

# PFLEGEZEITUNG

NR. 73 - AUSGABE FEBRUAR / MÄRZ 2014

+++ „Zschopau Perle“ – Brambor springt in Waldheim ein! +++  
Internationaler Besuch +++ Langeweile im Winter? Ohne uns!  
+++ In Döbeln geht die „Sonne“ auf! +++ 21 Jahre Brambor +++



 **BRAMBOR**  
PFLEGEDIENSTLEISTUNGEN

Häusliche Krankenpflege · Tagespflege · Kurzzeitpflege · Betreutes Wohnen

|   |         |
|---|---------|
| Vorwort.....  | 3       |
| Neuigkeiten rund um Brambor.....                                    | 4 - 16  |
| <i>Brambor springt in Waldheim ein!</i> .....                       | 4 - 5   |
| <i>Internationaler Besuch</i> .....                                 | 6 - 7   |
| <i>Die grauen Zellen kitzeln</i> .....                              | 8 - 9   |
| <i>Gottesdienst in Waldheim</i> .....                               | 10      |
| <i>Kindergarten in der Tagespflege</i> .....                        | 11      |
| <i>Langeweile im Winter? Ohne uns!</i> .....                        | 12 - 13 |
| <i>In Döbeln geht die „Sonne“ auf!</i> .....                        | 14      |
| <i>21 Jahre Brambor</i> .....                                       | 15      |
| <i>Gut zu Wissen: Die Abwehrkräfte für den Winter stärken</i> ..... | 16      |
| Unterhaltung.....   | 17 - 18 |
| <i>Spaß muss sein</i> .....   | 17      |
| <i>Lyrik</i> .....  | 17      |
| <i>Kreuzworträtsel</i> .....  | 18      |
| Dies & Das.....   | 19      |
| <i>Rätselauflösung - Ausgabe 72</i> .....                           | 19      |
| <i>Termine &amp; Veranstaltungen</i> .....                          | 19      |

## Alle Informationen und Angebote rund um Betreuungs- und Pflegemöglichkeiten finden Sie in unserer Firmenbroschüre!

Auch online sind wir vertreten:

Unter [www.brambor.com](http://www.brambor.com) finden Sie immer aktuelle Themen. Möchten Sie unseren Newsletter erhalten? Sie können ihn auf unserer Webseite schnell, einfach & kostenlos abonnieren.

Haben Sie einen **Facebook**-Account? Schön, wir auch! Über Ihren Besuch und ein „Gefällt mir“ auf unserer Facebook-Seite würden wir uns sehr freuen!

### IMPRESSUM

**Herausgeber:**  
Brambor  
Pflegedienstleistungen GmbH  
Rüderstraße 18  
04741 Roßwein  
034322 400 0  
marketing@brambor.com  
www.brambor.com

**Verantwortlich für den Inhalt:**  
Benjamin Brambor

**Redaktion:**  
Benjamin Brambor  
Cornelia Brambor  
Ben Ulke

**Layout, Satz:**  
Ben Ulke

**Fotos:**  
Ben Ulke, Regina Fucke/ Claudia Hoffsky<sup>5,11</sup>, Thomas Schlorke<sup>5,15</sup>

**Druck:**  
flyeralarm GmbH  
Alfred-Nobel-Str. 18  
97080 Würzburg  
www.flyeralarm.com

**Rechte und Nachdruck:**  
Alle veröffentlichten Beiträge sind urheberrechtlich geschützt. Die mit dem Namen des Verfassers gekennzeichneten Beiträge geben

die Auffassung der Autoren wieder und nicht zwangsläufig die Meinung der Redaktion. Alle Angaben erfolgen nach bestem Wissen und Gewissen, aber ohne Gewähr. Nachdrucke sind nur mit Einwilligung des Herausgebers erlaubt. Für unverlangt eingesandte Manuskripte und Fotos übernimmt der Herausgeber keine Haftung. Alle Rechte bleiben vorbehalten.

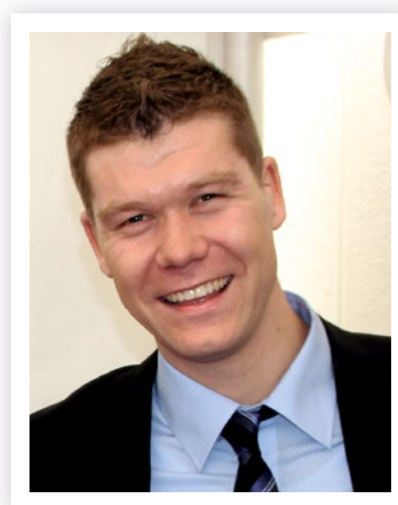
Liebe Leserinnen & Leser,

schön, dass Sie unserer Pflegezeitung auch im neuen Jahr treu bleiben. Für uns stellt dieses die Chance eines „Neustarts“ in verschiedenen Bereichen bereit. Natürlich sind damit ausschließlich die von der Flut betroffenen Objekte gemeint. Sowohl die Geschäftsstelle am Döbelner Niedermarkt als auch das Objekt „Zur Sonne“ sind endlich wieder in Betrieb. Ansonsten hoffen wir sehr, dass dieses Jahr 2014 weniger turbulent, aber genauso zufriedenstellend wie die vergangenen Jahre verlaufen wird.

Ihnen wünschen wir auf jeden Fall alles Gute und ein gesundes Jahr 2014 und viel Spaß beim Lesen von Ausgabe 73 unserer Pflegezeitung.

Ihr

*Benjamin Brambor*



Sehr geehrte Leserinnen & Leser,

nachdem ich mich in der letzten Ausgabe der Pflegezeitung vorgestellt habe, möchte ich mich nun für das größtenteils positive Feedback bedanken. Das motiviert und spornt an, die Qualität der Pflegezeitung weiter zu steigern. Allerdings hatte sich beim letzten Mal doch ein kleiner Fehler eingeschlichen, der durch das Lektorat gerutscht ist. Natürlich sollen Sie uns, nicht wie es im Vorwort stand 2013, sondern 2014 die Treue halten.

Ich habe mich mittlerweile gut eingelebt und freue mich auf ein ereignisreiches Jahr 2014 sowie viele weitere Ausgaben der Pflegezeitung.

Freundliche Grüße

Ben Ulke

*Neue Vorschläge, ein paar Gedanken oder auch Kritik können Sie gern per Email oder Post senden.*

→ [pflgezeitung@brambor.com](mailto:pflgezeitung@brambor.com)

# Brambor springt in Waldheim ein!

*Die Tage zwischen dem Weihnachtsfest und Silvester sind für die meisten Menschen eine Zeit des Durchatmens und der Besinnung. Die Firma Brambor jedoch sah sich mit einer überraschenden Notlage konfrontiert. Till Wesche, der Geschäftsführer des Pflegedienstes „Pflegeallee“ meldete sich am 23. Dezember und informierte Benjamin Brambor über die Insolvenz seines Unternehmens.*

Nun musste alles ganz schnell gehen, denn es ging um die Versorgung von vielen pflegebedürftigen Menschen in der Seniorenwohnanlage „Zschopauperle“ in Waldheim. Innerhalb kürzester Zeit musste geklärt werden, welche Patienten von uns übernommen werden konnten. „Das kam wirklich von heute auf morgen.“ sagte Benjamin Brambor. „Lange überlegen konnten wir nicht. Wir mussten handeln, auch wenn natürlich ein gewisses wirtschaftliches Risiko dabei besteht. Doch die Patienten müssen schließlich versorgt werden.“



Franziska Schwitzky vor der „Zschopauperle“



Pflegedienstleiterin Doreen Reinwardt beim Organisieren

## *Organisation auf Hochtouren!*

Um die organisatorische Seite zu stämmen, wurde Doreen Reinwardt, eine der Pflegedienstleiterinnen aus Döbeln, hinzugeholt. Sie arbeitet bereits seit 13 Jahren bei Brambor und kennt fast alle Bereiche des Unternehmens aus eigener Erfahrung. Die Pflegedienstleiterin der Geschäftsstelle in Waldheim ist eigentlich Silke Schöpman, welche momentan mit einem gebrochenen Fuß zu Hause weilt. Doch besondere Situationen erfordern besonderen Einsatz. Und speziell freiwilliger Einsatz ist da kaum hoch genug einzuschätzen. Sie machte sich am Samstag den 28. Dezember auf, um zu helfen, die Situation zu meistern. Die gute Seele vor Ort ist Schwester Imke. Sie wurde kurzerhand in der „Zschopauperle“ eingesetzt. Das Wichtigste ist, dass die Mieter vor Ort eine zuverlässiger Bezugsperson haben – und das ist Schwester Imke zweifelsohne.

*Franziska Schwitzky: „Das Ziel war die Versorgung der Patienten bestmöglich zu gewährleisten.“*

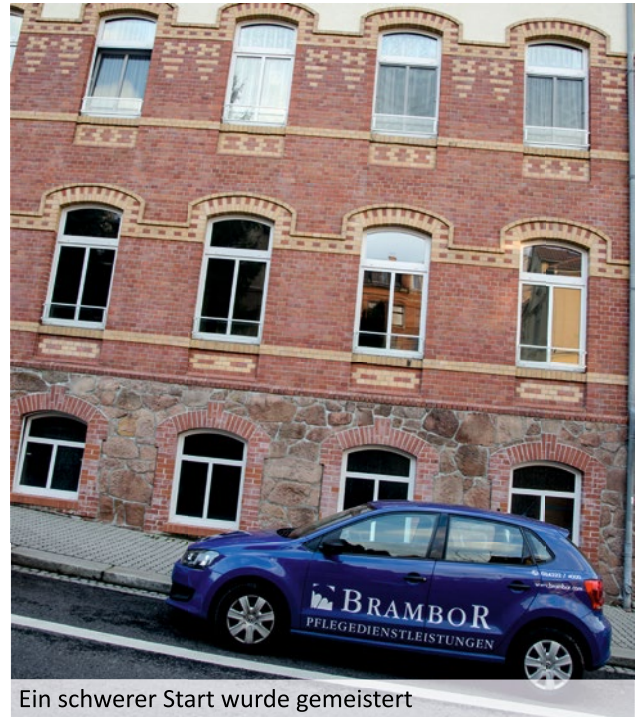
Doreen Reinwardt meinte trotz allem: „Es war ein schwerer Start.“ Normalerweise gibt es bei einer Patientenübernahme längere Übergabezeiträume und es bleibt Raum für Gespräche mit den Angehörigen und den zu pflegenden Menschen. In diesem Fall musste nun innerhalb weniger Tage eine Lösung gefunden werden. Natürlich wurden die Patienten gefragt, zu welchem Pflegedienst sie möchten. Man kann allerdings verstehen, dass die Patienten und Angehörigen teilweise „überfordert“ waren.



Im Erdgeschoss befindet sich eine Cafeteria

Dann wurde anhand der auf die Kürze erhaltenen Informationen und der vorhandenen Akten eilig ein Pflegeplan aufgestellt. Franziska Schwitzky, Mitorganisatorin der Übernahme und ebenfalls Leitungskraft bei Brambor sagte dazu: „Das Ziel war die Versorgung der Patienten bestmöglich zu gewährleisten.“ Besonders brisant ist das bei der medizinischen Versorgung, denn hier darf es keine Fehler geben. Aber auch die alltäglichen Gewohnheiten, Bedürfnisse und Wünsche der Mieter sind wichtig. So möchte ein Teetrinker vielleicht keinen Kaffee zum Frühstück oder umgekehrt. Was nun folgt ist eine behutsame Phase des gegenseitigen Kennenlernens. Es ging alles sehr schnell und es

muss erst Vertrauen aufgebaut werden. Infomaterial hilft beim Kennenlernen, ersetzt aber nicht den persönlichen Kontakt. Hier kann nur durch Empathie und Qualität überzeugt werden.



Ein schwerer Start wurde gemeistert

## *Wir sagen: Herzlich willkommen!*

Trotz der anfänglichen Hürden freuen wir uns über die 15 neuen Patienten und hoffen, dass sie nach dem eiligen Anfang schnell Vertrauen fassen. Sie sind jedenfalls herzlich willkommen! Leider konnten wir auf die Schnelle keine Mitarbeiter übernehmen, da der derzeitige Personalstamm ausreicht, die zusätzlichen Patienten zu versorgen. Es ist allerdings geplant, Räume in der „Zschopauerle“ anzumieten und somit eine weitere Geschäftsstelle in Waldheim zur Verfügung zu haben. Dies ist vor allem für die Mieter vor Ort wichtig, da sie so einen direkten Ansprechpartner des Pflegedienstes Brambor haben.

# Internationaler Besuch

**U**nseren besonderen Konzepten zur Pflege dementer Menschen, stießen im Dezember auf internationales Interesse. Eine Delegation russischer Neurologen besuchte am 11. Dezember 2013 die Betreuten Wohnen in Döbeln und Roßwein, um mehr über unseren Umgang mit dem Thema Demenz zu erfahren.



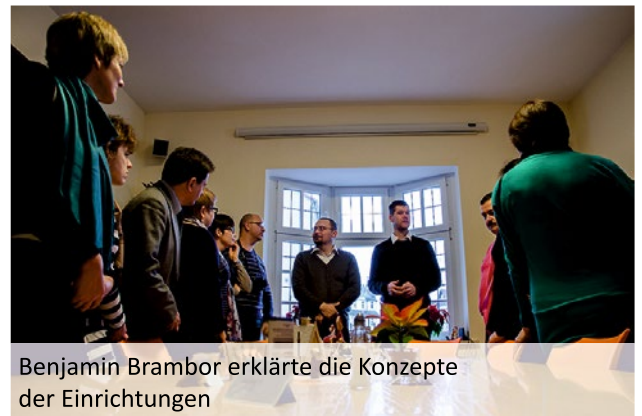
Das Interesse war so groß, dass sogar gefilmt wurde

Die 25 Ärzte kamen aus dem gesamten russischen Staatsgebiet und wurden von der Firma Merz Pharmaceuticals unter Leitung von Elisabeth Calov eingeladen. Frau Calov ist leitende Direktorin im Bereich Alzheimer und Parkinson des Unternehmens und hat zusammen mit dem



Dr. Bodenschatz aus Mittweida stellte den Kontakt zu Brambor her

Neurologen Dr. Bodenschatz aus Mittweida die Reise organisiert. Dr. Bodenschatz gilt als sehr engagiert und forscht im Auftrag von Pharmaunternehmen an Medikamenten. Er hat außerdem den Kontakt zu Brambor Pflegedienstleistungen hergestellt, wodurch dieser Besuch erst möglich wurde.



Benjamin Brambor erklärte die Konzepte der Einrichtungen

## *Es wurde ausführlich besichtigt*

Die Gruppe wurde von Cornelia und Benjamin Brambor durch die Einrichtungen geführt. Sie erklärten beim Rundgang dann ausführlich die Konzepte der Betreuten Wohnen. Beispielsweise wird sehr auf die Orientierung der Patienten geachtet. So hat jede Etage des Betreuten Wohnens in Döbeln ein anderes Farbkonzept, wodurch sie leichter zu unterscheiden sind. Diese Einrichtung ist auf Demenzerkrankungen eingestellt, hat aber viele Mieter, die nicht davon betroffen sind. Anders das Betreute Wohnen in Roßwein. Hier ist alles den Bedürfnissen dementer Menschen untergeordnet. So werden zum Beispiel Räumlichkeiten mit Piktogrammen versehen, die ebenso wie die Farbkonzepte in Döbeln, die Orientierung erleichtern sollen. Die Piktogramme an den Zimmertüren der Mieter sind hierbei besonders wichtig, da sie individuell an die Lebenserfahrungen der Patienten anknüpfen.



Die gesamte Gruppe der Ärzte zusammen mit Dr. Bodenschatz, Elisabeth Calov und Ulrike Bartke von Merz, dem Dolmetscher Pawel Kolobkow sowie Cornelia und Benjamin Brambor vor dem Betreuten Wohnen Roßwein

Ein ehemaliger Boxer beispielsweise hat ein Foto von Boxhandschuhen an seiner Tür. So weiß er, auch ohne seinen Namen lesen zu müssen, wo sein Zimmer ist. Bei der Besichtigung hat Benjamin Brambor viel erklärt, was der Dolmetscher Pawel Kolobkow anschließend in das Russische übersetzte. Es wurde auch auf die Finanzierung eingegangen, welche verdeutlichte, dass man hier nicht teurer ist als die regionalen Pflegeheime, jedoch aufgrund der kleinen Einrichtungen deutlich individueller betreuen kann. Die Betreuten Wohnen haben lediglich 15 bis 20 Wohneinheiten, wodurch auf die Patienten sehr gut eingegangen werden kann. Die Ärzte waren sehr interessiert und fragten Cornelia und Benjamin Brambor sehr viel zu den Einrichtungen und zur alltäglichen Praxis.

### *Die Unterschiede sind erheblich*

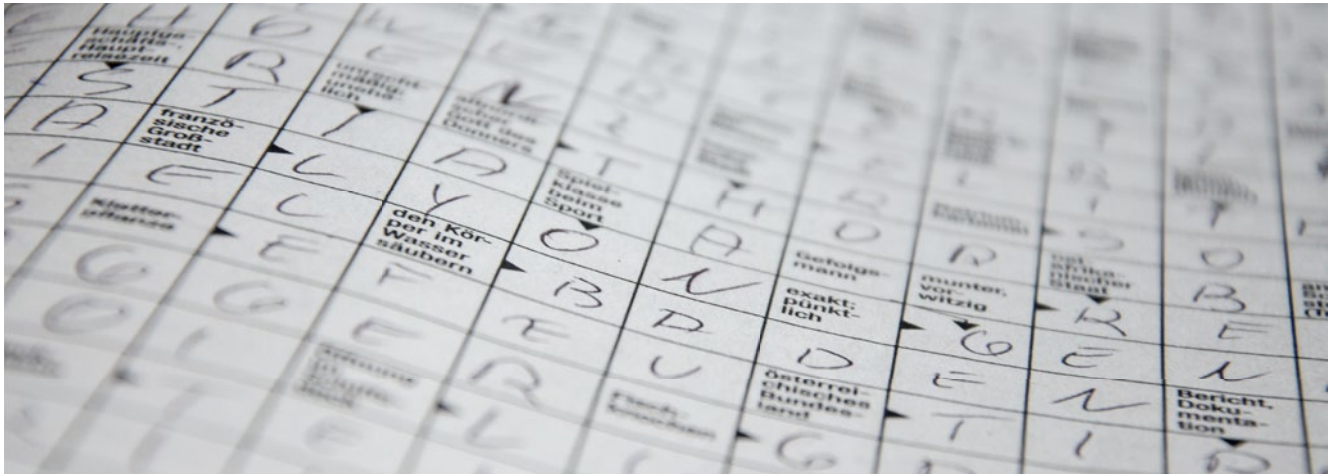
Das Russische Gesundheitssystem unterscheidet sich stark vom Deutschen. So sind Pflegeheime eher unüblich und viele Medikamente werden nicht von den Krankenversicherungen erstattet. Die Firma Merz Pharmaceuticals zielt darauf ab, dass die

Ärzte neue Ideen mit nach Russland nehmen und helfen, die Bedingungen für ältere Menschen dort zu verbessern. Zusätzlich „festigt Merz seine Position in Russland als fortschrittliche Firma, die sich wertschöpfend für die Behandlung und Pflege von Demenzpatienten einsetzt.“ so Ulrike Bartke, welche die Gruppe als Marketingassistentin begleitet hat. Nach der Besichtigung fand man sich im Gemeinschaftsraum des Betreuten Wohnen Roßwein zu einem Fachvortrag von Frau Dr. Vera Kudryashova ein. Er handelte unter anderem von einer Kampagne zur verbesserten öffentlichen Wahrnehmung von Demenzsymptomen.

### *Es geht weiter*

Zum Abschluss des Projekttagess präsentierten Cornelia und Benjamin Brambor die Struktur und Leistungen von Brambor Pflegedienstleistungen. Frau Calov sagte, sie wurde noch nie so empfangen und sei so beeindruckt, dass das Projekt fortgesetzt werden soll – das nächste Mal aber eventuell mit einer japanischen Delegation in Zusammenarbeit mit der Pharmafirma Daiichi Sankyo.

# Die grauen Zellen kitzeln



**Wenn man an das Alter denkt, kommen einem schnell auch negative Aspekte in den Sinn: Vergesslichkeit, Verwechslungen, Schusseligkeit und Ähnliches. Doch ist man dem hilflos ausgeliefert und muss einfach den Zahn der Zeit akzeptieren? Nicht unbedingt, denn mit dem Gehirn ist es wie mit den Gelenken: Wer rastet, der rostet!**

Früher ist man davon ausgegangen, dass das Gehirn ab dem Erwachsenenalter seine endgültige Form erreicht hat und sich nicht mehr verändert. Man dachte, es wäre dann kaum noch möglich etwas dazuzulernen. Neuere Erkenntnisse haben jedoch gezeigt, dass sich das Gehirn ständig verändert und wandelt. Einen besonders starken Einfluss haben hier Lernvorgänge. Auch im hohen Alter ist es noch möglich, neue Dinge dazuzulernen. So lernen manche Senioren das Spielen von Musikinstrumenten oder die Benutzung des Computers. Letzteres sieht man vor allem, wenn man sich im Internet umschaute, denn

hier sind überraschend viele ältere Menschen zu finden. Sie werden „Silver Surfer“ genannt, also die silbernen Surfer. Einen schönen Zusatzeffekt haben solche Dinge ebenso: Lernerfolge stärken das Selbstbewusstsein und man kann manchmal auch andere Generationen besser verstehen.

Ebenso wichtig für das Gehirn ist das gemeinschaftliche Leben. Wer mit anderen Menschen zu tun hat, der muss sich ständig mit neuen Informationen und Situationen auseinandersetzen. Gefordert wird der Geist immer, wenn er sich mit etwas beschäftigen muss, was er noch nicht kennt. Es gibt dafür quasi keine Routine im Kopf. Abwechslungen sind wichtig – eingefahrene Handlungen helfen da nicht weiter.

Nicht zu vergessen ist der Sport. Bewegung fördert ebenfalls die geistige Leistungsfähigkeit. Das ist wissenschaftlich weitgehend erwiesen. Deshalb sind Übungen oder das einfache Spaziergehen mindestens genauso wichtig, wie das Knobeln.



Es gibt natürlich viele Möglichkeiten, die grauen Zellen zusätzlich zu schulen. Ein Klassiker ist hierbei das Kreuzworträtsel, denn es fragt Allgemeinwissen ab und reaktiviert damit das Langzeitgedächtnis. Auch Lieder und Gedichte, die man von früher kennt, sich wieder ins Gedächtnis zu rufen, ist hilfreich und macht in Gemeinschaft viel Freude. Bei Brambor wird das aktiv genutzt, indem Sprüche, Lieder oder Gedichte zurückgeholt werden. Besonders bei Musik kommt hierbei auch der Spaß nicht zu kurz. Um das Kurzzeitgedächtnis ebenfalls anzuregen werden verschiedene Spiele verwendet. So gibt es zum Beispiel Memory-Spiele, „Vormachen-Nachmachen“ oder das beliebte Sprücheraten.

Etwas anderes ist die Lage bei Demenz. Diesen Prozess kann man leider nicht rückgängig machen, sondern nur hinauszögern. Hier kommen Methoden wie die „10-Minuten-Aktivierung“ zum Einsatz. Dabei werden gezielt Reize angesprochen. Beispielsweise werden kleine Stoffsäckchen mit themenbezogenen Utensilien gefüllt und der Patient soll tastend und riechend herausfinden, was sich

darin befindet. Themen können zum Beispiel der Haushalt oder das Kochen sein. Bei letzterem wären dann eventuell Gewürze wie Sternanis und Zimt oder Zutaten wie Mehl und Zucker im Säckchen. Die Verbindung verschiedener Sinnesreize ist hier besonders wichtig, da es den Patienten auf mehreren Ebenen anspricht. Für Menschen mit Demenz oder auch eingeschränkter Alltagskompetenz bietet die Pflegekasse Leistungen zur individuellen Betreuung an, welche von uns als Pflegedienst ausgeführt werden können. Hierbei kann es sich um Spaziergänge, Gedächtnistraining, Spielerunden und vieles mehr handeln.

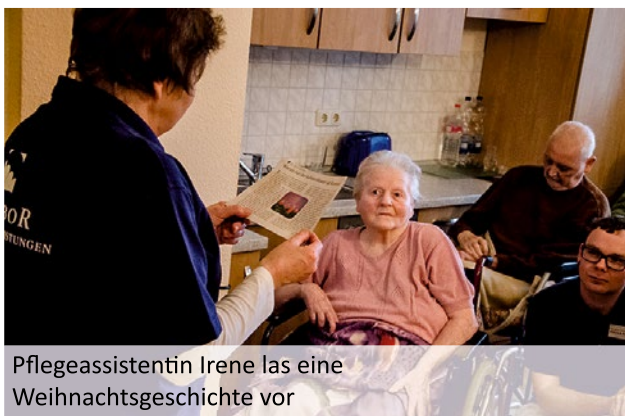
Doch auch ohne Demenz ist die Gefahr da, im Alter geistig abzubauen. Viele Menschen denken, mit dem Ende der beruflichen Laufbahn schließt auch das Lernen ab. Deshalb gilt: Wer sich einen offenen Geist sowie etwas Neugier bewahrt und sich mit den Veränderungen in der Welt beschäftigt, der hat gute Chancen geistig rege zu bleiben. Das gilt übrigens auch für junge Menschen.



# Gottesdienst in Waldheim

*Ende November besuchte Pfarrer Richber das Betreute Wohnen „Staupitzhaus“ in Waldheim. Als er das Haus betrat, warteten die Teilnehmer schon ungeduldig im Gemeinschaftsraum, denn sie hatten sich bereits zuvor zum Singen zusammengefunden.*

Pflegeassistentin Irene gab den Ton an und animierte zum Mitsingen. Fast alle Anwesenden machten mit. Anschließend trug sie eine kleine Weihnachtsgeschichte vor. So wurde die Zeit bis zum Beginn des Gottesdienstes nicht lang.



Pflegeassistentin Irene las eine Weihnachtsgeschichte vor

Pfarrer Richber besucht das Betreute Wohnen in Waldheim regelmäßig. So kam er im Dezember in der Vorweihnachtszeit vorbei und hielt eine Predigt mit anschließendem Abendmahl. Der Pfarrer erschien im klassischen Talar und hatte einen Gitarrenkoffer dabei. Bevor es mit der Predigt losging, überreichte ihm unser Mitarbeiter Patrick Prestin ein Geschenk und eine kleine Spende im Namen des Pflegedienstes.

Danach begann die Predigt. Pfarrer Richber legte dabei den inhaltlichen Schwerpunkt auf die

Vergänglichkeit aller Dinge. Er verglich das Leben mit einem schönen, aber dahinschmelzenden Eiszapfen und einem fließenden Fluss. Dabei ließ er jedoch keine negative Stimmung aufkommen, sondern plädierte dafür, den Lauf des Seins zu akzeptieren und sich das Herz nicht schwer zu machen. Nach einer Weile ergriff er die Gitarre und sang zusammen mit den Anwesenden ein Lied. So entstand eine schöne und besinnliche Atmosphäre.



Patrick Prestin überreichte am Anfang als Dankeschön ein kleines Geschenk

Wir fühlen uns geehrt und sind dankbar, dass die Waldheimer Kirchengemeinde immer wieder Zeit für die Menschen in unseren Häusern findet und freuen uns auf eine gute Zusammenarbeit im Jahr 2014.



Pfarrer Richber griff in die Saiten

# Kindergarten in der Tagespflege

*Im Dezember besuchte der Kindergarten „Bussi Bär“ die Tagespflege in Rosßwein. Solch eine Begegnung der Generationen war für beide Seiten etwas Besonderes und zauberte schnell ein Lächeln in die Gesichter. Die Kinder hatten extra für den Besuch eine kleine Aufführung vorbereitet.*

Die ersten Begegnungen waren noch etwas schüchtern, aber nachdem die Kinder sich alle vorgestellt hatten und die ersten Lieder anstimmten, tauten alle Anwesenden auf. Es wurden Kinderlieder gesungen und Sprüche aufgesagt. Alles passend zur Weihnachtszeit und zum Winter. Drei der Kinder hatten sich sogar kostümiert und haben das Gedicht von den drei Spatzen vorgetragen.



Die „Drei Spatzen“ beim Vortragen des Gedichtes

Anschließend ging es bewegter zu. Das Lied „Brüderchen komm tanz mit mir“ wurde gesungen und die Kinder tanzten ausgelassen. Sie versuchten sogar die Gäste der Tagespflege zum Mitmachen zu animieren. Damit von der Anstrengung keiner einen knurrenden Bauch bekam, gab es für



Die Gäste der Tagespflege sollten mitmachen

zwischendurch kleine gesunde Naschereien aus Obst, die von den Mitarbeitern der Tagespflege Claudia Hoffsky, Regina Fucke und Praktikantin Luisa Lengwenat vorbereitet worden sind. Für alle die dabei waren, war es ein gelungenes Ereignis, was gern wiederholt werden darf.



Es gab kleine Snacks für zwischendurch



Das Aquarium fesselte die kleinen Gäste ganz besonders

# Langeweile im Winter? Ohne uns!

*Denkt man an den Winter, dann kommen einem Aktivitäten wie Ski-fahren, Rodeln, Schlittschuhlaufen oder Schneeballschlachten in den Sinn. Nun könnte man sich fragen, was man macht, wenn diese Unternehmungen aufgrund des Alters nicht mehr möglich sind. Bleibt dann nur noch Langeweile und das Fernsehprogramm?*



Geselligkeit und gemeinsam etwas schaffen

Frau Wilsdorf lacht, als sie daran erinnert wird, dass sie die Kartoffeln für die Kartoffelpuffer alle allein reiben wollte. Pflegefachkraft Katrin Voigt geht ihr zur Hand und hilft bei der anstrengenden Arbeit. Diese Situation aus der Tagespflege „Zur Sonne“ in Döbeln ist typisch für den Umgang mit den Patienten bei Brambor. Die Menschen werden mit einbezogen und machen so viel mit, wie sie können und wollen. In der Tagespflege sollten an diesem Tag „Grüne Klitscher“ gemacht werden und die Gäste der Tagespflege halfen bei der Zubereitung mit, soweit sie konnten. Die Belohnung war ein geselliges Miteinander und natürlich das köstliche Resultat. Ähnlich erging es den Gästen der Tagespflege in Roßwein, die in der



Plätzchenbacken in der Weihnachtszeit

Weihnachtszeit leckere Plätzchen gebacken hatten. Diese wurden dann in der Kaffeepause auch gern von den Mitarbeitern genascht.

Doch es wird nicht nur gekocht. Die Einrichtungen richten sich individuell nach ihren Patienten aus und versuchen mit verschiedensten Aktivitäten den Alltag interessant und sinnvoll zu gestalten. Langeweile kommt da garantiert nicht auf. Dabei sind die Beschäftigungen durchaus sehr unterschiedlich. So hat sich in beiden Betreuten Wohnen in Waldheim jeweils eine Pokerrunde gebildet, die sich am Nachmittag zusammensetzt. Im „Türmchen“ besteht diese aus Frau Helm, Frau Baier, Frau Dittmann und Frau Teubel. Im „Staupitzhaus“ sind Frau Graf, Frau Walther, Frau Preiß und Herr Blechle mit dabei. Bingo hat dagegen an Beliebtheit verloren und wird nicht mehr in allen Einrichtungen gespielt. Wichtig ist, dass gerade bei Gruppenbeschäftigungen Patienten zusammenkommen, die sich gut verstehen, ähnliche Bedürfnisse haben und mit ihren Fähigkeiten zusammenpassen. Da es im Alter einige Einschränkungen gibt, werden manche Spiele auch speziell ausgewählt. So gibt es extra große Skatkarten, die sich besser anfassen lassen oder ein seniorenrechtliches Kegelspiel mit leichten Kugeln.

Mit Spielen und dem Kochen ist es jedoch nicht getan. Es ist auch ein gutes Gefühl, etwas entstehen zu lassen und seine kreative Seite auszuleben. Deshalb wird in allen Einrichtungen viel gebastelt. So kann man saisonale Dekorationen herstellen, die letzten Endes Patienten, Mitarbeiter und Gäste erfreuen. Hierzu werden beispielsweise Themenwochen, wie die in der letzten Ausgabe der Pflegezeitung beschriebene Herbstwoche, veranstaltet. Außerdem gibt es Kooperationen, wie zum Beispiel mit der Albert Schweitzer Schule in Roßwein, welche zu verschiedenen Aktivitäten die Tagespflege besucht.



Basteln macht nicht nur Spaß, sondern ist auch gut für die Motorik

Dabei wird nicht nur gebastelt, sondern auch Sport gemacht, denn wer rastet, der rostet bekanntermaßen. Leichte Übungen wie Ballspiele



Kreative sportliche Betätigung mit den Schülern der Albert Schweitzer Schule

oder Gymnastik mit Tüchern machen Spaß und die Teilnehmer werden beweglicher. Beliebt ist auch der Sitztanz, der Bewegung mit Musik verknüpft. Training muss auch nicht immer nach Sport aussehen, so ist Häkeln und Stricken ein gutes Mittel, um die Finger beweglich zu halten. Dazu kommt noch, dass man das Gedächtnis trainiert.



Es kann auch schon mal etwas anstrengend werden

Auch wenn man nicht mehr Skifahren kann, ist das Rausgehen im Winter dennoch sehr wichtig. Wenn es nicht zu glatt ist, sind Spaziergänge kein Problem und auch bei Kälte an der Tagesordnung. Manchmal bedarf es zwar etwas Überredungskunst die warme Stube zu verlassen, aber: Sauerstoff und Bewegung tut in jedem Alter gut. Insgesamt kann man sagen, dass versucht wird, viele kleine Dinge über den Tag zu machen. Das sorgt dafür, dass es nicht langweilig wird und es nicht überfordert. Und wenn man am Tage etwas erlebt hat, dann ist man abends auch müde und kann besser durchschlafen.

Unsere Mitarbeiterin Franziska Schwitzky sagt zu den Aktivitäten in unseren Häusern: „es soll leben, wie Zuhause eben auch.“ Und Zuhause fühlen ist etwas sehr erstrebenswertes – ganz besonders, wenn man dabei auch noch viel Spaß hat.

# In Döbeln geht die „Sonne“ auf!

*Etwas leiser als sonst, nahm unsere Einrichtung „Zur Sonne“ in Döbeln ihren Dienst auf. Zunächst die Häusliche Krankenpflege am 18. Dezember und im neuen Jahr am 2. Januar die Tagespflege.*



Benjamin Brambor zeigt den Mitarbeitern ihren neuen Arbeitsplatz im Bereich der Häuslichen Krankenpflege

Nachdem wir in der letzten Ausgabe schon einige Vorzüge der „Sonne“ beschrieben haben, können wir sagen, dass die Praxis unsere Hoffnungen bisher bestätigt hat. Sowohl die Tagespflege als auch die Häusliche Krankenpflege werden gut angenommen. Die Mitarbeiter haben frische und moderne Räumlichkeiten zur Verfügung, die auf die Bedürfnisse der Pflege zugeschnitten sind. Um die Räume noch etwas freundlicher zu gestalten, wurden schon einige Dekorationselemente ergänzt. So gibt



Der Betrieb der Tagespflege beginnt



In der Tagespflege wird schon gekocht

es in der Tagespflege zum Beispiel eine beleuchtete Wasserwand zwischen Gemeinschafts- und Ruheraum. Auch in der Hauskrankenpflege ist Leben eingezogen. Emsig sind die Mitarbeiter dabei ihre Touren vorzubereiten. Pflegedienstleiterin Marlen Paul hat sich auch schon eingerichtet. Sie sitzt in einem geräumigen Büro mit Sichtkontakt zum Arbeitsbereich der anderen Mitarbeiter. So entsteht eine offene Atmosphäre und keine abgeschotteten Bereiche. Die Außenfassade befindet sich momentan noch in der Vollendungsphase. Unser Logo ist an den Scheiben schon gut zu erkennen und über einen QR-Code, der per Handy direkt zu unserer Webseite führt, können Interessierte auch mehr über uns erfahren, ohne die Geschäftsstelle zu betreten. Jedoch lädt ein großzügiger Beratungsbereich durchaus ein, die „Sonne“ aus der Nähe kennenzulernen.



Kleine Details werten die Räume auf

# 21 Jahre Brambor

*Schon ist das 20-jährige Jubiläum des Pflegedienstes Brambor wieder ein Jahr her. Wir feiern am 1. Februar 2014 den 21. Firmengeburtstag und können sagen, dass seitdem schon wieder vieles passiert ist, was einen Eintrag in der Unternehmenschronik wert ist. Da gab es viel Erfreuliches, aber auch eine Flut, die unsere Planungen zurückgeworfen hat.*

Brambor Pflegedienstleistungen ist im letzten Jahr weiter gewachsen und etabliert sich immer mehr in den Städten Döbeln und Waldheim. So wurde in Waldheim das Betreute Wohnen „Zum Türmchen“ eröffnet. Es ist mittlerweile gut vermietet und hat ein eingespieltes Team. Im Oktober eröffnete auf dem Waldheimer Obermarkt eine weitere Geschäftsstelle. Hier steht die Häusliche Krankenpflege im Mittelpunkt. Gegen Ende des Jahres kam in Döbeln die „Sonne“ hinzu. Nachdem die Flut den Bau verzögerte, befinden sich dort nun eine Tagespflege und die Organisationszentrale der Döbelner Häuslichen Krankenpflege. Dazu kommt ein ausgedehnter Beratungsbereich.

Neue Einrichtungen bedeuten natürlich auch neue Mitarbeiter und so konnten wir viele neue Gesichter sehen. Neue Patienten kamen natürlich auch hinzu. Teils im Laufe des Jahres, teils überraschend schnell, wie bei der ungeplanten Übernahme von Klienten in der „Zschopauerle“ in Waldheim. Das alles heißt natürlich nicht, dass der Stammsitz in Roßwein vernachlässigt wird, denn seine Wurzeln darf man nie vergessen. Nur wenn man weiß woher man kommt, weiß man auch wohin man geht. Letzten Endes ist Brambor



Gemeindeschwester Cornelia Brambor 1993

Pflegedienstleistungen bei allem Wachstum ein Familienunternehmen, was sehr klein angefangen hat.

Cornelia Brambor hat 1993 das Unternehmen gegründet und es mittlerweile auf eine Größe von 140 Mitarbeitern und 8 Pflegeeinrichtungen gebracht.



Heute ist Brambor ein Mittelständisches Unternehmen

Deshalb achten wir jetzt besonders darauf, dass unser Credo „Qualität ist unsere Leistung.“ nicht an Gültigkeit verliert. Wir hoffen auf ein ebenso erfolgreiches, wenn auch vielleicht etwas ruhigeres, Geschäftsjahr 2014.

# Gut zu wissen



Sogar an Weihnachten wird bei Brambor auf gesunde Ernährung geachtet

## *Die Abwehrkräfte für den Winter stärken*

*Kaum wird das Wetter kälter, hört man die ersten Menschen in der Umgebung niesen und husten. Damit man sich nicht ein paar Tage später in den Chor einreicht, sollte man einiges beachten.*

Die Abwehrkräfte kann man gezielt stärken, wenn man weiß, wie es geht und daran denkt, es auch wirklich umzusetzen. Natürlich ist eine gesunde Ernährung die beste Basis für ein fittes Immunsystem. Viele Vitamine und Mineralien sind da ratsam. Diese bekommt man am schnellsten durch den Verzehr von Obst und Gemüse. Zitrusfrüchte sind in einer Jahreszeit, in der Saisonware rar ist, besondere Vitaminbomben. Schon zwei kleine Orangen reichen aus, um die Tagesdosis an Vitamin C abzudecken. Auch die, seit einigen Jahren beliebten, Cranberries oder auch Kranichbeeren, sind eine Empfehlung wert. Die Multitalente liefern nicht nur Vitamin C, sondern auch Vitamin A und K, sowie Natrium, Magnesium und Kalium.

In den Einrichtungen des Pflegedienstes Brambor wird aus diesen Gründen sehr stark auf die Ernährung geachtet. Es gibt jederzeit die Möglichkeit Obst oder Gemüse zu sich zu nehmen, ob aufgeschnitten oder als Salat. Dabei werden, soweit es geht, möglichst saisonale Früchte aus der Region verwendet. Wir beraten unsere Patienten zusätzlich in Ernährungsfragen und versuchen Bedürfnissen und Geschmäckern gerecht zu werden. Neben Vitaminen sind aber auch Heißgetränke wie Tee und Kaffee gut für die innere Abwehr und das nicht nur, weil eine ausreichende Flüssigkeitszufuhr in der Heizungs-saison wichtig ist, sie regen auch den Kreislauf an und wärmen von innen.

Nicht vergessen sollte man sportliche Betätigungen. Auch sie machen den Körper widerstandsfähiger gegenüber Krankheitserregern. Sie bringt ebenfalls das Herz-Kreislauf-System in Schwung und hilft beim Abbau von Spannungen und Stress. Jeder sollte dabei das tun, was er kann und was ihm Freude bereitet. Für die einen ist es besser, am frühen Morgen zu joggen, für die anderen reicht ein Nachmittagsspaziergang oder Nordic Walking. In der Pflege achten wir darauf, dass jeder Patient mindestens jeden zweiten Tag an die frische Luft kommt. Aber das gilt natürlich nicht nur für Patienten. Sich im Winter immer nur einzuigeln ist niemals ratsam – egal ob jung oder alt.

Natürlich sollte man in dem Zusammenhang nicht vergessen sich passend zu kleiden, denn Erkältung kommt zwar nicht von Kälte, aber sie schwächt die Immunabwehr enorm.



# Spaß muss sein...

Anne schwelgt in Erinnerungen: „Als Kind liebte ich es, an Winterabenden in der Stube vor knisterndem Feuer zu sitzen. Leider gefiel das meinem Vater nicht. Er hat es mir verboten!“ „Warum denn das?“ „Nun, wir hatten keinen Kamin!“

Ich liebe es, wenn im Winter Schnee liegt. Dann sieht mein Rasen so schön aus, wie der von meinen Nachbarn.

„Ich mache mir Sorgen um meine Frau, sie ist bei dem schlimmen Schneesturm in die Stadt gegangen.“ „Aber sie wird doch sicher in irgendeinem Geschäft Schutz gefunden haben.“ „Deswegen mache ich mir ja Sorgen!“

Fragt der junge Eisbär seine Mutter: „Du, Mutti!? Bin ich wirklich ein Eisbär?“ „Natürlich mein Kind.“ Nach einer Weile fragt der kleine Eisbär erneut: „Bin ich ganz ganz sicher ein Eisbär?“ „Aber ja, wie kommst du denn auf diese Frage?“ Sagt der Kleine: „Mir ist kalt!“

Wenn ein Schneeball ein Ball aus Schnee ist – was ist dann ein Fussball?

„Herr Ober, was können Sie mir empfehlen?“ „Flammbierte Bohnensuppe, flammbiertes Schnitzel, flammbiertes Eis...“ „Warum ist denn alles flammbiert?“ „Die Küche brennt!“

## Lyrik

### Neuschnee

Flockenflaum zum ersten Mal zu prägen  
mit des Schuhs geheimnisvoller Spur,  
einen ersten schmalen Pfad zu schrägen  
durch des Schneefelds jungfräuliche Flur.

Kindisch ist und köstlich solch Beginnen,  
wenn der Wald dir um die Stirne rauscht  
oder mit bestrahlten Gletscherzinnen  
deine Seele leuchtende Grüße tauscht.

*Christian Morgenstern*

|                            |                      |                    |                      |                     |                       |                 |                               |                           |                            |                       |                       |                |                          |                            |                       |                     |    |
|----------------------------|----------------------|--------------------|----------------------|---------------------|-----------------------|-----------------|-------------------------------|---------------------------|----------------------------|-----------------------|-----------------------|----------------|--------------------------|----------------------------|-----------------------|---------------------|----|
| nord-europ. Land           | Baleareninsel        | Fremdwortteil: neu | Werkzeug             | 1                   | in Betrieb            | Wunschbild      | 13                            | Männername                | Fürst im Orient            | Universitätsabschluss | 7                     | englisch: eins | altgr. Philosophenschule | Satzzeichen                | 15                    | Ährenborste         |    |
|                            |                      |                    |                      | 17                  |                       |                 |                               | Nachlassempfangerin       | 5                          |                       |                       | Gewinn         |                          |                            |                       |                     |    |
| Kehrgerät                  |                      |                    | 9                    |                     |                       | Korridor        |                               | schwarzes Pferd           |                            | 3                     |                       | dauermd        |                          | engl. Anrede (Abk.)        |                       |                     |    |
|                            |                      |                    | bitterkalt           |                     |                       | Pfeilwurfspiel  |                               |                           |                            | Heeres- teil          |                       |                | Hptst. von Bulgarien     |                            |                       |                     |    |
| Fremdwortteil: Leben       |                      | elektr. Brief      |                      |                     |                       |                 |                               | geladenes Atom            | Haupt- schlag- ader        |                       |                       |                |                          | Epos von Homer             |                       |                     |    |
| Solo- stück in der Oper    |                      |                    |                      |                     | Gefäß mit Henkel      |                 | Gefahr- meldung               |                           |                            |                       |                       | traum- haft    |                          | geladenes Atom             |                       |                     |    |
| Figur aus 'Im Weißen Rößl' | Gewebe- art          | Drang              |                      | Not                 |                       |                 |                               |                           | europ. Strom               |                       | Ruhe                  |                |                          |                            |                       |                     |    |
|                            |                      |                    |                      |                     |                       |                 | gewitz- laut, schlau          |                           | Bilder- rätsel             |                       |                       |                |                          | Ordnung (griech.)          |                       | franz. Männer- name |    |
|                            |                      |                    |                      |                     | Sammel- stelle, Lager |                 | Aus- dehnung                  |                           |                            | 11                    |                       | exakt          |                          | Roman von Zola             |                       |                     |    |
| Rittersitz                 |                      |                    | Fecht- waffe         |                     |                       |                 |                               |                           | Pelzart                    |                       | Tierkot               |                |                          |                            |                       | Mahnung             |    |
| salopp                     |                      |                    |                      |                     |                       | Frauen- name    |                               | Nagetier                  |                            |                       |                       |                | ge- sittet               |                            | norw. Küsten- stadt   |                     |    |
|                            |                      |                    | Gardine              |                     | Vorname von Delon     |                 |                               |                           |                            | Misch- farbe          |                       | edles Pelztier |                          |                            |                       |                     |    |
| schwäb. Höhen- zug         | US- Bundes- staat    | Fix- stern         |                      |                     |                       |                 |                               | be- urkund- ender Jurist  | Grund- lage                |                       |                       |                |                          |                            | Kohlen- berg- werk    |                     |    |
|                            |                      |                    |                      |                     | Winter- sport- geräte |                 | Insel- staat im Stillen Ozean | 14                        | 2                          |                       |                       | Tinten- fisch  | 4                        | Fuß- glied                 |                       | 12                  |    |
| Pult des Karnevals         |                      | franz. Währung     |                      | Elektri- zität      |                       |                 | 6                             |                           | Borke                      |                       | Alarm- gerät          |                | 8                        |                            | 16                    |                     |    |
| ein Konti- nent            |                      |                    |                      |                     |                       |                 | optisch wahr- nehmen          |                           | russ. Währung              |                       |                       |                |                          | Ab- scheid- sgruß          |                       | Nach- ahmung        |    |
|                            |                      |                    |                      | asiat. Insel- staat |                       | Seiden- gewebe  |                               |                           |                            |                       | nütz- liches Insekt   |                | See- manns- ruf          |                            |                       |                     |    |
| Achtung                    | Geistes- krank- heit |                    | alle ohne Aus- nahme |                     |                       |                 |                               | US- Film- komiker (Woody) | Bandage                    |                       |                       |                |                          |                            |                       | Schmerz am Gebiss   |    |
| eine Metall- legie- rung   |                      | 18                 |                      |                     |                       | Ausstel- lungen |                               | Teil des Mittel- meers    |                            |                       |                       |                | Spott- schrift           |                            | Kfz- Z. Zittau        |                     |    |
|                            |                      | 10                 | Bleifuß              |                     | amerik. Längen- maß   |                 |                               |                           |                            | moham. Name für Gott  |                       | Ältesten- rat  |                          |                            |                       |                     |    |
| franz.: Bogen              |                      | schnell fahren     |                      |                     |                       |                 |                               | griech. Buch- stabe       | Erwei- terung eines Hauses |                       |                       |                |                          |                            | trop. Knollen- frucht |                     |    |
| Tischler- abfall           |                      |                    |                      |                     | engl. Bier- sorte     |                 | Schwel- lung                  |                           |                            |                       |                       |                | mittels, durch           |                            | Spreng- stoff (Abk.)  |                     |    |
| Verstand                   |                      | englisch: nach, zu |                      | ein Erdteil         |                       |                 |                               |                           | Kfz- Z. Heppen- heim       |                       | orient. Reis- gericht |                |                          |                            |                       | ital.: Ich          |    |
|                            |                      |                    |                      |                     |                       |                 |                               |                           | Speise aus Ge- treide      |                       |                       |                |                          |                            |                       |                     |    |
| ein- heitlich fest- setzen |                      |                    |                      |                     |                       |                 | altes Gefäß für Weine         |                           |                            |                       |                       |                |                          | Aus- druck d. Überraschung |                       |                     |    |
| 1                          | 2                    | 3                  | 4                    | 5                   | 6                     | 7               | 8                             | 9                         | 10                         | 11                    | 12                    | 13             | 14                       | 15                         | 16                    | 17                  | 18 |

# Rätselauflösung

## Auflösung des Kreuzworträtsels der Ausgabe 72

Das Lösungswort lautet: **BUNDESLÄENDER**

Dieses Mal gab es viele richtige Einsendungen. Deshalb ist das neue Rätsel auch etwas schwieriger und somit eine kleine Herausforderung an unsere Rätselfreunde. Alle Postkarten kamen aus Roßwein oder Döbeln. Vielleicht bekommen wir ja das nächste Mal auch Post aus Waldheim. Immerhin haben wir dort durch Übernahme von Patienten einige Leser dazugewinnen können.



**Gewonnen hat:**

**Lieselotte Hartmann aus Roßwein**

## Termine & Veranstaltungen

| Datum                        | Uhrzeit           | Ereignis  |
|------------------------------|-------------------|---|
| Samstag, 01. Februar 2014    |                   | 21 Jahre Brambor  |
| Dienstag, 04. Februar 2014   | 09:00 - 10:30 Uhr | Sprechstunden des Hörgerätezentrums Gromke in der Villa „Zum Rüderpark“ |
| Donnerstag, 27. Februar 2014 | 10:30 Uhr         | Gottesdienst im „Staupitzhaus“ Waldheim mit M. Keskowsky                |
| Dienstag, 04. März 2014      | 09:00 - 10:30 Uhr | Sprechstunden des Hörgerätezentrums Gromke in der Villa „Zum Rüderpark“ |
| Donnerstag, 20. März 2014    | 10:30 Uhr         | Gottesdienst im „Zum Türmchen“ Waldheim mit Pfarrer Richber             |
| Dienstag, 01. April 2014     | 09:00 - 10:30 Uhr | Sprechstunden des Hörgerätezentrums Gromke in der Villa „Zum Rüderpark“ |

Häusliche Krankenpflege  
Tagespflege  
Kurzzeitpflege  
Betreutes Wohnen



Villa „Zum Rüderpark“  
Rüderstraße 18  
04741 Roßwein



Hauskranken- und Tagespflege „Zur Sonne“  
Ritterstraße 14  
04720 Döbeln



Geschäftsstelle Döbeln  
Am Niedermarkt 22  
04720 Döbeln



Betreutes Wohnen Döbeln „Villa Brambor“  
Bertholdstraße 1  
04720 Döbeln



Betreutes Wohnen Roßwein  
Karl-Marx-Straße 2  
04741 Roßwein



Betreutes Wohnen Waldheim „Staupitzhaus“  
Härtelstraße 40  
04736 Waldheim



Betreutes Wohnen Waldheim „Zum Türmchen“  
Bahnhofstraße 59  
04736 Waldheim



Geschäftsstelle Waldheim (Hauskrankenpflege)  
Obermarkt 5  
04736 Waldheim

 **BRAMBOR**  
PFLEGEDIENSTLEISTUNGEN

Rüderstraße 18  
04741 Roßwein

Telefon 034322 - 400 - 0  
Telefax 034322 - 400 - 10

[www.brambor.com](http://www.brambor.com)  
[info@brambor.com](mailto:info@brambor.com)