

St. Monika aktuell

Informationen aus dem Haus St. Monika und der Begegnungsstätte



April • Mai • Juni 2020



caritas
STUTTGART

Inhalt

- 2 Vorwort
- 3 **Unser Haus St. Monika**
Die Begegnungsstätte
- 4 **Neuigkeiten aus unserem Haus**
Oleeeee, ole, ole, oleeeeeee!
Helau! Alaaf! Narri, Narro!
Verstärkung im Haustechnik-Team
- 6 **Blick in den Caritasverband Stuttgart**
Dokumentation per Spracherkennung
- 8 Aktuelles
BewohnerInnenbeirat
- 9 Seelsorge
Wir gedenken unserer Verstorbenen
- 10 **Zum Lachen und Mitmachen**
Aus der Witze-Schatzkiste
Sudoku für die grauen Zellen
- 11 Veranstaltungen in der Begegnungs-
stätte und im Haus St. Monika
- 12 Regelmäßige Angebote in der
Begegnungsstätte
- 13 Angebote für BewohnerInnen
Angebote für Menschen mit Demenz
Spirituelle Angebote
- 14 **Interessantes & Wissenswertes**
Erholsames Nickerchen
Pflege soll nicht arm machen
- 15 Ihre AnsprechpartnerInnen
Dienstleistungen
Öffnungszeiten
- 16 Anfahrt
Impressum



Liebe Bewohnerinnen und Bewohner,

eigentlich wollte ich Sie an dieser Stelle voller Freude darauf aufmerksam machen, dass unsere großen Renovierungs- und Umbaumaßnahmen mittlerweile nahezu beendet sind. Die neue Brandmeldeanlage, die ja das Herz der Umbauten dargestellt ist nun vollständig in Betrieb gegangen.

Mittlerweile haben sich die Ereignisse aber überschlagen und die Welt ist eine völlig andere, als die von vor ein paar Wochen. Sie, unsere lieben Bewohnerinnen und Bewohner müssen auf das Wichtigste verzichten – nämlich auf den Kontakt zu Ihren lieben Verwandten, Freunden und Bekannten. Ebenso fällt so viel Liebgewonnenes weg, wie unsere Veranstaltungen, unser schönes Restaurant oder einfach den Friseurbesuch bei unserer Frau Wölffer. Wir hoffen alle, dass die aktuelle Corona-Pandemie nicht allzu lange anhält und wir unser schönes Haus St. Monika bald wieder für Jedermann öffnen können. Wir müssen einfach abwarten und hoffen...

Ich wünsche Ihnen von ganzem Herzen: „Bleiben Sie gesund!“. Ebenso wünsche ich Ihnen trotz Allem ein wunderschönes Osterfest und Gottes Segen.

Ihr Stephan Struck
Hausleiter

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 Sitzwachengruppe.

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:

- Einzel- und Doppelzimmer mit Sanitäreinrichtung bzw. Seniorenwohnungen
- Tagespflege mit 15 Plätzen
- Betreutes Wohnen
- Katholische Sozialstation
- Praxis für Ergotherapie
- Begegnungsstätte
- Seelsorgerliche Begleitung
- Offener Mittagstisch
- Café

Die Begegnungsstätte

Die Begegnungsstätte im Haus St. Monika ist ein beliebter Treffpunkt - nicht nur für die Menschen, die im Haus leben, sondern auch für die Seniorinnen und Senioren aus den umliegenden Stadtteilen.



Unser Veranstaltungsangebot umfasst neben Konzerten und Vorträgen aller Art unter anderem auch Kreativangebote, Gymnastik für SeniorInnen und Gedächtnistraining.

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 verschiedene 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 HelferInnen.

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

Neuigkeiten aus unserem Haus

Oleeeee, ole, ole, oleeeeeee!



Hallole midanander, an nem wunderschöna Septembervormidag sen mir Fenf von dr Tagespfläg, mit am Caddy vom Monika und ra sauguada Laune zur Ovrghessa-Tour, Richdung „Neggerschdadion“ düst. Elle midanander semmer super freindlich von de VfBler begriast worda und glei im Oschluss, uff de Schbura von de Schpieler anama Schpieldag, en da Bustunnel neigfiard worda – friar sen se do no per pedes neimarschieret.

In dr Mannschaftskabina okomma semmer noghogt ond hen alde Bilder oguggd, wo mr no dia Adolf-Hitler Kampfboh gseh hot, au dr Gaskessel war scho do ond a bissle später au dr Mayer-Vorfelder... oschließend hemmer dia Onderschied von alde ond neie Kickschua ond Trickots spiara, ond wer obedengt wella hot, au riacha dürfa, mensch, do liegad Welda drzwischa, do war jo au sogar no „Südmilch“ druff gschdanda.

Dann des Highlight: Uffschdellung em Schbielertunnel zu Zwoid -wia dia Schbieler mit de Eilaufkender - zur Originalmusik von Metallica - guat, friar hot do no a Blokapell gschbiel, aber dia Emotiona waret dia

Gleiche, mir hen elle Gänsehaud ghet. Ond no.... mir elle en onserm modernisierda Neggerschdadion, was sen do fir Erinnerunga hochkomma... menschenkendr, elle Eigla hen gleichded!!!

Oschließend wara mr no im Pressekonferenzraum, hen freindlicherweis was zom Drenga griagt ond no semmer wieder ins Monika zrick. Hen nadierlich de andre viel zom Erzähla ghet... jedafalls, au wenn mr ons am nägschda Dag nemme dro hen erinnra kenna, ischs omso wichtiger, dass mr jeden Moment in dem mr was Schees erlebat und glicklich sen, elles in volle Züg genießat, ond des hemmer wahrlich do.

Elles Guade,
eier Tagespfläg

Helau! Alaaf! Narri, Narro!

Um 15:57 versammelten sich alle Närrinnen und Narren von St. Monika im Rupert Mayer Saal um gemeinsam die 5. Jahreszeit zu zelebrieren. Wenn man seinen Blick durch den Raum schweifen lies, entdeckte man kunterbunten Kopfschmuck aller Art, liebevoll dekorierte Rollatoren und raffinierte Kostüme.



Manches Kostüm war so raffiniert, dass man gar nicht mehr erkennen konnte, wer sich darunter verbirgt - oder hätten Sie die drei Panzerknacker auf Anhieb erkannt?



Unser Faschings-Team hat wieder ein buntes Programm mit Sketchen und Musik auf die Beine gestellt. Anstatt der traditionellen Büttenrede gab Hans-Dieter Rosenkranz in diesem Jahr sein Bauarbeits-Abschluss-Lied zum Besten - einen Auszug daraus möchten wir Ihnen selbstverständlich nicht vorenthalten (Melodie: „Auf de schwäb'sche Eise-bahne“):

*Im Herbst vom vorletzten Jahr
Ein großer Plan wurd endlich war
Plötzlich in St. Monika
Waren Bauarbeiter da*

*Schnell wandelte sich Genuss
In Ärger, Frust und auch Verdruss
Kräftig ging es hier zur Sach
Mit Getöse und viel Krach*

*Vor dem Haus, man glaubt es nicht
Blinkt auf'ner Laterne rotes Licht
Ja, wo gibt's denn so etwas
Wir sind hier bei der Caritas*

So ging auch diese Faschingsfeier wieder viel zu schnell zu Ende und wir freuen uns schon auf das nächste Fest in St. Monika!

Verstärkung im Haustechnik-Team

Wahrscheinlich kennen Sie uns bereits, wenn auch nur vom Sehen, nun möchten wir uns aber auch einmal offiziell bei ihnen vorstellen: Wir sind Ihre Getränkelieferanten, Postboten, Müllmänner, Möbelpacker und Essenslieferanten, oder anders gesagt: die „Mädchen für Alles“ im Haus St. Monika



Unter der Leitung von Detlef Foof arbeiten wir im Bereich Haustechnik. Wir zwei, Benjamin Segi (links) & Peta Petrovski (Mitte) machen seit Herbst 2019 ein Freiwilliges Soziales Jahr. Nikolaj Banasjuk (rechts) tritt in die Fußstapfen unseres unersetzlichen Kollegen Dieter Ehlert, den wir schweren Herzens in den wohlverdienten Ruhestand verabschiedet haben.

Aber so ganz ohne uns kann Dieter Ehlert auch nicht (und wir nicht ohne ihn), deshalb ist er zu unserer aller Freude trotzdem noch hin und wieder im Haus unterwegs und steht uns mit Rat und Tat zur Seite.

Blick in den Caritasverband Stuttgart

Dokumentation per Spracherkennung: Mehr Zeit für die Pflege – Bundesweit beachtetes Pilotprojekt mit dem Caritasverband für Stuttgart

„Die Anzahl der Pflegebedürftigen in Deutschland wird bis 2035 um 30% auf 4,8 Mio. ansteigen. Demgegenüber steht ein akuter Fachkräftemangel, der bis 2035 auf über 500.000 fehlende Pflegekräfte prognostiziert wird. Gleichzeitig ist sorgfältige Pflegedokumentation sehr wichtig, jedoch ist der zeitliche Aufwand mit über 30% der Arbeitszeit sehr hoch. Das wollen wir ändern und den pflegebedürftigen Menschen in den Vordergrund stellen. voize ist der digitale Sprachassistent für Pflegedokumentation. voize erleichtert den Pflegealltag, verbessert die Qualität der Dokumentation und erlaubt Pflegeeinrichtungen sich als attraktiver Arbeitgeber zu positionieren.“

Fabio Schmidberger,
Mitgründer des Startups voize



Sefaaf Kayan ist 23 Jahre jung, Altenpflegerin von Beruf und sie liebt die Arbeit mit den alten Menschen im Haus St. Ulrich in Stuttgart-Mönchfeld. Doch rund 30 Prozent ihrer Arbeitszeit verbringt sie damit, das was sie tut, zu dokumentieren. Zeit, die sie am Com-

puter verbringt und nicht bei den Menschen. Die Pflegedokumentation ist zweifelsohne wichtig – doch wie könnte man sie organisieren, damit sie möglichst schnell und leicht erledigt werden kann und so mehr Zeit für die Pflege bleibt?

Fabio Schmidberger ist 22 Jahre jung und studiert Softwaretechnik an der Universität Stuttgart. Zusammen mit seinem Zwillingbruder Marcel und mit ihrem Kollegen Erik Ziegler haben sie das Startup voize www.voize.de gegründet. voize ist auch der Name ihrer App, für sprachgesteuerte Pflegedokumentation am Smartphone. So soll die Pflegedokumentation schneller und einfacher werden, sodass mehr Zeit für die Menschen bleibt. Pflegekräfte können die Dokumentation am Smartphone einsprechen und das auch direkt bei der Pflege. Die erstellten Dokumentationseinträge werden automatisch in die bestehende Dokumentationssoftware übertragen.

Wie kommen junge Menschen Anfang 20 auf die Idee, eine App für die Pflegedokumentation in Alten- und Pflegeheimen zu entwickeln? Ganz einfach: Durch ihren Opa. Wenn Fabio Schmidberger seinen Opa im Pflegeheim besucht hat, konnte er beobachten, wieviel Zeit die Pflegekräfte für die Dokumentation aufbringen müssen: wie sie ihre Notizen auf Papier geschrieben haben und anschließend das alles in einen Computer übertragen. „Aber der Grund, weshalb jemand diesen Beruf erlernt, ist doch, weil er oder sie mit Menschen arbeiten möchte“, haben sich Fabio Schmidberger und seine Kollegen gedacht. Und so begannen Sie darüber nachzudenken, wie man mittels einer App auf dem Handy die Pflegedokumentation erleichtern könnte.

Mit dem Bereich Altenhilfe beim Caritasverband für Stuttgart e.V. fanden die jungen Unternehmer einen Kooperationspartner, mit dem sie gemeinsam nun die App entwickeln und vor allem für sie wichtige Einblicke in den Pflegealltag bekommen. „Das hat uns schon überzeugt“, sagt Sebastian Menne, stellvertretender Bereichsleiter in der Altenhilfe, „dass sie uns kein fertiges Produkt verkaufen wollten, sondern sich in unsere Arbeit von Grund auf hinein gedacht haben“.



Sprechen ist leichter und schneller als schreiben

Die jungen Softwareentwickler hospitierten in verschiedenen Altenheimen des Caritasverbandes, sprachen mit den Menschen, die dort arbeiten und konnten sich so ein Bild davon machen, was eine digitale Pflegedokumentation alles können muss und wer die Menschen sind, die diese in ihrem Berufsalltag bedienen.

Noch ist die App in der Erprobung, aber die Altenpflegerin Sefaat Kayan ist jetzt schon begeistert von diesem Hilfsmittel. „Wir haben so in naher Zukunft sehr viel mehr Zeit für die Bewohner_innen“, freut sie sich. Sie und ihre Kolleg_innen können direkt bei der Bewohnerin Daten und Befunde ins Handy sprechen. „Die Künstliche Intelligenz von voize versteht den Pflegekontext und

generiert automatisch strukturierte Dokumentationseinträge. Mittels Schnittstellen werden die Daten in bestehende Dokumentationssysteme übertragen. Alles läuft lokal auf dem Smartphone. So werden keine Daten in die Cloud geschickt. Damit werden hohe Datenschutzstandards erreicht und auch Pflegeeinrichtungen ohne flächendeckendes WLAN profitieren von der Anwendung“, sagt Fabio Schmidberger.

„Für viele ist Sprechen auch leichter als Schreiben“, weiß Sefaat Kayan. Für viele ihrer Kolleg_innen, die vielleicht noch nicht so gut deutsch können, ist das eine große Erleichterung - auch weil die App Rechtschreibung und Grammatik automatisch korrigiert. Und dank dieser Entwicklung mehr Zeit mit den Menschen zu haben, „das ist auch eine tolle Aufwertung unseres Berufes“, sagt Sefaat Kayan.

Besuch bei Gesundheitsminister Jens Spahn

Erik Ziegler, Fabio und Marcel Schmidberger wurden bereits mehrfach für ihre Idee ausgezeichnet. Jüngst von Für-Gründer aus dem F.A.Z. Verlag mit Platz 3 der Top 50 Startups Deutschlands, im September vergangenen Jahres gewannen sie den Businessplan-Wettbewerb am Hasso-Plattner-Institut (HPI) in Potsdam. Im November 2019 stellten sie ihre Ideen im Gesundheitsministerium in Berlin unter anderem Gesundheitsminister Jens Spahn vor. Das Team von voize zeigt, wie sich die Pflege entwickeln und verbessern kann, damit mehr Zeit für die zu pflegenden Menschen bleibt und auch die Berufe in der Pflege attraktiver werden.

Aktuelles

Informationen zur aktuellen Lage

Die Landeshauptstadt Stuttgart hat am 13.03.2020 Besuche in Alten- oder Pflegeheimen untersagt und lässt Ausnahmen hiervon nur in begründeten Einzelfällen zu. Diese Maßnahme gilt unmittelbar und bis auf Widerruf.

Dieser Entscheidung folgt der Bereich Altenhilfe im Caritasverband für Stuttgart e.V. Alle Besucher werden gebeten, diese Festlegung zum Schutz der Bewohnerinnen und Bewohner zu beachten. In Einzelfällen (z.B. im Rahmen der Sterbebegleitung) kann nach telefonischer Klärung mit der jeweiligen Wohnbereichsleitung über begründete dringende Ausnahmen entschieden werden.

Davon betroffen sind auch die Angebote und Veranstaltungen im Haus St. Monika. Kurz bevor diese Zeitung in Druck ging, haben wir alle Angebote und Veranstaltungen bis auf Weiteres abgesagt.

Wir werden Sie rechtzeitig informieren, wann die Veranstaltungen wieder stattfinden können.

Wir hoffen, dass diese außergewöhnliche Situation nicht allzu lange anhält und wir bald möglichst auch unseren Bewohnerinnen und Bewohnern einen normalen Alltag ermöglichen können.

Wir bedanken uns ganz herzlich für Ihr Verständnis. Bleiben Sie gesund!

BewohnerInnenbeirat

Liebe Bewohnerinnen, liebe Bewohner,

in Baden-Württemberg gibt es die Landesheimmitwirkungsverordnung, in der die Mitwirkungsmöglichkeiten von BewohnerInnen im Pflegeheim beschrieben werden. Das Ziel ist die Selbständigkeit und Selbstbestimmung der BewohnerInnen von Heimen zu wahren und zu fördern. Der gewählte BewohnerInnenbeirat bemüht sich, diese Tätigkeiten und Mitwirkungsrechte zu erfüllen.

Etwa alle 6 Wochen bringen die gewählten Mitglieder des BewohnerInnenbeirats in der Sitzung ihre Anliegen und Verbesserungsvorschläge ein. Der Hausleiter, Stephan Struck, ist bei den Sitzungen dabei.

Auf jedem Wohnbereich gibt es ein Mitglied des BewohnerInnenbeirats (ein/e BewohnerIn oder ein Angehöriger) als AnsprechpartnerIn.

Als Vorsitzende habe ich einmal im Monat Sprechstunde (siehe unten). Sie können gerne kommen. Selbstverständlich wird nur Ihr Anliegen, aber nicht Ihr Name in der Sitzung vorgebracht. Ich freue mich auf Sie.

Dorothea Widmann
Vorsitzende des BewohnerInnenbeirats

Sprechstunde

jeden 1. Montag im Monat
16:00-17:00 Uhr, im Kepplerzimmer
bei

Dorothea Widmann, Vorsitzende
Tel. 0711/54018282

Achtung!

Aufgrund der Covid-19 Erkrankung findet die Sprechstunde aktuell nicht statt. Wir informieren Sie über Änderungen.

Liebe Bewohnerinnen, liebe Bewohner, liebe Angehörige und FreundInnen unseres Hauses,

nun ist es Zeit: der Winter geht, und das neue Frühjahr 2020 bricht an. Schon seit Wochen blühen Schneeglöckchen und Krokusse, und auf den Wochenmärkten werden Sträuße mit Tulpen und Osterglocken angeboten.

Auch Bäume und Sträucher rund um unser Haus sind sichtbar „in Bewegung“: Ihre Äste schimmern schon leicht, sie bilden Knospen, und wir können das kommende frische und saftige Grün erahnen.



Solch ein Baum ist für viele nicht nur eine beliebige Pflanze, sondern ein Sinnbild für gelungenes Leben: Ein Baum, zumal ein großer, steht fest verwurzelt in der Erde – wer von uns wünscht sich nicht einen sicheren Grund, eine feste Existenz, Wissen, wo die eigenen Wurzeln sind? - Er breitet seine Zweige weit in den Himmel aus, nimmt sich Raum, entfaltet sich. Er erlebt alle möglichen Wetterlagen – Sonne, Regen und Stürme - er geht durch die Jahreszeiten mit Knospen, Blüten, Früchten, durch scheinbares Absterben im Winter, das aber in Wahrheit Ruhephase ist.

In wenigen Tagen feiern wir das Leiden, den Tod und die Auferweckung Jesu. Wir feiern, dass auch er alle möglichen Zustände des menschlichen Daseins mit Höhen und Tiefen erlebt und erlitten hat – und im Letzten eben nicht gescheitert ist, sondern dass er gerettet und seine Art zu leben als richtiger Weg bestätigt wurde.

In diesem Sinn wünsche ich Ihnen Kraft und Mut – gesegnete Feiertage, frohe Ostern!

Ihre Seelsorgerin
Dorothea Ackva-Bleistein

Wir gedenken unserer Verstorbenen

*Als der Regenbogen verblasste
da kam der Albatross
und er trug mich mit sanften Schwingen
weit über die sieben Weltmeere.
Behutsam setzte er mich
an den Rand des Lichts.
Ich trat hinein und fühlte mich geborgen.
Ich habe euch nicht verlassen,
ich bin euch nur ein Stück voraus.*

Im stillen Gedenken
an unsere Verstorbenen.



Zum Lachen und Mitmachen

Aus der Witze-Schatzkiste

Ein Lehrer sagt zu seiner Klasse:
 „Gestern habe ich fast im Lotto gewonnen! Ich lag immer nur eine Zahl daneben!“ Der kleine Fritz meldet sich daraufhin: „Bei der letzten Mathearbeit war's bei mir genau so. Ich lag auch immer eine Zahl daneben...“



Zwei Männer treffen sich beim sogenannten Idiotentest, weil sie den Führerschein verloren haben. Der erste kommt freudestrahlend aus dem Untersuchungszimmer und sagt: „Ich wurde gefragt, was der Unterschied zwischen einem Eisbären und einem Löwen ist. Der Eisbär lebt am Nordpol und der Löwe in Afrika.“ Kommt der zweite Mann raus und hat ein langes, trauriges Gesicht. Er sagt: „Die wollten den Unterschied zwischen Lamm und Hirsch wissen, da hab ich gesagt, das Lamm macht um 10:00 Uhr auf und der Hirsch um 11:00 Uhr. Ich glaube, das war nicht richtig...“

Mit Unterstützung einer Bewohnerin vom Bereich Lorenz Werthmann

Sudoku für die grauen Zellen

	6				8	1	5	
5					1	6		
8		9			2		7	4
				3				
	2							
		4			5	8		7
	3	5	1		7		4	6
			9				1	5
	4	7	5		6	9		3

8				2	4			3
6		1		3		2	7	5
	5			7				
		8			7	4		
5	1		4	8				
		3			8			7
7		4	9	5	1		2	6
2		5		6			8	

Lösung auf Seite 16

Veranstaltungen in der Begegnungsstätte und im Haus St. Monika

Mittwoch, 01.04.2020 von 15:00 - 17:00 Uhr	Modeverkauf und Modenschau mit der Firma Mode Jörger - <i>Modenschau um 16:00 Uhr</i>
Mittwoch, 08.04.2020	Klavier und Lyrik mit Rosi Fugl und Jutta Herrmann
Mittwoch, 15.04.2020	„Das Wirtschaftswunder“ ein Vortrag mit Heidi Gühring
Sonntag, 26.04.2020 um 15:00 Uhr	Tanz in den Mai mit Live-Musik von Rainer Kühnle - <i>vor dem Restaurant</i>
Mittwoch, 29.04.2020	Beliebte Klaviermusik Konzert mit Monika
Mittwoch, 06.05.2020	„Der...“
Mittwoch, 13.05.2020 um 15:00 Uhr	„Der...“
Mittwoch, 20.05.2020 um 15:00 Uhr	„Der...“
Mittwoch, 27.05.2020 um 15:00 Uhr	„Der...“
Mittwoch, 03.06.2020	„Der...“
Mittwoch, 10.06.2020	„Der...“
Mittwoch, 17.06.2020	Schlagerkonzert Mit Mathias Schwarz an der Gitarre
Mittwoch, 24.06.2020	Alte und neue Lieder zum mitsingen - mit dem Kinderchor NeuSteinHofen unter Leitung von Hildegard Vollmer-Gerstner
Sonntag, 28.06.2020 um 15:00 Uhr	Tanzcafé für Seniorinnen und Senioren vor dem Restaurant im Sockelgeschoss

Achtung!
Aufgrund der Covid-19-Epidemie finden im Moment keine Veranstaltungen in der Begegnungsstätte und im Haus St. Monika statt.
Wir informieren Sie gerne, sobald wir unser Programm wieder aufnehmen können.

Unsere Veranstaltungen finden - wenn nicht anders angegeben
von 16:00 - 17:00 Uhr im Rupert Mayer Saal statt.
Der Eintritt ist frei - **Spenden werden herzlich erbeten!**

Die Begegnungsstätte im Haus St. Monika wird von der Stadt Stuttgart gefördert.

Regelmäßige Angebote in der Begegnungsstätte

Montag

Montagstisch (jeden 1. Mo. im Monat)
um 12:00 Uhr im Restaurant

Gesprächskreis für pflegende Angehörige
„Wenn die Eltern Hilfe brauchen...“
1 x im Monat (Termine auf Anfrage)
um 16:00 Uhr im Keppler Zimmer

Wirbelsäulengymnastik
mit Wolfgang Liedtke
um 18:30 Uhr im Gymnastikraum

Dienstag

Sturzprophylaxe mit Danuta Krisa
um 9:30 Uhr im Gymnastikraum

Handysprech
10:00 - 11:00 Uhr

Atemtherapie mit Amrei Franke
um 10:30 Uhr im Gymnastikraum

Tanzcafé mit Gabriele Albert
um 15:00 Uhr im Gymnastikraum

Spiele am Nachmittag mit Marianne Franck
um 15:00 Uhr im Restaurant

Singkreis St. Monika
mit Hans-Dieter Rosenkranz
um 17:00 Uhr im Gartenblick

Mittwoch

Konzentrierte Bewegungswahrnehmung
mit Danuta Krisa
um 9:30 Uhr im Gymnastikraum

Gedächtnis- und Bewegungstraining
mit Oliver Eggenweiler
um 10:30 Uhr im Gymnastikraum

Mittwoch

Musikalische Beiträge und Vorträge zu verschiedenen Themen (siehe S. 11)
um 16:00 Uhr im Rupert Mayer Saal

Donnerstag

Konzentrierte Bewegungswahrnehmung
mit Oliver Eggenweiler
um 9:30 Uhr im Gymnastikraum

Gedächtnis- und Bewegungstraining
mit Oliver Eggenweiler

Sturzprophylaxe mit Danuta Krisa (1. Mo. im Monat)

Sturzprophylaxe mit Melanie Strauß
um 9:15 Uhr im Gymnastikraum

Atemtherapie mit Amrei Franke
um 10:30 Uhr im Gymnastikraum

Sonntag

Tanzcafé für Seniorinnen und Senioren
Januar bis Oktober, am letzten So. im Monat
um 15:00 Uhr vor dem Restaurant

Information und Anmeldung:

Begegnungsstätte Haus St. Monika
Kathrin Burgbacher
Tel.: 0711/95322-2200
Mail: k.burgbacher@caritas-stuttgart.de

Die Angebote der Begegnungsstätte sind für die BewohnerInnen des Haus St. Monika kostenfrei.

Die Begegnungsstätte wird von der Landeshauptstadt Stuttgart gefördert.

Angebote für BewohnerInnen

Gymnastik im Sitzen mit Danuta Krisa
Jeden Montag um 9:30 Uhr
im Gymnastikraum

„**Fahrt ins Blaue**“ mit Egon Hirschlein
Jeden Dienstag von 14:00 - 16:30 Uhr
(Die Wohnbereiche sind abwechselnd dran)

Bücher auf Rädern - eine Kooperation
mit der Stadtteilbibliothek Neugereut
1x im Monat mittwochs (siehe Aushang)
von 11:00 - 11:45 Uhr in der Leseecke

Heilströmen mit Danuta Krisa
14-tägig donnerstags
um 10:30 Uhr im Gymnastikraum

Abendtreff

Jeden 3. Donnerstag im Monat
um 18:30 Uhr im Meetingraum

Angebot für Menschen mit Demenz

„**OASE**“ -Betreuungsgruppe für
Menschen mit Demenzerkrankung
Dienstags von 13:30 - 16:30 Uhr
Mittwochs von 10:00 - 13:00 Uhr
im Georg Moser Raum

Information und Anmeldung:
Katholische Sozialstation St. Monika
Frank Mühle
Tel.: 0711/95322-1501
Mail: f.muehle@caritas-stuttgart.de

Spirituelle Angebote

Gottesdienste

Katholischer Gottesdienst

Montag und Mittwoch 10:30 Uhr
Dienstag, Donnerstag und Freitag 16:30 Uhr
Sonntag 10:45 Uhr

Evangelischer Gottesdienst

14-tägig Sonntag 9:30 Uhr

Rosenkranz-Gebet in d

Für un

Achtung!
Aufgrund der Covid-19-Epidemie finden im Moment
keine Angebote für BewohnerInnen, für Menschen mit Demenz und
keine spirituellen Angebote
in der Begegnungsstätte statt.
Wir informieren Sie gerne, sobald wieder Angebote stattfinden.

(Jeden 1. Do. im Monat)
von 17:00 - 19:00 Uhr
mit den indischen Ordensschwestern

Betstunde (jeden 1. Do. im Monat)
von 17:00 - 18:00 Uhr

Komplet (alle anderen Donnerstage)
um 18:00 Uhr

Tägliche Anbetung mit den Schwestern
17:00 - 19:00 Uhr

Katholischer Gebetskreis

Gemeinsames und persönliches Beten mit
Lobpreis, Bibel teilen und Rosenkranz
jeden 3. So. im Monat um 15:30 Uhr

Seelsorgerliches Gespräch

nach Bedarf bei Dorothea Ackva-Bleistein
erreichbar unter 0711/95322-1200

Interessantes & Wissenswertes

Erholsames Nickerchen



Ein Mittagschlaf tut gut - und ist gesund. Experten geben an, dass ein Schlaf am Nachmittag unsere Blutdruck- und Puls werte positiv beeinflusst. Angeblich könne ein regelmäßiges Nickerchen sogar das Risiko für Herzinfarkt und Schlaganfall senken.

Der auf Neudeutsch sogenannte „Power-Nap“ (Energie-Schlaf) sorgt - wie der Name schon sagt - für eine deutlich spürbare Steigerung der Leistungsfähigkeit. Dabei sollte man aber darauf achten, dass der Mittagschlaf am besten 10, aber keinesfalls länger als 20 Minuten dauert. Denn bei einer „Siesta“ von länger als einer halben Stunde kehrt sich der positive Effekt ins Negative um und man ist noch müder als zuvor.

Die empfehlenswerteste Ruhezeit liegt zwischen 13:00 und 14:00 Uhr. Hier kann man sich am besten vom Vormittag erholen und neue Energie für den Nachmittag sammeln.

In diesem Sinne: Schlafen Sie gut!

Pflege soll nicht arm machen

Wer sich um die pflegebedürftige Mutter oder den pflegebedürftigen Vater kümmert, weiß, dass diese Aufgabe nicht nur physisch und psychisch belastend ist.

Reichen Rente, weitere Einkommen und Rücklagen von Pflegebedürftigen für einen Heimplatz nicht aus, springt das Sozialamt ein und zahlt erstmal. Die Behörde kann aber versuchen, sich zumindest einen Teil des Geldes zurückzuholen, und zwar bei den Kindern der Pflegebedürftigen. Bisher mussten sich Kinder an den Heimkosten für ihre Eltern beteiligen, wenn sie als Alleinstehende mehr als 21.600 Euro netto im Jahr verdienen. Jetzt steigt die Einkommensgrenze auf 100.000 Euro brutto. Hierzu werden die Gehälter von Geschwistern nicht zusammen gezählt. Das Gleiche gilt übrigens für die Eltern von erwachsenen Kindern, die zum Beispiel aufgrund einer Behinderung pflegebedürftig sind. Die Grenze gilt pro Elternteil.

Pflege soll nicht arm machen - das betonen Bundesarbeitsminister Hubertus Heil (SPD) und Bundesgesundheitsminister Jens Spahn (CDU) bei der Absegnung des neuen Pflegegesetzes im Bundeskabinett. In der Regel soll auch der Aufwand entfallen, Angaben über vorhandenes Vermögen und Einkommen zu machen.

Doch wer übernimmt nun die Kosten? Die Kommunen als Träger der Sozialhilfe. Der Deutsche Städtetag rechnet mit Mehrkosten von etwa 500 Millionen Euro pro Jahr für die Städte und Gemeinden.

Ihre AnsprechpartnerInnen

Team Beratung und Aufnahme

0711-7050-555

pflgeberatung-altenhilfe@caritas-
stuttgart.de

Telefon: 0711/95322 + Durchwahl

Hausleitung -1000

Stephan Struck

Pflegedienstleitung -4300

Mark Hornung

Stellv. Pflegedienstleitung -1701

Nicole Troschke

Bereich Lorenz Werthmann -3000

Susanne Amberg

Bereich Paul Wilhelm von Keppler/ -3100

Bereich Elisabeth -3700

Bettina Grimm

Bereich Johannes Straubinger -3200

Dragan Mitrovic

Bereich Alfons Baumgärtner -3300

Heino Schreiber

Bereich Franz Xaver Daschner/ -3500

Bereich Carl Josef Leiprecht -3400

Filomena Nigro

Tagespflege -7400

Hans-Dieter Rosenkranz

Hauswirtschaftsleitung -1800

Ulrike Molz

Technischer Dienst -2100

Detlef Foof

Bewohnerverwaltung -1300/-1900

Beata Holeksa und Daniela Böhm

Seelsorgerliche Begleitung - 1200

Dorothea Ackva-Bleistein

Begegnungsstätte -2200

Kathrin Burgbacher und Jasmin Frühling

Ergotherapie -5200

Oliver Eggenweiler

Betreutes Wohnen - 4500

Elka Haffa

Sozialstation - 1400

Frank Mühle

Dienstleistungen

Medizinische Fußpflege

Maria Steckbauer

Mo/Di (nach Vereinbarung am Empfang)

Frau Wern, Telefon 0152 23999074

Di Nachmittag und nach Vereinbarung

Hörgeräteakustikerin

Nadine Schatz

nach Terminplan am Empfang

im 1. OG , Bereich Augustinus, Raum 186

HNO-Arzt

Dr. med. Hans Eberhard Doller

nach Terminplan am Empfang

im 1. OG , Bereich Augustinus, Raum 186

Augenarzt

Dr. Alexandra Freund

nach Terminplan am Empfang

im 1. OG, Bereich Augustinus, Raum 186

Friseur

Friseursalon Wölffer, Tel.: 0711/95322-5000

Montag, Mittwoch, Donnerstag und Freitag

9:00 - 14:00 Uhr und nach Vereinbarung

Öffnungszeiten

Offener Mittagstisch

Täglich von 11

**Aufgrund der Covid-19-Epidemie
sind das Restaurant und das Café
bis auf Weiteres geschlossen.**

Di Freitag 14:30 - 16:30 Uhr
Mo Ruhetag

Verwaltung

Mo 10:00 - 12:00 Uhr

Di 10:00 - 12:00 Uhr und 14:00 - 16:00 Uhr

Mi 10:00 - 12:00 Uhr

Do 10:00 - 12:00 Uhr und 14:00 - 16:00 Uhr

Freitag nach Vereinbarung

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**

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

www.caritas-stuttgart.de

Redaktion

Kathrin Burgbacher, Jasmin Frühling

Autoren

Stephan Struck, Dorothea Ackva-Bleistein, Jasmin Frühling, Benjamin Segi, Dorothea Widmann, Andrea Gärtner, Daniela Milchraum

Bildnachweise

Caritasverband für Stuttgart e.V., Lukas Breusch, Martin Oswald, Sabine Reichle, Andrea Gärtner, pixabay.com/de

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

Lösung von Seite 10:

4	6	2	3	7	8	1	5	9
5	7	3	4	9	1	6	2	8
8	1	9	6	5	2	3	7	4
7	5	1	8	3	9	4	6	2
3	2	8	7	6	4	5	9	1
6	9	4	2	1	5	8	3	7
9	3	5	1	8	7	2	4	6
2	8	6	9	4	3	7	1	5
1	4	7	5	2	6	9	8	3

oben

8	7	9	5	2	4	6	1	3
6	4	1	8	3	9	2	7	5
3	5	2	1	7	6	9	4	8
9	3	8	6	1	7	4	5	2
4	2	7	3	9	5	8	6	1
5	1	6	4	8	2	7	3	9
1	6	3	2	4	8	5	9	7
7	8	4	9	5	1	3	2	6
2	9	5	7	6	3	1	8	4

unten