

# s'Bläddli

Journal

Neues aus dem AWO-Seniorenzentrum Ludwig-Frank-Haus

»**ABER BITTE  
MIT SAHNE**«

Kuchenrezepte zum Schlemmen

**MIT 66 FÄNGT DAS  
LEBEN ERST AN**

Bringen Sie Schwung in Ihre Freizeit



**WENN DIE HÄNDE  
BESCHÄFTIGT SIND**

Was hält den Körper und geist fit?



Seniorenzentrum  
Ludwig-Frank-Haus  
Lahr



**Martin Wälde**  
Einrichtungsleiter

## Liebe Leserinnen und Leser,

»Neues Jahr, neues Glück!« Das war auch das Motto unserer Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter und unserer Bewohnerinnen und Bewohner für 2022. Frischen Mutes sind wir in das Jahr 2022 gestartet. Doch der Gegenwind ließ nicht lange auf sich warten und die begleitende Situation, es sind nun schon zwei Jahre, dämpfte das gute Gefühl etwas.

Allerdings stecken wir den Kopf nicht in den Sand, und das sollten Sie auch nicht. Immer mehr Menschen sind geimpft, kleinere Treffen sind erlaubt und auch die Gastronomie ist noch geöffnet. Darüber sind wir natürlich mehr als froh und die Hoffnung ist groß, dass dies auch so bleibt.

Haben Sie sich für das neue Jahr Ziele gesetzt oder etwas Bestimmtes vorgenommen? Unser Vorsatz ist es, fit zu bleiben oder auch zu werden, sowohl körperlich als auch geistig. Sie sind herzlich dazu eingeladen, unser Ziel auch zu Ihrem zu machen. Hierfür haben wir ab Seite 4 einige Freizeitbeschäftigungen zusammengetragen, die in jedem Alter machbar sind. Und nach der Anstrengung für Kopf und Körper sollte eine Belohnung warten. Ein Kuchen ist da sicherlich eine gute Wahl; falls Sie noch ein paar Rezeptideen brauchen, helfen Ihnen unsere Bewohnerinnen ab Seite 8 mit ihren ganz persönlichen Lieblingen gerne weiter.

Neben Leckereien, Knobeln und Sport erfahren Sie auch, was sonst Spannendes in den Häusern passiert ist.

Ich wünsche Ihnen viel Spaß beim Lesen und bitte bleiben Sie gesund.

*Martin Wälde*

Ihr Martin Wälde

### ALLGEMEIN

**Passionen im Alter** 4  
*Bringen Sie Schwung in Ihre Freizeit*

### SPEZIAL

**»Aber bitte mit Sahne«** 8  
*Kuchenrezepte zum Schlemmen*

### AKTUELL

**Keine Angst vor der gesetzlichen Betreuung** 12  
*Die wichtigsten Fragen und Antworten*

**Wenn die Hände beschäftigt sind** 14  
*Was hält den Körper und geist fit?*

**Schokolade** 16  
*im Ludwig-Frank-Haus immer Fairtrade*

**Kreuzworträtsel** 18

### IHR AWO-SENIORENZENTRUM STELLT SICH VOR

**Ihre Ansprechpartner/innen auf einen Blick** 19



4



8



14

# MIT 66 FÄNGT DAS LEBEN ERST AN

**Bringen Sie Schwung  
in Ihre Freizeit**

**F**ußball spielen, Turnen oder Musik sind Hobbys, die einen oft in der Jugend begleiten. Im Alter sinkt die Motivation für eine spannende Freizeitgestaltung häufig. »Das kann ich jetzt eh nicht mehr machen« oder »viel zu anstrengend« sind Sätze, die vielleicht sogar Sie selbst schon oft gesagt oder gedacht haben. Doch gerade im Alter ist es wichtig, den Körper, den Geist und auch die Seele auf Trab zu halten.

Natürlich sind alle Menschen unterschiedlich, auch was ihre körperliche oder geistige Verfassung betrifft. Deshalb sollten Sie in sich hineinhorchen und schauen, mit welcher Beschäftigung Sie sich am wohlsten fühlen, doch Möglichkeiten gibt es viele! ➤

## »Drei mal drei macht neune«: Lassen Sie das Gehirn joggen

Wer seinem Körper eher Entspannung gönnen möchte oder muss, der kann den Kopf fordern. Stumpfe Rechenaufgaben zählen nicht zu den spannendsten Beschäftigungen, aber wenn Sie Zahlen gegenüber nicht abgeneigt sind, wie wäre es dann mit einer Runde Sudoku? Das knifflige Rätselspiel wurde in den 80ern in Japan populär und begeistert bis heute viele Menschen. Es besteht aus einem Raster aus 9 x 9 Feldern, das zusätzlich noch in kleine 3 x 3-Kästchen unterteilt ist. Ihr Ziel beim Knobeln ist es, dass die Zahlen von 1 bis 9 in jeder Zeile, Spalte und in jedem kleinen Block nur ein einziges Mal vorkommen. Das kann sich teilweise sehr schwierig gestalten, es gibt allerdings auch einfachere Varianten für Einsteigerinnen und Einsteiger.

Sie sind eher der visuelle Typ? Na, zum Glück gibt es Puzzles! Vielleicht fragen Sie sich jetzt, ob dieses Hobby wirklich den Kopf fordert. Aber es gibt unterschiedliche Puzzle-Arten und oft ist es gar nicht so einfach, die passenden Teile zu finden und zusammensetzen, um am Ende ein tolles Gesamtbild zu haben. Puzzeln ist eine schöne Form des Gehirnjoggings, denn schlussendlich können Sie sehen, was Sie geschafft haben. Die Motive können Sie selbst aussuchen und wenn sie Ihnen besonders gut gefallen – ab in einen Rahmen damit und an die Wand: Deko mit Köpfchen.

Wo wir schon bei der Deko sind: Haben Sie sich bereits an der Nadel versucht? Häkeln, Stricken oder Nähen hält nicht nur den Kopf fit, sondern sorgt auch noch für schöne Unikate in den Wohnräumen oder in Ihrer Garderobe – Ihrer Kreativität sind dabei keine Grenzen gesetzt!

## Fit wie ein Turnschuh

Wenn Sie sich eher zu den körperlich fitten Menschen zählen und möchten, dass das so bleibt, dann haben Sie auch im Alter noch Möglichkeiten, sich auszuleben. Wahrscheinlich funktioniert Hürdenlauf nicht mehr so gut, doch Yoga oder Pilates kommen durchaus infrage. Die Mischung aus bewusster Atmung und fließenden, kontrollierten Bewegungen hält Sie fit und sorgt für eine positivere Lebenseinstellung. Außerdem sind Yoga- und Pilates-Übungen sehr gelenkschonend. Um sicherzugehen, dass Sie die einzelnen Bewegungen korrekt ausführen, empfiehlt es sich, einen Kurs zu belegen.

Wussten Sie, dass man auch im Sitzen tanzen kann? Für alle, die in ihren Bewegungen eingeschränkt sind, gibt es den Sitztanz. Schwungvolle Arme, ein kreisender Oberkörper und einfach mal die Schultern ausschütteln bei lauter Musik. Eine Beschäftigung, die in der Gruppe noch mehr Spaß macht.

»Ich ging einmal spazieren«, trällerte Friedrich Silcher bereits 1851. Also nehmen Sie doch öfter mal die Beine in die Hand und schlendern los zu einem Spaziergang. In der Natur unterwegs zu sein, tut der Seele und dem Körper gut. Das Tempo können Sie einfach selbst bestimmen, je nach Lust und Tagesform.

## Balsam für die Seele

Kreativ zu werden, ist ein Garant für positive Gefühle, und die Zeit fliegt nur so dahin. Und ja, im Alter kann man auch noch ein Instrument lernen, wenn man das möchte. Sie brauchen wahrscheinlich mehr Geduld und Durchhaltevermögen, doch dann lassen sich Erfolge sehen und Musik ertönt.

Wenn Ihre Frustrationsgrenze eher gering ist, dann können Sie trotzdem kreativ werden und malen. Hier kann sich jeder Mensch ausleben, denn es gibt viele verschiedene Techniken. Aquarell, Pastell, Acryl, Öl, Kohle oder einfach Tusche und Buntstifte – da lässt sich auch für Sie etwas finden. Wer beim Malen lieber an die Hand genommen werden möchte, kann sich eines der unzähligen Erwachsenen-Malbücher besorgen. Die Motive reichen von feingliedrigen Mandalas bis hin zu simplen Tierbildern.

Sie sehen also, auch im Alter gibt es noch vieles, das Sie regelmäßig in Ihren Alltag integrieren können, um das Leben etwas bunter und aktiver zu gestalten. Denn sowohl der Geist als auch der Körper sollten hin und wieder gefordert werden – und zusätzlich bringt so ein Hobby Freude und Freunde.



## »ABER BITTE MIT SAHNE«

### Kuchenrezepte zum Schlemmen

**B**ei Süßwaren, Gebäck und Kuchen denkt man heute häufig nur an die Kalorien, die nach dem Verspeisen auf der Hüfte landen. Dabei ist das Backen selbst eine hervorragende Beschäftigung, um den Kopf fit zu halten, und das Naschen hinterher macht dazu auch noch glücklich, zufrieden und satt. Und jeder weiß: Nirgends lässt sich so gut Klatsch und Tratsch bequatschen wie bei einem Stück Torte! Damit Sie und auch wir wieder mehr zum leckeren Kuchenstück greifen, stellen nun einige Bewohnerinnen ihre Lieblingsrezepte zum Nachbacken vor.



### Schwarzwälder Kirschtorte

von Irmgard Mast

Irmgard Mast hatte zwei Tage nach dem Gespräch über ihr Lieblingsrezept Geburtstag. Und was meinen Sie, welchen köstlichen Kuchen ihre Tochter ihr da wohl mitgebracht hat? Eine Schwarzwälder Kirschtorte nach dem Rezept ihrer Mutter. Das Talent zum Backen hat sich wohl vererbt, denn Frau Masts Tochter ist sogar so begabt, dass sie 2006 im SWR3 als »Bäckerin« in Erscheinung trat, in der Sendung »Kaffee und Tee«. Damit Sie sich nun auch von der herrlichen Torte überzeugen können, hier das Rezept:

#### ZUTATEN

6 Eier  
180 g Zucker  
1 Päckchen Vanillezucker  
2 gestr. Teelöffel Backpulver  
180 g Mehl  
1 Becher Sahne  
1 Glas Sauerkirschen  
etwas Stärke  
etwas Kirschwasser  
Sahnesteif  
Schokoraseln

#### ZUBEREITUNG

Eier trennen. Das Eigelb mit etwas Wasser, dem Zucker und einem Päckchen Vanillezucker sämig schlagen. Das Eiweiß zu Eischnee schlagen. Das Mehl unter die Eigelbmasse heben und den Eischnee hinzufügen. Eine Springform mit Backpapier ausschlagen, die Teigmasse hineingeben und bei 180 °C 30 bis 40 Minuten backen. Den noch warmen Tortenboden aus der Springform herausnehmen und abkühlen lassen. Am nächsten Tag den Tortenboden in drei gleich hohe Schichten schneiden. Den Saft von einem Glas Sauerkirschen in einen Topf geben und unter Erwärmen mit etwas Stärke andicken. Die Sauerkirschen und etwas Kirschwasser dazugeben, vorher einige Sauerkirschen für die Deko beiseite stellen. Nach dem Abkühlen der Flüssigkeit die erste Tortenschicht damit bestreichen und die zweite Tortenschicht darauf geben. Sahne mit Sahnesteif schlagen und auf die zweite Tortenschicht geben. Hierauf nun die dritte Tortenschicht geben und diese ebenfalls mit Sahne bestreichen. Die restliche Sahne mit einem Spritzbeutel zu Rosetten formen und mit einer Sauerkirsche dekorieren. Abschließend mit Schokoraseln bestreuen.



### Russischer Apfelkuchen von Hannelore Wagenblaß

#### ZUTATEN

250 g Mehl  
250 g Zucker  
250 g weiche Butter  
1 Päckchen Backpulver  
1 Päckchen Vanillezucker  
4 Eier  
3–4 Kaffeelöffel Zimt  
3 Esslöffel Rum  
3–4 Esslöffel Kakao  
125 g gemahlene Haselnüsse  
3–4 Äpfel kleinschneiden

#### ZUBEREITUNG

Zucker und Eier schaumig schlagen, weiche Butter hinzufügen. Trockene Zutaten miteinander vermengen, anschließend alles miteinander verrühren. Die Äpfel unterheben (können geraspelt oder in kleine Stücke geschnitten werden) und den Teig in eine runde Kuchenform einfüllen. Bei 175 °C ca. 60 Minuten backen.





FOTO: ISTOCK.COM/SANDRA BACKWINKEL



**Kirschkuchen**  
von Barbara Sauter

Wie werden gewisse Rezepte zu unseren Lieblingen? Meistens, weil sie fein und lecker schmecken und auch, weil sie leicht zu machen sind. Genauso geht es Barbara Sauter. Außerdem, fügt sie hinzu, sei der Kuchen damals bei ihren Gästen immer sehr beliebt gewesen. Wir denken, bei Ihnen wird er ebenfalls ankommen.

- ZUTATEN**  
 130 g Butter  
 3-4 Eier  
 130 g Zucker  
 1 Pck. Vanillinzucker  
 2 gestr. Teelöffel Backpulver  
 150-180 g Mehl  
 1 Glas Kirschen

**ZUBEREITUNG**  
 Butter, Zucker und ein Päckchen Vanillinzucker schaumig rühren. Nach und nach die Eier unterrühren. Dann das Mehl mit 2 gestrichenen TL Backpulver sieben und unter die Masse unterheben. Eine Backform einfetten. Den Rand dabei nicht vergessen! Im Anschluss den Teig einfüllen. 1 Glas Kirschen in einem Sieb gut abtropfen lassen und auf dem Kuchen verteilen. Der Kuchen kommt bei 180 °C für 40-45 Minuten in den Backofen. Danach auskühlen lassen und genießen.

**Na dann, guten Appetit!**  
 Hoffentlich wurde Ihre Backlaune angeregt und der Kaffeetratsch bei köstlichem Kuchen kann bald starten. Machen Sie sich auf jeden Fall keine Sorgen über die Kalorien, die auf der Hüfte landen könnten, man muss sich auch mal was gönnen und beim Klatsch lacht man sich dann wieder in Form.

FOTO: ISTOCK.COM/TANAJATTOVA



**Biskuitrolle**  
von Rosemarie Pleßke

- ZUTATEN**  
 4 Eier  
 3 Esslöffel warmes Wasser  
 100 g Zucker  
 1 Päckchen Vanillezucker  
 3 Esslöffel Puderzucker  
 75 g Mehl  
 50 g Mondamin/Speisestärke  
 1 Messerspitze Backpulver  
 Füllung nach Wahl

**ZUBEREITUNG**  
 Eier trennen. Eigelb und warmes Wasser, Zucker und Vanillezucker verrühren. Eiweiß mit Puderzucker steif schlagen. Mehl, Mondamin und Backpulver mit der Eigelbmasse verrühren, dann den Eischnee unterheben. Die Masse auf einem mit Backpapier ausgelegtem Backblech verteilen und bei 200 °C 12 Minuten backen. Danach gleich auf ein Geschirrtuch stürzen und rollen. Warten, bis die Rolle ausgekühlt ist und dann mit Creme, Sahne, Früchten etc. befüllen.

# Keine Angst VOR DER GESETZLICHEN BETREUUNG

Im Rahmen der Beratung und Neuaufnahme ins Pflegeheim kommt der Frage nach einer Vollmacht, wenn zum Beispiel die Eltern nicht mehr in der Lage sind, selbst zu entscheiden, eine zentrale Rolle zu. Sollte keine Vorsorgevollmacht oder Generalvollmacht vorliegen, muss das Amtsgericht informiert werden. Dort wird angeregt, eine rechtliche Betreuung einzurichten. Häufig steht dann die Angst im Raum, »entmündigt« zu werden. Dies ist selbstverständlich nicht der Fall. Rechtliche Betreuer<sup>1</sup> sind viel mehr als Unterstützung zu verstehen. Sie sind angehalten, immer in Absprache und im Sinne ihrer oder ihres Betreuten zu handeln, und sind dabei dem Amtsgericht gegenüber rechenschaftspflichtig.

## Was bedeutet gesetzliche Betreuung?

Gesetzliche Betreuung bedeutet, dass ein Betreuer oder eine Betreuerin eine Person juristisch vertritt und Institutionen gegenüber in ihrem Namen handelt.

## Die wichtigsten Fragen und Antworten zur gesetzlichen Betreuung

## Wann ist eine Betreuung nötig?

Wenn ein Mensch seine eigenen Angelegenheiten nicht mehr regeln kann und keine eigenverantwortlichen Entscheidungen treffen kann, benötigt er einen Betreuer bzw. eine Betreuerin. Das kann aufgrund einer Behinderung oder einer geistigen Krankheit wie beispielsweise Alzheimer der Fall sein. Ist eine Betreuung nötig, kann diese von der Person selbst beantragt oder von einer anderen Person angeregt werden. Ein Betreuungsgericht prüft den Antrag dann.

## Wer kann gesetzlicher Betreuer werden und wie wird dieser bestimmt?

Oft sind Familienangehörige gesetzliche Betreuer. Für Ehepartner, Kinder und Enkel gelten besondere Regeln bei der Vermögenssorge. Sie können ohne gerichtliche Genehmigung über die Geldanlagen des Betreuten verfügen. Es

können aber auch Freunde oder Nachbarn ehrenamtlich die Betreuung übernehmen. Voraussetzungen sind: Volljährigkeit, Geschäftsfähigkeit, kein Eintrag im Schuldnerverzeichnis und ausreichende deutsche Sprachkenntnisse. Außerdem gibt es in Deutschland inzwischen

immer mehr Berufsbetreuer. Bezahlt werden diese von dem Betreuten<sup>1</sup> oder dessen Familie. Der Betreute oder Familienangehörige können Vorschläge machen oder Wünsche dazu äußern, wer die Betreuung übernehmen soll. Diese muss sich das Betreuungsgericht anhören, es ist aber nicht verpflichtet, sich daran zu halten. In einer Betreuungsverfügung kann jedoch eine Person, die betreiben soll, festgelegt werden.

## Für was ist ein Betreuer zuständig?

Ein Betreuer regelt alles Bürokratische. Das reicht von Anträgen bei der Krankenkasse über Fragen zu Immobilien bis zu Schreiben des Mobilfunkanbieters. Er ist außerdem für alles Finanzielle verantwortlich. Das Amtsgericht listet je nach Einzelfall jeden einzelnen Bereich auf, für den ein Betreuer zuständig sein soll. Wie lange dauert eine gesetzliche Betreuung?

Eine Betreuung wird zunächst für eine halbes Jahr festgelegt. Diese kann dann zu einer dauerhaften Betreuung verlängert werden. Danach prüft das Gericht die Betreuung nach sieben Jahren nochmals. Eine Betreuung kann auch wieder aufgehoben werden. Dafür muss der Betreute oder der Betreuer einen Antrag stellen, den das Betreuungsgericht überprüfen muss.

## Was ist eine Betreuungsverfügung?

Eine Betreuungsverfügung ist eine Art Absicherung, falls man einmal eine rechtliche Betreuung brauchen sollte. Diese sollte man daher verfassen, solange man noch dazu in der Lage ist. Man kann in ihr seine Wünsche und Vorstellungen formulieren, wie man sich im Fall der Fälle eine Betreuung wünscht. Auch wer Betreuer sein soll, kann man darin

festlegen, oder wen man auf keinen Fall als Betreuer möchte. Wichtig ist, dass man seine Wünsche so genau wie möglich aufschreibt. Betreuer und Betreuungsgericht müssen sich dann so gut wie möglich daran halten. Eine Betreuungsverfügung muss keine bestimmte Form haben. Wichtig ist, dass Unterschrift, Ort und Datum darinstehen. Zur Bekräftigung kann diese nach zwei Jahren noch einmal mit Datum unterschrieben werden.

## Wo gibt es Beratung zum Thema Betreuung?

Beratung und Informationen zum Thema gibt es beim Landratsamt des Ortenaukreises in Offenburg. Auch der Soziale Dienst des Ludwig-Frank-Hauses kann bei Fragen und Anliegen zum Thema beraten. ❤

Quellen: [www.familienratgeber.de](http://www.familienratgeber.de), [Stiftung Warentest www.test.de](http://Stiftung Warentest www.test.de), [www.gesetzliche-betreuung.com](http://www.gesetzliche-betreuung.com)



<sup>1</sup>HINWEIS: Aus Gründen der besseren Lesbarkeit werden die übergreifenden Begriffe »Betreuer« und »Betreuerin« verwendet, die sich aber auf alle Geschlechteridentitäten (m/w/d) beziehen.

# WENN DIE HÄNDE BESCHÄFTIGT SIND

*In dieser Ausgabe haben wir schon generelle Ideen gegeben, welchen Freizeitaktivitäten man im Alter nachgehen kann. Doch natürlich fragten wir auch bei unseren Bewohnerinnen und Bewohnern nach, was sie noch heute gerne machen, um Körper und Geist fit zu halten. Häkeln, Basteln oder doch lieber Gymnastik: Was meinen Sie?*



**Rosalia Blechschmidt (84)**

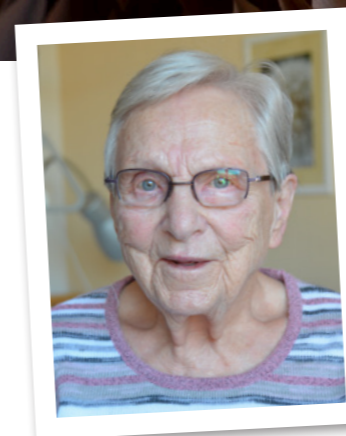
»Ich habe viel gehäkelt und gestrickt, seit meiner Kindheit. Aber seit einem Jahr habe ich starke Schmerzen im rechten Oberarm, deshalb geht es nicht mehr. Dabei täte ich es doch so gerne. Die Finger wollen noch, aber

der Arm macht nicht mit. Ich bin in Rumänien aufgewachsen. Meine Mutter hat gesponnen, und mit ungefähr 14 Jahren habe ich angefangen, ihr zu helfen und immer zwei Fäden zusammengesponnen. In dem Alter habe ich auch angefangen, zu stricken. Es gab damals nicht viele Möglichkeiten zum Zeitvertreib, und Handarbeiten waren immerhin nützlich. Wir haben auch Hanf angebaut und Leintücher daraus gemacht. Hier im Ludwig-Frank-Haus habe ich die Pfleger mit Socken versorgt. Ich habe wenig für mich gestrickt, das meiste habe ich verschenkt. Auch eine schöne Häkeldecke, die ich noch hatte. Handarbeiten ist ein einfach ein sinnvolles Hobby.«

**Ilse Tag (82)**

»Ich leite regelmäßig einige Frauen im Wohnbereich bei der Gymnastik an. Ich war 50 Jahre lang jeden Montag dabei, bis die Corona-Pandemie kam. Nach so langer Zeit kennt man alle Übungen. Also mache ich es so, wie ich es gewohnt bin. Wir haben einfach mal damit

angefangen, hier im Wohnbereich. Etwas ist etwas, wir sind genügsam. Und Bewegung ist wichtig und tut gut. Damit der Körper nicht so einrostet. Wir machen eben, was noch geht. Angefangen habe ich mit dem Gymnastik 1971. Da wurde die Festhalle in Kubach gebaut. Mit der neuen Halle kam im Ringerverein der Vorschlag auf, eine Gymnastikgruppe für Frauen zu gründen. Mein Mann war Vorsitzender und hat mich gebeten, die Anmeldungen anzunehmen. Das Interesse war so groß, dass wir am Anfang zwei Gruppen angeboten haben. Mein zweites Hobby ist auch das Handarbeiten. Ich häkle, stricke und habe lange genäht. Früher – bevor die Jeanshosen kamen – habe ich alle meine Hosen selbst genäht. Mein Mann hatte mir die Nähmaschine dafür gekauft, eine Pfaff, die erste aus Leichtmetall, damit ich sie in jedem Zimmer benutzen konnte. Und für meinen Vater habe ich immer Socken gestrickt. Das erste Paar mit zehn Jahren. Er war der Einzige in der Familie, der Wollsocken getragen hat. Jetzt stricke ich für meinen Sohn und verschenke auch einiges. Es ist eine gute Sache, so sind die Hände beschäftigt.«




**Hannelore de Wall (93)**

»Ich habe immer viel gebastelt. Das gehört zum Berufsbild einer Sozialpädagogin einfach dazu. Man muss Leute beschäftigen können. Aber es

hat mir auch immer Spaß gemacht. Und die Menschen finden beim gemeinsamen Basteln schnell zueinander und öffnen sich. Ich habe oft die erstaunlichsten Geschichten aus den Menschen herausgeholt, während sie beispielsweise Papierschnipselbilder geklebt haben. Es sind außerdem kleine Erfolgserlebnisse, aus fast nichts etwas Schönes zu kreieren. Als Geschenk von mir gab es meistens auch etwas Selbstgemachtes, das zum Anlass gepasst hat, ein Ostersträußchen zum Beispiel oder gefaltete Sterne an Weihnachten. In meinem ersten Jahr hier im Ludwig-Frank-Haus habe ich 100 Weihnachtssterne gebastelt. Es ist auch eine



gute Beschäftigungstherapie, aber inzwischen sind meine Finger nicht mehr so feinfühlig wie früher, sie werden taub an den Spitzen. Trotzdem habe ich auch dieses Jahr wieder welche gemacht, die wir dann im Speisesaal aufgehängt haben.« 



# Schokolade

## IM LUDWIG-FRANK-HAUS IMMER FAIRTRADE

**S**ie schmeckt fast jedem Menschen und ist auch im Ludwig-Frank-Haus ein beliebtes Geschenk für Bewohnerinnen, Bewohner oder ehrenamtliche Tätige: Schokolade.

Im Haus wird dabei Wert darauf gelegt, dass diese und auch andere Produkte, die verschenkt werden, aus fairem Handel kommen. Dies geschieht in enger Kooperation mit dem Weltladen Esperanza, der in Lahr am Marktplatz zu finden ist. Doch warum ist das gerade bei Schokolade besonders wichtig? Und auf welche Siegel sollte man beim Kauf achten?

### Die Bedingungen

Armut, Kinderarbeit und Entwaldung – die ausbeuterischen Bedingungen, unter denen Kakao angebaut wird, haben sich in den vergangenen 20 Jahren kaum verändert. Zu diesem Ergebnis kommt das aktuelle Kakao-Barometer. Das Kakao-Barometer wird von einer internationalen Gruppe zivilgesellschaftlicher Organisationen herausgegeben und gibt alle zwei Jahre einen Überblick über die Nachhaltigkeitsbemühun-

gen im Kakaosektor. Demnach ist die Armut der rund 14 Millionen Kakaobauern weiterhin groß und Kinderarbeit hat sogar zugenommen. Dazu kommt die fortschreitende Entwaldung in den betroffenen Gebieten.

Auf Schokolade verzichten möchte trotzdem kaum jemand: Knapp zehn Kilo verdrückt jeder Deutsche im Schnitt pro Jahr. Wenn man auf bestimmte Siegel achtet, muss man dabei auch kein schlechtes Gewissen haben, sondern unterstützt Unternehmen und Kakaobauern, die auf faire Konditionen achten.

### Fairtrade-Siegel

Die meistverbreiteten Siegel sind das klassische Fairtrade-Siegel und GEPA. Schokoladen mit diesen Siegeln sind dabei nicht immer unbedingt teuer als die von anderen Marken.

Das Fairtrade-Siegel steht für bessere soziale Bedingungen, verbietet ausbeuterische Kinderarbeit und den Einsatz einiger Chemikalien und unterstützt eine nachhaltige Produktion. Es sichert Mindestpreise zu und zahlt Prämien zur Förderung von Gemeinschaftsprojekten. Der Fairtrade-Anteil am Endprodukt muss mindestens 20 Prozent betragen.

Noch strenger ist das GEPA-Siegel. GEPA setzt strenge Sozialstandards, verbietet Kinderarbeit, arbeitet direkt und langfristig mit verschiedenen, demokratisch organisierten Kleinbauerngenossenschaften zusammen und fördert diese. Ganz allgemein versucht es, über andere faire Handels-Richtlinien hinaus zu gehen. Der

Großteil der Mischprodukte – und damit auch der Schokolade – enthalten über 75 Prozent fair gehandelte Zutaten.

Kein Siegel für fairen Handel ist das UTZ. Dieses Zeichen tragen oft auch Schokoladen der großen Unternehmen wie Nestlé oder Ferrero. Es steht für minimale Nachhaltigkeit und für mehr ökonomische Effizienz.

### Fairtrade im Ludwig-Frank-Haus

Auch Schokoladen, die im Hauskiosk des Ludwig-Frank-Hauses erhältlich sind, sind fair gehandelt. Außerdem ist das Ludwig-Frank-Haus Fairtrade-Partner der Stadt Lahr. Lahr ist



Fairtrade-Stadt. Das bedeutet, dass sie fairen Handel fördert und bekannter machen will. Wer selbst einmal eine große Auswahl an fair gehandelten Schokoladen und vielen anderen Lebensmitteln und Handwerksprodukten erleben möchte, schaut einfach beim Weltladen Esperanza, Marktplatz 12 in Lahr vorbei. Auch Informationen zu diesem Themenkomplex gibt es vor Ort.

QUELLEN: UTOPIA, GEPA, STADT LAHR.



# Kreuzworträtsel

Getreidebündel	ärztliche Bescheinigungen	Vorname der Mittermaier	engl. erhalten Stadt an der Oder	See im Norden Italiens	englische Anrede Nadelbaum	US-Münze Badgegefäß	Hautkrankheit bei Haustieren	zu stellen
				Streitigkeit				
Affront Index d. Londoner Börse			5	Hptst. Albanens Speise-fische				medizinisch: untätig
				Kälber-ferment ... und Gut	6	sehr förmlich Volk im Tschad		
					Elektro-Muskel-Stimul. Abk.		franz. Artikel Ackergerät	
Japan. Geesell-schaft-lerin	harte Schutz-schicht		7		epieBig			
Schön-ling (franz.)	Abk.: Ab-handlung Schiffs-zubehör			Stadt an der Unstrut	ohne Ver-gnügen Frauen-name			
				Kleider-rand Abk.: Absender		8	englisch: Huhn	Vorname der Pfaf †
Stamm-vater Israels	Pluspoi			Werk von Rollande europ. Meer				Vorname Ustinova † 2004
					Wortteil: fern Balsaren-Insel			dt. Pres-seagentur Teil der Kerze
Seeunge-heuer franz.: Tod			2		Staat in Südaalen englisch: und			4
				artig				Vorname eines Habsbur-gers
Haken-schlinge	Glieder-rüber englisch: Splon				US-Pop-Sängerin englisch: Ohr			
				amerik.-Schau-sp. (Ca-meron)	Kniff, Trick Senk-biele			drei Musizie-rende
englis-cher Männer-name	Fußhebel österr. Presse-agentur				Schach-stellung serb. Autor			Kurzmit-teilung (Kw.)
				franz., span. Fürwort: du	Duft, Geruch (lat.)			nieder-ländisch: eins
Haupt-stadt von Liechten-stein	eine Tätow-ierung							Nutztier d. Lappen Zeichen f. Thullum
								Schlecht-wetter-zone
								3
				Pas-sions-spielort in Tirol				nicht stereo
								9

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

Lösungswort: OSTERLAM

## Schön, dass Sie mehr wissen möchten!

Für alle Fragen und Wünsche stehen wir gern zur Verfügung. Zögern Sie nicht, uns anzurufen.



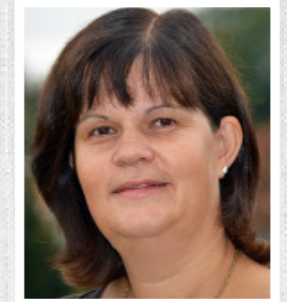
**Martin Wälde**  
Einrichtungsleitung  
Tel. 07821 9229-1000  
martin.waelde@awo-baden.de



**Olga Trotner**  
Pflegedienstleitung  
Tel. 07821 9229-1020  
olga.trotner@awo-baden.de



**Simone Dupps**  
Sozialer Dienst  
Tel. 07821 9229-1040  
simone.dupps@awo-baden.de



**Christina Fehrenbacher**  
Sozialer Dienst  
Tel. 07821 9229-1040  
christina.fehrenbacher@awo-baden.de



**Rosemarie Rimpf**  
Sozialer Dienst  
Tel. 07821 9229-1030  
rosemarie.rimpf@awo-baden.de



**Charlotte Hurrle**  
Verwaltung  
Tel. 07821 9229-1010  
charlotte.hurrle@awo-baden.de



**Ute Haller**  
Verwaltung (Heimkosten)  
Tel. 07821 9229-1013  
ute.haller@awo-baden.de



**Anna Ciciello**  
Verwaltung (Personal)  
Tel. 07821 9229-1012  
anna.ciciello@awo-baden.de

**Beate Burg**  
Wohnbereichsleitung WBM/S  
Tel. 07821 9229-1500  
wbs.szlahr@awo-baden.de  
wbm.szlahr@awo-baden.de

**Jasmin Killius**  
Wohnbereichsleitung WBL  
Tel. 07821 9229-1200  
wbl.szlahr@awo-baden.de

**Elena Sack**  
Wohnbereichsleitung WBK  
Tel. 07821 9229-1400  
wbk.szlahr@awo-baden.de

**Jana Seiler**  
Wohnbereichsleitung WBD  
Tel. 07821 9229-1100  
wbd.szlahr@awo-baden.de

**Beate Kaczmarek**  
Hauswirtschaftsleitung  
Tel. 07821 9229-1050  
beate.kaczmarek@awo-baden.de

**Pascal Tritz**  
Küchen- und Hauswirtschaftsleitung  
Tel. 07821 9229-1060  
pascal.tritz@awo-baden.de

**IMPRESSUM**  
Die Heimzeitung des AWO Bezirksverbands Baden e.V. ist ein Informations- und Unterhaltungsmagazin für Seniorinnen/Senioren, deren Angehörige sowie Interessierte. Das Magazin setzt sich aus allgemeinen sowie regionalen Themen direkt aus dem jeweiligen redaktionsleitenden AWO-Seniorenzentrum zusammen und erscheint vierteljährlich.

**HERAUSGEBER**  
AWO Bezirksverband Baden e.V.  
Hohenzollernstraße 22 | 76135 Karlsruhe  
T. +49 721 82 070 | F. +49 721 82 07 600  
info@awo-baden.de

**REDAKTION**  
Martin Wälde und  
die COMMWORK Werbeagentur GmbH

**FOTOREDAKTION**  
AWO-Seniorenzentrum Ludwig-Frank-Haus und  
Eric Langerbeins,  
COMMWORK Werbeagentur GmbH

**LAYOUT/PRODUKTION**  
COMMWORK Werbeagentur GmbH  
Deichstraße 36b | 20459 Hamburg  
T. +49 40 32 555 333  
F. +49 40 32 555 334  
info@commwork.de

**LEKTORAT**  
Manuela Tanzen

# DAS AWO-SENIORENZENTRUM LUDWIG-FRANK-HAUS



## Unsere Leistungen und Qualitätsmerkmale

Sicher und geborgen – das AWO-Seniorenzentrum Ludwig-Frank-Haus in Lahr bietet pflegebedürftigen Menschen individuelle Pflege und Betreuung nach modernsten Standards in drei unterschiedlichen Wohnformen: klassischer Wohnbereich, demenzorientierter Wohnbereich und Hausgemeinschaft.

- ✓ 124 stationäre Plätze; davon sind 116 Einzel- und 4 Doppelzimmer
- ✓ Moderne Pflegebetten sowie behindertengerechte Sanitärbereiche mit Dusche und WC
- ✓ Demenzorientierte Pflege im geschützten Wohnbereich mit barrierefreiem Zugang zum Garten der Sinne
- ✓ Frische Speisen aus eigener Küche, Menüauswahl und Sonderkostformen
- ✓ Freie Arztwahl
- ✓ Kurzzeitpflege – Pflege auf Zeit
- ✓ Tagespflege
- ✓ Friseur und Fußpflegeservice
- ✓ Umfangreiches kulturelles Veranstaltungsangebot
- ✓ Und vieles mehr ...

**KOSTENLOSE  
SERVICENUMMER:  
0800 900 9229**

**AWO-Seniorenzentrum Ludwig-Frank-Haus**  
Marie-Juchacz-Straße 8 · 77933 Lahr  
Tel. 07821 9229-0 · Fax 07821 9229-1091  
E-Mail: [info.szlahr@awo-baden.de](mailto:info.szlahr@awo-baden.de)  
[www.awo-seniorenzentrum-ludwig-frank-haus.de](http://www.awo-seniorenzentrum-ludwig-frank-haus.de)



Seniorenzentrum  
**Ludwig-Frank-Haus**  
Lahr