

FORUM

**Gratis
Magazin
des KSR**



THEMA
Das Münstertal
(Seite 4-7)

THEMA
Senioren-
gemeinschaft
St. Trudpert
(Seite 8-9)

GEWINNSPIEL
mit tollen Preisen
(Seite 18)

Bündnispartner

familien]freundlich

im Landkreis
Breisgau-Hochschwarzwald

Kreissenorenrat

KREISSENIORENRAT

Landkreis Breisgau~Hochschwarzwald

KSR





GÖTZ+MORIZ

Denken Sie an Ihre Zukunft:

Barrierefreies und seniorengerechtes Wohnen

Wer seine eigene vier Wände plant oder die Wohnung umgestaltet, macht sich wenig Gedanken ums Alter.

Was dabei zu beachten ist, welche Gefahrenquellen es gibt und welches die entsprechenden Produktinnovationen sind, zeigen und erklären Ihnen unsere Götz + Moriz Mitarbeiter gerne.

**Wir
modernisieren.
Für Deutschland!**

Schauen Sie bei uns vorbei!

79111 FREIBURG · Basler Landstr. 28 · Tel. 0761/497-0 · Fax -735

Weitere Niederlassungen: Bad Krozingen, Bad Säckingen, Lörrach, Müllheim, Riegel, Titisee-Neustadt und Waldkirch



ZENTRUM FÜR BAUEN + MODERNISIEREN

Geborgenheit im Alter

Die Angebote für Senioren der Evangelischen Stadtmission Freiburg
Bad Krozingen, Breisach, Bötzingen, Freiburg, Lörrach

www.stadtmission-freiburg.de/senioren

Evangelische
Stadtmission
Freiburg e.V.

Impressum

Das **SENIORENFORUM** ist eine Informationszeitschrift für die Generation 60+. Der Kreisseniorinnenrat tritt für die Interessen älterer Menschen im Kreisgebiet (über 40.000) ein und versteht sich als Organ der Meinungsbildung und des Erfahrungsaustausches auf sozialem, wirtschaftlichem, kulturellem und politischem Gebiet. Es erscheint saisonal mit einer Auflage von 5.000 Exemplaren und liegt gratis in sozialen Einrichtungen, Apotheken, Arztpraxen, Gemeindeverwaltungen und an zahlreichen weiteren öffentlichen Stellen zum Mitnehmen aus und wird Altenwerken und Seniorenkreisen im Landkreis Breisgau-Hochschwarzwald zugestellt. Gestaltung und Inhalt unterliegen dem Copyright. Nachdruck, auch in Auszügen, ist nicht gestattet. Leserzuschriften sind willkommen. Für unverlangte eingesandte Manuskripte und Fotos wird keine Gewähr übernommen. Trotz sorgfältiger Recherche sind Fehler nicht auszuschließen. Für alle Angaben keine Gewähr. Fotoquellen: Medienservice Breisach, Privat und laut Angabe. Textbeiträge: Autoren laut Angabe

Herausgeber/Redaktion:

Kreisseniorinnenrat des Landkreises Breisgau-Hochschwarzwald, (V.i.S.d.P.) Vors. Michael Maluck, Schwarzwaldstr. 19, 79206 Breisach
E-Mail: ksr-bhs@outlook.de
Tel. 07667/6649

Redaktionsteam:

Monika Eitel, Rolf Molitor, Christoph Kreuz & Roland Bergner

Satz/Layout:

TS-Verlag & Werbung, Thomas Georg Senf Breisacher Str. 12, 79395 Neuenburg am Rhein
Telefon: 0 76 31 / 73 766,
E-Mail: info@ts-verlag.de

Druck:

Druckerei Ott GmbH, 79395 Neuenburg am Rhein

Titelbild: Münstertal mit dem Belchen (1414m) © Gemeinde Münstertal

Liebe Leserinnen und Leser,

das Münstertal zählt zu den schönsten Tälern des Schwarzwaldes.

Die Gemeinde ist geprägt durch Landwirtschaft, Gastronomie und Tourismus.

Sie liegt im ländlichen Raum und ist dennoch sehr gut erschlossen, optimal angebunden an das Umland durch den ÖPNV und die sehr gut ausgebaute Münstertalbahn.

Münstertal ist auch als Wohn- und Urlaubsort eine sehr attraktive Gemeinde. Vor allem ältere Menschen nehmen unser touristisches Angebot sehr gut an.

Wir wollen unser Angebot für Seniorinnen und Senioren in allen Lebensbereichen weiter verbessern.

Dies geschieht auch vor dem Hintergrund einer alternden Gesellschaft. Für den ländlichen Raum ist dieses Thema Chance und Herausforderung zugleich. Unsere Infrastruktur in einer Flächengemeinde zunehmend barrierefrei auszurichten ist eine Herkulesaufgabe.

In vielen Bereichen arbeiten wir jedoch schon seit längerem daran. Unterstützt werden wir dabei von einem enormen ehrenamtlichen Engagement.

Ältere Menschen erfahren in Münstertal eine vielfältige Unterstützung. Hier seien nur die Aktion Essen auf Rädern, die Helferkreise und das Seniorenwerk



St. Trudpert genannt. Ferner planen wir in naher Zukunft den Bau einer Altenpflegeeinrichtung. Es werden 45 Pflegeplätze in drei Gruppen nach einem zukunftsweisenden Konzept eingerichtet.

Ich möchte Sie herzlich einladen, die Gemeinde Münstertal zu besuchen und kennen zu lernen. Sie werden überrascht sein, was auch eine Gemeinde im ländlichen Raum Ihnen so alles bieten kann.

Wir freuen uns auf Sie, liebe Seniorinnen und Senioren!

Ihr Rüdiger Ahlers
Bürgermeister
Gemeinde Münstertal



Blick auf das Kloster St. Trudpert © Gemeinde Münstertal

Auf zur Wiege des Christentums im Schwarzwald! Frühling am Kloster St. Trudpert, Ferienregion Münstertal

Das freundliche Münstertal lädt ein

Eingeweihte nennen es das Tal der hundert Täler – das Münstertal bietet den landschaftlich wohl reichhaltigsten Einstieg in den Südschwarzwald. Auf wenigen Kilometern steigen die Schwarzwaldberge aus der Oberrheinebene mit dem sanft hügeligen Vorhügeln des Markgräflerlandes bis fast in die alpine Zone empor. Der majestätische Belchen (1414m) krönt die Kulisse. Ein lebhafter Wechsel zwischen Wiesen, Weiden und Wäldern prägt den freundlichen Charakter dieser Schwarzwaldlandschaft.

Bis zum Beginn des 15. Jahrhunderts wurde das Tal dominiert von der Stadt Münster, die sich ge-

meinsam mit dem Benediktinerkloster St. Trudpert die Talmitte teilte und in ihrer Bedeutung derjenigen von Freiburg kaum nachstand. Reiche Silberfunde hatten seit dem 9. Jahrhundert Kloster und Stadt aufleben lassen. Kriegerische Einfälle und zwei Naturkatastrophen zerstörten im 14. Jahrhundert die Stadtanlage, die mit dem Erlöschen des Silberbergbaus in der beginnenden Neuzeit auch nicht mehr aufgebaut wurde.

Heute hat sich die einstige Bergbaulandschaft zur beliebten Erholungsregion für Tages- und Urlaubsgäste gewandelt, die hier vor allem die landschaftliche Vielfalt genießen. Gastfreundlichkeit ist den Münstertälern in die Wiege gelegt, denn schon seit Jahrhunderten zieht die

prächtige Klosteranlage St. Trudpert Gäste ins Tal. Das nahe Freiburg, aber auch das Elsass und der Basler Raum sorgen für viele Tagesgäste. Die Verkehrsanbindung ist dabei denkbar günstig: Eine eigene Bahnlinie verbindet das Münstertal, via Bad Krozingen, mit der Hauptstrecke Karlsruhe-Basel. Dabei verkehren die Züge im Stundentakt bis in die späten Abendstunden.

Über 1.400 Jahre sakrale Tradition: Die Klosteranlage St. Trudpert

In der ersten Hälfte des 7. Jahrhunderts ließ sich der in einem irischen Kloster als Missionar ausgebildete fränkische Mönch Trudpert auf der heute Ölberg genannten Anhöhe über der Talaue nieder, errichtete ein Bethaus und begann mit der Missionierung der ansässigen Alemannen. Sein Wirken war allerdings nur von kurzer Dauer, denn der Legende nach wurde er bereits nach drei Jahren erschlagen. Das Missionswerk – die erste Christengemeinde im Südschwarzwald – blieb jedoch lebendig. An der Stelle seines Todes gründeten die Benediktiner um das Jahr 800 das Kloster St. Trudpert, bis heute geistiger und kultureller Mittelpunkt des Tals. Die Klosteranlage wurde im Laufe der Jahrhunderte mehrfach zerstört und erhielt ihr heutiges barockes Erscheinungsbild weitgehend aus der Hand des berühmten Vorarlberger Baumeister Peter Thumb in der ersten Hälfte des 18. Jahrhunderts. Nach der Säkularisation in der Folge der napoleonischen Feldzüge 1806 kam die Klosteranlage in Privathand. Um dem Kloster einen noch repräsentativeren Charakter zu verleihen, legte die Familie des Freiherrn von Andlau einen Landschaftsgarten an, dessen Baumbestand noch heute den Klostersgarten ziert. Im Jahre 1920 wurde das zum Landschloss mutierte Kloster wieder seiner ursprünglichen Zweckbestimmung zugeführt und dient bis heute als Mutterhaus der Schwestern vom Heiligen Josef, die in zahlreichen sozialen und karitativen Einrichtungen der Region tätig sind. Umfangreiche Nutzgärten und ein eigenes landwirtschaftliches Gut dienen der Selbstversorgung der 60 Schwestern und ihren Gästen, die in den drei Gästehäusern Quartier beziehen können. Dem einzigartigen Charakter, der Würde und innere Kraft des Ortes, vermag sich bis heute kein Gast zu entziehen. Über 1.400 Jahre Sakralgeschichte bleiben stets gegenwärtig.

Reine Luft aus der Tiefe des Schwarzwälder Kristallins



Noch heute kann man in die Jahrtausend währende Tradition des Münstertaler Bergbaus eintauchen und im Besuchsbergwerk Teufelsgrund bequem, ebenerdig und barrierefrei 600 Meter weit in den Berg hineinlaufen. Eine Besonderheit ist der zertifizierte Heilstollen, der nach 120 Metern vom Hauptgang abzweigt. Hier erfahren Asthmatiker, Allergiker und vom chronischen Husten geplagte nachhaltige Linderung ihrer Beschwerden. Bei Kindern außerordentlich beliebt ist die Schatzsuche im Berg, welche auch speziell für Kindergeburtstage angeboten wird.

Biene und Mensch – Jahrtausende fruchtbarer Zusammenarbeit

Im Ortsteil Spielweg erfreut sich seit vielen Jahrzehnten das Bienenkundemuseum großer Beliebtheit bei Jung und Alt. Im historischen Ambiente des ehemaligen Obertäler Rathauses eröffnet sich eine vom Imkerverein Münstertal liebevoll zusammengetragene und bestens betreute Schausammlung zur Jahrtausende währenden Zusammenarbeit von Honigbiene und Mensch. >>

Ob Ausflug oder Urlaub – alles ist möglich

Das Kloster St. Trudpert mit seinen Gästehäusern, aber auch die gesamte Ferienregion Münstertal Staufen mit ihren über 250 Ferienwohnungen, familiären Hotels und Gasthöfen sowie prämierten Campingplätzen, empfehlen sich auch als ideale Möglichkeit für eine beglückende Frühlingsauszeit. Ob nun eine Frühlingswanderwoche zwischen den Reben des Markgräflerlands und dem jungen Grün der Bergwälder um den Belchen oder das verlängerte Wochenende mit dem Konzertbesuch in St. Trudpert – Kraft spendende Erlebnisse sind Ihnen sicher. Gerne senden wir Ihnen ausführliches Informationsmaterial zu. Fragen Sie einfach nach bei:

Ferienregion Münstertal Staufen
Wasen 47
79244 Münstertal
Tel. 07636/70740
touristinfo@muenstertal-staufen.de
www.muenstertal-staufen.de

LESETIPP

Wer schon einmal ganz tief in die Klostergeschichte von St. Trudpert einsteigen möchte, kann dies auf spannende Weise tun. Der Historische Roman „Trudperts Vermächtnis“ von Urs Unternährer verbindet historische Fakten mit einer spannenden Handlung in drei Zeitebenen. Sie erhalten ihn in jeder Buchhandlung unter der ISBN 978-3-89735-756-3 oder über die oben genannte Adresse.

WANDERTIPPS

1) Kleine Obertäler Runde

(ca. 8,2 km, 250 Höhenmeter)

Östlich des Klosters St. Trudpert gelangen wir ins Münstertäler Obertal. Auch hier prägen Wiesen den Talboden. Im Gegensatz zum Untertal ziehen sich an den Hängen zusätzlich Weiden bis hoch hinauf in die Gipfellagen. Die Runde erschließt den ganzen Reiz dieser von der Höhenlandwirtschaft geprägten Landschaft auf bequeme Art und Weise ohne viele Höhenmeter. Eine ideale Einlaufrunde für die ersten Urlaubstage.

Vom Parkplatz aus wenden wir uns zunächst dem Kloster selbst zu. Mit der gebotenen Rücksichtnahme auf das Schwesternkloster ist eine Besichtigung des Klostersgartens möglich. Die Pfarrkirche ist täglich bis zur Dämmerung geöffnet. Weiter oberhalb des Klosters nach Nordosten zum Bühl und auf halber Höhe über das Stollbächle zum Branden. Hier geht es ein kurzes Stück aus Asphalt hinunter zur Spielwegkapelle. Nutzen Sie die Unterführung, um zum gleichnamigen Hotel zu gelangen. Weiter am Bienenkundemuseum (geöffnet Mi, Sa und So von 14.00 - 17.00 Uhr) vorbei über den Talweg zurück zum Kloster.



Kirchliche
**SOZIALSTATION
KAISERSTUHL-TUNIBERG e.V.**
**PFLEGE
ZU HAUSE**

in Breisach, Ihringen, Merdingen, Vogtsburg und Wasenweiler

Gesicherte Pflege zu Hause
Alltagsunterstützung
Essen auf Rädern
Hausnotruf

Mehr Informationen unter 07667 / 90588-0

E-Mail: info@sozialstation-breisach.de
www.sozialstation-breisach.de
Freiburger Straße 6, 79206 Breisach

Seit über 35 Jahren
im Auftrag unserer Kirchen tätig




KIRCHLICHE SOZIALSTATION Nördlicher Breisgau e.V.



**Wir beraten, betreuen, pflegen.
Da, wo Sie wohnen.**

www.sozialstation-boetzingen.de

HÄUSLICHE PFLEGE. Pünktlich. Sorgfältig. Umsichtig.
TAGESPFLEGE. Morgens zu uns. Abends nach Hause.
BETREUUNGSGRUPPEN. Für Menschen mit Demenz.
PFLEGE IM ANSCHLUSS. Kliniknachsorge durch PiA.
WUNDMANAGEMENT. Und andere ärztliche Verordnungen.
HAUSNOTRUF. Hilfe auf Knopfdruck.
PALLIATIVPFLEGE. Umsorgt zu Hause sterben.
SEELSORGE. Auf Wunsch.



- Bötzingen und Eichstetten 07663 8969-210
- Gottenheim und Umkirch 07663 8969-220
- March 07663 8969-240
- Gundelfingen und Heuweiler 0761 580218

Führender Pflagedienst in der Region | Seit 40 Jahren



2) Klosterrunde

(5,6 km, 260 Höhenmeter, barrierefrei)

Eine eindrucksvolle barocke Klosteranlage - das vierte Kloster an dieser Stelle - und seit über 1100 Jahren eine fast ungebrochene Klostertradition - das macht die Kraft dieses Ortes aus. Unsere Rundtour erweitert sich zur Acht, wenn Sie im Anschluss noch den Klostergarten und die Kirche besuchen. Bitte achten Sie die Würde dieses sakralen Ortes!

Vom Parkplatz aus talaufwärts bis zum Reitplatz. Hier der blauen Raute Richtung Belchen folgen und an der nächsten Wegkreuzung in die gelbe Raute Richtung Branden einbiegen. Bevor sich der Weg auf halber Höhe in das

Stollbachtal begibt, scharf rechts auf dem Forstweg (nicht markiert!) nach Süden, bis dieser wiederum auf die blaue Raute stößt. Dieser in Richtung Kloster folgen und das Pfaffenbachtal hinunterlaufen.

Für beide Wanderungen empfiehlt sich als Grundlage die Wanderkarte „Vom Markgräflerland zum Belchen“, Maßstab 1:25.000, erhältlich bei der oben genannten Adresse und in den Tourist-Informationen von Staufen und Münstertal.

DR. THOMAS COCH
GESCHÄFTSFÜHRER FERIENREGION
MÜNSTERTAL STAUFEN



Sozialstation
 Markgräflerland e.V.

Ambulante Pflege mit Erfahrung und Kompetenz

Mit unseren sozialen Diensten leisten wir individuelle Betreuung und Versorgung täglich durchgängig von 07:00 bis 22:00 Uhr:

- Grund- und Behandlungspflege
- Hauswirtschaftliche Unterstützung
- Familienpflege
- Betreuung von Menschen mit Demenz
- Nachbarschaftshilfe
- Beratungsstelle für ältere Menschen

Hauptstraße 147 • 79379 Müllheim
 Tel. 07631/ 17 77 0 • Fax 07631/ 17 77 20
www.sozialstation-mgl.de



Sozialstation
 Südlicher Breisgau e.V.

Wohlfühlen zuhause - mit uns

Ambulantes Beratungs- und Pflegezentrum

Wir unterstützen Sie, damit Sie im Alter und bei Krankheit gut zuhause leben können.

Dafür haben wir viele Angebote:

- Unterstützung bei der Körperpflege
- Spezialisierte medizinische Pflege
- Alltagsassistenz zur Betreuung von Menschen mit Demenz
- Hilfsmittelberatung
- Sicheres Leben zu Hause mit dem HausNotruf
- Seminare für Angehörige und
- Vielfältige Möglichkeiten zum Engagement für Bürgerinnen und Bürger

Sozialstation Südlicher Breisgau e.V.

Am Alamannenfeld 14
 79189 Bad Krozingen

07633 12219

info@sozialstation-suedlicher-breisgau.de

www.sozialstation-suedlicher-breisgau.de

KREISSENIORENRAT
 Landkreis Breisgau-Hochschwarzwald





Großer Beliebtheit erfreuen sich die sommerlichen Ausflugsfahrten in der Dreiländer-Region. Das Foto zeigt eine Seniorengruppe vor dem Dom von St. Blasien.

Seniorengemeinschaft St. Trudpert

Die Seniorengemeinschaft St. Trudpert begann ihre Arbeit im Dienste der älteren Generation des Münstertales im Jahre 1973.

Die Gemeinschaft wurde damals als „Altenwerk St. Trudpert“ von Pfarrer Hermann Meyer ins Leben gerufen und folgte von Beginn an dem Leitmotiv: „Das Altenwerk möge vielen Menschen des dritten Lebensabschnittes Hilfe und Segen sein“. An diesem Leitgedanken orientiert sich die Arbeit unter mittlerweile sechs Altenwerk-Leitern in vorbildlicher Weise.

Seit über vier Jahrzehnten treffen sich ältere Mitbürgerinnen und Mitbürger monatlich im **Winterhalbjahr** zu Informationsveranstaltungen, zu unterhaltsamen Nachmittagen oder einfach zum geselligen Beisammensein, in den **Sommermonaten** zu Ausflugsfahrten sehenswerter Ziele in der Dreiländer-Region.

Zu den thematisch wechselnden Unterhaltungsnachmittagen im Pfarrzentrum und den zu immer neuen Zielen führenden Ausflugsfahrten im Dreiländereck kommen im Jahres-Terminplan feststehende Veranstaltungen. Dazu zählen, in Zusammenarbeit mit der Gemeindeverwaltung, das „Dreikönigstreffen“ der Münstertäler Senioren in der Belchenhalle, der von den Senioren gestaltete „Fasnets-Nachmittag“ im Pfarrzentrum sowie eine „Adventsfeier“ in der vorweihnachtlichen Zeit. Dieses bewährte Programmschema blieb auch nach dem Jahreswechsel 2008/09 und der Umbe-

nennung in „Seniorengemeinschaft St. Trudpert“ erhalten. Zu diesem Zeitpunkt vollzog sich in der bisherigen „Altenwerksarbeit“ ein Generationenwechsel. Rektor i.R. Markus Bach, der 20 Jahre das Altenwerk geleitet hatte, übergab das Amt an seinen Kollegen Konrad Ruh. Wie in vielen Altenwerken der Erzdiözese waren auch im Münstertal die jüngeren, noch aktiven Senioren im Laufe der Jahre den Einladungen nur noch zögerlich gefolgt. Ziel des neu gebildeten, verjüngten Leitungsteams ist es, wieder die „Generation 60 Plus“ für die Mitarbeit und das Mitmachen zu gewinnen, aber auch der Vielfalt der verschiedenen Altersphasen mit ihren unterschiedlichen Interessen gerecht zu werden. Besonders wichtig erscheint dem Leitungsteam die große Bedeutung sozialer Teilhabe in allen Phasen des Älterwerdens. Die Angebote richten sich an alle Mitbürger/-innen jenseits des Berufs- und Arbeitslebens. Ökumenische Zusammenarbeit ist selbstverständlich.

Die Teilnehmer(-innen) bei den Veranstaltungen der Seniorengemeinschaft St. Trudpert dürfen folgendes erwarten:

- Sie erleben Gemeinschaft untereinander, haben Zeit und Raum zum Gespräch mit alten Bekannten aus der Schulzeit, aus dem Berufs- oder Vereinsleben, zum Erzählen oder auch zum Miteinanderteilen von frohen und traurigen Anlässen.
- Sie erhalten Anregungen für Körper (Bewegung), für Geist (Austausch von Erinnerungen)

und für die Seele (Gemeinschaftserfahrungen, Gebet, miteinander feiern)

- Sie können sich aktiv beteiligen und erleben bei den Ausflugsfahrten die Schönheiten und Sehenswürdigkeiten unserer Heimat.

Seit Jahren erfreuen sich die vom Leitungsteam organisierten Veranstaltungen großer Beliebtheit. Durchschnittlich 70 bis 90 Teilnehmer nehmen an den Ausflugsfahrten und auch an den Unterhaltungsnachmittagen teil.

Neben diesen Veranstaltungen bestehen innerhalb der Seniorengemeinschaft weitere Gruppierungen:

Wer gerne in froher Runde singt und danach noch gesellig zusammensitzt, wird sich in der für jedermann offenen „**Singgruppe**“ wohlfühlen. Die sangsfreudigen Senioren treffen sich monatlich im Foyer der Belchenhalle und werden von Bernhard Ebner musikalisch begleitet.

Die „**Frauen-Tanzgruppe**“ trifft sich 14-tägig jeweils montags um 9.30 Uhr. Auch diese Gruppe bereichert mit ihren meditativen Tänzen das Programm vieler Veranstaltungen. Geleitet wird diese Gruppe von Frau Margarete Thewes.

„**Übungen zur Erhaltung der körperlichen und geistigen Mobilität bis ins hohe Alter**“ nennt sich die von der Atem- und Bewegungstherapeutin Karin Klausmann geleitete Gruppe, die sich immer am ersten Dienstag eines Monats von 16.00 Uhr bis 17.00 Uhr im Foyer der Belchenhalle trifft

Auch die „**Kegelfreunde**“ unter den Senioren treffen sich jeden zweiten Dienstag im Monat (von 16.00 Uhr bis 18.00 Uhr) in der „Hofsäge“ zu ihrer sportlichen Begegnung. Ansprechpartnerin für diese Gruppe ist Frau Maria Riesterer.

Das Leitungsteam der Seniorengemeinschaft setzt sich derzeit wie folgt zusammen:

Vorsitzender: Konrad Ruh

Stellvertretung: Ingrid Warthmann & Josef Wiesler

Schriftführer-Pressereferent: Eberhard Groß

Weitere Mitglieder: Gertraud Groß, Margarete Thewes, Maria Riesterer und Bertel Geiger

KONRAD RUH



FLYER

C-Serie

Für maximalen Komfort und höchste Stabilität auf Ausfahrten und im Alltag.



HILD RADWELT

HILD RADWELT
Engesserstr. 9
79108 Freiburg
Tel. 0761 / 282950
Fax 0761 / 2829530
info@hild-radwelt.de
www.hild-radwelt.de

Testen Sie die neuen FLYER Modelle.

*Ausgenommen sind FLYER E-Bikes des Segments Mountain (3 Jahre). Die genauen Gewährleistungsansprüche finden Sie unter: www.flyer-bikes.com/flyer_e-bikes_garantie

17.06. – 24.06.	Wanderreise CORNWALL	1280,00 €
18.06. – 02.07.	Flugreise GRAN CANARIA	1260,00 €
13.07. – 16.07.	LEIPZIG und WITTENBERG	320,00 €
21.07. – 23.07.	Reise ins sonnige TESSIN	425,00 €
08.08. – 13.08.	SCHLADMING	565,00 €
12.09. – 17.09.	UMBRIEN	495,00 €
25.09. – 30.09.	SÜDTIROL	540,00 €
03.10. – 08.10.	OSTFRIESLAND	680,00 €
21.10. – 29.10.	Wellness in ABANO	650,00 €
03.11. – 05.11.	ABSCHLUSSFAHRT	275,00 €
08.12. – 11.12.	ALTÖTTING mit Adventssingen	360,00 €
13.12. – 17.12.	Weihnachtliches ERZGEBIRGE	380,00 €

Sutter
www.sutter-reisen.de

Belchenstr. 4 · 79244 Münstertal
Tel. 07636 – 470 · Fax 07636 – 73 70
info@sutter-reisen.de · www.sutter-reisen.de

Ehrenamtliche Wohnraumberatung von Lebensraum für Alle e.V.



Wenn Stufen und Türschwellen unüberwindbar werden

Was tun, wenn die eigene Wohnung aus Altersgründen oder wegen einer Mobilitätseinschränkung plötzlich nicht mehr benutzbar ist? Hier können hilfreiche Informationen zur Wohnungsanpassung nützlich sein: Der gemeinnützige Verein Lebensraum für Alle e.V. führt seit vielen Jahren in Freiburg und der Regio kostenlose Wohnraumberatung durch. Nach einem telefonischen Vorgespräch, bezieht der Vereinsgründer und -vorsitzende Gernot Wolfgang, Ihre Wohnung und unterbreitet Lösungsvorschläge, die individuell auf Ihre Lebensgewohnheiten, die bauliche und finanzielle Machbarkeit zugeschnitten sind. Für größere architektonische Umbauten, medizinische, pflegerische und soziale Fragen wird das Beratungsangebot durch das Kompetenznetzwerk des Vereins, zu dem Architek-

ten, Mediziner u.a. Experten gehören, ergänzt. Lebensraum für Alle ist auch Mitglied der BAG Wohnungsanpassung e.V., einem Zusammenschluss der Wohnberater/innen und Wohnberatungsstellen in Deutschland.

Rufen Sie uns an: 0761/56317 oder schreiben Sie eine Mail an info@lebensraum-fuer-alle.org

Lebensraum für Alle schult ehrenamtliche Wohnraumberater/-innen

Wer Wohnraumberatung machen möchte, sollte über einige grundlegende Fähigkeit verfügen: Einfühlungsvermögen, Organisationstalent, Kontaktfreudigkeit, Geduld und Zeit, technisches Verständnis, medizinisch-pflegerische Grundkenntnisse und mobil und flexibel sein. Ziel sollte es sein, kundensorientiert und neutral zu beraten (ohne Verkaufsinteressen!)

In den Schulungen lernen die Teilnehmer/innen Grundkenntnisse zur barrierefreien Gestaltung, die Vielfalt möglicher Problemzonen und Lösungsmöglichkeiten in und außerhalb des Hauses, Technik der Vermessung und Datenaufnahme, Hilfsmittel, regionale Ansprechpartner, Netzwerkpartner und Finanzierungsmöglichkeiten kennen. Auch eine barrierefreie Musterwohnung sowie eine Hilfsmittelausstellung sind in die Schulung integriert.

Zum Kreis unserer Referenten gehören Fachleute wie:

- Susann Fischer (Architektin) www.fischer-architekten.de
- Hadwig Storch (Dipl. Soz. Päd.) www.beratung-senioren.de/boetzingen-und-gundelfingen.htm

- Thomas Bethmann (Schreinermeister & Ergonomieberater) www.freie-holzwerkstatt.de

WEITERE INFORMATIONEN



Lebensraum für alle e.V.

Wohnraumberatung

Gernot Wolfgang

Längenloh 11

79108 Freiburg

Tel.: 0761 – 56317

info@lebensraum-fuer-alle.de

KREISSENIOREN RAT

Landkreis Breisgau-Hochschwarzwald



Kreisseniorerrat

Breisgau-Hochschwarzwald

Michael Maluck

Schwarzwaldstr. 19

79206 Breisach

Tel.: 07667 – 6649

E-Mail: michaelmaluck@gmx.de

Der neue Seniorenwegweiser ist da!



Erhältlich ist der Seniorenwegweiser

- bei den örtliche Gemeinden
- bei den Beratungsstellen
- bei den Sozialstationen
- beim Kreisseniorerrat

Breisgau-Hochschwarzwald
Schwarzwaldstraße 19,
79206 Breisach

E-Mail: ksr-bhs@outlook.de

KREISSENIORENRAT

des Landkreises Breisgau~Hochschwarzwald



KreisSeniorenRat, Breisgau~Hochschwarzwald
Michael Maluck, Schwarzwaldstr. 19, 79206 Breisach

An alle Seniorenclubs, Altenwerke
Seniorenkreise sowie
Mitgliedsorganisationen im Landkreis
Breisgau-Hochschwarzwald

Vorsitzender

Michael Maluck
Schwarzwaldstr. 19
79206 Breisach
07667 / 6649
Email: ksr-bhs@outlook.de

Breisach, den 07.06.2017

Sehr geehrte Damen und Herren

hiermit ergeht die

Einladung zur Mitgliederversammlung
für **Mittwoch, den 11.10.2017 um 14:30 Uhr**
im großen Sitzungssaal des Landratsamtes, Stadt.2, 79104
Freiburg

Tagesordnung:

1. Begrüßung durch den Vorsitzenden
2. Grußwort Landrätin Dorothea Störr-Ritter
3. Bericht des Vorstandes
4. Kassenberichte
5. Bericht der Kassenprüfer
6. Aussprache über die Berichte
7. Entlastung des Kassierers und des Vorstandes
8. Neuwahlen des gesamten Vorstandes
9. Wünsche und Anträge
10. Schlusswort der/ des neuen Vorsitzenden / Vorsitzender

Bekunden Sie Bitte durch Ihre Teilnahme, mit möglichst vielen interessierten
Freunden, an dieser Mitgliederversammlung, die Arbeit des **KSR**.

Mit freundlichen Grüßen

Michael Maluck

Bitte diesen Termin vormerken. Eine schriftliche Einladung erfolgt noch.

Bankverbindung: Volksbank Breisgau-Süd
IBAN: DE80680615050046009703

Mitglied im Landesseniorenrat
Baden-Württemberg



Fahrsicherheitstraining für Senioren:

Ein Übungstag auf dem ADAC Gelände

zusammen mit dem KSR Breisgau-Hochschwarzwald

Treffpunkt um 10.00 Uhr auf dem Gelände des ADAC in Breisach. Zwölf Teilnehmerinnen und Teilnehmer im Alter zwischen 63 und 84 Jahren versammelten sich mit ihren PKWs um zu testen: Wie sicher bin ich bei der täglichen Autofahrt?

Nach einer theoretischen Einführung und Fragen zu den Fahrzeugen wurde ersichtlich: Nicht alles was mein Fahrzeug bietet beherrsche ich auch. Dies war dann auch im Wesentlichen der Inhalt der anschließenden praktischen Übungen.

Max Bühler, der ADAC Trainer, begrüßte alle und stellte zu Beginn die Frage der Erwartungen an den Kurs. Diese waren unterschiedlich. Klar wurde: **Wie beherrsche ich mein Fahrzeug?**

Zuerst: **Wie sitze ich richtig in meinem Fahrzeug?** Die Rückenlehne und der Abstand zum Lenkrad waren die wesentlichen Punkte. Fast alle sollten Ihre Positionen regulieren. Der Grund: Die Fä-



RegioPflegedienst
Klaus Klee

Ihr Pflegedienst
im Markgräflerland

Unser Angebot:

- Sicherheit und Lebensqualität zu Hause
- Pflege auch schwerstpflegebedürftiger Menschen
- Intensivpflege wie: Infusionstherapie, Wundversorgung, Tracheostomapflege, etc.
- Palliativpflege
- Hauswirtschaftliche Versorgung
- Unterstützung und Schulungen pflegender Angehöriger durch Pflegeberater
- 24 h Rufbereitschaft
- Hausnotruf
- Betreuungsdienste

Wir sind Mitglied im Pflegeverbund des Universitätsklinikums Freiburg und Vertragspartner aller Pflege – und Krankenkassen.



Im Falkenstein 11, 79219 Staufen
Tel.: 07633 / 101313

Hauptstraße 14, 79379 Müllheim
Tel.: 07631 / 13939

Mobil
0170 - 55 64 445

E-Mail: info@pflegedienst-klee.de
Internet: www.regiopflege.de

higkeit am besten in Notfällen zu agieren ist die richtige Position im Auto.

Nun ging es um das richtige Bremsen - Schockbremsung. Zuerst dachte ich, was soll das denn? Das mache ich immer wenn ich unterwegs bin. Die erste Aufgabe bestand darin: Steige richtig in die Eisen. Danach war mir klar: Außer einem Teilnehmer beherrschte das keiner. Die Antworten auf diese Frage „Warum?“ waren. „Ich wollte mein Auto nicht schädigen“, „Ich traute mich nicht“ usw. Nach mehrmaligen Bremsversuchen auf unterschiedlichen Belägen wurde eine deutliche Verbesserung der Bremsfähigkeit erreicht.

Das Thema: **Wie verhält sich mein Wagen in unterschiedlichen Wettersituationen** (trockener, nasser, winterlicher Bodenbelag)? Auch hier wieder deutliche Verbesserungen während der praktischen Übungen.

Zum Ende des Kurses wurde deutlich, dass alle Teilnehmer mit dem Sicherheitstraining zufrieden waren und überzeugt, dass weitere Seniorinnen und Senioren an solchen Angeboten teilnehmen sollten.

Der ADAC und der KSR Breisgau-Hochschwarzwald werden weitere Sicherheitstrainingkurse anbieten.

Ziel ist: **Sicherheit im Straßenverkehr ist gleich Sicherheit für mich und meinen Mitmenschen.** Die Diskussion um Fahrtüchtigkeit und Sicherheit kann und wird somit versachlicht. (Keiner wird auf seinen „Lappen“ verzichten müssen außer er tut es freiwillig)

MICHAEL MALUCK

ADAC

ADAC Trainingsanlage Breisach
ADAC Südbaden e.V.

Telefon: (0761) 36 88 23 1

www.adac.de/produkte/fahrsicherheitstraining

KREISSENIORENRAT

Landkreis Breisgau-Hochschwarzwald



Kreis seniorenrat Breisgau-Hochschwarzwald

Michael Maluck

Schwarzwaldstr. 19

79206 Breisach

Tel.: 07667 – 6649

E-Mail: michaelmaluck@gmx.de



OTT

Druckerei Ott GmbH

Druckerei Ott GmbH
Industriegebiet
Karl-Friedrich-Benz-Str. 4
79395 Neuenburg am Rhein

Telefon: 0 76 31 / 7 21 77
Telefax: 0 76 31 / 76 39
E-Mail: info@druckerei-ott.de
Web: www.druckerei-ott.de

**GASTSTÄTTE und WC
sind BARRIEREFREI!**



KLÄSLES
GASTRONOMIE
BREISACH AM RHEIN

*Entspannt genießen mit Blick auf den Rhein.
Wir haben durchgehend für Sie geöffnet
und freuen uns auf Ihren Besuch.*

Hafenstraße 11 • 79206 Breisach • Tel. 07667/1023
www.klaesles-gastronomie.de

KREISSENIORENRAT

Landkreis Breisgau-Hochschwarzwald



Wahlprüfsteine

Bildungs-, Berufs- und Entwicklungschancen, die die Generationen unserer Kinder und Enkelkinder erhalten, entscheiden wesentlich über die Zukunft unseres Landes. Demografische Entwicklungen, wie wir sie jetzt und – schon absehbar – auch in den kommenden Jahrzehnten erleben, können nur gemeinsam und dürfen nicht zulasten der einen oder anderen Generation gestaltet werden.

In diesen Wahlprüfsteinen stellen wir Fragen an politische Parteien. Wir beschränken uns dabei im Wesentlichen auf Fragen, die die spezielle Interessenslage älterer Menschen in unserem Land berühren.

Freiwilligen Engagement und Partizipation

Das freiwillige und ehrenamtliche Engagement von Bürgerinnen und Bürger ist Ausdruck aktiver Teilhabe und lebendiger Demokratie. Eine gute Engagementpolitik schafft die Rahmenbedingungen dafür, dass Menschen aller Altersgruppen und Lebenslagen mit ihren jeweils eigenen Möglichkeiten Verantwortung für andere und damit für die Gesellschaft übernehmen.

• Ältere Menschen zeigen eine hohe Engagementbereitschaft. Es müssen aber ihre Lebenssituationen, ihr Erfahrungswissen und ihre Selbstbestimmung berücksichtigt werden. Inwieweit setzt sich Ihre Partei (auch) für eine spezifische Förderung des Engagements älterer Menschen sowie deren Einbindung in Entscheidungsprozesse ein?

• Bildung fördert das Engagement älterer Menschen. Mit welchen Maßnahmen will Ihre Partei Bildung im Alter fördern?

Gesundheit und Pflege

Die Gesundheit zu erhalten und möglichst lange im vertrauten Umfeld zu leben, ist das Ziel der meisten Menschen. Dafür müssen bestehende Möglichkeiten ausgeschöpft und ggf. neue Strukturen geschaffen werden. Neben erreichbaren professionellen medizinischen und pflegerischen Versorgungsangeboten ist hierfür auch eine kommunale Verantwortungs- und Sorgestruktur notwendig.

• Mit welchen Maßnahmen planen Sie und Ihre Partei im Besonderen, die gesundheitliche und pflegerische Versorgung auch in strukturschwachen und ländlichen Gebieten sicherzustellen?

• Welche weiteren Maßnahmen planen Sie, um die Lebensbedingungen hilfebedürftiger Menschen zu stärken? Wie wird Ihre Partei den Auf- und Ausbau gesundheitsfördernder Strukturen im kommunalen Umfeld vorantreiben?

• Wie planen Sie sicherzustellen, dass heute und in Zukunft ausreichend qualifizierte Fachkräfte für die Alten- und Krankenpflege zur Verfügung stehen?

• Welche konkreten Maßnahmen plant Ihre Partei, um die ambulante und stationäre palliativmedizinische Versorgung flächendeckend sicherzustellen und die Hospizarbeit zu stärken?

Bundestagswahl



Wohnen, Wohnumfeld und Mobilität

Die große Mehrheit älterer Menschen möchte möglichst lange in den eigenen vier Wänden und in der vertrauten Umgebung wohnen bleiben.

• Welche Maßnahmen wollen Sie – insbesondere in den Bereichen sozialer Wohnungsbau und genossenschaftliches Wohnen – umsetzen um ein bezahlbares Wohnen zu fördern? Wie sollen dabei besonders die Wohnbedürfnisse ältere Menschen berücksichtigt werden?

• Welche Maßnahmen plant Ihre Partei, um die Zahl der altersgerechten Sanierungen von Eigenheimen und Wohnungen zu erhöhen? Werden Sie sich für den Erhalt des KfW-Zuschussprogramms „Altersgerecht umbauen“ einsetzen und für eine ausreichende Mitteleistung sorgen?

Die gesamten Forderungen zur Bundestagswahl 2017 können unter [BAGSO-Wahlprüfsteine zur Bundestagswahl 2017](http://www.bagso.de) (www.bagso.de) im Internet geladen werden.

BAGSO

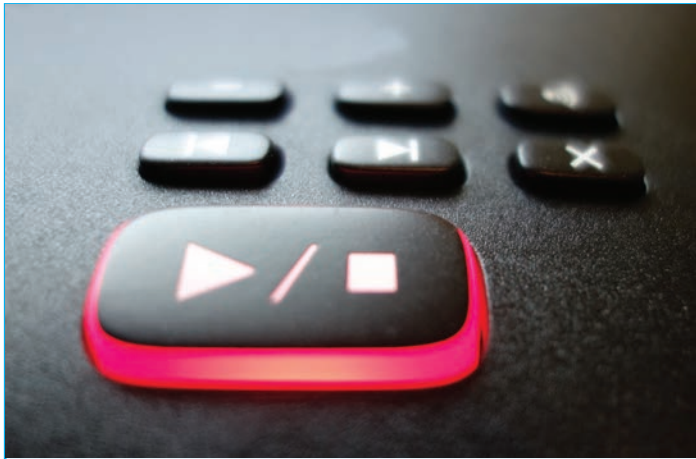
Bundesarbeitsgemeinschaft der Senioren-Organisationen e.V.

Thomas Mann-Str: 2-4

53111 Bonn

TEL.: 0228 – 2499930

E-Mail: kontakt@bagso.de



Anrufbeantworter für Oma und Opa

„Guten Morgen ... momentan sind wir nicht zuhause. Bitte hinterlasse nach dem Signalton deine Nachricht ...

- * wenn ihr eines unserer Kinder seid, drückt bitte die **1** und weiters wählt die Nummer in der Reihenfolge wie ihr geboren wurdet, damit wir wissen, wen wir erwarten sollen.
- * wenn ihr wollt, dass wir auf eure Kinder aufpassen sollen, wählt bitte die **2** ...
- * falls ihr euch unser Auto ausborgen wollt, drückt bitte die **3** ...
- * wenn wir euch eure Wäsche waschen und bügeln sollen, drückt bitte die **4** ...
- * wenn unsere Enkelkinder bei uns schlafen sollen, wählt bitte die **5** ...
- * falls wir unsere Enkelkinder von der Schule abholen sollen, drückt bitte die **6** ...
- * falls ihr am Sonntag zu uns zum Essen kommen wollt, wählt die **7** ...
- * wenn wir das sonntägliche Mittagessen zu euch nach Hause bringen sollen, dann drückt bitte die **8** ...
- * falls ihr euch von uns Geld leihen wollt, wählt bitte die **9** ...
- * habt ihr im Sinn uns zum Abendessen einzuladen oder uns ins Theater mitzunehmen ...
... dann sprecht jetzt - wir hören zu!!!“.

Quelle: positivgedacht.blogspot.de

Rapp & Seifert

Sanitätshaus und Orthopädietechnik GmbH

Am Alamannenfeld 2 • 79189 Bad Krozingen

Telefon: (0 76 33) 20 20

Internet: www.rapp-und-seifert.de

**24h Betreuung
und Pflege zuhause**

PROMEDICA PLUS



Tel. 07634 - 594 99 28

PROMEDICA PLUS
Markgräflerland/Kaiserstuhl-Süd

Jochen Heiland
Im Oberdorf 3
79282 Ballrechten-Dottingen
www.promedicaplus.de/markgraeflerland

Immer an Ihrer Seite:
geschultes Personal
aus Osteuropa

Ambulante Altenhilfe immer in Ihrer Nähe ...



- Beratung für ältere Menschen und Angehörige
- Vielfältige Kurs- und Fortbildungsangebote für pflegende Angehörige sowie für bürgerschaftlich Engagierte
- Ansprechpartner für Aufbau und Begleitung von Gruppen bürgerschaftlich Engagierter, wie z.B. Pflege- und Familienbegleiter
- Förderung der Interessenvertretung pflegender Angehöriger
- Gerontopsychiatrische Betreuungsgruppen
- Menüservice „Essen auf Rädern“ sowie offene Mittagstische
- Caritas-Pflegedienst Neuenburg Tel. 07631 705471
- Betreutes Seniorenwohnen in Kirchzarten, Merzhausen, Neuenburg und Stegen
- Ambulant betreute Wohngemeinschaften in Merdingen

Informieren Sie sich in Ihrer regionalen Caritasstelle!

Freiburg-Land	Tel. 0761 8965-421
Titisee-Neustadt	Tel. 07651 9118-0
Müllheim	Tel. 07631 748277-0
Breisach	Tel. 07667 299

Caritasverband für den Landkreis
Breisgau-Hochschwarzwald e.V.
Alois-Eckert-Straße 6
79111 Freiburg



Caritasverband für den Landkreis
Breisgau-Hochschwarzwald e.V.



Pflegealltag

Wissenswertes für alle, die Angehörige pflegen oder umsorgen
IspAn - Interessensselbstvertretung pflegender Angehöriger

Angebote zur Unterstützung im Alltag (§ 45a/b SGB XI): Betreuung und Entlastung

Zusätzlich zu Pflegegeld und/oder Pflegesachleistung hat jeder Pflegebedürftige mit Pflegegrad Anspruch auf einen zweckgebunden Betrag für Leistungen zur Entlastung der Pflegenden bis zu 125 € pro Monat (z.B. Haushaltshilfen, Einkäufe, Botengänge, Vorlesen, Begleitung zu Ärzten, zu Therapien, Spaziergängen oder für Tages-, Kurzzeit- oder Verhinderungspflege). Diese Hilfen werden von Mitarbeiter/innen anerkannter, förderfähiger Dienstleister erbracht. Die Rechnung für diese Hilfen ist der Pflegekasse vorzulegen und wird nachträglich im Rahmen des noch verfügbaren Budgets erstattet. Listen mit Anbietern können bei der Pflegekasse erfragt werden.

TIPP: Nicht verwendete Mittel können bis zum 30.6. des Folgejahres übertragen werden. Für alle, die bereits 2015 und 2016 Anspruch auf den Entlastungsbetrag hatten, können diesen noch 2017 und 2018 nutzen und übertragen lassen!

Zusätzlich zu den 125 € können 40% des Betrages für die ambulante Pflegesachleistung für diese Dienstleistungen genutzt werden (Umwandlungsanspruch § 45a SGB XI). Vor Inanspruchnahme sollte ein Antrag auf Umwandlung bei der zuständigen Pflegekasse gestellt werden.

Maßnahmen zur Verbesserung des Wohnumfeldes (§ 40 Abs.4 SGB XI)

Pflegebedürftige (Pflegegrad 1-5), die in häuslicher Umgebung versorgt werden, können für die bedarfsgerechte Anpassung des Wohnumfeldes pro Person und Maßnahme bis zu 4.000 € beantragen, für Wohngemeinschaften liegt die Summe bei jährlich bis zu 16.000 €. Der Antrag muss vor der Durchführung der Maßnahme gestellt werden.

Aktivierungsangebote für Heimbewohner (§ 43b SGBXI):

Auch alle Pflegebedürftigen in Pflegeheimen und Tagespflegeeinrichtungen haben einen individuellen Rechtsanspruch auf zusätzliche Betreuungs- und Aktivierungsangebote. Dazu zählt alles, was die betreuten Menschen körperlich und psychisch positiv beeinflussen kann, z.B. gemeinsames Malen, Basteln, handwerkliche Tätigkeiten, Gartenarbeit, Pflege von Haustieren, Spiele und Tanz. Die Einrichtungen müssen mit den Pflegekassen entsprechende Vereinbarungen treffen und zusätzliche Betreuungskräfte für diese Angebote einstellen. Auch Bewohner in Pflegegrad 1, die die Heimkosten selbst bezahlen, haben Anspruch auf solche Angebote.

Soziale Absicherung von Pflegepersonen / pflegenden Angehörigen (seit 1.1.2017)

Voraussetzung für die Leistungen der Pflegeversicherung ist: Die Pflegeperson muss 10 Stunden (bisher 14) an mindestens 2 Tagen in der Woche häusliche Pflege leisten für einen Pflegebedürftigen mit mindestens Pflegegrad 2.

Nur dann zahlt die Pflegekasse für den pflegenden Angehörigen Beiträge in die **Rentenversicherung**:

Die Pflegeperson darf nicht mehr als 30 Std. in der Woche erwerbstätig sein. Je nach Pflegegrad und bei Kombination mit Pflegesachleistungen werden verschiedene Prozent-Anteile des Rentenbeitrages gezahlt.

Unfallversicherung: Diese gilt allerdings nur für die Zeiten, in denen gepflegt wird (nach dem vom MDK festgestellten Pflegebedarf), für Hilfen in der Haushaltsführung und für den Weg vom und zum pflegebedürftigen Menschen.

Und neuerdings **Arbeitslosenversicherung:** Wer vor seiner Pflegetätigkeit berufstätig war oder Arbeitslosengeld bezogen hat, für den übernimmt die Pflegekasse während der Dauer der Angehörigenpflege die Beiträge zur Arbeitslosenversicherung in Höhe der halben monatli-



chen Bezugsgröße. Pflegepersonen können so nach dem Ende ihrer Pfl egetätigkeit Arbeitslosengeld und Arbeitsförderungsmaßnahmen beantragen. Dies trifft natürlich nur auf Personen zu, die während der Pfl egetätigkeit nicht sozialversicherungspflichtig beschäftigt waren.

TIPP: Krankenversicherungsbeiträge werden nicht gezahlt! Dieser wichtige Schutz muss eigenständig geregelt werden (z.B. durch eine Familienversicherung, freiwillige Versicherung oder sozialversicherungspflichtige Teilzeitarbeit). Nur bei kurzzeitiger Arbeitsverhinderung (10 Tage) und auf Antrag in der Pflegezeit (6 Monate) wird der Mindestbeitrag gezahlt.

Quelle: Ratgeber „Pflege geht jeden an“ / Sozialverband VdK Deutschland e. V. Liniestraße 131, 10115 Berlin
 Telefon: 030/921 05 80-0
 Telefax: 030/921 05 80-999
 E-Mail: kontakt@vdk.de
 Internet: www.vdk.de

ISPAN - REDAKTION PFLEGEALLTAG

*IspAn - Interessensselbstvertretung
 pflegender Angehöriger
 Alte Mainzer Gasse 10
 60311 Frankfurt
 Gudrun Born, Ingrid Rössel-Drath,
 Gabriele Zeisberg-Viroli
 Telefon: 069 / 2982-402
 E-Mail: redaktion.pflegealltag@ispan.de
 www.ispan.de*



Vertrauen Schenken – Lebensqualität erhalten



Gemeinsam mit dem REGIO Assistenzdienst bieten wir Ihnen ein umfassendes „Pflege und Assistenz“-Konzept. Bei uns kommen professionelle Pflege und persönliche Assistenz aus einer Hand – für eine Rundum-Betreuung, die auf Ihre individuellen Bedürfnisse zugeschnitten ist.

REGIO Assistenz-Dienst



REGIO Pflegedienst Breisgau GmbH | Hofackerstr. 92 | 79110 Freiburg
 Telefon 0761 / 59 29 00 | www.regio-pflegedienst-breisgau.de



alt werden, wo andere Urlaub machen

Das mediterran gestaltete „Haus am Weingarten“ wurde 2014 eröffnet und verfügt über 60 Einzelzimmer mit eigenem Duschbad. Die Bewohnerzimmer verteilen sich über vier Wohnbereiche, zu denen jeweils eine freundlich gestaltete Wohnküche gehört. Neben einer warmherzigen und freundlichen Atmosphäre erwartet Sie ein **fundiertes Betreuungsangebot**, welches für Abwechslung und Individualität im Alltag sorgt.

Lernen Sie uns kennen!
 Mehr Informationen gibt's im Internet:
www.schwesternverband.de

Torgasse 3
 79241 Ihringen
 Tel: (07668) 996660



GEHIRNJOGGING

Das Lösungswort ergibt sich aus den Auflösungen der folgenden Fragen:

- 1) Kann nur Petrus beeinflussen □ □ □ ■ □ □
- 2) Gehört zu jedem Lambraten □ □ ■ □ □ □ □ □
- 3) Den Berg teilen wir mit Freiburg □ □ □ □ ■ □ □ □ □ □ □ □
- 4) Münstertal ist heute keine Stadt, sondern eine ... □ □ □ □ □ □ ■ □
- 5) Schmeckt besonders intensiv vom Hinterwälder Rind □ □ □ ■ □ □ □ □ □ □ □ □ □ □
- 6) Einen seltsamen Namen hat der Fluss im Münstertal □ □ ■ □ □ □ □ □ □ □
- 7) Dieser Apostel bewacht das Portal unserer Pfarrkirche □ □ □ ■ □ □
- 8) So hieß Münstertal zu der Zeit, als es noch Stadt war (Ü = UE)? □ □ □ □ □ ■ □ □

ZU GEWINNEN GIBT ES

1x Gutschein im Wert von **EUR 50,-** von der Fa. Sutter-Reisen

2x Exklusive Führung durch St. Trudpert mit anschließendem Kaffeetrinken im Café Kreuz

Schreiben Sie das Lösungswort auf eine Postkarte. Senden Sie diese Postkarte mit Name, Anschrift und Telefonnummer oder E-Mail-Adresse bis spätestens 7. Juli 2017 an (es gilt der Poststempel):

Michael Maluck, Kreissenorenrat B.-W., Schwarzwaldstraße 19, 79206 Breisach

Die Gewinner werden benachrichtigt und in der nächsten Ausgabe des SeniorenForum sowie unter www.ksr-breisgau-hochschwarzwald.de veröffentlicht.

HERZLICHEN GLÜCKWUNSCH

Das Lösungswort der letzten Ausgabe war: **ORCHIDEE**

1x Gutschein der „Kläsles Gastronomie“ in Breisach ging an:

Helmut Rinklin, Eichstetten

Jeweils 1x Verzehrgutschein der Gaststätte „Zur Lilie“ im Liliental, Ihringen ging an:

Agnes Haury, Lenzkirch und Egon Wetzel, Neuenburg



Das DRK zum Drücken nah - DRK-HausNotruf / Mobilruf

- Sicherheit auf Knopfdruck
- Schnelle Hilfe rund um die Uhr
- Kompetente Ansprechpartner



Häuslicher Pflegedienst

- Grund- und Behandlungspflege
- Information, Beratung und Schulung
- Betreuungs- und Entlastungsleistungen
- Zugelassen für alle Kassen



Info: DRK-Kreisverband Freiburg e.V.
Tel.: 07 61/8 85 08-6 82 Mail: info@drk-freiburg.de

oder DRK-Kreisverband Müllheim e.V.
Tel.: 0 76 31/18 05-35 Mail: info@kv-muellheim.drk.de

www.drk-freiburg.de
www.kv-muellheim.drk.de



Das Leben kann so schön sein!

Manchmal bedarf es nur ein bisschen zusätzlicher Unterstützung. – Die GEVITA ist für Sie da und steht Ihnen zur Seite.

Unsere qualifizierten Mitarbeiter helfen Ihnen

- ▶ in der Pflege sowie im Haushalt
- ▶ bei Ihnen Zuhause oder als Bewohner unserer Residenz
- ▶ bei Tag und auch bei Nacht
- ▶ für kurze Zeit oder auf Dauer
- ▶ egal ob mit oder ohne Pflegestufe

GEVITA
RESIDENZ MÜLLHEIM

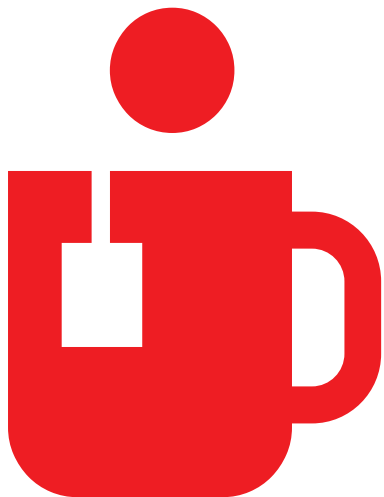


Rufen Sie uns an oder besuchen Sie uns auf unserer Homepage www.gevita.de

GEVITA RESIDENZ Müllheim ● Am Pfannenstiel 30 ● 79379 Müllheim ● Tel. 07631/184-0
Anerkannt für die Fachausbildungen zur Altenpflege, Bundesfreiwilligendienst und Freiwilliges soziales Jahr



Gelassen ist einfach.



[sparkasse-freiburg.de](https://www.sparkasse-freiburg.de)
[sparkasse-markgraeflerland.de](https://www.sparkasse-markgraeflerland.de)
[sparkasse-staufen-breisach.de](https://www.sparkasse-staufen-breisach.de)
[spk-hsw.de](https://www.spk-hsw.de)

Wenn man Finanzgeschäfte
jederzeit und überall
erledigen kann.

Mit Online-Banking.

Wenn's um Geld geht 