

Raphaelblättle Juli 2019

Seniorenzentrum St. Raphael Titisee-Neustadt

Sonderausgabe Sommer-Ferien-Woche

Bilder und Geschichten
von großen und kleinen
Heldinnen, Helden &
Heim@Helden ...



Das Herz am rechten Fleck!

Nora Saier aus St. Märgen spendet Zeit

Es ist zum Glück auch in der heutigen Zeit (noch) nicht (völlig) ungewöhnlich, dass junge Menschen sich für die Älteren engagieren. Die 11jährige Nora Saier aus St. Märgen hat uns dann doch einigermaßen mit Ihrem großen Wunsch überrascht....

Bereits im vergangenen Jahr, als Nora ihren Weißen Sonntag feierte und dabei auch Geld geschenkt bekam, fasste sie einen Gedanken: Mit einem Teil des Geldes wollte sie etwas Gutes tun und dachte sofort an ältere Menschen – und von da war es gedanklich für sie wohl nicht mehr weit bis zum St. Raphael, da sie unsere Regina Löffler, die ebenfalls aus St. Märgen kommt, gut kennt.

Jedenfalls hätte Sie die Hälfte des Geldes gerne an´s Raphael gestiftet – doch da hat Regina Löffler – zum Glück – beherzt eingegriffen, denn sie war der Meinung, dass Nora ihre Kröten gut zusammenhalten sollte. Man weiß ja nie, wofür man es eines Tages gebrauchen kann. Statt Geld hat uns Nora „Zeit gespendet“ und die Bewirtung unserer Bewohner*innen beim Auftritt des Zirkus Bravissimo mitbetreut. Sie hat süße Teller gerichtet, Knabber-Gebäck verteilt, Saft und Bowle eingeschenkt und mit ihrer positiven Ausstrahlung viele Lächeln in die Gesichter unserer Bewohner*innen gezaubert.

Zum Abschied überreichte sie dem Chef noch einen bleibenden Gruß – eine hübsche stattliche Palme, die ab sofort im 4. OG zur Verschönerung beiträgt. Denn dort wohnen die meisten St. Märgemer. Beeindruckt von so viel Herz hoffen wir nun fest darauf, dass Nora noch viele Erstkommunionen feiert und eines Tages mal Chefin vom Raphael wird...

Wir bedanken uns ganz herzlich bei ihr und ihrer Mutter Bettina Saier, die an diesem Tag auch geholfen hat. Unser Dank gilt auch allen helfenden Händen, besonders den Ehrenamtlichen, Praktikanten, Guten Geistern, den Sonnen-Göttern für ihre Einsätze und das knappste aller heutigen Güter: die Zeit!

Ihre Redaktion



INHALTSVERZEICHNIS

Das Herz am rechten Fleck	02
Inhaltsverzeichnis, Impressum	03
Neue Bewohnerinnen und Bewohner	03
Geburtstage	04
Wir nehmen Abschied	05
Kalenderblatt	06
Gesund im Juli	08
Feldlerche – Der Vogel des Jahres	09
Ja mir warn mit m Radl da	10
Schritt-Zähler-Aktion	11
Schützen-Heldinnen	12
Sommer-Ferien-Woche	13
Rätsel	16
Gottesdienste Veranstaltungen Termine	20

Wir begrüßen ganz herzlich die neuen Bewohner und Bewohnerinnen, die Gäste der Tagespflege, die Menschen in den Hangenwiesn und im Felsele, die Kunden des Pflegeservices, die Café-Besucher und natürlich alle, die hier ins Haus kommen... diesmal mit einem Mannschaftsfoto, das am Sommerfest-Sonntag entstanden ist. Sie sehen zahlreiche Mitarbeiter*innen dort stehen wo früher die Café-Theke stand...

Impressum Raphaelblättle
Interne Hauszeitung vom
Seniorenzentrum St. Raphael
Schottenbühlstraße 70
79822 Titisee-Neustadt
07651/499-0
Redaktion beim Sozialdienst
sozialdienst@st-raphael.de
www.raphaelblättle.titisee-neustadt.de
Erscheint monatlich
Auflage 300 plus x



Die Glückwünsche des Hauses werden den Juli-Geburtstagskindern von vier frischgebackenen Alltagsbegleiterinnen überbracht. Von links: Berta Meier, Ellen Faller, Antje Walter und Dorothea Wehrle.

Die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter gratulieren den Geburtstagskindern ganz herzlich und wünschen ein sonniges neues Lebensjahr mit vielen unterhaltsamen Stunden, erfrischenden Begegnungen und den regelmäßigen Besuch von Blumenmädchen ;-)

Natürlich gratulieren wir auch alle ganz herzlich zur bestandenen Prüfung.
IHR SEID SPITZE!



- 05.07. Heinz Bitterlich,
Hubert Knöpfle
- 07.07. Max Meitzner
- 09.07. Rita Hug
- 15.07. Maria Moritz
- 16.07. Rudolf Rendler
- 19.07. Anna Hermann,
Helmut Hilpert
- 23.07. Hedwig Walden
- 31.07. Hans Alfred Wischnewski

Die Bewohnerinnen und Bewohner, die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter nehmen Abschied von

Wilhelm Heilbock
22.11.1927 - 03.06.2019

Waltraud Modispacher
03.08.1921 - 26.06.2019

Otmar Kohler
16.12.1928 - 04.06.2019

Berner Straub
18.09.1924 - 27.06.2019

Waltraud Tritschler
06.02.1945 - 07.06.2019

Erika Löffler
25.01.1944 - 30.06.2019

Richard Herrmann
01.10.1928 - 15.06.2019

Maria Rader
09.11.1927 - 04.07.2019

Magdalena Kindermann
15.08.1931 - 17.06.2019

Egon Klausmann
19.04.1927 - 13.07.2019

Magdalena Reiswich
19.06.1928 - 22.06.2019

Hilda Albrecht
12.06.1932 - 23.06.2019

Wo das Dunkel droht
steht immer auch ein Engel
der die Finsternis vor dir zerteilt
sodass sie endet



Es ist leicht das Leben schwer zu nehmen und es ist schwer das Leben leicht zu nehmen.

Erich Kästner

Kalenderblatt Juli 2019

Mo	Di	Mi	Do	Fr	Sa	So
1	2	3	4	5	6	<u>7</u>
8	9	10	11	12	13	<u>14</u>
15	16	17	18	19	20	<u>21</u>
22	23	24	25	26	27	<u>28</u>
29	30	31				

Im Juli erreicht der Sommer seinen Höhepunkt. Oft ist es über mehrere Wochen hinweg sehr sonnig und trocken. Die Temperaturen sind hoch; manchmal ist das Wetter jetzt so heiß, dass wir es kaum ertragen können. Das war anders, als wir noch Kinder waren.

Damals konnte es uns gar nicht warm genug sein! Wir spielten den ganzen Tag über draußen im Garten, auf den Straßen und zwischen den Feldern. Wir gründeten Banden und spielten Indianer. Dazwischen schwammen wir im Fluss oder hielten ein leckeres Picknick auf der Wiese.

Ja, so energiegeladen sind wir heute nicht mehr. Aber es ist noch immer ein Genuss, an einem schönen Juli-Tag draußen zu sitzen. Die Pflanzen um uns herum stehen in voller Pracht. Bienen und Schmetterlinge summen durch die Luft. Man kann so viel beobachten! Und mit einem leckeren Eis in der Hand ist auch die Hitze leichter zu ertragen.

Berühmte Geburtstagskinder

Angela Merkel feiert am 17. Juli ihren 65. Geburtstag. Unsere Bundeskanzlerin wurde 1954 geboren.

Der Schweizer Dichter Gottfried Keller kam am 19. Juli 1819 zur Welt. Das war vor 200 Jahren. Eines seiner berühmtesten Werke ist die Novelle "Kleider machen Leute".

Erntemonat Juli

Im Juli wird traditionellerweise die Heuernte eingebracht. Deshalb trug dieser Monat auch den alten deutschen Namen "Heumonat". Erinnern Sie sich noch an die Heuberger auf den alten Holzwagen? An den herrlichen frischen Duft?

Der Juli ist darüber hinaus auch Erntezeitpunkt für viele leckere Früchte, z.B. Kirschen und Beeren. Eine ideale Gelegenheit, um einen Kuchen zu backen!

Tiere im Juli

Störche kommen im Juni zur Welt. Im Juli sind die "Küken" groß genug, um mit ihren Flugübungen zu beginnen. Blicken Sie einmal zum Himmel: Vielleicht erspähen Sie dort eine Storchenfamilie, die gemeinsam zur Futtersuche fliegt.

Rückblick: Heute vor 65 Jahren

Am 4. Juli 1954 ereignete sich das "Wunder von Bern": Die deutschen Fußballer gewannen das Finale der WM! Niemand hatte damit gerechnet, dass sie so weit kommen würden. Sie waren als Außenseiter abgetan worden. Aber mit 3:2 sicherten sie sich den Sieg gegen die Favoriten aus Ungarn!

Sternzeichen / Tierkreiszeichen



Bauernregeln

Juli kühl und nass, leere Scheunen - leeres Fass.

Im Juli muss vor Hitze braten, was im September soll geraten.

Gesund im Juli: Schwere Beine – was tun?

Die Älteren können leider ein Lied davon singen, nämlich dass ihnen die Sommerhitze quasi in die Beine fährt. Auf unseren Beinen lastet wie in einer Säule das Blut aus unserem Körper und zwar 5 bis 6 Liter, die immer wieder von unten nach oben zurück transportiert werden müssen. Das ist Schwerarbeit für Muskeln und Venen, die sich mit den Jahren spürbar bemerkbar macht. Am Morgen, nach dem Liegen im Bett, geht es noch. Da fühlen sich die Füße und Beine noch ausgeruht und im Gleichgewicht, aber das ändert sich im Laufe des Tages, besonders in der Hitze des Hochsommers. Da sammelt sich das Blut gern in den Beinen und verursacht ein unangenehmes Druckgefühl.

Gegen Abend dann haben sich die Venen durch Blutdruck und Wärme so erweitert, dass sie anschwellen und schmerzen. Auch wenn die Hitze uns müde und schlapp macht, müssen wir in die Bewegung kommen, um den Beinen und Venen zu helfen. Es muss kein Marathon sein, es gibt ein paar einfache Übungen, die das Blut wieder in Schwung bringen und den weiteren Abtransport anspornen. Zum Beispiel können Sie im Sitzen die Beine vorstrecken und dann abwechselnd mit den rechten und linken Zehen wackeln, oder sie spreizen. Das kann man beim Zeitung lesen oder sogar beim Mittagessen unauffällig unter dem Esstisch machen.

Hilfreich ist auch, wenn man ab und zu auf Schuhe verzichtet und barfuß geht. Das bringt die Füße und das Blut auf Trapp und stärkt gleichzeitig Muskeln und Venen. Wenn möglich, bewegen Sie sich, bleiben Sie nicht zu lange im Sitzen. Überlegen Sie sich welche Strecken Sie gut zu Fuß bewältigen können, aber seien Sie achtsam: überfordern Sie sich nicht, fangen Sie mit kleinen Wegen an, holen Sie sich eine Begleitung, wenn Sie nicht sicher auf den Beinen sind. Ist Ihre Beweglichkeit schon eingeschränkt helfen kalte Wadenwickel und die Füße hochlegen. Denken Sie auch daran, dass geschwollene Füße und Beine ein Zeichen für eine Herz- oder Nierenerkrankung sein können. Das muss von einem Arzt geprüft werden.

Vogel des Jahrs 2019: Die musikalische Feldlerche

Bereits im Jahr 1998 war die Feldlerche zum Vogel des Jahres ernannt. In der Zwischenzeit hat sich ihr Bestand bedrohlich verkleinert, so dass die Naturschutzorganisation Nabu ein zweites Mal zu ihrem Schutz ausruft. Der wunderbare Gesang der Lerche hat schon viele Dichter dazu gebracht ihm zu huldigen. Besonders in den ruhigen Stunden der Morgen- und Abenddämmerung ist sie gut zu hören: trillernde und zirpende Laute kommen in schneller Reihenfolge aus ihrem Schnabel und beginnen sofort wieder von Neuem. Früher kannte man ihren Gesang noch gut und ließ sich in ländlichen Gegenden bei offenem Fenster im Frühling und im Sommer gern von ihr wecken.

Heute ist ihr Bestand dezimiert und vom Aussterben bedroht. Die Feldlerche ist eine Lerchenart, die hauptsächlich auf Wiesen, Weiden und Feldern zu Hause ist. Doch die intensive



Nutzung der Landwirtschaft macht ihr das Leben schwer. Zu dicht stehende Getreidehalme verhindern, dass sie ihre typischen Bodennester bauen kann, auch macht man ihr so das Suchen und Finden von Insekten auf dem Ackerboden fast unmöglich. Damit die Lerche sich wieder in unserer Landschaft wohl fühlen kann und sich wieder vermehrt, müssen bessere Lebensbedingungen für sie geschaffen werden. Zum Beispiel durch den verringerten Einsatz von Pestiziden in der Landwirtschaft und das Ausweisen von mehr Brachflächen, die sie für sich und ihre Brut artgerecht nutzen kann.

Die Nabu will mit ihrer Deklaration erreichen, dass die Feldlerche wieder mehr ins Bewusstsein der Menschen kommt und die Politik bei uns und in Europa aufrütteln wieder mehr für den Erhalt der Feldlerche zu tun – bevor es zu spät ist.

Ja, mir warn mit `m´ Radl da...

Gesundes St. Raphael - Radtour mit Erfrischung!



Hätten wir am 04. Juni gewusst, wie heiß es vom vom 24. bis 27. Juni werden wird, hätten wir gesagt, so heiß war`s ja gar nicht. Da wir es aber nicht wussten, haben wir `s aber nicht gesagt – äh, alles klar?

Also von vorn: 2019 steht für Mitarbeitende des St. Raphael unter dem Motto `Gesundes St. Raphael´. Die Härten der Hauswirtschafts-, Betreuungs- und Pflegeberufes ollen durch verschiedene Angebote etwas gelindert werden. Natürlich arbeiten bei uns auch beispielsweise Frauen, die sagen, dass verglichen mit den Härten einer Ehe ist der Pflegeberuf ein Spaziergang, doch hat dieses Argument zB bei der Berufsgenossenschaft kein Gewicht.

Also veranstalten und organisieren wir viele gesunde Angebote; eines davon lautete am 04.Juni: Radtour mit Picknick mit dem Chef. Ein harter Kern hat sich bei (nur) 25 Grad im Schatten auf den Weg zum idyllischen Mathsileweiher im Hinterzartermer Wald gemacht. Über Titisee, Bruderhalde und Mathislehof ging es hin, und über Titisee, Neubierhäusle und Hölzlebruck wieder zurück. Mit und ohne E-Bike, mit mehr und weniger Luft in den Reifen, mit guten Gesprächen und herrlichen Ausblicken sowie etlichen Höhenmetern war es eine herrliche Tour. Picknick am See, Nacktbaden im kühlen Nass (leider keine Fotos dazu!) und die Begegnung mit einer jungen Dame, die gerade die Leichtigkeit des bestandenen Abis genoss, bildeten den weiteren Rahmen. Schön war´s, und einig waren wir uns: nächstes Jahr wieder, dann mit Foto! Ihre Radsportgruppe St. Raphael

Schritt-Zähler-Aktion: Lauf! Held! Lauf!



1. **Dreamteam:** 1.027.747 (bestehend aus: Corinna Hättich, Sonja Kast, Bernadette Rieple, Bozena-Sofia Stolz, Rebecca Wangler)
2. **Laufbereitschaft High:** 873.260 (bestehend aus: Lisa Bachmann, Katja Becker, Kathrin Giese, Franz Christian Schubert, Cornelia Wirbser)
3. **Auch namenlos grandios:** 828.012 (bestehend aus: Hagos Atobrhan Mehari, Doris Fesenmeier, Marijana Kapetanovic, Annette Scherzinger, Belinda Pfisterer, Marina Wolske)
4. **The Walking Office:** 736.361 (bestehend aus: Sylvana Bauer, Julia Curia, Sabine Killig, Marco Kuhn-Schönbeck, Helmut Riegger, Silvia Schnettelker, Lucia Schmidlin)
5. **Sohlenkiller:** 722.423 (bestehend aus: Melanie Biehler, Miriam Carle, Robin Dorer, Natalya Golovazki, Barbara Keim, Rita Konings, Marion Stich)
6. **Turboschnecken:** 689.354 (bestehend aus: Tatjana Jaschnikow, Sylvia Marquard, Rita Ketterer, Anette Kleiser, Walburga Weber, Erna Wehrle)
7. **Die CaFra's:** 672.337 (bestehend aus: Martin Böcke, Susanne Bombardi, Franziska Faller, Regina Löffler, Paul Kelm, Dirk Schuhmann, Sandra Ücker)
8. **THE CLEANERS:** 511.343 (bestehend aus: Olga Erfordt, Roswitha Fritz, Nicole Kornell-Bröde, Elena Slawioglow, Sabrina Stuhlfauth)

Das war SPITZE! Überaus beeindruckende Leistungen aller Teams!
Nächstes Jahr wieder!?!

Silvia Schnettelker, Qualitätsmanagementbeauftragte

Schützen-Heldinnen



So präzise wie Franziska Faller die Pokalsammlung arrangiert, so schießen die Damen - und inzwischen einige Herren - auch. Und das seit 1989 also 30 Jahre. Gratulation zum ersten Pokal der Oldtimer-Status erreicht.

Im Zuge des Café-Umbaus mussten einige Trophäen weichen. Wanderpokale und besondere Stücke sind noch immer im Mitarbeiterraum zu bewundern.



30.06.-07.07. Sommer-Ferien-Woche 2019



Worte
sparen
😊

Bilder
reden
😊

Danke für jede Hand die zum Gelingen dieser schönen Tage beigetragen hat!



Sommer-Ferien-Woche 2019





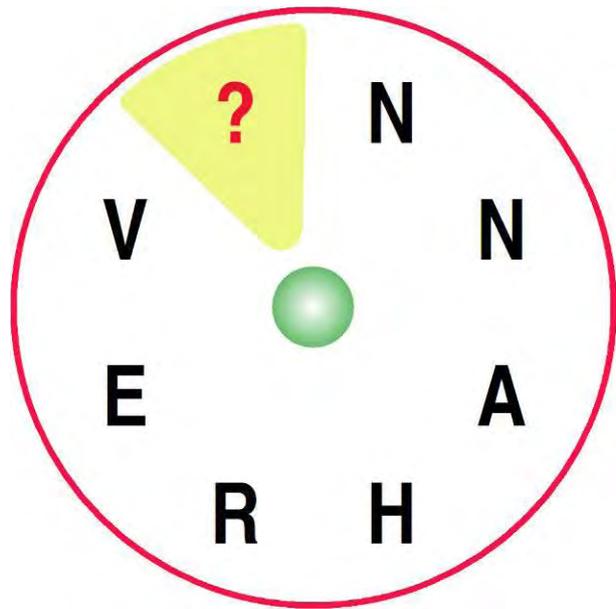
Rätsel

Wortrad

Das Fragezeichen muss durch einen Buchstaben ersetzt werden, damit ein sinnvoller Begriff (im oder gegen den Uhrzeigersinn) entsteht.

Hinweis zur Lösung:

Stadt in Niedersachsen



Brückenwörter

Die folgenden Wörter sind einzufügen: BUCH, FROSCHE, FUNK, GEIST, GESETZ, HAUS, HOLZ, SCHLAG, TRAUM, ABEND

BALL												ANZUG
WASSER												KOENIG
GARTEN												FLUR
JAHR												DRUCK
RUND												TURM
GRUND												WIDRIG
WUNSCH												BILD
NIEDER												RAHM
EBEN												KOHLE
KLEIN												REICH

Hinweis zur Lösung (senkrecht): Werbeschrift, Reklame

Kreuzworträtsel

Leben- digkeit	indones. Name für Neu- guinea	Hostien- teller	▼	▼	spani- scher Ausruf	Arbeits- gruppe (engl.)	eine Kultur- technik	▼	agieren
▶	▼					▼		○ 7	▼
▶					englisch: drei		An- rufung Gottes		
Feld- ertrag		Sitz- bade- becken		konfe- rieren	▶		○ 1		
Gewicht verlieren	▶	▼	○ 6						erziehe- rische Härte
▶				Garten- blume		US- Schau- spieler + (Errol)		Kugel- spiel, Bowling	▼
Teil des Beins	Zwei- master	○ 4	kaputt	▶		▼		▼	
Gefäß	▶	▼		○ 2					
▶	○ 3		göttliche Wesen der chin. Religion		verrückt		deutsche Vorsilbe	▶	
franzö- sisch, englisch: Kunst		tönen	▶		○ 5				
zen- trales Nerven- system	▶						Abk.: Land- gericht	▶	
Aas- vogel	▶					franzö- sischer unbest. Artikel		○ 8	

1	2	3	4	5	6	7	8
---	---	---	---	---	---	---	---

Hinweis zum Lösungswort: VORHANG

Wir raten prominente Fußballer:

- Er war dabei – damals im Juli 1954.
- Geboren wurde er im Jahr 1919 in der Stadt Duisburg im Ruhrpott.
- Er war ein so genanntes „Arbeiterkind“.
- Schon mit 10 Jahren fing er an Fußball zu spielen.
- Während des 2. Weltkriegs erlitt er eine schwere Kopfverletzung.
- Nach Kriegsende spielte er 1950 bei Fortuna Düsseldorf.
- Seine Aufgabe war das Halten der Bälle.
- Er starb nach langer schwerer Krankheit 1984 im Alter von 65 Jahren.

Wer war's?

Toni Turek

Toni (Anton) Turek zeigte schon früh eine Begabung und Leidenschaft für den Fußball, aber erst einmal erlernte er das Bäcker-Handwerk. Nach Krieg und Gefangenschaft nahm er zwischen 1950 und 54 an 20 Länderspielen teil. Sein besonderes Talent war sein hervorragendes Einschätzungsvermögen. Oft verfehlten die Bälle nur knapp sein Tor. Er aber hatte sich nicht gerührt, sondern stand gelassen da und wartete ab, dass der Ball vorbeiflog. Turek arbeitete als Angestellter bei der Rheinischen Bahngesellschaft, um sich und seine Familie zu ernähren. Bei seinem Arbeitgeber musste er sich für die Teilnahme an der Fußballweltmeisterschaft 1954 Sonderurlaub genehmigen lassen. In der Tat hatte er in der 1. Halbzeit ein Tor der Ungarn durch seinen Leichtsinns zu verantworten. Danach riss er sich zusammen, konzentrierte sich und machte durch waghalsige Paraden von sich Reden. In Düsseldorf wurde er nach dem Sieg mit einem Triumphmarsch geehrt. 1956 beendete er seine Fußballkarriere. Als Torhüter war er zu einer Fußballlegende geworden.

Auflösung Kreuzworträtsel

	S			A	T	
S	T	A	U	D	A	M
	A	I		A	N	K
A	R	A		M	K	I
			K		R	E
	E	I	N		E	L
	D	R	E	S	D	E
V	E	R	S	O		U
	R		S	U		S
	L	E	E		B	I
	E	N	T		A	S

Auflösung: Wir raten alte Berufe:

DER KNECHT

Lösungswort Kreuzworträtsel: KAMERAMANN

Auflösung: Städte raten

EIFELTURM		PARIS
GEDÄCHTNISKIRCHE		BERLIN
MARKUSPLATZ		VENEDIG
BAVARIA		MÜNCHEN
KLEINE MEERJUNGFRAU		KOPENHAGEN
FORUM ROMANUM		ROM
BUCKINGHAM PALACE		LONDON
ELBPHILHARMONIE		HAMBURG
GOLDENER REITER		DRESDEN

[Nach dem Sommer-Ferien-Programm - ist vor dem Spät-Sommer-Programm...](#)

Mi. 17.07. 16:00 h Altenwerk-Gottesdienst in der Kapelle

Do. 18.07. 16:00 h KINO, Medienraum, 5. OG

So. 21.07. 9:30 h katholischer Gottesdienst

So. 21.07. gegen 14:30 h Besuch des Pfarrfestes in Neustadt

Mi. 24.07. JugendMusikSchule

Gitarrenkonzert 16:30 – 17:30 im Großen Saal

Do. 25.07. 16:00 h Kino, Medienraum, 5. OG

Fr. 26.07. in der KAPELLE 18:30 – 19:30

COVERBROTHERS LIVE IN KONZERT

Das Abendessen kommt an diesem Tag früher auf die Stationen

29. Juli – 02. August: Abenteuer-Traum-Job-Veranstaltung im Hause

**So. 11.08. Männergesangverein Breitnau gibt von
10:30 – 11:30 ein KONZERT in der KAPELLE**

Und begleitet möglicherweise den Gottesdienst um 9:30

Fr. 16.08. Mundharmonika-Konzert in der Kapelle 16-17 h

Sa. 31.08. Lobpreisabend

**So. 08. Sept. Konzert mit Trio PANDER 16:30-17:30 in der
Kapelle**

So. 15. Sept. BÜRGERFEST rund um St. Raphael

Mi 09. Okt. GESUNDHEITSTAG

Di. 17. Dezember: Advents-Abend am Rathaus Neustadt ab 17h

**Bewirtung: Förderverein St. Raphael & Konzert: Schwarzwälder-Gospel-Singers
24.12. Weihnachten ☺**