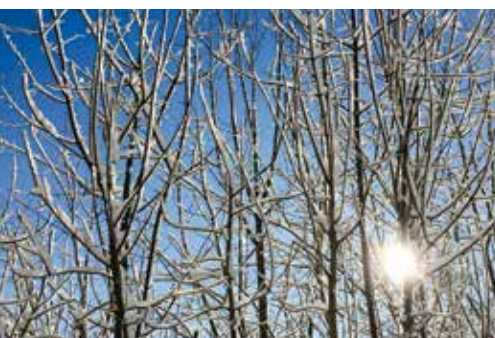


## Egon-Reinert-Haus – Wochenprogramm

Montag	9.45 – 10.15 Uhr	„Fit und Vital im Alter“: Gymnastikangebot für mobile Senioren, welche Spaß und Freude an aktivem Bewegungs- und Gleichgewichtstraining haben
	10.30 – 11.00 Uhr	„Fit und Vital mit Handicap“: Gymnastikangebote für Senioren mit teilweise eingeschränkter Mobilität. Bestehende Fähigkeiten und die körperliche Fitness werden gestärkt und erhalten
	14.30 – 15.15 Uhr 15.15 – 16.00 Uhr	Sportliche Betätigung mit dem Athletik- und Gesundheitsteam „Hager“ im Fitnessstudio
alle 14 Tage	15.00 – 16.00 Uhr	Videotelefonie über Skype <i>Anmeldung bitte an der Rezeption</i>
Dienstag	9.30 – 11.30 Uhr	Fahrgelegenheit in den Saarbasar Saarbrücken zum Einkaufen ( <i>kostenpflichtig</i> ) – <i>Anmeldung bitte an der Rezeption</i>
	10.00 Uhr	Sprechstunde mit MitarbeiterInnen der Sparkasse Saarbrücken
	15.00 Uhr	Lese- und Literaturkreis mit Heiner Lenthe im Clubraum
jeden zweiten Mittwoch im Monat	10.00 – 12.00 Uhr	Individuelle Beratung durch Ihre Gastronomiefachkraft
jeden vierten Mittwoch im Monat	15.00 Uhr	Gesprächskreis in gemütlicher Runde im Café mit dem Stiftsbeirat
Donnerstag	9.45 – 10.15 Uhr	„Fit und Vital im Alter“: Gymnastikangebot für mobile Senioren, welche Spaß und Freude an aktivem Bewegungs- und Gleichgewichtstraining haben
	10.30 – 11.00 Uhr	„Fit und Vital mit Handicap“: Gymnastikangebote für Senioren mit teilweise eingeschränkter Mobilität. Bestehende Fähigkeiten und die körperliche Fitness werden gestärkt und erhalten
Freitag	9.15 – 10.00 Uhr	Senioren-gymnastik mit Gisela Scheer im Saal
	10.15 – 11.00 Uhr	
	15.00 Uhr	Apothekensprechstunde mit der Apotheke am Zoo
	15.00 – 16.00 Uhr	Kaffeeklatsch mit selbstgebackenen Kuchen für die Tagesbetreuung
Täglich	8.20 – 13.00 Uhr	Tagesbetreuung
	14.15 – 19.20 Uhr	



Im Rahmen der Vollverpflegung, d. h. Frühstück, Mittagessen und Abendbrot, sorgen Lebensmittel, Rezepturen und Zubereitung in der Linie „Fit im Alter“ für eine optimale Versorgung mit den wichtigsten Vitaminen, Mineralstoffen und Spurenelementen.

So kann jeder Senior und jede Seniorin bewusst und aktiv etwas für die Gesundheit tun. Und natürlich kann man bei der reichhaltigen Auswahl im Speiseplan auch mal davon abweichen, denn Vielfalt und Auswahl spielen im reichhaltigen Speisenangebot der Stiftung eine wichtige Rolle.

### Individuelle Beratung durch eine Ökotrophologin

Marika Deumert, Stabsstelle Gastronomie und Ökotrophologin bei der Stiftung, ist die versierte Ansprechpartnerin für alle Fragen rund um das Thema Ernährung: zum Ernährungsstandard der DGE e.V. – beispielsweise bei der Zusammenstellung von Frühstück oder Abendbrot, ebenso wie zu Allergien, Unverträglichkeiten oder Diäten.

Sie berät BewohnerInnen und Gäste jederzeit ganz individuell und gibt passende Empfehlung bei der Speisenauswahl. Nutzen Sie das Beratungsangebot und probieren Sie die DGE-Linie mit Frühstück und Abendbrot.

## Besonderer Festakt anlässlich des 100. Geburtstages von Dr. Joachim Gräff

Am 14.12.2017 feierte Dr. Joachim Gräff seinen 100. Geburtstag im Wohnstift Reppersberg.

Engeladen hatte die Stiftung Saarbrücker Altenwohnstift zusammen mit dem Paritätischen Wohlfahrtsverband Saarland/Rheinland Pfalz.

Der Jubilar ist seit 1982 beim Saarbrücker Altenwohnstift ehrenamtlich in den Gremien tätig, inzwischen ist er Ehrenmitglied. Beim Paritätischen war Dr. Gräff von 1989 bis 1993 Vorsitzender, anschließend bis 2005 Vizevorsitzender und seitdem Ehrenvorsitzender. Vor fünf Jahren war Dr. Gräff in ein attraktives Appartement im Wohnstift Reppersberg eingezogen und genießt seitdem die Vorzüge und den Service des Stiftswohnens.

### IMPRESSUM

**Stiftung Saarbrücker Altenwohnstift**  
Königsberger Straße 43, 66121 Saarbrücken  
Tel. 0681 8107-0, Fax 0681 8107-904  
saarbruecker-altenwohnstift@t-online.de  
www.saarbruecker-altenwohnstift.de

**Vorstand:**  
Astrid Koch und Jürgen Schumacher

### Die Stiftung ist Träger der Häuser:

**Egon-Reinert-Haus**  
Königsberger Straße 43, 66121 Saarbrücken  
Tel. 0681 8107-0, Fax 0681 8107-904

**Wohnstift Reppersberg**  
Nussbergterrasse 10, 66119 Saarbrücken  
Tel. 0681 5009-0, Fax 0681 5009-922

**Verantwortlich für den Inhalt:**  
Astrid Koch und Jürgen Schumacher



Neben dem Gesundheitsaspekt steht auch für Marika Deumert der Geschmack im Zentrum- Essen soll Freude bringen und vor allem lecker schmecken.

Das Angebot „Fit im Alter“ nach der DGE e.V. passt also auch für sie zum Gesamtkonzept einer Top-Gastronomie, wie es Konzept und Anspruch der Stiftung Saarbrücker Altenwohnstift ist.

Guten Appetit – und bleiben Sie „Fit im Alter“ – mit Gesundem Essen nach dem DGE-Ernährungsstandard in den Wohnstiften der Stiftung Saarbrücker Altenwohnstift.



Jürgen Schumacher – Vorstand Stiftung Saarbrücker Altenwohnstift, Charlotte Britz – Oberbürgermeisterin, Dr. Joachim Gräff, Monika Bachmann – Ministerin für Soziales, Gesundheit, Frauen und Familie, Astrid Koch – Vorstand Stiftung Saarbrücker Altenwohnstift

Viele illustre Gäste waren neben zahlreichen Familienmitgliedern gekommen, selbstverständlich auch einige Mitglieder aus der Stiftungsversammlung und feierten mit Joachim Gräff, der selbst guter Laune war und mit all seinen Gästen entspannt plauderte.

Sozialministerin Monika Bachmann – im Ministerium hatte Dr. Gräff als Ministerialdirigent bis zu seiner Pensionierung gearbeitet – Oberbürgermeisterin Charlotte Britz, Wolfgang Krause und Prof. Reiner Feth für den Paritätischen und die Stiftung

würdigten die besonderen Verdienste in vielen Ehrenämtern mit teilweise sehr persönlichen Worten.

Nach der Feierstunde wurden die vielen Gäste von dem ausgezeichneten Service und der Gastronomie des Wohnstift Reppersberg aufs Beste mit einem Buffet verwöhnt, bis vor allem diejenige, die zum ersten Mal im Wohnstift zu Besuch waren, mehr als staunen ließen.

**Wir gratulieren Dr. Joachim Gräff erneut herzlich und wünschen alles Gute.**

Jürgen Schumacher/Astrid Koch

## Veranstaltungskalender Egon-Reinert-Haus Wohnstift Reppersberg

# Februar 2018

## Gesund ernährt – mit dem Ernährungsstandard „Fit im Alter“ der Deutschen Gesellschaft für Ernährung DGE e.V.

### Top- Gastronomie

Leckerer Essen, perfekter Service und ein besonderes Ambiente. Die Top-Gastronomie im Wohnstift Reppersberg und im Egon-Reinert-Haus ist ein Stück Lebensqualität – jeden Tag bei der Speisenauswahl und bei den vielen gastronomischen Events.

„Unsere Gastronomie bedeutet Lebensfreude, Qualität und Genuss“, so die beiden Vorstände Jürgen Schumacher und Astrid Koch. „Dabei wollen wir Geschmack, Qualität und Gesund verwirklichen – zur Zufriedenheit unserer Bewohner und Gäste.“

### Abwechslung und Auswahl

Eine ausgewogene, vollwertige Ernährung ist die Basisformel für den Erhalt von Wohlbefinden und Gesundheit. Frische, sorgfältig ausgewählte Zutaten, fachgerechte und schonende Zubereitung und viel Abwechslung umfassen das tägliche Angebot, das zudem jahreszeitlich ausgerichtet ist. Die Gastronomieleitungen mit ihren Teams gehen auch gerne auf individuelle Wünsche, Vorlieben und Abneigungen ein, die u. a. in regelmäßigen Gastromiesprechstunden mit den BewohnerInnen erfragt werden.

### Zertifizierte Qualität mit der DGE e.V.

Bereits 2006 erhielt die Stiftung die erste Auszeichnung für ihr innovatives Konzept im Bereich Ernährung. Seitdem wird die Gastronomie stetig weiter entwickelt.

Seit 2011 sind die beiden Wohnstifte mit dem Premiumzertifikat der Deutschen Gesellschaft für Ernährung DGE e.V. „Fit im Alter – Gesund essen, besser leben“, ausgezeichnet. Nach wie vor verfügt keine Senioreneinrichtung im Saarland über dieses hochwertige Qualitätssiegel. Die anspruchsvolle Zertifizierung durch externe Gutachter erfolgt jedes Jahr.



Die Deutsche Gesellschaft für Ernährung DGE e.V. ist die anerkannte staatliche Institution für sämtliche Fragen zum Thema Ernährung in Deutschland. Sie unterstützt die Forschung und Ernährungswissenschaft, informiert durch Publikationen und legt Maßstäbe für die Qualität fest. Sie liefert damit einen wichtigen Beitrag zur Gesundheit der Bevölkerung. Zentraler Baustein dabei sind die sog. Qualitätsstandards in der Gemeinschaftsverpflegung. Diese werden regelmäßig an die neuesten wissenschaftlichen Erkenntnisse angepasst und aktualisiert.

### Fit im Alter – Gesund essen, besser Leben

„Fit im Alter“ ist der Qualitätsstandard für die Seniorenverpflegung. Wer sich also entsprechend den Richtlinien des Standards ernährt – d. h. Speisen und Menüs auswählt, die in den Speiseplänen der Wohnstifte mit dem Logo versehen sind, weiß sich folglich mit Sicherheit gesund ernährt.



Gesund essen, besser leben.

Fasching in  
den Wohnstiften

Wohnstift Reppersberg  
Donnerstag, 08.02.2018

Egon-Reinert-Haus  
Montag, 12.02.2018



## Wohnstift Reppersberg – Veranstaltungen im Februar 2018

Donnerstag	01.02.2018	9.30 – 12.30 Uhr	optic – mobil Der Optiker kommt zu Ihnen!
Freitag	02.02.2018	10.30 Uhr	Heilige Messe gehalten von Pastor Anton Franziskus
Freitag	02.02.2018	15.00 Uhr	Gemeinsames Singen bekannter Lieder mit Karin Zimmerling
Donnerstag	08.02.2018	15.11 Uhr	Fasching im Wohnstift Buntes Programm sowie das „Stiftungsballett“ bei Kaffee und Berliner sowie anschließendem Imbiss Musikalische Umrahmung: Horst Irsch
Freitag	09.02.2018	10.30 Uhr	Evangelischer Gottesdienst gehalten von Dr. Thomas Bergholz
Freitag	09.02.2018	16.00 Uhr	Lese- und Literaturkreis mit Gudrun Müller
Mittwoch	14.02.2018	17.00 Uhr	Traditionelles Heringssessen Anmeldung bitte an der Rezeption (5 Euro pro Portion inkl. Getränk)
Freitag	16.02.2018	10.30 Uhr	Heilige Messe gehalten von Pastor Anton Franziskus
Montag	19.02.2018	15.00 Uhr	PC-Kurs im Clubraum
Dienstag	20.02.2018	15.00 – 15.30 Uhr	Sprechstunde mit der Bellevue-Apotheke im Clubraum
Mittwoch	21.02.2018	16.00 Uhr	Konzertreihe Studenten der Hochschule für Musik spielen Werke der Klassik
Freitag	23.02.2018	15.00 Uhr	Gemeinsames Singen bekannter Lieder mit Karin Zimmerling
Freitag	23.02.2018	16.00 Uhr	Lese- und Literaturkreis mit Gudrun Müller
Mittwoch	28.02.2018	16.00 Uhr	„Naturkatastrophen“ Lichtbildvortrag mit Dr. Karl-Heinz Fiedler

## Wohnstift Reppersberg – Wochenprogramm

Montag	9.30 – 11.00 Uhr 10.00 – 11.00 Uhr 11.00 – 11.45 Uhr 14.00 – 15.30 Uhr	Kreativgruppe mit Frau Schrauff in der Lounge Etage II „Fit im Alter“: Bewegungsübungen für mobile SeniorInnen (auch gerne mit Rollatoren) wir trainieren: Balance, Ausdauer, Kraft und Gleichgewicht „Fit trotz Handicap“ – Gymnastik für Rollstuhlfahrer wir trainieren: Kraft, Ausdauer und Gelenkigkeit unter Einbeziehung Ihres Hilfsmittels Live-Musik: musikalische Aktivierung in der stationären Pflege „Faschingslieder“
Dienstag	9.30 – 11.00 Uhr 10.00 – 11.00 Uhr 11.00 – 11.45 Uhr 14.00 – 15.30 Uhr 15.00 – 17.00 Uhr	Kreativgruppe mit Frau Schrauff in der Lounge Etage II „Fit im Alter“: Bewegungsübungen für mobile SeniorInnen (auch gerne mit Rollatoren) wir trainieren: Balance, Ausdauer, Kraft und Gleichgewicht „Fit trotz Handicap“ – Gymnastik für Rollstuhlfahrer wir trainieren: Kraft, Ausdauer und Gelenkigkeit unter Einbeziehung Ihres Hilfsmittels Männerstammtisch Etage I Handarbeitskreis in der Lounge Etage II
Mittwoch	9.30 – 11.00 Uhr 10.00 – 11.00 Uhr 10.00 – 11.00 Uhr 11.00 – 11.45 Uhr 14.00 – 15.30 Uhr 15.00 – 16.00 Uhr 17.00 Uhr 10.00 – 12.00 Uhr	Kreativgruppe mit Frau Schrauff in der Lounge Etage II Sprechstunde mit MitarbeiterInnen der Sparkasse Saarbrücken „Fit im Alter“: Bewegungsübungen für mobile SeniorInnen (auch gerne mit Rollatoren) wir trainieren: Balance, Ausdauer, Kraft und Gleichgewicht „Fit trotz Handicap“ – Gymnastik für Rollstuhlfahrer wir trainieren: Kraft, Ausdauer und Gelenkigkeit unter Einbeziehung Ihres Hilfsmittels Live-Musik: musikalische Aktivierung in der stationären Pflege Bewegungstraining im Freien am Aktionsparcours (bei gutem Wetter) Gebetsgruppe im Andachtsraum Individuelle Beratung durch Ihre Gastronomiefachkraft
jeden ersten Mittwoch im Monat		
Donnerstag	9.30 – 11.00 Uhr 10.00 – 11.00 Uhr 11.00 – 11.45 Uhr 14.30 – 16.00 Uhr	Kreativgruppe mit Frau Schrauff in der Lounge Etage II „Fit im Alter“: Bewegungsübungen für mobile SeniorInnen (auch gerne mit Rollatoren) wir trainieren: Balance, Ausdauer, Kraft und Gleichgewicht „Fit trotz Handicap“ – Gymnastik für Rollstuhlfahrer wir trainieren: Kraft, Ausdauer und Gelenkigkeit unter Einbeziehung Ihres Hilfsmittels „Kaffeeklatsch“ im Café Salon 22.02.2018: Smoothies
alle 14 Tage	15.00 – 16.00 Uhr	Videotelefonie über Skype Anmeldung bitte an der Rezeption
Freitag	10.00 – 11.30 Uhr 14.00 – 15.30 Uhr	Bewegungsfördernde Maßnahmen und im Anschluss: Wii-are fit! Bewegungsspiele & -training mit der Spielekonsole Live-Musik: musikalische Aktivierung in der stationären Pflege
Täglich	8.00 – 13.00 Uhr 15.00 – 19.00 Uhr	Tagesbetreuung auf der Etage III

## Egon-Reinert-Haus – Veranstaltungen im Februar 2018

Freitag	02.02.2018	15.30 Uhr	Evangelischer Gottesdienst im Andachtsraum
Montag	05.02.2018	9.30 – 12.30 Uhr	optic – mobil Der Optiker kommt zu Ihnen!
Mittwoch	07.02.2018	16.00 Uhr	Gemeinsames Singen bekannter Lieder mit Karin Zimmerling im Saal
Freitag	09.02.2018	17.00 Uhr	Heilige Messe im Andachtsraum
Montag	12.02.2018	15.11 Uhr	Fasching im Wohnstift Buntes Programm sowie das „Stiftungsballett“ bei Kaffee und Berliner sowie anschließendem Imbiss Musikalische Umrahmung: Horst Irsch
Dienstag	13.02.2018	10.00 Uhr	Singen und Spielen mit den Kindern der Kita der Lebenshilfe im Saal
Mittwoch	14.02.2018	17.00 Uhr	Traditionelles Heringssessen Anmeldung bitte an der Rezeption (5 Euro pro Portion inkl. Getränk)
Freitag	16.02.2018	15.30 Uhr	Evangelischer Gottesdienst im Andachtsraum
Dienstag	20.02.2018	15.00 Uhr	Spielenachmittag mit Gesellschaftsspielen im Café
Mittwoch	21.02.2018	9.45 – 10.45 Uhr	Frühlingslieder Lieder zum Mitsingen mit Stefan Schulz im Saal
Donnerstag	22.02.2018	16.00 Uhr	Konzertreihe Studenten der Hochschule für Musik spielen Werke der Klassik
Freitag	23.02.2018	17.00 Uhr	Heilige Messe im Andachtsraum
Dienstag	27.02.2018	11.00 Uhr	Die Kinder der Kita der Lebenshilfe backen für die BewohnerInnen im Café
Mittwoch	28.02.2018	15.00 Uhr	Gesprächskreis in gemütlicher Runde mit der Stiftsbeiratsvorsitzenden Adeline Müller- Falkenberg

