

Senioren und Pflege

SPIEL, SPASS, GESELLIGKEIT BEI SCHÖNSTEM SONNENSCHNEIN

Nach Pandemiepause: Sommerfeste bringen Freude in kreiseigene Seniorenheime

WASSERTRÜDINGEN/FEUCHTWANGEN (RED). Drei Jahre ist es her, dass in den kreiseigenen Seniorenheimen des Landkreises Ansbach in Feuchtwangen und Wassertrüdingen ein Sommerfest stattfinden konnte. Nun war es endlich wieder soweit. Bei schönstem Sonnenschein wurde in den Außenbereichen der Einrichtungen ein vielfältiges Programm für die Bewohnerinnen und Bewohner sowie deren Angehörige geboten.

Im Seniorenheim in Feuchtwangen leben aktuell 82 Personen, in Wassertrüdingen sind es 70. Ein Großteil von ihnen und zahlreiche Gäste feierten mit. Unter dem Motto „Zusammen sind wir stark“ wurde in Feuchtwangen gemeinsam gegessen, unter anderem dem Posaunenchor aus Larrieden und der Gruppe „Kleine Sterne“ unter der Leitung von Anna Andrejewa gelauscht und ein Karaoke-Spiel gespielt. Neben dem 2. Bürgermeister Walter Soldner besuchte auch der Stellvertretende Landrat Stefan



Im kreiseigenen Seniorenheim in Wassertrüdingen nahmen viele Bewohnerinnen, Bewohner und Gäste am abwechslungsreichen Programm des Sommerfestes teil.

Foto: Seniorenheim Wassertrüdingen/Sabine Domres

Horndasch die Veranstaltung und war begeistert von der Stimmung. „Ich bedanke mich bei allen, die sich so professionell aber eben auch herzlich

um die Bewohnerinnen und Bewohner kümmern und diese Veranstaltung so liebevoll auf die Beine stellen. Es ist gerade in diesem Bereich, der auf

Grund der Pandemie lange Zeit sehr isoliert war, schön, dass auch wieder gemeinschaftliche Erlebnisse und Erinnerungen entstehen“, so Horndasch. Den

Abschluss bildete ein Gottesdienst von Pfarrer Gerhard Winter.

„Ich freue mich sehr, dass dieses Jahr endlich wieder Sommerfeste stattfinden können und das Miteinander der Bewohnerinnen und Bewohnern wieder in den Fokus rückt“, sagt Verena Großhauser, die Leiterin beider Einrichtungen.

In Wassertrüdingen konnte sie den 1. Bürgermeister Stefan Ultsch und auch die Kreisräte Klaus Schüle sowie Fritz Steinacker begrüßen, den Eröffnungsgottesdienst hielt hier Pfarrer Werner Lauterbach, begleitet wurde dieser durch den Posaunenchor aus Ehingen. Die hiesige Veranstaltung stand unter dem Motto „Spiel, Spaß, Geselligkeit – Olympia“, jedoch nicht gegen-, sondern miteinander. So standen etwa Kegeln, Dosenwerfen, Tischkegeln und Wasser-Pong auf dem Plan. Jeder durfte, keiner musste. Für die Bewohner, die nicht in den Außenbereich kommen konnten, wurde in beiden Ein-

richtungen ein musikalisches Programm im Haus geboten.

Weiterführende Informationen zum Thema Senioren und Pflege gibt es auf der Homepage des Landkreises Ansbach unter Landkreis Ansbach / Senioren (landkreis-ansbach.de).



Der stellvertretende Landrat Stefan Horndasch begrüßt die Gäste zum Sommerfest im kreiseigenen Seniorenheim in Feuchtwangen.

Foto: Seniorenheim Feuchtwangen/Irina Deobald

Private Senioren Assistenz
 Ellen Nebel
 Am Zehnbühl 21, 91040 Heidenheim
 Tel. 09872/345705
 www.sa-nebel.de

Unsere Leistungen können mit den Pflegekassen abgerechnet werden.

- Wir helfen im Alltag – Erledigen der Korrespondenz
- Wir begleiten Sie – zum Arzt, Ausflügen, auf Reisen, bei Veranstaltungen
- Wir achten auf Sie – bei der Ausübung der Hobbys, Gesundheit, Ernährung
- Wir regeln Ihre Zukunft – Vorsorgevollmacht, Patientenverfügung
- Wir organisieren – Ausflüge, Haushaltshilfe, Festlichkeiten

Wir sind für Sie da und möchten, dass Sie die schönen Momente genießen können. Soviel Veränderungen wie nötig, so wenig wie möglich.

WASSERMANGEL IM ALTER

Dehydration ist ein signifikantes Gesundheitsrisiko für Senioren

(DJD-K). Jede und jeder siebte über 65-Jährige sowie jede und jeder vierte über 85-Jährige trinkt zu wenig. Das ergab eine Befragung des Instituts für Ernährungswissenschaften der Rheinischen Friedrich-Wilhelm-Universität Bonn. Die Ergebnisse sind alarmierend, denn Wassermangel bringt den Flüssigkeitshaushalt des Körpers aus dem Gleichgewicht, die Betroffenen können dehydrieren. „Die große Bedeutung einer ausreichenden Wasserzufuhr im hohen Alter wird unterschätzt. Viele körperliche Beeinträchtigungen lassen sich auf Wassermangel zurückführen oder werden durch diesen begünstigt“, warnt Dr. Stefan Koch vom Forum Trinkwasser e.V.

» Tipps, um Wassermangel vorzubeugen:

- Getränke zu allen Mahlzeiten reichen, wenn nötig mit entsprechender Hilfestellung.
- Trinkrituale wie „Aufwachwasser“, „5-Uhr-Tee“ oder Nachmittagskaffee schaffen zusätzliche Anreize.
- Getränke in Sicht- und Reichweite an verschiedenen, vielfrequenzierten Orten bereithalten.
- Ein „Trinkwecker“ oder „Trinkprotokoll“ erinnert an die regelmäßige Flüssigkeitsaufnahme.
- Lieblingsgetränke und wasserhaltiges Obst unterstützen zusätzlich.



Eine ausreichende Wasserzufuhr im hohen Alter ist von großer und oft unterschätzter Bedeutung..

Foto: dj-d-k/Forum Trinkwasser/Ingo Bartussek - stock.adobe.com

Diakonie
Diakoniestation Dietenhofen
 und Umgebung.
 Ambulanter Pflegedienst – Betreutes Wohnen
 Leonrodstr.29, 90599 Dietenhofen
 Tel: 09824/424 – Fax: 09824-922199
 Mail: Info@diakoniestation-dietenhofen.de
<http://www.diakonieverein-dietenhofen.de>
 Ansprechpartnerin: Frau Nelli Knopp, PDL

21 Jahre Hörakustik-Hilge - ANZEIGE -

modischen Trends führender Hersteller. Der Fachbetrieb ist für alle Krankenkassen zugelassen und liefert sogar zahlungsfreie Hörgeräte.

Zu den kostenlosen Serviceleistungen gehören Hörtests, Besuche zu Hause und in Seniorenheimen.

Hilge
 Meisterbetrieb für Hörakustik

Erfahrung macht den Unterschied

Annette und Thomas Hilge
 Ein Besuch lohnt sich.
 Rufen Sie an oder kommen Sie vorbei!

Hörakustik Hilge Meisterbetrieb - Karolinenstraße 2 - 91522 Ansbach - Telefon: 09 81-97 24 204

GESUNDHEIT IM KLIMAWANDEL

Hitze und Extremwetter können krank machen - was wir tun können

(DJD-K). Der Klimawandel gefährdet nicht nur die Umwelt, er stellt auch eine große Herausforderung für die menschliche Gesundheit dar. Hohe Temperaturen, Extremwetterereignisse sowie die Luftverschmutzung bringen zahlreiche Risiken mit sich, zum Beispiel Kreislaufkollaps durch Hitzewellen und erhöhte UV-Strahlung. Präventive Maßnahmen zum Schutz des Klimas und der Gesundheit sind deshalb dringend erforderlich. Und hier ist nicht nur die Politik gefragt, jeder kann auch selbst etwas tun. So dient eine klimabewusste Ernährung sowohl der Umwelt als auch der eigenen



Zunehmende Hitzewellen und eine verstärkte UV-Strahlung können die Gesundheit gefährden.

Foto: dj-d-k/www.bkk24.de/Tanapat Lekjiew - stock.adobe.com

Gesundheit, ein Onlinekurs zum Thema wird Kunden der Krankenkasse BKK24 beispielsweise kostenlos angeboten. Über das

richtige Verhalten bei Hitze können Interessierte sich beim Klimaquiz unter www.bkk24.de/lbl schlau machen.