



SenVital Kurier

Hausnachrichten

SenVital Senioren- und Pflegezentrum Hamburg am Barmbeker Markt

März · April · Mai 2024



Grüßwort

von Heimfürsprecher Alfred 3

Herzlich willkommen 4

Wir gratulieren 4

Persönliches

Hallo, ich bin Luna! 5

Termine

Vorschau auf unsere

Sonderveranstaltungen 6

Erlebnisse

Oktoberfest 8

Art Studio „Ariose“ 10

Making-of Zuckerhäuschen 12

Adventskaffee 13

Heiligabend 14

Gesundheit

Allergie: 16

Eine vielschichtige Aufgabe



Wir nehmen Abschied 19

In eigener Sache

Konfetti im Kopf 20

Wissenswertes

Märchen und Demenz 21

Unterhaltung

Sudoku 22

Impressum

„SenVital Kurier“
ist die Hauszeitung
des SenVital
Senioren- und
Pflegezentrums
Hamburg am
Barmbeker Markt

V.i.S.d.P
Thomas Christ

Redaktion
Klaudiya Seril,
Sven Bargel

Fotos
Gettyimages,
stock.adobe.com,
Pro Seniore Archiv,
Klaudiya Seril

Gestaltung und
Produktion
Forum GmbH,
Saarbrücken

Druck
O/D media GmbH,
Ottweiler

Auflage 250

Liebe Bewohnerinnen und Bewohner, liebe Leserinnen und Leser!

Alfred, der Heimfürsprecher stellt sich vor:

Die Wohn-Pflege-Aufsicht hat mich mit Wirkung ab 11.07.2023 zum Fürsprecher der Sen-Vital am Barmbeker Markt bestellt.

§18 der Wohn- und Betreuungsmitwirkungsverordnung, WBMitwVO*

Die Tätigkeit, die beim Bestellten Einfühlungs- und Reflektionsvermögen voraussetzt, endet nach Ablauf von zwei Jahren oder wenn zum Beispiel ein Wohnbeirat gebildet worden ist.

§13 Hamburgisches Wohn- und Betreuungsqualitätsgesetz, HmbWBG**

Zu meiner Person:

Die Patriotische Gesellschaft von 1765 (Hamburgische Gesellschaft zur Beförderung der Künste und nützlichen Gewerbe) hat mir im Jahre 1991 für 40-jährige Dienstreue bei einem Träger der gesetzlichen Krankenversicherung ihre „goldene Medaille“ verliehen.

Abgesehen von den berufsbezogenen Tätigkeiten habe ich mich in leitender Funktion bei der HEK zum Beispiel mit Aufgaben der Arbeitsorganisation und -abwicklung befasst. Der Vorstand hat mich zudem zum Datenschutzbeauftragten der Kasse bestellt.

Sie haben Fragen? Ich beantworte sie Ihnen an „Alfreds Stammtisch“!



Sie, ebenso wie die Angehörigen, Bevollmächtigten, Betreuer/innen erreichen mich auch über den Briefkasten am Empfang und über die E-Mail-Adresse

fuersprecher.alfred.sv@gmail.com

Alfred, der Heimfürsprecher,
Ihr Ansprechpartner

Einschlägige gesetzliche Bestimmungen finden Sie im Internet über die Links:

*<https://www.landesrecht-hamburg.de/bsha/document/jlr-WoBetrMitwVHArahmen>

**<https://www.landesrecht-hamburg.de/bsha/document/jlr-WoBetrQGHArahmen>



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.

Hallo, ich bin Luna!



Ich bin 4 Jahre und begleite ein bis zweimal die Woche den Sozialkulturellen Dienst bei seiner Arbeit. Jeder Tag hier ist aufregend und es gibt immer was neues zu entdecken.

Ich habe bereits viele neue Freunde gefunden und bin neugierig, was als nächstes passiert. Natürlich lasse ich mich auch gerne von den Gästen kraulen und freue mich immer tierisch über schmackhafte Leckerlis.

Ich sag mal „Wuff“ und kann meinen nächsten Besuch kaum erwarten.



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

März

Do 14.03.
Gottesdienst

10.30 Uhr

Juni

Mi 05.06.
Modeverkauf

10.30 Uhr

April

Mo 01.04
Osterkaffee

14.30–17.00 Uhr

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





**WIR GEBEN
DER PFLEGE EINE STIMME**



Pflegekräfte müssen zusammenstehen – wie hier beim ersten proud to care Pflegekongress „Pflege meets Ruhpolding 2022“.

Die Pflege verdient mehr Gehör und Anerkennung, da sind wir uns einig. Doch wie können wir das Image der Pflege verbessern und wieder mehr Menschen für diesen vielfältigen Berufszweig begeistern?

Die Antwort: Wir müssen gemeinsam an einem Strang ziehen und ein neues Selbstbewusstsein bei den Pflegenden schaffen! Wir vom proud to care e. V. haben uns daher

zur Aufgabe gemacht, Pflegekräfte aus ganz Deutschland zu vereinen und gemeinsam für eine bessere Repräsentation des Berufsfeldes zu kämpfen – mit Events für Pflegenden, innovativen Konzepten und vielem mehr.

Denn ja, Pflege ist eine Berufung, auf die man stolz sein kann! Eine sinnstiftende Arbeit, bei der man am Ende des Tages weiß, dass man einen wichtigen Beitrag geleistet hat.

WE ARE PROUD TO CARE!

Willst du mehr über unsere Initiative erfahren oder möchtest uns sogar im Kampf für eine stärkere Pflege unterstützen? Dann informiere dich gleich unter: www.proud-to-care.de



#proudtocare

Oktoberfest



Das Oktoberfest in München ist das weltweit größte Volksfest. Es wird seit 1810 jährlich auf der Theresienwiese in der bayerischen Landeshauptstadt ausgerichtet. Knapp 800 km nördlich von München in Hamburg veranstalten wir unser eigenes Oktoberfest.

Die Dekoration für das Fest stellten unsere Gäste persönlich her. Es wurde eifrig gekne-



tet, gebastelt und gemalt. Zu der Musik von Käpt'n Meyer wurde fröhlich getanzt und geschunkelt.

Die Küche zauberte ein leckeres Buffet her mit verschiedenen Köstlichkeiten. Es war ein gelungenes Fest mit richtig toller Stimmung. Danke an alle, die unseren Gästen einen unvergesslichen Abend bescherten.





Art Studio „Ariose“

Die Musik, Tanz und Kunstschule Art Studio „Ariose“ verzauberte unsere Gäste mit verschiedenen Acts, von klassisch bis modern war für jeden Geschmack etwas dabei. Es waren alle begeistert vom Talent der jungen Tänzer und Sänger. Unsere Gäste hatten einen unvergesslichen Nachmittag voller Freude.

Als Dankeschön backten unsere Gäste Kekse und es wurde warmer Kakao serviert. Zudem erhielt jedes Kind eine kleine Zuckertüte.



Vielen Dank an die Art Studio „Ariose“, dass sie uns das ermöglicht haben und wir freuen uns schon auf das nächste Mal.





Making-of Zuckerhäuschen

Mit ganz viel Liebe und Fleiß hat uns die Küche auch dieses Jahr wieder mit dem Zuckerhäuschen verzaubert. Ein absoluter Hingucker!

Mit einer großen Menge an Zuckerguss, Spekulatius, Pfefferkuchen, Zimtsternen, Schokobons und anderen Süßigkeiten.



Das wunderschöne Kunstwerk war im Foyer zu bestaunen und es fiel schwer, nicht reinzubeißen!

Adventskaffee

In der Adventszeit veranstaltete unser Team einen gemütlichen Nachmittag mit selbst gebackenen Keksen, Lebkuchen, Schokoweihnachtsmännern und duftendem Kakao mit Sahne. Es wurden gemeinsam Lieder gesungen, Weihnachtsgedichte vorgetragen und Weihnachtsmärchen erzählt. Unsere Gäste haben das gesellige Beisammensein sehr genossen.



Ho, Ho, Ho

Am Heiligabend verteilte unsere Pflegedienstleiterin Frau Demir verkleidet als Weihnachtsfrau mit dem Sozialkulturellen Dienst persönliche Weihnachtsgeschenke an unsere Gäste und an das Personal. Begleitet wurde die Bescherung natürlich von besinnlicher Weihnachtsmusik zu der fröhlich mitgesungen wurde. Bei einem köstlichen Gläschen Eierlikör wurde gemeinsam angestoßen.

Unsere Gäste genossen die festliche Stimmung und waren entzückt von der tollen Weihnachtsfrau.





Allergie: Eine vielschichtige Aufgabe

Das Gefühl vieler **Allergiker** wird von der Wissenschaft bestätigt. Frühjahr und Sommeranfang wird für die Betroffenen immer mehr zur Belastung. Feinstaub und Neuanpflanzung allergener Baumarten in Städten erschweren die Situation.

So einen warmen Jahreswechsel wie 2022/23 hätte es seit der amtlichen Aufzeichnung der Wetterdaten vor gut 140 Jahren noch nie gegeben, sagt Prof. Dr. med. Karl-Christian Bergmann, Allergologe an der Berliner Charité und Leiter der Stiftung Deutscher Polleninformationsdienst. „Der Blütenflug war bereits Ende Januar in vollem Gange. Die Haselnuss- und Birkenpollen waren beispielsweise schon früh unterwegs. Auch die Gräserpollen regten sich vor dem eigentlichen Frühlingsbeginn.“ Eine Tendenz, die in den vergangenen zehn Jahren immer weiter zugenommen hat. „Was vermutlich auf eine Überlebensstrategie der Botanik zurückzuführen ist“, sagt Prof. Bergmann. „Geraten Pflanzen in dieser klimatischen Stressphase unter Druck, senden sie mehr pflanzliche Spermien aus, um ihre Art zu erhalten. Das heißt, die Pollenbelastung nimmt damit zu.“



*Dr. med.
Karl-Christian
Bergmann,
Allergologe an der
Berliner Charité*



Dabei wird der klimatische Stress gerade in den Ballungsräumen nicht nur durch den weltweiten Klimawandel verursacht. Gerade in den Städten spielt ein weiterer Faktor eine wichtige Rolle: Feinstaub. Verursacht durch unsere Lebensweise wie etwa Autofahren oder Heizen. „Da gibt es tatsächlich einen direkten Zusammenhang“, weiß der Allergologe. „Je höher die Feinstaubbelastung in den Innenstädten ausfällt, desto mehr leiden die Menschen unter dem sogenannten Heuschnupfen. Das liegt daran, dass der Feinstaub die Aggressivität der Pollen auf die Schleimhäute der Betroffenen verstärkt. Wir können das als Wissenschaftler tatsächlich mit unseren Messwerten und dem daraus resultierenden, vermehrten Absatz von entsprechenden Gegenmitteln in den Apotheken belegen.“

Laut dem Umweltbundesamt sei zwar die Feinstaubbelastung in den letzten Jahren gesunken, doch die internationalen Standards zur Feststellung der gefährdenden Belastung von Feinstaub seien völlig überholt, bedauert UBA-Luftexpertin Ute Dauert. „Hier wird es in



den kommenden Jahren eine Novellierung der Daten geben müssen, denn längst ist klar, Feinstaub ist selbst in geringen Konzentrationen viel gefährlicher als bislang angenommen. Das trifft die Umwelt, aber vor allem die Menschen. Denn die geltenden Grenzwerte für Feinstaub und Stickstoffdioxid sind vor mehr als 20 Jahren nach dem damaligen Wissenschaftsstand festgelegt worden. Das entspricht nicht den heutigen wissenschaftlichen Erkenntnissen über die gesundheitlichen Auswirkungen von Luftverschmutzung. Ein im Oktober 2022 veröffentlichter Kommissionsvorschlag für eine neue Luftqualitätsrichtlinie sieht deutlich abgesenkte Grenzwerte vor“, sagt Dauert gegenüber FORUM. Die Expertin gibt sich keinen großen Illusionen hin. Bis die Feinstaubgrenzwerte neu definiert werden, würde es wohl noch einige Monate, wenn nicht Jahre dauern. „So schnell mahlen die EU-Bürokratiemühlen nicht.“

Neben der verheerenden Wechselwirkung von Feinstaub und Pollen ist es vor allem die zunehmende Erderwärmung, die Wissenschaftler und Praktiker aller Bereiche umtreibt. Längst ist klar, dass allergische Reaktionen der Menschen einen vielschichtigen Hintergrund haben und in vielen Fällen dazu beitragen. So würde ein Großteil der Allergiker von Geburt an unter einer übermäßigen Reizung der Schleimhäute leiden. Das ist genetisch bedingt. Doch viele Betroffene entwickeln erst im Laufe ihres Lebens Allergien, was auch durch Umweltgifte in der direkten Umgebung hervorgerufen werden könne, warnt die ökologische Immobilienentwicklerin Angela Balatoni. Dabei geht es unter anderem auch um die Verwendung von Baustoffen, wie zum Beispiel Wandfarben oder Bodenbelägen.

Vordringlich gehe es in den kommenden Jahren um klimaneutrales Bauen, sagt der Diplombauwirtschaftsökologe Matthias Werchan, damit sich gerade die Innenstädte nicht zu sehr erhitzen und somit auch die Pollenbelastung immer weiter antreiben. „Da ist vor allem die Politik gefordert, jetzt schnell auf diese Entwicklung zu reagieren, aber ich warne vor allzu großen Erwartungen. Die Botanik ist ein gigantischer Kleinkosmos, der Jahre braucht, um bestimmte klimatische Entwicklungen in seinem Wachstum umzusetzen.“ Dem diplomierten Landschaftsökologen macht Sorgen, dass trotz jahrelanger Warnungen die Versiegelung der Flächen unaufhaltsam fortschreitet. Damit steigt die Gefahr für Allergiker, dass sich gerade in den überhitzten Ballungsräumen immer neue Pflanzen ausbreiten, die in unserem Lebensraum in Nord-Europa bislang völlig unbekannt waren, und besonders empfindliche Menschen darauf nicht vorbereitet sind.

Pollenallergie zählt zu den häufigsten allergischen Erkrankungen. Auch Feinstaub kann Allergien fördern




„Wir haben in den letzten Jahren hier immer wieder Oliven-Pollen festgestellt, die tatsächlich aus dem Mittelmeerraum zu uns getragen werden. Aber auch Ambrosia-Pollen, die wiederum aus Ungarn oder der Ukraine stammen und ebenfalls Tausende von Kilometern fliegen, um in den norddeutschen Raum zu gelangen.“

Entwarnung im vergangenen Winter kam übrigens von Mutter Natur selbst. Laut dem Deutschen Wetterdienst dürfte der letzte Winter einer der regenreichsten der vergangenen zehn Jahre gewesen sein. Die gut durchfeuchteten Böden sorgen nun für eine wahre Blütenpracht. Für Landschaftsökologen Matthias Werchan ist es nicht sinnvoll, nur durch den Abbau des Verbrauchs von fossilen Energien gegen den Klimawandel und damit im Sinne der Pollenbelasteten zu arbeiten.

Vielmehr sei auch die Stadt- und Landschaftsplanung gefragt. „Gerade in den Städten wird dieser Trend zur frühen Pollenbelastung durch die Neuanpflanzung allergener Baumarten verstärkt. Darunter fällt unter anderem die fremdländische und stadtklimarobuste Purpurerle, die ihre Pollen gern schon um die Weihnachtszeit fliegen lässt, also Wochen vor den heimischen Erlen.“ Werchan verweist an dieser Stelle auf den Umstand, dass Allergologen dieser Entwicklung nur schwer hinterherkommen, da sie einen Teil der Pollenarten zwar kennen, aber noch keine probaten Gegenmittel verschreiben können, da es diese nicht in ausreichender Menge gibt.

Das Problem von Pollenallergien ist in ganz Europa mittlerweile nicht mehr zu unterschätzen, denn die Folgen sind gravierend. Allein der wirtschaftliche Schaden innerhalb der Europäischen Union wird durch die gesundheitlichen Beeinträchtigungen von Arbeitnehmern auf etwa 100 Milliarden Euro pro Jahr beziffert. Doch es geht nicht nur um die Blütenpollen, sondern auch um Allergien durch die chemisch-technische Industrie. So müssen in Deutschland jedes Jahr rund 30.000 Jugendliche ihre Ausbildung abbrechen, da sie bestimmte Zusatzstoffe an ihrem Arbeitsplatz nicht vertragen. Das trifft vor allem dort das Handwerk, wo mit bestimmten Zusatzstoffen direkt umgegangen werden muss. Dazu zählen unter anderem das Friseur- und Bäckereihandwerk sowie die Bauberufe. Somit bleiben Allergien für Wissenschaft, Ärzte, Land- und Stadtplaner, aber vor allem für die Betroffenen eine vielschichtige Aufgabe.

Sven Bargel



Wir nehmen Abschied...

... von unseren verstorbenen
Bewohnerinnen und Bewohnern

**Der Tod ist das Tor zum Licht
am Ende eines mühsam gewordenen Weges.**

Franz von Assisi

Konfetti im Kopf

Zusammen mit unseren Gästen besuchten wir das Café-Konfetti im Kopf.

Es gab leckeren Kuchen und heißen Kaffee, alles war farbenfroh dekoriert, genau wie das Motto des Cafés „Das Leben ist bunt“.

So wie das Leben bunt ist, so vielseitig war das Unterhaltungsprogramm mit Live-Musik. Es wurde fleißig mitgesungen, getanzt und gemeinsam gelacht.

Wir sind nächstes mal wieder dabei und freuen uns drauf!



Märchen und Demenz

Märchen wie Schneewittchen, Frau Holle oder König Drosselbart begeistern nicht nur Kinder, sondern wecken Erinnerungen und Emotionen bei allen Altersgruppen.



© amigo Werbeagentur

Dass sie sogar einen gesundheitsförderlichen Effekt auf Menschen mit einer Demenzerkrankung haben können, hat MÄRCHENLAND erforscht und belegt. Die anerkannte Präventionsmaßnahme „Es war einmal... MÄRCHEN UND DEMENZ“ kann mit Märchen das Langzeitgedächtnis von Demenzerkrankten aktivieren und sie so kognitiv erreichen. Das Projekt wird sowohl digital wie analog in knapp 400 Pflegeeinrichtungen in ganz Deutschland erfolgreich eingesetzt.



© D-Light

Feste Bestandteile der Maßnahme sind: die MÄRCHENLAND-BOXEN, die VIRTUELLEN MÄRCHENSTUNDEN, die PARTIZIPATIVEN MÄRCHENSTUNDEN, ein MÄRCHENLAND-KOFFER und eine Fortbildung.

Pflegeeinrichtungen, die dieses Angebot nutzen möchten, finden auf

www.maerchenunddemenz.de

eine genaue Beschreibung der Maßnahme sowie ein Anmeldeformular.

Die gesamte Maßnahme wird von den Kranken- und Pflegekassen vollumfänglich finanziert.

Alle bisher beteiligten Einrichtungen empfehlen die Maßnahme weiter.

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

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

B) leicht

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

C) mittelschwer

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

Lösungen

A

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

B

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

C

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



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



SenVital Senioren- und Pflegezentrum Hamburg am Barmbeker Markt
Stückenstraße 1 · 22081 Hamburg
Tel. 040/2000381-0 · www.senvital.de
info-hamburg@senvital.de