

## Veranstaltungskalender Egon-Reinert-Haus Wohnstift Reppersberg

# Februar 2019

### Willkommen daheim! Start in ein neues Leben

**A**deline Müller-Falkenberg (91) und Hermine Schamma-Rummel (91) kommen gerade von einem Stadtbummel mit ihren Einkäufen zurück in ihr Zuhause im Egon-Reinert-Haus. Beide freuen sich, jetzt nichts mehr tun zu müssen und sich an den schön gedeckten Tisch im Restaurant setzen zu können. Beide beteuern unisono: „das Schönste ist, nichts mehr müssen, aber alles können. Eigenständig leben, aber sicher und bestens umsorgt“.

Beide Damen sind seit nunmehr über einem Jahr Bewohnerinnen im Wohnstift. Und obwohl beide bereits vorher im Wohngebiet Eschberg gelebt haben, haben sie sich hier erst kennen gelernt und genießen gemeinsam viele Freizeitaktivitäten.

Beide sind sich aber auch bewusst, dass das Leben bzgl. ihrer Gesundheit es bisher sehr gut mit ihnen gemeint hat. So hat Frau Schamma-Rummel auch ihr Auto mitgebracht, sie möchte auf diese Mobilität nicht verzichten, Adeline Müller-Falkenberg hat mit dem Einzug ins Wohnstift ihr Auto abgegeben: Ich lasse mich fahren, entweder durch das Egon-Reinert-Haus, von Freunden oder mit dem Taxi, für sie ist alles eine Sache der Organisation.

Aber was führte beide letztendlich zu dem Umzug ins Egon-Reinert-Haus? Auch hier haben die Rentnerinnen ähnliches zu berichten. Sie lebten in Wohnungen, die viel zu groß waren, hatten bereits vor Jahren den Tod ihrer Lebenspartner zu betrauern und beide trieb die Sorge an, was ist, wenn ihnen etwas passieren sollte.



Hermine Schamma-Rummel mit Doris Weishaupt

Adeline Müller-Falkenberg kannte das Egon-Reinert-Haus über viele Jahre, zuerst durch ihre Tätigkeit als Minijobberin an der Rezeption, danach führte sie ehrenamtlich Krankenhausbesuche von Bewohnerinnen durch und wurde im Jahr 2014 aufgrund ihres Engagements als Externe in den Stiftsbeirat gewählt.

→ Lesen Sie weiter  
auf der Rückseite

Fasching  
im Wohnstift  
Reppersberg

Wohnstift Reppersberg  
28.02.2019, 15.11 Uhr

Für sie war immer klar, hier will ich auch meinen Lebensabend verbringen.



Adeline Müller-Falkenberg

Sie kannte das Wohnstift sowohl von der Mitarbeiterseite, als auch aus der Sicht der Bewohner. Sie schätzte die vielen Angebote im Bereich Kultur und Freizeit, Fitness, insbesondere die tolle Gastronomie mit den unzähligen Events. Und sie kannte die Versorgungssituation in den Bereichen Pflege und Betreuung, von der ambulanten Pflege über die Tagesbetreuung bis zum Wohnbereich Pflege. Und ganz wichtig für sie war, dass man mit allen Anliegen oder auch Anregungen bei der Hausleitung immer mit einem offenen Ohr empfangen wurde. „Die Atmosphäre im Haus ist einfach toll. Leider ziehen zwischenzeitlich viele Senioren erst ein, wenn ein Pflegebedarf vorhanden ist.“ Adeline Müller-Falkenberg bedauert dies. Für sie steht fest: „Viele wissen gar nicht was sie verpassen und lassen sich von Negativmeldungen in der Presse vom Einzug in eine Senioreneinrichtung abschrecken.“

Hermine Schamma-Rummel kann das nur bestätigen. Auch ihr fiel der Gedanke zuerst schwer, sich von so vielen Möbeln aus ihrer fast 100m<sup>2</sup>-Wohnung zu trennen und in ein Appartement im Egon-Reinert-Haus zu ziehen. Sie hatte sich angemeldet mit dem Wunsch, auf der Südseite des Hauses mit Blick über die gesamte Landeshauptstadt wohnen zu können. Wie sie weiter berichtet, kam dann der Anruf des Kundenservice des Hauses dann doch unvermittelt und sie musste sich gleich entscheiden. Für sie steht fest, man kann auch mit veränderten Umständen glücklich sein, auch wenn nicht mehr alles geht und es vielleicht an der einen oder anderen Stelle zwickt und zwackt.

Und sie gibt auch gerne eine weitere Lebensweisheit weiter: „Was nutzt es mit Wehmut an alte Zeiten zu denken und zu jammern, man soll sich die schönen Erinnerungen bewahren und das Beste im heute und jetzt machen.“ Und mit einem Zwinkern: „das Leben hält ganz sicher noch viel für mich bereit. Schließlich wohne ich in einem Appartement, in dem die frühere Bewohnerin 100 Jahre alt wurde.“ Adeline Müller-Falkenberg ergänzt:

„Ich bin hier glücklich. Was hätte ich in meinem alten Zuhause gemacht mit meinem Miniskusabriss vor einem halben Jahr? Zuerst im Rollstuhl, dann am Rollator und jetzt nur noch ab und an mit einem Gehstock. Ohne die Pflege und Fürsorge des Wohnstiftes wäre ich noch lange nicht wieder genesen und so fit, wie ich es heute wieder bin.“

Was beide Damen noch unbedingt weitergeben möchten: „Wer bereits mit dem Gedanken spielt, in ein Wohnstift zu ziehen, dem möchten wir sagen: Machen Sie es. Machen Sie es jetzt! Wir haben es keine Sekunde bereut.“

### NEU IM WOHNSTIFT REPPERSBERG

## REHA-SPORT

Ab Dienstag, 15. Januar 2019  
14:30 Uhr im Gymnastikraum



mit Ekaterina Lysenko  
(lizenzierte Übungsleiterin)

#### Trainings-Schwerpunkte

- ✓ Verbesserung der Beweglichkeit und Koordination
- ✓ Steigerung von Kraft, Ausdauer und Motorik
- ✓ Minderung gesundheitlicher Einschränkungen
- ✓ Verbesserung der Körperwahrnehmung

#### Training auf Rezept

- ✓ Volle Kostenübernahme durch Ihre Krankenkasse
- ✓ Verordnung über Reha-Sport durch Ihren Hausarzt
- ✓ 50 Übungseinheiten à 45 Minuten

#### Sie haben Interesse?

Wir beraten Sie gerne!  
Dorthe Scherer 0681 5009 962  
Lars Duchene 0681 5009 930  
Felix Neumann 0681 5009 920



#### 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





## Wohnstift Reppersberg – Veranstaltungen im Februar 2019

Freitag	01.02.2019	10.30 Uhr	Heilige Messe gehalten von Pastor Anton Franziskus
Freitag	01.02.2019	15.00 Uhr	Gemeinsames Singen bekannter Lieder mit Karin Zimmerling
Mittwoch	06.02.2019	16.00 Uhr	Konzertreihe Studenten der Hochschule für Musik spielen Werke der Klassik
Freitag	08.02.2019	10.30 Uhr	Evangelischer Gottesdienst gehalten von Dr. Thomas Bergholz
Freitag	08.02.2019	16.00 Uhr	Lese- und Literaturkreis mit Gudrun Müller
Donnerstag	14.02.2019	14.30 – 17.30 Uhr	optic – mobil Der Optiker kommt zu Ihnen!
Freitag	15.02.2019	10.30 Uhr	Heilige Messe gehalten von Pastor Anton Franziskus
Freitag	15.02.2019	15.00 Uhr	Gemeinsames Singen bekannter Lieder mit Karin Zimmerling
Dienstag	19.02.2019	15.00 – 15.30 Uhr	Sprechstunde mit der Bellevue-Apotheke im Clubraum
Freitag	22.02.2019	10.00 Uhr	Die Montessori-Schüler servieren Ihnen Miniberliner im Foyer.
Freitag	22.02.2019	16.00 Uhr	Lese- und Literaturkreis mit Gudrun Müller
Donnerstag	28.02.2019	15.11 Uhr	Fasching im Wohnstift Buntes Programm sowie das „Stiftungsballett“ bei Kaffee und Berlinern sowie anschließendem Imbiss Musikalische Umrahmung: Horst Irsch

## Wohnstift Reppersberg – Wochenprogramm

Montag	9.30 – 11.00 Uhr	Kreativgruppe mit Frau Schrauff in der Lounge Etage II
	10.00 – 11.00 Uhr	„Fit im Alter“: Bewegungsübungen für mobile SeniorInnen (auch gerne mit Rollatoren) wir trainieren: Balance, Ausdauer, Kraft und Gleichgewicht
	11.00 – 11.45 Uhr	„Fit trotz Handicap“ – Gymnastik für Rollstuhlfahrer wir trainieren: Kraft, Ausdauer und Gelenkigkeit unter Einbezug Ihres Hilfsmittels
Dienstag	14.00 – 15.30 Uhr	Live-Musik: musikalische Aktivierung in der stationären Pflege „Faschingslieder“
	9.30 – 11.00 Uhr	Kreativgruppe mit Frau Schrauff in der Lounge Etage II
	10.00 – 11.00 Uhr	„Fit im Alter“: Bewegungsübungen für mobile SeniorInnen (auch gerne mit Rollatoren) wir trainieren: Balance, Ausdauer, Kraft und Gleichgewicht
Mittwoch	11.00 – 11.45 Uhr	„Fit trotz Handicap“ – Gymnastik für Rollstuhlfahrer wir trainieren: Kraft, Ausdauer und Gelenkigkeit unter Einbezug Ihres Hilfsmittels
	14.00 – 15.30 Uhr	Männerstammtisch Etage I
	15.00 – 17.00 Uhr	Handarbeitskreis in der Lounge Etage II
jeden ersten Mittwoch im Monat	9.30 – 11.00 Uhr	Kreativgruppe mit Frau Schrauff in der Lounge Etage II
	10.00 – 11.00 Uhr	Sprechstunde mit MitarbeiterInnen der Sparkasse Saarbrücken
	10.00 – 11.00 Uhr	„Fit im Alter“: Bewegungsübungen für mobile SeniorInnen (auch gerne mit Rollatoren) wir trainieren: Balance, Ausdauer, Kraft und Gleichgewicht
Donnerstag	11.00 – 11.45 Uhr	„Fit trotz Handicap“ – Gymnastik für Rollstuhlfahrer wir trainieren: Kraft, Ausdauer und Gelenkigkeit unter Einbeziehung Ihres Hilfsmittels
	14.00 – 15.30 Uhr	Live-Musik: musikalische Aktivierung in der stationären Pflege
	14.30 – 15.30 Uhr	Yoga auf dem Stuhl mit Frau André im Gymnastikraum
alle 14 Tage	15.00 – 16.00 Uhr	Bewegungstraining im Freien am Aktionsparcours (bei gutem Wetter)
	17.00 Uhr	Gebetsgruppe im Andachtsraum
	10.00 – 12.00 Uhr	Individuelle Beratung durch Ihre Gastronomiefachkraft
Freitag	9.30 – 11.00 Uhr	Kreativgruppe mit Frau Schrauff in der Lounge Etage II
	10.00 – 11.00 Uhr	„Fit im Alter“: Bewegungsübungen für mobile SeniorInnen (auch gerne mit Rollatoren) wir trainieren: Balance, Ausdauer, Kraft und Gleichgewicht
	11.00 – 11.45 Uhr	„Fit trotz Handicap“ – Gymnastik für Rollstuhlfahrer wir trainieren: Kraft, Ausdauer und Gelenkigkeit unter Einbeziehung Ihres Hilfsmittels
Täglich	14.30 – 16.00 Uhr	„Kaffeeklatsch“ im Café Salon 21.02.2019: „Quarkbällchen mit Füllung“
	15.00 – 16.00 Uhr	Videotelefonie über Skype <i>Anmeldung bitte an der Rezeption</i>
	10.00 – 11.30 Uhr	Bewegungsfördernde Maßnahmen und im Anschluss: Wii-are fit! Bewegungsspiele & -training mit der Spielekonsole
	14.00 – 15.30 Uhr	Live-Musik: musikalische Aktivierung in der stationären Pflege
	8.00 – 13.00 Uhr	Tagesbetreuung auf der Etage III
	15.00 – 19.00 Uhr	

**Termine zum begleiteten Training im Fitness- und Bewegungszentrum bitte an der Rezeption erfragen!**





## Egon-Reinert-Haus – Veranstaltungen im Februar 2019

Freitag	01.02.2019	15.30 Uhr	Evangelischer Gottesdienst im Andachtsraum
Mittwoch	06.02.2019	17.00 Uhr	Geburtstagsessen für die Bewohner der Monate Oktober bis Dezember 2018
Donnerstag	07.02.2019	16.00 Uhr	Konzertreihe Studenten der Hochschule für Musik spielen Werke der Klassik
Freitag	08.02.2019	17.00 Uhr	Heilige Messe im Andachtsraum
Dienstag	12.02.2019	10.00 Uhr	Spielekreis mit den Kindern der Kita der Lebenshilfe im Saal
Mittwoch	13.02.2019	14.30 – 17.30 Uhr	optic – mobil Der Optiker kommt zu Ihnen!
Mittwoch	13.02.2019	16.00 Uhr	Gemeinsames Singen bekannter Lieder mit Karin Zimmerling im Saal
Donnerstag	14.02.2019	17.30 Uhr	Gemeinsames Abendbrot Flammkuchen und ein Glas Wein <i>Bitte melden Sie sich an der Rezeption an – Kostenbeitrag.</i>
Freitag	15.02.2019	15.30 Uhr	Evangelischer Gottesdienst im Andachtsraum
Dienstag	19.02.2019	15.00 Uhr	Spielesachmittag mit Gesellschaftsspielen im Café
Freitag	22.02.2019	10.00 -11.30 Uhr	„Fit in den Frühling“ Die Montessori-Schüler servieren Ihnen Smoothies und Obstspieße.
Freitag	22.02.2019	17.00 Uhr	Heilige Messe im Andachtsraum
Dienstag	26.02.2019	11.00 Uhr	Die Kinder der Kita der Lebenshilfe backen für die BewohnerInnen in der stationären Pflege
Mittwoch	27.02.2019	15.00 Uhr	Gesprächskreis in gemütlicher Runde mit der Stiftsbeiratsvorsitzenden Adeline Müller-Falkenberg

## 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 Saar-Basar Saarbrücken zum Einkaufen <i>Vorherige Anmeldung bitte an der Rezeption – (kostenpflichtig)</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 10.15 – 11.00 Uhr	Seniorengymnastik mit Gisela Scheer im Saal
	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 14.15 – 19.20 Uhr	Tagesbetreuung

