



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
Interview mit Hanns Egon Wörlen	Seite	5
Diavortrag - Bgl. Heiliggeist Spital	Seite	6
Spendeübergabe - Bgl. Heiliggeist Spital	Seite	6
Faschingsfeier – Bgl. Heiliggeist Spital	Seite	8
Starkbierfest – Bgl. Heiliggeist Spital	Seite	10
Wir verabschieden uns	Seite	12
Palmsontag	Seite	13
Winterfeier – St. Johannis Spital	Seite	14
Mitarbeiter feiern Geburtstag - St. Johannis Spital	Seite	15
Chick in Strick - St. Johannis Spital	Seite	15
Faschingsfeier – St. Johannis Spital	Seite	16
Starkbierfest – St. Johannis Spital	Seite	18
Gesundheitsecke – Osteoporose	Seite	20
Feste und Feier	Seite	23

Königsbauer Metzgerei

PREIS der BESTEN

für langjährige hervorragende Produktqualität

Wir freuen uns, unseren Kunden wie gewohnt, beste Qualität anbieten zu können!

Aus der Region - Für die Region aus täglich frischer Schlachtung! Denn nur beste Qualität kann wirklich schmecken!

2011 wurde die Qualitäts-Metzgerei Königsbauer bereits zum 24-ten Mal mit dem Preis der Besten in Gold ausgezeichnet!

(v. l. Jana Königsbauer, Geschäftsführer Helmut Königsbauer, DLG-Vizepräsident Prof. Dr. Achim Stiching)

PREIS DER BESTEN
GOLD
20 11
DLG
Für langjährige hervorragende Produktqualität

Metzgerei Königsbauer, Neuburgerstraße 106, 94036 Passau, 0851/5308-0

Liebe Bewohnerinnen und Bewohner,
liebe Freunde unserer Heime,

die vorliegende Frühjahrsausgabe unserer Heimzeitung zeigt in bunten Bildern auf, wie abwechslungsreich das Leben in unseren beiden Seniorenheimen ist. So nehmen natürlich gerade auch die Feierlichkeiten und Veranstaltungen einen wichtigen Platz in unserem Heimleben ein. Ob Faschingsfeiern, Starkbierfest oder Geburtstagskranzerl, unsere Bewohnerinnen und Bewohner verstehen es, ihr Leben bei uns zu genießen und die Feste zu feiern, wie sie eben fallen.

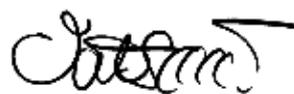
Auch aufgrund unserer Lage im Herzen der Stadt Passau treffe ich immer wieder Bewohner der beiden Heime in der Innenstadt oder bei einem gemütlichen Plausch in einem der Kaffees im Umgriff der Fußgängerzone. Diese optimale Lage und die damit verbundenen Möglichkeiten zeichnet sowohl das St. Johannes Spital als auch das Heiliggeist Spital aus.

Wirklich gefreut habe ich mich aber dieser Tage, als ich zwei rüstige Bewohner des St. Johannes Spitals als Besucher bei einer Sitzung des Stiftungsausschusses entdeckt habe. Beide Herren hatten Tags zuvor in der Zeitung gelesen, dass im Rathaus eine Sitzung dieses Gremiums einberufen wird, wo auch die Haushaltspläne des Johannisspitals behandelt werden sollten. Die beiden Bewohner interessierte diese The-

matik und sie entschlossen sich daher, an dieser öffentlichen Sitzung als Besucher teilzunehmen.

Dieses Interesse an regionaler Politik und an Stadtratssitzungen, in denen auch Entscheidungen für unsere Heime getroffen werden, finde ich großartig. In diesem Zusammenhang möchte erwähnen, dass auch die Sitzungen des Werkausschusses Seniorenstift Stadt Passau zu großen Teilen öffentlich sind und damit interessierten Besuchern offen stehen. Gerne darf ich daher alle unserer Bewohnerinnen und Bewohner auffordern, uns auch weiterhin kritisch zu begleiten. Informieren Sie uns über Ihre Wünsche und Anregungen. Im Rahmen unserer Möglichkeiten sind wir immer bemüht, Sie zufrieden zu stellen und Ihren Aufenthalt in den städtischen Heimen möglichst angenehm zu gestalten.

Mit besten Grüßen und Wünschen für einen sonnigen Start in den Frühling
Ihr



Horst Matschiner
Geschäftsführer



Bgl. Heiliggeist Spital

März

Adolph Maria
Anzenberger Olga
Barth Berta
Elsberger Amalia
Hallschmid Franziska
Hauptmann Anton
Quaß Emmy
Schwarz Elisabeth

April

Brichta Olga
Stiegler Elisabeth
Weidinger Irma
Wörten Hanns-Egon

Mai

Bachmann Alfred
Büscher Wilhermine
Degen Edeltraud
Fäller Sophie
Gerstl Fritz
Haller Ludowika
Schreyer Franz

St. Johannis Spital

März

Behringer Hildegard
Ludwig Anton
Wählte Johanna
Würfl Klara

April

Altweger Johann
Eisner Irma
Häuselmeier Wilma
Papendorf Elfriede
Müller Margarete
Stephan Helene
Von Kutzschenbach Irene

Mai

Bartik Konrad
Bujak Alex
Fengler Maria
Fesl Maria
Friedlmeier Paula
Lauerer Friedrich Karl



Unsere Heimbewohner - Interview mit Hans Egon Wörten

Unsere Heimzeitung „Der Seniorenstift“ dokumentiert nunmehr seit einigen Jahren in Wort und Bild das bunte Leben in unseren beiden Seniorenheimen. Wir wollen zukünftig in unregelmäßigen Abständen auch Bewohner der Heime vorstellen und zu Wort kommen lassen. Beginnen wollen wir mit dem Passauer Ehrenbürger **Hanns Egon Wörten**, der seit rund sieben Jahren im Heiliggeist Spital seine Heimat gefunden hat. Wörten ist der einzige Bewohner, der noch immer täglich sein Büro in der Steinergasse aufsucht und dort

im gleichnamigen Architekturbüro beratend tätig ist. Hier ist er seit jeher gewohnt, nicht nur hart und ausdauernd zu arbeiten, sondern auch mit hoher sozialer Kompetenz und einem Gespür für Menschen als Vorgesetzter zu wirken - Eigenschaften die er sich bis heute erhalten hat.



Der Name Wörten steht aber auch in

unmittelbarem Zusammenhang mit dem Museum Moderner Kunst, dessen Gründer und Finanzier der rüstige Ehrenbürger Passaus ist. Die Wurzeln für dieses immense kulturelle Engagement finden sich bei seinem Vater Georg Philipp Wörten, einem überregional bekannten Maler und kosmopolitisch denkenden Künstler des beginnenden 20. Jahrhunderts.

Hanns Egon Wörten besuchte in Passau die Oberrealschule und wurde nach dem Ableisten des Arbeitsdienstes in der damaligen St. Nikola Kaserne zum Infanteristen ausgebildet. Nach seinen eigenen Angaben war Wörten damals in der Stube 312 der St. Nikola Kaserne untergebracht, heute belegt er im Heiliggeist Spital das Zimmer 314. In der Vorkriegszeit war es üblich, sich das Bett in Form eines Strohsackes selbst machen zu müssen – heute sind Wechseldruckmatratzen und zeitgemäße Bettenausstattung der Standard in einem Seniorenheim.

Auf die Frage, warum er gerade das Heiliggeist Spital als Seniorenheim auswählte, antwortete der prominente Bewohner: „In meiner Zeit als Architekt habe ich viele Altenheime besichtigt und auch geplant. Beim Umbau des St. Johannis Spitals war ich sogar als Bauleiter tätig. Die Altenheime in der Innenstadt sind aufgrund ihrer zentralen Lage für mich immer erste Wahl. Auch wenn ich mir früher nicht vorstellen konnte, in einem Seniorenheim zu leben, musste ich nach ei-

nem Klinikaufenthalt die Erfahrung machen, dass ich meine Lebens- und Haushaltsführung allein nicht mehr bewältigen kann. Da sieht man erst, was für ein armer Hund man ist, wenn man auf sich allein gestellt zuhause ist. Auf Anraten des früheren Stadtrats Herbert Volkmer habe ich mich dann für einen Platz im Rüstigenbereich des Heiliggeist Spitals interessiert.

Das Heiliggeist Spital habe ich aufgrund seiner Helligkeit und Freundlichkeit gewählt. Der zeitgemäße Standard und die Lage im Herzen der Stadt Passau waren für mich die ausschlaggebenden Gründe.“

Auf die Frage, ob er auch im hohen Alter noch Pläne für die Zukunft hat, entgegnete Wörten: „Selbstverständlich habe ich noch Pläne für die Zukunft. Diese Pläne und die täglichen Aufgaben halten mich gesund. Aufgrund meiner langjährigen Erfahrung sind mein Sachverstand und mein Rat in meinem Büro immer noch gefragt. Auch bezüglich des Museums Moderner Kunst habe ich noch viele Vorstellungen. Als Stifter dieses europaweit bekannten Museums ist es mir ein wichtiges Anliegen, den erfolgreichen Betrieb auch zukünftig gesichert zu wissen.“

Für diese Pläne wünscht das Seniorenstift Stadt Passau dem 97-jährigen Künstlmäzen immer eine glückliche Hand.

Das Interview mit Hanns Egon Wörten führte Horst Matschiner

Diavortrag des Seniorenbeirats

Am 11. Januar 2012 veranstaltete der Seniorenbeirat im Speisesaal des Bürgerlichen Heiliggeist Stifts einen Diavortrag über das „Passau vor langer Zeit“.

Auswärtige Besucher und unsere Bewohnerinnen und Bewohner zeigten viel Interesse an den alten Aufnahmen und so mancher Ort wurde nicht sofort wieder erkannt. Man konnte sehen, wie viel sich in den vielen Jahren verändert hat.

Es war ein sehr schöner Nachmittag an den sich Alle gerne zurück erinnern.



Spendenübergabe Betten Schulz freut die Bewohner des Bgl. Heiliggeist Spitals

Das Bettenhaus Schulz beschenkte die Bewohnerinnen und Bewohnern des städtischen Seniorenheimes Bgl. Heiliggeist Spital mit verschiedenen Schurwollunterbetten.

Geschenk ausgiebig testeten. Am nächsten Morgen waren sich alle Beschenkten einig, dass die Unterbetten sich sehr positiv auf ihren Schlaf ausgewirkt haben.

Die Unterbetten wurden an interessierte Heimbewohner überreicht, die bereits in der ersten Nacht das

Sowohl Heimleitung Angelika Neulinger als auch der Geschäftsführer des Seniorenstifts Stadt Passau, Horst

Matschiner, bedankten sich bei Andrea Schulz für dieses soziale Engagement und die großzügige Spende. Auch verschiedene Bewohnerinnen und Bewohner ließen es sich nicht

nehmen, sich persönlich bei Andrea Schulz für ihre sinnvolle Spende zu bedanken.

Im Bild von links nach rechts



*Angelika Neulinger , Heimleitung
Bgl. Heiliggeist Spital
Irma Weidinger, Heimbewohnerin
Rosina Wittmann, Heimbewohnerin
Andrea Schulz, Inhaberin Betten
Schulz
Horst Matschiner, Geschäftsführer
Seniorenstift Stadt Passau
bei der Übergabe der Unterbetten*



Gänsefüßchen

gehören zu den kleinsten Zeichen in unserem Schriftsystem. Manchmal ist es für die Augen ganz schön anstrengend, sie noch zu erkennen. Damit Sie Briefe von Enkeln, Tageszeitungen, Bücher und vieles andere genießen können, gibt es bei uns die geeigneten Hilfsmittel. Von Brillen für alle Sehschwächen bis hin zu vergrößernden **Sehhilfen**.

Nachtigall

vermag uns mit ihren feinen Lauten zu verzaubern. Ihre Stimme gehört zu den Schönsten im Tierreich. Damit Sie diese kleinen Freuden der Natur erleben, guten Gesprächen lauschen, schöne Musik genießen und sich am täglichen Leben erfreuen können, finden Sie bei uns entsprechendes **Gehör**.

Ludwigstraße 26
94032 Passau
Fon: (0851) 5 13 96
Fax: (0851) 5 91 81

Tettenweiser Straße 7
94060 Pocking
Fon: (08531) 78 13
Fax: (08531) 1 20 58



AUGENOPTIK · HÖRGERÄTE

Dank an Messerin Rosa Steininger im Heiliggeistspital

Auch lange nach ihrem Berufsleben als Köchin des Seniorenheimes Heiliggeist Spital versieht Rosa Steininger noch immer ehrenamtlich die wichtigen Aufgaben einer Mesnerin im Seniorenheim. Seit Jahrzehnten führt sie nunmehr bereits diese Tätigkeiten mit großem Engagement und Zuverlässigkeit aus. Dieser Tage konnte Rosa Steininger einen runden Geburtstag begehen. Oberbürgermeister Jürgen Dupper nahm dies zum Anlass, sich auch im Namen der Heim- und Werkleitung bei Rosa Steininger mit einem Geschenkkorb für ihr segensreiches Wirken zu bedanken.

Auch der Heimgeistliche, Pfarrvikar Christian Fröschl, und der Geschäftsführer der städtischen Heime, Horst Matschiner, dankten Rosa Steininger

für ihr unermüdliches Wirken bei der Vorbereitung der Gottesdienste und dem Schmücken des Kirchenraumes.



Im Bild von links nach rechts

*Horst Matschiner, Werkleiter Seniorenstift Stadt Passau
Rosa Steininger, Mesnerin
Jürgen Dupper, Oberbürgermeister
Christian Fröschl, Heimgeistlicher*



Helau und Alaaf im Bürgerlichen Heiliggeist Stift

Am Rosenmontag fand im Seniorenheim des Bürgerlichen Heiliggeist

Stift die alljährliche und sehnsüchtig erwartete Faschingsfeier statt.



Bgl. Heiliggeist-Stiftung

Fuchs Eva sorgte mit ihrer „zahnlu-kerten Resi“ für viel Lachen. Unsere „Skatchprofis“ Waltraud und Helga ließen es sich nicht nehmen, wieder ein lustiges Stück vorzuführen. Bei Kaffee, Krapfen und Wein wurde viel geschunkelt und gelacht. Zu der Musik von unserem Musiker Max Fuchs wurde auch eine Polonaise durch das ganze Erdgeschoß durchgeführt. Alle waren sich einig, dass es ein gelungen-er Nachmittag war, der bestimmt

nächstes Jahr wieder durchgeführt wird.



Besuch von Studenten im Bgl. Heiliggeist Spital

An einem kalten Nachmittag besuchte eine Gruppe von Studenten die Heimbewohnerinnen und Heimbewohner des Heimes. Diese musizierten und sangen gemeinsam mit den Bewohnerinnen und Bewohnern. Außerdem brachten sie auch eine kleine süße Überraschung mit. Es war ein angenehmes und abwechslungsreiches Zusammentreffen.



Starkbierfest im Hl. Geist

Am 21. März 2012 hatten die Bewohner und Bewohnerinnen des Bürgerlichen Heiliggeist Stifts wieder ausgiebig die Gelegenheit, das Starkbier aus dem Fass zu probieren. Die

ehrenamtliche Verwaltungsrätin und Stadträtin Frau Hildegunde Brummer und die Heimleitung Frau Angelika Neulinger bewirteten die Bewohner persönlich.



Umrahmt wurde die Feier von unserem Hausmusiker Max Fuchs. Passend zu diesem Fest wurden von der Küche abends frische Weißwürste



und Brezeln gereicht. Wir freuen uns schon auf die nächste Fastenzeit und das Starkbierfest.



Kleine Einblicke in die soziale Beschäftigung

Gymnastik

Um die Beweglichkeit zu erhalten, findet regelmäßig die Gymnastikstunde statt. Ob mit oder ohne Geräte, es ist immer ein willkommene Stunde.



Gedächtnistraining

Hier das Thema: „Frühjahrsputz“. Es wurden alle Gegenstände aufgezählt, die dafür notwendig sind.



Zeitungsrunde

Ein tägliches Ritual: die Zeitungsrunde. Die wichtigsten Nachrichten des Tages werden vorgelesen und natürlich von allen sehr lebhaft diskutiert.



**„Der Tod kann uns von dem Menschen trennen, der zu uns gehörte;
aber er kann uns nicht das nehmen, was uns mit ihm
verbunden hat.“**

(Verfasser unbekannt)



Bgl. Heiliggeist Spital

Panholzer Ferdinand
Dr. Kandziora Jan
Katibei Elisabeth
Bauer Anna

St. Johannis Spital

Hainz Antonia
Pfleger-Wessely Emilie
Rekos Elsbeth
Schulz Bronislava



Fragen und Antwort...

Ich möchte Sie, so gut ich es kann, bitten, Geduld zu haben gegen alles Ungelöste in Ihrem Herzen und zu versuchen, die Fragen selbst lieb zu haben, wie verschlossene Stuben und wie Bücher, die in einer fremden Sprache geschrieben sind. Forschen Sie jetzt nicht nach Antworten, die Ihnen nicht gegeben werden können, weil Sie sie nicht leben könnten, und es handelt sich darum, alles zu leben. Leben Sie jetzt die Fragen. Vielleicht leben Sie dann allmählich, ohne es zu merken, eines fernen Tages in die Antwort hinein.

Rainer Maria Rilke

Palmsonntag

Palmsonntag (lateinisch dies florum, dies palmarum) wird auch der „Blumensonntag“, „Blumostertag“ oder „Blumostern“ genannt.

Im Gedenken an den Einzug Jesu in Jerusalem, wo Palmzweige auf dem Weg dorthin lagen, werden heute noch in den Kirchen „Palmzweige“ geweiht. Viele Märtyrerinnen tragen übrigens als Attribut einen Palmzweig, der auf ihr Martyrium hinweist. Er steht symbolisch für die Prophezeiung der christlichen Auferstehung und den Sieg über den Tod. Die Palme, die immer aufrecht und gerade wächst und immergrün ist, ist seit langer Zeit ein Gottes- und Lebensbaum.

Da in Deutschland ja keine echten Palmen zur Verfügung stehen und der Palmsonntag am Beginn des Frühjahres liegt, hat sich der Brauch eingebürgert, die Zweige der ersten frühlingshaften Regung der Natur als Palmenerersatz zu verwenden. So verwendet man stattdessen Buchsbaum, Wacholder, Hasel- und Salweide (Palmkätzchen), Thuja, Tannengrün, Stechpalme (auch Palmdistel genannt) oder Seidelbast (Daphne). Es sind alles Pflanzen, die nach altem Glauben schon seit der Antike vor allem Bösen und Schädlichen bewahren sollen; deshalb werden sie nach dem Gottesdienst wieder mit nach Hause genommen, damit sie dort das Unglück vom Haus fernhalten.

In manchen Gegenden verwendet man als „richtigen“ Palmbusch immer dreierlei vom Gleichen: drei Buchszweige, drei blühende Palmkätzchen, drei Stechpalmenzweige, drei Eichenzweige mit dem roten Laub vom Vorjahr.

Die einfachsten „Palmstecken“, „Palmwischen“ oder „Palmwedel“ bestehen aus einem Stab, an dessen Spitze ein Zweig der traditionellen Pflanzen, vielleicht geschmückt mit einem bunten, ausgeblasenen Ei, bunten Papierbändern oder auch ein rotbackiger Apfel gebunden werden.

Der alte Brauch des Reisigschneidens, das für das Osterfeuer verwendet wird, ist auch heute vielerorts wieder lebendig. Früher jedoch wurde das Reisig auch noch zum Zweck des Besenbindens geschnitten.

In Finnland schlägt man Freunde und Bekannte am Palmsonntag leicht mit der Birkenrute. Das soll Glück bringen.

Mit dem Palmsonntag beginnt die Karwoche, die mit dem Karsamstag endet. Die Karwoche umfasst die „stillen Tage“ Montag bis Mittwoch und die eigentlichen „Kartage“ Gründonnerstag, Karfreitag und Karsamstag (Ostersamstag). „Kar“ leitet sich vom mittelalterlichen Wort Wehklage, Sorge ab, das sich noch in dem englischen „care“ findet. Die Vorsilbe „Kar“ für den Montag, Dienstag und Mittwoch hat sich nicht durchgesetzt. (bsch)

Wintergeburtstagskränzchen im St. Johannis Spital

Auch wenn Winter die kalte Jahreszeit genannt wird, behalten Heimbewohnerinnen und Heimbewohner des St. Johannis Spital die Wärme immer im Herzen und feiern auch trotz Schnee und Frost.

So auch im Januar 2012. Im Rahmen einer Winterfeier durften sich

alle Januar-Geburtstagskinder über ein kleines Andenken freuen.

In einer angenehmen Atmosphäre und unter der musikalischen Umrahmung von Gottfried Wölfl wurde geschunkelt, gesungen und fröhlich gefeiert.



reha team
Mais
Das Sanitätshaus Aktuell eK

Partner Ihrer Gesundheit!

Inkontinenz- und
Stoma-Versorgungen

Hilfsmittel zur Rehabilitation,
Kranken- und Altenpflege



Für Ihre Füße!
Bequemschuhe, Diabetes-
adaptierte Fußbettungen



Für Ihre Beine!
Kompressions-Strümpfe,
Stützstrümpfe, u.v.m.



Josef-Großwald-Weg 1
94036 Passau
Tel. 0851 / 988 28-0
Fax 0851 / 988 28-28

Passau Pocking Vilshofen
Osterhofen Waldkirchen

Ein halbes Jahrhundert gefeiert

50 ist die Hälfte von 100. Das ist keine hohe Mathematik. Zweimal 50 ist wiederum 100. Und 100 Jahre alt sind im Januar zwei Kollegen des St. Johannis Spitals geworden. Natürlich

gerecht aufgeteilt.

Liebe **Hilde** und lieber **Uwe**, zu dem fünfzigsten Geburtstag wünschen wir nochmals von ganzem Herzen alles Gute.



Chick in Strick - Ein Shoppingtag der anderen Art

Zum zweiten Mal durften die Bewohnerinnen des St. Johannis Spitals das Ehepaar Gebhard im Heim begrüßen. Den ganzen Tag war es möglich modische Kleidung zu probieren und zu kaufen. Ohne das Haus verlassen zu müssen, konnten die interessierten Heimbewohnerinnen die in den Räumlichkeiten des Hauses eingerichtete Boutique besuchen und

die ausgesuchten Kleidungsstücke zum Anprobieren auch in die eigene Wohnräume mitnehmen. Wie schon beim ersten Besuch, freuten sich alle Interessierten über die hervorragende Auswahl und vor allem ausgezeichnete Qualität der Kleidung. Natürlich hat Familie Gebhard versprochen, auch die nächste Kollektion bei uns vorzustellen.



Die fünfte Jahreszeit im St. Johannis Spital

Bunt und laut war es im Februar im St. Johannis Spital. Der Grund dafür war die fünfte Jahreszeit – die Narrenzeit. Nicht nur an der Dekoration konnte man es erkennen, dass der Fasching gefeiert wird. Viele Heimbewohnerinnen, Heimbewohner aber auch die Beschäftigten kamen verkleidet zu der alljährlichen Faschingsfeier. Bei Manchen war das Rätseln nach der wahren Identität sehr schwierig.

Dank der Faschingsgarde „Hofnarria“ aus Hofkirchen kam die richtige Faschingslaune ins Haus. Die Lebhaftigkeit der Kinder begleitete alle den ganzen Nachmittag. Mit ausgezeichnete Musik versorgte Gottfried Wölfl, der wie immer seine Aufgabe mit 1+ bestanden hat.

Eine „echte“ Wahrsagerin lass für alle Sternzeichen das Jahreshoroskop und startet mehrmals vergeblich die Versuche, manche Vertreter des Tierkreises umzustellen.

Lustig, laut und hier und da auch süßsauer ging die Feier bis zur späten Stunde fröhlich weiter. Und nicht traurig sein... Am 11.11. dieses Jahres fängt die närrische Zeit wieder an!





Piratenparty in der Verwaltung

Nicht nur die Heimbewohner/innen ließen sich in der bunten Faschingszeit zum Verkleiden verführen, sondern auch der Geschäftsführer Horst Matschiner, Frau Eder und Pfarrvikar Fröschl. Nicht nur auf offener See gibt es Piraten. Auch in einer Dreiflüßstadt fahren Schiffe und die wurden gleich von diesen Drei unsicher gemacht. Na dann... Schiff AHOJ!!!



Wie stark ist ein Starkbier?

Am 22. März 2012 stellten sich viele Teilnehmer des alljährlichen Starkbierfestes im St. Johann diese Frage. Die beste Antwort findet man nur durch den Selbstversuch und daher strömte das Starkbier an diesem Nachmittag ununterbrochen aus dem Fass.

Die Hauswirtschaftskräfte kümmerten sich schwunghaft um das leibliche Wohl und Gottfried Wölfl über-

raschte auf Neue mit seiner musikalischen Unterhaltung.

Ob alle die Antwort auf die Anfangsfrage gefunden haben, bleibt ein Geheimnis. Denn manche Erkenntnisse sollte man nicht verraten. Eins ist sicher... falls sich jemand bei der Feststellung noch unsicher ist, kann er es das nächste Jahr im März nochmals versuchen, dieses Geheimnis zu ergründen.





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**



ZIMMERMANN
Gesundheit • Wohlfühlen • Lebensqualität

RESERVIEREN SIE IHRE PLÄTZE IM VORAUS AM TELEFON!

0851 - 988 355 0



Osteoporose – Was ist das?

Osteoporose gehört zu den 10 häufigsten Krankheiten unserer Zeit. In Deutschland leiden beinahe sieben Millionen Menschen an dieser Krankheit. Heute hat ein Drittel aller Frauen, sowie jeder fünfte Mann ab 50 Jahre Osteoporose.

Bei Osteoporose ist der natürliche, altersbedingte Knochenabbau deutlich verstärkt. Meist bleibt die Verringerung der Knochensubstanz unbemerkt. Erst wenn Knochenbrüche ohne größere äußere Einwirkung auftreten, d.h. nach kleineren Stürzen, dem Heben einer schweren Tasche, usw. wird vom Arzt die Diagnose gestellt.

Die meisten Knochenbrüche treten in der Wirbelsäule, den Handgelenken oder an der Hüfte auf. Solche Brüche können weitreichende Folgen, wie Bewegungseinschränkungen bis hin zur Pflegebedürftigkeit haben.

Eine Spätfolge der Krankheit ist der sogenannte Witwenbuckel. Er bezeichnet den Rundrücken, der entsteht, wenn mehrere Brustwirbelkörper geschädigt sind. Diese brechen ein, da sie der täglichen Belastung nicht mehr standhalten können. Die Körpergröße kann um mehr als 3-5 cm abnehmen.

Vermeiden sie also Stürze!!!!

Wie stelle ich Osteoporose fest?

Sprechen Sie beim nächsten Arzttermin ihren Hausarzt darauf an. Eine Knochendichtemessung kann durchgeführt werden (dies ist keine Krankenkassenleistung, d.h. sie müssen die Untersuchung selbst bezahlen).

Welche Maßnahmen kann ich ergreifen:

Medikamente	Bewegung	Ernährung	Hilfsmittel
Biphosphonate Östrogene Fluoride Kalzitinin Kalzium, Vitamin D Parathormon	Spazieren gehen, Nordic Walking, Gymnastik Qi Gong Nehmen Sie die Treppe, nicht den Fahrstuhl	Calcium: in Milch, Gouda, Nüssen, Kohl, Ca-reiches Mineralwasser Vitamin D: viel Sonne, in Leber, Milchprodukten, Eier, Hering Vitamin K: Fleisch Innereien, grünes Gemüse, Vollkornprodukte	Hüftschutzhosen, Toilettensitz-erhöhung Duschhocker Rollator



*Einschalten/
Genießen*

Die Stadtwerke Passau sind immer für Sie da. Schalten Sie uns ein. Den Rest machen wir. Wir versorgen Sie rund um die Uhr mit Strom, Erdgas, Wärme und Wasser. Wir verkehren für Sie auf einem gut ausgebauten Omnibusnetz, wir bringen Sie in unseren Parkhäusern unter, wir verwöhnen Sie in unseren Bädern- und Sie genießen.

Mit Energie für Sie

www.stadtwerte-passau.com

Stadtwerke Passau GmbH · Regensburger Straße 39 · 94036 Passau

SWP
Stadtwerke Passau

Witzecke/Gedächtnistraining

Wütend schlägt ein Beamter im Gartenbauamt eine Schnecke tot. "Warum hast Du das gemacht?" Fragt sein Kollege. "Das aufdringliche Biest verfolgt mich schon den ganzen Tag".



Ein kleiner Mann sitzt traurig in der Kneipe, vor sich ein Bier. Kommt ein richtiger Kerl, haut dem Kleinen auf die Schulter und trinkt dessen Bier aus. Der Kleine fängt an zu weinen. Der Große: "Nun hab' dich nicht so, du Weichei! Flennen wegen einem Bier!" Der Kleine: "Na, dann pass mal auf. Heute früh hat mich meine Frau verlassen, Konto abgeräumt, Haus leer. Danach habe ich meinen Job verloren! Ich wollte nicht mehr leben. Legte ich mich auf's Gleis... Umleitung! Wollte mich aufhängen... Strick gerissen! Wollte mich erschießen ... Revolver klemmt! Und nun



KONZENTRIERT LESEN

Das ungewöhnliche Textbild entsteht durch die fehlenden Wortabstände und Satzzeichen und der unüblichen Groß-Klein-Schreibung. Das lesen fällt Ihnen viel leichter, wenn Sie sich den Text laut vorsprechen.

ErDbeErEn

DiEKOENigiNuNTErdENBEErENiSTNichtNurbESONdErSwOhISchmEckENdS
ONdErNOBENdrEiNauchNOchSEhrGESuNdDiEarOmaTiSchENFruEchTeSiNd
rEichanviTamiNENuNdMiNEraIStOffEN150gRammeRdbeErEndeCKENdEntAg
esbEdarfVOn75mgviTaMinCdiesuEssenFRuEchtewUrdeNfRueHerweGeniHreS
hOhEngeHaltSaNCaIciumkAliUmnAtriUmEisENunDpHospHorsOgaRaISheilMi
ttelgEgEngiChTunDrHeumAveRwEndEtnoChhEutEschaEtztmAnsiEindErvOLk
SmeDiziNalswiRkSameSmiTELgEgENbLutArmUTobendReinsiNddiEvErLockE
ndenfRuEchTcHenaUchnoHeinschlaNkmAcher100grEntHaltEngeRadEmal33
kAlorIEndAkAnnMandoChwirkLichohNereuEmAlsoRiChtiGschlemMen

Feste und Feier/Impressum

Bgl. Heiliggeist Spital

02.05.2012 Maidult
22.05.2012 Maifest mit
Geburtstagen
28.06.2012 Musiknachmittag mit
Geburtstagen
04.07.2012 Geburtstagskränzchen
03.08.2012 Sommerfest

St. Johannis Spital

24.05.2012 Musikfestival
28.06.2012 Johannisfeier
20.07.2012 Sommerfest
23.08.2012 Garten-
Geburtstagskränzchen

Terminänderungen werden rechtzeitig mitgeteilt.



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: Frühling 2012

Anzeigen und Gestaltung: Radka Torzillo

Redaktion: Heimleitung, Verwaltung und Bewohner
Bgl. Heiliggeist Stiftung und St. Johannis Spital Stiftung
Druck: System Copie OHG Landshut



Einzigster
Meister-Betrieb
Niederbayerns im Bestattungsgewerbe

TRAUERHAUS Passau - Soldenpeterweg 47 - 0851/9 66 37 37 - www.bestattungshaus-kasberger.de

Wittelsbacher Apotheke OHG



Ihre Gesundheit in guten Händen

- **Arzneimittel**
- **Allopathie**
- **Naturheilkunde**
- **Palliativpharmazie**

- **Lieferservice**
- **Ernährungssprechstunde**
- **Hausapothekencheck**
- **Reiseimpfberatung**
- **Gesundheitsreisen**
- **Verleih von Milchpumpen
und Inhalationsgeräten**
- **Wiederholter Testsieger
im Passauer Kundenspiegel**
- **Blutwertanalyse**
- **Mineralstoffberatung**



C.+ E. Lindinger

Fachapotheker

für Allgemeinpharmazie u. Ernährungsberatung

Ludwigsplatz 7 • 94032 Passau

TEL: 0851/36133 info@apotheke-passau.de