

Bickendorfer Verzällcher



Herbstausgabe – Oktober bis Dezember 2023



Inhalt



- 03 **Vorwort**
- 04 **Unser Sommerfest**
- 07 **Diamantene Hochzeit**
- 09 **Hundetherapie**
- 10 **Sitzgymnastik**
- 11 **Unser Ehrenamt**
- 13 **Wellness-Angebot**
- 14 **Bewohnerbeiratswahl**
- 15 **Unser neuer Bewohnerbeirat**
- 16 **Gesundheitsecke – Thema: Polymorphe Lichtdermatose**
- 19 **Veranstaltungskalender Oktober bis Dezember**

- 20 **Einzüge und Abschiede**
- 21 **Geburtstage**
- 22 **Impressionen Sommerfest**



Sämtliche Personenbezeichnungen gelten gleichwohl für alle Geschlechter.

Impressum

Herausgeber: CMS Pfl egewohnstift Bickendorf
Wilhelm-Mauser-Str. 17 • 50827 Köln

Auflage: 250

Nächste Ausgabe: Januar 2024

Redaktion: Redaktionsteam (siehe Artikel)

Fotos: Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter des Hauses

Layout: Prospektlabor – Sarah Libéral
www.prospektlabor.de

Druck: printaholics GmbH
www.printaholics.com



Liebe Leser/innen

Der Sommer geht nun schon wieder in die Endphase, ehe Ende September der Kalender offiziell den Herbst einläutet. Rückblickend war es sicher kein Jahrhundert-Sommer – aber dafür mussten wir auch nicht wochenlang schwitzen. Außerdem hatte der Erdboden ja einigen Nachholbedarf, was Feuchtigkeit betrifft.

Mit Eis und einem wunderschönen Sommerfest haben wir die heißen Tage gut überstanden. Die Tänzerinnen, die Musik und die überaus gute Stimmung waren für unsere Bewohner eine gelungene Abwechslung vom Alltag.

Auch sonst wurde im Sommer für viel Unterhaltung gesorgt, und unsere Angebote werden mit viel Freude und einer hohen Besucherzahl wahrgenommen.

Wie viel Sonne und Wärme, wie viel Feuchtigkeit von oben uns wirklich guttut, kann ich letzten Endes gar nicht beurteilen (und beeinflussen ja noch weniger). **So bleibt mir nur zu hoffen auf einen schönen Herbst, auf so viel Sonne und so viel Regen, wie Pflanzen, Getreide, Gemüse und Früchte noch vor der Ernte benötigen.**

Und es wird uns bewusst, unser Leben liegt einfach in Gottes Hand – und da liegt es gut! In diesem Sinne: Genießen Sie die Tage des Septembers!

**Es grüßt Sie herzlich
Salvatore Greco, Einrichtungsleitung**





Buntes Sommerfest

mit viel Musik, Tanz und jeder Menge guter Laune

Am 07.07.2023 hat unser Sommerfest stattgefunden. Das Wetter war wie bestellt und erwünscht, 30 Grad, blauer Himmel, Sonne und eine frische Brise! Einfach ein Traum für alle Beteiligten.



Das Programm war bunt, es gab Musik, wir sangen, tanzten und schunkelten und durften dabei viele Gäste, Angehörigen und natürlich das Team von unserer Einrichtung begrüßen. Ohne Euch

alle würde es nicht funktionieren! Musikalisch begleitete uns wie immer Sylvia und Rudi Macklers. Beide sind uns allen seit längerer Zeit bekannt und wir freuen uns immer wieder sie zu sehen. **Das Homburg-Duo, Samba-Tänzerinnen und die Maskottchen sorgten für noch mehr Stimmung. Es war bunt, laut und lustig!**

Auf dieser Stelle geht ein Dank an die gesamte Teams von der Sozialen Betreuung,



Küche, Hauswirtschaft, dem Pflegepersonal für die tolle Begleitung und Unterstützung aller Bewohner, der Haustechnik, vor allem Thomas Rex, der uns zwei Tage unterstützt hat und sein eigenes Haus in Pulheim für diese Zeit verlassen musste.



Ein weiterer Dank geht noch an unsere tollen ehrenamtlichen Helfer: Frau Por-schen mit Familie, Frau Steinmeier sowie Antonia und Epifania Giuseppino. Danke für Ihre Spenden wie z. B. Getränke. **Es hat sich wieder bestätigt, nur zusammen ist man STARK!**

Katarzyna Bulajewska, Leitung Sozialer Dienst



60 Ehejahre

Wir gratulieren zur Diamantenen Hochzeit



Liebes Diamantenpaar!

Heut exakt vor 60 Jahr,
habt die Liebe ihr erfahren,
damals, als die Hochzeit war.
Strahlend wie der Diamant,
strahlend und unzerbrechlich,
in der Treue unbestechlich,
gingt den Weg ihr Hand in Hand.
Habt gemeistert alle Sorgen,
gabt Euch gegenseitig Kraft.
Vieles habt Ihr zwei geschafft.



Blickt zufrieden nun auf morgen.
Was auch bringt der Zukunft Schleier,
Ihr weicht davor nicht zurück.
Sicher führe Euch das Glück,
einst zur Gnadenhochzeitsfeier.

(Verfasser unbekannt)

Alles Gute und viele weitere schöne und gemeinsame Jahre wünscht Ihnen das Team des CMS Bickendorf.

weishaupt-

Segschneider
Heizung - Sanitär

Spielmannsgasse 21
50321 Brühl
Mobil: 0177-6 56 04 46
www.heizung-bruehl.de

Fachbetrieb für Weishaupt Produkte:
Brennwert, Solar, Wärmepumpen, Brenner

Bistro & Café Vier Jahreszeiten

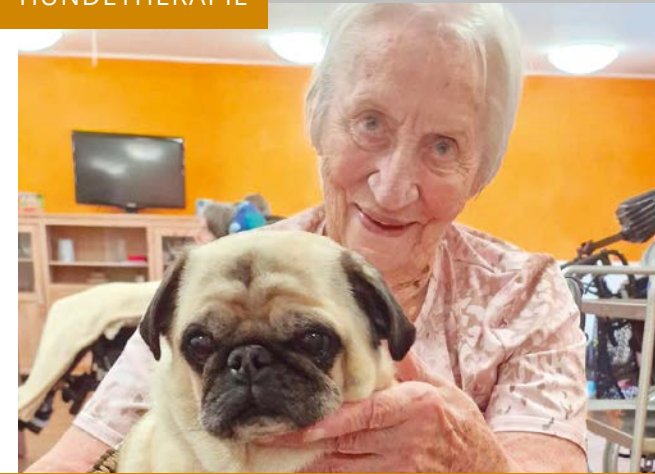


Das ganze Team
freut sich auf Sie!

*Wir wünschen Ihnen
eine schöne Herbstzeit.
Bleiben Sie gesund!*



Foto: Andreas Wiese - www.fotografiewiese.de



Hundebesuch

von Franz mit Herrchen und Frauchen



Einmal wöchentlich werden unsere Bewohner von unseren Ehrenämtern, aber auch Freunde des Hauses, Melanie und Jörg Scheider mit ihrem Hund Franz besucht.

- es werden spezielle Fertigkeiten der Bewohner gefördert, wie z. B.: Konzentration, Handlungsplanung, Gedächtnistraining und Feinmotorik

Die Bewohner dürfen dann mit dem Hund spielen, ihn streicheln und manchmal Küsschen schenken. Der Franz ist geduldig und lässt sich gerne verwöhnen. Manchmal liegt er auf dem Bett und hat keine Lust mit seinem Frauchen weiter zu ziehen, zur großen Freude der Bewohner.

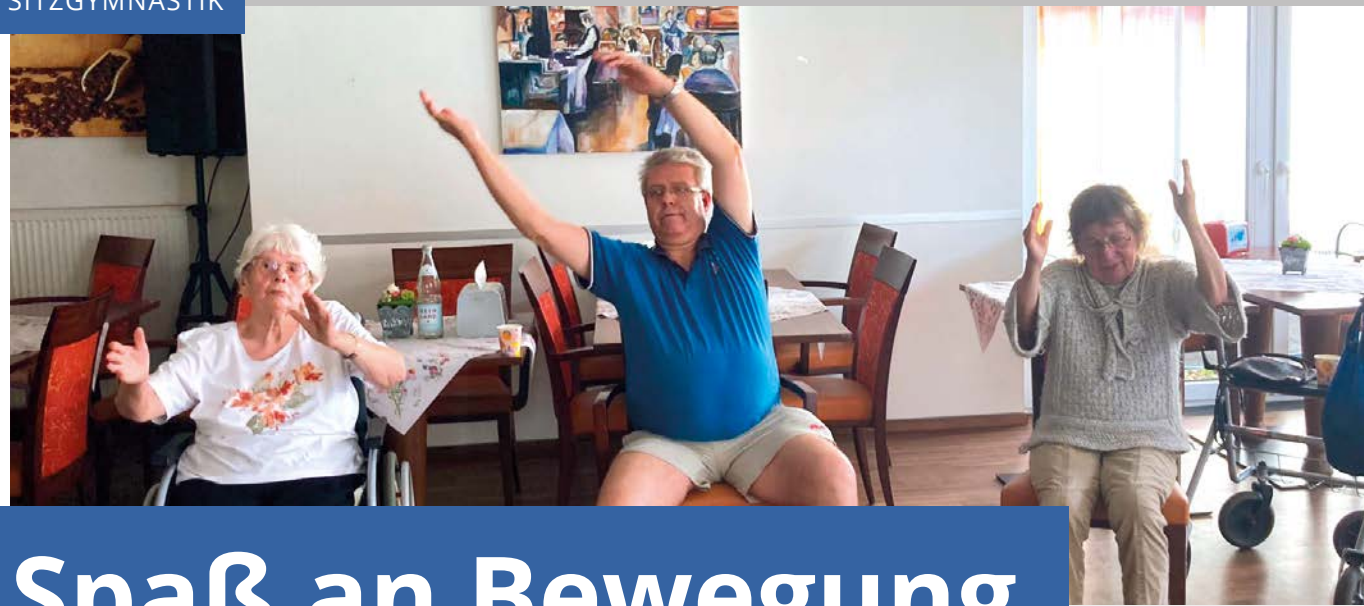
Und wie sagt man so schön: „Der Hund ist der beste Freund des Menschen“. **Dafür DANKE an die Familie Scheider und Franz!**

Katarzyna Bulajewska, Leitung Sozialer Dienst

Warum ist das so wichtig, dass die Menschen den Kontakt zur Tiere haben?

- Spiele sorgen bei Mensch und Hund für großen Spaß
- die Begegnungen wirken beruhigend oder aber auch anregend





Spaß an Bewegung

Sitzgymnastik für Jedermann

Jeden Mittwochvormittag um 10:00 Uhr und Donnerstagnachmittag um 15:30 Uhr treffen wir uns im Bistro, um gemeinsam Sitzgymnastik zu machen und uns für circa eine halbe Stunde zu bewegen. Bei fröhlicher Musik werden verschiedene Übungen für die verschiedenen Körperteile durchgeführt. Ob Arme, Hände, Beine oder Rücken – für jeden ist etwas dabei. Übungen zur Koordination, z. B. mit Bällen, Tüchern und mehr, dürfen dabei nicht fehlen.



Die Teilnahme an der Sitzgymnastik ist für alle Bewohner offen. Ob fit wie ein Turnschuh oder mit körperlichen Einschränkungen – es ist jeder willkommen. Die Übungen können individuell angepasst werden, sodass jeder ganz nach seinen Möglichkeiten mitmachen kann. Es geht nicht um Perfektion, sondern um den Spaß an der Bewegung und um eine wertschätzende und fröhliche Gemeinschaft.

Tamara Kaupel, Sozialer Dienst



Großes Dankeschön

an unsere tollen Ehrenamtler/innen

Wir haben das große Glück einige Menschen bei uns zu haben, die sich ehrenamtlich für unsere Einrichtung und unsere Bewohner engagieren. Ob bei Festen, Feiern, Einzelbetreuungen oder Angeboten, sie haben noch nie „Nein“ gesagt.

Dafür sagen wir **DANKE!** Ohne Euch wäre vieles nicht möglich. Ich freue mich auf die weitere Zusammenarbeit und hoffe, dass der Kreis ein paar neue Menschen mit Herz am rechten Fleck gewinnen kann.

Katarzyna Bulajewska, Leitung Sozialer Dienst





Hilfe suchen
Vertrauen finden

AHLBACH
BESTATTUNGEN

Tag und Nacht
0221 - 9 58 45 90

Direkt in Ihrer Nachbarschaft

Columbarium • Trauerhalle • Abschiedsräume

Venloer Straße 685 | 50827 Köln | Tel.: 0221 - 9 58 45 90

info@ahlbach.com | www.ahlbach.com



Blumen Schäfer
Ihre Schäfer – Florist

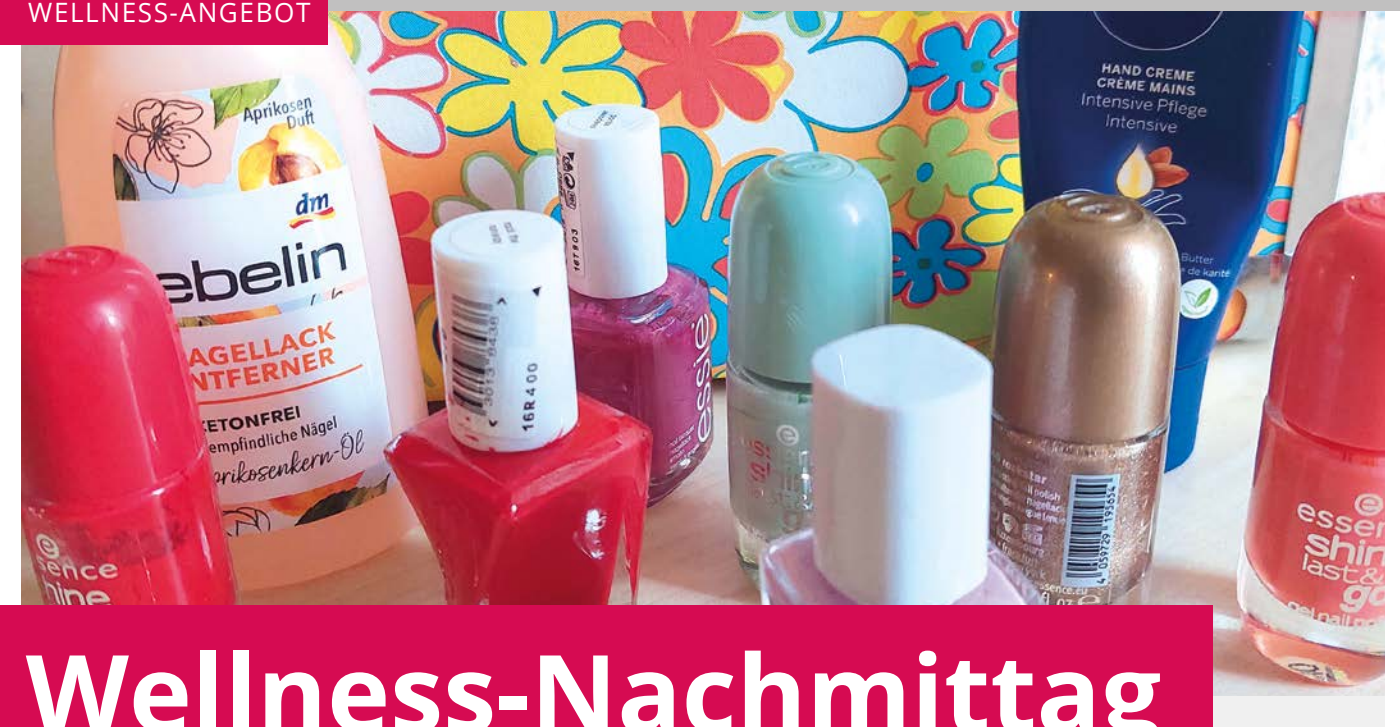
Venloer Straße 601- 603 (im Rewe Center Köln-Bickendorf)
50827 Köln-Bickendorf • Tel. : 0221 - 58 01 618 •
Mobil: 0177 - 74 79 609 • kontakt@blumen-schaefer-koeln.de

Herzlich Willkommen
auf dem Account der
CMS Unternehmensgruppe!

Folgen Sie uns
auf **Instagram**
unter:
@cmsverbund



Wir freuen uns,
wenn Sie vorbei
schauen!



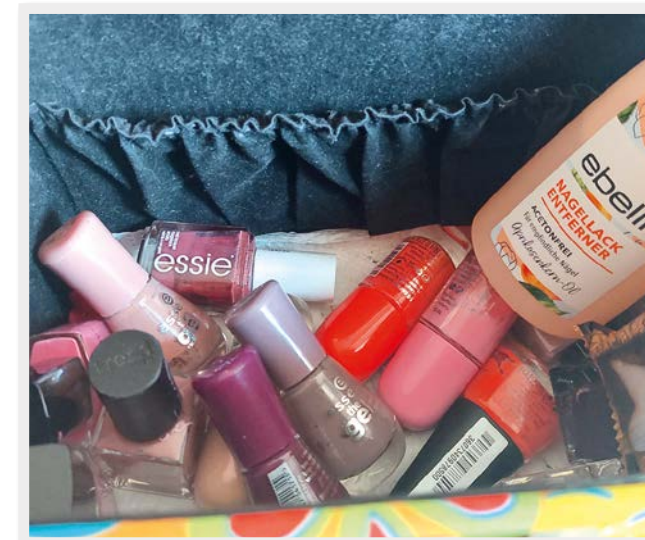
Wellness-Nachmittag

Erinnerungen wecken durch Pflegeutensilien und Musik

Unter „Wellness“ versteht man alle Anwendungen, welche das geistige, seelische und körperliche Wohlbefinden einer Person steigern und verbessern können. (Definition)

Gerade im Umgang mit demenziell veränderten Menschen sind Berührungen und Nähe ein unersetzliches Element in der Arbeit. **Bei einem kleinen „Wellness-Nachmittag“ habe ich für alle Bewoh-**

nerinnen und Bewohner, welche es wollten, ein Handbad mit lauwarmem Wasser und eine Massage der Hände angeboten. Gerne konnten, vor allem die Damen, auch eine Maniküre mit farbigem Nagellack auswählen. Aber auch alleine das Betrachten und Berühren der Utensilien, wie Nagellack-Flaschen, Nagelfeile und Wattepadts weckt Erinnerungen bei den Bewohnerinnen und Bewohnern.



Selbstverständlich gehört zum Wohlfühlen auch eine schöne Atmosphäre, welche ich mit ruhiger, bekannter Musik erzeugen konnte. Auch die vertrauten Melodien und Texte der Lieder trugen zum Wohlbefinden der Bewohnerinnen und Bewohner bei.

Gerne werden wir dieses Angebot gemeinsam wiederholen.

Veronika Gossel, Alltagsbegleiterin



Bewohnerbeiratswahl

im CMS PflEGEWOHNSTIFT BICKENDORF

Die Bewohnerbeiratswahl hat nun ordnungsgemäß stattgefunden. Die Amtszeit beträgt zwei Jahre.

Wir informieren Sie hiermit über das Endergebnis:

Manfred Reinert	24 Stimmen
Inge Steinmeier	23 Stimmen
Gerhard Schulz	22 Stimmen
Ernst Schildken	21 Stimmen
Ingrid Kirsten	20 Stimmen
Christa Langen	16 Stimmen



Die Wahlbeteiligung lag bei 40,0 %.

Gewählt sind die fünf Kandidaten mit den meisten Stimmen. Frau Langen steht auf der sogenannten Nachrückerliste.

Christa Langen, Vorsitzende des Wahlausschusses



Der Bewohnerbeirat

im CMS PflEGEWOHNSTIFT BICKENDORF



Manfred Reinert
1. Vorsitzender



Inge Steinmeier
2. Vorsitzende



Gerhard Schulz
WB Hahnentor



Ernst Schildken
WB Severinstor



Ingrid Kirsten
WB Severinstor

*Bei Wünschen
und Anregungen
sprechen Sie
uns gerne an.
Wir sind für Sie da!*

Gesundheitsecke

Thema: Polymorphe Lichtdermatose

Juckreiz, Hautrötungen, Bläschen nach dem Sonnenbad – Eine Sonnenallergie? Was steckt hinter dem Lichtausschlag?

WAS IST EINE SONNENALLERGIE?

Die Begriffe „Sonnenallergie“ und „Lichtallergie“ gibt es in der Medizin genau genommen gar nicht. Sie werden umgangssprachlich genutzt – für eine Reihe ganz unterschiedlicher Erkrankungen. Diese Krankheiten haben eines gemeinsam: Sonnenlicht spielt eine wesentliche Rolle, insbesondere der UV-Anteil des Lichts. Um eine echte Allergie handelt es sich nur selten.

HÄUFIGSTE „SONNENALLERGIE“: DIE POLYMORPHE LICHTDERMATOSE

Eine besonders verbreitete Krankheit unter diesen sogenannten Sonnenallergien ist die polymorphe Lichtdermatose, auch Sonnenekzem genannt. Sie trifft in Mitteleuropa mehr als jeden Zehnten, Frauen häufiger als Männer. Sie kann in jedem Alter auftreten, kommt aber vor allem bei

Kindern und jungen Erwachsenen vor. Die genauen Ursachen sind noch nicht geklärt.

Eine Polymorphe Lichtdermatose kann über Jahre hinweg immer wieder Beschwerden verursachen. Nicht selten bessert sie sich aber auch im Laufe der Zeit von selbst.

WIE MACHT SICH DIE KRANKHEIT BEMERKBAR?

Symptome einer polymorphen Lichtdermatose zeigen sich typischerweise dann,



wenn die Haut nach längerer „Sonnenabstinenz“ eine ungewohnt hohe Dosis Sonnenstrahlen abbekommt – zum Beispiel nach einem gedehnten Spaziergang in der ersten Frühlingssonne oder zu Beginn eines Strandurlaubes im Süden.

Auf den Hautstellen, die der Sonne ausgesetzt waren, bilden sich nach Stunden oder wenigen Tagen stark juckende, fleckige Rötungen. Dann entstehen meist Knötchen (Papeln) oder Bläschen. Die Hautveränderungen können von Patient zu Patient stark unterscheiden.

THERAPIE BEI POLYMORPHER LICHTDERMATOSE

Steht die Diagnose fest, empfiehlt der Arzt eventuell entzündungshemmende Cremes oder Lotionen gegen die akuten Symptome. Wichtig ist aber vor allem ein guter Sonnenschutz, zum Beispiel durch Kleidung und Lichtschutzmittel.

Betroffene sollten darauf achten, ihre Haut nicht zu abrupt intensiver Sonne auszusetzen. Mit solchen Tipps und Maßnahmen kommen die meisten Patienten im Alltag gut zurecht. Seltener sind schwere Verläufe. Hier kommt eine vorbeugende Behandlung (Phototherapie, Photochemotherapie) infrage.

URSACHEN

Wie eine polymorphe Lichtdermatose im Detail entsteht, wissen Forscher noch nicht mit Sicherheit. Die genaue Ursache der polymorphen Lichtdermatose ist



noch nicht bekannt. Fest steht nur: Das Sonnenlicht spielt offenbar eine entscheidende Rolle als Auslöser der Krankheit. In spezialisierten Labors lässt sich die Dermato­se durch Bestrahlungen mit UV-Lampen nach standardisierten Protokollen hervorrufen – ähnlich wie bei einem Allergietest.

ALLERGIE?

Was passiert bei einer Polymorphen Lichtdermatose im Organismus? Viele Wissenschaftler glauben, dass die Sonnenstrahlen einen Allergieauslöser (ein Allergen) im Körper entstehen lassen. Das könnte ein Stoff sein, der von außen zugeführt wurde. Wahrscheinlicher handelt es sich um eine eigentlich harmlose körpereigene Substanz, die aus ungeklärten Ursachen eine Reaktion mit dem Sonnenlicht eingeht.

Der so umgewandelte Stoff ruft das Immunsystem des Körpers aus den Plan, so die Theorie. Abwehrzellen bekämpfen die vermeintlich schädliche Substanz – so ähnlich wie es bei einer Allergie (beispiels-

weise einer Nickelallergie) der Fall ist. Die Folge: Allergie-ähnliche Symptome stellen sich ein.

URSACHEN ANDERER „SONNEN-ALLERGIEN“

Neben der polymorphen Lichtdermatose existieren viele weitere Arten von „Sonnenallergien“. Bei manchen sind die Ursachen bekannt. Sie entstehen zum Beispiel durch Medikamente plus Sonnenlicht oder den Kontakt zu bestimmten Wiesengräsern oder – paradoxer Weise – manchmal auch durch Lichtschutzmittel.

SYMPTOME

Juckende Rötungen, Knötchen oder Bläschen auf der Haut einige Stunden nach dem Aufenthalt in der Sonne – solche Symptome sprechen für die polymorphe Lichtdermatose.

Die Symptome bei polymorpher Lichtdermatose stellen sich üblicherweise zeitverzögert ein. Stunden oder wenige Tage nach dem Aufenthalt in der Sonne kommt es zu lästigen Hauterscheinungen:

- Die Haut fängt an, stark zu jucken
- Es bilden sich rote Flecken (Hautrötungen)
- Knötchen (Papeln), Bläschen oder Blasen entstehen auf der Haut

Betroffen sind üblicherweise nur solche Körperstellen, die dem Sonnenlicht direkt ausgesetzt waren, vor allem Hals und Dekolleté, (Ober-)Arme, Handrücken, Beine, Gesicht und Schultern. Die Hautveränderungen erinnern ein wenig an Akne. Zu dieser Hautreaktion kommt es in Verbindung mit fetthaltigen Cremes, meist Lichtschutzsalben.

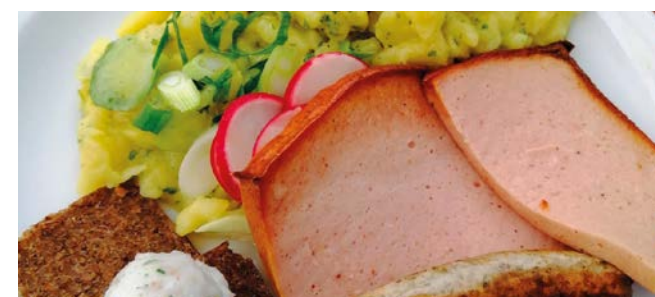
Susanne Gemeinder, Alltagsbegleiterin



Veranstaltungsplan

Oktober bis Dezember 2023

Oktober



13.10.2023 – Oktoberfest
14:00 - 17:00 Uhr

17.10.2023 – Gremienarbeit
(einzelne Befragung)
10:00 - 15:00 Uhr

November

**11.11.2023 – Sessionseröffnung
Kölner Karneval**
10:00 - 12:00 Uhr im Bistro

13.11.2023 – Gremienarbeit
(einzelne Befragung)
10:00 - 15:00 Uhr

Dezember

**02.12.2023 – Weihnachtsmarkt
und Tag der offenen Tür**
12:00 - 18:00 Uhr

05.12.2023 – Gremienarbeit
(einzelne Befragung)
10:00 - 15:00 Uhr



06.12.2023 – Besuch vom Nikolaus
im ganzen Haus

Weihnachtsfeier
Termin wird noch bekannt gegeben

*Weitere Termine stehen auf unseren Aushängen.
Termine können sich nach Redaktionsschluss
ändern und nicht hiermit übereinstimmen.*

Willkommen bei uns

Wir möchten Sie hiermit herzlich begrüßen und wünschen Ihnen alles Gute bei uns im CMS PflEGEwohNSTIFT Köln Bickendorf.

Bei Fragen oder Wünschen stehen wir Ihnen gerne zur Verfügung; Sprechen Sie uns einfach an.

Wohnbereich Rochusplatz

Cornellia Von Haugwitz
Wilhelm Faßbender
Margret Schmitz
Krystyna Jarocka



Wir nehmen Abschied

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

Liselotte Müller
Roswitha Schüßler
Dr. Paul Kerner
Gabriele Lichius



Herzlichen Glückwunsch

Wir gratulieren allen
Herbst-Geburtstagskindern
zum Geburtstag!

Oktober

Luise Schiefer	04.10.
Juliane Reiner mann	05.10.
Christine Engels	09.10.
Krystyna Jarocka	16.10.
Elsbeth Buchholz	13.10.
Wolfram Fünfhaus	18.10.
Knut Naujoks	20.10.
Henriette Wanda Deider	21.10.
Wilhelm Faßbender	27.10.
Helga Steffens	30.10.

November

Heinz Liß	04.11.
Berta Pilgram	08.11.
Karl-Josef Heisinger	12.11.
Marlies Carpentieri	14.11.
Ute Schekerka	21.11.

Dezember

Joseph Maus	03.12.
Gerhard Schulz	07.12.



Dezember

Hermann Giesen	10.12.
Paula Kremer	13.12.
Katharina Schieffer	17.12.
Hubert-Felix Zentis	23.12.
Günther Götz	25.12.
Theo Michel	26.12.





Wir suchen **Pflegefachkräfte und Pflegeassistenten**

m/w/d, in Voll- oder Teilzeit, für den Tag- oder Nachtdienst

Wir wünschen uns: Berufserfahrung • fachliche und soziale Kompetenz • Einfühlungsvermögen • Organisationstalent • Teamfähigkeit • Flexibilität • Kreativität • EDV-Erfahrung

Wir bieten Ihnen: ein abwechslungsreiches Aufgabengebiet • ein hohes Maß an Selbstständigkeit • Fort- und Weiterbildungen • ein qualifikationsbezogenes Gehalt • eine entbürokratisierte EDV-gestützte Pflegedokumentation • ein attraktives Zuschlagssystem

Wir freuen uns auf Ihre Bewerbung!

CMS Pflegewohnstift Bickendorf

Wilhelm-Mauser-Straße 17 • 50827 Köln-Bickendorf • Tel.: 0221 - 170 90 - 0 • cms-bickendorf@cms-verbund.de



Ehrenamtler gesucht m/w/d

Sie möchten sich gerne mit und für Senioren engagieren?

Dann sind Sie bei uns richtig! **Das CMS Pflegewohnstift Bickendorf sucht Ehrenamtler**, die sich hier in vielerlei Hinsicht und in ganz unterschiedlichen Bereichen einbringen können.

Jedes Talent ist hier richtig! Wenn Sie:

- einen grünen Daumen haben, können Sie sich bei der Blumen- und Beetpflege einbringen
- gerne an der frischen Luft sind, freuen sich unsere Bewohner über Spaziergänge
- ein Musikinstrument spielen, kann dies wunderbar bei Gruppen oder Feiern unterstützen
- gern in geselligen Runden sind, freuen wir uns über Unterstützung in den Essensgruppen u.v.m.

Bei uns sind Sie herzlich willkommen! Bei Interesse wenden Sie sich bitte an:

CMS Pflegewohnstift Bickendorf

Wilhelm-Mauser-Straße 17 • 50827 Köln-Bickendorf • Tel.: 0221 - 170 90 - 0 • cms-bickendorf@cms-verbund.de