



03/2026

Karneval in unseren Häusern
Der Einzug ins Pflegeheim
Frühling ist Pollenzeit

Neues Rufsystem im Speisesaal
Verbesserte Palliativversorgung
Wie Natur Erinnerungen weckt

Inhalt im März

Editorial

03 Auf ein Wort

Nachrichten und Berichte

- 04 Helau in der Hummelsterstraße
- 06 Musik, Tanz und gute Laune
- 07 Altweiberparty im Erikaweg
- 08 Karnevalssitzung im Erikaweg
- 10 Frühlingsboten in der Tagespflege
- 12 Neues Rufsystem im Speisesaal
- 14 Verbesserte palliative Versorgung

Schwerpunktthema: Neuanfang/Frühling

- 15 Der Einzug ins Pflegeheim
- 18 Zwischen Abschied und Neuanfang
- 20 Wenn Eltern ins Pflegeheim ziehen
- 22 Wie Natur Erinnerungen weckt
- 24 Frühling ist Pollenzeit
- 26 Tipps gegen Frühjahrsmüdigkeit
- 27 Frühjahrsgedicht

Menschen

28 Geburtstage

Unvergessen

29 Nachrufe

Buntes

- 32 Termine für Ehrenamtliche
- 33 Demenzsprechstunde
- 34 Rätsel

Service

35 Kontakte

IMPRESSUM

Herausgeber: Seniorendienste Stadt Hilden gGmbH,
Erikaweg 9, 40723 Hilden, Telefon: 02103 / 8902-0

Der KURIER ist politisch unabhängig und dient zur Information der Bewohner*innen, Angehörigen, Besucher*innen, Nachbar*innen, Freund*innen, Förder*innen und Partner der Einrichtungen am Erikaweg, Fliederweg und in der Hummelsterstraße.

Chefredaktion: Beate Linz-Eber (Leitung, v.i.S.d.P.),
Erikaweg 9, 40723 Hilden
Anzeigenverkauf: Bernd Düster,
b.duester@seniorendienste-hilden.de, 02103 / 8902-27

Auflage: ca. 2.000 Exemplare
Erscheinungsweise: monatlich
Für eingesandte Manuskripte wird keine Haftung übernommen.
Für die namentlich gekennzeichneten Beiträge übernimmt die Redaktion lediglich die presserechtliche Verantwortung.
Eine Haftung für die Richtigkeit der Veröffentlichungen kann trotz sorgfältiger Prüfung durch die Redaktion vom Herausgeber nicht übernommen werden. Die Haftung für mittelbare Schäden oder entgangenen Gewinn ist ausgeschlossen. Alle verwendeten Bilder sind Eigentum der Seniorendienste Stadt Hilden gGmbH oder wurden legal erworben. Alle Urheber-, Nutzungs- und Verlagsrechte sind vorbehalten.

Auf ein Wort



Liebe Leserinnen und Leser,

Ende Februar durften wir schon ein wenig am kommenden Frühling schnuppern. Für ein paar Tage stiegen die Temperaturen deutlich an und die Sonne schien einem wunderbar warm auf die Haut. Jeder, der konnte, nutzte diese Gelegenheit, um das Haus zu verlassen, sich an der frischen Luft aufzuhalten und auf den Frühling zu freuen. Frühling ist die Jahreszeit des Neuanfangs, der in dieser Ausgabe auch unser Schwerpunktthema bildet.

Auch der Umzug in eine Pflegeeinrichtung bedeutet insbesondere für die Betroffenen, aber auch für deren Angehörige einen Neuanfang, der gleichzeitig mit dem Abschiednehmen vom bisherigen Lebensumfeld verbunden ist. In diesem Heft berichten wir Ihnen, wie ein Einzug in unsere Seniorenzentren abläuft und sprechen mit Betroffenen, die das gerade selber erlebt haben.

Für mich persönlich steht in Kürze auch ein Abschiednehmen und ein Neuanfang an. Wie bereits angekündigt, endet am 31. März meine Aufgabe als Geschäftsführerin bei den Seniorendiensten aus Altersgründen und ich trete dieses Amt an meine Nachfolgerin Ilka Marschaleck ab. Es ist dies daher das letzte Editorial, das ich für Sie schreibe. Ab der kommenden Ausgabe wird sich an dieser Stelle Ilka Marschaleck an Sie richten. Ich freue mich auf das Neue, was nun für mich beginnt und danke Ihnen an dieser Stelle für Ihre treue Aufmerksamkeit. Es war mir eine Freude, Sie acht Jahre lang mit dem Kurier unterhalten zu dürfen.

Ich verabschiede mich mit den besten Wünschen für Sie und den Kurier. Ihre

Beate Lutz-Geyer

Itter Helau in der **Hummelsterstraße**

Den Auftakt unserer diesjährigen Karnevalszeit bildete ein gemeinsamer Besuch der Karnevalssitzung in der Stadthalle Hilden. Mit einigen Bewohner*innen machten wir uns auf den Weg und verbrachten dort einen stimmungsvollen und abwechslungsreichen Nachmittag. Bei bester Unterhaltung, schwungvoller Musik und ausgelassener Atmosphäre genossen wir gemeinsam das bunte Programm – ein wunderbarer Start in die närrischen Tage.



Große Karnevalsfeier mit Besuch des Prinzenpaares im Café Hummel

In der Woche darauf folgte dann unsere große Karnevalsfeier im Café Hummel – und auch diese war ein voller Erfolg und sorgte für viele strahlende Gesichter und fröhliche Momente. In geselliger und ausgelassener Stimmung feierten unsere Bewohner*innen einen schwungvollen Nachmittag. Das Café war festlich geschmückt, es wurde geschunkelt, gelacht und kräftig mitgesungen. Besonders schön war, dass einige unserer engagierten Ehrenamtlichen tatkräftig unterstützten und natürlich auch mit uns feierten. Dafür sagen wir von Herzen Danke!

Ein ganz besonderer Höhepunkt war der Besuch des Hildener Prinzenpaares mit seiner Prinzengarde. Ebenso begeisterten die Musketiere mit ihrem Auftritt das Publikum. Für strahlende Augen sorgte außerdem das Kinderprinzenpaar mit den CCH Flöhen, die mit ihrer mitreißenden Darbietung für tosenden Applaus sorgten. Unsere Bewohner*innen waren begeistert von der schwungvollen Showeinlage und der tollen Stimmung, die unsere Gäste mitbrachten.

Auch kulinarisch ließ die Feier keine Wünsche offen: Es gab leckere Snacks sowie eine Auswahl an Softdrinks, Bier und Sekt. Da war für jeden Geschmack etwas dabei.

Es waren rundum gelungene Karnevalstage, die einmal mehr gezeigt haben, wie wichtig gemeinsame Feste und fröhliche Begegnungen für unser Miteinander sind. Wir freuen uns schon jetzt auf die nächste Karnevalsfeier im Café Hummel. Itter Helau!

■ Vanessa Mergel



Musik, Tanz und gute Laune

An einem Nachmittag verwandelte sich das Cafe unseres Seniorenzentrums Hummelsterstraße in eine fröhliche Tanzfläche: Musiker Friedrich Licht war zu Gast und sorgte mit seinem Keyboard für einen beschwingten Konzert- und Tanznachmittag. Mit bekannter Musik aus verschiedenen Ländern traf er genau den Geschmack unserer Bewohner*innen und weckte viele schöne Erinnerungen.

blicken wir mit großer Vorfreude – denn eines ist sicher: Auch dann wird wieder getanzt, gelacht und mitgesungen.

■ Vanessa Mergel



Schon nach den ersten Takten war die Freude spürbar. Die Musik regte viele Bewohner*innen zum Mitschunkeln und Tanzen an. Gemeinsam mit unseren Mitarbeiterinnen und engagierten Ehrenamtlichen wurde gelacht, getanzt und der Moment genossen. Die Stimmung war ausgelassen, herzlich und voller Lebensfreude. Besonders schön war es zu sehen, wie Musik Generationen verbindet und für so viel Bewegung und gute Laune sorgt. Solche gemeinsamen Erlebnisse bereichern unseren Alltag und stärken das Gemeinschaftsgefühl in unserem Haus.

Wir freuen uns schon jetzt auf ein Wiedersehen: Zu Ostern wird Friedrich Licht erneut bei uns zu Gast sein. Darauf



Altweiberparty im Erikaweg

Im bunt geschmückten Foyer des Seniorenzentrums Erikaweg herrschte ausgelassene Stimmung. Auch in diesem Jahr feierten wir gemeinsam mit den Gästen der Tagespflege und den Mieter*innen des Betreuten Wohnens ab 10:30 Uhr eine fröhliche Altweiberparty.

Veranstaltungsmotto Seefahrt

Unter dem Motto „Seefahrt“ erschienen viele Mitarbeitende und Bewohner*innen passend kostümiert – als Matrosinnen, Kapitän*innen, Piraten oder Teil der fröhlichen „Besatzung“. Für das leibliche Wohl war bestens gesorgt: Berliner, Salzgebäck, Schaumküsse sowie Sekt und kalte Erfrischungen luden zum Genießen, Anstoßen und Schunkeln ein.

Premiere der „Seniorenzentrum Elfen“

Ein besonderer Höhepunkt waren die „Seniorenzentrum Elfen“. Christiane Reeder (Sozialer Dienst) hatte mit Bewohnerinnen der Ebene 3 Sitztänze einstudiert, die mit viel Begeisterung vorgeführt wurden und zum Mittanzen animierten – eine Wiederholung für 2027 ist bereits fest eingeplant. Ebenso begeisterten die 12 Tänzerinnen der Formation „Just 4 fun“ aus Leverkusen mit ihrem abwechslungsreichen Showprogramm und einer Zugabe.

Ohne Ehrenamt geht es nicht

Tatkräftig wurden wir an diesem Vormittag von vielen ehrenamtlichen Mitarbeitenden unterstützt und sagen hiermit herzlichen Dank liebe „Jecke Fründe“.

Gesang, Scherze und Erinnerungen an frühere Karnevalszeiten, fantasievolle

Kostüme und das herzliche Miteinander machten den Vormittag zu einem besonderen Erlebnis. Für einige Stunden wurde das Foyer zu einem närrischen Hafen voller Gemeinschaft, Lebensfreude und Heiterkeit – eine Feier, die noch lange in Erinnerung bleiben wird.

■ Beate Klever



Karnevalssitzung im Erikaweg

Echte Karnevalsstimmung herrschte am 08. Februar im Seniorenzentrum Erikaweg, als der Elferrat der KG Kniebasschiffer e.V. zur traditionellen Seniorensitzung in das Foyer des Hauses einmarschierte. Mit an Bord hatte die Flotte ein tolles Programm.

Das Kinderprinzenpaar und die CCH-Flöhe wurden begeistert begrüßt. Mit ihren fröhlichen Tänzen verzauberten sie das Publikum. Viel gelacht wurde, als Miriam Ksionzek in die Bütt stieg und Uli Engels lokales Liedgut zum Besten gab. Die Rheinsternchen aus der Nachbarstadt Langenfeld brachten mit ihren Tänzen wieder Bewegung ins Haus, bevor die HKM-Tänzerinnen und Tänzer ihr Können präsentierten. Die Stimmung erreichte mit dem Einzug des Hildener Prinzenpaares samt Gefolge ihren Höhepunkt.

■ Ulrike Riemann





Frühlingsboten in der **Tagespflege**

Endlich ist es soweit! Die ersten Frühlingsboten stehen vor der Tür. Morgens, noch im Dunkeln, belebt ein fröhliches Vogelgezwitscher die nächtliche Ruhe. Die Dunkelheit hält nicht mehr so lange an und von überall her lachen uns Krokusse im schönsten gelb und lila an. Die Schneeglöckchen erinnern uns mit ihren weißen Köpfchen daran, dass die Zeit des Übergangs im vollen Gange ist. Der Geruch des Frühlings liegt in der Luft und diese ganzen belebenden Elemente lassen uns und unsere Mitmenschen ebenfalls munterer werden.

schaft hat einige Ideen zu diesem Phänomen. Die Dunkelheit im Winter lässt uns weniger Melatonin herstellen. Kommt der Frühling, produzieren wir jedoch automatisch mehr Serotonin, das eigentlich unsere Stimmung hebt. Der ein oder andere Mensch hat mit dieser Umstellung des Körpers Probleme, bis hin zu niedrigem Blutdruck, dem Gefühl von Schläppigkeit und sogar Kreislaufproblemen. Wenn weiter keine ernstesten Erkrankungen vorliegen, ist die Frühjahrsmüdigkeit jedoch nur vorübergehend.

Auf die Farben, fertig, los!

Die Welt ist zwar insgesamt weniger übersichtlich, manchmal sogar undurchschaubar geworden, um so mehr sind die verlässlich immer wiederkehrenden Jahreszeiten geradezu beruhigend. Auf Grau und Dunkel folgen die schönsten Farben gepaart mit Helligkeit. Und auch wir Menschen wählen immer mehr farbenfrohe Kleidung, die mit steigenden Temperaturen auch immer lockerer und auch kürzer wird. Selbst der Osterhase wählt die schönsten Farben, um die Ostereier zu bemalen. Das kann ja kein Zufall sein!

Die Lust auf Traditionen

So beruhigend und auch erfrischend der Wechsel der Jahreszeiten ist, sind auch Traditionen. Mit dem Frühjahr stehen alle Zeichen auf Ostern. Nebst der religiösen Bedeutung, die für jeden unterschiedlich wichtig und vordergründig ist, ist die Vorbereitung auf dieses Fest. Der Osterhase und die Eier als Symbol für Fruchtbarkeit unterstreichen den Wandel im Frühjahr. Nebst der Tatsache, dass Hasen, aber noch viel mehr deren Nachwuchs, besonders süß sind, bewundern wir diese



Frühjahrs müdigkeit

Eigentlich merkwürdig, alle Zeichen stehen auf Start und dennoch fühlen sich einige Menschen gerade zu dieser Zeit besonders müde und träge. Die Wissen-



puscheligen Vierbeiner für ihre Schnelligkeit. Jemandem einen „Haken schlagen“ heißt es, wenn wir einem anderen um einiges Voraus sind.

Die Lust auf Vorbereitung

In diesem Jahr hatte unsere Ehrenamtliche und ehemalige Mitarbeiterin Helga Smolinski eine besondere Idee. Um es in der Tagespflege besonders schön und farbenfroh zu gestalten, hatte sie einen besonders schönen Osterhasen gehäkelt. Eigentlich wird nur ein 10x10cm großes Quadrat gehäkelt, der Rest ist ein bisschen „Fummelei“ und Geschick und Zack ist der Hase schon fertig. Unsere Gäste sind begeistert.

Seit Tagen wird gehäkelt, die ein oder andere hat entweder Häkelnadeln und Wolle mitgenommen oder aus eigenen Beständen zu Hause Quadrate vorgearbeitet. Täglich entstehen neue Häschen und alle sind verzückt. Nun haben wir

den ganzen März Zeit, farbenfrohe Nester zu basteln, damit es an Ostern besonders schön wird. Vorfreude ist mitunter die schönste Freude.

■ Stella Jurisa



Radtke OHG

Lüftung - Klima - Brandschutz

Tel 02103/9772833

www.radtke-klima.de

Herderstr. 41 - 40721 Hilden

Inh. Frenzel & Galicki

Beratung - Montage - Wartung - Reparatur

Neues Rufsystem im Speisesaal **Erikaweg**

Wer regelmäßig seine Mahlzeiten im Speisesaal einnimmt, kennt sie: Juliane Ascheuer. Mit ihrer offenen, fröhlichen Art ist sie längst zu einem festen Bestandteil des Alltags geworden. Seit nunmehr 17 Monaten arbeitet Juliane Ascheuer bei uns und ist aus dem Speisesaal kaum noch wegzudenken.



Kontakt erfolgte über das Projekt „Handzeichen“

Zu uns gekommen ist Juliane Ascheuer über das Projekt „Handzeichen“, dessen Ziel es ist, Menschen mit Einschränkungen im Hören und Sprechen im Arbeitsleben zu unterstützen. Mit dieser Begleitung fand sie ihren Weg in die Küche – und lebte sich trotz ihres Handicaps erstaunlich schnell ein. Juliane Ascheuer kann weder hören noch sprechen, liest

jedoch hervorragend von den Lippen. Wichtig ist dabei lediglich, dass man langsam und deutlich mit ihr spricht.

Bewohnende unterstützen Juliane Ascheuer im Arbeitsalltag

Schon nach kurzer Zeit wurde sie von Kolleginnen, Kollegen und Bewohnenden herzlich aufgenommen. Ihre positive Ausstrahlung wirkt ansteckend, und genau diese Eigenschaft machte sie schnell zu einer geschätzten Unterstützung im Speisesaal. Im Arbeitsalltag helfen ihr die Bewohnenden aufmerksam, indem sie ihr signalisieren, welcher Tisch gerade Service benötigt oder wer gerufen hat. Dieses Zusammenspiel funktioniert gut. Dennoch wurde im Team schnell klar: Für Juliane Ascheuer ist diese Form der Unterstützung nicht immer optimal.

Rufsystem erleichtert den Kontakt zwischen ihr und den Bewohnenden

Gemeinsam überlegten wir, wie wir ihren Arbeitsalltag weiter erleichtern könnten. In Zusammenarbeit mit dem Integrationsfachdienst Hören suchten wir nach einer geeigneten Lösung. In einem Gespräch mit Juliane Ascheuer wurde rasch deutlich, was ihr helfen würde: ein Rufsystem im Speisesaal, speziell auf ihre Bedürfnisse abgestimmt.

Die Möglichkeit ergab sich in Form eines Testsets, bestehend aus einer Armbanduhr mit Vibrationsfunktion und dazugehörigen Rufsendern. Nach einer kurzen Testphase war das Fazit eindeutig: Diese Lösung ist eine enorme Erleichterung. Bewohnende können nun bei Bedarf auf den Rufsender drücken, woraufhin Juliane durch eine Vibration und eine Anzeige

auf dem Display informiert wird und gezielt den entsprechenden Tisch ansteuern kann.

Einfaches technisches Hilfsmittel mit großer Wirkung

Das neue System erleichtert Juliane Ascheuers Arbeitsalltag im Speisesaal spürbar und ermöglicht ihr, noch selbstständiger und sicherer zu arbeiten. Gleichzeitig stärkt es das Miteinander und zeigt, wie mit einfachen technischen Hilfsmitteln Inklusion im Alltag gelingen kann.

Wichtig ist an dieser Stelle ein Hinweis: Das Rufsystem ist ausschließlich für Juliane Ascheuer gedacht. Alle anderen Mitarbeitenden werden wie gewohnt direkt angesprochen oder gerufen.

Ein gelungenes Beispiel dafür, wie Verständnis, Offenheit und ein wenig Kreativität dazu beitragen können, Barrieren abzubauen – und wie ein Arbeitsplatz für alle ein Stück besser wird.

■ Marcel Montabon



Sanitär Cremer

Meisterbetrieb für Energie- und Umwelttechnik



- Planung, Einbau und Wartung von Sanitär- und Heizungsanlagen
- Seniorengerechte Badgestaltung für einen barrierefreien Lebensraum
- Kunden- und Notdienstservice

Für weitere Infos
QR-Code scannen



Richrather Straße 215 • 40723 Hilden • Telefon: 0 21 03 - 6 14 07
Fax: 0 21 03 - 2 32 58 • info@sanitaer-cremer.de • www.sanitaer-cremer.de

Palliative Versorgung hat sich verbessert

Mit Hilfe der Fördermittel durch die Matthias-Brock-Stiftung wurde im Juli 2025 eine Palliative-Care-Stelle insbesondere für Menschen mit Demenz für den Wohnbereich Fliederweg neu geschaffen. Die besonders geschulte Pflegefachkraft Alexandra Blume nutzt ihr Fachwissen, um Menschen mit Demenz in der letzten Lebensphase personenzentriert zu begleiten. Seit diesem Zeitraum bereits sieben Bewohnende in ihrer letzten Lebensphase intensiv begleitet werden.

Erreichte Meilensteine und Praxiserfahrungen

Durch die kontinuierliche Präsenz der spezialisierten Fachkraft konnten nonverbale Bedürfnisse wie Schmerz, Angst oder erst frühzeitig und besser erkannt und in Abstimmung mit Ärzten und dem Team gelindert werden.

Der Einsatz nicht-pharmakologischer Interventionen (z. B. basale Stimulation, Aromatherapie und Musik) hat sich als äußerst wirkungsvoll erwiesen, um Unruhe und Isolation zu vermeiden.

Es ist gelungen, eine Atmosphäre der



Geborgenheit zu schaffen – sei es im

Bewohnerzimmer oder in den Gemeinschaftsbereichen. Ein Teil der Arbeit floss auch in die Unterstützung der Angehörigen, die durch proaktive Gespräche und Trost eine spürbare Entlastung in dieser schweren Phase erfahren.

Die Palliative-Care-Betreuung hat bereits jetzt positive Effekte auf die gesamte Struktur: Das reguläre Personal wird in der Sterbebegleitung und -pflege punktuell entlastet und kann sich auf die allgemeine Pflege konzentrieren, während die palliative Qualität gesichert bleibt.

Das Wissen unserer Expertin beginnt bereits, die allgemeine palliative Kompetenz im Haus zu stärken.

Dank an die Brock-Stiftung für die sehr großzügige Förderung

Wir danken der Matthias-Brock-Stiftung für die bisherige Förderung und freuen uns darauf, dieses wichtige Modellprojekt in den kommenden zwei Jahren weiter zu festigen.

■ Andrea Köhler

eigen
just

PHYSIOTHERAPIE

Unsere Behandlungstechniken:

- Krankengymnastik
- Manuelle Therapie
- Bobath-Therapie
- Schroth-Therapie
- Klassische-Massage-Therapie
- Manuelle Lymphdrainage
- PNF
- Triggerpoint-Behandlung
- Hausbesuche

Verbindungstrasse 27, 40723 Hilden • Telefon 02103/23910

E-Mail: hilden@physiotherapie-eigen-just.de • www.physiotherapie-eigen-just.de

Der Einzug ins Pflegeheim, ein Neuanfang

Auch wenn man sich schon lange für einen Platz in unseren Seniorenzentren angemeldet hat, kommt der Anruf mit dem Angebot eines Pflegeplatzes für die meisten sehr überraschend. Viele Angehörige fragen sich dann: „Wie läuft das jetzt ab und was muss ich tun?“. Dieser Artikel soll etwas Licht ins Dunkel bringen und aufzeigen, wie wir den Aufnahmeprozess in unseren Einrichtungen gestalten und wie Sie sich darauf vorbereiten können.

Die Vorbereitung des Einzugs: Ein einfühlsamer Start in ein neues Kapitel

Die Zeitspanne zwischen dem Angebot eines Pflegeplatzes und dem tatsächlichen Einzug ist oft kurz – manchmal nur ein oder zwei Tage. Wir wissen, dass dies eine emotionale und logistische Herausforderung sein kann, und möchten Sie in dieser Zeit bestmöglich unterstützen.

Sie werden zu einem persönlichen Gespräch mit einer unserer einfühlsamen Mitarbeiterinnen des Einzugsmanagements eingeladen. Hier können Sie all Ihre Fragen stellen und wir nehmen uns Zeit, Ihre Bedürfnisse und Sorgen zu verstehen. Im Voraus erhalten Sie eine übersichtliche Liste mit allen benötigten Dokumenten und Unterlagen, damit Sie sich in Ruhe darauf vorbereiten können.

Dazu gehören wichtige Papiere wie Vollmachten oder Betreuungsurkunden, eine Patientenverfügung (falls vorhanden, und wir ermutigen Sie, diese zu besprechen), Kopien der Krankenversicherungskarte und des Personalausweises, der Bescheid der Pflegekasse über den aktuellen Pflegegrad sowie das zugehörige Gutachten, aktuelle ärztliche Diagnosen und ein aktueller Medikamentenplan.

Vorsorge erleichtert den Moment des Einzugs

Ein kleiner, aber wertvoller Tipp aus Erfahrung: Es empfiehlt sich, diese Unterlagen bereits im Vorfeld gesammelt in einem Ordner aufzubewahren. So ersparen Sie sich in der kurzen Zeit, die zur Verfügung steht, unnötigen Stress beim Suchen und können sich auf das Wesentliche konzentrieren: die Ankunft Ihres Angehörigen.



Des Weiteren müssen einrichtungsbezogene Formulare ausgefüllt und unterschrieben werden. Dazu gehören eine Einverständniserklärung zur Veröffentlichung persönlicher Daten, eine Medikamentenvollmacht für die sichere Versorgung mit Medikamenten, eine Zustimmung zur Beantragung von Pflegegeld (falls zutreffend) und natürlich der Heimvertrag, der die Grundlage für das neue Zuhause bildet.

Persönliche Informationen sind wichtige Grundlage für eine individuelle Pflege

In unserem gemeinsamen Gespräch geht es aber nicht nur um Formulare. Wir möchten unseren zukünftigen Bewohner oder unsere zukünftige Bewohnerin als einzigartigen Menschen kennenlernen. Gibt es Besonderheiten wie Allergien oder Unverträglichkeiten? Gab es bereits Sturzereignisse oder besteht ein Sturzrisiko, das wir berücksichtigen sollten? Gibt es Wunden, die liebevolle Fürsorge benötigen? Und wer von den Angehörigen wird diesen wichtigen Einzug begleiten, damit wir auch diese Personen mit Herzlichkeit empfangen können? Diese persönlichen Informationen helfen uns, einen individuellen und warmherzigen Empfang vorzubereiten.



Der Einzugstag: Ein herzliches Willkommen in der neuen Gemeinschaft

Der Einzugstag ist ein besonderer Meilenstein, oft verbunden mit Aufregung und vielen Gefühlen. Wir bitten Sie, gegen 10:00 Uhr zusammen mit einer Begleit-

person in unserer Einrichtung zu sein. Planen Sie hierfür bitte ausreichend Zeit ein, am besten bis zum späten Nachmittag, damit wir alles in Ruhe und ohne Hektik gestalten können.

Eine freundliche Mitarbeiterin des Einzugsmanagements oder des Sozialen Dienstes wird Sie persönlich in Empfang nehmen und Sie auf Ihr neues Zimmer begleiten. Anschließend folgt ein ausführliches, persönliches Gespräch mit einer unserer engagierten Pflegefachkräfte. Hier haben Sie die Möglichkeit, uns noch besser kennenzulernen und offene Fragen zu klären. Auf Grundlage dieser wertvollen Informationen erfahren wir mehr über Ihre individuellen Wünsche und Bedürfnisse, und vor allem, wie und bei welchen Dingen Sie Unterstützung benötigen, um sich rundum wohlfühlen.

Ein gemeinsames Mittagessen und ein Rundgang durchs Haus erleichtern das Ankommen

Nach diesem Gespräch laden wir Sie herzlich zu einem Rundgang durch unser Haus ein. Wir zeigen Ihnen, wo Sie Ihren Essplatz finden, und stellen Sie behutsam unseren Mitarbeitenden und neuen Mitbewohner*innen vor, sodass Sie sich schnell als Teil unserer Gemeinschaft fühlen können.

Anschließend begleiten wir Sie und Ihre Angehörigen zum Mittagessen in eines unserer Cafés. Auf Wunsch leisten wir Ihnen und Ihren Angehörigen gerne Gesellschaft beim Essen. Dies ist eine wunderbare Gelegenheit, in entspannter Atmosphäre miteinander ins Gespräch zu kommen, letzte Fragen zu klären oder einfach Persönliches auszutauschen.



Ausstattung des Zimmers mit persönlichen Dingen vermittelt ein Gefühl des eigenen Zuhauses

Sind alle Fragen und Anliegen von beiden Seiten geklärt, übergeben wir Sie wieder in die Hände Ihrer Angehörigen. Nun können Sie gemeinsam in aller Ruhe auspacken, sich gemütlich einrichten und in Ihrem neuen Zuhause ankommen. Bei Bedarf helfen Ihnen unsere Mitarbeiter aus der Haustechnik auch beim Anbringen von Bildern o.ä.

Wir stehen Ihnen jederzeit zur Seite, um diesen Übergang so sanft und angenehm wie möglich zu gestalten.

Willkommen in Ihrem neuen Zuhause!

■ *Nadine Taube*

Klemens  **Thater** GmbH
 orthopädie | schuh | technik [...das fuß-paradies]

**Bequemes
für Ihre Füße....**

- individuelle Einlagen
- bequeme Schuhe
- Schuhe f. Einlagen
- orthop. Maßschuhe
- Schuhzurichtungen
- Schuhreparaturen
- Schuhe f. Einlagen
- Fußpflegestudio

Parkplätze direkt vor der Tür - die Busverbindungen zu uns sind:
781 und der O3 Bushaltestelle: Mozartstraße

Auf dem Sand 4a | Hilden | ☎ 02103-242290

Zwischen Abschied und **Neuanfang**



Gertrud Rubröder ist Dezember nach einem Krankenhausaufenthalt in unser Seniorenzentrum Erikaweg erst als Kurzzeitpflegegast und im Anschluss dauerhaft eingezogen. Wir wollten von ihr wissen, wie Sie diesen Umzug erlebt hat und wie es ihr bei uns geht.

C. Homrighausen: Was bedeutet für Sie persönlich `Neuanfang`?

G. Rubröder: Ein Neuanfang bedeutet für mich, meine vertraute Wohnung aufzugeben und vieles zurückzulassen, was mir im Laufe der Jahre ans Herz gewachsen ist. Das ist mit großem Schmerz verbunden, weil so viele Erinnerungen an diesen

Gegenständen hängen. Es fühlt sich an, als würde ich einen wichtigen Teil meines bisherigen Lebens hinter mir lassen müssen.

C. Homrighausen: Fühlt sich Ihr Einzug hier für Sie wie ein Neuanfang an?

G. Rubröder: Ja, auf jeden Fall. Die Zeit in der Kurzzeitpflege hat mir bereits gutgetan und mir gezeigt, dass ich mich hier wohlfühlen kann. Trotzdem habe ich das Gefühl, erst richtig anzukommen, wenn meine Wohnung endgültig aufgelöst ist. Solange das noch nicht abgeschlossen ist, hängt ein Teil von mir gedanklich dort fest.

C. Homrighausen: Haben Sie sich vor dem Einzug auf diesen neuen Lebensabschnitt vorbereitet?

G. Rubröder: Nicht wirklich. Ich wusste schon länger, dass ein Umzug ins Seniorenzentrum irgendwann sinnvoll sein würde. Als mein Mann jedoch zu Hause gepflegt wurde, rückte dieser Gedanke erst einmal in den Hintergrund. Erst nachdem ich alleine war und mehrfach gestürzt bin, wurde mir klar, dass ich Unterstützung brauche. Die Kurzzeitpflege war dann eine Möglichkeit, auszuprobieren, ob ich mich hier wohlfühlen könnte und das hat mir die Entscheidung erleichtert.

C. Homrighausen: Wie haben Sie die erste Zeit hier erlebt?

G. Rubröder: Die erste Zeit war für mich sehr gewöhnungsbedürftig. Es gibt viele neue Abläufe, an die man sich erst gewöhnen muss.



C. Homrighausen: Was war für Sie am Anfang besonders wichtig?

G. Rubröder: Mir war es wichtig, gut versorgt zu sein und zu wissen, dass meine Familie in der Nähe ist. Das gibt mir Sicherheit und Kraft. Zu spüren, dass ich nicht allein bin, hat mir den Übergang deutlich erleichtert.

C. Homrighausen: Haben Sie bisher neue Menschen oder Aktivitäten kennengelernt, die Ihnen wichtig geworden sind?

G. Rubröder: Noch nicht wirklich. Ich glaube, das wird erst kommen, wenn meine Wohnung aufgelöst ist und ich innerlich mehr zur Ruhe komme. Im Moment bin ich noch sehr mit meinen Gedanken dort und muss diesen Abschied erst verarbeiten, bevor ich mich auf Neues einlassen kann.

C. Homrighausen: Welche Unterschiede merken Sie im Vergleich zu Ihrem früheren Alltag?

G. Rubröder: Ich habe jetzt deutlich mehr Zeit als früher. Das ist einerseits schön, weil ich nicht mehr so viel erledigen muss wie früher. Andererseits ist vieles neu für mich, und das macht es manchmal schwierig. Man muss sich auf neue Abläufe, neue Menschen und eine neue Umgebung einstellen – das braucht Zeit.

C. Homrighausen: Was wünschen Sie sich für die kommende Zeit?

G. Rubröder: Ich wünsche mir, gesund zu bleiben und innerlich zur Ruhe zu kommen. Ich hoffe, dass ich bald wieder Zeit nur für mich habe, ohne ständig an die Wohnung denken zu müssen. Dann kann ich mich auch besser auf mein neues Leben hier einlassen.

C. Homrighausen: Liebe Frau Rubröder, ich danke Ihnen für diese Einblicke in Ihre aktuelle Situation und wünsche Ihnen von Herzen, dass Sie bald Ihre Wohnung hinter sich lassen können und sich bei uns einleben werden.

■ Das Gespräch führte Celina Homrighausen

RSL

RAINER
SCHLOTTMANN
LEGAL

Fachanwaltskanzlei für
Arbeitsrecht
Bank- und
Kapitalmarktrecht

Tätigkeitsschwerpunkt:
Erbrecht

Sie haben Fragen oder Sorgen in rechtlichen Dingen? Sie brauchen Beratung oder einen Anwalt, der Sie beim rechtssicheren Erledigen Ihrer Angelegenheiten unterstützt?

Rufen Sie mich an, ich helfe Ihnen.

Ihr
Rainer Schlottmann



Wenn Eltern ins Pflegeheim ziehen

Der Einzug in ein Pflegeheim fällt nicht nur den Betroffenen oft schwer, sondern stellt auch die Angehörigen vor einige Herausforderungen. Meist ist nicht viel Zeit, den Einzug vorzubereiten und es gibt vieles, worum sich Angehörige dann kümmern müssen. Karl Rubröder hat vor kurzem den Umzug seiner Mutter Gertrud zu uns ins Seniorenzentrum Erikaweg organisiert und begleitet und hat sich bereit erklärt, aus Sicht eines Angehörigen zu erzählen, wie er diesen Prozess erlebt hat.

N. Taube: Ihre Mutter ist seit Dezember Bewohnerin im Seniorenzentrum Erikaweg. Wann wurde Ihnen klar, dass ein Umzug ins Pflegeheim notwendig werden könnte?

K. Rubröder: Während eines Krankenhausaufenthaltes meiner Mutter wurde ich von der Diagnose der Ärzte überrascht, die nach Einschaltung des Medizinischen Dienstes eine intensive Pflege für notwendig erachteten. Diese Pflege kann nur in einer entsprechenden Einrichtung geleistet werden. Eine

Heimnotwendigkeitsbescheinigung wurde ausgestellt.

N. Taube: Wie haben Sie die Entscheidungsfindung erlebt – eher als schleichenden Prozess oder als plötzliche Notwendigkeit?

K. Rubröder: Die plötzliche Notwendigkeit kam natürlich überraschend. Gleichwohl haben wir schon lange im Vorfeld über diese Möglichkeit gesprochen und meine Mutter hat den Wunsch geäußert, dass sie, wenn es mal soweit ist, dann bitte ins Seniorenzentrum „Stadt Hilden“ (Anm. der Redaktion: früherer Name des Seniorenzentrums Erikaweg) ziehen möchte.

Wir haben sehr oft das „Kaffee Kniebach“ besucht, dort sowohl den Nachmittag mit Kaffee und Kuchen verbracht, als auch das angebotene Mittagessen genossen. Meine Mutter traf dort auch immer wieder ehemalige Nachbarn und konnte ein Schwätzchen halten. Auch der Besuch der vielfältigen Veranstaltungen wurde gerne



genutzt. Also es war klar, wenn Heim, dann dieses.

N. Taube: Was waren die ausschlaggebenden Gründe und wie hat Ihre Mutter reagiert?

K. Rubröder: Die ausschlaggebenden Gründe waren medizinische Gründe. Meine Mutter hat es sehr gefasst aufgenommen. Ich glaube, es war ihr schon länger klar, dass dies der Weg ist. Ein neuer Lebensabschnitt beginnt.

N. Taube: Wie haben Sie den Umzugstag erlebt? Gab es etwas, das besonders schwierig war oder besonders schön?

K. Rubröder: Zunächst wohnte meine Mutter in einem Kurzzeitpflegezimmer zur Kurzzeitpflege. Dies geschah kurz vor Weihnachten und sie konnte die besondere Vorweihnachtsstimmung im Haus erleben und genießen, Sie wurde sehr nett aufgenommen und fühlte sich umsorgt und direkt heimisch, dank der tollen Menschen im Haus. Das Personal gibt sich sehr viel Mühe, es seinen Gästen so schön wie möglich zu machen.

Dann bot sich glücklicherweise die Möglichkeit in ein Zimmer auf Dauer umziehen zu können. Der Einzug in die Kurzzeitpflege sowie der spätere Umzug in das eigentliche Zimmer waren völlig unproblematisch und wurden sehr gut begleitet.

N. Taube: Was mussten Sie alles organisieren und regeln?

K. Rubröder: Nachdem der Einzug ins Seniorenzentrum „Stadt Hilden“ feststand, stellte sich natürlich die Frage, was ist

jetzt zu tun. Unterlagen und Formulare für den Einzug im Seniorenzentrum zusammensuchen, Termine und Gespräche vor Ort, die Wohnung meiner Mutter aufgeben (Mietvertrag kündigen), Anträge stellen (hier war das Stellwerk der Stadt Hilden eine große Hilfe), bei der Pflegekasse die entsprechende Unterstützung beantragen, Zimmer einrichten und Behaglichkeit herstellen. Nicht mehr benötigte Verträge kündigen.

N. Taube: Was würden Sie anderen Angehörigen in einer ähnlichen Situation raten?

K. Rubröder: Sprechen Sie mit den Fachleuten im Seniorenzentrum, danach ist ein Besuch im Stellwerk der Stadt Hilden sehr hilfreich und die Pflegekasse hat auch Möglichkeiten der Unterstützung und gute Tipps. An der Stelle möchte ich mich bei allen bedanken, die mich unterstützt haben.“

N. Taube: Ich danke Ihnen, Herr Rubröder, für das interessante Gespräch und wünsche Ihnen und Ihrer Mutter, dass sie sich bei uns wohlfühlt und hier ein neues Zuhause findet.

■ Nadine Taube

aveo GbR

Praxis für Physiotherapie

Nils Gundlach Anke Schallinatus Laura Frieges
Auf dem Sand 10 | 40721 Hilden | T 02103 41 88 140

Wie **Natur** Erinnerungen weckt

Ein Spaziergang im Grünen, das Zwitschern der Vögel oder der Duft von frisch gemähtem Gras – oft sind es ganz kleine Eindrücke, die plötzlich große Gefühle auslösen. Die Natur hat eine besondere Kraft: Sie berührt nicht nur unsere Sinne, sondern weckt auch Erinnerungen, die tief in uns schlummern.

Wenn Düfte Geschichten erzählen

Gerüche sind eng mit unserem Gedächtnis verbunden. Der Duft von Flieder kann an den Garten der Eltern erinnern, frische Erde an die Arbeit im eigenen Gemüsebeet oder der Geruch von Heu an einen Sommertag auf dem Land. Oft tauchen diese Erinnerungen ganz unerwartet auf, und mit ihnen Bilder, Stimmen und Gefühle aus früheren Zeiten. Die Natur wirkt dabei wie ein Schlüssel, der verschlossene Türen im Inneren öffnet.

Klänge, die uns zurückführen

Auch Geräusche haben diese besondere Wirkung. Das Rauschen eines Baches kann an Urlaube in den Bergen erinnern, das gleichmäßige Klopfen des Regens an gemütliche Nachmittage am Fenster. Vogelgesang am Morgen weckt vielleicht Erinnerungen an frühes Aufstehen, an Arbeitstage, aber auch an Neubeginn und Hoffnung. Solche Klänge schenken Vertrautheit und Geborgenheit.

Farben und Formen voller Leben

Im Frühling leuchten die ersten Blüten, im Sommer strahlen Felder und Wiesen, im Herbst färben sich die Blätter goldrot. Diese Farben begleiten uns ein Leben lang. Viele Seniorinnen und Senioren berichten, dass sie beim Anblick bestimmter



Landschaften sofort an ihre Kindheit denken: an das Spielen draußen, an gemeinsame Ausflüge oder an harte, aber auch erfüllte Zeiten. Die Natur erinnert uns daran, woher wir kommen.

Natur als Brücke zur eigenen Geschichte

Gerade im Alter, wenn sich vieles verändert, kann die Natur Halt geben. Sie bleibt beständig, auch wenn sich das Leben wandelt. Für Menschen mit nachlassendem Gedächtnis kann sie sogar eine Brücke zur eigenen Vergangenheit sein. Ein vertrauter Baum, eine Blume oder ein Naturbild kann Gespräche anstoßen und Erinnerungen zurückbringen, die lange verloren schienen.

Kleine Naturmomente im Alltag

Man muss nicht weit reisen, um diese Wirkung zu spüren. Ein Blick aus dem Fenster, ein Strauß Blumen im Zimmer,



ein kurzer Aufenthalt im Garten – all das kann reichen. Auch Fotos von Landschaften oder Naturgeräusche können Erinnerungen wecken und das Wohlbefinden steigern.

Ein Geschenk für Herz und Seele

Die Natur erinnert uns daran, dass unser Leben aus vielen Kapiteln besteht. Sie

lässt uns Vergangenes wieder fühlen, ohne zu urteilen. In ihrer Ruhe und Schönheit finden wir Trost, Freude und Verbundenheit. Vielleicht ist es genau das, was sie so wertvoll macht: Sie schenkt uns Erinnerungen – und das Gefühl, Teil eines großen Ganzen zu sein.

■ *Vanessa Mergel*



HILDEN HAT EIN HERZ FÜR SENIOREN*INNEN

GEMEINSAM MIT DEM
FÖRDERVEREIN (FSHeV) DER
SENIORENDIENSTE STADT HILDEN

Schwerpunktbereiche unserer Förderung

Der FSHeV hat folgende Schwerpunkte:

- Ein würdevolles Leben im Alter
- Unterstützung gesundheitlicher Handicaps
- Linderung von Altersarmut/-depression
- Hilfe bei demenziellen Erkrankungen
- Umgang mit zunehmender Digitalisierung

Kontaktmöglichkeiten

Homepage: www.fshev.org

E-Mail: info@fshev.org

Spendenkonto

Förderverein der Seniorendienste Stadt Hilden e.V.

IBAN: DE29 3345 0000 0034 3399 03



Werden Sie Mitglied oder unterstützen die Arbeit des FSHeV mit Ihrer Spende/einem Vermächtnis.

Frühling ist Pollenzeit

Wenn es draußen grünt und blüht, haben leider auch Allergien Hochsaison. Ob Heuschnupfen, eine Reaktion auf Hausstaub oder Empfindlichkeiten gegen Schimmelsporen – Allergien können uns in jedem Alter begegnen. Mit ein paar kleinen Anpassungen im Alltag können Sie die sonnigen Tage jedoch wieder unbeschwerter genießen.



1. Pollen clever ausweichen

Da wir hier eher städtisch leben, empfiehlt es sich, vor allem morgens und abends zu lüften, da die Pollenkonzentration dann meist am geringsten ist. Achten Sie darauf, Ihre Kleidung oder frisch gewaschene Bettwäsche bei starkem Pollenflug lieber nicht im Freien zu trocknen, damit die feinen Partikel nicht hängen bleiben. Ein bewährter Trick für die Nacht: Waschen Sie sich vor dem Schlafengehen kurz die Haare, um die Pollen des Tages nicht mit ins Kissen zu nehmen. Und wenn Sie draußen unterwegs sind, ist eine Sonnenbrille ein idealer Begleiter – sie sieht nicht nur schick aus, sondern schirmt Ihre Augen auch ganz praktisch vor dem direkten Kontakt mit Pollen ab.

2. Kreuzallergien - Vorsicht beim Obst

Wussten Sie, dass unser Körper Pollen manchmal mit bestimmten Nahrungsmitteln verwechselt? Wer beispielsweise auf Birke reagiert, spürt beim Essen eines Apfels oder einer Birne oft ein leichtes Kribbeln im Mund. In solchen Fällen hilft ein abwechslungsreicher Speiseplan. Ein wertvoller Tipp aus der Küche: Viele Obstsorten werden deutlich verträglicher, wenn sie kurz gedünstet oder gekocht werden. Ein leckeres Kompott ist daher oft eine wunderbare Alternative zum rohen Obst.

3. Den Hausstaubmilben keine Chance

Milben bevorzugen ein warmes und feuchtes Klima. Um ihnen den Lebensraum zu nehmen, sollten Sie Ihr Bettzeug täglich kräftig ausschütteln und Ihr Zimmer gründlich lüften. Auch die Wahl der Nachtwäsche spielt eine Rolle: Wenn Sie Schlafbekleidung tragen, gelangen weniger Hautschuppen direkt in die Matratze. Da diese Schuppen die Hauptnahrungsquelle der Milben sind, können Sie die kleinen Plagegeister so ganz einfach „aushungern“.

4. Schützen Sie Ihre natürliche Barriere

Mit zunehmendem Alter werden unsere Schleimhäute oft trockener und dadurch leider auch anfälliger für Allergene. Um die Schutzfunktion von innen zu stärken, ist es wichtig, ausreichend zu trinken – idealerweise mindestens 1,5 Liter Wasser oder Tee am Tag.

Für die direkte Reinigung der Nase hat sich eine sanfte Meersalz-Nasendusche bewährt. Sie befeuchtet nicht nur,



sondern spült Staub und Pollen effektiv fort, bevor sie Reizungen auslösen können.

Ein wichtiger Hinweis zu Medikamenten

Bei aller Erleichterung durch moderne Medizin ist im Alter Vorsicht geboten: Viele frei verkäufliche Allergietabletten können müde machen oder die Reaktionsfähigkeit einschränken. Da dies im

Alltag schnell zu Schwindel oder einer gewissen Gangunsicherheit führen kann, ist Sicherheit das oberste Gebot. Bitte halten Sie daher immer kurz Rücksprache mit Ihrem Hausarzt oder unserem Pflege team, bevor Sie ein neues Mittel ausprobieren.

■ *Andrea Köhler*



hildorado
sport- und freizeitbad
der stadtwerte hilden

Gesund und fit mit Aqua-Sport.

Schonend Muskulatur, Herz und Kreislauf trainieren.
Informieren Sie sich über unser Kursangebot unter
www.hildorado.de oder direkt im Hildorado.

Tipps gegen die **Frühjahrmüdigkeit**

Eigentlich sollten wir uns freuen, wenn die Sonne wieder länger scheint und die Vögel zwitschern. Doch statt voller Energie zu sein, fühlen sich viele von uns im Frühling erst einmal schlapp, müde und manchmal sogar etwas schwindelig. Keine Sorge: Das ist keine Krankheit, sondern die sogenannte Frühjahrmüdigkeit. Unser Körper braucht einfach ein wenig Zeit, um seinen „Wintermodus“ zu beenden.

Den Hormonhaushalt wecken

Der Grund für die Müdigkeit ist eine Umstellung unserer Hormone. Während im Winter das Schlafhormon Melatonin dominiert hat, muss der Körper nun erst wieder das „Glückshormon“ Serotonin produzieren. Um diesen Prozess zu beschleunigen, ist Tageslicht das beste Rezept. Aber auch gute Laune hilft! Unser gemeinsames Singen ist dafür ideal: Das tiefe Einatmen und die Musik vertreiben die Wintergeister und bringen frischen Sauerstoff sowie Freude in den Tag.



Kreislauf in Schwung bringen

Die steigenden Temperaturen führen dazu, dass sich unsere Blutgefäße weiten.

Dadurch sinkt der Blutdruck leicht ab, was uns müde machen kann. Hier hilft Bewegung an der frischen Luft oder in der Gruppe. Schauen Sie doch mal bei unserer Gymnastikgruppe vorbei! Die sanften Übungen regen die Durchblutung an und helfen dem Kreislauf, wieder stabil zu werden. Achten Sie zudem darauf, über den Tag verteilt genug zu trinken, damit der Kopf klar bleibt.

Leichte Kost genießen

Im Winter essen wir oft etwas gehaltvoller. Jetzt im Frühling freut sich der Körper über leichte Kost, die Vitamine liefert, ohne schwer im Magen zu liegen. Bei unserem gemeinsamen Frühstück gibt es natürlich auch frisches Obst, Joghurt und Vollkornprodukten. Das gibt Ihnen genau die Energie, die Sie für den Start in den Frühlingstag brauchen.

Haben Sie Geduld mit sich

Geben Sie Ihrem Körper die Zeit, die er braucht. Die Umstellung dauert meist zwei bis vier Wochen. Gönnen Sie sich zwischendurch ein Ruhepäuschen, aber versuchen Sie, den Mittagsschlaf nicht zu sehr auszudehnen, damit Sie abends gut einschlafen können.

Sollte die Müdigkeit über viele Wochen anhalten oder mit starker Antriebslosigkeit einhergehen, sprechen Sie bitte sicherheitshalber mit Ihrem Hausarzt oder unserem Pflorgeteam. Manchmal steckt auch ein einfacher Vitaminmangel dahinter, der sich leicht beheben lässt.



Frühlingsgedicht

Wenn's erstmal nach Gegrilltem duftet,
 man gern wieder im Garten schuftet,
 wenn die Äste Triebe kriegen,
 und auf den Wiesen wieder mähn die Ziegen,
 wenn die Sonne Wärme bringt,
 und ein jeder Vogel Lieder singt,
 wenn die Grillen wieder fideln
 und die Primeln wieder primeln:
 Wenn die Menschen trällern Tralala,
 dann ist wohl der Frühling da.

(unbekannter Autor)



Wir bügeln für Sie die Sache wieder hin!

- Unfallreparaturen
- Abschleppservice
- Leihwagenservice
- Industrie- und
- Sonderlackierungen

Fahrzeuglackierung & Werkstattservice Thimm GmbH
 Zur Verlach 15 · 40723 Hilden

Tel. 02103 / 64751
 Fax 02103 / 64758

Herzlichen Glückwunsch



Geburtstage am Erikaweg

Aloysia Görres	*12.03.1933
Fred Bansemer	*20.03.1940
Renate Weingarten	*21.03.1954
Günther Mann	*29.03.1943
Hannelore Wolter	*30.03.1938
Gisela Wygasch	*31.03.19



Geburtstage in der Hummelsterstraße

Eduard Jankowski	*07.03.1940
Waltraud Polk	*09.03.1940
Rosemarie Renney	*09.03.1944
Marianne Ursula Voß	*11.03.1935
Herbert Bebber	*13.03.1936
Irmgard Friezke	*31.03.1931

Die Gewinner des Februar-Preisrätsels

Seniorenzentrum Erikaweg

Norbert Wilbert, im Haus

Saborowski, Friedemann, Langenfeld

Christa Wünsche, Hilden

Herzlichen Glückwunsch!

Seniorenzentrum Hummelsterstraße

Edith Bröder, Hilden

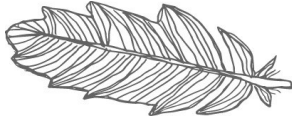
Julien, im Haus

Frank Janowski, Hilden

Lösungen: Berliner, Kostuem, Maske,
Narren, Konfetti, Prinz



Unvergessen - Nachrufe



Ingrid Holthusen

Ingrid Holthusen war eine hilfsbereite, ruhige und tierliebe Frau. Seit dem Sommer 2025 lebte sie in unserem Haus. Sie war stets dankbar und freute sich über jede Aufmerksamkeit sowie über die kleinen Dinge des Alltags. Schon kleine Gesten hatten für sie einen großen Wert. Besonders wichtig waren Ingrid Holthusen ihr Neffe und seine Ehefrau, die immer an ihrer Seite standen. Unser tiefes Mitgefühl gilt ihren Angehörigen.

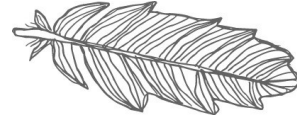
* 27.09.1952 † 27.01.2026



Inge Ulbricht

Inge Ulbricht lebte seit April 2024 in unserem Haus. Wir haben sie als familiären, humorvollen und tierlieben Menschen kennengelernt. Besonders gerne nahm Inge Ulbricht an gemeinsamen Angeboten teil und hatte große Freude an Festen und Feiern. Das Spielen von Rummi-kub zählte zu ihren liebsten Beschäftigungen und bereitete ihr viel Freude. Bis zuletzt wurde Inge Ulbricht liebevoll von ihrer Tochter begleitet, die stets an ihrer Seite war. Unser tief empfundenenes Mitgefühl gilt ihren Angehörigen.

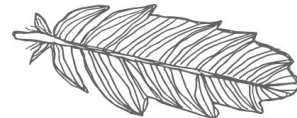
* 30.04.1928 † 08.02.2026



Irma Ermel

Seit November 2023 lebte Irma Ermel in unserem Haus. Sie war eine humorvolle, selbstbestimmte und religiöse Persönlichkeit. Über Besuche freute Irma Ermel sich, insbesondere über die Gespräche und den persönlichen Austausch. Ein ihr besonders wichtiges persönliches Stück war ihre Uhr, die sie sehr schätzte und die für sie einen hohen ideellen Wert hatte. Unser aufrichtiges Mitgefühl gilt ihren Angehörigen.

* 25.02.1932 † 05.02.2026

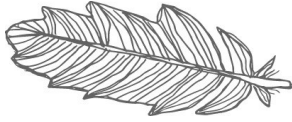


Jürgen Wartke

Jürgen Wartke lebte nur kurze Zeit bei uns im Haus. In diesen wenigen Tagen durften wir ihn als weltoffene, freundliche und sehr redselige Persönlichkeit kennenlernen. Er erzählte gerne von seinen Reisen in alle Welt. Besonders berichtete er von seiner Erkundung durch Brasilien und sprach liebevoll von seinem Bruder. Auch wenn er nur zehn Tage bei uns war, bleibt er uns als interessanter und lebensfroher Mensch in Erinnerung. Seinen Angehörigen gilt unser aufrichtiges Mitgefühl.

* 27.04.1942 † 14.02.2026

Unvergessen - Nachrufe



Christine Schulten

Als selbstbestimmte, gesellige und tierliebe Bewohnerin durften wir Christine Schulten kennenlernen, die seit Januar 2024 in unserem Haus lebte. Christine Schulten freute sich stets über Besuche und über Gespräche mit ihr vertrauten Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern. Gerne erzählte sie von ihren Reisen mit ihren Freunden sowie von Besuchen im Sauerland bei Bekannten. Ihrer Familie und ihren Bekannten gilt unser aufrichtiges Mitgefühl.

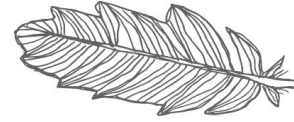
***10.07.1940 † 15.02.2026**



Ruth Schwarz

Wir nehmen Abschied von Ruth Schwarz, die durch ihre herzliche Art alle begeisterte. Ihr herzliches, ansteckendes Lachen bleibt unvergessen. Auf ein gepflegtes Äußeres legte Sie stets großen Wert. Sie war gesprächig, gesellig und nahm mit Freude an gemeinsamen Angeboten und Aktivitäten teil. Die Gespräche mit Ruth Schwarz waren angenehm und bereichernd. Ihren Angehörigen und allen, die ihr nahestanden, wünschen wir viel Kraft.

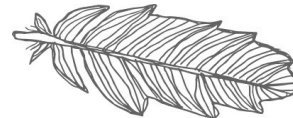
*** 26.09.1927 † 04.02.2026**



Elisabeth Kollat

Elisabeth Kollat war eine selbstbestimmte Frau, die wusste, was ihr wichtig war. Zu Bewohnerinnen, mit denen sie sich verbunden fühlte, pflegte sie wertschätzenden Kontakt und brachte sich ihnen gegenüber sehr hilfsbereit ein. Elisabeth Kollat nahm gerne an den Angeboten im Haus teil und brachte sich dabei stets ein. Sie war eine zufriedene Frau und widmete ihre Zeit gern dem Lesen von Zeitungen. Unser herzlichstes Mitgefühl gilt ihren Liebsten.

*** 03.10.1947 † 03.02.2026**

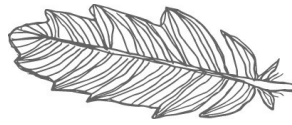


Johann Matenia

Johann Matenia war ein humorvoller Mensch mit einer direkten und ehrlichen Art. Mit seinem unverwechselbaren Humor brachte er andere zum Lachen und war immer zu einem Gespräch bereit, besonders über Politik, aktuelle Nachrichten oder seinen geliebten Fußballverein FC Bayern München. Johann Matenias liebevolle, manchmal derbe Art zeigte stets sein gutes Herz. Unsere Anteilnahme gilt der Ehefrau und der Familie von Johann Matenia.

*** 06.12.1931 † 04.02.2026**

Unvergessen - Nachrufe



Erhard Donner

Wir erinnern uns an Erhard Donner. Wir lernten ihn als ruhigen und ausgeglichenen Menschen kennen, dessen freundliches Wesen viele berührte. Seine herzliche Art machte jede Begegnung angenehm und wertvoll. Gespräche mit ihm waren stets schön und bereichernd. Erhard Donner war ein geselliger, zugleich bescheidener Mensch, dankbar für die kleinen wie die großen Momente des Lebens. Besonders wichtig war es ihm, niemandem zur Last zu fallen. Unser herzliches Beileid gilt Erhard Donners Familie.

* 17.12.1932 † 06.02.2026

Ihr Kompetenzteam für Hörgeräte

Hörstudio Schirmer
Meisterbetrieb für Hörgeräte

Aus einer Vielzahl von Hörgeräten finden Sie bei uns durch Vergleichen verschiedener Hörgeräte in Ihrer gewohnten Umgebung die für Sie optimale Hörgeräte-Lösung.

Wir haben immer ein offenes Ohr für Sie – und Sie Ihre Ansprechpartner rund um das „gute Hören“.

Unser Vor-Ort-Service:

Einmal im Monat bieten wir Ihnen in den Seniorenzentren Erikaweg & Hummelsterstraße unseren Hörgeräte-Überprüfungsservice.

Wir reinigen & überprüfen Ihre Hörgeräte bei Ihnen vor Ort.

Ralph Schirmer,
Hörakustikmeister & Inhaber



IN HILDEN AUSGEZEICHNET

**TOP
100**

**AKUSTIKER
2017/2018**

INHABERGEFÜHRTE MITTELSTÄNDISCHE
UNTERNEHMEN, AUSGEZEICHNET
FÜR BESONDERE KUNDENORIENTIERUNG
VOM BGW INSTITUT FÜR
INNOVATIVE MARKTFORSCHUNG, DÜSSELDORF
Mehr Infos: www.top100akustiker.de

Termine für Ehrenamtliche

Seniorenzentrum Hummelsterstraße

Für die folgenden Termine suchen wir noch Ehrenamtliche, die uns bei der Durchführung tatkräftig unterstützen. Bei Interesse melden Sie sich bitte bei der Bewohnerbetreuung unter: 02103-96069-14/-66 oder betreuung-hummelster@seniordienste-hilden.de

Termine im März

12.03.26 ab 16.00 Uhr
Märchen mit Klavier

21.03.26 ab 16.00 Uhr
Rudelsingen im Café

Ausschau in den April

06.04.26 ab 16.00 Uhr
Konzert Herr Licht

24.04.26 ab 16.00 Uhr
Konzert Shanty Chor Richrath

30.04.26 ab 16.00 Uhr
Tanz in den Mai mit DJ Becker

Seniorenzentrum Erikaweg

Für die Veranstaltungen im Dezember freuen wir uns noch über ehrenamtliche Unterstützung. Bei Interesse melden Sie sich bitte bei Ulrike Riemann unter: 02103-890231 oder u.riemann@senioren-dienste-hilden.de

Termine im März

05.03. ab 15:00 Uhr
Geburtstagskaffee für Bewohnende

06.03. ab 15:45 Uhr
Rudolf Kronenberg, Klavier

19.03. ab 15:00 Uhr
Mode-Mobil

27.03. ab 15:30 Uhr
Unterhaltsames mit Frau Rupsch
Thema: Unser täglich Brot

Ausschau in den April

18.04. ab 15:45 Uhr
Gospelchor „The Carolas“

24.04. 18:30 Uhr
Eröffnung der Fotoausstellung von
Uwe Dreyer



Demenzberatung in der Hummelsterstraße

Demenzberatung jeden 2. Donnerstag 11.00 -12.00 Uhr

An jedem 2. Donnerstag im Monat zwischen 11.00 -12.00 Uhr findet im Seniorenzentrum Hummelsterstraße in Kooperation mit dem Seniorenbüro der Stadt Hilden eine Beratungssprechstunde zum Thema Demenz statt.

Hier bekommen Sie erste Informationen und Anlaufmöglichkeiten rund um das Thema Demenz. Die Beratung richtet sich an Betroffene, Angehörige und andere Interessierte und ist kostenfrei!

Termine für 2026

- 12. März 2026
- 9. April 2026
- 21. Mai 2026
- 11. Juni 2026
- 9. Juli 2026
- 13. August 2026
- 10. September 2026
- 8. Oktober 2026
- 12. November 2026
- 10. Dezember 2026

KREUER
BESTATTUNGEN SEIT 1873

Für alle
**Bestattungsangelegenheiten
und Vorsorgeberatungen**



Walder Straße 6 (An der Gabelung)
40724 Hilden
Telefon: 0 21 03 -2 01 90
info@kreuer-bestattungen.de
www.kreuer-bestattungen.de

Rätsel: Der März klopft an

Langsam werden die Tage wieder heller, die Sonne gewinnt an Kraft und in den Gärten zeigen sich die ersten Frühlingsboten. Der März ist ein besonderer Monat: Er verabschiedet den Winter und begrüßt den Frühling. Mal zeigt er sich noch kühl und stürmisch, mal überrascht er uns schon mit milden Temperaturen und Vogelgezwitscher.

Freuen Sie sich auf ein kleines März-Quiz mit Fragen rund um diesen abwechslungsreichen Monat.

Viel Spaß wünscht Ihnen Ihr

Dennis Sokolowski und Bernd Düster

Zu gewinnen gibt es 3 x eine Schachtel Pralinen (pro Haus), die für die Gewinner in unseren Cafés vier Wochen zur Abholung bereit liegen.



1. Welches Sternzeichen beginnt meistens im März?

- a) Löwe
- b) Widder
- c) Zwillinge
- d) Skorpion

2. Welcher Feiertag wird in Deutschland im März gefeiert?

- a) Tag der Deutschen Einheit
- b) Karfreitag
- c) Internationaler Frauentag
- d) Reformationstag

3. Welche Jahreszeit beginnt im März?

- a) Sommer
- b) Herbst
- c) Winter
- d) Frühling

4. Welches Tier hört man im März oft wieder zwitschern?

- a) Igel
- b) Storch
- c) Spatz
- d) Maulwurf

5. Welcher Heilige wird am 19. März gefeiert?

- a) Sankt Martin
- b) Sankt Josef
- c) Sankt Nikolaus
- d) Sankt Georg

Lösungen:

1.	2.	3.	4.	5.
----	----	----	----	----

Name: _____

Telefon: _____

Adresse: _____

Eingeworfen in die Los-Box im: Seniorenzentrum Erikaweg Seniorenzentrum Hummelsterstraße

Mit der Abgabe des Lösungzettels erkläre ich mich gemäß DSGVO mit der Veröffentlichung als Gewinner im Kurier einverstanden.

Die Löschung ihrer personenbezogenen Daten erfolgt nach der Auslosung. Einsendeschluss ist der 25. März 2026

Kontakte

STATIONÄRE PFLEGE

Nadine Taube nimmt Ihre Anmeldung für die stationäre Pflege an und berät rund um das Einzugsmanagement.

02103 / 8902-20

n.taube@seniorenendienste-hilden.de

KURZZEITPFLEGE

Sie suchen einen Kurzzeitpflegeplatz für sich oder Ihre Angehörigen?

Renata Wilbert steht Ihnen gerne zur Verfügung und berät Sie zur Finanzierung.

02103 / 8902-29

r.wilbert@seniorenendienste-hilden.de

AMBULANTE PFLEGE

Sie wohnen in der Nähe des Erikaweges und benötigen ambulante Pflegeleistungen?

Heike Strinnholm besucht Sie gerne und berät Sie, wie unser ambulanter Pflegedienst Sie unterstützen kann.

02103 / 8902-66

h.strinnholm@seniorenendienste-hilden.de

SENIORENWOHNUNGEN

Renata Wilbert berät Sie zu den Seniorenwohnungen und dem Betreuten Wohnen, erläutert die Unterschiede, vereinbart Besichtigungstermine und nimmt Ihre vorsorgliche Anmeldung entgegen.

02103 / 8902-29

r.wilbert@seniorenendienste-hilden.de

EHRENAMTLICHES ENGAGEMENT

Sie wollen sich ehrenamtlich engagieren? Wir beraten gerne mit Ihnen, welche Tätigkeit zu Ihnen passt.

Für unser Haus Hummelsterstraße:

Elke Pommer **02103 / 96069-14**

Für das Haus Erikaweg:

Ulrike Riemann **02103 / 8902-31**

LEITUNG TAGESPFLEGE

Stella Jurisa beantwortet gerne alle Fragen zur Tagespflege (z.B. Anmeldeverfahren, Finanzierung, Belegung, Fahrdienst)

02103 / 8902-18 (täglich von 8–16 Uhr)

s.jurisa@seniorenendienste-hilden.de

LEITUNG HAUS ERIKAWEG

Beate Linz-Eßer steht gerne für alle Fragen an die Geschäftsführung oder Einrichtungsleitung des Seniorenzentrums Erikaweg zur Verfügung.

02103 / 8902-10

b.linz@seniorenendienste-hilden.de

Andrea Köhler, Stellvertretung

02103 / 8902-54

a.koehler@seniorenendienste-hilden.de

LEITUNG HAUS HUMMELSTERSTRASSE

Hans Zoethout steht Ihnen für alle Fragen an die Einrichtungsleitung des Seniorenzentrums Hummelsterstraße zur Verfügung.

02103 / 96069-10

h.zoethout@seniorenendienste-hilden.de





medwerk.

Sanitätshaus
Orthopädie
Schuhtechnik

HILDEN



Gesundheitszentrum medwerk GmbH
Verwaltung | RehaHilfsmittel
Kleinhülsen 44
40721 Hilden

FON +49 (0)2103 29 79 20
FAX +49 (0)2103 29 79 46

DÜSSELDORF



Gesundheitszentrum medwerk GmbH
im PRADUS Medical Center
Reichsstraße 59
40217 Düsseldorf

FON +49 (0)211 17 12 95 65
FAX +49 (0)211 17 12 95 66

www.MED-WERK.de

info@MED-WERK.de



Apotheke am Strauch

Ihre Gesundheit ist für uns die Hauptsache



Apotheke am Strauch

An den Linden 43
40723 Hilden
Tel. 02103 – 87 576
Fax 02103-24 61 22



Inge Funke
Apothekerin für
Offizinpharmazie,
Ernährungsberatung,
Pflegeversorgung,
Geriatrische Pharmazie

Heinz H. Funke
Apotheker für
Offizinpharmazie



Wir beraten Sie gerne.
Ihre LINDA-Apotheke
www.linda.de



Über die Linda App bequem
vorbestellen & abholen

apotheke-am-strauch@t-online.de

www.apotheke-am-strauch.de