

Kreisverband Deggendorf



**Bayerisches
Rotes
Kreuz**



Osterhofen

BRK Senioren- und Pflegeheim Osterhofen

Pflege ist Vertrauenssache

Mühlhamer Str. 13 · 94486 Osterhofen · Tel. 099 32/954 06-0
E-Mail: info@shosterhofen.brk.de · www.brk-deggendorf.de



Konzept & Philosophie	4
Professionelle Pflege	5
Familiäres Flair	6
Angenehme Atmosphäre	7
Treffpunkt Marktplatz	8
Wohnen wie Zuhause	9
Gartenluft und Gartenduft	10
Freizeit mit Pfiff	12
Fröhlich feiern	14
Kulinarische Köstlichkeiten	16
Segensreicher Service	17
Warum ins Seniorenheim nach Osterhofen	18

Impressum

Herausgeber:

Bayerisches Rotes Kreuz

Kreisverband Deggendorf
 Körperschaft des Öffentlichen Rechts
 Verantwortlich: Gerhard Gansl, KGF
 Wiesenstraße 8 · 94469 Deggendorf
 Tel: 0991-3604-0 · Fax: 0991-3604-30
 info@kvdeggendorf.brk.de · www.brk-deggendorf.de



Redaktion: Beatrice Hohler (V.I.S.d.P.)
 94486 Osterhofen, www.gesund-pflege.de

Grafik und Design: Jessica Stefani
 Vilshofen an der Donau, www.blattgold-grafik.de

Fotos: BRK Seniorenheim Osterhofen und Beatrice Hohler

Stand: März 2016

Alle Inhalte, insbesondere Texte, Fotografien und Grafiken sind urheberrechtlich geschützt (Copyright). Jegliche Nutzung, auch auszugsweise, bedarf der Zustimmung der jeweilig genannten Autoren. Wer gegen das Urheberrecht verstößt (z.B. die Inhalte unerlaubt auf die eigene Homepage kopiert), macht sich gem. § 106 ff Urhebergesetz strafbar. Er wird zudem kostenpflichtig abgemahnt und muss Schadensersatz leisten. Kopien von Inhalten können im Internet ohne großen Aufwand verfolgt werden.

Unser Anspruch

Leben in Würde

Ältere Menschen, die Ihr Leben gemeistert haben, haben einen Anspruch auf einen angenehmen Lebensabend. Jeder möchte diesen am liebsten zuhause verbringen. Vielfach ist dies jedoch aufgrund der familiären Situation und bei Pflegebedürftigkeit nicht möglich. In allen unseren BRK-Senioren- und Pflegeheimen legen wir großen Wert darauf, die bisherige Biographie der Bewohner zu berücksichtigen, um durch individuelle Pflegepläne das Gewohnte möglichst weiterzuführen. Wir handeln stets nach der Prämisse: „so viel Freiheit und Selbstbestimmung wie möglich, so viel Hilfe wie nötig.“ Unsere Häuser stehen für Geborgenheit und Sicherheit in einem gemütlichen Zuhause, für einen wohlverdienten und würdevollen Lebensabend.

Wir helfen...

... menschlich

Leben, Gesundheit und Würde des Menschen schützend

... unparteilich

ohne Unterscheidung nach Nationalität, Rasse, Religion, soziale Stellung oder politische Überzeugung.

... neutral

keine Teilnahme an Feindseligkeiten jeglicher Art.

... freiwillig

ohne jedes Gewinnstreben

... einheitlich

ein Rotes Kreuz überall im Land

... universell

in aller Welt!

Das Besondere am BRK Seniorenheim Osterhofen:

Unser Haus in Osterhofen ist ein modernes Senioren- und Pflegeheim, das vor allem die zunehmende Anzahl Demenzkranker berücksichtigt und für sie zwei spezielle Wohngruppen bietet, mit einem geschlossenen Sinnes- und Demenzgarten. Aber auch rüstige Senioren oder Pflegebedürftige aller Stufen finden hier zentrumsnah ein behagliches Zuhause.

Konzept & Philosophie

Sich wohlfühlen im Alter: Wir bieten eine geschützte Atmosphäre und ermöglichen ein selbstbestimmtes Leben, wie in der Familie: mit Angehörigen, Mitbewohnern und liebevollem Personal.



In allen unseren BRK Senioren- und Pflegeheimen verbinden wir mit dem Wort HEIM ein Stück HEIMAT, Zuhause, Geborgenheit. Unsere Bewohner genießen den Lebensabend gemeinsam mit anderen, und fühlen sich wie in einer Großfamilie. Wir unterstützen die Senioren dabei, sich je nach der eigenen Biografie ihre Selbstbestimmung und Selbstverwirklichung zu erhalten. Jeder ist ein freier Mensch und kann seinen Tagesrhythmus, seine Hobbies und Gewohnheiten auch im neuen Zuhause weitgehend beibehalten. Wir bieten stets interessante Beschäftigungsformen an, so dass für jeden etwas Passendes dabei ist. Gerade bei demen-

ten Bewohnern ist es wichtig, einen gewohnten Tagesablauf beizubehalten, die Erinnerung an alte Gewohnheiten wachzuhalten und sie Tätigkeiten ausführen zu lassen, bei denen sie auf Erfahrung bauen können. Im Gegensatz zu Senioren, die allein zuhause sind und sehnsüchtig auf den ambulanten Pflegedienst 1–2x am Tag warten, um etwas Abwechslung und Ansprache zu haben, schätzen unsere Senioren im Heim die Gemeinschaft und die vielfältigen Beschäftigungsmöglichkeiten. Dazu zählen beispielsweise Malen, Stricken, Kochen, Gartenarbeit, Spiele wie z. B. Mensch-ärgere-dich-nicht, aber auch Musizieren oder sportliche Aktivitäten.



Professionelle Pflege

Bei uns sind Sie in guten Händen

Professionelle Pflegefachkräfte sowie freiwillige Helfer kümmern sich liebevoll um die Bewohner, sowohl bei medizinischer Pflege als auch bei Beschäftigungstherapien und Ausflügen. Egal mit welcher **Pflegestufe**, alle sind hier bestens versorgt. Auch **rüstige Rentner**, die noch nicht unter eine Pflegestufe fallen, schätzen hier das **Seniorenwohnen** in der Gemeinschaft. Bei Pflegebedürftigkeit bis hin zur **vollstationären Pflege** garantiert unser spezialisiertes Personal reibungslose medizinische Versorgung. Mit viel Ehrgeiz und Engagement fördern sie die Selbstständigkeit der Senioren durch gezielte Übungen für die geistige und seelische Entwicklung. Für **Demenzkranke** bieten wir zwei spezielle Wohngruppen an. Wer seine Lieben zuhause pflegt und kurzzeitig verhindert ist oder eine Auszeit benötigt, kann uns die Pflegebedürftigen im Rahmen der **Kurzzeit- oder Verhinderungspflege** anvertrauen. Dies ist eine gute Gelegenheit, das Leben im Heim, die Gemeinschaft, Betreuung und Beschäftigungstherapien kennenzulernen.





Das Seniorenheim in Osterhofen ist unser jüngstes Haus im Kreisverband

Wegweisende Konzepte und die langjährige Erfahrung in all unseren Seniorenheimen im Landkreis Deggendorf fließen zum Wohle der Bewohner in Osterhofen mit ein. Als Verbundenheit zum Ort hat jede Wohngruppe den Namen eines bekannten Platzes in Osterhofen. Ob Marienplatz, Stadtplatz oder Kapellenplatz etc., die Senioren schätzen diese namhaften Wohnadressen und freuen sich riesig, wenn sie im eigenen Briefkasten Post erhalten. Eine einmalige Postkartenaktion hat ihnen Grüße aus aller Welt beschert. Eine Demenzkranke hat diese Karten nach ihrem eigenen Schema „sortiert“, bis sie „fertig“ war.

Geniales Konzept für Demenzkranke: da diese Wohngruppen offen sind und den Bewohnern absolute Freiheit ermöglichen, werden Aufzüge und Türen nach außen optisch so verziert, als würde die Wand mit Handlauf weitergehen oder einfach ein Regal da stehen, als „natürliche Barrieren“. Falls Demente dennoch dabei sind, das Heim zu verlassen, informiert ein Sicherheitsarmband die Pflegekräfte, die dafür sorgen, dass sich niemand in Gefahr begibt. Bewährt hat sich auch die sogenannte Waldmannbeleuchtung, die durch bestimmte Blau- und Rotlichtanteile den Tag- und Nachtrhythmus verstärkt.

Das offene und helle Heim strahlt Behaglichkeit und Wohlfühl-atmosphäre aus und jeder fühlt sich hier sofort willkommen.



Ein großzügiges Foyer mit gemütlicher Sitzzecke empfängt Bewohner und Gäste. Hinweistafeln über die verschiedenen Wohngruppen und ihrem zugehörigen „Platz“, der jeweils eine bestimmte Farbe hat, erleichtern die Orientierung im Haus. Heimleitung und Sekretariat sind direkt neben dem Haupteingang für jeden schnell und leicht zu erreichen. Um den Bewohnern ihre gewohnte Normalität zu erhalten, hat hier jeder seinen eigenen Briefkasten, und kann direkt im Haus barrierefrei „ins Café“, „in die Kirche“ oder „zum Friseur“ gehen.

Ein heller Festsaal im Dachgeschoss mit riesigen Fensterfronten ist die ideale Kulisse für die zahlreichen Feste im Jahreskreis. Beliebt ist darin auch die Spielecke für die Enkel. Spezielle Therapieräume ermöglichen vielfältige Beschäftigungen oder sportliche Betätigung. Für besondere Entspannung steht pro Wohneinheit ein **großzügiges Pflegebad** zur Verfügung. Körperliche Nähe, Zuhören, einfach da sein, oft sind es diese einfachen Dinge, die für die alten Menschen wichtig sind und dazu beitragen, dass sie sich hier im Heim wohlfühlen.

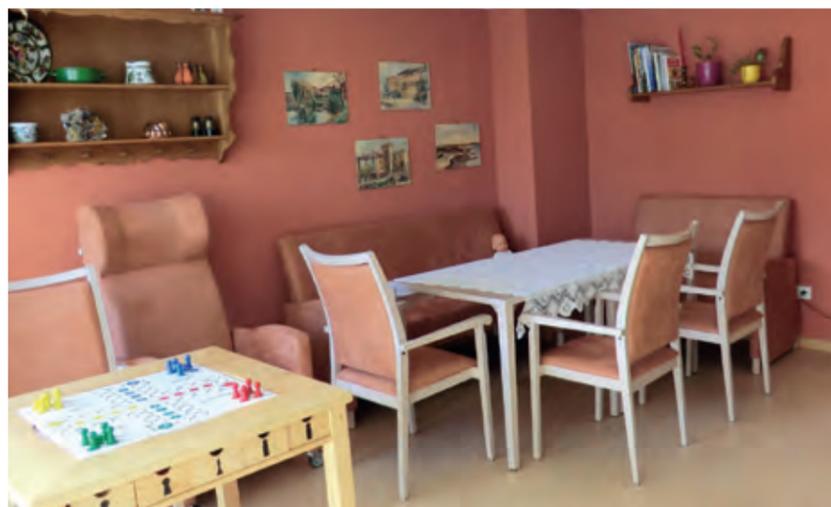


Treffpunkt Marktplatz



Jede Wohngruppe hat ihren eigenen „Marktplatz“ als zentralen Treffpunkt, um soziale Kontakte zu fördern und Einsamkeit in den Zimmern zu vermeiden.

Viele ältere Menschen, vor allem aus unserer ländlichen Umgebung, können sich gut daran erinnern, dass sich das Alltagsleben in großen Wohnküchen abgespielt hat. Es ist einfach urgemütlich, in der Küche zusammensitzen, zu ratschen, und natürlich auch zum Essen. Die Küche war daher oft die gute Wohnstube. Ähnlich ist es in unseren Häusern: hier treffen sich alle aus einer Wohngruppe in einem zentralen Bereich mit offener Küche. Bereits beim Frühstück lassen sich vom Kaffeeduft die Sinne anregen. Gemeinsam essen, Zeitung lesen, ratschen, Spiele spielen, basteln etc., alles macht mehr Spaß mit anderen zusammen. Allerdings ist alles freiwillig. Niemand muss etwas mitmachen. Man kann die Mahlzeiten auch im eigenen Zimmer einnehmen, oder sich dahin zurückziehen, um beispielsweise mit Angehörigen den neuesten Familienklatsch zu hören, oder alleine gemütlich die Lieblingssendung im Fernsehen anschauen. Jeder gestaltet seinen Lebensabend ganz individuell.



Wohnen wie Zuhause



Gemütliche Ausstattung der Zimmer



mit eigenen Möbeln von Zuhause.

Großzügige Zimmer dürfen mit den liebgewonnenen Möbeln von zuhause eingerichtet werden, so dass sich die Bewohner „wie daheim“ fühlen.

Um sich im neuen Zuhause schnell wohlfühlen, ist es wichtig, dass man die eigenen Lieblingsmöbel und besonders wertvolle Habseligkeiten mitbringt. Ob antike Kommode, gemütliches Sofa, Kissen mit Fotos der Enkelkinder oder Lieblingskatzen, das selbst geschnitzte Kruzifix vom Bruder, alles, was den Bewohnern von ihrem Leben geblieben ist, woran sie besonders hängen, trägt dazu bei, schöne Erinnerungen an die Liebsten zu erhalten, und sich heimisch zu fühlen. Zu jedem Detail wissen die Senioren den Pflegern oder Besuchern eine Geschichte aus ihrem Leben zu erzählen, und es tut ihnen gut,

wenn man sich für diese Erfahrungen interessiert. Der älteste Bewohner (102) ist stolz darauf, dass er sich diesen Heimplatz selbst ausgesucht hat und gleich nach dem Neubau sein Lieblingszimmer mit schöner Aussicht bekommen hat. Geistig voll fit, liest er noch täglich seine Zeitung und schaut gerne voller Stolz auf sein „Lebenswerk“ zurück. Auch die Damen, deren Zimmer ich spontan fotografieren durfte, hatten viel zu zeigen und zu erzählen. Alle waren bestens wie aus dem Ei gepellt, an einem ganz normalen Werktag. Man spürt, dass sie gerne in diesem Heim wohnen und die vielen Aktivitäten gerne nutzen.

Gartenluft und Duft



Um unseren dementen Bewohnern Selbständigkeit und gefahrlosen Aufenthalt im Freien zu gewährleisten, ist direkt an die speziellen Wohngruppen ein geschlossener Sinnes- und Demenzgarten angegliedert, mit Brunnen, hübschem Pavillon sowie Kräuterschnecke und Hochbeeten. Gerade ehemalige Hobbygärtner erinnern sich meist sehr genau an früher und genießen es, wenn sie hier selbst etwas anpflanzen, hegen und ernten können. Beim Aroma der verschiedenen Kräuter schwelgen sie in Erinnerungen an gute Rezepte von früher, oder freuen sich über eigenes Obst und Gemüse. Rundwege durch den Garten führen sie immer wieder zum Eingang zurück. Natürlich dürfen auch die anderen Bewohner diesen Bereich nutzen und mitgestalten.



Frischluft-Fanatiker

Ihnen steht noch ein weiterer Garten hinter dem Haus zur Verfügung, ebenso ein schön angelegter Eingangsbereich, so dass man sich je nach Tageszeit und Lust und Laune entweder in der Sonne oder im Schatten aufhalten kann. Alle Gartenanlagen bieten eine wunder-

bare Kulisse für schöne Feste im Freien. Bei großer Hitze hilft es schon, die Füße ins kalte Becken zu strecken. Gesellschaftsspiele regen die Senioren seelisch, geistig und körperlich an, und sind den meisten aus ihren Kindertagen vertraut.





Mit Feuereifer und Leidenschaft

Langeweile kennen unsere Bewohner nicht. Ein bunter Reigen an Beschäftigungen, ob drinnen oder draußen, sorgt stets für Abwechslung. Spiel, Sport, Spannung, Spaß: damit die Gelenke nicht einrostet, ermuntern wir unsere Senioren zu Bewegung an der frischen Luft. Um den sportlichen Ehrgeiz zu animieren, lassen wir uns immer wieder neue Disziplinen einfallen, wie beispielsweise: Dosenwerfen, Dart mit Luftballons, etc. Dabei kommt auch das leibliche Wohl nie zu kurz. Wir haben wahre Grillmeister unter unseren Heimbewohnern. Gymnastik, Bewegung oder Tanz im Sitzen: Je nach Gesundheitszustand fördern einfache Übungen die Lockerung von Muskeln und erhalten motorische Fähigkeiten. Wichtig für die Sturzprohylaxe ist spezielles Balance- und Krafttraining mit spielerischen Bewegungen. Am „Wohlfühltag“ genießen unsere Senioren Massagen, sowie Teesorten mit besonderen Aromen und wohltuende Duftöle.



Ausflüge in die Region

Abwechslung aus dem Alltag bieten die verschiedenen Ausflüge in die Region. Besonders beliebt bei den Senioren sind die zahmen Alpacas in Sicking bei Schaufling. Diese Kleinkamele stammen aus den Anden Südamerikas. Mit ihren großen runden Augen sind sie für unsere Bewohner die absoluten Stars. Sie sind ausgesprochen intelligent, ruhig, gutmütig, niemals aggressiv und sehr genügsam, so dass sie auch problemlos mit dem Klima im Bayerischen Wald zurechtkommen. Die Haltung dieser sehr anpassungsfähigen Tierart erlebt gerade eine nie da gewesene Renaissance, vorwiegend auch für Therapiezwecke. Wie schön, dass sich diese Alpakas so einfach streicheln und füttern lassen. Da strahlen Senioren und Tiere um die Wette. Ein weiteres Highlight sind immer Ausflüge in die verschiedenen Biergärten der Region. Besonders beliebt ist der Mühlhamer Keller, der als schönster Biergarten Bayerns ausgezeichnet wurde. Dazu trägt vor allem die einzigartige Lage, direkt am letzten freifließenden Abschnitt der Donau, bei.



Fröhlich feiern



Ob Neujahrsempfang, Starkbierfest, Ostern, Muttertag, oder auch die vielen Geburtstage und Jubiläen sorgen immer für willkommene Abwechslung. Lachen ist gesund: gerade im Fasching lieben die Bewohner es, sich zu verkleiden und in andere Rollen zu schlüpfen.

Heiß geht es her im Wilden Westen oder bei der Schlagerparade mit beliebten Oldies und

altbekannten Sängern. Da werden wieder ganz viele Erinnerungen wach, und manche wagen es auch mal wieder, das Tanzbein zu schwingen. So halten sich unsere Bewohner fit und in Form. Oder sie begeben sich auf Weltreise und erleben eine Woche lang täglich eine andere Kultur mit passenden kulinarischen Köstlichkeiten.

Ein bunter Reigen an Festen und Feierlichkeiten sorgt im Laufe des Jahres stets für Abwechslung. Die Bewohner schätzen das vielseitige Angebot, aber auch die Gemeinschaft und neuen Freundschaften, die sich ergeben, ob unter Heimbewohnern oder mit liebevollen Betreuern.



Postkartenaktion

In Zeiten moderner, digitaler Kommunikation gibt es nur noch selten wirklich Post. Aus diesem Grunde haben wir 2015 im Wettstreit mit dem BRK-Heim in Winzer eine einmalige Postkartenaktion gestartet und Menschen aus aller Welt gebeten, Postkarten an unsere Heimbewohner zu senden. Der Erfolg war überwältigend. Insgesamt haben die Postkarten mehr als 1,5 Millionen Kilometer zu uns zurückgelegt. Karten kamen sogar vom EU-Parlament, von Flugbegleitern, Kreuzfahrern, aus einem Wai-

senhaus in Brasilien. Die weiteste erhielten wir aus Neuseeland. Damit haben die Absender den älteren Menschen eine riesige Freude gemacht. Zum Dank haben wir aus den Karten „Danke“ gebildet und liebe Grüße zurückgeschickt. Die Aktion fand vor allem in den sozialen Medien enormen Anklang.

Obwohl der Wettbewerb zu Ende ist, flattern immer noch zahlreiche Postkarten bei uns ein, zur großen Freude und Überraschung für unsere Senioren.



Kulinarische Köstlichkeiten

Für das leibliche Wohl unserer Heimbewohner ist bestens gesorgt. Viele Bewohner genießen es, wenn sie sich in der Küche nützlich machen können.



Kulinarische Weltreise: Leckerbissen aus 7 Ländern, aus denen Postkarten zu uns kamen, wurden aufgetischt. Italienische Spezialitäten wie Mortadella, Minestrone, Piccata Milanese, Canelloni mit Gorgonzolasauce, Panna Cotta weckten so manch schöne Erinnerungen an herrliche Urlaube in Bella Italia. Natürlich mit dem berühmten italienischen Eis. Aus der Schweiz kosteten unsere Senioren Käse, Bircher Müsli, Züricher Rahmgeschnetzeltes, Rösti und Schoggikuchen. Aus Ungarn probierten wir Saftgulasch mit Serviettenknödeln. Für Kroatien, Spanien und Österreich kamen

Polenta, Paprika und Palatschinken auf den Tisch. Natürlich durften auch niederbayerische Spezialitäten wie Weißwurst und Weizenbier oder Bierbraten mit Knödel nicht fehlen.

„Frisch auf den Tisch“ lautet stets die Devise unseres hochmotivierten Küchenpersonals. Auf die Zutaten kommt es an, und darauf, was daraus gemacht wird. Gesund soll es sein, leicht verdaulich, und immer wieder hübsch präsentiert. Dabei wird stets auf entsprechende Kalorienzufuhr, auf Allergien oder Diabetes geachtet, aber auch auf die individuellen Wünsche und Vorlieben unserer Bewohner.

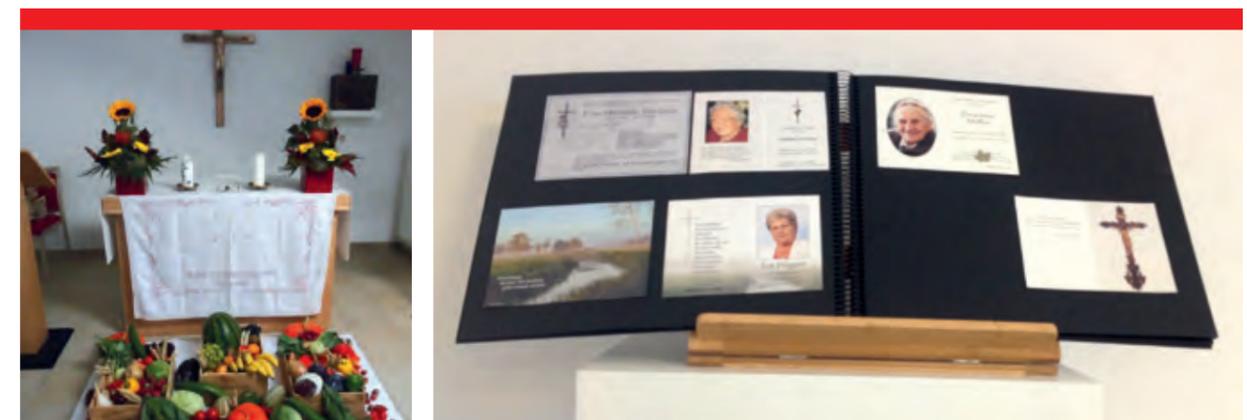


Segensreicher Service



Für viele Bewohner gehört der Gang zur Kirche seit Jahrzehnten dazu. Vor allem die Kriegsgeneration hat in schlimmen Situationen das intensive Gespräch mit Gott gesucht. Jeden Donnerstag wird in unserer hauseigenen Kapelle abwechselnd ein katholischer oder evangelischer Gottesdienst abgehalten. Bettlägerige Bewohner erhalten die Hostie anschließend in ihrem Zimmer. Sonntags wird der TV-Gottesdienst im Festsaal auf der Leinwand übertragen. Um sich für den Kirchgang fein zu machen, kommt 1x wöchentlich der Friseur in den hauseigenen Salon.

Zum Alltag im Heim gehört auch immer wieder das Sterben dazu. Um die langjährigen Mitbewohner in Erinnerung zu behalten, wird für jeden Bewohner ein Stein aus der Donau gesammelt, mit Namen beschriftet und aufbewahrt. Beim Gedenken an verstorbene Heimbewohner leuchtet jedem dazu ein Licht. Wenn der Name eines Tages verblasst, landet der Stein wieder in der Donau.



Warum ins Seniorenheim nach Osterhofen?



Im Seniorenheim in Osterhofen wollen wir den Bewohnern ein Stück Heimat erhalten. So pflegen wir typisches Brauchtum bei vielen Festen, denn Heimat ist da, wo man miteinander redet und feiert. Gerade das Erleben von Gemeinschaft, ob beim Singen, Kochen, Lesen, Spielen wirkt sich positiv auf den Gemütszustand aus, regt die Motorik an, fördert Konzentration und Merkfähigkeit und steigert durch Erfolgserlebnisse den Selbstwert. Unser Wochenprogramm in den einzelnen Wohngruppen zielt darauf ab, frühere Gewohnheiten aufzugreifen, dabei aber körperliche Grenzen zu erkennen und auszuloten. Ritualisierte Tagesabläufe geben den Bewohnern guten Halt. Freude an der Bewegung ist gerade bei körperlichen Einschränkungen

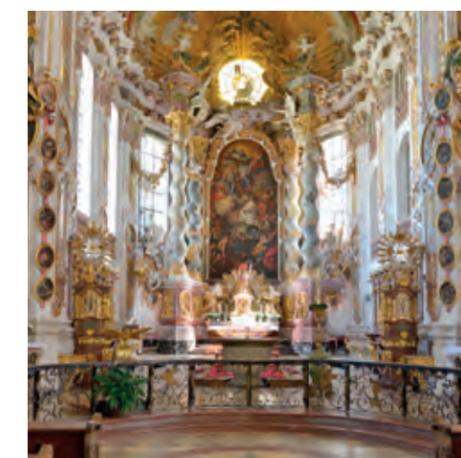
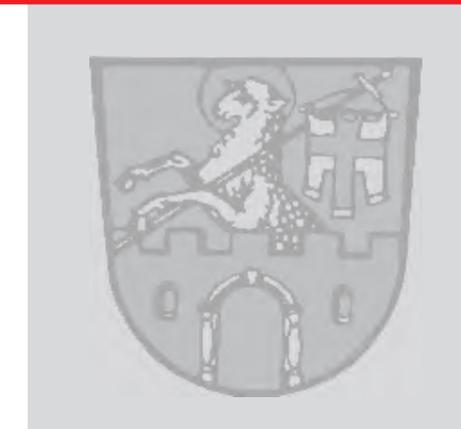
immer noch möglich und hat positive Effekte auf Herz-und Kreislaufsystem. Bewohner und Angehörige schätzen diese vielfältigen Angebote, die man allein zuhause gar nicht leisten könnte. Was uns sehr freut: etliche unserer Senioren stammen hier aus der Region, waren aber mangels Arbeitsplätze viele Jahre „fern der Heimat“, und kommen jetzt im Alter wieder hierher zurück. Sie schätzen die kurzen Wege zum Stadtplatz oder in den Stadtpark, schwelgen in Erinnerungen an ihre Jugendzeit in der Region, und engagieren sich mit Tipps für Ausflugsziele: so steht demnächst eine Donauschiffahrt auf dem Plan. Machen Sie sich persönlich ein Bild von unserem Haus mit all den Angeboten.

Wann kommen Sie zu uns?

Stadt Osterhofen

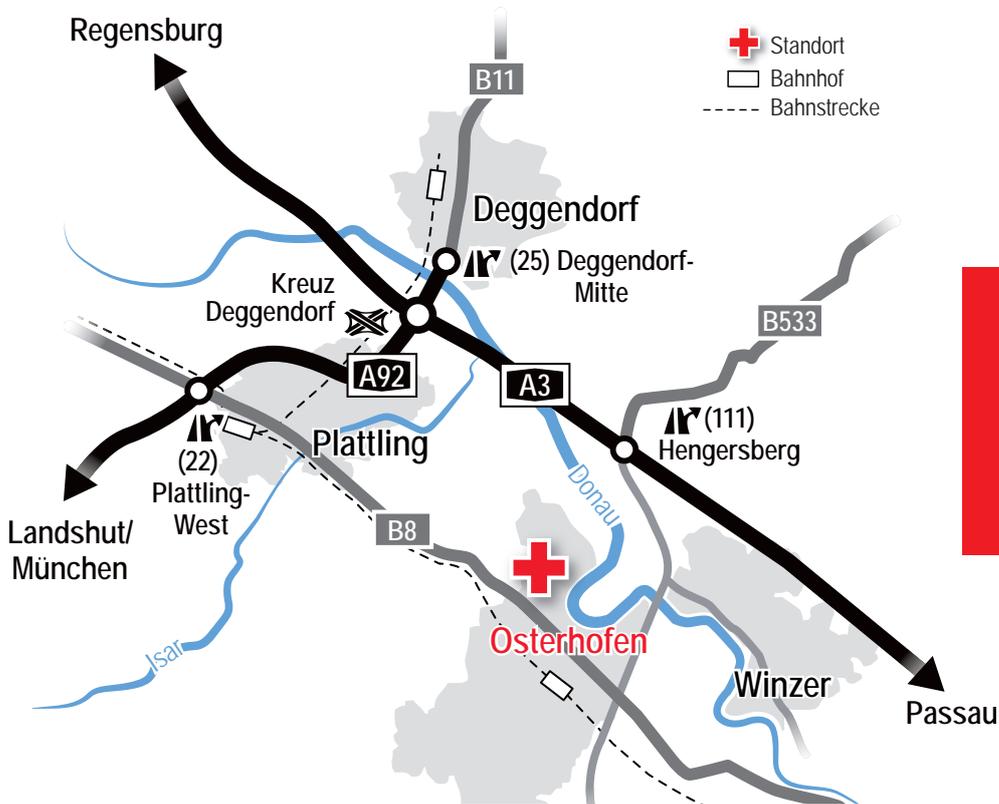
Zwischen den Ausläufern des Bayerischen Waldes, in unmittelbarer Nähe zu Donau und Vils, liegt Osterhofen im Bayerischen Golf- und Thermenland. Die über 1000-jährige Geschichte der alten Herzogstadt ist eng verbunden mit der Geschichte des Klosters Damenstift im Stadtteil Altenmarkt. Die Stiftskirche, eine päpstliche Asam-Basilika, ist heute Hauptsehenswürdigkeit Osterhofens. Senioren schätzen den überschaubaren Stadtplatz mit hervorragenden Einkaufsmöglichkeiten. Die Gesundheitsversorgung durch Ärzte, Apotheken, Therapeuten sowie mit einer Fachklinik ist ausgezeichnet. Wer sportlich fit ist oder bleiben möchte, kann ein Hallenbad, Freibad, Fitness-Center mit Saunen oder einen Trimpfad im Stadtwald nutzen. Ein Wochenmarkt sowie 4 traditionelle Jahrmärkte haben seit Generationen einen festen Platz im Veranstaltungskalender der Stadt. So zieht beispielsweise jedes Jahr am Palmsonntag der „Rosstag“ Tausende von Besuchern aus Nah und Fern an. Ein umfangreiches Kulturprogramm verwandelt Stadtplatz und den idyllischen Stadtpark in den Sommermonaten in Bühnen für Musik, Spiel und Tanz.

Foto Basilika: Stadt Osterhofen



Webseite der Stadt:
www.osterhofen.net





O
s
t
e
r
h
o
f
e
n

