

Miteinander

DAS SENIORENMAGAZIN



Ausgabe 03.2016

Caritas Altenhilfe
Gemeinnützige GmbH



- 03 Grußwort
-  Aktuelles
- 04 Weihnachten in der Pflege - ein Perspektivwechsel
-  Neues aus unseren Häusern
- 08 "Jung trifft auf Alt" - Schulprojekt zu Besuch im Dallgower Seniorenzentrum
- 12 Im Blick des Heiligen - Ein Denkmal für St. Benedikt
- 14 Tierisch viel Spaß - Ehrenamtsfest 2016
- 18 Ein runder Geburtstag - Tanz, Torte und Kochbanane
-  Festliche Rezepte
- 22 Köstlichkeiten aus Guinea
-  Wir sagen Euch an...
-  Dies & Das
- 26 Veranstaltungen
- 27 Poesie
-  Bunte Seite
- 28 Weihnachtssudoku
- 29 Tierquiz
-  Hausportraits
-  Impressum

Stand: November 2016

© Urheberrechtlich geschützt. **Vervielfältigungen und Verbreitung nur nach schriftlicher Genehmigung** durch die Caritas Altenhilfe GGmbH, Tübinger Straße 5, 10715 Berlin.

Liebe Leserinnen und Leser,

Weihnachtsfest



Noch einmal ein
Weihnachtsfest,
Immer kleiner wird der Rest,
Aber nehm' ich so
die Summe,
Alles Grade, alles Krumme,
Alles Falsche, alles Rechte,
Alles Gute, alles Schlechte –
Rechnet sich
aus allem Braus
Doch ein richtig Leben raus.
Und dies können
ist das Beste
Wohl bei diesem
Weihnachtsfeste.

Theodor Fontane



die letzte Ausgabe des
Jahres ist immer ein
bisschen weihnachtlich
geprägt. Vielleicht fragen
Sie sich beim Lesen:
„Wo ist das Jahr geblie-

ben?“ Denn Weihnachten und ein neues
Jahr sind nicht mehr weit. An dieser Stelle
möchte ich mich bei Ihnen von Herzen
für Ihr Interesse an unserem Senioren-
magazin bedanken. Im Redaktionsteam
überlegen wir für jede Ausgabe, was Sie
interessieren könnte, was wir Ihnen aus
unseren Einrichtungen berichten möchten.
Auch in diesem Heft ist es wieder eine
bunte Sammlung an Themen geworden.

Wir wünschen Ihnen viel Freude beim
Lesen, eine gesegnete Weihnachtszeit und
einen guten Start in ein neues Jahr!

Claudia Appelt
Pressesprecherin/Redaktion Miteinander

Weihnachten in der Pflege

ein Perspektivwechsel

"Stille Nacht, heilige Nacht"

von Sophie Sell, Redaktion Miteinander
Weihnachten ist das Fest der Liebe, der Besinnlichkeit, der kleinen und großen Katastrophen, aber vor allem der gemütlichen Stunden im Kreise der Familie. Während viele sich mit ihren Liebsten um den geschmückten Weihnachtsbaum versammeln, buntverpackte Geschenke öffnen, gemeinsam Lieder singen und in die Kirche gehen, arbeiten die Mitarbeiter der Pflege Tag und Nacht. Pflege ist ein 24-Stunden-Job, auch an Weihnachten.

Berlin-Kreuzberg – Auch am Heiligabend beginnt um 6 Uhr die Frühschicht in der Caritas-Sozialstation. Die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter der ambulanten Pflege kümmern sich um Menschen in deren häuslichem Umfeld. Sie sichern die medizinische und pflegerische Versorgung. Während es draußen langsam hell wird und die meisten Menschen sich um ihre letzten Weihnachtsbesorgungen kümmern, fahren die Pflegekräfte ihre ersten Kunden an. Die stellvertretende Pflegedienstleitung

Folke Geske und ihr Team versuchen in den Dienstplänen auch Rücksicht auf die Wünsche der Mitarbeiter zu nehmen. Die Einsatztouren an Weihnachten zu planen, ist herausfordernd. Viele Kunden melden sich kurzfristig an oder ab. Viele Krankenhäuser entlassen ihre Patienten. Deren Pflege wird dann durch die Sozialstationen sichergestellt. Es muss berücksichtigt werden, dass Geschäfte, Ärzte und Apotheken geschlossen sind. Medikamente müssen rechtzeitig besorgt und Einkäufe im Vorfeld erledigt werden.





Berlin-Oberschöneweide – In der Kurzzeitpflege des Seniorenzentrums St. Konrad sind die Weihnachtsfeiertage besonders. Die Räume sind festlich dekoriert, Basteleien zieren die Tische und auf jeder Etage leuchtet ein Weihnachtsbaum. „Ich mag Weihnachten, aber in der Pflege ist es ein Weihnachtsmarathon! Der ganze Monat Dezember ist anstrengend. Neben den privaten Weihnachtsvorbereitungen, organisieren wir viele Aktivitäten für unsere Gäste“, erzählt Martina Hintze, die Pflegedienstleiterin der Kurzzeitpflege. Der Dezember ist gespickt mit weihnachtlichen Veranstaltungen, wie beispielsweise dem jährlichen Adventsmarkt. Am Morgen des 24. Dezembers kümmert sich die Frühschicht um das Aufstehen und Zurechtmachen der Gäste. Es gibt Frühstück und Mittag an weihnachtlich dekorierten Tischen.

Berlin-Wilmersdorf – Die Mitarbeiter der Pflegerufzentrale sind bereits im Einsatz.

Sie sind rund um die Uhr Ansprechpartner für Kunden und Kollegen der Caritas-Sozialstationen. Sie klären telefonisch die Anliegen der Kunden, vermitteln Wohn- und Pflegeangebote im Erzbistum Berlin und sind in Notfällen da. Ingrid Brünjes leitet die Pflegerufzentrale: „Die letzten Jahre haben meine Mitarbeiterin Frau Krahn und ich oft die Früh- und Spätschicht übernommen. Wir schmücken die Pflegerufzentrale, eine Kerze brennt, es gibt einen bunten Teller und im Hintergrund läuft leise Weihnachtsmusik. Wir machen es uns hier gemütlich.“ Über die Feiertage ist der Innendienst der Sozialstationen nicht besetzt. Alle Fragen der Kunden und der Mitarbeiter, die für diese auf Pflegetour sind, landen dann in der Pflegerufzentrale. Diese vertritt den Innendienst der 16 Berliner Sozialstationen und die Anrufe häufen sich. Die Leute sind oft sehr gestresst, ein Bitte und ein Danke hören die Damen der Pflegerufzentrale zu dieser Zeit selten. Die Angehörigen rufen an, um die Kunden von der Pflege an-

Rund um die Uhr einsatzbereit

oder abzumelden oder sie wollen wissen, wann die Pflegekraft kommt. Die Kunden selbst sind in dieser Zeit aufgeregt und aufgescheucht. Zur Vertretung gehört auch, Einsatztouren neu zu planen, wenn krankheitsbedingt Pflegekräfte ausfallen. „Wir müssen dann Kollegen aus den Feiertagen holen. Kaum einer wünscht in dieser Situation dann *Frohe Weihnachten*“, lächelt Ingrid Brünjes. Einzelne Anrufer aber zaubern Weihnachtsstimmung herbei. Eine ältere Dame ruft jeden Tag an und begrüßt um 14 Uhr die Spätschicht. Zu Weihnachten singt sie für die Mitarbeiter Lieder und betet für sie. „Das berührt mich sehr“, verrät Simone Krahn. „Weihnachten ist überall. Es sind die kleinen Dinge. Es sind die Menschlichkeit und das Miteinander“, resümiert Ingrid Brünjes. Wenn das Telefon an diesem Tag mal still steht, nehmen sich die Mitarbeiter einen kurzen Moment für ein wenig Besinnlichkeit.

Berlin-Kreuzberg – Ab 14 Uhr beginnt

die Spätschicht in der ambulanten Pflege ihren Dienst. Zu Weihnachten haben die Kunden besondere Wünsche. Sie wollen für die Feierlichkeiten hübsch gemacht werden, Pflegekräfte gehen im Vorfeld mit einigen Kunden Weihnachtsbäume kaufen, sie backen gemeinsam Plätzchen und dekorieren die Wohnungen. Manchmal passiert es an Heiligabend, beispielsweise bei Insulin-Patienten, dass die Pflegekräfte in eine Familienfeier hineingeraten und sie zum Kaffee eingeladen werden. „Oft sind die pflegebedürftigen Senioren





ganz allein zu Hause. Sie freuen sich, wenn wir kommen. Einige reden gern über Weihnachten und erzählen von Früher. Wenn Sie nicht mehr in die Kirche gehen können oder wollen, dann mache ich ihnen die Messe im Fernsehen an. Weihnachten bringen wir immer ein kleines bisschen mehr Zeit mit“, erzählt Janett Graske, Krankenschwester der Sozialstation Kreuzberg. Sie und ihre Kollegen verschenken jedes Jahr den Caritas-Kalender und ein kleines, hübsch verpacktes Adventsheftchen.

Berlin-Oberschöneweide – Wieder im Seniorenzentrum St. Konrad. Hier findet nachmittags ein Weihnachtscafé statt. Bei Kaffee und Plätzchen werden Lieder gesungen, Gedichte vorgetragen und Pflegekräfte lesen die Weihnachtsgeschichte vor. Gegen frühen Abend begleiten die Mitarbeiter die Gäste zur Andacht mit Pfarrer Ullrich. Gemeinsam werden die Lichter am weiß und silberfarbig geschmückten

Weihnachtsbaum entzündet. Nach einem festlichen Abendessen sitzen alle gemeinsam im Wohnzimmer zusammen. Es wird Fernsehen geguckt und geredet. „Einige Bewohner ziehen sich zurück. Andere reden viel über frühere Weihnachtsfeste und schwelgen in Erinnerungen. Die Emotionen dabei sind ganz unterschiedlich“, beschreibt Martina Hintze die Stimmung. Viele Pflegekräfte arbeiten gerne an Heiligabend, um bei den Gästen zu sein und ihnen schöne Feiertage zu gestalten. Martina Hintze hat jahrelang Heiligabend gearbeitet: „Ich habe mit meiner Familie morgens ausgiebig gefrühstückt, dabei gab es dann die Geschenke. Meine Tochter dachte immer, es ist normal, dass der Weihnachtsmann morgens kommt“, schmunzelt sie.

Weihnachten in der Pflege – jedes Jahr sind viele Hände bemüht, bedürftigen Menschen ein friedvolles und besinnliches Weihnachten zu beschern und leben den Geist von Weihnachten.

„Jung trifft auf Alt“ -

Schulprojekt zu Besuch im Dallgower Seniorenzentrum

Schüler und Senioren im Austausch

von Diana Eileen Budras, Redaktion Miteinander
13 Bewohnerinnen und Bewohner warten schon ungeduldig im Gemeinschaftsraum des Caritas-Seniorenzentrums St. Johannes in Dallgow bei der heutigen Kaffeerunde. „Sind sie schon da?“, fragt eine Seniorin, die gerade den Raum betritt. „Nein, aber sie kommen gleich“, antwortet ein Senior zurück.

Martina Wenzlaff und Marion Müller, Mitarbeiterinnen im Sozialen Dienst, haben bereits die Tische mit Geschirr und Kaffee ausgestattet, nur der Kuchen fehlt noch. „Kuchen bringen unsere Besucher mit, das ist total lieb von ihnen“, schwärmt Martina Wenzlaff. Die beiden sorgen bei der Vorbereitung dafür, dass neben jedem Bewohner noch ein freier Stuhl steht.

Kaum fertig, sind sie auch schon da: 13 Mädchen und Jungen betreten den Raum, begrüßen alle und laufen dann schnurstracks auf die freien Stühle zu. Zwei Mädchen schneiden währenddes-

sen den mitgebrachten Kuchen auf und verteilen ihn an alle. Nach wenigen Sekunden sind alle Anwesenden in einem regen Austausch.

Eine neue Idee...

Dies ist für die Schülerinnen und Schüler des Vicco-von-Bülow-Gymnasium aus Falkensee seit Ende Juni der dritte und vorerst letzte Termin, an dem sie gemeinsam mit ihrem Lehrer, Steffen Hanke, in das Seniorenzentrum kommen. Im Rahmen eines





Schulprojektes ihres Unterrichtsfaches LER (Lebensgestaltung-Ethik-Religion) behandeln sie das Thema „Leben im Alter“. Anstatt wie üblich vorzugehen, machten die Schüler einen anderen Vorschlag. „Zuerst sollten wir uns mit unseren Großeltern dazu unterhalten. Da wir diese aber schon gut kennen, wollten wir lieber in ein Seniorenheim gehen und mit für uns Fremden ins Gespräch kommen“, erklärt eine Schülerin. Gesagt, getan. Steffen Hanke suchte daraufhin im Internet nach Seniorenheimen in der Umgebung und fand das St. Johannes. „Das Seniorenzentrum der Caritas in Dallgow war für alle Schüler gut zu erreichen und ich rief sofort bei der Zentrumsleitung an“, erzählt der Lehrer. Und dann ging alles sehr schnell: Wenige Tage darauf fand bereits ein erstes Treffen zwischen Steffen Hanke und Annette Müller-Fathmann, der Zentrums- und Pflegedienstleiterin im St. Johannes, statt. Schon eine Woche später besuchte

die Zentrumsleiterin die Klasse. „Für mich war es wichtig, dass ich den Schülerinnen und Schülern vorab ein wenig über unser Seniorenzentrum und unsere Bewohner erzähle sowie bestimmte Krankheitsbilder mit entsprechenden Symptomen – wie Demenz oder Hörverlust – näher bringe“, beschreibt die Zentrumsleitung, „Daher bin ich erst einmal in die Schule gegangen, um diese Themen vorzustellen. Ich war sehr angetan von dieser 9. Klasse. Die Schüler hatten zahlreiche Fragen vorbereitet, beispielsweise wie man im Seniorenheim lebt, und auch Themen der öffentlichen Diskussion wie die Sterbehilfe angesprochen.“

Erinnerungen an Vergangenes

Wenn die Schüler mit den Seniorinnen und Senioren sprechen, steht immer ein bestimmtes Thema aus der deutschen Geschichte im Fokus, die Schüler bereiten dafür Fragen vor. Niemand hat

Geschichten aus der Vergangenheit

dabei einen festen Gesprächspartner, es ist jedes Mal eine andere Person, damit sich jeder untereinander kennenlernt.

„Die gute alte Zeit – war früher alles besser?“ und „Der 2. Weltkrieg bis zur DDR-Zeit“ wurden bereits an den letzten beiden Terminen thematisiert, am letzten Tag soll es um „Freizeitgestaltung“ gehen. Die drei Themen überschneiden sich immer mal wieder und vermischen sich mit anderen Aspekten. Es ist gut erkennbar, dass zahlreiche Erinnerungen bei den Bewohnern geweckt werden.

„Machen Sie heute noch Handarbeiten? – Ja, die Arbeit regt mich geistig an und macht mir Spaß!“, „Waren Sie mal in einem Sportverein? – Nein, das war damals nichts für Frauen.“, „Waren Ihre Lehrer streng? – Sehr, wenn jemand etwas angestellt hat, wurde derjenige in die Ecke gestellt, des Raumes verwiesen oder körperlich bestraft.“, „Gab es innerhalb der DDR Menschen, die reicher waren als andere? – Das war so ähnlich wie es heute ist. Und auf die

Reichen war der ärmere Bürger dann sehr neidisch. Ist glaube ich heute auch noch so.“, „Haben Sie in der Schule auch Ausflüge gemacht? – Leider nicht, sowas gab es bei uns nur sehr, sehr selten.“, sind nur einige der Gesprächsfetzen, die man im Vorbeigehen mitbekommt. Manchmal wird es im Gespräch auch mal recht emotional. „Beim letzten Mal weinte eine Bewohnerin und sie hat befürchtet, die Schüler damit verschreckt zu haben“, erzählt Annette Müller-Fathmann. Aber die Schüler sind eher





von der Authentizität der Erzählungen beeindruckt und berührt.

Gegenseitige Sympathie

Ganz selbstverständlich kümmern sich die Schülerinnen und Schüler während ihrer 90-minütigen Gesprächsrunde um die Bewohner: „Möchten Sie noch etwas trinken?“, „Wollen Sie noch ein Stück Kuchen?“, „Warten Sie, ich helfe Ihnen.“ Zwischen den Bewohnern und Schülern besteht schon nach kurzer Zeit ein sehr vertrautes Verhältnis, was eine angenehme und offene Atmosphäre ermöglicht. „Die Senioren erzählen uns ja wirklich private Sachen aus ihrer Kindheit, Jugendzeit und aus ihrem Beruf, obwohl sie uns kaum kennen. Das ist sehr schön, bewegend und bereichernd“, meint eine Schülerin.

Auch die Bewohner sind angetan von der Klasse. „Ich habe mich auf das heutige Treffen wieder gefreut“, meint eine Seniorin lächelnd, „die Schüler sind sehr interessiert an meinem Leben und an

der Geschichte. Und sie bringen mich manchmal richtig zum Schmunzeln! Sie sollen auf jeden Fall wieder kommen.“

Steffen Hanke ist der erste Lehrer der Falkenseer Schule, der ein generationsübergreifendes Projekt gestartet hat. „Da es so gut gelaufen ist, werde ich das auf jeden Fall bei meinen Kollegen ansprechen, damit es in anderen Klassen fortgeführt wird. Vielleicht entsteht dann sogar eine partnerschaftliche Kooperation mit dem St. Johannes“, sagt er.

Auch die Zentrumsleiterin würde das gerne weiter fördern: „Man konnte heute gut sehen, mit welchem Enthusiasmus die Schüler bei der Sache waren, wie höflich und freundlich sie mit den Senioren umgegangen sind. Und durch diesen gegenseitigen Austausch zwischen Jung und Alt bleibt auch ein Stückchen Geschichte erhalten.“

Im Blick des Heiligen

Ein Denkmal für St. Benedikt

Patronatsfest in Brandenburg an der Havel

von Inga Meyerdierks, Redaktion Miteinander
Der heilige St. Benedikt, Namenspatron unseres gleichnamigen Caritas-Seniorenzentrums, schmückt seit wenigen Wochen als Statue den wunderschönen Garten des Anwesens in Brandenburg an der Havel.

Die im 14. und 15. Jahrhundert entstandene Steinmauer, die seiner Zeit die Alt- und Neustadt zum Schutze feindlicher Angriffe umgab, trennt heute das Gelände des Seniorenzentrums von der Havel. Fest auf seinem Sockel verankert hat der heilige St. Benedikt, in Kunststein gegossen, nun seinen zentralen Platz im Schatten der historischen Stadtmauer gefunden. Wie einst die Stadtmauer den Bewohnern Brandenburgs Schutz bot, so blickt nun die Figur jenes Geistlichen schützend und friedlich auf das Haus St. Benedikt.

„Soli Deo placere cupiens“ – Ich wünsche nur Gott zu gefallen

St. Benedikt war von verehrungswürdi-

gem Lebenswandel. Vom Einsiedler wurde er zum Abt auf dem Montecassino, Vater des abendländischen Mönchtums und Ordensgründer der Benediktiner. Als Mensch, der offenen Auges durch die Welt schritt, mit Beständigkeit, friedensstiftend zwischen den in der Gemeinschaft vertretenen Generationen, symbolisiert er heute Gastfreundschaft und Glaubensverkündung, Gottes- und Nächstenliebe, die Bereitschaft zur Nachsicht mit den Schwachen und die pastorale Sorge.

So wurde St. Benedikt 1964 von Papst Paul VI als erster Heiliger zum Schutzpatron Europas erhoben.

Besinnung für Jedermann

Beim Platzieren der Skulptur wurde extra darauf geachtet, dass sie weiträumig und einfach umlaufen werden kann. Auch Personen mit Gehhilfen oder mit Rollstühlen können so die Skulptur barrierefrei rundherum betrachten. Die



Gartenbänke laden die Besucher dazu ein, an diesem Ort für einen Moment inne zu halten.

Wer sich den Schutzpatron Europas aus der Nähe anschaut, erkennt zunächst in seiner linken Hand die Regula Benedicti – seine Ordensschrift, die den Benediktinerorden begründet.

Ehemals unternahmen Neider und Skeptiker mehrfach den Versuch, den lange als Eremit in einer Höhle lebenden Heiligen zu täuschen, in Versuchung zu bringen und zu vergiften. Zu seinen Füßen abgebildet ist deshalb der rettende Rabe. Er ist gerade dabei vergiftetes Brot wegzuschaffen.

Daneben befindet sich ein Krug, der jedoch zerbricht als St. Benedikt das Kreuzzeichen erhebt. Heraus windet sich wie Gift eine bedrohliche Schlange.

Die Sichtbarkeit der Skulptur vom Heiligen Benedikt im Seniorenzentrum war ganz besonders für

Ordensschwester Klara ein Anliegen.

Sieben Jahre lang rührte die Seelsorgerin

die Wohltätigkeitsstrome, bis endlich ausreichend Geld zusammengetragen war, um Künstler und Steinhauer, Markus Gläser, mit dem Anfertigen der Skulptur zu beauftragen. Das vollendete Kunstwerk wurde von Pfarrer Patzelt, aus der an das St. Benedikt anschließenden Pfarrgemeinde ‚Heilige Dreifaltigkeit‘, feierlich enthüllt und gesegnet.

Wer mehr über den Namenspatron erfahren möchte, lauscht gespannt Schwester Klara, die bis ins kleinste Detail über den Heiligen erzählen kann.

Das Gießen von Skulpturen aus Kunststein ist ein üblicher Anfertigungsprozess in der Steinhauerei. Die Gartenstatuen bestehen aus zermahlenem Gesteinsmehl – Agglo-Marmoren und Quarzwerkstoffen, die mit Kunstharz als Bindemittel zu einem robusten, langlebigen Kunststein verarbeitet werden.

Tierisch viel Spaß

Ehrenamtsfest 2016

Wir sagen Danke! Schön, dass es euch gibt!

von Sophie Sell, Redaktion Miteinander
Zum diesjährigen Ehrenamtsfest der Caritas Altenhilfe kamen 200 ehrenamtliche Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter aus den verschiedenen Caritas-Einrichtungen aus Berlin und Brandenburg zusammen. Passend zum Welttag der Dankbarkeit verbrachten sie miteinander einen sonnigen, frühherbstlichen Nachmittag im Tierpark Berlin. „Das Ehrenamtsfest ist ein Zeichen der Wertschätzung. Die Ehrenamtlichen sind sehr wichtig für uns. Aufgrund des Alters haben sie oft einen anderen Bezug zu den Bewohnerinnen und Bewohnern, das Verständnis und Vertrauensverhältnis ist intensiver“, berichtet Helmut Vollmar, der Geschäftsführer a.D. der Caritas Altenhilfe aus seinen Erfahrungen. Nachdem sich die Ehrenamtlichen am Eingang des Berliner Tierparks versammelt hatten, ging es in Gruppen aufgeteilt los mit einer Tierpark-Rallye. Teilnehmer, die nicht so gut zu Fuß waren, legten einen Großteil der Strecke mit der

Tierpark-Bahn zurück.

Elefanten, Tiger, Flamingos und Co.

Bei der interaktiven Rallye beantworteten die Ehrenamtlichen interessante und lehrreiche Fragen rund um die vielen Tierparkbewohner. In fünf verschiedenen Gruppen bahnten sie sich ihren Weg durch die weitläufige Parklandschaft des flächenmäßig größten Erlebnistierparks Europas. Viele der Tiere waren an dem Tag besonders gut drauf. Die Tiger badeten und spielten vergnügt im Wasser,





die Ponys kamen zum Streicheln an den Zaun und die Elefanten, die gerade erst den Verlust einer Elefantendame erlitten hatten, umschlangen ihre Rüssel miteinander. „Ich habe mich auf den heutigen Tag gefreut, seit dem ich die Einladung bekommen habe“, strahlt Rita Grummt. Die Rentnerin engagiert sich im Caritas-Seniorenzentrum St. Konrad: „Ich leite eine Kreativgruppe. Wir machen verschiedene Workshops, bei denen wir z. B. Karten gestalten und mit Naturmaterialien dekorieren. Meistens sind es um die acht Damen, die mitmachen. Wir haben sehr viel Spaß.“ Sie ist bereits mehrere Jahre ehrenamtlich für die Caritas tätig. Als sie in Rente ging, dachte sie nur: „Das kann es nicht gewesen sein!“ Rita Grummt engagierte sich zunächst für Kinder. Später entschied sie sich, aufgrund gesundheitlicher Einschränkungen, für die Arbeit im Seniorenheim. „Ich nehme da auch viel für mich mit. Die Damen geben mir Kraft. Sie bauen

mich auf“, erzählt sie weiter. Inzwischen bietet sie auch Gedächtnistraining an, weil einigen Frauen die handwerkliche Arbeit bereits sehr schwer fällt. Auch die ehrenamtliche Helferin Renate Weber bietet Gedächtnistraining an. „Jeden zweiten Dienstag mache ich im Seniorenwohnhaus St. Stephanus in Berlin-Spandau, nach den Proben der dortigen Senioren-Theatergruppe, mit 3-4 Leuten Gedächtnisübungen.“ Zusätzlich führt sie Regie in der ebenfalls ehrenamtlichen Theatergruppe. Gemeinsam mit Karin Erdmann, die in der Theatergruppe Gedichte vorträgt und Sketche aufführt, schwärmt sie: „Das Ehrenamt macht mir Freude. Man trifft sich mit anderen Leuten und wenn es dann auch noch den Zuschauern gefällt, ist das einfach schön.“ Ähnliche Gedanken äußert auch Joachim Daum, der seit knapp 10 Jahren ehrenamtliches „Mädchen für alles“, wie er sagt, im Seniorenzentrum Kardinal Bengsch ist. „Ich bin als Holzwurm verschrien, dabei

„Ehrenamtliche sind wie Sonnenstrahlen für unsere Einrichtungen.“

Christoph Schulze, Geschäftsführer Caritas Altenhilfe

„mache ich alles – von der Heizung bis zur Lüftung“, erzählt der gelernte Schmied mit einem Zwinkern. „Damals wollte ich nur einige Schallplatten loswerden, aber man sagte mir in einem schroffen Ton, sowas können sie nicht gebrauchen. Ich machte mir einen Spaß und fragte, ob der Hausmeister Hilfe gebrauchen könnte. Da erhellte sich das Gesicht der Dame am Empfang und sie fragte, ob ich Erfahrung hätte? „Ich habe ein paar Tage in der Krankenhaustechnik gearbeitet“, sagte ich. Sie fragte mich skeptisch wie lange das gewesen wäre. Ich sagte: „40 Jahre.“ Da lachte sie. Joachim Daum fügt mit einem verschmitzten Lachen hinzu: „Zeit ist doch relativ. So kam ich zu meinem Ehrenamt.“

Beim Ehrenamt geht es um Gemeinschaft, Solidarität und Verantwortung. Es ist ein Geben und Nehmen gleicher Maßen. Christoph Schulze, Geschäftsführer der Caritas Altenhilfe spricht voller Anerkennung zu den ehrenamtlichen Helferinnen und Helfern: „Sie investieren

Zeit – das ist toll und verdient Respekt. Heute wollen wir *Danke* sagen und zeigen, dass wir Sie sehr hoch wertschätzen. Schön, dass Sie da sind.“ So sieht es auch die Seniorenberaterin Iwona Mikolajetz vom Seniorenwohnhaus Edith Stein: „Die ehrenamtlich engagierten Mitarbeiter sind eine Bereicherung für unser Haus.“ In ihrer Einrichtung wohnen sieben Ehrenamtliche. „Meine Ehrenamtlichen wohnen im Haus und übernehmen verschiedene Aufgaben und sind wichtige Ansprechpartner für





die anderen Bewohner außerhalb unserer Dienstzeiten. Sie sind im Notfall immer da“, erzählt Iwona Mikolajetz dankbar. „Sie unterstützen uns und vor allem ergänzen sie uns. Sie können oft die Bedürfnisse der Bewohner besser einschätzen und genießen ein ganz anderes Vertrauensverhältnis. Die Ehrenamtlichen fühlen sich bei uns sehr geschätzt. Dieses Ehrenamtsfest ist eine tolle Möglichkeit gemeinsam *Danke* zu sagen – und das sollte so fortgeführt werden“, betont sie.

Der Weg ist das Ziel – und manchmal ist das Ziel auch ein Restaurant

Die Touren der Tierpark-Rallye endeten für alle Gruppen im Tierpark-Restaurant Patagona. Dort wandten sich Christoph Schulze, Helmut Vollmar sowie die jeweiligen Regionalleiter und –leiterinnen Jenny Powilleit, Veronika Büter und Michael Fitzek an die versammelten Ehrenamtlichen und dankten ihnen für großartiges Engagement bei der Caritas Altenhilfe. Zum Abendbrot

und zur Stärkung nach der Rallye wartete ein buntes, leckeres Buffet auf die Anwesenden. Mit Antipasti, Fisch und Kuchen klang der tierische Nachmittag aus. Es kamen herrliche Tischgespräche auf und ein reger Austausch fand statt. „Wir haben viel gelacht, es war eine tolle Truppe und ein schönes gemeinschaftliches Erlebnis“, resümiert Peter Eisenmann, Leiter des Sozialen Dienstes im Seniorenzentrum Kardinal Bengsch. „Die Ehrenamtlichen sind so wertvoll für uns. Gerade in der vollstationären Pflege sind sie wichtig. Sie können die Menschen einzeln betreuen, zum Beispiel bei Spaziergängen am Iburger Ufer. Andere helfen dabei Feste vorzubereiten oder erledigen für die Bewohner Gänge zur Post oder zu den Ämtern. Ich finde das prima“, erzählt er. An diesem Nachmittag standen sie und ihr wertvolles Engagement im Vordergrund. Zum Abschied erhielt jeder ein kleines Heft mit allen Lösungen zu den Quizfragen der Tierpark-Rallye und einen Merci-Riegel.

Ein runder Geburtstag

Tanz, Torte und Kochbanane

Khadijas 20. Geburtstag

von Inga Meyerdierks, Redaktion Miteinander
Das Foyer des Seniorenzentrums Kardinal Bengsch füllt sich immer mehr mit gut gelaunten, plaudernden Menschen. Ein Tisch verschwindet zunehmend unter einem Meer von Blumen, großen blauen Hortensien, Sonnenblumen und farbenfroh sommerlichen Sträußen. Im ganzen Haus wird inzwischen nach Vasen gesucht. Ein anderer Tisch ist geschmückt mit buntem Gebäck, süßem Kuchen und einer hübschen selbstgemachten Torte (ein heimliches Hobby von Mitarbeiterin Daria Sojoudi aus der Tagepflege). Auf einem weiteren Tisch wächst Stück für Stück mit jedem neuankommenden Gast langsam ein Berg an großen und kleinen, liebevoll eingepackten Geschenken heran. Muntere Musik summt im Hintergrund und unterstreicht die heitere Stimmung im Raum. Alles guckt wieder und wieder gespannt auf die Uhr, wartend auf das Geburtstagskind. Khadija Diallo feiert heute einen runden

Geburtstag. Mit ihren nun 20 Jahren ist sie mit Abstand die jüngste Bewohnerin und zugleich ein allseits beliebter Gast des Hauses.

Seit Herbst vergangenen Jahres sind Khadija und ihre Mutter Aicha Diallo Ehrengäste des Seniorenzentrums. Khadija wird hier palliativ unterstützt. Seit ihrer Ankunft in Berlin, hat sich Khadijas Gesundheitszustand stabilisiert. Die Bewohner und Mitarbeiter im Seniorenzentrum haben das Mutter-Tochter-Duo aus Guinea tief ins Herz geschlossen. Sprachlichen Barrieren wird die Stirn geboten. Wer nicht auf sein eingerostetes Schulfranzösisch zurückgreifen kann, kommuniziert einfach mit Händen und Füßen und ganz besonders viel durch Lachen, Lächeln, Händedruck und Umarmung. Die zwei Damen gehören längst fest zum Alltag im Seniorenzentrum. Sie nehmen beide wo immer es geht am regen Treiben der Menschen an diesem



Ort teil und sind hier eine wertvolle und willkommene Bereicherung für alle, die hier wohnen oder arbeiten.

Ein Traum in Minzgrün

Kurz nach 16:00 Uhr öffnet sich weit hinten die Terrassentür des Speisesaals und eine strahlende junge Dame schreitet elegant in einem festlichen, glitzernd schimmernden mintgrünen Kleid in Richtung Empfang. Das Kunstwerk hat ihre Mutter eigenhändig genäht, verrät sie später. Die wartende Geburtstagsgesellschaft empfängt das Geburtstagskind mit Applaus und stimmt sogleich zur Gratulation das Geburtstagsständchen an – erst auf Deutsch und wer kann, im Anschluss auf Französisch, denn das ist Khadijas Muttersprache.

Nichts geht über Kochbanane

Mutter Aicha ist das Kochen für eine riesige Familie gewöhnt. Sie lässt es sich nicht nehmen, am runden

Geburtstag ihrer Tochter eine Menge an Köstlichkeiten für die feiernde Gesellschaft vorzubereiten. Der lecker würzige Duft erinnert einige der Gäste an einen Mittag in diesem Sommer, als schon einmal ein besonderer kulinarischer Wind durch das Erdgeschoss des Seniorenzentrums wehte und die Neugier aller weckte. Selbst Bodo Luettschwager, der Koch aus der Großküche des Caritas-Seniorenzentrums, war vom Duft auf den Fluren angelockt worden und schaute vorbei, um herauszufinden, was in der Tagespflege auf den Tisch kam.

Mutter Aicha und Khadija kochten für die Tagespflege à la afrikanisch-guinesische Küche und jeder der Tagesgäste half bestmöglich bei der Zubereitung des Drei-Gänge-Menüs mit. Vielfältige Kräuter wurden gehackt, Gemüse kleingeschnibbelt, Früchte wurden entkernt und zu Obstsalat verarbeitet. Kochbananen - das hatte tatsächlich noch keiner der Seniorinnen und Senioren

Hirse und Joghurt für die Gesundheit im Alter

Foufou über alles

in der Tagespflege bisher gekostet. Ob Kochbanane eigentlich roh genauso schmeckt wie die Bananen, die für gewöhnlich unseren Obstkorb zu Hause füllen? Bei der riesigen Menge, die Frau Diallo Senior mitgebracht hatte, war Kosten und Naschen erlaubt und das ließ sich hier keiner zweimal sagen. Auch Granatapfel zu verarbeiten, war für die meisten Gäste eine Premiere. Und Ingwer - sei das nicht zu scharf? Erfahrung mit der Zubereitung dieser Wurzel hatte kaum einer.

Als besondere Vorspeise und Gastgeschenk kochte Aicha Diallo ein traditionelles Hirsegericht mit reichhaltigem Joghurt. Ein Ehrengericht, das in Guinea den älteren Menschen serviert wird, weil es so gesund ist. Aichas Vater wurde deshalb - so sagt sie - stolze 105 Jahre alt.

Der Hauptgang wird angereicht. Altenpfleger Idalberto Ramos, gebürtiger Kubaner, erinnern die Köstlichkeiten an seine Großmutter, die immer für die ganze

Familie kochte. Frittierte Kochbananen, das gibt es auch auf Kuba - Banana Foufou heißt das. Frau Diallo horcht auf, nickt und zählt eine Reihe weiterer 'Foufou-Varianten' auf - sogar Mais-Foufou gibt es. In Guinea - so erzählt Frau Schmieder, Freundin und Dolmetscherin der zwei Guineerinnen - gibt es eine viel größere Auswahl an Getreideprodukten, die uns in Europa ganz fremd sind. Pflegerin Daria Sojoudi findet im Essen Ähnlichkeit zu der Küche ihres aus dem Iran stammenden Mannes.

Der Hauptgang ähnelt einer Art Gulasch. Alle wollen unbedingt probieren. Es ist leicht scharf und: Es schmeckt köstlich!

Derweilen auf der Geburtstagsfeier

Zurück am Geburtstagstisch werden Torte, Strudel und Muffins zuerst verdrückt. Der Hauptgang von Aicha Diallo schmeckt wie eine aufregende Variante von Bouletten, gefüllt mit gekochtem Ei und dazu außergewöhnlich lecker gewürztem Fenchelgemüse und



Kartoffeln mit Soße. Eigentlich sieht es aus, wie gute bodenständige deutsche Küche. Nur duftet es ganz ungewöhnlich und verzaubert dann unsere Sinne samt Gaumen.

Khadija und Idalberto Ramos legen eine flotte Sohle auf das Parkett, tanzen zu rhythmischer Salsamelodie. Der Tanz ist für Pfleger Ramos Programm. Häufig wird in der Tagespflege diese oder jene Platte aufgelegt und Idalberto Ramos schwingt mit einer Dame nach der anderen das Tanzbein.

Die gelungene Geburtstagsüberraschung an diesem Septembernachmittag ist die Livemusik.

Die „Khadija-Band“ besteht aus den zwei Freunden Fritz Groll und Lennard Bertzbach und hat sich extra für diesen besonderen Tag zusammengefunden. Die beiden kennen sich aus Studienzeiten, musizieren seit ihrer frühen Kindheit und treten heute erstmals gemeinsam auf.

Allein für Khadija haben sie verschiedene französische und englische Chansons-Balladen, begleitet von Geige, Gitarre und Klavier, einstudiert. Und während Fritz' Stimme mit Texten von Edith Piaf über die Flure des Seniorenzentrums schwingen, werden auch andere Bewohner und Gäste des Hauses angelockt, bleiben stehen und lauschen der Vorstellung. Khadija hat von ihrem mintgrünen Kleid in ein elegantes Kostüm in Schwarz und Rosé gewechselt. Mit leuchtenden Augen öffnet sie ihre Geschenke. Alles wird auf Kamera festgehalten, sie stellt sich in Pose und beäugt kritisch jede Aufnahme von sich. Der Nachmittag klingt langsam aus. Trunken von so viel Herzlichkeit, Freude, Gesang und leckeren frittierten Bananen, schländern die Gäste allmählich in alle Richtungen hinaus nach Hause.

„Au revoir“, sagt Khadija strahlend, „Merci, merci beaucoup. Vielen Dank.“

Köstlichkeiten aus Guinea

Bananen Loco auf Huhn & Fonio & Boulette in Tomatensuppe

Aller guten Dinge sind drei

von Aicha Diallo

Bananen Loco auf Huhn

Zutaten:

10 große Kochbananen (sehr reif)
1L Erdnussöl (zum Bananen frittieren)
600g Hühnerbrust (gewürfelt)
1/2L Öl (für die Sauce)
1kg Zwiebeln (gehackt für die Sauce)
1/4TL Pfeffer / etwas Salz
1 Knoblauchzehe
1/2 Bund Petersilie (gehackt)
1 Stück frischer Ingwer (gerieben)
2 rote Paprikaschoten
2 Fleischtomaten (gewürfelt)
etwas Wasser

Das Kilo Zwiebeln klein schneiden und in einem 1/2 Liter Öl anbraten, die anderen klein geschnittenen Zutaten dazu geben und bei niedriger Hitze 30 Minuten garen lassen.

Die Hühnerbruststücke gut anbraten und zur Sauce geben. 20 Minuten mit niedriger Hitze köcheln lassen.

Die 1cm dick geschnittenen Bananenscheiben in 1 Liter kochendem Erdnussöl 3-4 Minuten frittieren.

Bananenscheiben wenden und mit einem Sieb rausnehmen. Öl abtropfen lassen.





Fonio Brei - für Senioren 60+

Zutaten:

500g Fonio

(Fonio ist eine Art Leinsamen)

1/2L Wasser oder 1/2L Milch

1-2 Becher Joghurt pur

Alles kochen wie gewohnt bei Grießbrei.

Servieren in einem Schälchen mit 2-3 Löffeln Joghurt.

Boulette in Tomatensuppe

Für die Boulette:

500g Hackfleisch (Rind)

2 EL Erdnussbutter

2 EL Maismehl

1 kleine Stange Petersilien (gehackt)

1 Zwiebel

1 Knoblauchzehe

1 Stück frischer Ingwer (gerieben)

1 kleine Stange Koriander (gehackt)

1EL Paprika

etwas Salz und Pfeffer

Alle Zutaten klein geschnitten mit dem

Fleisch gut vermischen und per Hand kleine Bouletten formen. Bouletten kurz in Öl anbraten.

Für die Suppe:

3 EL Öl

5 kleine Möhren in Stücke schneiden

5 kleine Kartoffeln in Stücke schneiden

1 Dose geschälte Tomaten im Saft

1 Knoblauchzehe

1/2 Bund Petersilie

1 Zwiebel

1/2 Bund Koriander

etwas Maggi und 1x fette Brühe

etwas Salz und Pfeffer

1 1/2L Wasser

Alle Zutaten schneiden und kurz im Öl anbraten. 1 1/2 Liter Wasser dazu geben. 45 Minuten bei geringer Hitze garen. Kurz vor dem Servieren die Bouletten hinzufügen.

Zur Suppe kann man auch gut Reis als Beilage essen.

1. Advent

*„Du, Gott der Anfänge,
lass Dein Angesicht leuchten über uns,
wenn wir in Vertrauen und Zuversicht
einen neuen Schritt wagen
auf dem Weg unseres Glaubens.“*

den ersten Schritt tun

Für jeden neuen Anfang müssen wir in Bewegung kommen. Doch ist es nicht immer gleich nötig die Siebenmeilenstiefel anzuziehen. Oft reicht es den ersten Schritt zu tun – Den ersten Schritt aufeinander zu. Den ersten Schritt vom großen Ganzen. Den ersten Schritt im Advent.



Wir wünschen Ihnen einen schönen ersten Adventssonntag und eine segensreiche Vorweihnachtszeit!

2. Advent

*„Du, Gott der Anfänge,
behüte uns, wenn wir loslassen
und Abschiednehmen,
wenn wir dankbar zurückschauen auf
Segen und Ernte der gemeinsamen Zeit.“*

einen neuen Anfang machen

Ein reichhaltiges Jahr liegt hinter uns, gefüllt mit vielen schönen, weniger schönen, schmerzlichen, aber auch wertvollen Erinnerungen und Erfahrungen. Sie alle haben ihren Platz in diesem vergangenen Jahr. Sie gehören dazu und sie gehören zu uns. Vielleicht staunen wir wieder einmal darüber wie



lang und kurz zu gleich uns die Spanne eines Jahres erscheint. Nun wird es Zeit Abschied zu nehmen und Gott „Danke!“ zu sagen für dieses pralle Jahr Lebenszeit mit allem was dazu gehört, aber auch sein zu lassen was war, um sich ganz dem neuen Anfang, der nun vor uns liegt, widmen zu können.

3. Advent

*„Du, Gott der Anfänge,
segne uns, wenn wir Deinen Ruf hören,
wenn Deine Stimme uns lockt
zu Aufbruch und Neubeginn.“*

aufbrechen

„Aufbrechen“ meint nicht nur loslaufen. Wir können es auch verstehen wie „alte Schalen platzen lassen“, uns befreien von den Umständen, die uns gefangen nehmen und nicht gut tun. Gottes Stimme möchte uns locken beherzt „Nein!“ zu sagen, wo uns solche Fesseln angelegt werden. Versuchen wir am



heutigen dritten Adventssonntag einmal aufmerksam auf ihn zu lauschen und aufzubrechen dahin, wo wir oder andere uns etwas Gutes tun.

4. Advent

*„Du, Gott der Anfänge,
leg Dein Angesicht auf uns
wenn unser Herz sich sehnt
nach Wärme und Glück,
nach Freundschaft und Begegnung.
Lass den Segen Deines Lichtes
mit uns sein.“*

ein Licht entzünden

Das letzte verbleibende Licht am Adventskranz anzünden, dann brennen alle vier Kerzen. Nun scheint der Advent am hellsten. Der Kerzenschein ist ein kleiner Vorgeschmack darauf, welches Licht uns schon bald aus der Krippe entgegenstrahlt. Wie schön wäre es, wenn wir diese Kostprobe



aus Helligkeit und Wärme schon heute miteinander teilen und so in Richtung des Heiligen Abend mittragen würden? Vielleicht gelingt es uns, uns mit einigen lieben Menschen um den strahlenden Adventskranz zu versammeln und einen Augenblick lang weihnachtliche Vorfreude zu erleben.

Veranstaltungen

8. Dezember 2016, 15:30-19:00 Uhr

Berlin-Kreuzberg

Adventsmarkt im Caritas-Seniorenzentrum St. Johannes Berlin

Das Caritas-Seniorenzentrum St. Johannes Berlin lädt alle Interessierten herzlich zum jährlichen Adventsmarkt ein. An verschiedenen Ständen können Weihnachtskarten, Glühweinemarmelade und Weihnachtsdekoration gegen eine kleine Spende erworben werden und auch für das leibliche Wohl wird gesorgt.

Anmeldung:

Claudia Harke

Tel. 030 26 39 32 40

Email: c.harke@caritas-altenhilfe.de

Wo:

Caritas-Seniorenzentrum St. Johannes

Wilhelmstraße 122

10963 Berlin

10. Dezember 2016, 14:00-18:00 Uhr

Dallgow-Döberitz

Adventsbasar im Caritas-Seniorenzentrum St. Johannes in Dallgow

Einstimmen auf Weihnachten in Dallgow! Gehen Sie ein wenig bei Glühwein, Waffeln und Würstchen bei uns bummeln, finden Sie Marmelade, Kekse und andere Kleinigkeiten, ziehen Sie Kerzen, hören Sie Geschichten und lauschen adventlicher Musik. Stimmen Sie sich so ein wenig auf die kommende Weihnachtszeit ein.

Wo:

Caritas-Seniorenzentrum St. Johannes

Wilhelmstraße 1-3

14624 Dallgow-Döberitz

Wir freuen uns auf Ihr Kommen in der adventlichen Vorweihnachtszeit!



Poesie

Novemberland

Die Wiese gemäht.
Neue Saat gesät.
Grünschwartz die Bäume,
blattlos kahl.
Durchsichtiger werdende Räume.
Der Novemberhimmel fahl,
und totensonntagsstill unser Tal.
Alles will nun
ruh'n.

Eine Mondwechselzeit
ist nicht lang, ist nicht weit,
vergeht, verweht.
Nicht stille steht
der Zeiten Lauf.
Nichts hält den Jahresgang auf.

Wolfgang Prietsch

Christbaum

Wie schön geschmückt der festliche
Raum! Die Lichter funkeln am
Weihnachtsbaum!
O fröhliche Zeit, o seliger Traum!

Die Mutter sitzt in der Kinder Kreis;
nun schweiget Alles auf ihr Geheiß:
sie singet des Christkind's Lob und Preis.

Und rings, vom Weihnachtsbaum erhellt,
ist schön in Bildern aufgestellt
des heiligen Buches Palmenwelt.

Die Kinder schauen der Bilder Pracht,
und haben wohl des Singens acht,
das tönt so süß in der Weihenacht!

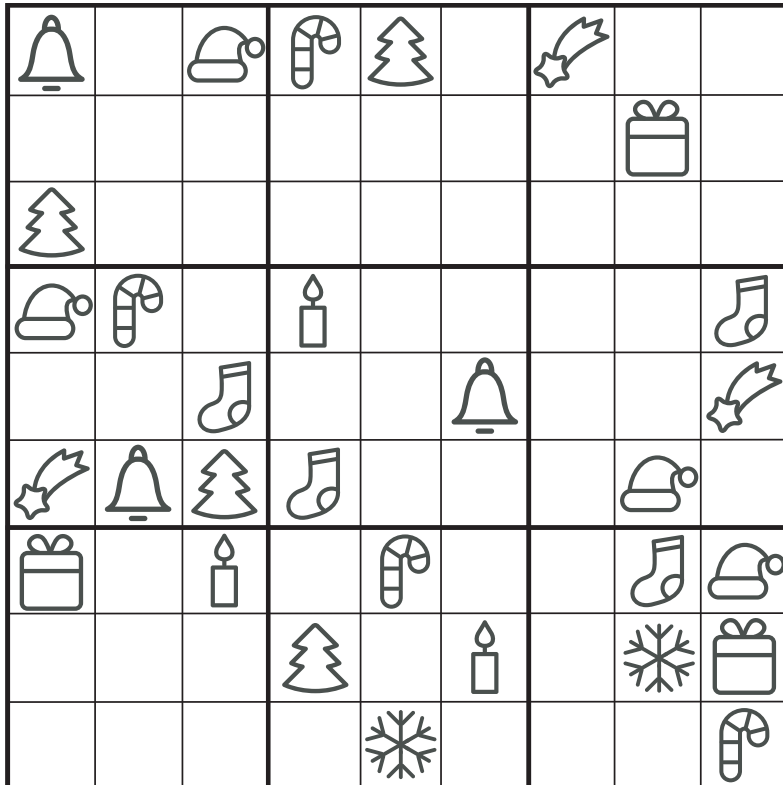
O glücklicher Kreis im festlichen Raum!
O gold'ne Lichter am Weihnachtsbaum!
O fröhliche Zeit, o seliger Traum!

Peter Carl August Cornelius



Weihnachtssudoku

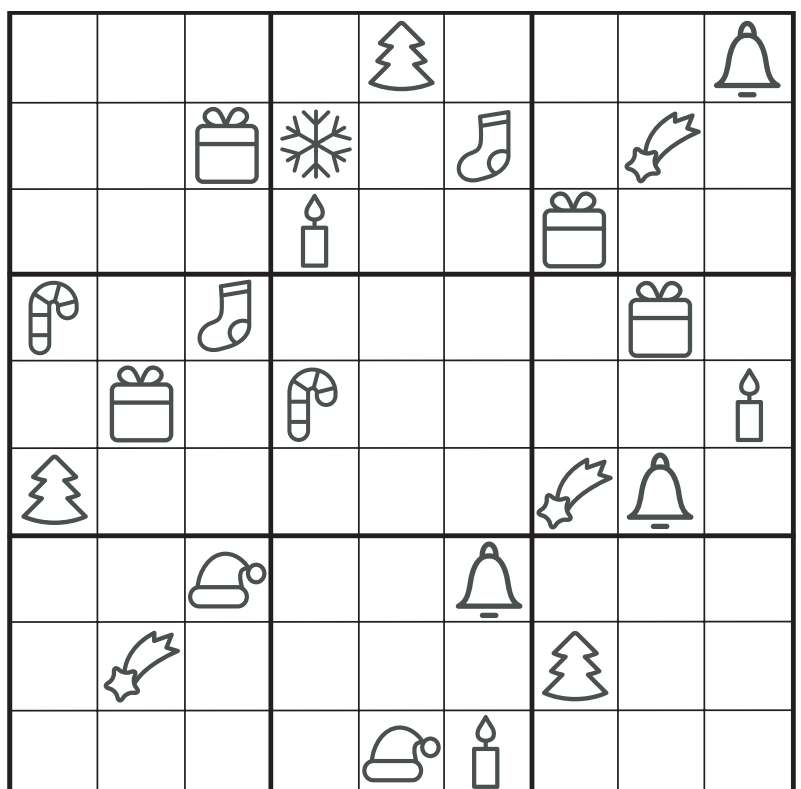
leicht



In diesen beiden Weihnachts-sudokus suchen - statt wie üblich Zahlen - weihnachtliche Symbole ihren Platz.

Glocke, Tannenbaum, Zuckerstange, Sternschnuppe, Päckchen, Kerze, Schneeflocke, Mütze, Nikolaussocke gehören jeweils einmal in jede Zeile, Spalte und in jedes schwarz umrahmte 9er-Kästchen.

schwierig



Tierquiz

1. Wo leben die schwarz-weißen Varis?

- a) Madagaskar
- b) Gran Canaria
- c) Kreta



2. Warum sind Flamingos rosa?

- a) Färbung hängt mit dem Klima zusammen
- b) Färbung hängt mit dem Herkunftsort zusammen
- c) Färbung hängt mit der Nahrung zusammen



3. Zu welcher Gattung gehören die Panzer-nashörner?

- a) Paarhufer
- b) Unpaarhufer
- c) Dreipaarhufer



4. Welches ist das größte Landsäugetier?

- a) Nashorn
- b) Indischer Elefant
- c) Afrikanischer Elefant



5. Wieso sind manchmal die Höcker beim Trampeltier (Kamel) umgeklappt?

- a) Wegen der Müdigkeit
- b) Wegen der Wärme
- c) Weil Fettreserven aufgebraucht sind



6. Wer jagt in einem Löwenrudel?

- a) Löwe
- b) Löwin
- c) Jungtiere



Berlin

Caritas-Seniorenzentren



**Caritas-Seniorenzentrum
Kardinal Bengsch**
Iburger Ufer 14
10587 Berlin-Charlottenburg
Tel.: 030 340010
Email: bengsch@caritas-altenhilfe.de

Servicewohnen, Verhinderungspflege, Tagespflege, Vollstationäre Pflege: 152 Seniorenwohnungen mit Service, 12 Tagespflegeplätze, 63 Pflegeheimplätze in 43 Einzel- und 10 Doppelzimmern



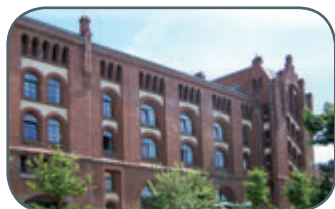
**Caritas-Seniorenzentrum
St. Johannes Berlin**
Wilhelmstr. 122
10963 Berlin-Kreuzberg
Tel: 030 2639320
Email: johannes.berlin@caritas-altenhilfe.de

Vollstationäre Pflege, Verhinderungspflege, Tagespflege Mo-Fr
68 Pflegeheimplätze in 22 Einzel- und 24 Doppelzimmern, 12 Tagespflegeplätze



**Caritas-Seniorenzentrum
St. Konrad**
Antoniuskirchstr. 3-5
12459 Berlin-Oberschöneweide
Tel: 030 53828-0
Email: konrad@caritas-altenhilfe.de

Servicewohnen, Kurzzeitpflege, Tagespflege, Vollstationäre Pflege
64 Seniorenwohnungen mit Service, 14 Kurzzeitpflege- und 18 Tagespflegeplätze, 89 Pflegeheimplätze in 83 Einzel- und 3 Doppelzimmern



**Caritas-Seniorenzentrum
St. Albertus**
Degnerstraße 22
13053 Berlin-Alt-Hohenschönhausen
Tel.: 030 97997-0
Email: albertus@caritas-altenhilfe.de

Vollstationäre Pflege, Verhinderungspflege, Tagespflege
76 Pflegeheimplätze in 58 Einzel- und 9 Doppelzimmern, 12 Tagespflegeplätze

Caritas-Seniorenheime



**Caritas-Seniorenheim
Franz-Jordan-Stift**
Dianastraße 17
13469 Berlin-Reinickendorf
Tel.: 030 414050
Email: fjs@caritas-altenhilfe.de

Vollstationäre Pflege
92 Pflegeheimplätze in 74 Einzel- und 9 Doppelzimmern



**Caritas-Seniorenheim
Bernhard-Lichtenberg-Haus**
Alt-Lietzow 27/29
10587 Berlin-Charlottenburg
Tel.: 030 236314-0
Email: blh@caritas-altenhilfe.de

Vollstationäre Pflege und Verhinderungspflege
62 Pflegeheimplätze in 60 Einzel- und 1 Doppelzimmern



**Caritas-Seniorenheim
St. Kamillus**
Klausenerplatz 12/13
14059 Berlin-Charlottenburg
Tel.: 030 326850
Email: kamillus@caritas-altenhilfe.de

Vollstationäre Pflege
40 Pflegeheimplätze in Einzelzimmern



**Caritas-Seniorenheim
St. Josef**

Dominicusstr. 13 A
10823 Berlin-Schöneberg
Tel.: 030 7879180
Email: josef.berlin@caritas-altenhilfe.de

**Vollstationäre Pflege und
Verhinderungspflege**

97 Pflegeheimplätze in 77 Einzel-
und 10 Doppelzimmern



**Caritas-Seniorenheim
St. Josefsheim**

Pappelallee 60/61
10437 Berlin-Prenzlauer Berg
Tel.: 030 4471350
Email: josefsheim@caritas-altenhilfe.de

Vollstationäre Pflege

74 Pflegeheimplätze in 60 Einzel- und
7 Doppelzimmern

Caritas-Seniorenwohnhäuser



**Caritas-Seniorenwohnanlage
St. Hildegard**

Tegernauer Zeile 8
13469 Berlin-Waidmannslust
Tel.: 030 40303335
Email: hildegard@caritas-altenhilfe.de

Servicewohnen

143 Wohnungen in 3 Häusern



**Caritas-Seniorenwohnhaus
St. Martin**

Wilhelmsruher Damm 148
13439 Berlin-Wittenau
Tel.: 030 41508393
Email: martin@caritas-altenhilfe.de

Servicewohnen

134 Wohnungen



**Caritas-Seniorenwohnhaus
St. Stephanus**

Gorgasring 11
13599 Berlin-Haselhorst (Spandau)
Tel.: 030 3344038
Email: stephanus@caritas-altenhilfe.de

Servicewohnen

92 Wohnungen



**Caritas-Seniorenwohnhaus
Marianne Hapig**

Bundesplatz 18
10715 Berlin-Wilmersdorf
Tel.: 030 85784-214
Email: hapig@caritas-altenhilfe.de

Servicewohnen

47 Wohnungen

**Caritas-Seniorenwohnhaus****Walther Adolph**

Grunewaldstraße 24A

12165 Berlin-Steglitz

030 8232262

Email: adolph@caritas-altenhilfe.de

Servicewohnen

30 Wohnungen

**Caritas-Seniorenwohnhaus****Kardinal von Galen**

Goltzstraße 26

10781 Berlin-Schöneberg

Tel.: 030 2196479-2

Email: galen@caritas-altenhilfe.de

Servicewohnen

114 Wohnungen

**Caritas-Seniorenwohnhaus****Johannes Zinke**

Malteserstraße 171 D

12277 Berlin-Marienfelde

Tel.: 030 7215080

Email: zinke@caritas-altenhilfe.de

Servicewohnen

30 Wohnungen

**Caritas-Seniorenwohnhaus****Maria im Felde**

Malteserstraße 169

12277 Berlin-Marienfelde

Tel.: 030 7215080

Email: maria@caritas-altenhilfe.de

Servicewohnen

55 Wohnungen

**Caritas-Seniorenwohnhaus****Erna Lindner**

Bahnhofstraße 7A

12305 Berlin-Lichtenrade

Tel: 030 700720-27

Email: lindner@caritas-altenhilfe.de

Servicewohnen

77 Wohnungen

**Caritas-Seniorenwohnhaus****Servicewohnen im Hausburgviertel**

Thaerstr. 30-30C

10249 Berlin-Friedrichshain

Tel.: 030 41934678

Email: hausburgviertel@caritas-altenhilfe.de

Servicewohnen

66 Wohnungen

Brandenburg



**Caritas-Seniorenzentrum
St. Elisabeth**
Elisabethstr. 20/21
16727 Velten
Tel.: 03304 3640
Email: elisabeth@caritas-altenhilfe.de

**Servicewohnen, Kurzzeitpflege, Tages-
pflege, Vollstationäre Pflege**
68 Seniorenwohnungen mit Service,
6 Kurzzeit- und 14 Tagespflegeplätze,
131 Pflegeheimplätze in 87 Einzel-
und 22 Doppelzimmern



**Caritas-Seniorenzentrum
St. Johannes Dallgow**
Wilhelmstr. 1-3
14624 Dallgow-Döberitz
Tel.: 03322 42860
Email: johannes.dallgow@caritas-altenhilfe.de

**Servicewohnen und
Vollstationäre Pflege**
20 Seniorenwohnungen mit Service
und 44 Pflegeheimplätze in Einzel-
zimmern



**Caritas-Seniorenzentrum
St. Benedikt**
Neustädtische Heidestr. 18
14776 Brandenburg a. d. Havel
Tel.: 03381 277-0
Email: benedikt@caritas-altenhilfe.de

**Servicewohnen, Kurzzeitpflege,
Tagespflege, Vollstationäre Pflege**
36 Seniorenwohnungen mit Service,
4 Kurzzeit- und 14 Tagespflegeplätze,
75 Pflegeheimplätze in 33 Einzel- und
23 Doppelzimmern



**Caritas-Seniorenzentrum
Albert Hirsch**
Prager Str. 18a
15234 Frankfurt (Oder)
Tel.: 0335 6829-0
Email: hirsch@caritas-altenhilfe.de

**Servicewohnen, Kurzzeitpflege, Tages-
pflege, Vollstationäre Pflege**
83 Seniorenwohnungen mit Service,
5 Kurzzeit- und 18 Tagespflegeplätze,
80 Pflegeheimplätze in 40 Einzel- und
20 Doppelzimmern

Vorpommern



**Caritas-Seniorenzentrum
St. Josef**
Jungfernstieg 2-3a
18437 Stralsund
Tel.: 03831 242-0
Email: josef.stralsund@caritas-altenhilfe.de

**Servicewohnen, Kurzzeitpflege, Tages-
pflege, Vollstationäre Pflege**
78 Seniorenwohnungen mit Service,
8 Kurzzeitpflege- und 11 Tagespfle-
geplätze, 95 Pflegeheimplätze in
55 Einzel- und 24 Doppelzimmern



**Caritas-Seniorenzentrum
Stella Maris**
Waldbühnenweg 6
17424 Heringsdorf
Tel.: 038378 3360
Email: stella-maris@caritas-altenhilfe.de

**Servicewohnen, Kurzzeitpflege, Voll-
stationäre Pflege**
37 Seniorenwohnungen mit Service,
2 Kurzzeitpflegeplätze, 63 Pflege-
heimplätze in 21 Einzel- und
22 Doppelzimmern

Caritas-Sozialstationen

Brandenburg

Caritas-Sozialstation Oberhavel	Schönwalderstr. 17h 16761 Hennigsdorf Tel.: 03302 224 951 Email: cso@caritas-altenhilfe.de	Pflege zu Hause, ambulante Verhinderungspflege, Pflegeberatung
Caritas-Sozialstation Perleberg	Wittenberger Str. 58 19348 Perleberg Tel.: 03876 7973 0 Email: csp@caritas-altenhilfe.de	Pflege zu Hause, ambulante Verhinderungspflege, Pflegeberatung

Vorpommern

Caritas-Sozialstation Stralsund	Jungfernstieg 2 18437 Stralsund Tel.: 03831 30 74 0 Email: sozialstation.stralsund@caritas-altenhilfe.de	Pflege zu Hause, ambulante Verhinderungspflege, Pflegeberatung
Caritas-Sozialstation Heringsdorf	Waldbühnenweg 6 17424 Heringsdorf Tel.: 038378 336 - 220 Email: sozialstation.heringsdorf@caritas-altenhilfe.de	Pflege zu Hause, ambulante Verhinderungspflege, Pflegeberatung

Berlin

Caritas-Sozialstation Wedding	Residenzstr. 90 13409 Berlin Tel.: 030 666 33 129 -2/-4 Email: sozialstation.wedding@caritas-altenhilfe.de	Pflege zu Hause, Wohngemeinschaft für Menschen mit Demenz, ambulante Verhinderungspflege, Pflegeberatung
Caritas-Sozialstation Pankow Nord	Achillesstr. 52 13125 Berlin Tel.: 030 666 34 06-00 Email: sozialstation.pankow@caritas-altenhilfe.de	Pflege zu Hause, Wohngemeinschaft für Menschen mit Demenz, ambulante Verhinderungspflege, Pflegeberatung
Caritas-Sozialstation Pankow Süd	Berliner Allee 158 13088 Berlin Tel.: 030 666 33 8 -0 Email: sozialstation.pankow-sued@caritas-altenhilfe.de	Pflege zu Hause, Wohngemeinschaft für Menschen mit Demenz, ambulante Verhinderungspflege, Pflegeberatung
Caritas-Sozialstation Reinickendorf	Kurhausstr. 30 13467 Berlin Tel.: 030 666 33 5 -0 Email: sozialstation.reinickendorf@caritas-altenhilfe.de	Pflege zu Hause, Wohngemeinschaft für Menschen mit Demenz, ambulante Verhinderungspflege, Pflegeberatung
Caritas-Sozialstation Tegel	Brunowstr. 36 13507 Berlin Tel.: 030 430983 -0 Email: sozialstation.tegel@caritas-altenhilfe.de	Pflege zu Hause, ambulante Verhinderungspflege, Pflegeberatung

Caritas-Sozialstation Spandau	Westerwaldstr. 20 13589 Berlin Tel.: 030 666 33 5 -60/-70 Email: sozialstation.spandau@caritas-altenhilfe.de	Pflege zu Hause, ambulante Verhinderungspflege, Pflegeberatung
Caritas-Sozialstation Charlottenburg-Tiergarten	Alt-Lietzow 31 10587 Berlin Tel.: 030 34001-410 Email: sozialstation.charlottenburg-tiergarten@caritas-altenhilfe.de	Pflege zu Hause, Wohngemeinschaft für Menschen mit Demenz, ambulante Verhinderungspflege, Pflegeberatung
Caritas-Sozialstation Rudow	Alt-Rudow 42-44 12357 Berlin Tel.: 030 666 33 7 -50 Email: sozialstation.rudow@caritas-altenhilfe.de	Pflege zu Hause, ambulante Verhinderungspflege, Pflegeberatung
Caritas-Sozialstation Tempelhof	Malteserstr. 170/172 12277 Berlin Tel.: 030 666 33 6 -50 Email: sozialstation.tempelhof@caritas-altenhilfe.de	Pflege zu Hause, ambulante Verhinderungspflege, Pflegeberatung
Caritas-Sozialstation Tempelhof Nord	Felixstr. 33 12099 Berlin Tel.: 030 666 34 0 -00/-01 Email: sozialstation.tempelhof-nord@caritas-altenhilfe.de	Pflege zu Hause, ambulante Verhinderungspflege, Pflegeberatung
Caritas-Sozialstation Steglitz-Zehlendorf	Heimat 66 14165 Berlin Tel.: 030 666 34 1 -0 Email: sozialstation.zehlendorf@caritas-altenhilfe.de	Pflege zu Hause, ambulante Verhinderungspflege, Pflegeberatung
Caritas-Sozialstation Wilmerdorf-Schöneberg	Paretzer Str. 12 10713 Berlin Tel.: 030 86 00 94 -11/-13 Email: sozialstation.wilmerdorf@caritas-altenhilfe.de	Pflege zu Hause, ambulante Verhinderungspflege, Pflegeberatung
Caritas-Sozialstation Köpenick	Bruno-Taut-Str. 1 12524 Berlin Tel.: 030 666 33 7 -70 Email: sozialstation.koepenick@caritas-altenhilfe.de	Pflege zu Hause, ambulante Verhinderungspflege, Pflegeberatung
Caritas-Sozialstation Kreuzberg	Prinzenstr. 103 10969 Berlin Tel.: 030 37 43 36 34 -0 Email: sozialstation.kreuzberg@caritas-altenhilfe.de	Pflege zu Hause, ambulante Verhinderungspflege, Pflegeberatung
Caritas-Sozialstation Marzahn	Helene-Weigel-Platz 10 12681 Berlin Tel.: 030 679 649 90 Email: sozialstation.marzahn@caritas-altenhilfe.de	Pflege zu Hause, Wohngemeinschaft für Menschen mit Demenz, ambulante Verhinderungspflege, Pflegeberatung
Caritas-Sozialstation Treptow	Mörikestr. 2 12437 Berlin Tel.: 030 666 33 30 -10/-15 Email: sozialstation.treptow@caritas-altenhilfe.de	Pflege zu Hause, ambulante Verhinderungspflege, Pflegeberatung

Miteinander - Das Seniorenmagazin

Impressum

Herausgeberin: Caritas Altenhilfe GGmbH
Redaktion und
Gestaltung: Claudia Appelt
Annika Beetz
Diana Eileen Budras (ehem. Ferse)
Inga Meyerdierks
Sophie Sell

Tel. 030 85784-113, Fax 030 85784-235
Tübinger Straße 5, 10715 Berlin
www.caritas-altenhilfe.de

Caritas Altenhilfe
Gemeinnützige GmbH

