

LEBENS ZEIT

online

Seniorenzentrum
Elsthal

Mai 2024
Zum Freibad 69 | 14943 Luckenwalde



Wir begrüßen den Frühling im *Senioren-Nachbarschaftsheim e.V.*



„Alte“ und „neue“ MieterInnen ...



... kamen zum Frühlingsfest am Lagerfeuer zusammen.

Am 15. April 2024 wurde zum Frühlingsfest eingeladen. In geselliger Runde mit Musik aus der Konserve konnten am Feuer Getränke und Grillgut genossen werden. Entgegen der Prognose einer eher trüben Wetterlage zeigte sich überraschend die Sonne und tauchte den Hof mit Gartenanlage in ein angenehmes Licht. Zusammen mit der Wärme des Lagerfeuers, einem netten Plausch und guter Laune fühlte es sich gut an, einfach wieder draußen zu feiern.

Melanie Harm



Herr Schnürer, unser Hausmeister,...



... grillte für unsere Gäste Bratwürste.



Eine schöne Kombination von ...



... Sonne und netten Gesprächen.

Pflege-ABC: das An- und Auskleiden unserer Pflegebedürftigen - „Kleider machen Leute“

Auch heute entscheidet die Kleidung eines Menschen mit über den ersten Eindruck und beeinflusst das Wohlbefinden eines jeden Menschen. Wenn man einen Pflegebedürftigen einen ganzen Tag in der Nachtkleidung lassen würde, erhöht sich das Krankheitsgefühl und vermindert sich das Wohlbefinden.

Sofern der Mensch die Auswahl und Pflege seiner Kleidung nicht übernehmen kann, achtet die Pflegekraft auf das Aussehen, die Sauberkeit und den Sitz der Kleidung. Nach Möglichkeit bezieht die Pflegekraft den Menschen in die Auswahl der

Kleidung mit ein. Sie kann ihn auch beraten und Hilfestellung leisten hinsichtlich der Außentemperaturen und der dafür geeigneten Kleidung. Um Probleme zu vermeiden, muss man auf die Faser, die Form und die Verarbeitung der Kleidung achten, damit die Pflegebedürftigen nicht zu sehr schwitzen oder gar Druckstellen bekommen. Beim An- und Auskleiden achtet die Pflegekraft darauf, Verbände und Schläuche nicht abzuknicken und keinen Zug auf sie auszuüben. Die Vorgehensweise beim An- und Auskleiden ist auf den Patienten

abzustimmen, da nicht jeder gleich beweglich ist und nicht jedes Kleidungsstück den gleichen Schnitt hat.

Auch Schmuck kann wie ein Kleidungsstück empfunden werden und bei Bedarf nach dem Ankleiden des Oberteils angelegt werden. Selbiges gilt für die gerne getragene Armbanduhr.

Die Pflegekraft übernimmt zudem die fachspezifische Dokumentation. Wichtig ist, dass der pflegebedürftige Mensch sich wohlfühlt.

Annika Schneider



Freizeitangebote im Betreuten Wohnen (Teil II)

Programmpunkt: Gedächtnistraining

Genauso wie unsere Muskelkraft lässt sich auch das Gedächtnis bis ins hohe Alter trainieren. Bei unserem Freizeitangebot gibt es abwechslungsreiche Übungen, die möglichst viele Sinne einbeziehen und beide Gehirnhälften fordern. Diese helfen, einem altersbedingten Abbau geistiger Fähigkeiten vorzubeugen, um den eigenen Alltag möglichst lange gut bewältigen zu können. Um aktiv am Leben teilzunehmen, ist mehr als die reine Gedächtnis-



Frau Kahle übt hoch konzentriert.

leistung gefordert. Man muss auch fähig sein, Informationen richtig einzuordnen und Zusammenhänge herzustellen. Dadurch lässt sich eine abneh-

mende Merkfähigkeit bis zu einem gewissen Grad sogar kompensieren. Das Gedächtnistraining berücksichtigt veränderte Lernfähigkeiten (auch bei Demenz) bzw. verschiedene Schwierigkeitsgrade.

Bei unserem Gruppenangebot zählen das aktive Bemühen und der Spaß an der Sache, nicht die erbrachte Leistung. Um geistig fit zu bleiben, ist neben Gedächtnistraining auch ein gesunder Lebensstil mit Bewegung, Sozialkontakten und ausgewogener Ernährung wichtig.

Sabrina Bindzau