



# *Ambiente Presse*

Hausnachrichten

Residenz Ambiente in Bad Hersfeld

Jubiläumsausgabe 2025



RESIDENZ AMBIENTE IN BAD HERSFELD

 RESIDENZ  
**AMBIENTE**

## Grußwort

von Arabella Kienel	3
von Hartmut Ostermann	4
von Bürgermeisterin Anke Hofmann	5
von Landrat Torsten Warnecke	6
von Karla Kämmer	7
von Ralf Geisel, bpa	8
von Pfarrer Förster	9
vom Einrichtungsbeirat	14

## Wissenswertes

Rikscha Sponsoren gesucht	11
---------------------------	----

## Persönliches

Eine der Ersten ...	12
Gemeinsam statt Einsam	13

## Schnappschüsse

... aus alten Zeiten	14
... von Betreuungsangeboten	15
... verschiedene Feste	16
... von Ausflügen	19

## Persönliches

Junger Wind weht durch das Haus	20
Casino flair weht durch die Luft	21
100 Jahre und immer noch gerne dabei	23

## Lesenswertes

Stimmen von Bewohner und Angehörigen	24
Stimmen von Ehrenamtlichen	26

## In eigener Sache

Ihre Ansprechpartner	30
----------------------	----



## Impressum

„Ambiente Presse“  
ist die Hauszeitung  
der Residenz  
Ambiente in  
Bad Hersfeld

V.i.S.d.P  
Arabella Kienel

Redaktion  
Nicole Höhmann,  
Arabella Kienel

Fotos  
IMAGO,  
stock.adobe.co,  
Pro Seniore Archiv,  
Arabella Kienel,  
Nicole Höhmann,  
Angelika Henning

Gestaltung und  
Produktion  
Forum GmbH,  
Saarbrücken

Druck  
O/D media GmbH,  
Ottweiler

Auflage 500

# *Liebe Leserinnen und Leser der Ambiente Presse!*

Diese besondere Ausgabe ist nicht nur ein Rückblick auf die vergangenen Jahre, sondern auch ein Zeichen der Verbundenheit und Gemeinschaft, die unsere Residenz Ambiente prägt.

In den letzten 35 Jahren wurde viel erlebt. Und es gibt tatsächlich noch eine Mitarbeiterin, Frau Avenius, als auch unseren langjährigen Pfarrer, Herrn Volker Drewes, die persönliche Geschichten aus der Anfangszeit einbringen können.

Unsere Ambiente Presse hat sich seit 2011 zu einem wichtigen Medium entwickelt, das nicht nur Informationen über unser Haus und unsere Aktivitäten bietet, sondern auch Geschichten, Erinnerungen und Erlebnisse unserer Bewohner festhält. Sie ist ein Spiegel unserer Gemeinschaft und zeigt, wie vielfältig und lebendig das Leben hier ist.

Ich möchte mich bedanken bei allen, die zur Entstehung dieser Zeitung beigetragen haben – ganz besonders bei der Residenzberatung Frau Nicole Höhmann – und bei Ihnen, unseren Bewohnern und Angehörigen, die ihre Geschichten und Gedanken mit uns teilen. Ihre Stimmen sind es, die unsere Zeitung lebendig machen.

Mein Dank gilt aber in erster Linie unseren Mitarbeitenden, die unermüdlich für unsere Bewohner im Einsatz sind. Manchmal waren die Pausen kurz und die Abende lang. Und trotzdem begegnen sie unseren Bewohnern



mit einem Lächeln und gemeinsam haben wir auch große Herausforderungen gemeistert. Vielen lieben Dank! Ich schätze ihren Einsatz sehr und weiß, dass dies nicht selbstverständlich ist.

Wir werden am 13. Juni 2025 auf die vergangenen 35 Jahre anstoßen. Wir werden den Tag gemeinsam mit guter Musik in der Wandelhalle feiern und voller Vorfreude in die Zukunft blicken. Möge unsere Residenz Ambiente weiterhin ein Ort des Austauschs, der Freude und des Miteinanders sein.

Es grüßt Sie herzlich

Arabella Kienel  
Residenzleitung

## *Liebe Bewohnerinnen und Bewohner, liebe Leserinnen und Leser!*

35 Jahre Residenz Ambiente in Bad Hersfeld – es ist wirklich kaum zu glauben, wie schnell die Zeit vergeht. Zu diesem besonderen Jubiläum gratuliere ich dem Team des Hauses, aber auch den Bewohnern und ihren Angehörigen herzlich. Denn Sie alle haben die Residenz zu dem gemacht, was sie heute ist: Ein freundlicher Ort der Begegnung, an dem sich Menschen wohl- und sicher fühlen. Diese Sicherheit gibt Orientierung, besonders in der heutigen schnelllebigen Zeit, die auf so vielen Ebenen in einem permanenten Wandel begriffen ist. Ja, diese Residenz ist sicherlich auch ein Ort der Entfaltung.

Der Philosoph Martin Buber schrieb, dass alles wirkliche Leben Begegnung ist. Und dass dieser Aussage eine tiefe Wahrheit innewohnt, dafür sind Refugien wie die Residenz Ambiente in Bad Hersfeld ein hervorragendes Beispiel. Denn rasch wurde das Haus als wichtiger Teil des Gemeinwesens wahrgenommen – als eben solch ein Ort der Begegnung. Ein wesentlicher Baustein dafür ist natürlich die gute Pflege, die an den Ressourcen der Menschen anknüpft, ebenso aber auch unsere schönen Apartments fürs Betreute Wohnen und natürlich die idyllische Lage gleich gegenüber dem Kurpark. Vor allem jedoch zeichnet diese Residenz und deren Team die Motivation aus, den Bewohnern, Mitarbeitern und Angehörigen gleichermaßen eine herzliche Atmosphäre zu kreieren. Und wer hier eintritt, der kann genau diese empathische, freundliche Atmosphäre, dieses positive Ambiente, das sprich-



wörtlich ein Teil der Marke „Residenz Ambiente“ ist, spüren. Ich übertreibe nicht, wenn ich sage: Unsere Residenz gehört zu Bad Hersfeld wie die berühmten Bad Hersfelder Festspiele. Und auch die hauseigene Rikscha ist aus dem Stadtbild nicht mehr wegzudenken.

Ich danke insbesondere Residenzleitung Frau Kienel und dem gesamten Leitungsteam für ihr unglaubliches Engagement, ihre Erfahrung und Kompetenz. Ich möchte aber auch den Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern sowie allen Freunden des Hauses danken. Ich bin sehr stolz darauf, dass eine solche Einrichtung unter dem Victor's Dach zu Hause ist.

Lassen Sie uns so weitermachen, wie alles begonnen hat: Mit dem Ziel und der täglichen Mission, für die Menschen da zu sein und ihnen ein schönes, sicheres zu Hause zu schaffen.

Ich wünsche Ihnen allen ein wunderschönes Jubiläumsjahr, eine unvergessliche Jubiläumsfeier und nur das Beste.

Herzliche Grüße nach Bad Hersfeld

Ihr Hartmut Ostermann  
Vorstandsvorsitzender der Victor's Group

# *Liebe Bewohnerinnen und Bewohner, liebe Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter, sehr geehrte Damen und Herren!*

Mit Freude und Stolz feiern wir heute das 35-jährige Bestehen der Senioreneinrichtung Residenz Ambiente. Seit mehr als drei Jahrzehnten ist die Residenz Ambiente ein Ort der Geborgenheit und des Wohlbefindens für viele Menschen, die im Alter ein Zuhause gesucht haben. Dies verdanken wir nicht nur dem Engagement und der Hingabe Ihres engagierten Teams, sondern auch den vielen freundlichen und aktiven Bewohnerinnen und Bewohnern, die den Alltag bereichern. In den vergangenen 35 Jahren haben Sie gemeinsam viele schöne Momente erlebt – sei es bei einer spannenden Runde Bingo, der aufregenden Fitness-Rallye oder den stimmungsvollen Märkten rund ums Jahr. Neben all den Freizeitangeboten, die den Alltag bunter und abwechslungsreicher gestalten, steht natürlich die pflegerische Versorgung an oberster Stelle. Ob in der stationären Pflege oder im betreuten Wohnen – Sie sorgen dafür, dass jede Bewohnerin und jeder Bewohner die individuell passende Unterstützung und Betreuung erhält, die er oder sie benötigt.

Sie können stolz darauf sein, dass Sie ein Umfeld schaffen, in dem sich alle Menschen wohl und sicher fühlen können. Wir blicken zurück auf eine erfolgreiche Zeit, die durch ständige Weiterentwicklungen und Innovationen



geprägt war. Doch vor allem blicken wir auf die Menschen, die hier leben, arbeiten und für ein herzliches Miteinander sorgen. Jede und jeder Einzelne von Ihnen trägt dazu bei, dass die Residenz Ambiente mehr ist als nur eine Senioreneinrichtung – sie ist ein Zuhause, in dem man Teil einer tollen Gemeinschaft ist.

Herzlichen Glückwunsch zum 35. Jubiläum und auf viele weitere Jahre!

Mit den besten Wünschen

Ihre

Anke Hofmann  
Bürgermeisterin

# *Liebe Bewohnerinnen und Bewohner, liebe Angehörige, liebe Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter!*

Zum 35-jährigen Bestehen der Residenz Ambiente gratuliere ich Ihnen herzlich! Diese Zeit steht für Beständigkeit, Fürsorge und ein hohes Maß an Engagement. Die Residenz Ambiente hat sich zu einer festen Institution in Bad Hersfeld entwickelt – ein Ort, an dem Menschen nicht nur wohnen, sondern sich zuhause fühlen können. Die Residenz Ambiente zeichnet sich durch eine wohnliche Atmosphäre aus, die Geborgenheit vermittelt. Die Lage am Kurpark bietet einen wunderbaren Rahmen. Die Einrichtung bietet individuelle Lösungen für verschiedene Bedürfnisse. Dabei steht nicht nur die professionelle pflegerische Betreuung im Vordergrund, sondern auch das soziale Miteinander und die Lebensqualität der Bewohnerinnen und Bewohner. Gerade in der heutigen Zeit wird immer deutlicher, wie wichtig qualitativ hochwertige Pflegeeinrichtungen sind. Die demografische Entwicklung zeigt, dass der Bedarf an guter Pflege weiterwachsen wird. Umso bedeutender ist es, dass Einrichtungen wie die Residenz Ambiente mit ihrer Erfahrung und ihrem Fachwissen einen wertvollen Beitrag zur Versorgung älterer Menschen leisten. Moderne Pflege bedeutet nicht nur medizinische und körperliche Versorgung, sondern auch die Wahrung der Selbstbestimmung, das Fördern sozialer Kontakte und das Ermöglichen eines erfüllten Alltags. Das wäre alles nicht möglich ohne die Menschen, die hinter der Residenz Ambiente stehen: die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter, die tagtäglich mit großer Hingabe und Kompetenz für das Wohlergehen



der Bewohnerinnen und Bewohner sorgen. Ihnen gilt mein besonderer Dank. Ihre Arbeit ist mehr als ein Beruf – sie ist eine Berufung, die Wertschätzung und Respekt verdient. Mit Geduld, Fürsorge und Fachwissen leisten Sie einen unschätzbaren Beitrag, um älteren Menschen ein würdevolles und erfülltes Leben zu ermöglichen. Zum Jubiläum wünsche ich der Residenz Ambiente alles Gute für die Zukunft! Möge dieses Haus auch in den kommenden Jahren ein Ort des Wohlbefindens, der Fürsorge und des Miteinanders sein. Ich bin überzeugt, dass mit der bewährten Erfahrung, dem hohen Engagement und der zugewandten Atmosphäre auch die nächsten Jahre ebenso erfolgreich und erfüllend verlaufen werden.

Mit freundlichen Grüßen  
und einem herzlichen Glückauf!

Torsten Warnecke,  
Landrat des Landkreises Hersfeld-Rotenburg

# 35 Jahre Residenz Ambiente

*„Um einen Hafen zu erreichen,  
müssen wir die Segel setzen –  
segeln, nicht vor Anker gehen.  
Segeln, nicht treiben.“*

Franklin, D. Roosevelt,  
US-amerikanischer Politiker (1882–1945)

*Liebe Residenz Ambiente,*

35 Jahre mit Freude und Erfolg segeln – das ist eine großartige Leistung!  
Herzlichen Glückwunsch zum Erfolg.

Ihr Prinzip: Offen sein für Veränderungen. Flexibel, zuversichtlich und dynamisch am Puls der Zeit! So haben Sie es, liebe Arabella Kienel, mit Ihren Teams geschafft, die Residenz immer den Anforderungen der Nutzerinnen und Nutzer gemäß zu steuern und weiterzuentwickeln. Die Residenz Ambiente hat seit ihrem Bestehen bereits Vieles erfolgreich überstanden: Wechselnde gesetzliche Neuerungen, immer neue, bauliche, konzeptionelle und viele professionelle Herausforderungen. Ausdrücklich danken möchte ich Ihnen allen für Ihre herausragenden Leistungen und Ihren großartigen Zusammenhalt in der schweren Zeit der Corona-Pandemie. Hier ging es ja buchstäblich um alles: die Gesundheit und Wohlergehen aller Bewohnerinnen und Bewohner, Angehörigen, Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter. Ohne Ihre Krisenfestigkeit, Ihre volle Einsatzfreude, Ihre Kreativität, Kompetenz und Konsequenz wäre es nicht gelungen, nicht nur für Versorgung und Schutz zu sorgen, sondern auch eine bestmögliche Lebensqualität für die Menschen im Haus und ihre



An- und Zugehörigen zu erreichen. Respekt vor Ihrer wetterfesten und sturmerprobten Crew. Und natürlich bleiben die Gewässer, in denen die Residenz Ambiente segelt, weiterhin unruhig: Deutschland steht aufgrund seiner Demographie vor erheblichen Herausforderungen. Das bedeutet neue, ambulantierte Dienstleistungsmodelle im stationären Setting aufzubauen. Um Bedarfsgerechtigkeit zu sichern und Engpässe bei der personellen Ausstattung in den Einrichtungen vorzubeugen, die inzwischen überall deutlich spürbar sind.

Sie werden es schaffen: Gemeinsam in der Residenz Ambiente mit Ihrer positiven Kultur des Miteinanders, die Ihnen hilft, attraktive Orte zum Leben und Arbeiten zu schaffen, die Freude machen und guttun!

Das wünsche ich Ihnen von Herzen

Ihre  
Karla Kämmer

# *Sehr geehrte Damen und Herren!*

Zum 35-jährigen Bestehen der Residenz Ambiente gratuliere ich Ihnen – auch im Namen des Bundesverbandes privater Anbieter sozialer Dienste e.V. (bpa) – herzlich zu diesem besonderen Jubiläum.

Seit 35 Jahren bietet die Residenz Ambiente älteren Menschen ein sicheres und angenehmes Zuhause. Eine solch lange Beständigkeit spricht für Qualität, Verlässlichkeit und ein engagiertes Team. Dies verdient Anerkennung. Als Ihre Trägervereinigung freuen wir uns, dass wir Sie dabei in Ihrer täglichen Arbeit unterstützen können.

Ein Jubiläum bietet Gelegenheit, auf das Geleistete zurückzublicken und denen zu danken, die dazu beigetragen haben. Mein besonderer Dank gilt der Leitung und dem gesamten Team für ihren unermüdlichen Einsatz.

Für die Zukunft wünsche ich der Residenz Ambiente weiterhin viel Erfolg, engagierte Mitarbeitende und alles Gute.



Mit freundlichen Grüßen

Ralf Geisel

Vorsitzender der Landesgruppe Hessen  
bpa – Bundesverband privater Anbieter  
sozialer Dienste e.V.





# *Herzlichen Glückwunsch zum 35. Geburtstag*

Manch Leserin oder Leser wird sich denken: „Ach, wäre ich nochmals 35 Jahre jung!“. Mag manchem dies als eine kurze Zeitspanne, ein fast jugendliches Alter erscheinen, so ist es in unserer schnelllebigen Zeit eine Dauer, zu der aus gutem Grund gratuliert werden kann. Dass eine Einrichtung dreieinhalb Jahrzehnte lang besteht, ist nicht selbstverständlich und Anlass, sich zu freuen und dies miteinander zu feiern. In diesen Jahren ist die Residenz zahlreichen Menschen ein Zuhause geworden, und sie ist dies bis zum heutigen Tag. Manche von Ihnen wohnen schon lange hier, andere sind erst vor Kurzem eingezogen. Nicht selten schweifen die Gedanken zu den Orten, an denen Sie zuvor gelebt haben. Einige haben ihr Leben zuvor an einem einzigen Ort, manchmal im selben Haus verbracht. Andere blicken auf viele Stationen zurück, die im Laufe ihres Lebens ihnen Heimat waren und wurden. Manchem ist Bad Hersfeld von Kindheit an vertraut. Andere sind von weit weg hierher gezogen. Und wie das so ist, wenn man des Vergangenen gedenkt, mischt sich unter die Freude über das Erlebte manch Träne, dass dies vorüber ist. Bei einer Jubiläumsfeier ist dies übrigens ähnlich: Wenn wir am 13. Juni miteinander feiern werden, wird sich an vieles erinnert, was in der Residenz geschehen ist. Man freut sich über Gelungenes und weiß zugleich, dass die Zeiten heute andere sind, mit ihren eigenen Herausforderungen und Möglichkeiten. Die Residenz Ambiente sehe ich dafür gut gerüstet. Denn das, was sie ausmacht, sind weniger die Äußerlichkeiten,



sondern vielmehr die Menschen, die in ihr tätig sind. Und bei allen spüre ich, dass ihnen diejenigen am Herzen liegen, die hier wohnen. Unsere Zeit ist in vielerlei Hinsicht herausfordernd. Doch das, was geboten wird, beeindruckt mich sehr und noch mehr die innere Motivation, aus der heraus gehandelt wird. All denen, die hier tätig sind, wünsche ich zum Jubiläum Gottes Segen. Möge unser HERR Ihnen immer wieder die nötige Ausdauer und Energie für Ihre Arbeit geben, Ihnen in so manchem Schweren beistehen und Ihnen Freude aus und Erfüllung in den Begegnungen mit den Menschen schenken, an denen Sie einen segensreichen Dienst vollbringen. Den Bewohnerinnen und Bewohnern wünsche ich etwas anderes zu diesem Fest: Sie alle wissen, dass die Residenz Ambiente ein Zuhause auf Zeit ist. Doch dies braucht ihnen weder Sorge noch Angst bereiten. Denn wenn Sie dieses irdische Haus verlassen müssen, dann wartet auf Sie ein himmlisches Zuhause, eine Wohnung, die Gott uns bereiten wird. Aus dieser werden Sie nicht ausziehen müssen. Denn diese hat Bestand für immer.

Eine fröhliche Jubiläumsfeier wünscht allen  
Ihr Pfarrer J. Förster

# Grußwort vom Einrichtungsbeirat

Dieses Jubiläum ist eine Meilenstein in der Geschichte der Residenz Ambiente. Es ist ein Erfolg und braucht mehr als Glück, sondern auch Vertrauen, Zusammenarbeit, gemeinsame Erfolge und viele bedeutende Augenblicke miteinander. Auch wenn es Rückschläge und Krisen gab und geben wird, sollte es für jedes Problem eine Lösung geben. Einzelne Stimmen von den Mitgliedern:

**Herr Mitze:** Ich bin mit meiner Frau vor 11 Jahren eingezogen, da sie krank war und wir das nicht mehr zuhause geschafft haben. Als sie starb, war ich froh, nicht alleine zu sein.

**Herr Metzner:** Meine Schwester hat sich alle Altenheime in Hersfeld und Umgebung angeschaut und sich für die Residenz Ambiente entschieden, sie konnte mein Zimmer sogar in grün streichen. Ich bin sehr froh, hier zu wohnen.

**Frau Kaatz:** Ich genieße die vielen Angebote im Haus, ob vom SKD oder von der Schüler AG. Es ist immer was los! Und besonders die

Rikschafahrten machen mir große Freude.

**Frau Engel:** Für mich war klar, dass ich meine Mutter nach dem Tod meines Vaters in meine Nähe hole. Als ich in die Residenz Ambiente hereinkam, dachte ich gleich, hier würde ich auch einziehen. Und wir haben es bis heute nicht bereut.

**Frau Mackowiak-Linde:** Meine Schwiegermutter hat 12 Jahre in der Residenz Ambiente gelebt und sie und auch wir, als Angehörige waren immer sehr zufrieden. Und immernoch engagiere ich mich regelmäßig ehrenamtlich bei all den schönen Events.

**Resümee:** Wir fühlen uns sehr wohl und freuen uns über das Angebot.

Wir wünschen der Residenz Ambiente für die Zukunft, dass die jetzige Energie und das Engagement bestehen bleibt. Wir sind gespannt, was noch so alles angeboten wird. Wir freuen uns über das Schülerprojekt und stehen auch weiterhin für viele gemeinsame Abenteuer bereit.



# Rikscha Sponsoren gesucht

Sie haben bestimmt schon oft unsere Rikscha im Kurpark oder in der City gesehen, denn diese Rikscha gehört zu Bad Hersfeld wie die Festspiele. Unsere Bewohner genießen es, entspannt in die Stadt „chauffiert“ zu werden. Ob Arztbesuch, Einkauf oder einfach in die Natur: Die Rikscha-Fahrt macht ihnen – und den Rikscha-Piloten – großen Spaß. Unsere vorhandene Rikscha ist bei unseren Bewohnern sehr beliebt. Doch jetzt möchte das Gefährt in den wohlverdienten Ruhestand.

Deshalb brauchen wir dringend Ihre Hilfe! Wir freuen uns über jede Spende – Jeder Euro zählt.



## *Eine der Ersten ...*

... ist Frau **Angelika Avenius**. Seit 33 Jahren und somit die Dienstälteste ist sie als Hausdame in der Residenz Ambiente beschäftigt. Frau Avenius erzählt von dem Beginn und den schönen Momenten: Begonnen hat alles in 1992 als ich mich auf eine Stelle in der Residenz Ambiente beworben hatte und mir die Stelle in Bad Hersfeld angeboten wurde. In den ersten Jahren war ich für die Reinigung aller Zimmer und Räumlichkeiten verantwortlich sowie für die Organisation der Märkte und sämtlicher Feste in Zusammenarbeit mit dem Sozial-Kulturellen-Dienst. Nachdem die Reinigung umstrukturiert wurde, änderte sich auch mein Aufgabenfeld. Nun bildete die Dekoration der Zimmer und Veranstaltungsräume sowie das Servieren im Restaurant meinen Schwerpunkt. Da mir der Umgang mit Menschen schon immer besonders viel Freude bereitet hat entsprach dieser Wechsel



**Frau Avenius mit dem Gummiboot**

genau meinen Vorlieben. Es ist immer wieder schön wenn ich in die strahlenden Gesichter der Bewohner schaue oder wenn ich ein schönes Lob z. B. für die schöne Deko oder den besonders hergerichteten Tisch bekomme.

Wir, die Bewohner und Mitarbeiter der Residenz Ambiente sagen ganz herzlich danke bei Frau Avenius für ihre Treue und die geleistete Arbeit. So schön, dass es Sie gibt!



**Frau Avenius bei der Fitnessrallye**



**Frau Avenius beim Markt**

# Gemeinsam statt Einsam

Dieses Motto genießen unsere Wohnjubilare bereits seit über 10 Jahren. 16 Jahre lebt Frau Doris Beyer bereits in unserer Residenz Ambiente. Im Jahr 2009 zog sie damals in ein schönes Zwei-Zimmer-Apartment im fünften Stock mit einem traumhaften Blick über die Bäume hinweg. Und auch mit 98 Jahren lässt Frau Beyer es sich nicht nehmen, bei allen Festen aktiv mit dabei zu sein.

Weitere Jubilare sind:

**12 Jahre:**

Herr Sigurd Adler, Herr Hans Gerhard Jost und Herr Dieter Metzner

**11 Jahre:**

Frau Gertrud Bätza-Reinhard, Herr Mitze

**10 Jahre:**

Herr Horst Zies, Frau Margarete Johner, Frau Irmtraud Schade und Frau Gertrud Gabrisch

Wir wünschen allen Jubilaren und natürlich all unseren Bewohnern eine gesunde und zufriedene Zeit, stets nach unserem Motto „Gemeinsam statt Einsam“.



**Frau Beyer**



# ... aus alten Zeiten



**Fesche Arbeitskleidung**



**Fasching früher**



**Bewohner Anfang 1990**



**Bei der Gartenarbeit**



**Sommerfest 2005**



**Herr Drewes als Zauberer**



**Zum Tanztee wurde gerne geladen**

# ... von *Betreuungsangeboten*



**So sieht Gymnastik heute aus: Vitalkarate**



**Etwas ruhiger ist es beim „Bällebad“**



**Spielenachmittag**



**Blumendeko selbst hergestellt**



**Prost beim Public-Viewing WM 2014**



**Haushund Cappuccino als Sterbebegleiter**



**Klangschalen-Meditation**

# ... von Festen



Jedes Jahr beginnt mit Super-Bingo



Helau – unsere verkleideten Bewohner



Die Froschkönige beim Fasching



Die Rotkäppchen



Residenz Ambiente goes Karibik



16

Weltkindertag



Besuch beim Hessentagspaar



# ... von Festen



Schunkeln bei der Beachparty



Sommerfest im 70iger Jahre Fieber



Eine Polonaise die macht allen Spaß



Kreistanz der Mitarbeiter



Eine Motorradtour ist spannend



Geburtstagsständchen vom Shanty-Chor



Stände am Gesundheitstag



Stilvoller Service bei der Weihnachtsfeier

# ... von Festen



**Wäscheaufhängen irritiert besonders die männlichen Teilnehmer**



**Angeln erfordert größte Konzentration**



**Haushund Cappuccino macht den Vorläufer**



**Cappuccino im Kreise der Spieler**



**Siegerehrung Fitnessrallye**



**Modenschau beim Int. Frauentag**



**Marktstand beim Ostermarkt**



**Reges Markttreiben**

# ... von Ausflügen



Ein leckeres Eis in der Eisdiele



Ausflug nach Praforst



Früchteteppich Sargenzell



Museum und Burgruine Friedewald



Riesenrad auf dem Lullusfest



Stiftsruine Bad Hersfeld



Kuckucksmarkt Braach 19

# Junger Wind weht durch das Haus

Im Spätsommer 2024 erhielten wir eine Anfrage der Modellschule Obersberg, dass die Schüler der Gymnasialen Oberstufe gerne eine Arbeitsgruppe mit dem Titel „Altenheim-AG“ ins Leben rufen möchte. Jugendliche im Alter von 16 und 18 Jahren kommen gerne wöchentlich jeweils 1 Stunde ehrenamtlich zu uns in die Residenz Ambiente, um Zeit mit den Bewohnern zu verbringen. Betreut werden die SchülerInnen seitens der Schulsozialarbeit von Lisa Simla und Kyra Gendascheck. Wir waren sofort von der Idee begeistert und die tollen Ideen der Jugendlichen machten uns neugierig. Unsere Erwartungen wurden nicht enttäuscht. Am 24. September 2024 war es dann endlich soweit: die SchülerInnen kamen zum Spielertreff und knüpften ganz unkompliziert Kontakt zu unseren BewohnerInnen. Es wurde viel geredet, viele Fragen gestellt und viel gespielt. Mit der Zeit kristallisierten sich besondere Interessen heraus – die einen wollten nur spielen, die Anderen suchten den Austausch und Andere wollten gerne einen Spaziergang unternehmen – und unsere Be-

wohner: die waren dankbar über den frischen Wind! Die Bewohnerin Frau Heimroth freut sich sehr über das Interesse der jungen Menschen und dass sich diese jungen Menschen Zeit nehmen für Ältere und Interesse haben an der Vergangenheit.



**Frau Heimroth sehr konzentriert**



**Evelyn ist sehr engagiert in der AG**



**Spielegruppe**

# Casino-flair weht durch die Luft

Besonders im Gedächtnis geblieben ist Ihr die Begegnung mit einem Schüler, der sehr viele Fragen zum 2. Weltkrieg hatte und auch sehr interessiert an alten Fotos war. Oder auch die Begegnung kurz vor der Wahl, wo die Älteren mal mehr über die Meinung der jungen Generation zum Thema Politik erfahren konnte. Frau Lauscher ist begeistert von der Offenheit und dem Interesse, welches auch die eher introvertierten Schüler von Anfang an mitgebracht haben und liebt es besonders, dass bei jedem Treffen auch so viel gelacht wird!



**Roulette**



**Poker**



**Lavinia – die Ideengeberin**

Ein besonderes Highlight für unsere Bewohner war der Casinonachmittag im Restaurant. Die Schüler-AG hat eingeladen und bat um festliche Bekleidung. Unsere Bewohner bereiteten sich dementsprechend vor und waren erstaunt, als sie ins Restaurant kamen. Die Schüler hatten 6 Spielstationen aufgebaut wie in einem richtigen Casino und den Raum liebevoll und kreativ dekoriert. Selbst für Spielgeld und tolle Preise war gesorgt. Unsere Bewohner hatten einen außergewöhnlichen Nachmittag und super viel Spaß. Wir freuen uns Alle schon auf weitere Überraschungen der Schüler AG.



**Siegergruppenfoto**



**Wäscherei  
Konopka** GmbH

WIR SIND SCHON MIT WÄSCHE  
**GROSS GEWORDEN.**

\*IHR SPEZIALIST FÜR **PFLEGEHEIME**



[mail@waescherei-konopka.de](mailto:mail@waescherei-konopka.de)

DIE REISE DER **WÄSCHE**



1

-  **EINSAMMELN**
-  **ERFASSEN**
-  **SORTIEREN**

2

-  **INDIVIDUELLE BEWOHNERWÄSCHE**
-  **ZWISCHENSORTIEREN**

3

-  **PFLEGEN**
-  **BEARBEITEN**
-  **VERPACKEN**

4

-  **KONFEKTIONIERUNG**
-  **AUSLIEFERUNG**

[www.waescherei-konopka.de](http://www.waescherei-konopka.de)



**Unser Service**

- **Regionaler Botendienst**
- **Ernährungsberatung**
- **Gesundheitscheck**
- **eigene Kosmetiklinie**
- **Onkologie**
- **Heimversorgung**

**Kurbad Apotheke**  
kompetent in Beratung & Service  
Eichhofstraße 3  
36251 Bad Hersfeld  
Tel. 0 66 21 / 92 22-0

**GALERIEAPOTHEKE**  
BAD HERSFELD  
Benno-Schilde-Straße 9  
36251 Bad Hersfeld  
Tel. 0 66 21 / 96 86 68

**CITY APOTHEKE  
UND SANITÄTSHAUS**  
Badestube 4  
36251 Bad Hersfeld  
Tel. 0 66 21 / 9 66 01-0



[www.hildwein-gesundheit.de](http://www.hildwein-gesundheit.de)

# 100 Jahre und immer noch gerne dabei

Das Jahr 1925 war geprägt von bedeutenden wissenschaftlichen und technologischen Fortschritten. In diesem Jahr legten Werner Heisenberg, Max Born und Pascal Jordan den Grundstein für eine neue Physikalische Theorie, indem sie ihre Abhandlung über die Grundlagen der Quantenmechanik einreichten. 1925 war aber auch das Geburtsjahr von Hildegard Knief, Margarewte Thatcher und Hans Rosenthal. 1925 wurden aber auch unsere ältesten Bewohnerinnen geboren. Frau Lieselotte Günzel lebt nun seit bereits 6 Jah-

ren in unserem Haus und hat Ihren Geburtstag gemeinsam mit ihrem Sohn voller Freude und Energie in der Bibliothek gefeiert.

Frau Margarete Kruppa lebt seit 2 Jahren in unserem Haus und das Foto zeigt sie mit ihrem Ehemann im Kurpark bei den ersten Sonnenstrahlen in diesem Frühling.

Wir wünschen beiden weiterhin so viel Freude bei der Teilhabe am gesellschaftlichen Leben in der Residenz Ambiente.



**Frau Günzel mit ihrem Sohn**



**Frau Kruppa mit ihrem Ehemann**

# Stimmen von Bewohnern und Angehörigen!

Ich mag es wenn ich morgens von einem fröhlichen „Guten Morgen“ von einer Pflegekraft geweckt werde. Die Pflege tut so vieles für mich was ich selber nicht mehr machen kann.

Eleonora Kaatz  
seit 7 Jahren in der Pflege

Ich liebe es, wenn jemand Witze macht! Ich genieße den lockeren Umgang untereinander und mit uns Bewohnern voller Humor und Respekt. Das Veranstaltungsprogramm gefällt mir sehr gut und ganz besonders gefällt mir, dass ich mich aber auch raushalten kann z.B. bei Fasching und es mir keiner krumm nimmt. Durch den ambulanten Pflegedienst erhalte ich Unterstützung, wenn ich welche benötige und das auch flexibel von beiden Seiten.

Elke Simla seit 1 Jahr im Haus

Täglich treffe ich mich mit meiner Nachbarin auf dem Balkon zum schnuddeln, dieser wundervolle Kontakt ist etwas ganz besonders. Von meinem Balkon aus kann ich die Enten auf dem Teich im Kurpark beobachten.

Isabella Kranz seit 1 Jahr in der Pflege

Beim Super Bingo wurde ich von externen Gästen angesprochen, ob denn alle hier in der Residenz immer so freundlich sind oder nur bei Events. Ich freute mich über die Anfrage, denn so konnte ich doch von Herzen erzählen, dass alle Mitarbeiter im Haus zu jeder Zeit so freundlich sind und dass man sich fühlt wie in einer großen Familie.

Anneliese Schönewolf  
seit 1 Jahre im Betreuten Wohnen

Im letzten Frühling war ich hier zuerst zum Probewohnen und kurze Zeit nachdem ich wieder zuhause war bin ich dann in mein selbst eingerichtetes Apartment ins Betreute Wohnen gezogen. Ich war sofort begeistert von dem schnellen Zugang zum Kurpark, aber besonders habe ich es genossen, dass ich mich um nichts kümmern muss, d.h. ich muss nicht mehr putzen und nicht einkaufen. Bei den Mahlzeiten im Restaurant sitze ich immer mit netten Frauen am Tisch.

Ingeburg Albert seit 1 Jahr im Betreuten Wohnen

Meine Mutter genießt die Gemeinschaft im Gruppenraum und hält sich dort auch noch lieber auf als in ihrem schönen hellen Zimmer.

Sabine Frömel, Angehörige Anna Bartel  
seit 6 Jahren in der Pflege

Ich lebe hier mitten im Paradies. Von meinem Balkon im 5. Stock habe ich einen herrlichen Blick über die Bäume hinweg und wenn ich vor die Tür gehe, habe ich diesen traumhaften Park und die Fuldaauen wo ich gerne mit meinem Hund spazieren gehe. Dass mein Hund Struppi mit hier einziehen durfte ist ein Geschenk.

Monika Maischein  
seit 5 Jahren im Betreuten Wohnen



Einen Tag nach dem Jubiläum bin ich schon seit 2 Jahren mit meinem Ehemann im betreuten Wohnen in der Residenz Ambiente und wir sind sehr zufrieden und fühlen uns rundum gut versorgt. Große Freude empfinde ich, wenn ich meine Gaben mit einbringen kann, z.B. bei Veranstaltungen. Ich freue mich jedes Mal, wenn ich andere Bewohner unterstützen darf.

Rosemarie Müller

Ich fühle mich hier von Anfang an gut aufgehoben und betreut. Alles ist sehr gut organisiert und ich freue mich immer über jede kleine Erinnerung damit ich nichts verpasse.

Renate Lavies seit 6 Jahren im Haus im betreuten Wohnen und seit 1 Jahr in der Pflege

Meine Mutter hat mir gerade erzählt, wie toll die Weihnachtsfeier war mit wieviel Arbeit und Mühe und wieviel Talent und Ideenreichtum im kleinsten Detail gesteckt hat und mit wieviel Liebe ihr Alles vorbereitet und vorgetragen habt. Übrigens die neue Hauszeitung ist wieder gut gelungen. Tolle Beiträge, wichtige Infos zur Gesundheit und schöne Bilder.

Elke Barth, Angehörige Gertrud Fleck, seit 3 Jahren im Betreutem Wohnen

Das helle schöne Zimmer mit dem Balkon hat mich sofort begeistert. Das abwechslungsreiche Veranstaltungsprogramm genieße ich sehr.

Ingeborg Wenzel  
seit 6 Monaten in der Pflege

Ihr Ansprechpartner für gutes **Hören und Sehen.**

Sprechen Sie uns an.  
Wir freuen uns auf Sie.

Telefon 06621-8958987



Optik & Akustik



Schöberlein

[www.schoeberlein-optik.de](http://www.schoeberlein-optik.de)

36251 Bad Hersfeld • Weinstrasse 13

# Stimmen von Ehrenamtlichen



**Gruppenfoto bei der Fitnessrallye**

„Während der Rikschafahrt sehe ich Bad Hersfeld, meine Stadt, mit ganz anderen/erfahreneren Augen. Rikscha fahren ist für mich ein Ausklingen aus dem Alltag, den Kopf mal frei zu kriegen. (Manche Fahrten sind ruhiger, andere durchnässter, aber alle sind einzigartig und machen Spaß.) Der Umgang mit Menschen macht Spaß, gerade, wenn man sieht, dass es guttut. Sowohl den Bewohnern als auch einem selbst.“

Peter Wiebe



**Peter Wiebe bei der Rikschafahrt**

Wenn ich das Zimmer einer Bewohnerin betrete, nehme ich schon eine Veränderung der Haltung von ihr wahr: Sie wird aktiv, wach, wird neugierig auf das, was kommt. Beim Lesen von Geschichten, Artikeln und im Gespräch ergänzt sie mit ihren Erlebnissen aus ihrer Zeit: Kindheit, Flucht, Beruf und Reisen. Dabei entstehen viele Momente zum gemeinsamen Lachen.

Renate Beyer-Hose

Es ist zum einen meine Freude am Vorlesen, und zum andern mein Wunsch, Freude zu schenken, indem ich die Bewohner und Gäste mitnehme in eine Geschichte, in eine andere Welt z.B. bei Bad Hersfeld liest ein Buch. Meine Erfahrungen, die ich in vielen Jahren als Betreuerin einer Station der Fitness Rallies machen durfte: wie viel Engagement und Begeisterung in dieser Lebensphase geweckt werden können, und dass in hohem Alter und auch mit erheblichen körperlichen Einschränkungen noch so viel Einsatz und Wille da ist, das Beste zu geben. In der Residenz Ambiente werden das ganze Jahr über Events angeboten, sowohl in- als auch aushäusig, um die Bewohner in das Leben zu integrieren, seien es Fachvorträge, Workshops, Märkte (Advents und Frühlingmarkt) Sommerfest, Leseveranstaltungen, die Fitnessrallye, der Ausflug zum Lullusfest und noch vieles mehr. Zu fast allen Veranstaltungen sind auch Gäste von außerhalb eingeladen. Das Engagement der Betreuung und Pflegekräfte und natürlich auch der



**Frau Beyer-Hose als Spielleitung**

leitenden Personen ist enorm und ganz besonders hervorzuheben. Alle Aktiven bringen zusätzlich zu ihrem Tagesgeschäft ganz viel Energie und Anstrengung auf für die Planung, Organisation und Durchführung vielfältiger Veranstaltungen. Es ist schön für mich, in diesem Team zu sein.

Christa von Baumbach



**Frau von Baumbach beim Boulefeld**

Ich bin immer noch sehr glücklich darüber, dass der Bewohner Herr Wolf mich überredet hat, mich in der Residenz Ambiente als Chorleiter zu engagieren. Es ist einfach toll wenn zum Schluss der Singstunde alle Teilnehmer glücklich aussehen und für mich klatschen – das erfüllt mein Herz.

Christian Georg



**Christian Georg mit dem Singkreis**

Es macht mir besonders Spaß, mit den Bewohnern Brettspiele zu spielen, besonders beim „Mensch ärgere Dich nicht“ kann man den Herbert Reinders so schön ärgern oder der Pfarrer Förster, der sich so sehr freuen kann... ich komme immer wieder gerne in die Residenz Ambiente.

Ute Schreck



**Frau Schreck**

Für uns Ehrenamtliche ist es eine Ehre, bei Events dabei sein zu dürfen. IHR habt euch wieder mächtig ins Zeug gelegt und den BewohnerInnen und uns viel Schönes geboten. Danke! Ich habe festgestellt Ehrenamt macht glücklich.

Elke Barth



**Elke Barth beim Spiel  
mit den Bewohnern**

Es macht mir Freude, wenn ich bei den älteren Menschen die dankbaren Blicke sehe, wenn ich ihnen behilflich bin oder nur mit ihnen rede. Es ist auch das Gefühl, etwas zurückzugeben, was meine Mutter an Gutem erfahren durfte als sie von 2013 bis 2018 in der Residenz Ambiente glücklich und zufrieden lebte.

Anita Andres



**Anita Andres am Marktstand**

# Ihre Ansprechpartner:



Residenzleitung  
Arabella Kienel



Qualitätsbeauftragte /  
Casemanagerin  
Angelika Henning



Pflegedienstleitung  
André Grozdanic



Wohnbereichs-  
leitung  
Nina Grosch



Residenzberatung  
Nicole Höhmann



Residenz Ambiente  
Bad Hersfeld  
Am Kurpark 35  
36251 Bad Hersfeld  
Tel. 06621 180-0  
Fax 06621 180-699  
Email:

[badhersfeld@residenz-ambiente.de](mailto:badhersfeld@residenz-ambiente.de)

*Ihr Friseur in der  
Residenz Ambiente  
für Damen und Herren*

4. Etage,  
neben dem kleinen Fahrstuhl

Claudia Böhle  
Friseurmeisterin



*Öffnungszeiten:*

Dienstag, Mittwoch und Freitag  
8.15 – 12.00 Uhr  
und nach Terminvereinbarung

Telefon 429  
oder 0151 55526863  
oder 14318



*at the heart of healthcare*

## WIR SIND DA, WENN SIE UNS BRAUCHEN!

Seit 30 Jahren versorgen wir bundesweit chronisch kranke und pflegebedürftige Menschen mit medizinischen Produkten und Dienstleistungen.

Wir möchten dazu beitragen, die Lebensqualität und Mobilität unserer Patienten zu stärken und zu verbessern.

### Unser Service für Sie:

- Versorgung in den Therapiebereichen enterale Ernährung, IV-Therapien, Stoma, Tracheostoma, Wundversorgung, ableitende Inkontinenz und Diabetes.
- Beratung durch einen persönlichen Ansprechpartner vor Ort.
- Abstimmung der Versorgung mit dem behandelnden Arzt.
- Schnelle und zuverlässige Lieferung der benötigten Produkte, einfach auf Rezept.

### Sie möchten nähere Informationen?

Dann fragen Sie nach uns. Wir sind regelmäßig in Ihrer Einrichtung.

### Kostenlose Informationen:

**0 800-33 44 800**

Mediq Deutschland GmbH • 66661 Merzig  
kundenservice@mediq.de • www.mediq.de



**Residenz Ambiente Bad Hersfeld**  
Am Kurpark 35 · 36251 Bad Hersfeld  
Telefon 06621 180-0  
badhersfeld@residenz-ambiente.de  
[www.residenz-ambiente.de](http://www.residenz-ambiente.de)





# *Ambiente Presse*

Hausnachrichten

Residenz Ambiente in Bad Hersfeld

Mai · Juni · Juli 2025



## Termine

Vorschau auf unsere  
Sonderveranstaltungen 3

Herzlich willkommen 4  
Wir gratulieren 5

## Gesundheit

Kräuterkunde für Einsteiger 6



Wir nehmen Abschied 9

## Unterhaltung

Sudoku 10

## Impressum

„Ambiente Presse“  
ist die Hauszeitung  
der Residenz  
Ambiente in  
Bad Hersfeld

V.i.S.d.P  
Arabella Kienel

Redaktion  
Nicole Höhmann,  
Arabella Kienel,  
Sabrina Teske

Fotos  
IMAGO,  
stock.adobe.co,  
Pro Seniore Archiv,  
Arabella Kienel,  
Nicole Höhmann,  
Angelika Henning

Gestaltung und  
Produktion  
Forum GmbH,  
Saarbrücken

Druck  
O/D media GmbH,  
Ottweiler

Auflage 100

# Vorschau auf unsere Sonderveranstaltungen

## Evangelische Gottesdienste

jeweils montags um 16.00 Uhr im Wohnbereich und um 16.45 Uhr im Kulturraum  
12.05., 26.05., 09.06., 23.06., 21.07.

## Katholische Gottesdienste

jeweils mittwochs um 10.30 Uhr in der Bibliothek im Erdgeschoss  
07.05., 21.05., 04.06., 18.06., 09.07., 23.07.

## Besuch des Therapiehundes Toto

jeweils um 15.30 Uhr am 22.05. und 17.07.

## Änderungen vorbehalten.

**Bitte entnehmen Sie die genauen Termine und Veranstaltungen den Veranstaltungsplänen und Aushängen.**

## Rückblick Märchen-Fasching:

Fasching war wieder ein ganz besonderes Fest in der Residenz Ambiente. Die Bewohner in den Zimmern, den Guten Stuben und bei der großen Feier im Restaurant freuten sich sehr über die kreativen Kostümierungen der Mitarbeiter und auch über die schönen Dekorationen. DJ Herberg machte wieder einmal gute Stimmung und es wurde viel geschunkelt und getanzt. Der Sozialkulturelle Dienst führte gemeinsam mit unseren Hausmeistern das Märchen „Rotkäppchen“ vor – erzählt vom Froschkönig, dem es in seinem eigenen Märchen zu langweilig geworden ist.

Einige Bewohner kamen auch verkleidet und unsere Frau Müller trug als „Sterntaler“ sogar zwei kleine Märchen vor.

Natürlich durfte das traditionelle Kräppeln-Essen nicht fehlen sowie die ganz leckere Bowle mit und auch ohne Alkohol.





## *Herzlich willkommen!*

*Wir begrüßen alle neuen Bewohnerinnen und Bewohner unserer Residenz.*


Frau Katharina Fink  
Frau Andreas Anne  
Herr Gerhard Frömel  
Frau Ingeburg Schikarski  
Herr Hans-Jörg Horst  
Herr Heinz-Dieter Will  
Frau Rosmarie Krenz

## *Herzlichen Glückwunsch zum Geburtstag!*

*... unseren Bewohnerinnen  
und Bewohnern:*

*Im Mai:*

11.05. Herr Dieter Metzner  
11.05. Herr Walter Schwab  
14.05. Frau Walburga Gerstacker  
18.05. Frau Flora Cernoch  
19.05. Frau Katharina Helke  
21.05. Frau Ingeburg Albert  
22.05. Frau Margarete Kruppa



*Im Juni:*

03.06. Frau Gisela Möller  
04.06. Frau Renate Brall  
06.06. Frau Hedwig Breul  
18.06. Frau Irmgard Sippel  
19.06. Frau Marianne Hammer  
19.06. Herr Gunter Kruppa  
22.06. Herr Hans Gerhard Jost  
23.06. Frau Waltraud Kahler  
23.06. Frau Ilse Braun  
23.06. Frau Rosemarie König  
29.06. Herr Hartwig Pollmeier

*Im Juli:*

01.07. Frau Margot Urban  
03.07. Herr August Riemenschneider  
06.07. Frau Monika Ellis  
08.07. Frau Dorothea Warneke  
09.07. Herr Michael Schmidt  
12.07. Frau Elisabeth Malkmes  
18.07. Frau Marianne Schade  
21.07. Frau Doris Beyer  
26.07. Frau Maren Helwig  
26.07. Herr Lothar Helwig  
27.07. Frau Ingrid Rüter  
28.07. Frau Helgard Ulbrich  
29.07. Frau Elfriede Heimroth  
31.07. Frau Gertrud Fleck  
31.07. Herr Horst Zies



*... unseren Mitarbeitenden:*

*Im Mai*

01.05. Frau Helen Nguse  
21.05. Herr Niklas Mannel  
25.05. Herr Izzet Anik  
25.05. Frau Vanessa Bachmann

*Im Juni:*

07.06. Herr Marco Pawel  
28.06. Frau Zeljka Petrovic

*Im Juli:*

09.07. Frau Sandra Wiegmann  
15.07. Frau Sandra Schreiber  
25.07. Frau Petra Braun

# Kräuterkunde für Einsteiger

Bei einem unbedachten Spaziergang über Feld und Wald merkt manch einer gar nicht, was so Schönes wächst am Wegesrand. „Dagegen ist kein Kraut gewachsen“, oder doch? Das breite Feld der Kräuterkunde hält uraltes Wissen zur **Linderung vieler Beschwerden** bereit.

Inzwischen gibt es neben Büchern und ganzen Webkatalogen auch spezielle Wanderungen, die dem Thema Kräuterkunde gewidmet sind. Ein Bereich, den jeder selbst erleben kann, denn die bunten Wiesenhelfer wachsen überall. Fehlt nur noch das Wissen um die Wirkung der unterschiedlichen Blätter, Blüten, Wurzeln und Samen. Den Anfang macht das Erkennen und damit die Erkenntnis, dass das, was da wächst, hilfreich ist und deshalb unbedingt mit nach Hause kommen sollte.

Besonders gut fündig werden Interessierte in den Frühlings- und Sommermonaten. Dann blühen zum Beispiel die feinen, weißen Blüten der Schafgarbe (*Achillea millefolium*). Sie hilft unter anderem bei Magen-Darmproblemen. Dazu Stängel und Blüten trocknen und daraus einen Tee bereiten. Zwei Esslöffel Blütenpulver mit einem Liter Wasser überbrühen, zehn Minuten ziehen lassen und in kleinen Schlucken trinken. Oder einen warmen Wickel bereiten und ihn auf schmerzende Gelenke legen. Schon ist Linderung spürbar. Bleiben Stängel übrig, schmecken die auch vorzüglich auf dem Grillfleisch oder zur Eierspeise.



Die Möglichkeiten sind vielfältig! Ebenso wie beim echten Johanniskraut. Das wurde nicht zufällig im Jahr 2015 zur „Pflanze des Jahres“ gekürt. Es hilft nicht nur bei körperlichen Beschwerden wie Migräne und Schmerzen, Johanniskraut kann auch die Seele beruhigen und die Konzentration fördern. Dabei werden die sonnengelben Knospen nicht nur verwendet, sondern in Form von Tees oder Ölen. Wer Johanniskrautöl selbst herstellen möchte, der sollte in einem sauberen Gefäß die Blüten sammeln und diese mit hochwertigem Olivenöl bedecken. Das Ganze einige Zeit in



der Dunkelheit stehen lassen und schon kann das selbst gemischte Öl seine positive Wirkung entfalten.

Schade ist das Wissen, wie dieses im Laufe der letzten Jahrzehnte immer mehr verloren geht. Dabei wussten die Menschen schon vor 3.000 Jahren, wie ihnen Kräuter dabei helfen können, gesund zu werden. Inzwischen nutzen wir überwiegend die moderne Medizin und mit ihr einhergehend chemisch hergestellte Tabletten, Salben und Säfte. Dabei geht das auch anders. Kostenlos und doch gewinnbringend.

.....  
**Schon vor 3.000 Jahren  
 wussten die Menschen  
 um die heilende Wirkung  
 von Pflanzen und Kräutern**  
 .....

Deshalb ist es vielen Kräuterkundlern ein großes Anliegen, das Wissen um den Schatz aus der Natur wieder mehr in die Köpfe der Menschen zu bringen, damit wir es bewahren und erleben können.

Ein neuer Ansatz ist dabei nicht nur, die vielen unterschiedlichen Pflanzen zu nehmen und dabei immer genau darauf zu achten, noch etwas zurückzulassen, damit sich die vielen Arten wieder erholen können und auch für künftige Wanderungen in voller Blüte erstrahlen. Es geht darum, die Kräuter bewusst bis in die eigenen Gärten, auf die Balkone und Fensterbänke zu bringen. Dort sehen sie nicht nur wunderbar aus und verströmen ihren Duft, sie können existieren und sich verbreiten, um zu verhindern, dass irgendwann nicht allein das Wissen um die Kräuterkunde selbst, sondern auch die Heilpflanzen von Feldern, Wiesen und Wäldern verschwinden.

Bis dahin lohnt es sich, verbrauchsgerechte Mengen an Wildkräutern zu pflücken, diese zu trocknen und dann zu Tees, Salben, Tinkturen und Ölen zu verarbeiten. Dazu warten Kundige am liebsten bis zum zunehmenden Mond. Dann wird den Gewächsen die größte Heilkraft zugesprochen. Wer unsicher ist, welches Kraut wogegen hilft und wie es aussieht, der kann sich eine Kräutertafel anschaffen und diese auf den ersten Touren einfach mitnehmen.

*Sabrina Teske*

## GARTENKRÄUTER IM ÜBERBLICK

### Kanadische Goldrute (*Solidago canadensis*)

Wird im Spätsommer geerntet und macht mit großen gelben Blüten auf sich aufmerksam. Aus ihnen lässt sich Tee aufbrühen, der bei Blasen- und Nierenschmerzen hilft.

### Nelkenwurz (*Geum urbanum*)

Im Spätherbst wird die Wurzel ausgegraben, denn sie enthält Eugenol, ein ätherisches Öl ähnlich dem der Gewürznelke. Es lässt sich als Tee zubereiten und hilft gegen Halsschmerzen und Unterleibsbeschwerden.

### Baldrian (*Valeriana*)

Verwendung finden die Wurzeln der Pflanze in getrocknetem Zustand.

Hilft bei Angstzuständen, Nervosität, Erschöpfung, Einschlafstörungen und Muskelverspannungen. Aus einem

Stück Wurzel einen Tee bereiten und diesen mindestens 10 Minuten ziehen lassen oder in Baldrian baden.

### Beifuß (*Artemisia vulgaris*)

Wächst mit rostbraun-gelblichen Blüten fast unbemerkt am Wegesrand. Ist bekannt für seine Hilfe bei bekannten Frauenleiden, hilft aber auch bei der Fettverbrennung und gegen müde Beine. Dazu die Blätter und Blüten mit warmem Wasser übergießen und die Füße darin baden.

### Augentrost (*Euphrasia spp.*)

Wächst in höheren Gebirgslagen und steht mit seinen weiß-lilafarbenen Blüten teilweise unter Naturschutz. Hilft bei Augenleiden wie der Bindehautentzündung und dem Gerstenkorn.

### Dost (*Origanum vulgare*)

Die kleine Pflanze mit den purpurnen Blüten kommt an Waldwegen vor. Sie ist verwandt mit dem italienischen Oregano und wird ebenso verwendet zum Würzen von Pizza, Pasta und Fleisch. Darüber hinaus hilft ein Tee aus den getrockneten Blüten bei Verdauungsbeschwerden und Magenleiden.



### Beinwell (*Symphytum*)

Schon seit der Antike gilt Beinwell als Heilpflanze. Seine Blätter helfen pur zerkaut gegen Gelenkschmerzen. Bei Brüchen, Prellungen und Stauchungen ist eine warme Auflage auf die entsprechende Stelle lindernd. Da die Blätter einen pelzigen Geschmack entfalten, ist es ratsam, diese zuvor einige Minuten abzukochen.

### Gänseblümchen (*Bellis perennis*)

Wachsen auf jeder Wiese. Die Blüten wirken entwässernd, beruhigend, blutreinigend und entzündungshemmend. Sie können roh im Salat oder auf dem Gemüse verzehrt werden und machen dazu noch optisch einen tollen Eindruck.



### Knoblauchrauke (*Alliaria petiolata*)

Wächst am Wegesrand und zeichnet sich durch seine brennnesselähnlichen Blätter und zarten weißen Blüten aus. Wirkt antibakteriell, speziell bei Entzündungen im Rachenraum. Kann auch bei Insektenstichen zum Einsatz kommen. Dazu einfach Blüten und Blätter zerdrücken und sofort verwenden.

### Löwenzahn (*Taraxacum officinale*)

Ihn kennt jeder von Feld und Wiese. Die Blüten kräftigen und helfen bei Hautkrankheiten und Völlegefühl. Die Blätter sind roh verzehrt eine leckere Beilage zu Risotto oder Salat.





# Wir nehmen Abschied ...

... von unseren verstorbenen  
Bewohnerinnen und Bewohnern

Frau Marita Wellnitz  
Frau Christa Greb  
Herr Herbert Greb  
Herr Helmut Reinmüller  
Herr Hans-Jörg Renner  
Frau Gertrud Gabrisch  
Herr Erich Schmidt  
Frau Hildegard Weidmann

Sterben ist kein ewiges Getrenntwerden;  
es gibt ein Wiedersehen an einem helleren Tag.

*Michael Faulhaber*

# SUDOKU

Alle Felder des Spielfelds sind so mit Zahlen auszufüllen, dass jede Zahl in jeder Zeile, jeder Spalte und jedem Teilquadrat des Spielfelds nur einmal vorkommt.

A) sehr leicht

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

B) leicht

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

C) mittelschwer

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

Lösungen

A

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

B

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

C

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



## GEMEINSAM STARK IN DER PFLEGE



Ich bin

### STOLZ DARAUF

- ... in einem der schönsten und sinnvollsten Berufe überhaupt zu arbeiten.
- ... hilfsbedürftigen Menschen ein selbstbestimmtes Leben zu ermöglichen.
- ... Menschen Tag für Tag ein Lächeln ins Gesicht zu zaubern.
- ... einen Teil dazu beizutragen, dass die Pflege genau die Anerkennung bekommt, die sie verdient.

Ich bin

### PROUD TO CARE.

Unsere Initiative proud to care hat es sich zur Aufgabe gemacht, Pflegekräfte aus ganz Deutschland zu vereinen, um gemeinsam für ein besseres Image des Berufsfeldes zu kämpfen und so wieder mehr Menschen für die Pflege zu begeistern.

WIR SIND PROUD TO CARE!

Jetzt mehr erfahren und mitmachen



#proudtocare

**Residenz Ambiente Bad Hersfeld**  
Am Kurpark 35 · 36251 Bad Hersfeld  
Telefon 06621 180-0  
badhersfeld@residenz-ambiente.de  
[www.residenz-ambiente.de](http://www.residenz-ambiente.de)