

AUGENBLICKE



Januar/Februar 2022

Nr. 130

**Haus-
zeitschrift**



Allen Leserinnen und Lesern ein glückliches und gesundes Neues Jahr!

In dieser Ausgabe: Zuschuss der Pflegekasse zu den Heimkosten verringert den Eigenanteil +++ Kuriose Neujahrsbräuche aus aller Welt +++ Stürze vermeiden – die besten Tipps +++ Auf den Teller oder in die Tonne – Was tun mit nicht mehr einwandfreien Lebensmitteln +++ und vieles mehr..

IN DIESER AUSGABE...

	Seite
Vorwort	3
Der neue Bewohnerbeirat des Buchenhofes	4
Termine	5
Die Sütterlin-Seite	6
Gesellschaftslied	7
Am Rande notiert	8
Aktuelles	9
Zuschuss zur vollstationären Pflege steigt	10
Kuriose Neujahrsbräuche	11
Rätsel	12
Wir nehmen Abschied	13
Stürze vermeiden – die besten Tipps	14
Geburtstage der nächsten Monate	15
Tipps der Kriminalpolizei	16
Auf den Teller oder in die Tonne?	17
Neue Bewohner im Buchenhof	18
Woher stammt die Redensart	19
Angebot der Ergotherapie	20

Seniorenwohnanlage Buchenhof - Heimbetriebsgesellschaft Edler mbH

Riestestraße 2 + 4 32105 Bad Salzuflen

Telefon: 0 52 22 / 93 30

Telefax: 0 52 22 / 93 33 50

E-Mail: p.hansen@altenheim-buchenhof.de

Internet: www.buchenhof-bs.de



Liebe Bewohnerinnen und Bewohner, liebe Leserinnen und Leser,

herzlich willkommen zur neuen Ausgabe der „Augenblicke“.

Ich hoffe, dass Sie einen guten Start in das Neue Jahr gehabt haben. Ich wünsche Ihnen für 2022 alles Gute, viel Gesundheit und Zufriedenheit.

In all der schwierigen Zeit, in der wir nun seit fast zwei Jahren leben, muss es auch



mal gute Nachrichten geben. Und tatsächlich kommen diese von den Pflegekassen. Am 1. Januar ist das Gesetz zur Weiterentwicklung der Gesundheitsversorgung (GVWG) in Kraft getreten. Hinter diesem sperrigen Namen verbergen sich finanzielle Einsparungen beim Heimentgelt für alle Bewohnerinnen und Bewohner, die den Pflegegraden 2 bis 5 zugeordnet wurden. Die Höhe der Einsparungen richtet sich danach, wie lange man bereits in der Einrichtung lebt. Sie

kann mehrere hundert Euro betragen. Auf der **Seite 10** können Sie weitere Informationen dazu finden.

Im September 2019 hat das Thünen-Institut im Auftrag des Bundesernährungsministeriums Zahlen vorgelegt, wie viele Lebensmittelabfälle in Deutschland anfallen. Jährlich sind dies 12 Millionen Tonnen! Der größte Anteil entfällt dabei auf private Haushalte, in denen jährlich 6,1 Millionen Tonnen Lebensmittel weggeworfen werden. Dazu gehören neben übrig gebliebenen Speiseresten z.B. auch Obstschalen sowie Knochen. Dies entspricht einem Anteil von 52 Prozent am Gesamtaufkommen. Jede Verbraucherin und jeder Verbraucher wirft demnach etwa 75 Kilogramm Lebensmittel im Jahr weg. Vieles davon ist allerdings durchaus noch genießbar. Häufig führt ein falsch verstandenes Mindesthaltbarkeitsdatum dazu, dass gutes Essen im Abfall landet. Wann gehört Essen auf den Teller, wann in die Tonne? Lesen Sie auf **Seite 17** Näheres zu diesem Thema.



Machen Sie's gut!

Peter Hummel

Der **neue** Bewohnerbeirat des Buchenhofes



Bernd Ahlborn
Angehöriger



Detlef Bröker
ehemaliger Bevollmächtigter



Karola Floer
ehemalige Angehörige



Otti Klöpffer
Bewohnerin Seniorenwohnhaus



Irmtraud Maatz
Bewohnerin Seniorenwohnhaus



Ulrich Steinmetz
Angehöriger



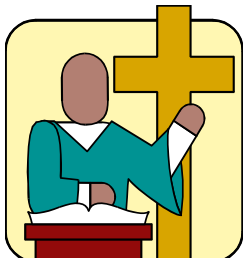
Christine Wüllenkemper
ehemalige Betreuerin

Der Beirat hält viermal pro Jahr eine Sprechstunde sowie eine anschließende Sitzung im Café im Pflegeheim ab.

Die Termine werden in der Hauszeitschrift und durch Aushänge in den Häusern veröffentlicht.

Gottesdienste

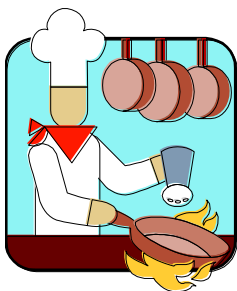
finden **einmal monatlich** im Café im Alten- und Pflegeheim oder im Speisesaal im Seniorenwohnhaus statt.



Die Termine für Januar und Februar standen bei Redaktionsschluss leider noch nicht fest.
Achten Sie bitte auf die Aushänge.

Einmal im Monat findet von 10.00 bis 11.00 Uhr im Untergeschoss des Bürogebäudes eine

Sprechstunde des Küchenleiters

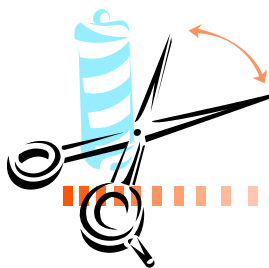


statt. Herr Reuter steht Ihnen an den folgenden Terminen zur Verfügung:

Donnerstag, **20. Januar**
Donnerstag, **17. Februar**

Er nimmt während der Sprechstunde Ihre Essenswünsche und Anregungen rund um das Thema Verpflegung entgegen.

Friseur



Die Friseurin Frau Rüter ist **dienstags von 8.30 bis 15.00 Uhr** und **freitags von 8.30 bis 13.30 Uhr** im Friseursalon im Untergeschoss der Villa anzutreffen.

Einen Termin bekommen Sie dort nach Absprache. Oder Sie bringen einfach ein wenig Wartezeit mit!

Fußpflege



Die Fußpflegerin Frau Hesse kommt **an unterschiedlichen Wochentagen** in den Buchenhof und steht Ihnen nach Absprache zur Verfügung.

Einen Termin können Sie auch über die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter des Pflegeteams sowie die Informationen im Pflegeheim und Seniorenwohnhaus vereinbaren.

Gesellschaftslied

Es kann schon nicht alles so bleiben
Hier unter dem wechselnden Mond;
Es blüht eine Zeit und verwelket
Was mit uns die Erde bewohnt.

Wir sitzen so fröhlich beisammen
Wir haben uns alle so lieb,
Wir heitern einander das Leben,
Ach wenn es doch immer so blieb'!

Doch weil es nicht immer kann bleiben,
So haltet die Freude recht fest!
Wer weiß denn, wie bald uns zerstreuet
Das Schicksal nach Ost und nach West.

Doch sind wir auch fern voneinander,
So bleiben die Herzen sich nah;
und alle, ja alle wird's freuen,
Wenn einem was Gutes geschah!

Und kommen wir wieder zusammen
Auf wechselnder Lebensbahn,
So knüpfen ans fröhliche Ende
Den fröhlichen Anfang wir an.



August (Friedrich) von Kotzebue wurde am 3. Mai 1761 in Weimar geboren. Er entstammte einer angesehenen Kaufmanns- und Ratsfamilie. Nach dem Besuch des Gymnasiums in Weimar studierte er ab 1777 Jura in Jena und Duisburg. Von 1781 bis 1790 bekleidete er hohe Ämter in St. Petersburg und Estland. 1798 ging er als Theaterdichter nach Wien und 1800 wieder nach Russland, wo er unter dem Verdacht, Jakobiner zu sein, verhaftet und nach Sibirien verbannt wurde. Nach vier Monaten wurde er begnadigt und zum Direktor der Deutschen Hofschauspiels in St. Petersburg ernannt. 1801, nach der Ermordung des Zaren, ließ sich Kotzebue in Weimar nieder. Ein Konflikt mit Goethe eskalierte so weit, dass er erneut nach Paris reiste. Nach Napoleons Sieg 1806 floh er nach Estland, von wo er die antinapoleonischen Zeitschriften »Die Biene« und »Die Grille« herausgab. Nach der Niederlage Napoleons 1813 wurde er zum Generalkonsul in Preußen ernannt, zog nach Königsberg und übernahm die Leitung des Theaters. 1817 kehrte er nach Weimar zurück und gründete das »Litterarische Wochenblatt«, in dem er gegen die politischen Ziele der studentischen Turnerbünde und Burschenschaften, gegen Demokratie und Pressefreiheit zu Felde zog. August von Kotzebue wurde am 23. März 1819 durch den Jenaer Burschenschafter Karl Ludwig Sand in Mannheim erstochen.



2.300 zusätzliche Pflegeheime bis 2040 benötigt: Laut Prognose werden im Jahr 2040 rund 5,1 Millionen Menschen pflegebedürftig sein. Daraus ergibt sich ein zusätzlicher Bedarf zwischen 185.000 und 230.000 Pflegeheimplätzen, was bis zu 2.300 zusätzlichen Pflegeheimen entspricht. Zu diesem Ergebnis kommt der aktuelle „Pflegeheim-Atlas Deutschland“, der von Wüest Partner herausgegeben wird. Gemäß der Bevölkerungs-Vorausberechnung des Statistischen Bundesamtes werde sich der demografische Wandel in den kommenden zwei Dekaden stark in der Altersverteilung der deutschen Gesellschaft niederschlagen. Demnach werde die Altersgruppe 65+, die heute 21,8 Prozent der Gesamtbevölkerung ausmache, auf 26,6 Prozent steigen, was sich auch auf die prognostizierte Zahl zukünftiger Pflegebedürftiger auswirke. Dem entgegen stehe der Trend, dass es aufgrund des Personalmangels in der Pflege immer schwerer werde, das Pflegeangebot auszuweiten. Die Rekrutierung von Personal gestaltet sich nicht nur in ländlichen Regionen, sondern auch in Ballungszentren immer schwerer. Fachkräfte aus dem Ausland eigneten sich nur bedingt dafür, die bestehenden Lücken insbesondere in der Altenpflege zu schließen. Aufgrund des Krankenpflegehintergrunds der Ausbildung im Ausland wechseln sie häufig in den Krankenhausdienst.

DBfK: Pflegefachpersonen sollten impfen dürfen: Dem Deutschen Berufsverband für Pflegeberufe (DBfK) zufolge sollten schnell Regelungen getroffen werden, damit Pflegefachpersonen impfen dürfen. „Wir haben mit den Pflegefachpersonen ein enormes Potenzial an qualifiziertem Personal, das darin ausgebildet ist, Injektionen vorzunehmen, Patient:innen zu beobachten und aufzuklären“, so die DBfK-Präsidentin Christel Bienstein. Die qualifizierten Pflegefachpersonen in der Langzeitpflege seien dicht an den Menschen mit Pflegebedarf dran, könnten sie und auch ihre Angehörigen erreichen. „Das gilt auch für die etwa 2,5 Millionen Menschen, die zuhause gepflegt werden“, so Bienstein. „Ich sehe nicht, dass eine Apothekerin oder ein Tierarzt einer Pflegefachperson hier vorzuziehen wäre.“ Bienstein fordert, den Pflegefachpersonen heilkundliche Aufgaben zu übertragen und eine Leistungsvergütung zu regeln.

Koalitionsvertrag: Hospizarbeit nicht erwähnt: Hospizarbeit und Palliativversorgung finden mit keinem Wort Erwähnung im Koalitionsvertrag von SPD, FDP und Grünen. Das kritisiert der Deutsche Hospiz- und Palliativverband (DHPV). Denn auch mehr als fünf Jahre nach dem Hospiz- und Palliativgesetz sieht der Verband dringenden Handlungsbedarf. Zwar gäbe es einige Ansätze im Gesundheitsbereich und bei der Pflege, wie verbesserte Arbeitsbedingungen und Löhne sowie die angekündigte Ausgestaltung einer zukunftssicheren, bedarfsgerechten und wohnortnahen gesundheitlichen und pflegerischen Versorgung. „Trotzdem hat der gesellschaftliche Wandel in Bezug auf die demografische Entwicklung, die Versorgung alter und pflegebedürftiger Menschen und die Versorgung am Lebensende offenbar nicht den Stellenwert wie etwa die Digitalisierung oder der Klimawandel“, so der DHPV-Vorsitzende Winfried Hardinghaus.

elles +++ Aktuelles +++ Aktuelles +++ Aktuel

Besuche im Buchenhof

Nach zwei Monaten strikter Kontaktsperre sind seit dem 10. Mai 2020 (Muttertag) in NRW wieder Besuche in Pflegeheimen zugelassen. Zuerst war dies nur in speziellen Besucherbereichen möglich. Seit Anfang Juli 2020 dürfen Bewohnerinnen und Bewohner unter Einhaltung der allgemeinen Hygieneregeln auch wieder Besuche in ihrem Zimmer oder Appartement empfangen.

Alle Besuche müssen von der Einrichtung registriert werden. Das bedeutet: Bei jedem Besucher muss schriftlich festgehalten werden, um wen es sich handelt, wie seine Adresse und Telefonnummer lauten, wen er besucht und wie lange dieser Besuch dauert. Außerdem wird bei jedem Besucher Fieber gemessen. Zudem muss seit Inkrafttreten des neuen Infektionsschutzgesetzes am 24.11.2021 unabhängig vom Impfstatus (!) beim Betreten der Einrichtung ein negativer Schnelltest vorgelegt werden, der nicht älter als 24 Stunden sein darf. Liegt ein solcher nicht vor, können wir im Buchenhof selbst einen Schnelltest durchführen.

Da diese Regelungen einen enormen personellen Aufwand bedeuten, haben wir im Buchenhof **Besuchszeiten** eingeführt. Diese sind

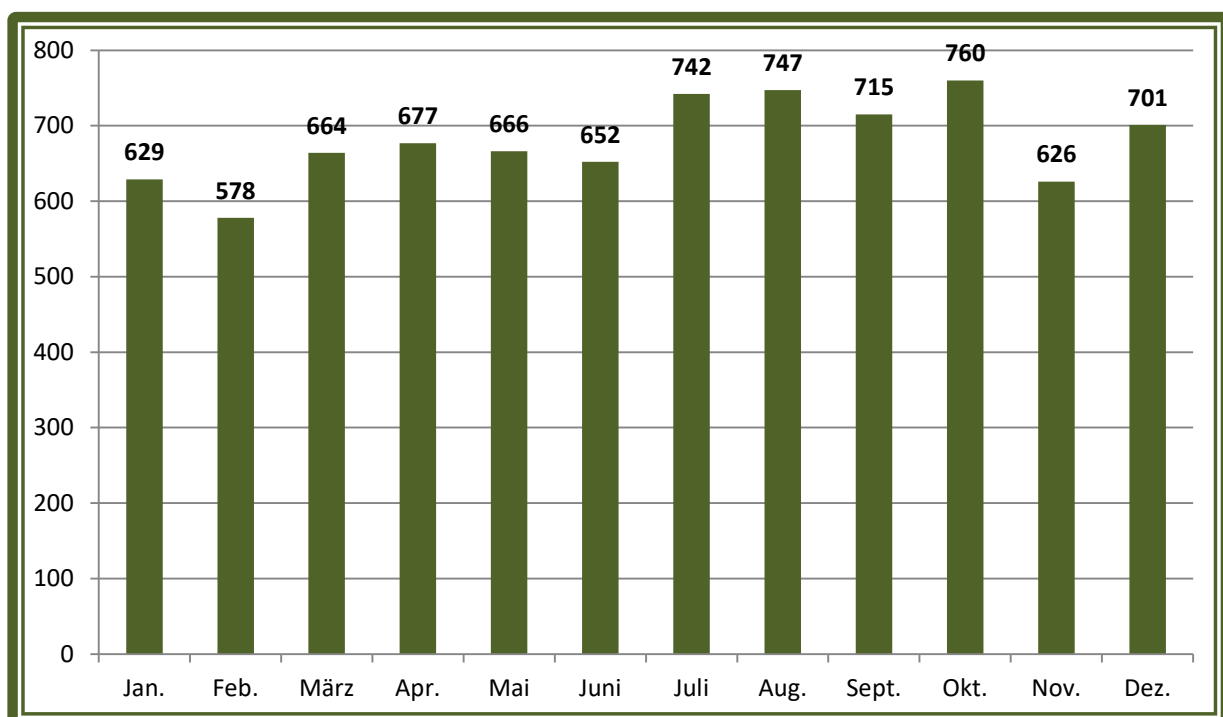
Montag bis Freitag

9.00 bis 17.00 Uhr

Samstag und Sonntag

9.30 bis 11.30 Uhr

Im vergangenen Jahr haben wir im Buchenhof insgesamt **8.157 Besucherinnen und Besucher** registriert. Hier sehen Sie die Besuchszahlen für die einzelnen Monate.



Zuschuss zur vollstationären Pflege steigt

Wer vollstationäre Pflege in Anspruch nimmt, erhält von seiner Pflegekasse Pflegeleistungen, deren Höhe vom Pflegegrad abhängt. Nicht immer decken diese Pflegeleistungen alle pflegebedingten Aufwendungen ab. Dann bleibt ein Eigenanteil, den man privat zahlen muss.



Nun ist am 1. Januar dieses Jahres das *Gesetz zur Weiterentwicklung der Gesundheitsversorgung (GVWG)* in Kraft getreten. Die Pflegekassen zahlen jetzt einen Zuschuss zum Eigenanteil an den pflegebedingten Aufwendungen und der Ausbildungsumlage (§ 43c SGB XI). Pflegebedürftige der Pflegegrade 2 bis 5 erhalten einen bestimmten Prozentsatz, der sich danach richtet, wie lange man schon stationär betreut wird. Dabei muss es sich nicht um einen durchgehenden Zeitraum handeln. Es werden sämtliche Zeiträume aus der Vergangenheit addiert. Teilmonate der vollstationären Pflege werden als volle Kalendermonate angerechnet. Zeiträume der Kurzzeitpflege werden nicht berücksichtigt.

Hier eine Übersicht, wie hoch der Zuschuss ausfällt:

Vollstationäre Pflege seit:	Zuschuss der Pflegekasse:
0 bis 12 Monaten	5%
13 bis 24 Monaten	25%
25 bis 36 Monaten	45%
mehr als 36 Monaten	70%

Beispiel für Pflegegrad 3 und vollstationäre Pflege für 25 bis 36 Monate:

Kosten für die monatlichen pflegebedingten Aufwendungen und die Ausbildungsumlage	1.746,41 €
abzgl. Pflegeleistungen bei Pflegegrad 3	- 1.262,00 €
bisheriger Eigenanteil	484,41 €
abzgl. neuer Zuschuss zum Eigenanteil (45%)	- 217,98 €
neuer verbleibender Eigenanteil	266,43 €



Kuriose Neujahrsbräuche

Egal, wo man sich aufhält: Silvester wird auf der ganzen Welt ausgelassen gefeiert. Es finden sich unzählige Traditionen und Bräuche, die das Neue Jahr gebührend begrüßen sollen. In Deutschland selbst gehört nicht nur das Feuerwerk zum festen Bestandteil des Silvesterabends: Gegessen wird oft Fondue oder gefüllte Krapfen, im Hintergrund läuft „Dinner for One“ und Bleigießen gewährt Einblicke in die Zukunft. Doch was machen eigentlich andere Länder zum Jahreswechsel? Und welche kuriosen Rituale werden dabei praktiziert? Hier sind einige der ungewöhnlichsten Traditionen und Bräuche, mit denen rund um die Welt das Neue Jahr eingeläutet wird.

Asche und Champagner

In **Russland** schreiben die Menschen ihren Wunsch für das Neue Jahr auf ein Blatt Papier, das anschließend verbrannt wird. Die Asche wird dann in ein Glas Champagner geschüttet – und kurz vor Mitternacht getrunken. „**S Novym Godom!**“

Kartoffeln unter dem Sessel

Im südamerikanischen **Peru** steht die Kartoffel im Zentrum eines ungewöhnlichen Silvesterbrauches: Unter einen Sessel oder eine Couch werden drei Kartoffeln gelegt: eine ganz geschälte, eine halb geschälte und eine ungeschälte Kartoffel. Um Mitternacht wird eine Kartoffel „blind“ gewählt und herausgeholt: Die ungeschälte Kartoffel verspricht ein gutes Jahr mit Geldsegen, die halbgeschälte ein normales Jahr und die geschälte Kartoffel ein Jahr mit Geldsorgen. „**Feliz Año Nuevo!**“



Fliegende Granatäpfel

Ein gefährliches Pflaster für Passanten sind die Straßen der **Türkei** am Silvesterabend: Hier werden Granatäpfel von den Balkonen geworfen. Je stärker der Granatapfel aufplatzt und seine roten Kerne verteilt, umso erfolgreicher und glücklicher wird das Neue Jahr. „**Yeni Yılınız Kutlu Olsun!**“



Eier auf der Fensterbank

Eine ungewöhnliche Variante des Bl(Ei)-gießens gibt es im mittelamerikanischen **El Salvador**: Um Mitternacht wird ein rohes Ei in eine kleine Schüssel gegossen, die über Nacht auf der Fensterbank bleibt. Die Form, die das Ei am folgenden Morgen angenommen hat, gibt Hinweise darauf, was das Neue Jahr bringen wird. „**Feliz Año Nuevo!**“

Kreuzworträtsel *mit Pfiff*

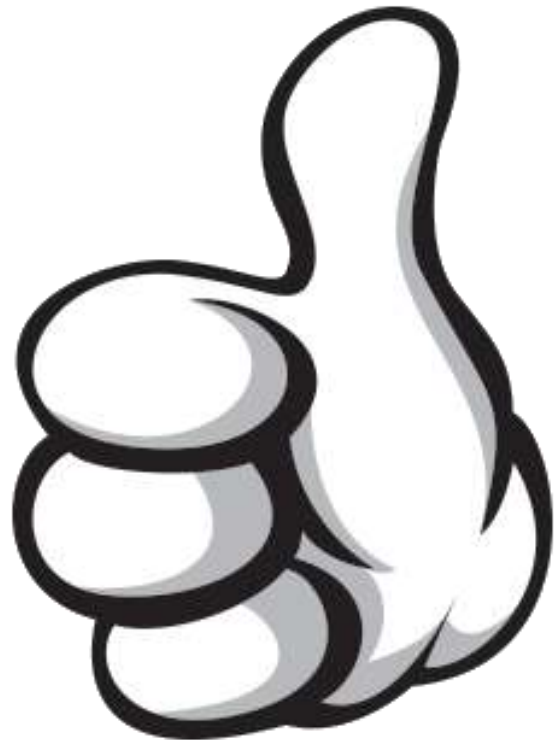
Wenn Sie die Wörter nachstehender Bedeutungen in das Gitter eintragen, erhalten Sie ein vollständiges Kreuzworträtsel. Zwölf Felder bleiben frei und sollen geschwärzt werden. **Viel Erfolg!**

Waagerecht:

1 Rabenvogel, **4** hawaiianischer Gruß, **7** Protestkundgebung (Kurzwort), **9** Darlehen, **11** Körnerfrucht, **14** Handlung, Aktion, **15** Bauwerk in London, **16** Oper von Carl Maria von Weber, **18** Schlechtwetterzone, **19** selten, knapp, **20** elektrisch geladenes Teilchen

Senkrecht:

1 akademischer Titel, **2** Bewahrer, Wächter, **3** Herausgeber, **4** chemisches Zeichen für Americium, **5** italienischer Wallfahrtsort, **6** Raubfisch, **8** englische Schulstadt, **10** dalmatinische Insel (Kroatien), **12** poetisch: Irland, **13** Ruhe-, Polstermöbel, **17** chemisches Zeichen für Radium



1		2		3		4	5		6	
				7	8					
9	10						11	12		13
14				15						
16			17				18			
		19				20				

Wir nehmen Abschied

Wir gedenken derjenigen Bewohnerinnen und Bewohner,
die von uns gegangen sind.

im November

03.11.	Hans-Joachim Pölking	78 Jahre
06.11.	Margarete Fritzemeier	93 Jahre
09.11.	Inge Ebeling	94 Jahre

im Dezember

02.12.	Regina Strunk	82 Jahre
13.12.	Hildegard Hollmann	88 Jahre



Stürze vermeiden

die besten Tipps

Wer schon einmal gestürzt ist, gerät leicht in einen Teufelskreis: Aus Furcht, erneut zu fallen, läuft der Betroffene weniger. Dadurch lässt seine Kraft weiter nach, was wiederum die Sturzgefahr erhöht. Aber auch ohne vorherigen Sturz sind alte Menschen gefährdeter als junge. Im Folgenden die besten Tipps, um das Fallen zu vermeiden.

Gleichgewicht, Kraft und Ausdauer trainieren • Spezielle Übungen, auch für das Gleichgewicht, vermitteln Physiotherapeuten. Der Arzt kann bei Bedarf eine entsprechende Behandlung verordnen. Jeden Tag spazieren gehen: Wer dazu in der Lage ist, sollte das tun, wenn nötig mit Gehhilfe oder einer Begleitung. So bleiben Ausdauer und Kraft länger erhalten.

Augen testen lassen • Die Sehkraft lässt im Alter häufig nach. Gehen Sie einmal im Jahr zum Augenarzt, um abklären zu lassen, ob Sie zum Beispiel eine stärkere Brille brauchen. Denn schlechtes Sehen begünstigt Stürze.

Die Knochen stärken • Calcium und Vitamin D helfen, die Knochensubstanz zu erhalten. Entsprechende Präparate gibt es in Apotheken. Wer Arzneimittel wie Biphosphonate für die Knochen einnimmt, sollte sich in der Apotheke genau erklären lassen, wie diese eingenommen werden müssen.



Arzneimittel auf dem Prüfstand • Es gibt Arzneimittel, die die Sturzgefahr erhöhen. Sprechen Sie Ihren Arzt oder Apotheker darauf an. Wenn Sie solche Arzneimittel einnehmen, ist es wichtig, dass Sie über mögliche Risiken Bescheid wissen.

Hilfsmittel anpassen • „Passen“ Ihr Gehstock und Rollator noch? Lassen Sie diese Hilfsmittel von Zeit zu Zeit überprüfen und anpassen.

Auf Blutdruck und Blutzucker achten • Zu niedrige Blutdruck- und Blutzuckerwerte können Stürze provozieren. Deshalb sollten Menschen, die Blutdruck- und Diabetes-Medikamente einnehmen, darauf achten, die entsprechenden Werte regelmäßig überprüfen zu lassen oder selbst zu testen.

Stolperfallen beseitigen • Das Wohnumfeld birgt oft reichlich Gefahren: lose Kabel, umgeknickte Teppiche, schwache Beleuchtung, zu wenig Platz zum Gehen. Erfassen Sie diese Risiken und beseitigen Sie sie. Im Badezimmer bieten rutschfeste Matten Sicherheit.

Das richtige Schuhwerk • Schuhe sollten Halt geben und eine rutschfeste Sohle haben. Das gilt auch für Hausschuhe!

Geburtstage der nächsten Monate

im Januar:

12.01.	Stewart Oliver
16.01.	Wilhelm Löbbering
20.01.	Gisela Tiemann
21.01.	Renate Krispin
25.01.	Doris Schmit Franz
29.01.	Gerd Beermann
31.01.	Ilse Stademann



im Februar:

04.02.	Grit Böttcher
04.02.	Irmgard Dröge
06.02.	Maria Niewöhner
07.02.	Ursula Köller
09.02.	Edith Meier
12.02.	Harald Bröker
20.02.	Maria Pahlke
22.02.	Ralf Simon

*Wir wünschen den „Geburtstagskindern“
für das neue Lebensjahr alles Gute.
Bleiben Sie gesund!*

Wenn Sie nicht mit Ihrem Geburtstag in der Hauszeitschrift aufgeführt werden möchten, dann wenden Sie sich bitte an Herrn Hansen.

Tipps der Kriminalpolizei

Gerade ältere Menschen werden immer wieder auf unterschiedlichste Art und Weise hereingelegt. Die Kriminalpolizei gibt in diesem Zusammenhang die folgenden Tipps:

Diebe und Betrüger geben sich gerne als Mitarbeiter z.B. der Stadtwerke, einer Versicherung, des Sozialamtes oder auch als Beauftragte oder Mitglieder von Wohltätigkeitsorganisationen aus. Lassen Sie sich daher immer einen Dienstausweis zeigen. Sie sollten hellhörig und vor allem zurückhaltend werden, sobald die unbekannte Person die Rede auf das Thema „Geld“ bringt. Lassen Sie sich niemals unter Druck setzen. Diebe und Betrüger haben unzählige Tricks zu bieten. Es kann sein, dass Ihnen unter einem rührseligen Vorwand Geld aus der Tasche gelockt wird oder hohe Zinsen bei einer gewissen Geldanlage versprochen werden. Wenn Sie, aus welchem Grund auch immer, dazu gedrängt werden, von Ihrem Konto Geld abzuheben, sollten Sie vorher mit einem Angehörigen, einem Mitarbeiter des Buchenhofes oder Ihrem Geldinstitut reden. Heben Sie das Geld niemals sofort ab – halten Sie immer erst Rücksprache mit einer Vertrauensperson!

Sie sollten die Eingangstür zum Appartementhaus oder zum Seniorenwohnhaus nur dann über den Türöffner in Ihrem Appartement öffnen, wenn Sie wissen, wer vor der Tür steht. Nutzen Sie dazu die Gegensprechanlage.



Auch wenn Sie sich dabei unhöflich vorkommen – lassen Sie Fremde nie in Ihr Appartement, auch nicht dann, wenn diese vorgeben, sie würden Sie oder Ihre Angehörigen kennen oder sie seien von jemandem geschickt worden.

Lassen Sie sich von jeder Person, die vorgibt, von einem Amt, einer Dienststelle oder einer Organisation zu kommen, den Dienstausweis zeigen. Schauen Sie sich diesen sehr genau an. Sollten Sie Zweifel an der Echtheit haben, rufen Sie die betreffende Behörde an oder fragen Sie einen Mitarbeiter des Buchenhofes.

Lassen Sie sich niemals unter Zeitdruck setzen, z.B. durch zeitlich befristete Angebote!

Für jede Art von Sammlung (z.B. Straßensammlungen mit der Sammelbüchse, Sammlungen an der Haustür) benötigen die Sammler einen Ausweis. Lassen Sie sich diesen zeigen, wenn Sie

Zweifel an der Seriosität der Sammlung haben. Spenden Sie grundsätzlich nur bei Organisationen, die Sie kennen.

Taschendiebe suchen ihre meist weiblichen und älteren Opfer dort, wo ihnen viele Menschen Schutz und Deckung bieten (z.B. in öffentlichen Verkehrsmitteln, an Haltestellen, in Geschäften oder bei Großveranstaltungen). Führen Sie daher keine größeren Geldbeträge mit sich. Tragen Sie Geld und Papiere dicht am Körper statt in der Handtasche. Legen Sie Ihre Geldbörse beim Bezahlen nicht aus der Hand und lassen Sie Ihre Handtasche nicht aus den Augen.

Heben Sie Bargeld möglichst nur an Automaten im Innenbereich ab (hier werden Sie weniger beobachtet). Zählen Sie Ihr Geld nicht in der Öffentlichkeit nach.

Auf den Teller oder in die Tonne?

Kann man Lebensmittel noch essen, auch wenn sie nicht mehr einwandfrei aussehen? Hier einige nützliche Tipps.



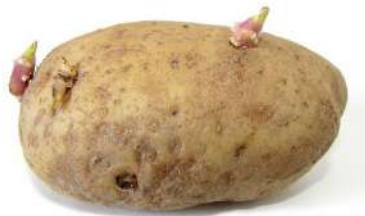
Verschimmelt

Wegwerfen! Auch wenn nur ein Fleckchen zu sehen ist. Die Giftstoffe der Schimmelpilze können unsichtbar im Lebensmittel verteilt sein.



Belegt

Weißer Überzug auf Schokolade entsteht bei Wärme und ist völlig harmlos. Tipp: Zum Backen oder für Süßspeisen verwenden.



Gekeimt

Kartoffelkeime bilden das schwach giftige Solanin. Kleine Stellen großzügig ausschneiden. Sind die Triebe länger als ein Zentimeter, Kartoffel wegwerfen.



Gebläht

Bläht sich eine Kunststoffverpackung, gärt es im Inneren. Prüfen: Riecht der Inhalt säuerlich? Wenn ja, sollte er entsorgt werden. Ebenso wie geblähte Dosen.



Eingedellt

Lieber nicht verwenden. Bei eingedellten Dosen kann die Innenbeschichtung beschädigt und der Inhalt in Kontakt mit der Metallwand gelangt sein.



Angefault

Faules Obst nicht ausschneiden, sondern wegwerfen. Weil es viel Wasser enthält, hat sich der Schimmel womöglich auch im Inneren ausgebreitet.

Kann ich das wohl noch essen? Machen Sie den „Sinnes-Check“:

1) Sehen

Ist Schimmel zu sehen, ist die Oberfläche verfärbt oder schmierig? Wölbt sich die Verpackung? Wenn ja, entsorgen! Wenn nein: weiter zu 2)



2) Riechen

Ist der Geruch untypisch oder unangenehm, etwa muffig, säuerlich, ranzig oder vergoren? Dann weg damit! Ansonsten: weiter zu 3)



3) Schmecken

Wenn optisch und geruchlich alles ok ist, gibt eine Kostprobe letzte Gewissheit. Schmeckt es einwandfrei? **Dann guten Appetit!**

Neue Bewohner im Buchenhof

Auf dieser Seite heißen wir die neuen Bewohnerinnen und Bewohner, die in den vergangenen Wochen in den Buchenhof gezogen sind, ganz herzlich willkommen! Wir würden uns freuen, wenn Sie sich im Buchenhof eingelebt und bei uns ein neues Zuhause gefunden haben.

Wenn Sie zur Kurzzeitpflege in den Buchenhof gekommen sind, dann wünschen wir Ihnen, dass Sie sich rasch erholen und bald wieder in Ihre Wohnung zurückkehren können.

Bewohner	Einzug am	in Zimmer / Appartement
Fred Herrmann	2. November	App. 5 Appartementhaus
Gerhard Schmidt	22. November	Zi. 17 Alten- und Pflegeheim
Bärbel Rogge	25. November	Zi. 23 Alten- und Pflegeheim
Gisela Löbbert	6. Dezember	Zi. 9 Alten- und Pflegeheim
Karola Schnülle	8. Dezember	App. 27 Seniorenwohnhaus
Inge Sülwald	20. Dezember	Zi. 18 Alten- und Pflegeheim
Gisela Tiemann	22. Dezember	App. 9 Appartementhaus
Wolfgang Busse	23. Dezember	App. 4 Appartementhaus



Woher stammt die Redensart...

Seine Pappenheimer kennen

Die Stadt Pappenheim ist ein Luftkurort und eine ehemalige Residenzstadt im Naturpark Altmühltal. Ursprünglich hatte der Ausdruck „seine Pappenheimer kennen“ einmal eine viel positivere Bedeutung als heute. Die Redewendung ist ein Zitat aus Schillers Drama „Wallensteins Tod“, das im Dreißigjährigen Krieg (1618 bis 1648) spielt und vom Grafen von Pappenheim und seinem berühmten Regiment handelt. In dem Drama drückt der Feldherr Wallenstein mit den Worten „daran erkenn ich meine Pappenheimer“ seine Anerkennung für den Mut, die Treue und den Kampfgeist der Soldaten aus. Mit der Zeit ist jedoch die anerkennende Grundbedeutung der Redewendung durch Ironie verfremdet worden und hat sich zu dem abschätzigen Urteil über Menschen entwickelt, wie wir es heute kennen.



Mit jemandem durch dick und dünn gehen

Wer jemandem vorbehaltlos in allen Lebenslagen beisteht, geht mit diesem Menschen durch dick und dünn. Entgegen der weitläufigen Annahme hat diese Redewendung nichts mit dem Körpergewicht zu tun, denn in der früheren Zeit ihrer Entstehung musste man sich über Fettpölsterchen, Schlankheitswahn und Ab-specken noch keine Gedanken machen, da man sich noch viel zu Fuß bewegte. „Dick“ bedeutet hier im ursprünglichen Sinne „dicht“. Ging man mit jemandem durch dick und dünn, bedeutete dies, man begleitete ihn „durch dicht und dünn bewaldetes Gelände“ und zeigte sich so als wahrer Freund, denn früher lauerte hinter Bäumen und dichten Sträuchern so mancher Räuber und Strauchdieb.

Außer Rand und Band sein

Wer übermütig herumtollt und außer Kontrolle gerät, der ist außer Rand und Band. Diese Redewendung kommt ursprünglich aus der Böttchersprache. Ein Böttcher oder auch ein Küfer, Büttner oder Fassbinder ist ein Handwerker, der Gefäße wie Fässer, Bottiche und Kübel aus Holz herstellt. Die Fässer werden aus gebogenen Hölzern (Dauben) zusammengesetzt. Wenn diese Dauben aus dem „Rand“, also der Umfassung am Fassboden, oder aus den eisernen „Bändern“ geraten, die sie zusammenhalten, dann ist das Fass undicht oder bricht gleich ganz zusammen. Diese Fässer sind außer Kontrolle – also außer Rand und Band.

