeutischen Maßnahmen garantieren.

Ich freue mich darauf, Sie persönlich kennen zu lernen.

Andreas Schießl
Pflegermanager

Tel. 0171/51 32 675



assist GmbH · 66661 Merzig

Bgl. Heiliggeist Stiftung

21.10.2010 Geburtstagskränzchen
18.11.2010 Geburtstagskränzchen
02.12.2010 Nikolausfeier
09.12.2010 Adventsfeier
21.12.2010 Weihnachtsfeier

St. Johannis Spital Stiftung

28.10.2010 Geburtstagskränzchen
18.11.2010 Geburtstagskränzchen
27.11.2010 Adventsfeier
06.12.2010 Nikolausfeier
17.12.2010 Weihnachtsfeier

Terminänderungen werden rechtzeitig mitgeteilt.



Wenn Blätter bunt sich färben

*Wenn Blätter bunt sich färben
und Herbstzeitlosen blüh'n -
die Menschen Pilze sammeln
und Schwalben südwärts zieh'n.*

*Wenn wir für Ernte danken
und Winde kühler weh'n -
sich Nebel zögernd lichten
dann will das Jahr vergeh'n.*

*Es zieht mit steifen Schritten
durch Kälte, Schnee und Wind
und kommt nach sanftem Schlummer
zurück als Frühlingskind.*

Autor unbekannt



Impressum:

Der Seniorenstift ist ein kostenloses Informationsmagazin für Bewohner, Angehörige und Interessierte der Seniorenheime Bgl. Heiliggeist-Stiftung und St. Johannis Spital Stiftung Passau.

Verantwortlich im Sinne des Presserechts:

Horst Matschiner, Geschäftsführer Seniorenstift Stadt Passau,
Rindermarkt 10, 94032 Passau

Horst.matschiner@passau.de

www.seniorenstift-passau.de

Ausgabe: Herbst 2010

Umschlaggestaltung:

Josef Schwan

Anzeigen und Gestaltung:

Radka Torzillo

Redaktion:

Heimleitung, Verwaltung und Bewohner

Bgl. Heiliggeist Stiftung und St. Johannis Spital Stiftung

Druck:

Druckerei Simon, Passau

Wittelsbacher Apotheke OHG



Ihre Gesundheit in guten Händen

C.+E. Lindinger

Fachapotheker
für Allgemeinpharmazie
und Ernährungsberatung

Seit drei Jahrzehnten
Partner der Seniorenstifte
der Stadt Passau



Ludwigsplatz 7
94032 Passau

TEL. 0851/36133
FAX 0851/2026

info@apotheke-passau.de
www.apotheke-passau.de