

30
Jahre

AZURIT Seniorenzentrum Novalis



Blickwinkel

Hausnachrichten

AZURIT Seniorenzentrum Novalis

Mai · Juni · Juli 2024

Gesund-
heitsthema
**Cool
bleiben**
Seite 16



AZURIT

SENIORENZENTRUM NOVALIS

Grußwort

von Hedwig Hanus

3

Herzlich willkommen

4

Wir gratulieren

4

In eigener Sache

Treffpunkt „Blauer Reiter“

5

Termine

Vorschau auf Sonderveranstaltungen

6

Erlebnisse

Rückblick auf unsere Konzerte

8

Kreatives Gestalten

9

Das war unser Fasching!

10

Auftritt der Faschingsgarde

11

Valentinstag

12

Angebote des Sozialen Dienstes

13

Internationaler Frauentag

14

Besinnliches

Das Geistliche Wort

15

Gesundheit

Cool bleiben

16



Wir nehmen Abschied

19

Lesenswertes

Roland Kunze:

Unser Weg ins Seniorenzentrum

Novalis

24

Unterhaltung

Sudoku

22

Impressum

„Blickwinkel“

ist die Hauszeitung des AZURIT Seniorenzentrums Novalis.

V.i.S.d.P

Manuela Bohlken

Redaktion

Hedwig Hanus,
Katharina Schlegel,
dpa

Fotos

IMAGO,
stock.adobe.com,,
Team SKD,
Hedwig Hanus,
Katharina Schlegel,
Birgit Guth

Gestaltung und

Produktion
Forum GmbH,
Saarbrücken

Druck

O/D media GmbH,
Ottweiler

Auflage 250

Liebe Bewohnerinnen und Bewohner, liebe Leserinnen und Leser!

30 Jahre Seniorenzentrum Novalis – wenn das kein Grund zum Feiern ist! Am Samstag, 15. Juni startet das Fest zum Jubiläum. Zum Auftakt werden neben Hausleitung und Geschäftsführung auch einige wichtige Repräsentanten von Kommunal- und Landespolitik mit Grußworten vertreten sein. Darauf folgt ein buntes Programm mit Bühnenshows von Volkstanz bis Hiphop und so manchen Überraschungen. Man darf gespannt sein! Und natürlich ist auch fürs leibliche Wohl bestens gesorgt. Gerne können Sie auch Ihre Angehörigen, Familie und Freunde einladen! Selbstverständlich wurde auch an die kleinen Gäste mit Attraktionen wie Hüpfburg und verschiedenen Spielangeboten gedacht. Diverse Marktstände mit Kunsthandwerk und Leckereien runden das Angebot ab. Wir freuen uns, einen schönen und hoffentlich sonnigen Tag mit Ihnen zu verbringen. Das genaue Programm folgt, wir arbeiten daran!

Wenn Sie in diesem „Blickwinkel“ weiterblättern, werden Sie auf eine neue Serie stoßen,

die von Bewohnern selbst verfasst werden soll. Zum Thema „Mein Weg ins Seniorenzentrum Novalis“ berichten Hausbewohner/innen, wie sie in dieses Haus gekommen sind – es sind ja oft verschlungene Wege und unvorhergesehene Ereignisse, die zum Einzug in gerade dieses Seniorenzentrum führen. Den Anfang macht in dieser Ausgabe Herr Roland Kunze, Bewohner des Waldwegs.

Ich bin gespannt, wie Ihnen diese Serie gefällt – und vielleicht wollen Sie, liebe/r Hausbewohner/in, auch über Ihren Weg hier her berichten? Dann melden Sie sich gerne bei mir (Frau Hanus, Tel. 613). Bei der Formulierung bin ich Ihnen auf Wunsch gerne behilflich.

Herzliche Grüße, eine gute Zeit und viel Freude beim Lesen wünscht Ihnen im Namen des gesamten Teams

Ihre

Hedwig Hanus



Herzlich willkommen!

*Wir begrüßen alle neuen Bewohnerinnen und
Bewohner unserer Residenz.*

*Herzlichen Glückwunsch
zum Geburtstag!*

Wir wünschen allen Bewohnerinnen und
Bewohnern einen schönen Geburtstag.
Lassen Sie es sich weiterhin gut gehen
und bleiben Sie gesund und glücklich.

Wir gratulieren auch unseren Mitarbeiterinnen
und Mitarbeitern und wünschen ihnen alles
Gute im neuen Lebensjahr.



Treffpunkt „Blauer Reiter“

Viele unserer Bewohner/innen kennen ihn nicht: den Raum „Blauer Reiter“ im ersten Stock des Südflügels. Benannt wurde der Raum nach der bekannten Künstlervereinigung um Franz Marc und Wassily Kandinsky Anfang des 20. Jahrhunderts, und passend dazu ist der Raum mit Bildern aus dieser Epoche geschmückt. Der Raum dient als Aufenthalts-, Lese- und Spielzimmer und kann jederzeit genutzt werden. Es gibt dort ver-

schiedene aktuelle Zeitschriften des Lesezirkels (Stern, Spiegel, Bunte etc.) sowie eine Auswahl von Brettspielen. Auch eine Musikanlage mit CD- und Plattenspieler steht bereit. An einigen Tagen der Woche finden feste Gruppen statt, diese Zeiten sind am Eingang angeschlagen. In der übrigen Zeit steht der Raum zur freien Verfügung. Schauen Sie sich einfach mal um, treffen Sie nette Mitbewohner/innen und machen Sie es sich gemütlich!



Kleine Spielerunde

Liebe Bewohnerinnen und Bewohner,

an dieser Stelle finden Sie unsere besonderen Veranstaltungen, zu denen wir Sie herzlich einladen.

Über **alle täglichen und regelmäßigen Veranstaltungen** informieren wir Sie weiterhin in unserem wöchentlichen Veranstaltungsplan und auf unseren Aushängen. Wir freuen uns über Ihre rege Teilnahme!

Ihre Residenzleitung

Vorschau auf unsere Sonderveranstaltungen

Mai

DO 09.05. 19.00 Uhr

*Orchesterkonzert
mit den Holzkirchner
Symphonikern*

SO 12.05. 15.30 Uhr

*Renaissance-Konzert
mit Musik und Tanz
zum Muttertag*

Juni

SA 15.06. 10.00–18.00 Uhr

*Buntes Sommerfest
zum 30-jährigen Jubiläum*

MI 19.06. 19.00 Uhr

*Ballettforum Rosenheim:
Tanztheater „Aschenputtel“*





SA 22.06. 19.00 Uhr

*Ballettforum Rosenheim:
Tanztheater „Aschenputtel“*

SO 23.06. 10.00 Uhr

*Ballettforum Rosenheim:
Tanztheater „Aschenputtel“*

SA 29.06. 19.00 Uhr

*TanzWerkstatt Brannenburg:
Jahresaufführung*

SO 30.06. 11.00 und 15.00 Uhr

*TanzWerkstatt Brannenburg:
Jahresaufführung*



Juli

SA / SO 13. / 14.07. Uhrzeiten folgen

*Jahresaufführung
Ballettforum Rosenheim
(4- bis 7-jährige Kinder)*

SA / SO 20./21.07. Uhrzeiten folgen

*Jahresaufführung
Ballettforum Rosenheim
(8- bis 12-jährige Kinder)*

FR 26.07. 19.30 Uhr

*Kultursommer Maxlrain:
Konzert mit dem Ensemble
„Hackbrettivo“*

Änderungen vorbehalten.

Bitte entnehmen Sie die genauen Termine und Veranstaltungen der Tafel im Eingangsbereich.



Rückblick auf unsere Konzerte

Unsere Reihe „Musik am Nachmittag“ war wieder bestens besucht – hier ein paar Eindrücke von unseren Winter-Konzerten



Neujahrskonzert mit „Dolce Vita“



Ballettforum Rosenheim



Klassik auf 10 Saiten



Songs der 20er Jahre



Die jugendliche Pianistin Sara Petz



Harfenkonzert mit Silke Aichhorn



Basteln für Fasching



Fertig ist die Faschingskette!

Kreatives Gestalten

Unsere Betreuungskräfte bieten regelmäßig Kreatives Gestalten mit Bewohnern an, die daran sichtlich Freude haben.

So wird z.B. für verschiedene Gelegenheiten wie Fasching oder Frühling die passende Dekoration gebastelt und anschließend die Speisesäle damit geschmückt.



Mit Spaß und Konzentration bei der Sache



Diese Blumen welken nie!

Das war unser Fasching!

Gute Laune, bunte Verkleidungen, fröhliche Gesichter: So macht Fasching Spaß! Für tolle Stimmung sorgte unser Alleinunterhalter Josy Rider.



Faschingskomitee in bester Stimmung



Tolles Trio



Ausgelassene Schunkelrunde



Polonaise



Ein flottes Tänzchen



Auch im Sitzen kann man tanzen!



Auftritt der Prinzengarde

Auftritt der Faschingsgarde



In gespannter Erwartung



Der Höhepunkt und Abschluss unserer Faschingsfeier war der Auftritt des Faschingsvereins Kolbermoor mit der Kinder- und Jugendgarde. Eine tolle Show, für die die Garde mit tosendem Applaus belohnt wurde!



Alle klatschen mit



Piraten in luftiger Höhe

Valentinstag

Verteilt übers ganze Jahr gibt es „Mottotage“ zu verschiedenen Anlässen. Im Februar war es der Valentinstag, bei dem kleine süße Aufmerksamkeiten verteilt wurden.

Auf Wunsch gab es eine herzliche Umarmung, und auch einige Tanzschritte wurden aufs „Parkett“ gelegt.



Ein nettes Lächeln zur Begrüßung



Zum Anbeißen: Valentins-Herzen



Ein flottes Valentins-Tänzchen



Eine Umarmung tut immer gut

Angebote des Sozialen Dienstes

Viele verschiedene Aktivitäten werden im Haus angeboten – hier eine kleine Auswahl!



Frühlingsblumen pflanzen



Alle helfen mit



Massage tut gut!



Bewegung mit dem Schwungtuch



Singen im Foyer



Gedächtnistraining mit Spaß

Internationaler Frauentag

Was für eine schöne Aktion des sozialen Dienstes: Alle Hausbewohnerinnen und Mitarbeiterinnen bekamen am 8. März eine Rose

und einen kleinen Sinnspruch überreicht. Eine gelungene Überraschung und große Freude für alle Damen im Haus!



Das Geistliche Wort

*Liebe Bewohnerinnen und Bewohner,
liebe Mitarbeiter und Mitarbeiterinnen!*

Wussten Sie, dass in und um einen Baum bis zu 500 verschiedene Tierarten leben? Dazu gehören Schmetterlinge, Käfer, Eichhörnchen, Spechte und Marder. Ein Baum ist ein eigener Lebensraum, der vielen Tieren Schutz und Nahrung bietet.

Ich staune, wenn ich mir vorstelle, dass es so viel Leben in und um einen Baum gibt, so vieles, das ich gar nicht sehe. Ich bin dankbar, wenn ich im Sommer im Schatten eines Baumes stehe oder unter einem Baum sitze. Hier ist es gleich ein zwei Grad kühler als in der Sonnenhitze. Ich freue mich, wenn ich das Rauschen der Blätter im Wind höre, das kräftige Grün sehe und den betörenden Duft der Blüten rieche.

Dabei kommt mir der Psalm 104 in den Sinn, der die Großartigkeit von Gottes Schöpfung beschreibt: Die Bäume des Herrn stehen voller Saft, die Zedern des Libanon, die er gepflanzt hat. Dort nisten die Vögel und die Reiher wohnen in den Wipfeln.

Gott hat so viel Mühe und Detailarbeit in seine Schöpfung gesteckt. Alles passt zusammen, und es gibt so vieles zu entdecken. Auch mich hat Gott mit viel Liebe und Detailfreude erdacht. Wie ein Baum lebe und entfalte ich mich. Auch ich bin so viel mehr als nur ein Exemplar der Gattung Mensch.



Vielleicht sehen Sie von Ihrem Fenster aus auf einen Baum? Vielleicht haben Sie Gelegenheit nach draußen zu gehen und sich auf die Suche zu machen nach einigen versteckten Baumbewohnern.

Ich lade Sie ein, dabei nicht nur die Vielfalt der Schöpfung neu zu entdecken, sondern sich selbst als Teil davon zu erleben.

Eine gesegnete und reiche Zeit
wünscht Ihnen

Ihre evangelische Seelsorgerin
Susanne Franke



Cool bleiben

Eine Wärmflasche mit ins Bett nehmen, einen Notfall-Lappen parat halten und eine Schüssel mit Eiswürfeln vor dem Ventilator positionieren. **Die wichtigsten Tipps** für die heißesten Sommertage.



Manchmal wäre es toll, der Sommer hätte eine Schattenseite. Dann, wenn die Temperaturen weit über 30 Grad steigen und selbst Regenschauer das Schwitzen nur verschlimmern. Mit diesen Tipps lässt sich die Hitze besser überstehen:

Trinken, trinken, trinken

Je mehr man schwitzt, desto mehr Flüssigkeit geht verloren. Daher sollte man etwa zwei bis drei Liter pro Tag trinken, rät die Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA). Idealerweise greift man dabei zu gekühltem Wasser, Tees ohne Zuckerzusatz und Saftschorlen. Am besten leert man jede Stunde ein Glas – und zwar auch dann, wenn sich kein Durst meldet. Denn der setzt erst ein, wenn der Körper bereits zu viel Flüssigkeit verloren hat. Wer nicht so oft ans Trinken denkt, sollte sich vielleicht einen Wecker stellen oder eine Erinnerung des Smartphones aktivieren.



Cool bleiben

Ein Weg, seinen Körper kühl(er) zu halten: Kleidung aus Viskose, dünner Baumwolle, Leinen oder Seide mit lockeren Schnitten. So kann laut BZgA die Luft zirkulieren und die Haut abkühlen. Wer schon mal in einem schwarzen Shirt in der prallen Sonne gesessen hat, weiß: Auch die Farbe zählt. An Sommertagen sind daher helle Kleidungsstücke die beste Wahl. Sie reflektieren das Sonnenlicht, während dunkle Farben seine Wärme aufnehmen und uns damit noch mehr schwitzen lassen.

Der Notfall-Lappen

In den dritten Stock gelaufen, kurz geradelt – und jetzt dampft der Körper? Linderung verschaffen kühle, feuchte Umschläge für Arme, Beine, Stirn oder Nacken. Auch die Handgelenke unter kühles, fließendes Wasser zu halten, kann Abhilfe schaffen. Und wer noch eine leere Sprühflasche zu Hause hat, füllt die mit Wasser. Anschließend einfach den Sprühnebel etwa aufs Gesicht, Arme und Dekolleté geben.



Sonnenschein aussperren

Eine Methode, um Schlafzimmer und Wohnräume an heißen Sommertagen kühl zu halten: Die Sonnenstrahlen tagsüber erst gar nicht in das Haus lassen – also Fenster und Türen schließen, Rollläden, Jalousien und dicke Vorhänge zuziehen. Wer die Wahl hat: Außen an der Scheibe liegender Sonnenschutz ist laut Verbraucherzentrale NRW besser als innenliegender.



Nachts lüften

Zum Lüften tagsüber gibt es verschiedene Ansichten. Viele Experten raten, über mehrere Stunden in der Nacht bis zum frühen Morgen zu lüften – ab dem Moment, wenn die Luft sich abgekühlt hat. Das geht am schnellsten und effektivsten durchs Querlüften durch gegenüberliegende Fenster. In einer Wohnung oder im Haus mit mehreren Etagen auch Fenster auf verschiedenen Etagen öffnen. Stehende Luft fühlt sich nämlich wärmer an als bewegte. Daher ist es bei großer Hitze im Zimmer für viele ein erlösender Reflex, die Fenster auch tagsüber aufzumachen und Durchzug zu erzeugen. Eine Alternative bieten Ventilatoren.

Eiswürfel und Ventilator

Nur ein über die Haut streichender Luftzug des Ventilators reicht nicht mehr für Abkühlung? Dann könnte dieser Hack nützlich werden: Eine Schüssel mit Eiswürfeln vor den Propeller stellen, empfiehlt die BzGA.

Wichtig: Laut den Experten sollten Ventilatoren nur bis zu Temperaturen von rund 35 Grad genutzt werden. Bei höheren Werten besteht laut BzGA Gefahr, dass die Luftbewegung von so heißer Luft die Überhitzung fördert.

Stecker ziehen

Es liegt auf der Hand: Wärmequellen, die man nicht unbedingt braucht, lässt man an heißen Tagen besser aus. Dazu zählen viele Elektrogeräte – jeder Computer, jeder Fernseher und jede Lampe trägt zur Erhitzung der Zimmer bei. Am besten zieht man laut Verbraucherzentrale auch den Stecker, denn viele Geräte bleiben sonst im Stand-by-Modus.

Hitzefrei für Backofen und Herd

Apropos warmes Gerät: Am besten kocht man an sehr heißen Tagen natürlich nichts, sondern isst kalt Zubereitetes wie Salate. Alternativ kann man die Laufzeiten von Herd und Backofen oft verkürzen. Laut Bundeszentrum für Ernährung können etwa Brot, Kuchen, Pizzen, Aufläufe, Braten und Schmorgerichte schon während der Aufheizphase in den Ofen kommen. Auch auf dem Herd reicht oft eine geringe Wärmezufuhr schon aus: Reis, Grieß, Couscous oder Bulgur können bei runter- oder ausgeschalteter Platte ausquellen. Und man kann die Nachwärme nutzen – also die Hitze, die noch im Garraum ist, nachdem der Ofen ausgestellt wurde. So lässt sich laut Ernährungsexperten der Ofen bei Gerichten, die länger als 40 Minuten garen müssen, in der Regel 5 bis 10 Minuten vor dem Ende der angegebenen Zubereitungszeit abschalten.



Teppich wegräumen

Bewohner südlicher Länder machen es vor: Ihre Böden bestehen aus kühlen Fliesen oder angenehmen Holzbelägen, die eher nicht mit Teppichen belegt sind. Und das ist auch der Rat der BzGA: Wenn möglich im Sommer Läufer und Teppiche einrollen und einlagern. Denn sie sind Wärmespeicher.

Abkühlung im Auto

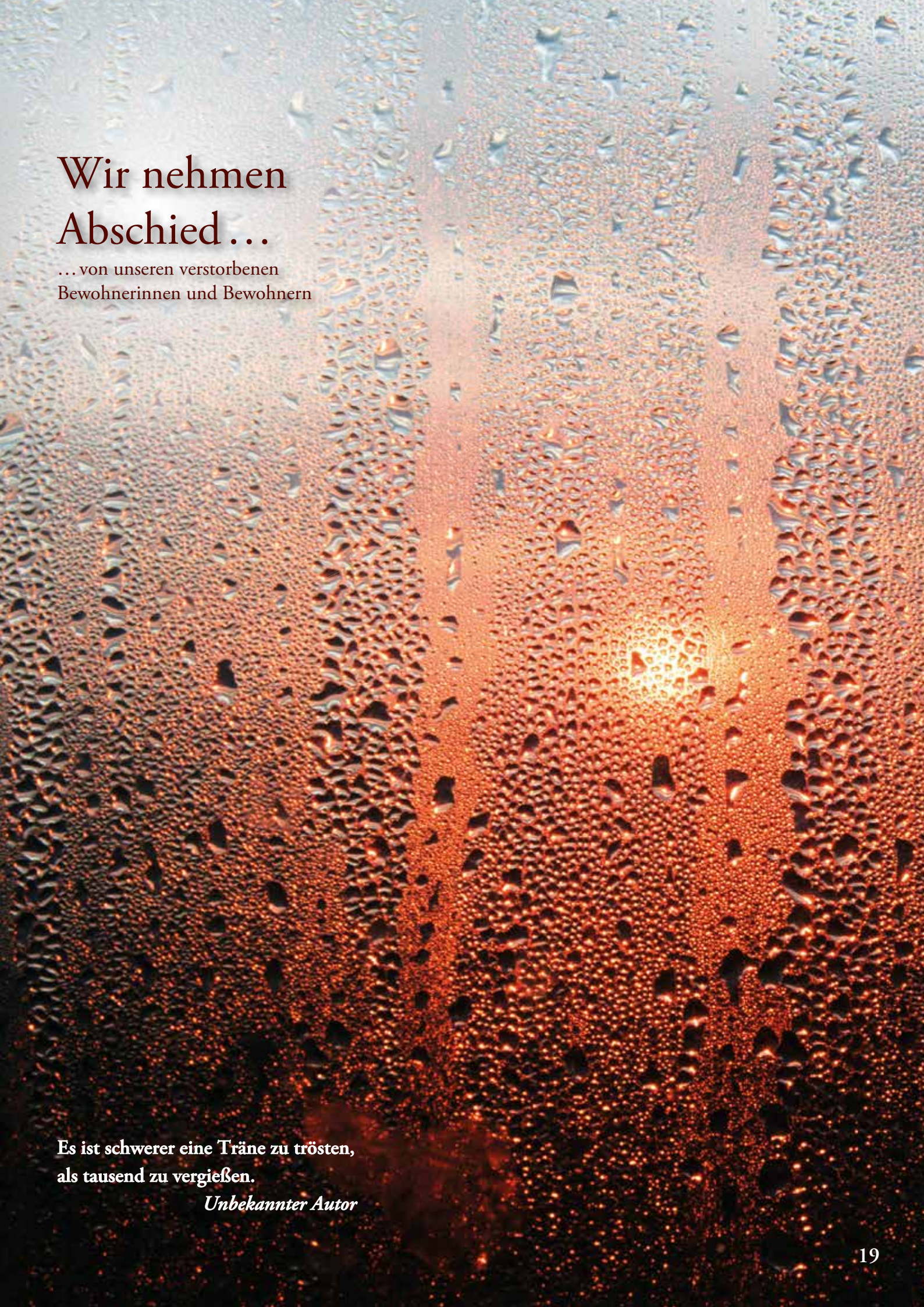
Das Auto ist total überhitzt? ADAC und GTÜ raten: Alle Türen, Kofferraumklappe und das Schiebedach aufmachen, um den Wagen gut durchzulüften. Das bringt schon nach wenigen Minuten angenehmere Temperaturen. Eine Klimaanlage stellt man bei einem überhitzten Auto am besten direkt nach dem Losfahren für kurze Zeit auf maximale Kühlleistung. Zusätzlich die Umlufttaste drücken. So wird zunächst die Luft im Innenraum gekühlt, statt gleich noch mehr warme Außenluft zu bekommen. Dann aber besser herunterregeln: Es drohen Erkältungen, wenn die Temperatur zu niedrig ist und die Düsen auf den Körper gerichtet sind. Ideal: 22 bis 25 Grad. Wer weniger als zehn Minuten fährt, schaltet die Klimaanlage aber besser nicht ein. Der Kurzzeitbetrieb bringe meist wenig und belaste den Kompressor sowie den Riemenantrieb durch das häufige An- und Abschalten, erläutert ein ADAC-Techniker.

Mit Wärmflasche ins Bett

Dieser Tipp ist kein schlechter Scherz: An heißen Tagen verschafft man sich Abkühlung, wenn man mit der Wärmflasche ins Bett geht. Allerdings gefüllt mit kaltem Wasser, so der Rat der BzGA. Auch kühle Tücher auf Stirn, Unterschenkeln oder Unterarmen können dem Körper Wärme entziehen und das Einschlafen erleichtern. Für mehr Abkühlung einfach Bettlaken und Schlafgewand kurz in einer Plastiktüte ins Eisfach legen.

dpa





Wir nehmen Abschied...

... von unseren verstorbenen
Bewohnerinnen und Bewohnern

Es ist schwerer eine Träne zu trösten,
als tausend zu vergießen.

Unbekannter Autor

Roland Kunze: Unser Weg ins Seniorenzentrum Novalis

Es war einmal ... so beginnen Märchen, aber auch Geschichten, deren Anfänge etwas weiter zurückliegen.

Es war einmal im Jahr 1995, wenn ich mich recht erinnere, da las meine Frau in der Zeitung die Ankündigung eines Vortrags der Anthroposophischen Gesellschaft im damals brandneuen „Novalis-Haus“ in Bad Aibling. Das Thema interessierte uns und so wurde dieser Vortrag zur ersten Berührung mit dem Haus. Der Vortrag hat uns damals nicht gerade begeistert und ist heute längst vergessen, bleibend war dagegen der positive erste Eindruck des Hauses.

Besonders das großzügige Foyer mit der Galerie und dem Lichthof blieb uns in Erinnerung. Und mir, als Liebhaber der Werke von Novalis, natürlich auch die Novalis-Büste im Eingangsbereich. Die ganze Architektur des Hauses war nicht nur besonders, sondern strahlte eine für uns beide sehr angenehme Atmosphäre aus.

Ab diesem Zeitpunkt besuchten wir dann immer wieder Konzerte oder Veranstaltungen im Festsaal des Novalis-Hauses, dessen angenehme Größe und gute Akustik wir liebten, kamen aber über Foyer und Festsaal nicht hinaus.

Das änderte sich dann aber mit Erna. Erna war die Mutter unseres Schwagers aus Bruckmühl, die ca. 2010 nach einem Schlaganfall in eine der Pflegestationen im Nova-



Roland und Christa Kunze

lis-Haus zog. Immer nach den häufigen Familienfesten in Bruckmühl brachten wir sie dann „heim“ ins Novalis-Haus, da Bad Aibling auf unserem Heimweg lag. Und ein „Heimbringen“ war das tatsächlich, denn Erna fühlte sich sehr wohl im Novalis-Haus. Sie hatte auch das Glück, sich mit ihrer Mitbewohnerin im Zimmer sehr gut zu verstehen. Die beiden sind dann später mit nur einem Monat Abstand verstorben.

Durch Erna und ihre Mitbewohnerin lernten wir also die Situation in den Pflegezimmern kennen und hörten viel über den Alltag als Bewohnerinnen des Hauses. Dies war für uns insofern interessant, da ich 2008 die Diagnose „Multiple Sklerose“ erhalten hatte. Und durch den großen Altersunterschied (meine Frau war 18 Jahre älter als ich) machten wir uns Gedanken über einen späteren Umzug in ein betreutes Wohnen. Und das Novalis-Haus – jetzt offiziell „Azurit Seniorenzentrum Novalis“ – war unsere erste Option.



War es aber dann doch nicht.

Ein Informationsgespräch, das wir hier ca. im Jahr 2013 führten, ergab nämlich, dass im Betreuten Wohnen zwar das Halten eines freundlichen Hundes erlaubt sei, aber nicht deren zwei. Und da nützte es auch nichts, dass unsere beiden Hunde extrem freundlich und zudem ruhig waren. Damit war das „Azurit Seniorenzentrum Novalis“ als Alterssitz für uns erst einmal abgehakt und wir ließen uns auf den unverbindlichen Wartelisten von anderen hundefreundlicheren Altenheimen der Gegend eintragen.

Warum kam es dann doch anders?

Bei meiner Frau wurde Ende 2014 eine Alzheimer-Demenz diagnostiziert, die leider sehr rasch voranschritt. Und die MS-Folgen hatten mich Ende 2018 bereits zum Rollstuhlfahrer mit diversen weiteren Einschränkungen gemacht. Hatten wir uns bis dahin noch mit ambulanter Unterstützung und bulgarischen 24-Stunden-Hilfskräften beholfen, so war das Ende 2018 nicht mehr ausreichend.

An einen Umzug in ein Betreutes Wohnen war nicht mehr zu denken. Es ging nun um den Umzug in eine Pflegeabteilung. Das Schlimmste daran war für uns, dass wir uns deshalb von unseren Hunden trennen mussten. Sie durften ihre letzten Jahre immerhin liebevoll versorgt auf dem Gnadenhof der Tierschutzvereinigung verleben, die sie uns vermittelt hatte.

Da nun Eile geboten war, kontaktierten wir alle Pflegeheime, die wir uns angesehen hatten. Und auch das Novalis-Haus. Im November 2018 führten unsere Kinder und ich ein weiteres Informationsgespräch, wobei aber keine Plätze frei waren. Auch haben wir mit Verwunderung gehört, dass es hier keine Wartelisten gäbe. Und da für uns noch dazu als Ehepaar nur ein Doppelzimmer infrage kam, machten wir uns wenig Hoffnung.

Dennoch riefen wir wöchentlich zweimal an, um alle Chancen zu nutzen. Und das führte dann doch überraschenderweise zum Erfolg! Mitte Dezember bekamen wir einen positiven Bescheid für einen Einzug in der ersten Januarwoche 2019. Und der verkürzte sich sogar noch um ein paar Tage, sodass wir am 28.12.2018 unser Doppelzimmer beziehen konnten.

Wir hatten damals vertraglich vereinbart, dass ein Ehepartner nach Ableben des anderen das Zimmer auf Wunsch (und natürlich gegen Aufpreis) allein weiter nutzen könnte. Und auf dieser Basis haben wir das Mobiliar auch mit persönlichen Stücken erweitert und den Raum als unser neues Zuhause sehr persönlich eingerichtet.

Meine liebe Frau ist Ende 2020 nach einer Coronaerkrankung weitergegangen – ohne mich. Wir fühlten uns hier zuhause. Und ich tue es immer noch.

Die lange Geschichte hat also ein offenes Ende ...

© Roland Kunze, 2024

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

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

B) leicht

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

C) mittelschwer

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

Lösungen

A

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

B

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

C

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



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



AZURIT Seniorenzentrum Novalis
Ghersburgstr. 19 · 83043 Bad Aibling
Telefon 08061 905-0 · Fax 08061 905699
info@seniorenzentrum-novalis.com
www.seniorenzentrum-novalis.de