

Von Hölzken auf Stöcksken



Ausgabe – August bis Oktober 2025



Glücksmomente in der Sommerzeit

Inhalt



- 03 **Vorwort**
- 04 **Ihre Ansprechpartner**
- 05 **Neue Mitarbeiter und Jubiläum**
- 06 **Kleintierbesuch**
- 09 **Tag des Bieres / Maikränze**
- 10 **Neuer Bulli**
- 11 **Hasenbabys**
- 14 **Frühjahrsmarkt**
- 17 **Apfelkuchen backen**
- 18 **Erdbeertorte**
- 19 **Vatertag**
- 21 **Stöbertag / Speed Dating**
- 22 **Geburtstage**
- 23 **Einzüge und Abschiede**
- 25 **Zauberei**

- 26 **Wassertreten**
- 27 **Geburtstag Frau Welisch**
- 28 **Impressionen**



Sämtliche Personenbezeichnungen gelten gleichwohl für alle Geschlechter.

Impressum

Herausgeber: CMS Seniorenzentrum Herscheid
Auf dem Rode 39 • 58849 Herscheid

Auflage: 300

Nächste Ausgabe: November 2025

Redaktion: A. Dahlhaus, I. Gerke, A. Hoffmann,

D. Sager, J. Berger, M. Cianni-Klein,
C. Vormann, S. Gräwe

Layout: Prospektlabor – Sarah Libéral
www.prospektlabor.de

Druck: printaholics GmbH
www.printaholics.com



Liebe Leser/innen

Der Sommer ist da mit Sonne, langen Tagen und gemütlichen Runden im Schatten, aber auch mit Temperaturen über 30 Grad. Die ersten Hitzetage haben wir bereits durchgestanden. Zum Glück können wir zur Zeit etwas durchatmen, denn bei uns sind die Temperaturen abgestürzt. In anderen Regionen und Ländern sieht es anders aus. Waldbrände, Erdbeben nach Starkregen, Hitze bis 45 Grad...

Diese Wetterextreme nehmen deutlich zu. Auch wir müssen uns darauf einstellen, ebenso wie auf weitere Auswirkungen des Klimawandels.

Um die Hitzetage in unserem Haus für alle angenehmer zu gestalten, gibt es verschiedene Impulse. Leckeres Eis für alle, frische alkoholfreie Obstbowle, Was-

sermelone und Getränke, die an vielen Stellen im Haus bereitstehen. Aber auch Wassertreten, Sonnenhüte, Ventilatoren...

Welche Ideen haben Sie noch? Was haben Sie früher an heißen Tagen gemacht oder gegessen? Wir freuen uns, wenn Sie uns darüber berichten und vielleicht können wir ja noch etwas übernehmen, denn auch bei uns sollen in den nächsten Tagen die Temperaturen wieder ansteigen!

Mit allen Maßnahmen und dazu noch in unserer Heimzeitung stöbern, so genießen wir den Sommer 2025.

**Ihre Anke Dahlhaus,
Einrichtungsleitung**



**Ansprechpartner
in Herscheid**

*für Sie
zusammengefasst*



Anke Dahlhaus

Einrichtungsleitung



Daniela Böhme

Pflegedienstleitung



Christiane Hünseler

Qualitätsbeauftragte



Susanne Gräwe

Verwaltungsleitung



Sigrid Woeste

Stellv. Hauswirtschaftsleitung



Svenja Schumacher

Praxisanleitung



Frank Castellani

Küchenleitung



Hans-Peter Schöttler

Leitung der Haustechnik



Angelina Hoffmann

Leitung Sozialer Dienst



Sabrina Podeschwa

Wohnbereichsleitung WB I



Linda Synowzik

Wohnbereichsleitung WB II

Öffnungszeiten Verwaltung: Mo - Do: 8:00 - 16:30 Uhr & Fr: 8:00 - 15:00 Uhr

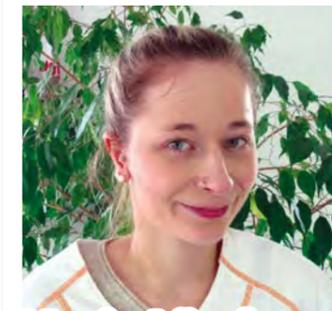
Willkommen / Jubiläum

Neue Mitarbeiter und Jubiläum



Daniel Fuhrländer

Seit dem 01.04.2025 -
Azubi Pflege



Marie Lösch

Seit dem 15.04.2025 -
Pflegehelferin



Lisa Krauß

Seit dem 01.06.2025 -
Pflegefachkraft



Ayse Yalcinkaya

Seit dem 01.06.2025 -
Pflegehelferin



Ines Perrey

Seit dem 15.06.2025 -
Alltagsbegleiterin



Karola Tengler

Seit dem 15.06.2025 -
Frühstücksservice



Lara-Lynn Baumann

am 01.05.2025

**5
JAHRE**

*Herzlichen
Glückwunsch!*

*Wir sind sehr froh,
dass es Dich gibt.*





Tierischer Besuch

Hasen, ein Papagei und eine Schlange

Uns besuchte die AWO und brachte verschiedene „Haustiere“ mit. **Wir trafen uns mit den Kindern der Pustebume im Bistro und staunten nicht schlecht, als uns dort ein Papagei, eine Schlange, zwei Hasen und drei Hühner begrüßten.** Wir konnten mit den Tieren auf Tuchfühlung gehen. Der Papagei flog durch die Lüfte und landete teilweise auf den Köpfen der Anwesenden.



Danach wurde fleißig mit einem flauschigen Kaninchen und einem deutschen Riesen gekuschelt. Vor allem die Kinder freuten sich über die Hasen und versuchten diese mit frischem Grün anzulocken. Zum Schluss kamen die Seidenhühner, diese regten viele Gespräche an, da viele unserer Bewohner früher selber Hühner hielten.

Wir danken ganz herzlich der Pustebume, wie auch der AWO für ihren Besuch und freuen uns auf das nächste Mal.

Julia Berger, Sozialer Dienst



Ebenso konnten die mutigen Bewohner und Kinder die Schlange anfassen und sich um den Hals legen lassen.





Die Sparkasse setzt sich engagiert ein.

Für die Menschen und die Wirtschaft. Für die Kultur, den Sport und für soziale Projekte. Für das, was wichtig ist und unsere Region lebenswert macht.

Weil's um mehr als Geld geht.



Sparkasse
an Volme und Ruhr



Modemobil bringt die neue **Herbst-Winter-Kollektion 2025/2026** direkt zu Ihnen. Lassen Sie sich von tollen Modepräsentationen verzaubern und stöbern Sie in **Deutschlands größtem mobilen Modesortiment** aus über 25.000 Artikeln. Freuen Sie sich auf einen Tag voller Unterhaltung, guter Beratung und jeder Menge neue Mode-Highlights.



Am 15. September
von 10 - 12 Uhr
Verkauf im Senioren-
zentrum Herscheid

Modemobil Bergisches Land

Sabine Jansen
Jörg Jansen
Bundeshöhe 6
42285 Wuppertal
Tel.: 0202 3703785
Fax: 0202 3703784
info@modemobil.de



www.modemobil.de

Aktionstag

Tag des Bieres

Am 23. April war der „Tag des Bieres“. Hierzu verteilten wir im Panoramasaal auf einem Tisch alle Utensilien – von Flaschenöffner, Bierdeckel usw. bis hin zu verschiedenen Biersorten, die für einen gemütlichen Abend des Biergenusses für gewöhnlich üblich sind.

Zu Beginn schauten wir uns mit den Bewohnern einen kurzen Film über das Bierbrauen an, um dann im Anschluss die verschiedenen Biersorten zu probieren. **Das mitgebrachte Bierquiz erwies sich schon als recht schwierig und es ver-**



setzte uns alle ins Staunen, was es so rund um das Bier zu wissen galt. Natürlich kam in dieser Runde auch der Spaß nicht zu kurz. Dafür sorgten die verschiedenen Witze rund um das Bier, welche auch schon mal ein wenig schlüpfrig waren und lautes Gelächter bei Mann und Frau hervorriefen.

Marion Cianni-Klein, Alltagsbegleiterin

Maikränze

„Der Mai ist gekommen“

Mit diesem Lied haben einige Bewohner im Panoramasaal den Monat Mai angekündigt. **Am 01.05.2025 trafen sich ein paar Bewohner, um gemeinsam mit den Alltagsbegleitern zwei Maikränze mit bunten Bändern zu dekorieren, damit diese dann die Wohnbereiche schmücken durften.** Es wurden Frühlingslieder gesungen, Liederrätsel gelöst und eine Maigeschichte vorgelesen. Dabei wurde natürlich Maibowle getrunken.



Das Wetter an diesem Tag war wie aus dem Bilderbuch, sonnig und warm. Die Bewohner hatten ihre Freude.

Angelina Hoffmann, Leitung Sozialer Dienst
Corinna Vormann, Alltagsbegleiterin



Eine Einweisung

in unser neues Auto

Der Soziale Dienst wurde in unser neues Fahrzeug, einen geräumigen Bulli, eingewiesen. Der Bulli ist nicht nur komfortabel, sondern auch besonders praktisch, da er ausreichend Platz bietet, um auch Rollstuhlfahrer mitzunehmen.

Jetzt sind wir flexibler und können Bewohner, die in der Mobilität eingeschränkt sind, die Teilnahme an Aktivitäten außerhalb der Einrichtung ermöglichen.

Angelina Hoffmann, Leitung Sozialer Dienst



Kleine Hasenbabys

Cookie und Simba sorgen für Freude

Am 13.05.2025 hat Schwester Linda ihre Hasenbabys mitgebracht. Diese sind erst vier Monate alt und ganz zahm.

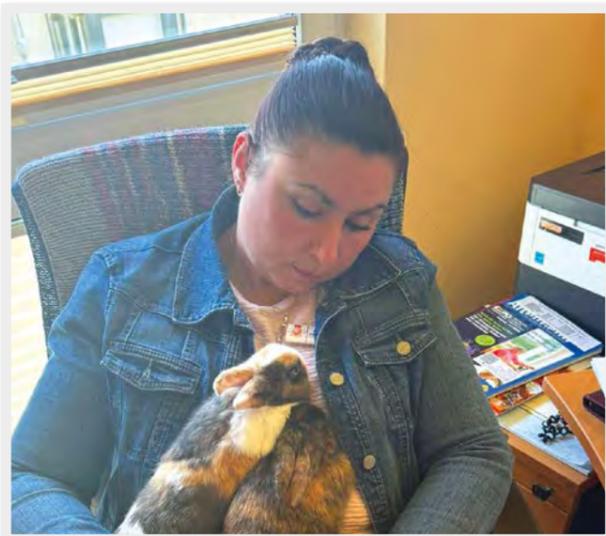
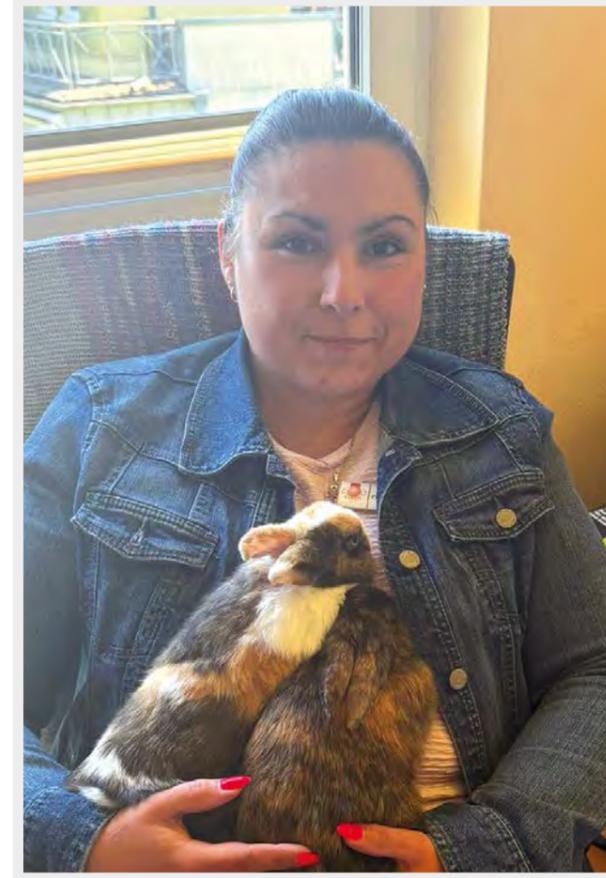
noch mal mitzubringen. **Vielen Dank an Schwester Linda!**

Jessica Schilling, Verwaltung



Cookie und Simba ließen sich von den Bewohnern und Mitarbeitern streicheln und auf den Arm nehmen. Die beiden genossen die Streicheleinheiten. **Die Bewohner hatten eine große Freude mit Cookie und Simba und wollten sie am liebsten nicht mehr hergeben.** Schwester Linda versprach aber, die beiden demnächst







Endlich wieder

Der Frühjahrsmarkt in Herscheid

Am Sonntag, den 18.05.25 fand nach sechs Jahren Pause wieder ein Frühjahrsmarkt in Herscheid statt.

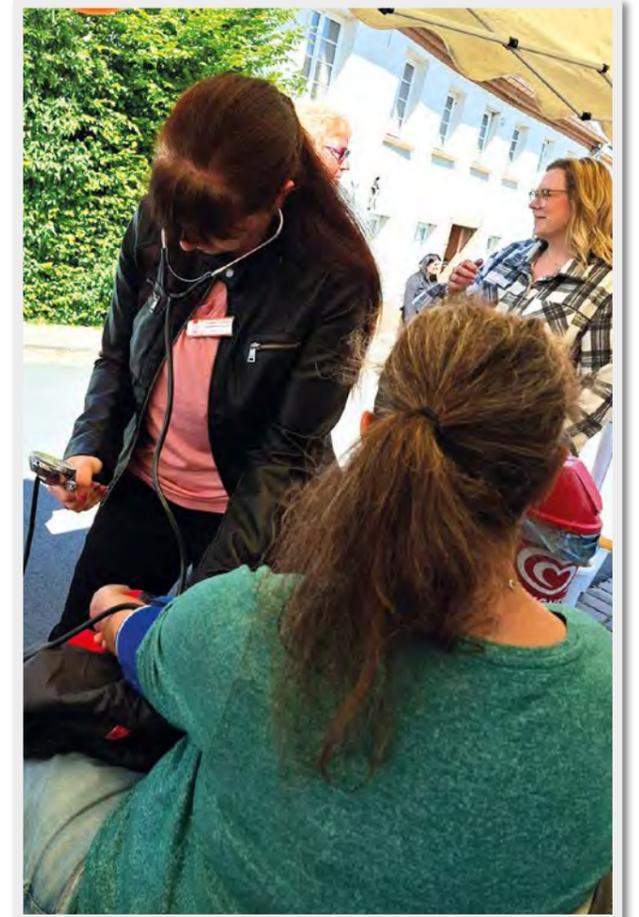


Wir waren an diesem Tag auch mit einem Stand vertreten und haben Eistee, Ingwer-Zitronenwasser und Obstspieße angeboten. **Außerdem konnte man sich kostenlos den Blutdruck messen**



lassen und für die kleineren Besucher hat die Betreuung Kerzen-Tattoos und Kerzenhalter-Gießen angeboten. Es war ein erfolgreicher Tag mit vielen netten Gesprächen.

Jessica Schilling, Verwaltung



Gärtnerei Dahlmeier
 Lingenbecker Weg 4-6
 58849 Herscheid-Hülinghausen
 Tel./Fax 023 57 / 21 46
 Floristik
 Baumschulware
 Garten- und Landschaftsbau
 Friedhofsgärtnerische Arbeiten
 Dekorationen
 Geschenkartikel

Der Herbst fasziniert jedes Mal auf's Neue.

Heide in verschiedenen Farben, als Pflanze für Garten oder Balkon, oder als Mitbringsel für die Lieben ist immer ein Hingucker. In Kombination mit Gräsern, Alpenveilchen, Chrysanthemen, Heben, Silberblättern und Grün entsteht ein schönes Bild.



Der Apfelkuchentag

Ein guter Anlass zum Backen

Am Vormittag des 13.05.2025 nahmen wir den „Apfelkuchentag“ zum Anlass, mit den Bewohnern einen leckeren Apfelkuchen zu backen. Fleißig wurden Äpfel geschält, entkernt und klein geschnitten. Der Teig sowie die Streusel wurden angerührt. Alles schön auf den Kuchenblechen verteilt und in die bereits vorgeheizten Backöfen geschoben.



von ihren früheren Backkünsten erzählt. Nach kurzer Zeit standen die fertigen Bleche mit köstlich duftenden Apfelstreuselkuchen zum Auskühlen in den jeweiligen Teeküchen der Wohnbereiche und warteten darauf, am Nachmittag verteilt zu werden. **Wir können Euch sagen: „Es hat wunderbar geschmeckt!“**

Marion Gianni-Klein, Alltagsbegleiterin

Während der Arbeit haben die Bewohner fleißig zur Musik gesungen und auch



Werden Sie unser starker Partner!

Ihre Vorteile:

- Kein Streuverlust durch persönliche Verteilung
- Imagegewinn durch Zusammenarbeit mit einem sozialen Träger
- Ihre Anzeige erscheint zusätzlich zum Print-Produkt

- als Online-Ausgabe auf unserer Homepage (5000 - 6500 Nutzer/Monat)
- Sie erhalten auf Wunsch 3 - 5 Exemplare der Zeitung, die Sie bei sich auslegen können
- Falls Sie keine geeignete Vorlage vorliegen haben, erstellt Ihnen unsere Werbeagentur eine passende Vorlage GRATIS

Alle Informationen zu Anzeigengrößen und -Preisen erhalten Sie bei Jessica Schilling

CMS Seniorenzentrum Herscheid – Jessica Schilling, Verwaltung

Auf dem Rode 39 • 58849 Herscheid • Tel.: 02357 / 90 69 - 0 • Mail: jessica.schilling@cms-verbund.de

Ruslan Grumble - stock.adobe.com



Leckere Torte

für das Nachmittagskaffee

An einem Samstagmorgen fanden sich ein paar Bewohner auf dem Wohnbereich ein, um für das Nachmittagskaffee eine Erdbeertorte zu kreieren. Zunächst wurden die Erdbeeren gewaschen, entstielt und ein Tortenboden damit belegt.

naschen und freuten sich schon auf die Kaffeezeit, wo die leckere Torte natürlich mit Sahne serviert wurde. Mmmm... lecker.

Julia Berger, Sozialer Dienst
Corinna Vormann, Alltagsbegleiterin



Zum Schluss kam noch ein Tortenguss oben drüber. **Selbstverständlich konnten die Bewohner zwischendurch von den leckeren roten Früchten auch mal**



Männerstammtisch

Wir schwelgten in schönen Erinnerungen

Am Vatertag begrüßten wir unsere Herren zum Männerstammtisch, dort wurde in gemütlicher Runde über die „Alten Zeiten“ gesprochen. Ebenfalls über gemeinsame Bekannte und gemeinsam erlebte Zeiten, denn einige Bewoh-



ner kennen sich schon seit ihrer Jugend. Es war mal wieder spannend zuzuhören. **Wir freuen uns auf den nächsten Stammtisch mit unseren Männern.**

Julia Berger, Sozialer Dienst



MEDIKAMENTE RUND UM DIE UHR VORBESTELLEN

LINDA Apotheken

- EINFACH
- SCHNELL
- SICHER

Jetzt LINDA Apotheken App herunterladen!

Laden im App Store

JETZT MIT Google Play

Lehmanns Apotheke
IHRE APOTHEKEN IM SAUERLAND

Apotheke am Rathaus
Kölner Str. 19-21
57430 Attendorn
Tel.: 02722 / 95 92 06
Fax: 02722 / 95 92 08
rathaus@lehmanns-apotheke.de
Inhaber: Melanie Lehmann e.K.

Apotheke Neuer Weg
Neuer Weg 6
58849 Herscheid
Tel. 02357/ 17 19 000
Fax 02357/ 17 19 001
neuerweg@lehmanns-apotheke.de
Inhaber: Jörg Lehmann e.K.

Apotheke am Nocken
Am Nocken 4
58840 Plettenberg
Tel. 02391 / 12 5 11
Fax 02391 / 14 7 26
nocken@lehmanns-apotheke.de
Inhaber: Jörg Lehmann e.K.

Malerbetrieb
Richard Schäfer
Inh. Andreas Schäfer

Bodenbeläge
Tapezierarbeiten
Fassadenbeschichtung

58840 Plettenberg • Spitzwegstraße 3
Telefon 0 23 91 – 1 08 35 • Fax 1 27 54
Mobil 0172 - 239 93 68
malerbetrieb-schaefer@t-online.de

Das können Sie bei uns erwarten:

- Fitness- und Gesundheitstraining
- Rehasport und Präventionskurse
- Qualifizierte Betreuung
- Herz-Kreislauftraining
- Indoor-Cycling
- Gymnastikkurse und Gruppentraining
- Ernährungsberatung
- Sonnenstudio mit Profibänken

Rehasport im Seniorenzentrum

MediClub e.V. „feel Dich good!“

Wir bieten auch Rehasport an. Nutzen Sie die Vorteile eines gemeinsamen Gruppentrainings mit Gleichgesinnten unter einer fachlich qualifizierten Betreuung und Anleitung. Zur Zeit finden 3 Kurse im **CMS Seniorenzentrum** Herscheid und über 100 Kurse in unseren Stützpunkten statt.

| | | |
|--------------|-------------------|-----------------------|
| Lüdenscheid | Sternplatz 1 | Tel.: 02351 23320 |
| Herscheid | Am Mühlengraben 8 | Tel.: 02357 172780 |
| Plettenberg | Alter Markt 3c | Tel.: 02391 2300 |
| Plettenberg | Gräfweg 17 | Tel.: 02391 913 36 51 |
| Meinerzhagen | Bergstr. 6 | Tel.: 02354 9449296 |

www.feelgood-studios.de

feelgood!
FITNESS | SPASS | GESUNDHEIT

Stöbertag

mit der Grundschule Rahlenberg

Am Donnerstag, den 12.06.2025 hatten wir wieder „Stöberkinder“ zu Besuch. **Der Stöbertag wird von der Gemeinde Herscheid organisiert und die Drittklässler der Grundschule Rahlenberg können an diesem Tag in zwei verschiedene Berufe hereinschnuppern.**

Wir hatten von 10:00 bis 12:00 Uhr Unterstützung in der Betreuung. Die zwei Kinder halfen den Betreuungskräften die Bewohner in den Panoramasaal zu bringen,



um dort mit Ihnen Kerzenhalter zu gießen.

Die Bewohner hat es sehr gefreut und alle hatten viel Spaß. Wir freuen uns, auch nächstes Jahr wieder dabei zu sein.

Jessica Schilling, Verwaltung

Speed Dating

Ein intensiver Vormittag

„Tschüss, wir gehen jetzt zum Speed Dating“. Mit diesen Worten haben sich Daniela Böhme und Anke Dahlhaus in der Einrichtung verabschiedet. Dies sorgte natürlich für Verwirrung... Wo wollen die beiden hin? Da wir aber mit Roll-Up, Flyern und weiterem Infomaterial bepackt waren, war schnell klar, dass es sich um eine offizielle Veranstaltung handeln muss.

Das Jobcenter hatte nach Lüdenscheid eingeladen. Vor Ort waren einige Pflege-



Arbeitgeber. Es gab drei Stunden die Möglichkeit mit Bewerbern ein kurzes Gespräch zu führen, sich gegenseitig vorzustellen und Kontaktdaten auszutauschen. Im Ergebnis haben wir 20 Gespräche geführt. **Es war ein intensiver Vormittag und wir hoffen auf einige Einstellungen.**

Anke Dahlhaus, Einrichtungsleitung

Herzlichen Glückwunsch

August

| | |
|--------------------------|--------|
| Guisseppina Weniger | 03.08. |
| Diana Sager | 04.08. |
| Gisela Trester | 08.08. |
| Elsbeth Sieglinde Däumer | 12.08. |
| Wulf Niggemann | 13.08. |
| Yasar Secil | 14.08. |
| Andrea Skwirbat | 17.08. |
| Yuilia Hudym | 25.08. |
| Marion Cianni-Klein | 27.08. |
| Ayse Yalcinkaya | 28.08. |
| Frank Castellani | 29.08. |

September

| | |
|----------------------------|--------|
| Mirzade Frahana | 06.09. |
| Michaela Böhm | 12.09. |
| Mirijam Schrader | 16.09. |
| Renata Frank | 17.09. |
| Karl-Hermann Klassen-Solms | 17.09. |
| Jonas Schweda | 20.09. |
| Christine Weniger | 24.09. |
| Jessica Schilling | 30.09. |



Oktober

| | |
|------------------------------|--------|
| Christiane Hünseler | 03.10. |
| Julia Berger | 04.10. |
| Natalja Schneider | 06.10. |
| Johann Stallmann | 14.10. |
| Anneliese Kotyczka | 17.10. |
| Alexander Richow | 24.10. |
| Daniela Böhme | 24.10. |
| Katharina Grote-Friesenhagen | 25.10. |
| Irene Maria Kleffmann | 25.10. |
| Wolfgang Müller | 26.10. |
| Brigitte Ebersbach | 30.10. |
| Hans-Walter Vogelsang | 31.10. |

Wir möchten Sie hiermit herzlich begrüßen und wünschen Ihnen alles Gute bei uns im CMS Seniorenzentrum Herscheid.

Bei Fragen, Wünschen oder auch Kritik stehen wir Ihnen gerne zur Verfügung; sprechen Sie uns einfach an.

| | |
|-------------------------|------------|
| Alexander Richow | 05.06.2025 |
| Helmut Schmidt | 16.06.2025 |
| Gisela Trester | 10.07.2025 |
| Annegret Seifert | 15.07.2025 |

Willkommen bei uns



Wir nehmen Abschied

Unser herzliches Beileid sprechen wir den Angehörigen aus und gedenken unseren lieben Verstorbenen:

| | |
|----------------------------------|--------------|
| Rosemaria Rinnert | † 23.04.2025 |
| Ernst Rentrop | † 25.04.2025 |
| Lieselotte Potthoff | † 16.05.2025 |
| Erika Amarell | † 22.05.2025 |
| Hiltraud Sawatzki | † 03.06.2025 |
| Erika Gräwe | † 04.07.2025 |
| Helene Rosemarie Fröhling | † 05.07.2025 |

Wenn durch
einen Menschen
ein wenig mehr
Liebe und Güte,
ein wenig mehr Licht
und Wahrheit
in der Welt war,
dann hat sein Leben
einen Sinn gehabt.

Marie von Ebner-Eschenbach



Claudia Cramer
Apothekerin,
Geriatrische Pharmazie

Für ältere Patienten gelten bei der Arzneimitteltherapie andere Regeln. Geeignete Wirkstoffe müssen wirksam und für Senioren verträglich sein, ohne Risiken wie Sturz oder Verwirrtheit auszulösen.

Die Dosis gewohnter Medikamente muss an die nachlassende Nieren- und Leberfunktion im Alter angepasst werden.

2019 hat Apothekerin Claudia Cramer die Weiterbildung im Bereich geriatrische Pharmazie erfolgreich abgeschlossen.

Gemeinsam mit den behandelnden Ärzten und dem Pflegepersonal steht Ihre Gesundheit bei uns im Mittelpunkt.



ZAUBEREI



Magische Momente

Wir ließen uns verzaubern

Am 13.06.2025 bekamen wir Besuch von einem Zauberer. Dieser zeigte verschiedene Tricks, wie zum Beispiel einen Zauberwürfel, der gelöst wurde, in dem er ihn einfach nur geschüttelt hat.

Ebenfalls durften die obligatorischen Kartentricks nicht fehlen. Es ist immer wieder verblüffend und wir freuen uns auf den nächsten Besuch.

Julia Berger, Sozialer Dienst



Ihr ambulanter Pflegedienst in Plettenberg, Herscheid und Werdohl

Herzlich, ehrlich, kompetent und gerne für SIE da!

Brauckstraße 2, 58840 Plettenberg
Tel.: 02391 / 91 49 308
www.pflegeteam-herzwerk.de

Landhaus Stottmert

Wohlfühlen und genießen

Wir bieten unseren Gästen hausgemachte Kuchen, frische Waffeln sowie eine reichhaltige und gutbürgerliche Speisekarte. Am Wochenende bieten wir Ihnen eine wechselnde Mittagskarte an. Wir freuen uns schon jetzt auf Ihren Besuch!

Unsere Öffnungszeiten:
Montag, Dienstag, Freitag, Samstag ab 14:00 Uhr
Sonntag und feiertags ab 11:30 Uhr
Feierlichkeiten außerhalb der Öffnungszeiten auf Anfrage
Der Küchenschluss ist um 20:30 Uhr

Café-Restaurant Landhaus Stottmert • Inh.: Magdalena Kowal
Stottmert 1 • 58849 Herscheid • Tel.: 02357 - 90 61 738
Mail: post@landhaus-stottmert.de • www.landhaus-stottmert.de



Besondere Abkühlung

„Wassertreten nach Kneipp“

Jetzt haben die wirklich heißen Tage begonnen. Im Haus ist es drückend warm und draußen sticht die heiße Sonne. **Das haben wir zum Anlass genommen, den Bewohnern das „Wassertreten nach Kneipp“ anzubieten.** Davon wurden die Bewohner überrascht. Auf unserem wöchentlichen Angebotsplan war als Angebot nämlich nur „Bunte Runde“ zu lesen.

Kurz nach dem Frühstück wurden die Senioren dann zum Wassertreten eingeladen. Doch bei dem Gedanken die „Füße in kaltes Wasser stellen zu müssen“ er-



schraken doch einige sehr. Obwohl der Morgen schon sehr warm war, lehnten sie dankend ab. **Nichtsdestotrotz haben dennoch einige Bewohner mutig zugesagt, der ein oder andere auch nur zum Zuschauen.** Jeder Teilnehmer bekam natürlich aus hygienischen Gründen eine eigene Schüssel, die wir mit Hilfe unseres Wasserschlauches mit Wasser füllten.

Vor dem Eintauchen mit den Füßen haben wir diese gemeinsam mit einer Fußgymnastik erwärmt, um sie dann mit den Zehenspitzen zuerst in die Wasserschüsseln gleiten zu lassen. **Hier wurden dann Gehübungen gemacht, schließlich wollten wir unseren Blutdruck anregen.** Nach kurzer Zeit zogen wir unsere Füße wieder heraus – mit den gesenkten Zehenspitzen zuletzt – um die Füße erneut mit einer Gymnastik zu erwärmen.

Aber siehe da, niemand beklagte sich über das vermeintlich kalte Wasser. **Nein, wir hatten sogar sehr viel Spaß.**

Denn kalt war das Wasser nicht, man könnte es eher als wohltuend betrachten. Einige der zuschauenden Bewohner bedauerten, am Wassertreten aufgrund ihrer Stützstrümpfe nicht teilnehmen zu können.

Natürlich ließen wir sie nicht einfach nur so herumsitzen. Kurzerhand bekamen sie eine Schüssel gefüllt mit Wasser auf den Schoß platziert und konnten somit zumindest ihre Hände eintauchen, was ebenso wohltuend bei der draußen herrschenden Wärme war. Ein paar unvorhergesehene Spritzer kalten Wassers ins Gesicht sorgte für Lacher.

Am Ende waren wir uns einig, dass dieses Angebot noch einmal wiederholt

werden muss. Wer weiß, vielleicht kommen beim nächsten mal doch weitere Bewohner hinzu, denn es stehen uns noch viele heiße Tage bevor.

Marion Cianni-Klein, Alltagsbegleiterin



100 Jahre

Ein Grund zum Feiern

Am 6. Juli 2025 konnte eine Bewohnerin auf WB II ihren 100. Geburtstag feiern. Alle Bewohner gesellten sich zu unserer Jubilarin, um mit ihr anzustoßen. Es wurde natürlich auch ein Geburtstagsständchen gesungen und ein Gedicht vorgetragen. Eine Urkunde zum 100. Geburtstag gab es noch dazu.

Das Wetter war an diesem Tag nicht so besonders, aber mit Sonne im Herzen



wurde es ein toller Tag. **Das gesamte Team des Seniorenzentrums Herscheid wünscht unserer Bewohnerin noch einmal alles Gute zum 100. Geburtstag.**

Ilona Gerke & Corinna Vormann, Alltagsbegleiterinnen

