

# St. Monika aktuell

Informationen aus dem Haus St. Monika und der Begegnungsstätte



Juli - August - September 2025



caritas  
STUTT GART

## Inhalt

- 2 Vorwort
- 3 Unser Haus St. Monika  
Die Begegnungsstätte
- 4 Besuch in unserem Haus
- 5 Ein neuer Dauergast
- 6 Ein schöner Nachmittag
- 7 Under Pflänzchen—aktuell
- 8 Baumrätsel
- 10 Blick in der Caritasverband Stuttgart  
Seelsorge<sup>12</sup>  
Die Uhr meines Opas  
Gründonnerstag
- 13 Selten so gelacht
- 14 Begegnungsstätte  
Angebote der Begegnungsstätte  
Stadtteilstadt  
Ehrenamt hält fit und bereichert  
Bücher auf Rädern  
Öffnungszeiten und Sprechzeiten  
Sommerfest der Begegnungsstätte  
die neuen Kolleginnen  
Regelmäßige Angebote  
Yoga für Senioren und Seniorinnen  
Tanzen ins Alter  
Sturzprävention  
Lass uns drüber reden
- 18 Vorsicht Hitze
- 20 Aus dem dritten Stock
- 21 Auf gute Nachbarschaft
- 23 Wie die alt Fasnet
- 24 Das Beste kommt zum Schluss
- 25 Angebote Haus St. Monika und der  
Begegnungsstätte Haus St. Monika
- 26 Veranstaltungsprogramm
- 27 Ihre Ansprechpartner\*innen  
Dienstleistungen, Öffnungszeiten
- 26 Anfahrt, Impressum  
Wir freuen uns über Ihre Unterstützung



Liebe Bewohnerinnen und Bewohner, liebe FreundInnen des Hauses St. Monika, ich begrüße Sie herzlich zu unserer Sommerausgabe 2025 unserer St. Monika-aktuell! Dieser Sommer verläuft in unserem Hause anders, als gewohnt. Wir befinden uns inmitten der Sanierungsarbeiten unserer Großküche. Wie Sie aus der vergangenen Ausgabe, von Aushängen oder aus Gesprächen sicher wissen, bekommen wir unter anderem eine neue Spülstraße für die riesigen Mengen an Geschirr, die bei uns täglich anfallen. Und „drum herum“ sanieren wir einen großen Teil unserer Küche. Wir hoffen, dass wir die Sanierungsphase so kurz, wie möglich halten können und Sie bald wieder das Restaurant, den Sinnesgarten und das Café-Angebot in vollem Umfang nutzen können. Wir versuchen, mit kleineren Veranstaltungen und Bereichs-Sommerfesten, Ihnen so viel Sommer-Gefühl wie möglich zu schaffen. Ich hoffe sehr, dass uns dies gelingt. Haben Sie Fragen? Sprechen Sie uns an! Die Heimleitung, Hauswirtschaftsleitung und Haustechnik werden Ihnen diese gerne beantworten. Denn manchmal holt die Wirklichkeit die besten Pläne ein – da wirkt ein persönliches Gespräch oftmals Wunder. Ich freue mich sehr auf einen schönen (hoffentlich erträglich heißen) Sommer und hoffe, dass wir viele Gelegenheiten haben werden, miteinander diese schöne Zeit zu genießen.

Ihr Stephan Struck,  
Hausleiter Haus St. Monika

## Unser Haus St. Monika

Im Haus St. Monika im Stuttgarter Stadtteil Neugereut ist man umgeben von Palmen und üppigen Pflanzen: die riesige Palmenhalle im Foyer des Hauses mit den beiden Graupapageien sorgt für eine ganz besondere Atmosphäre.

St. Monika ist ein Haus, in dem menschliche Nähe, Wärme und Geborgenheit gelebt wird. Dazu gehört auch die seelsorgerliche Begleitung und Betreuung durch indische Ordensschwwestern und die Begleitung alter und kranker Menschen in ihrer letzten Lebensphase durch Ehrenamtliche der Sitzwache.

Das Alten- und Pflegeheim bietet in der stationären Pflege ein ganzheitliches Betreuungskonzept an. Im Haus können die Bewohnerinnen und Bewohner verschiedene Angebote nutzen.

### Unsere Angebote:

- Einzelzimmer mit Sanitärbereich bzw. Seniorenwohnungen
- Tagespflege mit 15 Plätzen
- Betreutes Wohnen
- Katholische Sozialstation
- Praxis für Ergotherapie
- Begegnungsstätte
- Seelsorgerliche Begleitung
- Offener Mittagstisch
- Café

Möchten Sie das Haus St. Monika näher kennen lernen? Dann kommen Sie zu unserer nächsten **Hausführung** an jedem 3. Dienstag im Monat  
Die Termine im 3. Quartal:  
**Di. 15.07., 19.08., 16.09.2025**  
**jeweils um 15:00 Uhr**  
Es ist keine vorherige Anmeldung erforderlich.



### Die Begegnungsstätte

Die Begegnungsstätte im Haus St. Monika ist ein beliebter Treffpunkt - nicht nur für die Bewohner\*innen sondern auch für die Senior\*innen aus den umliegenden Stadtteilen. Unser Veranstaltungsangebot umfasst neben Konzerten und Vorträgen aller Art unter anderem auch Kreativangebote, Gymnastik und Gedächtnistraining für Senior\*innen. Gerne beraten wir auch Angehörige und Interessierte zu verschiedenen Pflege- und Gesundheitsthemen - entweder in Einzelgesprächen oder im Rahmen unseres Gesprächskreises für pflegende Angehörige. In Zusammenarbeit mit verschiedenen Kooperationspartnern ist es unsere Aufgabe, Menschen verschiedener Generationen zusammen zu bringen. So gibt es in der Begegnungsstätte immer wieder spezielle Nachmittage, bei welchen sich Alt und Jung begegnen, austauschen und gegenseitig eine Freude machen.

Viele unserer Angebote und Veranstaltungen könnten wir ohne die Unterstützung von ehrenamtlichen Mitarbeitenden gar nicht umsetzen. Wir fördern aktiv das ehrenamtliche Engagement und unterstützen und begleiten unsere freiwilligen Helfer\*innen.

**Die Begegnungsstätte St. Monika wird von der Stadt Stuttgart gefördert.**

## Besuch in unserem Haus

### Spiel, Satz und Sieg Alt trifft Jung: unser Generationenprojekt mit der Pelikanschule

Vorfreude ist die schönste Freude. Alle zwei Wochen warten die Bewohner:innen des Wohnbereichs Straubinger sehnsüchtig auf den Besuch der Schüler:innen der Pelikanschule. Frau Schönbach und ihre Kollegin sind mit acht Schüler:innen der dritten und vierten Klasse zu Besuch bei uns. Heute bin auch ich mit dabei, stelle mich als Redaktionsmitglied der Hauszeitung vor und erkläre, dass es selbstverständlich keine Noten geben wird, nur Notizen für meinen Bericht. Unsere Betreuungskraft Maria Zimon bereitet immer wieder eine Überraschung vor: mal ein Quiz, mal ein Spiel, gerne eines mit Bewegung. Der Einstieg ist wie immer zwanglos. „Wie geht es euch? Gibt es etwas zu erzählen?“, fragt Frau Zimon einfühlsam. „Ich sehe, dass Leonie ein VfB-T-Shirt trägt! Magst du erzählen, warum?“ Leonies Antwort kommt prompt: „Weil der VfB am Samstag gegen Arminia Bielefeld DFB-Pokalsieger geworden ist!“ Sie wirkt mächtig stolz nach dem Motto „Wir sind Pokalsieger“! Alicia wiederum berichtet von einer Geburtstagsfeier, bei der einundzwanzig (!) Kinder eingeladen waren. (Ich war als Mädchen schon froh, wenn ich sechs Kinder zum Geburtstag einladen durfte. So ändern sich die Zeiten!)



### Spiele sollen heute unser Thema sein.

Wir wollen wissen, welche Spiele unsere Bewohner:innen früher gerne gespielt haben. Da werden sehr schnell die Brettspiel-Klassiker

genannt: Mensch-ärgere-dich-nicht, Monopoly, Schach, Dame, das Kartenspiel Schwarzer Peter und Himmel und Hölle als Bewegungsspiel. Nun sind wir neugierig und fragen nach, was die Kinder heutzutage spielen: „Die Jungs können nicht ohne Fußball überleben!“, lautet das Urteil der Mädchen. Aber Bewegung ist nicht nur bei den Jungen Trumpf. Die Mädchen spielen auf dem Pausenhof Fangen, Verstecken/verbrannt und Engel auf Erden. Und selbst Gummitwist ist immer noch aktuell, wie wir hören.

Jetzt geht's zur Sache! „Die verflixte oder die heiße 6“ ist unser heutiges Spiel: 1 Würfel, 6 Eimer und jede Menge überdimensionale Kloppapierrollen sind die Hauptdarsteller. Jede Gruppe bekommt 5 Papprollen. Die Eimer werden von 1-6 nummeriert, nach der Augenzahl eines Würfels. Das Ziel des Spiels ist es, die Papprollen der eigenen Gruppe so schnell wie möglich loszuwerden. Aber jetzt kommt der Haken. 5 Eimer werden mit der Öffnung nach unten platziert. Der Eimer Nummer 6 ist offen und aufnahmefähig. Wird eine 6 gewürfelt, verschwindet eine Papprolle im Eimer. Glück gehabt! Wird jedoch eine Zahl zwischen 1 und 5 gewürfelt, wird die Rolle abgelegt. Wird die Zahl erneut gewürfelt, muss die Gruppe die Rolle aufnehmen, sammelt also weitere Papprollen an und muss auf eine 6 hoffen. Die ältere Generation würfelt. Die jüngere Generation macht die Laufarbeit - und wie lebendig und wuselig es zugeht!

Wie immer vergeht die Zeit wie im Fluge. „Es war schön, neben dir zu sitzen!“ So verabschiedet sich meine junge Sitznachbarin. Ist das nicht ein reizendes Kompliment? Noch ein schneller Griff in die Chipstüte, ein wenig Proviant für den Rückweg und schon sind die Kinder so schnell verschwunden, wie sie gekommen sind. Aber uns bleibt die Vorfreude auf den nächsten Besuch.  
(Text: Ellen Spilker)

## Ein neuer Dauergast



### **Gestatten, mein Name ist Bruce.**

Manch einer mag mich schon gesehen haben, wie ich mit meinem Herrchen (Markus Wolf, stellvertretender Pflegedienstleiter) durch das Haus schlurfe. Er ist noch etwas zu schnell für mich. Außerdem muss ich mir ja alles genau ansehen – und beschnüffeln.

Frau Becke hat mich heute zum Interview eingeladen. Ich bin mal gespannt, was die alles wissen will.

Iris Becke: Hallo Bruce, schön Dich kennenzulernen. Wie alt bist Du?

Bruce: Ich bin 4 Monate alt. Mein Herrchen weiß mein genaues Geburtsdatum nicht, 18. Oder 28. Januar 2025.

Iris Becke: Dann bist Du ja noch ein junger Hüpfen. Was bist Du denn eigentlich? Ein Hund klar, aber was für eine Rasse?

Bruce: Eine englische Bulldogge.

Iris Becke: Das hört sich echt stolz an. Und ein bisschen gefährlich. Müssen die Leute im Haus St. Monika vor Dir Angst haben?

Bruce: Ach was. Ich bin total verschmust und lieb. Jeder Mensch darf mich gerne streicheln. Ich steh da total drauf.

Iris Becke: Hast Du ein Lieblingsessen?

Bruce: Ich bin nicht so wählerisch. Ich esse alles, was ich essen darf. Die anderen und ich sind uns nur nicht immer einig, was das ist. Meinem Herrchen geht es aber genauso.

Iris Becke: Womit verbringst Du am liebsten Deine Zeit?

Bruce: Ich schlafe furchtbar gern. Einige behaupten, ich würde schnarchen, aber das stimmt natürlich nicht. Und ich spiele gerne mit Elli (4 Jahre alt) und Nela (10 Jahre alt). Das sind die Töchter von meinem Herrchen. Wir haben ganz viel Spaß miteinander. Man sagt ja Besitzer und Hunde sind sich ähnlich. Deswegen haben Herrchen und ich auch dieselben Hobbies. Er schläft auch gerne und verbringt Zeit mit seinen Töchtern. Außerdem liebt er es zu kochen. Das kann ich natürlich nicht, ich habe zwei linke Pfoten.

Iris Becke: Gibt es irgendwas, dass Du nicht magst?

Bruce: Dunkelheit macht mir Angst. Dafür machen mir Krabbeltiere nichts aus. Die werde ich in Zukunft wohl jagen müssen. Herrchen mag insbesondere Spinnen nicht.

Iris Becke: Jeder hat so seine Lieblingsplätze. Was ist Dein Lieblingsplatz?

Bruce: Ich glaube ich war in einem früheren Leben ein Gallier. Die haben Angst gehabt, dass ihnen der Himmel auf den Kopf fällt (s. Asterix & Obelix). Auf jeden Fall liege ich am Liebsten unter einem Tisch oder Stuhl. Da fühle ich mich sicher und wohl. Meinem Herrchen zuliebe werde ich mich ans Autofahren gewöhnen. Sein Lieblingsplatz ist hinterm Lenkrad.

Iris Becke: Nun noch eine letzte Frage. Welche Musik magst Du am Liebsten?

Bruce: Partymusik, da gehe ich so richtig ab.

## Ein schöner Nachmittag

### Zusammen ist man weniger allein

Traditionen soll man pflegen. Das tun wir: Alle drei Monate feiern wir einen Quartalsgeburtstag. Andererseits heißt es, für Veränderungen sollte man offen sein. Das sind wir: Jeder Quartalsgeburtstag hat ein besonderes Motto, eigene Farben, einen feschen Dresscode und die beliebtesten Motto-Lieder!

Lasst Blumen sprechen! So lautet unser Motto im schönen Monat März: Der Georg-Moser-Raum zeigt sich einladend, bunt, frisch: Tulpen, wohin das Auge schaut. Nicht nur die Sonne lacht, der ganze Georg-Moser-Raum lacht dem Frühling entgegen. Die Torten stehen bereit. Und was für Prachtstücke das sind! Ob fluffiger Käsekuchen oder fruchtig-frische Obsttorte; da läuft einem das Wasser im Munde zusammen.



Traditionell begrüßt Herr Wolf (Stellvertretender Pflegedienstleiter) charmant die Geburtstagskinder im Namen des Hauses. Wir bringen unseren Geburtstagskindern das Ständchen „Wie schön, dass du geboren bist“. Dann servieren die Ehrenamtlerinnen routiniert die Prachtstücke an Kuchen und Torten mit einer heißen Tasse Kaffee oder Tee.

Nach dem kulinarischen Genuss folgt der Musik- und Literaturgenuss. Eine Hommage an diese schöne Jahreszeit und ihre volle Blütenpracht: „Jetzt fängt das schöne Frühjahr an“ – „Nun will der Lenz uns grüßen“ – „Sah ein Knab' ein Röslein steh'n“ und anderes Liedgut wird von Herrn Rosenkranz angestimmt. Es wird uns leicht ums Herz. Als Schmankerl hat die Autorin ein paar Blumenrätsel mitgebracht („Was blüht denn da?“) und fürs Gemüt besinnliche Gedichte.



Viel zu schnell vergeht die Zeit. Schon heißt es: Jetzt kommt das große Finale! Wir geben noch einmal alles. Und während wir still und glücklich aufräumen und zusammenpacken, planen wir bereits den nächsten Quartalsgeburtstag

Welches Motto wollen wir wählen: „Kapitän, nimm mich mit auf die Reise“ oder „Wenn wir erklimmen schwindelnde Höhen“? Ach, wir haben alle Möglichkeiten. Bis diese Ausgabe unserer Hauszeitung erscheint, waren wir dem Himmel bereits ganz nah.

(Text: Ellen Spilker)

### Die Glücksfeder und der Azubi im gemeinsamen Aufblühen

Liebe Bewohnerinnen und Bewohner,

Ab sofort wird Ihnen in der Eingangshalle unsere neue Pflanze ins Auge springen. Es handelt sich dabei um eine Glücksfeder.

Die Glücksfeder wächst langsam, entwickelt aber stetig neue Triebe. Sie kommt mit wenig Wasser und Licht aus, passt sich den verschiedenen Bedingungen an und braucht wenig Pflege. Die Glücksfeder gilt als Glücksbringer und wird oft mit Wohlstand und Wachstum assoziiert.

Man erwartet von unseren Azubis keine sofortige Perfektion, sondern eine kontinuierliche Entwicklung und Lernbereitschaft. Man erhofft eine gewisse Flexibilität und die Fähigkeit, sich an neue Herausforderungen im Arbeitsumfeld anzupassen. Mit der Zeit wünscht man sich eine selbstständige Arbeitsweise und die Fähigkeit, Probleme eigenständig zu lösen. Mit Fleiß und Engagement können sie sich zu wertvollen Fachkräften entwickeln und langfristig zum Erfolg unseres Hauses beitragen. Wir als Arbeitgeber können von Glück sprechen, diese Azubis zu beschäftigen und sie beim Wachsen begleiten zu dürfen.

Ein Azubi und eine Glücksfeder haben also mehr gemeinsam, als es auf den ersten Blick scheint: Mit der richtigen Umgebung und etwas Unterstützung können beide prächtig gedeihen.

Damit Sie sich auch ein Bild von unserem Azubi-Pflänzchen machen können, schauen Sie doch einfach mal vorbei, zumal wir der Pflanze auch unsere Azubi-Bilder angehängt haben.

(Text: Bettina Grimm)



Baumrätsel  
Welche Frucht gehört zu welchem Baum?

1)



2)



3)



A)



B)



C)



4)



5)



6)



D)



E)



F)



Auflösung:  
1C; 2E; 3B; 4F; 5A; 6D

## Blick in den Caritasverband Stuttgart

### Interview mit der Bereichsleitung Frau Metzdorf und Herr Menne



Frau Metzdorf, Sie waren jetzt sieben Jahre im Verband als Bereichsleiterin der Altenhilfe. Das waren sehr ereignisreiche Jahre.

Uta Metzdorf: Ich habe am 1. Juni 2018 angefangen und mich in den Bereich eingearbeitet. 2020 kam dann Corona. Das war für uns alle und auch für mich in meiner Führungsrolle eine große Herausforderung. Es galt ja, die Bewohnerinnen und Bewohner und die Mitarbeitenden gut durch die Krise zu begleiten. Gefühlt hatten wir jeden Tag neue Verordnungen und wir haben natürlich alles getan, um die Gesundheit der Menschen, die bei uns lebten, zu schützen. Mitte in Corona wurde das Haus Martinus in Betrieb genommen. Dazu kam die Einweihung vom Haus Magdalena und die Inbetriebnahme vom Seniorenwohnpark Mönchfeld mit der Zweigstelle der Sozialstation (ambulante Pflege). Neben diesen bedeutenden Meilensteinen arbeiteten wir zudem an zentralen Projekten wie der Einführung von Vivendi, sowie der Umsetzung der Generalistik und der Landesheimbauverordnung.

Man fragt sich schon, wie wir das damals geschafft haben, aber vielleicht hat uns ge-

rade das Gestalten von Neuem auch Kraft gegeben. Und es hat auch Spaß gemacht, zu sehen, dass etwas Neues entsteht.

Sebastian Menne: Wir haben echt tolle Dinge hingekriegt: Die Einführung der Voize-App ist ein Aushängeschild für uns. Und wir haben die Anwerbeprojekte gestartet, um qualifiziertes Personal auch aus dem Ausland zu gewinnen.

Wie haben Sie, Frau Metzdorf, den Caritasverband erlebt?

Uta Metzdorf: Wichtig war für mich, dass wir im Caritasverband einen großen Gestaltungsspielraum haben. Auch dass der Caritasverband ein Komplexträger und sehr vielseitig ist, ist sehr bereichernd: Man kann von anderen Expertisen profitieren. Wir haben viele Mitarbeitende mit Migrationsgeschichte und wenn es da Fragen gibt, können wir das Wissen der Kolleg\_innen vom Bereich Migration und Integration anzapfen oder wenn es um Armutsgefährdung im Alter geht, dann haben wir die Fachleute beim Bereich Armut, Wohnungsnot und Schulden.

Herr Menne, wie sah ihr bisheriger Weg im Caritasverband aus?

Sebastian Menne: Ich habe 2014 im CVS als Leitungsassistent angefangen und berufsbegleitend im Masterstudiengang Management und Führungskompetenz an der Katholischen Hochschule Freiburg studiert. Seit Juli 2017 bin ich stellvertretender Bereichsleiter, erst bei Kurt Greschner und seit 2018 dann bei Frau Metzdorf. Sie hat mir früh verschiedene Bereiche übertragen: So hatte ich die übergeordnete Verantwortung für St. Barbara und für die zentrale Aufnahme und Beratung. Und ich war der Teilprojektleiter für die Inbetriebnahme des Hauses Martinus und nach der Inbetriebnahme kam auch hier die übergeordnete Verantwortung

dazu. Die elf Jahre im Verband waren für mich davon geprägt, dass ich mich weiterentwickeln konnte: Erst als Leitungsassistent, dann als stellvertretender Bereichsleiter, jetzt dann als Bereichsleiter. Durch diese stetige Entwicklung und Vielfalt der Aufgaben bin ich noch heute gerne beim CVS.

Herr Menne, Sie waren schon da, als Frau Metzdorf kam. Wie haben Sie sie erlebt? Was schätzen Sie an ihr?

Sebastian Menne: Als interessiert und fragend. Es war sehr spannend, mit ihrem Blick von außen unsere Arbeit gespiegelt zu bekommen, das fand ich sehr wertvoll. Frau Metzdorf ist super im Projektmanagement und sie konnte mit ihrer Erfahrung aus vielen Themen die Dramatik rausnehmen. Sie ist eine hervorragende Mentorin und kann Mitarbeitende dazu befähigen, dass sie sich entwickeln können.

Frau Metzdorf, was schätzen Sie an ihm?

Uta Metzdorf: Er war von Anfang an meine größte Stütze. Er wusste alles, wo jede Akte zu finden ist, einfach alles. Auch der Stab hat mich wunderbar unterstützt. Man hat mir großes Vertrauen entgegengebracht, alle haben geholfen, dass ich in die Aufgabe reinkomme. Sebastian Menne kann diplomatisch in Gespräche reingehen und kann Dinge sehr gut versachlichen und er hat ein unglaubliches Wissen und schon viele Prozesse begleitet. Er weiß, was er da leitet und er weiß, was das heißt. Er kennt den Verband und die Kolleg\_innen und er hat ein großes Netzwerk in der Altenhilfe.

Im August werden Sie den Stab übernehmen und in ihr Amt eingeführt.

Sebastian Menne: Ja, ich freue mich sehr auf den offiziellen Start in der neuen Rolle. Als stellvertretender Bereichsleiter konnte ich viele Themen bereits intensiv begleiten und durch die gut geplante Übergangszeit bin ich Schritt für Schritt hineingewachsen.

Das hat mir Sicherheit gegeben und den Übergang gut vorbereitet. Ich blicke der Aufgabe mit Demut und dem nötigen Respekt entgegen – aber vor allem mit großer Motivation. Ich freue mich, gemeinsam mit den Führungskräften und Mitarbeitenden die Altenhilfe weiter zu gestalten und neue Impulse zu setzen.

Was planen Sie, Frau Metzdorf?

Frau Metzdorf: Ich habe eine Familie mit drei Enkelkindern, da ist immer was los und ich möchte mehr Zeit mit meiner Mutter verbringen. Und freue mich auf meine Hobbys, das Tango Tanzen, Reisen...

Sebastian Menne: Und auf ein Ehrenamt im Caritasverband?!

(Das Interview führte Frau Reichle)

### **Besinnungstage im Bereich Altenhilfe 2025: Gemeinsam unterwegs auf dem Zuffenhäuser-Hirt-Weg**

In diesem Frühjahr haben sich wieder mehr als einhundert Mitarbeitende aus dem Bereich Altenhilfe an den Besinnungstagen auf den Weg gemacht. Unter dem Motto „Wer oder was leitet mich?“ ging es in diesem Jahr vom Adam Müller-Guttenbrunn aus auf dem Zuffenhäuser-Hirt-Weg von Zuffenhausen über die Felder nach Zazenhausen, entlang des Feuerbachs, die Himmelsleiter hinauf, durchs Tapachtal bis hin zu den Weinbergen am Schnarrenberg und auf den Burgholzhofturm, der von Schwindelfreien bestiegen werden konnte und eine wunderbare Aussicht bot.

Neben Impulsen gab es auch viel Gelegenheit, mit den Kolleginnen und Kollegen ins Gespräch zu kommen, um Kontakte zu vertiefen oder neue zu knüpfen.

Eva Ruf, Miriam Stillerich und Lukas Wiatr

## Seelsorge

### Die Uhr meines Opas

Liebe Leserin, lieber Leser,

vielleicht haben Sie das auch: ein Erinnerungsstück, das, wenn Sie es bei der Fernsehsendung „Bares für Rares“ oder in einem Auktionshaus zum Kauf anbieten würden, gar nicht viel Geld einbringen würde. Aber für Sie selbst hat es einen unschätzbaren Wert. Mir geht es so mit meiner Armbanduhr. Sie hat schon ein paar Macken, das Glas ist etwas zerkratzt und die Farbe des Gehäuses abgeblättert. Man sieht ihr an, dass sie schon lange benutzt wurde. Vordergründig erfüllt sie ihren Zweck, mir die Uhrzeit anzuzeigen. Darüber hinaus aber erinnert sie mich an meinen Großvater Matthias, den ich – als sein erster Enkel – „Oppa Tias“ genannt habe. Wenn ich die Uhr anziehe, dann denke ich an ihn, den pensionierten Duisburger Schreinermeister, wie ich ihn als Kind erlebt habe, wie er auf seinem Platz am Wohnzimmermertisch saß, wie er die Vögel im kleinen Garten beobachtete oder wie er mit mir zum Duisburger Hafen fuhr und mir dort alles zeigte. Und ich erinnere mich, wie ich ihn (mittlerweile selbst erwachsen) einen Tag vor seinem Tod besucht habe, ihm die Hand gehalten habe und meinen „lieben Oppa“ verabschiedet habe.

Die Uhr ist für mich viel mehr als nur eine Uhr, es würde mich sehr schmerzen, sie zu verlieren. Sie ist für mich zu einem Sakrament geworden, also zu einem Gegenstand, der auf jemanden hinweist, der für mich nicht mehr greifbar da ist. In der Kirche gibt es diese Sakramente – zum Beispiel das Abendmahl, den Leib Christi, das „heilige Brot“, das uns an Jesus erinnert. Aber auch unsere persönlichen Sakramente geben uns Halt, denn diese Dinge sind doch viel mehr als bloß Gegenstände. Sei es der Ehering, eine Puppe, ein Foto, ein Siegerpokal, ein Wandkreuz

oder was auch sonst Sie für ein „Heiligtum“ besitzen. Diese Dinge erzählen eine Geschichte und erinnern uns an etwas Gutes oder an einen guten Menschen.

Wenn Sie möchten, erzählen Sie mir von Ihrem „Heiligtum“ und der Geschichte oder den Menschen, die sie mit ihm verbinden!

Ihr Seelsorger Lukas Wiatr



### Gründonnerstag

In einer besinnlichen Stunde am Gründonnerstag haben wir uns an die letzten Tage Jesu in Jerusalem erinnert. Vom Empfang der jubelnden Menge an Palmsonntag über das Abendmahl, die Festnahme und das Leiden Jesu am Kreuz, sein Tod bis hin zur Auferstehung an Ostern.

In großer Runde im Rupert-Mayer-Saal erinnerten sich die Bewohnerinnen und Bewohner zusammen mit dem Seelsorger Lukas Wiatr an die Ereignisse der Karwoche. Das Johannes-Evangelium überliefert, dass Jesus seinen Jüngern im Rahmen des letzten Abendmahles die Füße wusch und seinen Jüngern auftrug, dass auch sie so handeln

sollen wie er. Mit dieser Geste zeigt Jesus, dass sich Menschen nicht über andere erheben sollen. Und dass er, der Gottessohn sich nicht zu schade ist, seine Liebe und Wertschätzung zu zeigen, indem er anderen die Füße wäscht.

Diese Liebe und Wertschätzung Gottes gegenüber jeder und jedem durften unsere Bewohnerinnen und Bewohner spüren, als ihnen – in Anlehnung an die Fußwaschung – die Betreuungskräfte Gabi Herre, Jutta Herrmann und Mary Thiruchelvam die Hände wuschen.



*Mögest du gesegnet sein,  
mit Wärme in deinem Zuhause,  
Liebe in deinem Herzen,  
Frieden in deiner Seele  
und Freude in deinem Leben.  
Irischer Segen*

## Selten so gelacht

Ein Zoologie-Student steht mitten im Examen. Der Professor deutet auf einen halbbedeckten Käfig, in dem nur die Beine eines Vogels zu sehen sind.

„Welcher Vogel ist das?“

„Weiß ich nicht.“

„Ihren Namen bitte!“

Da zieht der Student seine Hosenbeine hoch und antwortet: „Raten Sie mal!“

*Ein Hund kommt in ein feines Restaurant und setzt sich an einen Tisch. "Was wünschen der Hund?" fragt der Ober. "Eine große Portion Bellkartoffeln."*

Treffen sich zwei Pudeln auf der Straße. Nach kurzem beschnüffeln sagt der eine: "Gestatten, mein Name ist Alexander vom Perserland, wie ist Dein Name?" Darauf antwortet der andere: "Was ist das, Name?" "Na so rufen Dich Herrchen und Frauchen immer, das ist Dein Name!" antwortet der andere. "Ach so! Also mein Name ist Runter vom Sofa!!!!"



„Mama, weißt du, was richtig cool wäre? Ein Tier, das an Land laufen, im Wasser schwimmen und tauchen und dann auch noch fliegen kann.“

„Du meinst sowas völlig Abgefahrenes wie eine Ente?“

## Begegnungsstätte

### Begegnungsstätte Haus St. Monika

#### Begegnung – Kultur – Bewegung - Beratung

**Seit April 2025 ist die Begegnungsstätte wieder besetzt!**

#### Angebote Begegnungsstätte

„OASE“ – Betreuungsgruppe für Menschen mit Demenzerkrankung

Veränderter Wochentag: Ab sofort immer dienstags von 13.30 – 16.30 Uhr

Information und Anmeldung:

Begegnungsstätte St. Monika

Tanja Krautwasser

Tel. 0711/95322-2200

Email: [st.monika-begegnungsstaette@caritas-stuttgart.de](mailto:st.monika-begegnungsstaette@caritas-stuttgart.de)

**Stadtteilstadtteilfest:** Das Haus St. Monika beteiligt sich auch in diesem Jahr wieder am Stadtteilfest Neugereut. Dieses findet am Samstag, den 12.07.2025 von 15 – 22 Uhr statt. Es stellen sich die Sozialstation, die Ergotherapie, die Tagespflege und die Begegnungsstätte vor.

#### Ehrenamt hält fit und bereichert!

In einem Pflegeheim fällt viel Arbeit an. Wichtige Aufgaben übernehmen hierbei auch Ehrenamtliche und bereichern damit die Angebote für die Bewohner:innen. Im Haus St. Monika kann man sich in verschiedenen Bereichen ehrenamtlich betätigen.

Ehrenamtliche Aufgaben auf den Wohnbereichen: z.B. mit Bewohner:innen Spazierenge-

hen oder zu Arztterminen begleiten, Einkäufe erledigen, bei der Essensausgabe helfen und einfach ins Gespräch kommen.

Das Team der Sitzwache sucht Verstärkung. Wir besuchen sterbende Bewohner:innen, damit sie nicht alleine sind. Wir sind einfach da im Zimmer und können dadurch schon ein wenig die Angehörigen und die Pflegenden entlasten. Wir erfüllen nach Bedarf kleinere Wünsche, zum Beispiel lesen wir etwas vor, halten die Hand oder befeuchten die Lippen. Vor allem aber sind wir präsent da – als Mensch beim Menschen. Die Voraussetzung, um bei der Gruppe mitzumachen lautet: ein gesundes Einfühlungsvermögen und das Interesse, etwas Sinnstiftendes und Gutes zu tun. Die Ehrenamtlichen werden bei dieser Aufgabe von der Seelsorge begleitet.

**Café:** Das Café wird rein durch ehrenamtliche organisiert. Hier geht es darum, den Kaffee oder Tee auszuschenken, Kuchen auszugeben, abzurechnen und mit den Menschen ins Gespräch zu kommen.

**Begegnungsstätte:** Sie möchten ein Angebot für Senioren aus dem Haus oder dem Stadtteil anbieten. Sprechen Sie uns an.

**OASE (Betreuungsgruppe für Demenzerkrankte):** Auch hier arbeiten Ehren- und Hauptamtliche zusammen und bereiten ein abwechslungsreiches Angebot für die Besucher:innen vor.

**Ehrenamt im Schließdienst gesucht.** Was muss man tun? Samstag- und Sonntagabend dreht man eine Runde durch das Haus, ca. 1 - 1,5 Stunden, und achtet darauf, ob die Fenster geschlossen sind, das Licht aus ist und zusätzlich kümmert man sich um die beiden Vögel in der Palmenhalle.

**Besuchsdienst im Betreuten Wohnen:** Einige der Bewohner:innen würden sich sehr freuen, wenn ab und zu mal jemand auf ein Gespräch und eine gemeinsame Tasse Tee vorbei kommt.

Ehrenamt in der Tagespflege: Die Ehrenamtlichen helfen beim Frühstück und sind mit in den Alltag in der Tagespflege eingebunden. Es gibt gemeinsame Aktivitäten, Spaziergänge und Singen. Auch ist es möglich, sich musikalisch einzubringen oder einen Besuch mit einem Hund zu machen.

Wenn Sie sich für ein Ehrenamt im Haus St. Monika interessieren wenden Sie sich bitte an die Begegnungsstätte. Gerne besprechen wir mit Ihnen die Möglichkeiten und begleiten Sie bei Ihrer Aufgabe.

Sarah Schiffler und Tanja Krautwasser Tel: 0711 95322 220 Mail: st.monika-begegnungsstaette@caritas-stuttgart.de

### **Bücher auf Rädern – die Bibliothek kommt!**

Die Stadtteilbibliothek Neugereut hat eine große Anzahl an unterschiedlichen Büchern, Zeitschriften und anderen Medien. An folgenden Tagen kommt die Bibliothek zu uns ins Haus und bringt eine spannende Auswahl für Sie mit. Versorgen Sie sich mit Literatur ganz bequem in der Lese-Ecke im Erdgeschoss an diesen Tagen:

Mittwoch, 09.7. 10:30 – 11:15 Uhr

Mittwoch, 10.9. 10:30 – 11:15 Uhr

Natürlich können Sie auch jederzeit die Stadtteilbibliothek im Ortskern besuchen.  
Flamingoweg 26

Öffnungszeiten:

Montag 11:00 – 18:00

Dienstag 11:00 – 18:00

Donnerstag 11:00 – 18:00

Freitag 11:00 – 16:00

Samstag 10:00 – 13:00

### **Öffnungszeiten und Sprechzeiten**

Montag bis Freitag 9 - 16 Uhr

An diesen Tagen hat die Begegnungsstätte geöffnet. Sie erreichen die Mitarbeitenden telefonisch oder per Mail.

Sprechzeiten:

Montag: 14 - 16 Uhr

Mittwoch: 10 - 12 Uhr

Donnerstag: 10 - 12 Uhr

Sie möchten sich über die Angebote der Begegnungsstätte informieren, haben Fragen oder wollen selbst etwas anbieten?

Sie benötigen Beratung, Informationen zum Hilfesystem oder haben ein anderes wichtiges Anliegen?

Nutzen Sie unsere Sprechzeiten. Vereinbaren Sie einen Termin, rufen Sie uns an oder kommen Sie einfach vorbei. - Wir freuen uns auf Sie!

### **Sommerfest der Begegnungsstätte**

Am 22.7. von 15 – 17:30 Uhr feiert die Begegnungsstätte ihre Neueröffnung. Kommen Sie vorbei, lernen Sie die Mitarbeitenden kennen, informieren Sie sich über die verschiedenen Angebote, schmecken Sie ein Eis und essen eine Wurst (auch vegan zu erhalten), tanzen und feiern Sie mit uns!

Bitte beachten Sie hierzu die aktuellen Aushänge.



## Begegnungsstätte



Mein Name ist Sarah Schiffler, ich bin 40 Jahre alt und lebe mit meiner Familie im Landkreis Esslingen.  
 Ich bin Sport- und Gymnastiklehrerin und Yogalehrerin sowie Sozialarbeiterin. In meinem bisherigen Berufsleben habe ich im sozialpsychiatrischen Bereich gearbeitet, also mit Menschen mit chronischen psychischen Erkrankungen.  
 Neben meiner Tätigkeit im Haus St. Monika bin ich zweite Vorsitzende eines Selbsthilfereins für Menschen mit Psychiatrieerfahrung, leite eine Wohngruppe in Leonberg, arbeite als Assistenzkraft und biete eine offene Yogastunde in Esslingen an. In meiner Freizeit verreise ich gerne, lese viel und liebe es mich zu bewegen.  
 Ich freue mich sehr zusammen mit meiner Kollegin die Begegnungsstätte zu organisieren und möchte mit den Angeboten besonders auch alte Menschen aus dem Stadtteil erreichen.  
 Ich habe immer ein offenes Ohr für Sie und freue mich über Besuche in der Begegnungsstätte .



Mein Name ist Tanja Krautwasser, ich bin 52 Jahre alt und lebe mit meiner Familie in Weinstadt im schönen Remstal.  
 Ich bin Sozialpädagogin und war viele Jahre in der Arbeit mit Menschen mit geistiger Behinderung tätig, bevor ich ein paar Jahre als Sozialpädagogische Familienhelferin gearbeitet habe.  
 Vor meinem Beginn hier in der Begegnungsstätte war ich zuletzt 7 Jahre bei der Stadt Fellbach als Integrationsmanagerin für Geflüchtete angestellt.  
 In meiner Freizeit gehe ich gerne ins Kino oder zu Konzerten, ich koche gerne und bin gerne in der Natur, vor allem in unserem Garten, wo es immer einiges zu tun gibt. Außerdem reise ich sehr gerne und interessiere mich für andere Kulturen.  
 Ich freue mich sehr, Sie kennenzulernen und mit meiner Kollegin gemeinsam neue Angebote für alle Bewohner:innen des Hauses und auch generationenübergreifend für alle Menschen hier im Stadtteil anzubieten.

Als Begegnungsstätte haben wir verschiedene Angebote, die sich an die Bewohner:innen im Haus oder aus dem Betreuten Wohnen richten, aber auch besonders an ältere Menschen aus dem Stadtteil. Zudem wollen wir mit unterschiedlichen Veranstaltungen auch die Generationen zusammenbringen und somit für Austausch und Verständnis sorgen.

### **Regelmäßige Angebote:**

Montag:

14 - 16 Uhr Offene Sprechstunde

15:30 – 16:30 Uhr Yoga für Senioren und Seniorinnen (bitte anmelden)

17:30 Uhr Singkreis für sangesfreudige Senior:innen (14-tägig)

Dienstag:

10 Uhr Tanzen im Sitzen (jeder letzte Dienstag im Monat)

13:30 - 16:30 Uhr OASE Betreuungsgruppe (bitte anmelden)

Mittwoch:

10 - 12 Uhr Offene Sprechstunde

16 - 17 Uhr Konzerte und Veranstaltungen

Donnerstag:

10 - 12 Uhr Offene Sprechstunde  
10:45 Uhr Sturzprävention (bitte anmelden)

13:30 Uhr Gesprächsgruppe für pflegende Angehörige (1mal im Monat)

15:30 - 16:30 Uhr Gedächtnistraining für Senior:innen (bitte anmelden)

17 Uhr Männerstammtisch (jeden letzten Donnerstag im Monat)

Cafe: Samstag und Sonntag 14:30 - 16:30 Uhr

Geplante und neue Angebote (Anmeldung über die Begegnungsstätte 0711 95322 2200 oder per Mail: [st.monika-begegnungsstaette@caritas-stuttgart.de](mailto:st.monika-begegnungsstaette@caritas-stuttgart.de))

### **Yoga für Senioren und Seniorinnen**

(Schnupperkurs) 5mal für 25 €. Start am 30.6.25 Montags von 15:30 – 16:30 Uhr im Gymnastikraum Haus St. Monika

Hatha Yoga auf dem Stuhl. Sanfte und einfache Yogaübungen halten sie fit und beweglich.

**Tanzen ins Alter** – ein Tanzangebot für alle bewegungsfreudige Menschen mit Tanztrainerin Andrea Hettich. Linedance ist ein Gruppentanz zu jeder Musik. Man braucht keine Tanzerfahrung, keinen Tanzpartner und auch keine besondere Ausstattung. Musik und Tanz verbindet alle Menschen.

Melden Sie sich zu unseren Schnuppertagen ab August an:

Donnerstag, 14.08.25 von 16 – 17 Uhr

Donnerstag, 18.09.25 von 16 – 17 Uhr

**Sturzprävention:** Mit gezieltem Training verbessern Sie Ihre Balance, stärken die Muskeln und können sicherer Gehen – dadurch können Stürze vermieden werden. Am 10.7. startet jeden Donnerstag ab 10:45 Uhr ein Kursangebot für Menschen aus Neugereut mit der Ergotherapeutin Anja Klingmann. Bitte melden Sie sich an!

**Lass uns drüber reden** - Über: (Kommunal-) Politik, Weltgeschehen, Geschichte, Umwelt und Gesellschaft. Gesprächsrunde für interessierte Senior:innen.

Diese Gesprächsgruppe soll zukünftig 14-tägig montags von 10:30 – 11:30 Uhr stattfinden. Freuen Sie sich auf eine Auftaktveranstaltung im Herbst.

Anmeldung und Fragen über die Begegnungsstätte, 071195322 2200, [st.monika-begegnungsstaette@caritas-stuttgart.de](mailto:st.monika-begegnungsstaette@caritas-stuttgart.de)

## Vorsicht Hitze!

### 5 Tipps

**DAS HILFT SENIOREN BEI SOMMERHITZE**  
Die sommerlich hohen Temperaturen sind für alle Menschen eine Herausforderung. Besondere Verhaltenstipps sollten allerdings vor allem Senioren beherzigen, um sich vor den Belastungen der Hitze zu schützen. Dr. Wolfrid Schröer, Chefarzt der Klinik für Geriatrie der Sana Kliniken Duisburg, fasst konkrete Handlungsempfehlungen in fünf Tipps zusammen.

1.

#### **Direkte Sonneneinstrahlung über einen längeren Zeitraum vermeiden**

Als Grundsatz gilt, dass für Senioren ein längerer Aufenthalt in der Sonne möglichst vermieden werden sollte, da hierbei der gesamte Kreislauf großen Strapazen ausgesetzt wird. Insbesondere bei hoher Luftfeuchtigkeit ist der beste Aufenthaltsort für ältere Menschen ein Innenbereich, der durch Rollos, Fensterläden oder Vorhänge abgedunkelt werden kann, um die warme Luft nicht eindringen zu lassen. Besser können die Räume abends und am frühen Morgen durchgelüftet werden, wenn die Temperaturen noch etwas niedriger sind.

2.

#### **Aufenthalte im Freien nach Möglichkeit nur am Morgen oder Abend**

Ist ein Aufenthalt im Außenbereich nicht vermeidbar, so bieten sich die frühen Morgenstunden vor 10 Uhr oder der Abend nach 18 Uhr an. Dabei kommt tatsächlich der UV-Strahlung eine eher untergeordnete Rolle zu, mehr Gefahr droht durch die hohen Temperaturen. Falls doch ein Aufenthalt im Freien notwendig ist, sollte unbedingt an eine Kopfbedeckung gedacht werden, ebenfalls wichtig ist eine Sonnencreme mit hohem Lichtschutzfaktor.

3.

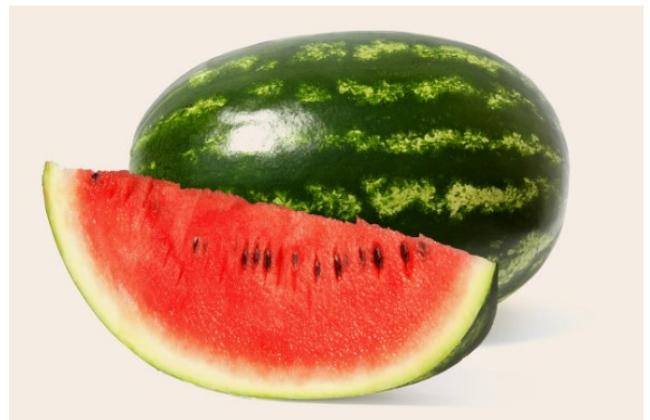
#### **Bei medizinischen Notfällen sofort den Rettungsdienst alarmieren**

Ein Hitzschlag oder Sonnenstich ist immer ein Notfall und muss umgehend ärztlich versorgt werden. Hier darf nicht gezögert werden, es muss dringend **ein Notruf unter 112** erfolgen! Bis zum Eintreffen des Notdienstes sollte die betroffene Person unbedingt in den Schatten gebracht werden oder nach Möglichkeit in ein kühles Zimmer. Als erste Maßnahme können kühlende Umschläge im Nacken oder Kopfbereich sowie auf den Armen und Beinen hilfreich sein. Auf keinen Fall darf die Idee einer erfrischenden kalten Dusche aufgegriffen werden, da eine akute Gefahr von Kreislaufkomplikationen besteht.

4.

#### **Auf ausreichende Flüssigkeitszufuhr achten**

Für ältere Menschen gilt, genauso wie für jüngere, trinken, trinken, trinken. Im Vorfeld sollte mit dem Hausarzt möglichst geklärt werden, wieviel Flüssigkeit individuell vorgegeben wird. Menschen, die z. B. eine ausgeprägte Herzschwäche haben, dürfen nicht unbegrenzt Flüssigkeit zu sich nehmen. Die in diesem Fall kann die empfohlene Flüssigkeitsreduktion von zirka eineinhalb Litern am Tag oft aufgrund der massiven Hitze und des Flüssigkeitsverlustes über das Schwitzen auf bis zu zwei Litern erhöht werden. Dabei sollte die Trinkmenge über den gesamten Tag verteilt werden, um eine gleichmäßige Flüssigkeitsaufnahmen zu gewährleisten.



## 5.

### **Auf leichte Kost und regelmäßige Mahlzeiten gegen verminderten Appetit setzen**

Bei älteren Menschen ist häufig ein verminderter Appetit zu beobachten, der sich bei hohen Temperaturen nochmals verstärkt. Leichte Kost, die in drei bis fünf kleine Mahlzeiten aufgeteilt wird, kann hier unterstützen. Ein leichter Salat, gerne auch mit Putenstreifen wie auch Quarkspeisen sind eine gesunde Alternative. Ebenso sind Früchte wie Melonen oder Kompott erfrischend und gut für den kleinen Hunger zwischendurch. Zudem sollte darauf geachtet werden, dass auf stark gekühlte Getränke ebenso wie auf heiße Getränke oder heiße Suppen verzichtet werden sollte. Für den Körper ist es in der Hitzeperiode ausgesprochen anstrengend, auf diese Extreme entsprechend ausgleichend zu reagieren. Am besten sind zimmer- oder kellerwarme Erfrischungsgetränke oder auch ein warmer, jedoch nicht heißer Tee oder Kaffee. Ein Eis zwischendurch kann allerdings eine köstliche Erfrischung sein und schadet nicht, da die Schmelz- bzw. Aufwärmphase im Mund und nicht erst im Magen geschieht.

Werden diese Tipps berücksichtigt, so ist auch für ältere Menschen die sommerliche Hitze erträglich.

© [www.sana.de/altersmedizin/tipps-fuer-senioren-bei-sommerhitze](http://www.sana.de/altersmedizin/tipps-fuer-senioren-bei-sommerhitze)



## Aus dem dritten Stock

### Mein Aufstieg vom Erdgeschoß in den 3. Stock und die Frage "Aus jetzt?"

Ich darf sagen, wir wollten nie nach Neugereut und ich wollte nie in den 3. Stock.

Und genau da sind wir jetzt gelandet. Und zwar punktgenau. Wir in Neugereut

und ich im 3. Stock.

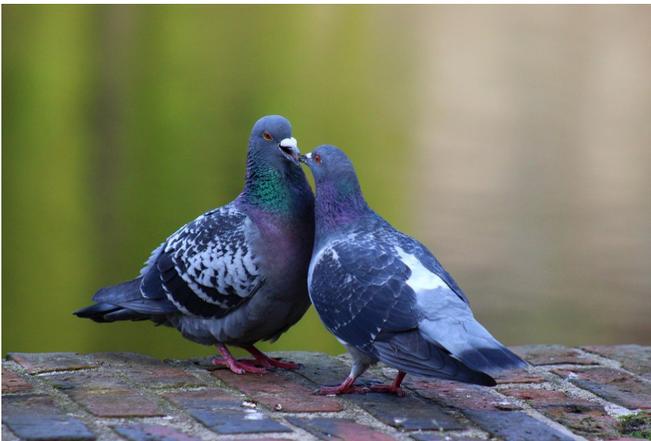
Mein 1. Tag war am 18.03.2024 - und angefangen hat dieser Tag mit der Taubenerforschung.

Ich habe Turteltauben, Tauben als Eheleute, aufopfernde Taubenmütter, Essen anschleppe

Taubenväter, kleine gierige Taubenkinder, depressive Tauben..... kennen gelernt.

Und ich bin zu dem Schluss gekommen, Tauben sind irgendwie wie Menschen,

nur kleiner und sie können fliegen.



Mir fällt zu diesem Thema gleich ein Erlebnis ein. Neulich beim Frühstück machte ich mit den

Armen eine Flügelschlagbewegung und Fr. W. meinte dann in ernstem Ton und mit erhobenem Zeigefinger: "Gut, dass die Fenster zu sind, sonst wäre sie uns jetzt weggeflogen".

An der Stelle hatte sie dann ein verschmitztes Lächeln im Gesicht. Ja, wir haben viel zum Lachen und der Humor ist mein ständiger Begleiter und immer an meiner Seite.

Morgens laufe ich über die Terrasse an dem ehemaligen Schaubauernhof vorbei, wo die Tiere

ganz schön gealtert sind. Dem Hund fehlt ein Bein, das Eichhörnchen ist auf Futtersuche, der Hase ist weggehüpft. Im Laufen mache ich dann immer den Segen vom Heiligen Ignatius von Loyola.

Er geht so: (Arme hoch über den Kopf - meine Seele streckt sich dir entgegen, Arme auf Schulterhöhe

- ich öffne mich für den neuen Tag, Handflächen nach außen - hilf mir mit Spannungen umzugehen,

Handflächen und Arme wieder nach unten zum Körper führen - und segne alle Menschen, die mir heute

begegnen). Ich genieße dabei die Weite, die Stille, die Höhenluft und den Wind, der mir im 3. Stock um die Nase weht und Gottes Gegenwart.

Wenn wir dann, wie heute an meinem 240. Tag (Stand 03.05.2025) den Körperzellenrock hören

und singen "Jede Zelle meines Körpers ist glücklich, jede Körperzelle fühlt sich wohl...", weiß

ich, dass wir gerne in Neugereut wohnen und ich gerne im 3. Stock arbeite.

Windige, stürmische und lachende Grüße aus dem 3. Stock

von Regina Auer

## Auf gute Nachbarschaft

### Wenn aus Nachbarn Freunde werden oder immer herzlich willkommen

Es begann harmlos als kleine Plauderei. Und es wurde eine stabile Kooperation. In der Mittagspause fragte die Autorin in der Stadtteilbibliothek Neugereut an, ob man nicht ... demnächst ... gemeinsam ... Aber sicher doch, dazu sei man gerne bereit. So legten wir eifrig unsere kreativen Ideen zusammen. Und das tun wir heute noch. Aus dem kleinen Pflänzchen ist nach zehn Jahren Kooperation ein großer und starker Baum geworden, der immer wieder erblüht und Früchte trägt.

Sicher, die Corona-Zeit hat uns ein wenig aus dem Tritt gebracht, aber wir haben nicht gefremdelt, als wir die Zusammenarbeit wieder aufgenommen haben. Ein wenig vielleicht, minimal.



Drei- bis viermal im Jahr bekommen wir eine reizende Einladung von „nebenan“. Bibliotheksleiterin Corinna Oswald und ihre Mitarbeiterinnen legen sich mächtig ins Zeug, um es uns so gemütlich wie möglich zu machen. Zeitschriftenständer werden gerückt, Kaffee und Tee wird gekocht, liebevoll werden die Tische für uns gedeckt. Mal gibt es Plätzchen (mit Schokolade!), mal gibt es Obstsalat, je nach Saison und Thema.

Aber auf jeden Fall gibt es immer eine spannende Geschichte - zum Zuhören und Entspannen oder zum Mitmachen und Mitlachen. Wir fühlen uns jedes Mal gut aufgehoben und umsorgt.

Da wir nicht mit leeren Händen kommen wollen, bringen wir ein paar Volkslieder mit. Immer passend zum Thema oder zur Jahreszeit. Frau Spilker stimmt an, alle stimmen ein. Fast alle. Selbstverständlich bereitet es uns eine diebische Freude, wenn die jüngere Generation auch mal zugeben muss: „Das Lied kennen wir nicht!“ Deswegen singen wir es ja jetzt. Es ist so schön, wenn die ältere Generation der jüngeren Generation etwas schenken kann.

Im März hörten wir nicht nur eine spannende und lustige Geschichte über einen Osterhasen. Passend zum wechselhaften Wetter, das uns im Frühjahr treffen kann, wurden wir mit ein paar Bauernregeln vertraut gemacht. Die Autorin hat für Sie ein paar Bauernregeln über den Juli recherchiert.

Nicht nur Kaffee und Kekse sorgen dafür, dass wir uns in der Stadtteilbibliothek immer wohlfühlen. Das freundliche Ambiente, die Ausstrahlung der Bücher, das weiche Tageslicht – all das sorgt dafür, dass wir uns willkommen fühlen. Willkommen wie bei Freunden. Wir kommen wieder, ganz bestimmt!  
(Text: Ellen Spilker)



v.l.n.r: Bibliotheksleiterin Corinna Oswald, Jasmina Schwan, Nadine Hermann, Ellen Spilker, Gwendolin Buhl, Claudia Andrews, Radmila Ilic

## Raten Sie mit

Trübe Aussicht an den Hundstagen, trübe  
Aussicht ...

Fällt kein Tau im Julius, ... man erwarten  
muss.

Im Juli muss vor Hitze braten, was im Sep-  
tember ...

Juli schön und klar, gibt ein gutes ...

Bringt der Juli heiße Glut, so gerät der ... gut.

Ein tüchtig Juligewitter ist gut für ... und  
Schnitter.

Lösung  
Das restliche Jahr,  
Regen,  
soll geraten,  
Bauernjahr,  
September,  
Winzer



Drei Bauern sitzen auf einer Parkbank.  
Sagt der erste: "Meine Frau hat das doppelte  
Lottchen gelesen und hat Zwillinge bekom-  
men."

Sagt der zweite: "Das ist doch noch gar  
nichts. Meine Frau hat Schneewittchen und  
die sieben Zwerge gelesen und hat Sieben-  
linge bekommen."

Springt der dritte plötzlich auf: "Sorry-ich  
muss schnell nach Hause. Meine Frau liest  
gerade Ali Baba und die vierzig Räuber."

## Wie die alt Fasnet

Ihr lieben Leut' ich kann Euch sagen  
So viel Dummheit ist kaum zu ertragen  
Jetzt haben die Menschen über dem Teich  
Ich glaub deren Birne ist innen ganz weich  
Zum zweiten Mal den Trump gewählt  
Glauben die alles, was er ihnen erzählt?  
Er wird gewählt von vielen Frauen,  
die werden noch ganz schön blöd aus der  
Wäsche schauen  
er ist verurteilt wegen Sexualdelikten wider  
dem weiblichen Geschlecht  
und die Weibsen wählen den, wirklich, echt?  
Genauso die anderen mit farbiger Haut  
Obwohl Herr Trump Mauer um Mauer auf-  
baut.  
Er ist gegen Latinos, gegen Schwule und Co  
Gegen alles was anders ist als er sowieso  
Wie fühlt sich Herr Trump, wenn er in den  
Spiegel blickt  
Ich glaub er begrüßt sich und ist ganz ent-  
zückt.  
Es ist kaum zu ertragen, drum steh ich hier  
und schwör  
darauf trinken wir später `nen Eierlikör!

Doch wir in Europa sind auch nicht mehr  
mittig  
Meloni, der Orban und Putin alle strittig  
Nach 80 Jahren ohne Krieg  
Träumen die Rechten wieder vom Sieg  
Bei uns in Deutschland nennen sie sich AfD  
Ich muss ordentlich würgen, wenn ich die  
Weigel nur seh  
Sie will alle Windräder abreißen und zur  
Atomkraft zurück  
Und was machen wir mit dem Atommüll, Du  
dummes Stück?  
Sie verspricht allen das blaue vom Himmel  
herab  
Wer's glaubt wird selig und schaufelt sich  
das eigene Grab  
Illegale abschieben, das wollen inzwischen  
alle

Ich hoffe, das wird für uns nicht zur versteckten Falle  
Denn ohne die Menschen mit Migrationshintergrund  
Wird das Leben sicher weniger bunt  
Dann fehlen nicht nur viele Restaurationen  
Auch hier in der Pflege gäb es leere Stationen  
Ich bin auch gegen gewalttätige Menschen in unserem Land  
Aber deswegen wird nicht jeder „Nicht-Deutsche“ verbannt  
Und jetzt mal ehrlich meine internationalen Kollegen  
Sind für uns alle ein wahrer Segen  
Sie arbeiten überall in allen Bereichen  
Sie nehmen uns nichts weg, schon gar nicht den Reichen  
Es ist kaum zu ertragen, drum steh ich hier und schwör  
darauf trinken wir später `nen Eierlikör!

Und nun blicken wir mal auf unsere schöne Stadt  
Stuttgart das so viel zu bieten hat.  
Doch halte mal, sprach ich soeben von schön,  
Entschuldigung, das war ein Verseh'n.  
Denn schön war die Stadt vor der ganzen Rumgraberei  
Man konnte gut fahren, die Straßen waren frei  
Jetzt ist die Stadtmitte ein Schweizer Käse Loch an Loch, was für ein Gewese  
Mit dem Auto steht man mehr als das man fährt  
Irgendwie haben sich die Baustellen vermehrt und vermehrt  
Der Bahnhof steht noch als Gerippe  
Ich glaube, die graben mit der kleinen Schippe  
Gefühlt geht es doch nur sehr langsam voran

Dafür muss man weit laufen will man zur Bahn  
Auch wird es immer teurer und teurer  
Woher kommt das Geld (von der Steuer, unserer Steuer)  
Und das neue Bauland, das vorm Bahnhof entstehen soll  
Daraus wird wohl nix ist das nicht toll?  
Denn auf dem dann ehemaligen Gleisgelände  
Dürfen keine Wohnungen gebaut werden, ich bin am Ende  
Es ist kaum zu ertragen, drum steh ich hier und schwör  
darauf trinken wir später `nen Eierlikör!

Unsere Oper ist wirklich schön, aber alt  
Ja der Zahn der Zeit, macht auch hier keinen Halt  
Und ich bin so dankbar, denn ich liebe sie sehr  
Sie wird renoviert und bleibt wie bisher  
Nur die Planer die verstehe ich nicht  
Irgendwas vernebelt deren Sicht  
Statt auf die Fildern auszuweichen  
Dort sind zwei Musicalbühnen gut zu erreichen  
Mit Hotels, Flughafen alles schon da  
Wird neu gebaut, das ist doch nicht wahr  
Eine Interimsoper für 224 Millionen  
Aufgrund des Bahnhofs sollte man die Ausgaben schonen  
Aber wer es nicht aus eigener Tasche zahlen muss  
Gibt gerne viel aus und wir wissen am Schluss  
Kommen noch viel mehr Ausgaben dazu  
Denn richtiges Rechnen scheint hier tabu.  
Es ist kaum zu ertragen, drum steh ich hier und schwör  
darauf trinken wir später `nen Eierlikör!

*Die Büttenrede von Frau Becke wollten wir Ihnen nicht vorenthalten, da sie thematisch (leider) noch sehr aktuell ist.*

## Das Beste kommt zum Schluss



### Die drei Siebe

Zum weisen Sokrates kam einer gelaufen und sagte: „Höre Sokrates, das muss ich Dir erzählen!“ - „Halte ein!“ unterbrach ihn der Weise, „hast Du das, was Du mir sagen willst, durch die drei Siebe gesiebt?“ – „Drei Siebe?“, frage der andere voller Verwunderung. „Ja guter Freund! Lass sehen, ob das, was Du mir sagen willst, durch die drei Siebe hindurchgeht:

Das erste ist die Wahrheit. Hast Du alles, was Du mir erzählen willst, geprüft, ob es wahr ist? „Nein, ich hörte es erzählen und...“ - „So, so! Aber sicher hast Du es im zweiten Sieb geprüft. Es ist das Sieb der Güte. Ist das, was Du mir erzählen willst gut?“ Zögernd sagte der andere: „Nein, im Gegenteil...“ – „Hm...“, unterbrach ihn der Weise, „so lass uns auch das dritte Sieb noch anwenden. Ist es notwendig, dass Du mir das erzählst?“ - „Notwendig nun gerade nicht...“ „Also,“ sagte lächelnd der Weise, „wenn es weder wahr noch gut noch notwendig ist, so lass es begraben sein und belaste Dich und mich nicht damit.“

### Segen

Zum Abschied sage ich euch:

Schalom!

Friede sei mit euch!

Frieden sollt ihr bringen,  
wohin ihr auch kommt.

In Frieden sollt ihr gehen,  
wenn ihr scheidet.

Gott segne eure Herzen und Mänder,  
dass ihr spürt und sagt,  
was dem Fremden dient.

Er segne eure Augen und Hände,  
dass ihr seht und tut,  
was den Frieden mehrt.

Der Herr, euer Gott, segne euren Weg.

Ein Weg des Friedens soll es sein.

Er geleite euch zum Ziel eurer Reise.

Den Frieden Christi möget ihr finden  
an diesem Tag  
und zu jeder Zeit.

Amen

### *Bleiben Sie neugierig!*



## Angebote Haus St. Monika und Begegnungsstätte Haus St. Monika

### Angebot Haus St. Monika

„OASE“-Betreuungsgruppe für  
Menschen mit Demenzerkrankung  
dienstags von 13:30 - 16:30 Uhr  
im Georg-Moser-Raum

**Information und Anmeldung:**  
Katholische Sozialstation St. Monika  
Frank Mühle  
Tel.: 0711/95322-1400  
E-Mail: f.muehle@caritas-stuttgart.de

### Ergotherapie

**Montags - Sturzprophylaxe** mit Fr. Strauß  
um 10:45-11:30 Uhr im Gymnastikraum

**Dienstags - Bewegung, Gedächtnis und  
Gesang** mit Hr. Eggenweiler  
um 15:30-16:15 Uhr im Gymnastikraum

**Mittwochs - Fit und aktiv** mit Fr. Krisa  
um 10:45-11:30 Uhr im Gymnastikraum

**Freitags - Atemtherapie** mit Fr. Franke  
um 10:30-11:15 Uhr im Gymnastikraum

**Teilnahme nur nach vorheriger Anmel-  
dung, da Gruppengröße begrenzt.**

**Information und Anmeldung:**  
Ergotherapie Haus St. Monika  
Tel.: 0711/95322-5200  
E-Mail: stm\_ergotherapie@caritas-  
stuttgart.de

### Seelsorgerliches Gespräch

Nach Bedarf bei Lukas Wiatr  
erreichbar unter 0711/95322-1201

### Gottesdiensttermine

Sonntags 09:30 Uhr evangelisch und katho-  
lisch im Wechsel (siehe Aushänge auf den  
Bereichen und vor der Kapelle)  
Montag – Freitag: 10:30 Uhr katholisch

### Angebote Begegnungsstätte

#### Der Singkreis Haus St. Monika kann noch Verstärkung gebrauchen!

Das gemeinsame Singen in froher Runde zu  
abendlicher Stunde macht viel Freude.  
Jeder kann mitmachen und  
ist herzlich willkommen!

**Verstärkung  
gesucht!**

Jeden 2. Montag (ungerade KW)  
mit Hans-Dieter Rosenkranz  
um 17:30 Uhr im Gartenblick  
Termine 3. Quartal 2025:  
07.+21.07., .15.+29.09.2025

**Informationen unter: 0711/95322-2200**

Jeder letzte Dienstag im Monat  
**Tanzen im Sitzen** mit Gabriele Albert  
um 10:00 Uhr im Georg-Moser-Raum/  
Gymnastikraum Ergotherapie  
29.07., 26.08., 30.09.2025

Jeder 3. Mittwoch im Monat  
**Gesprächskreis für pflegende  
Angehörige (Partner\*innen)**  
um 13:30 Uhr in St. Monika  
Termine im 3. Quartal 2025:  
16.07., 20.08., 17.09.2025

#### Männerstammtisch

mit Karl-Heinz Pfeleiderer  
um 17:00 Uhr im Restaurant  
Termine im 3. Quartal 2025:  
30.07., 27.08., 24.09.2025

Jeden Freitag

**Sitzgymnastik** mit Jan Schwarz  
um 09:50 Uhr in der Palmenhalle

## Angebote der Begegnungsstätte Haus St. Monika

## Konzerte und Veranstaltungen

**Mittwoch,  
02.07.2025** **S´ Dudelsäckle präsentiert  
Diavortrag „Jordanien-  
Sinai“ mit Hans Betsch**  
um 16:00 Uhr  
im Rupert Mayer Saal

**Mittwoch,  
09.07.2025** **Klavierkonzert  
mit Monika Hämmerle**  
um 16:00 Uhr  
in der Palmenhalle

**Mittwoch,  
23.07.2025** **Zirkus Frankordi**  
um 16:00 Uhr  
im Rupert Mayer Saal

**Mittwoch,  
30.07.2025** **Saxophonkonzert  
mit Richard Floess**  
um 16.00 Uhr  
im Rupert-Mayer-Saal

**Mittwoch,  
06.08.2025** **S´ Dudelsäckle präsentiert  
Tango und Geschichten  
mit Chamuyando Bajito**  
um 16:00 ,Uhr  
im Rupert Mayer Saal

**Mittwoch,  
13.08.2025** **Diavortrag „Thailand“  
mit Bernd Mantwill**  
um 16.00 Uhr  
Im Rupert Mayer Saal

**Mittwoch,  
03.09.2025** **S´ Dudelsäckle präsentiert  
Felix Gerstner:  
Blue Cotton Club  
Geschichte der amerikani-  
schen Popmusik**  
um 16:00 Uhr  
im Rupert Mayer Saal

**Der Eintritt ist kostenlos,  
Spenden sind willkommen.**

Die Begegnungsstätte wird von der  
Landeshauptstadt Stuttgart gefördert.

**Mittwoch,  
10.09.2025** **Panflötenkonzert  
mit Kevin Schäfer**  
um 16:00 Uhr  
in der Palmenhalle

**Mittwoch,  
17.09.2025** **Schlagerkonzert  
mit Monika Seibold**  
um 16:00 Uhr  
im Rupert-Mayer-Saal

**Mittwoch,  
24.09.2025** **Klavierkonzert für 4 Hände  
mit Enrico und Michaela  
Trummer**  
um 16:00 Uhr  
im Rupert Mayer Saal

## Der Fehlerteufel

Liebe Bewohnerinnen und Bewohner,  
für die besonders Aufmerksamen unter  
Ihnen haben wir uns etwas ausge-  
dacht. Es gibt keine Zeitung, in der  
nicht irgendwo ein Fehler passiert. Um  
diejenigen zu belohnen, denen diese  
Fehler auffallen, kommt jetzt der Feh-  
lerteufel ins Spiel. Wenn Ihnen ein  
Fehler in der Hauszeitung auffällt, kön-  
nen Sie sich am Empfang melden.  
Wenn es sich tatsächlich um einen  
Fehler handelt, bekommen Sie einen  
Gutschein für eine Kaffee-Spezialität  
oder ein Stück Kuchen in unserem Ca-  
fé gratis. (Pro Person gibt es nur einen  
Gutschein, egal  
wie viele Fehler  
Ihnen begegnet  
sind.)  
Wir wünschen  
viel Spaß beim  
Fehlerfinden.



## Ihre Ansprechpartner\*innen

### Team Beratung und Aufnahme

0711-70 50 555

[pflegerberatung-altenhilfe@caritas-stuttgart.de](mailto:pflegerberatung-altenhilfe@caritas-stuttgart.de)

**Telefon: 0711/95322 + Durchwahl**

**Hausleitung** -1000

Stephan Struck

**Pflegedienstleitung** - -4300

Mark Hornung

**Stellv. Pflegedienstleitung** -1702

Markus Wolf

**Bereich Lorenz Werthmann** -3000

Elena Farhat

**Bereich Paul Wilhelm von Keppler** -3100

Bettina Grimm

**Bereich Elisabeth** -3700

Masoud Saberi

**Bereich Johannes Straubinger** -3200

Dragan Mitrovic

**Bereich Alfons Baumgärtner** -3300

Raghad Alzoubi

**Bereich Franz Xaver Daschner/** -3500

**Bereich Carl Josef Leiprecht** -3400

Laura Cristina Beck

**Tagespflege** -7400

Regina Bauer

**Hauswirtschaftsleitung** -1800

Evelyn Clark-Mai

**Technischer Dienst** -2100

Detlef Foof

**Personalverwaltung**

Halina Hettich -1300

**Bewohnerverwaltung**

Kristina Thomas -1900

**Seelsorgerliche Begleitung** -1201

Lukas Wiatr

**Begegnungsstätte** -2200

Sarah Schiffler, Tanja Krautwasser

**Ergotherapie** -5200

Oliver Eggenweiler

**Betreutes Wohnen** -4500

Iris Becke

**Sozialstation** -1400

Frank Mühle

**Gesundheitliche Versorgungplanung**

Gabi Pfeiffer [GVP-Team@caritas-stuttgart.de](mailto:GVP-Team@caritas-stuttgart.de)

(Kontakt über Wohnbereiche)

## Dienstleistungen

### Medizinische Fußpflege

Maria Steckbauer, Telefon 0711-534765

Mo/Di nach Vereinbarung

Frau Wern, Telefon 0152 23999074

Di. Nachmittag und nach Vereinbarung

### Hörgeräteakustikerin

Nadine Schatz

nach Terminplan auf den Wohnbereichen  
im 1. OG, Bereich Augustinus, Raum 186

### HNO-Arzt

Dr. med. Payam Maneschi

nach Terminplan auf den Wohnbereichen

### Augenärzte

Fr. Dr. Knop und Hr. Dr. Gritzmann

nach Terminplan auf den Wohnbereichen

### Friseurin

Friseursalon Wölffer

Tel.: 0711-953 22 50 00

Mo/Mi/Fr 9:00 - 14:00 Uhr

## Öffnungszeiten

### Offener Mittagstisch

Während der Küchenanierung geschlossen

### Café

Samstag + Sonntag 14:30 - 16:30 Uhr

während der Küchen-Umbauphase

### Verwaltung

Montag - Donnerstag: 10:00 - 12:00 Uhr

Freitag: geschlossen

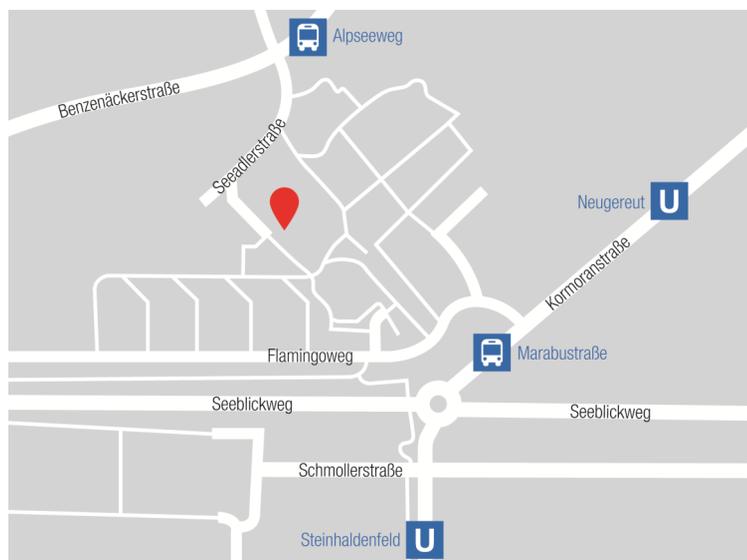
**Wir möchten Sie bitten nur in  
dringenden Fällen vor 10 Uhr direkt auf  
den Wohnbereichen anzurufen.**

## Anfahrt

### So erreichen Sie uns mit den öffentlichen Verkehrsmitteln:

Aus Richtung Stuttgart mit der U2 oder U19 bis zur Haltestelle Steinhaldenfeld. Von dort aus durchs Einkaufszentrum ca. 500 m Fußweg zum Haus St. Monika.

Aus Richtung Aldingen mit dem Bus 54 bis zur Haltestelle Alpseeweg. Von dort aus ca. 200 m Fußweg.



NOT SEHEN UND HANDELN. **caritas**

## Wir freuen uns über Ihre Unterstützung!

Mit Ihrer Spende unterstützen Sie unsere Arbeit im Haus St. Monika. Mit Ihrer Hilfe können wir neue innovative Projekte und Veranstaltungen für unsere Bewohnerinnen und Bewohner und unsere Tagesgäste anbieten.

Spendenkonto:  
DE44 7509 0300 0000 0001 08  
Liga Bank eG BIC:  
GENODEF1M05  
Stichwort: STMO

## Impressum

### Herausgeber

Caritasverband für Stuttgart e.V.  
Altenhilfe  
St. Monika  
Seeadlerstraße 7 - 11  
70378 Stuttgart  
Telefon 0711 95322 - 0  
Telefax 0711 95322 - 2700  
st.monika@caritas-stuttgart.de

### Redaktion

Iris Becke, Ellen Spilker, Sarah Schiffler

### AutorInnen

Stephan Struck, Ellen Spilker, Iris Becke, Lukas Wiatr, Sarah Schiffler, Regina Auer, Tanja Krautwasser, Bettina Grimm

### Bildnachweise

Caritasverband für Stuttgart e.V.,  
pixabay.com  
Stadt Stuttgart  
privat

