



VIERWINDEN-BOTE

Haus-Post des AWO Seniorenzentrums Bendorf



Bezirksverband Rheinland e.V.
Seniorenzentrum Vierwindenhöhe
Bendorf



UNSERE AWO-WERTE: Freiheit, Toleranz, Gleichheit, Gerechtigkeit, Solidarität

Liebe Bewohner*innen, liebe Leser*innen,

herzlich willkommen zur neuesten Ausgabe unserer Hauszeitung und der ersten im Jahr 2025! In dieser Ausgabe möchten wir Ihnen einen Einblick in die vielfältigen Aktivitäten und Veranstaltungen der vergangenen Monate geben, die in unserer Einrichtung und der Umgebung stattgefunden haben.

Zunächst berichten wir von unserem fröhlichen Besuch auf dem Mückenfest, wo wir gemeinsam mit vielen anderen Gästen einen unvergesslichen Tag verbracht haben. Die Sayner Hütte und die herzliche Atmosphäre haben uns alle begeistert! Ein weiteres Highlight war das Fischerfest in unserer Einrichtung mit dem Angelsportverein Bendorf 1923 e.V., Sound mit Klaus (Klaus Weber) und dem Shanty-Chor aus Lahnstein. Im Rahmen der Aktion Saubere Landschaft haben wir uns aktiv für unsere Umwelt eingesetzt. Gemeinsam haben wir Müll gesammelt und uns für eine saubere und lebenswerte Umgebung stark gemacht. Ein besonders wichtiger Vortrag von Renate von Ritter zu dem Thema „Demenz verstehen“ hat

uns sensibilisiert und informiert.

Im Juni haben wir bereits mit einer Gruppe an Bewohner*innen eine Rheinschiffahrt unternommen. Der zweite Schiffsausflug für dieses Jahr mit weiteren Bewohner*innen folgte im September. Auch auf dem Bendorfer Wochenmarkt waren wir mit dem Herzmobil vertreten. Hier hatten wir die Gelegenheit uns mit den anderen Anbieter*innen und den Besucher*innen des Marktes auszutauschen. Es war eine wunderbare Möglichkeit die lokale Gemeinschaft zu unterstützen.

Wir hoffen, dass Sie beim Lesen dieser Ausgabe viel Freude haben und sich inspiriert fühlen an unseren zukünftigen Aktivitäten teilzunehmen. Vielen Dank für Ihr Interesse und Ihre Unterstützung! Für das neue Jahr wünschen wir Ihnen alles erdenklich Gute, viel Glück und vor allem viel Gesundheit.

Ihre
Yvonne Keßler
Ehrenamts- und Sozialraumkoordinatorin

Inhalt

| | |
|-------------------------|-----|
| Vorwort | 2 |
| Mückenfest Bendorf Sayn | 3 |
| Saubere Landschaft | 4 |
| Demenz verstehen | 5 |
| Veranstaltungen | 6/7 |
| Therapiehunde | 8 |



Besuch des Mückenfest in Bendorf Sayn

Ein Fest der Erinnerung für die Senior*innen

Die Veranstaltung im Kulturpark Sayn bot eine Vielzahl von Aktivitäten, die die Geschichte vergangener Zeiten lebendig werden ließen. Die funktionalen und ästhetisch ansprechenden Objekte aus Eisen der Sayner Hütte in der Kunstgussgalerie luden die Bewohner*innen dazu ein, in Erinnerungen zu schwelgen und Geschichten aus ihrer eigenen Kindheit zu erzählen.

Das Mückenfest war nicht nur eine Feier der Vergangenheit, sondern auch eine wunderbare Gelegenheit, sich bei Kaffee und Kuchen mit anderen Besucher*innen auszutauschen. Um 15 Uhr fand in der Krupp'schen Halle erstmals ein offenes Singen statt, das speziell für das Mückenfest organisiert wurde. Der Frauenchor Sayn und ein eigens für diese Veranstaltung gegründeter Projektchor gestalteten das Programm. Die Bewohner*innen hatten die Möglichkeit, den Darbietungen der Chöre zuzuhören und beim offenen Singen beliebte Schlager mitzusingen.

Insgesamt war der Besuch auf dem Mückenfest ein großer Erfolg, der nicht nur die Geschichte lebendig hielt, sondern auch die Gemeinschaft stärkte. Die Senior*innen gingen mit einem Lächeln im Gesicht und vielen schönen Erinnerungen nach Hause – ein Zeichen dafür, dass die Vergangenheit immer einen besonderen Platz in unseren Herzen hat.

»» Lebendige Geschichte für unsere Bewohner*innen



Saubere Landschaft

Müll sammeln auf der Vierwindenhöhe

Am Dienstag, den 15. Oktober fand auf der Vierwindenhöhe eine freiwillige Müllsammelaktion des AWO Seniorenzentrums Vierwindenhöhe statt. Aufgerufen hatte dazu die Stadt Bendorf, die die Aktion Saubere Landschaft alljährlich veranstaltet. Ziel der Aktion war es, die Umgebung von Müll zu befreien und ein Zeichen für Umweltschutz und Nachhaltigkeit zu setzen.

Bewohner*innen, Bürger*innen und Mitarbeiter*innen trafen sich am frühen Morgen und wurden mit Handschuhen, Greifzangen und Müllsäcken ausgestattet. In Gruppen aufgeteilt, machten sie sich auf den Weg Bürgersteige, Straßen, Grünanlagen und Parkplätze von Müll zu befreien. Gern schloss sich die Tagesmutter der AWO Vierwindenspatzen den fleißigen Müllsammler*innen an und nutzte die Gelegenheit für einen Spaziergang an der frischen

Luft mit dem kleinsten Spatzenkind. Während der Aktion wurde schnell deutlich, dass Zigarettenreste und leere Zigarettenschachteln stark vertreten waren. Diese Art von Müll stellt nicht nur eine Umweltbelastung dar, sondern kann auch schädlich für Tiere und Pflanzen sein.

Am Ende der Aktion wurden die gesammelten Abfälle ordnungsgemäß entsorgt. Eine besondere Anerkennung gebührt einer Bürgerin, die nicht nur bei solchen Aktionen aktiv mitwirkt, sondern auch regelmäßig die Straßen, Bürgersteige und Grünanlagen von Müll säubert.

»» Herzlichen Dank an alle Helfer*innen.





Demenz verstehen

Verständnis und Unterstützung für Betroffene und deren Angehörige

Am 22. August fand im Quartiersraum 4-Winden-Treff des AWO Seniorenzentrum Vierwindenhöhe Bendorf ein aufschlussreicher Vortrag mit dem Titel „Demenz verstehen“ statt, der sich an Angehörige und Interessierte richtete. Die Veranstaltung, die aus Mitteln der Netzwerkförderung nach §45c Abs. 9 SGB XI finanziert, und vom Netzwerk Demenz Mayen-Koblenz und Yvonne Keßler (Ehrenamts- und Sozialraumkoordinatorin, AWO Seniorenzentrum) organisiert wurde, zog Bürger*innen aus der Region an, die sich über die verschiedenen Facetten der Demenzerkrankung informieren wollten.

Die Referentin, Renate von Ritter, Fachkraft für Gerontopsychiatrie und Demenzbeauftragte, eröffnete die Veranstaltung mit einem einfühlsamen Überblick über die verschiedenen Arten von Demenz und deren Symptome. Sie betonte die Wichtigkeit, die Erkrankung nicht nur als medizinisches Problem zu betrachten, sondern auch die emotionalen und sozialen Herausforderungen zu erkennen, die sowohl

Betroffene als auch Angehörige betreffen. Ein zentrales Thema des Vortrags war die Bedeutung der frühzeitigen Diagnose und der individuellen Betreuung. Frau von Ritter erklärte, dass eine frühzeitige Intervention nicht nur die Lebensqualität der Betroffenen verbessern kann, sondern auch den Angehörigen hilft, besser mit der Situation umzugehen. Es ist wichtig, die Erkrankung zu verstehen und die richtigen Hilfsangebote zu nutzen.

Im Anschluss an den Vortrag hatten die Teilnehmer*innen die Möglichkeit, Fragen zu stellen und sich auszutauschen. Viele Besucher*innen berichteten von ihren persönlichen Erfahrungen und suchten nach Ratschlägen, wie sie ihre Angehörigen besser unterstützen können.

„Demenz verstehen“ war nicht nur eine Informationsveranstaltung, sondern auch ein wichtiger Schritt in Richtung mehr Verständnis und Unterstützung für Betroffene und deren Angehörige.

Frischer Backfisch sorgte für großen Anklang

Am 11. Oktober fand das beliebte Fischerfest im AWO Seniorenzentrum Vierwindenhöhe statt. Der Angelsportverein Bendorf 1923 e.V. (ASV) hatte sich auch in diesem Jahr bereit erklärt, köstlichen Backfisch zuzubereiten, der bei den Besucher*innen schnell zum Highlight des Tages wurde. Der verführerische Duft von frisch gebackenem Fisch zog durch die Luft und sorgte für Vorfreude bei allen Anwesenden. Die knusprigen Filets fanden nicht nur bei den Bewohner*innen großen Anklang, sondern wurden auch von zahlreichen Bürger*innen aus dem Quartier käuflich erworben.

Die Atmosphäre war von Anfang an ausgelassen und fröhlich. Die musikalische Untermalung übernahm der beliebte Musiker Klaus Weber, der mit seinen eingängigen Melodien die Gäste zum Mitsingen und Schunkeln animierte. Höhepunkt des Programms war der Shanty-Chor Lahnstein, der mit traditionellen Seemannsliedern für maritime Stimmung sorgte. Die Kombination aus Musik und gutem Essen schuf eine einladende und gesellige Umgebung, in der sich alle wohlfühlten. Insgesamt

war das Fischerfest im Seniorenzentrum ein voller Erfolg, der die Herzen aller Anwesenden erwärmte und die Vorfreude auf eine Wiederholung gemeinsam mit dem ASV weckte.



Auf großer Fahrt Teil 2

Im Juni begaben sich die ersten Bewohner*innen und Mitarbeiter*innen des AWO Seniorenzentrum Vierwindenhöhe auf eine große Fahrt mit einem der Gilles Personenschiffe. Am 27. September 2024 startete eine weitere Gruppe des Seniorenzentrums im Hafen von Vallendar. Als das Schiff langsam aus dem Hafen auslief, erwachten in den Köpfen der älteren Damen und Herren viele schöne Erinnerungen an alte Zeiten. Einige von ihnen hatten früher mit

ihren Kindern oft Ausflüge auf dem Rhein und der Mosel unternommen, während andere Geschichten aus ihren Heimatorten am Rhein erzählten. Um die Stimmung noch weiter zu heben, stimmten eine Mitarbeiterin und ein Teil der Senior*innen fröhliche Seemannslieder an. Kurz darauf sangen immer mehr Personen aus der Gruppe mit. Die Melodien schallten durch den Raum und sorgten für eine wunderbare Atmosphäre während der Altstadt-Alttheintour.

»» Gemeinsame Aktivitäten in Bendorf!

Die Schifffahrt wurde zu einem unvergesslichen Erlebnis, das nicht nur die Herzen der Senior*innen berührte, sondern auch die der Mitarbeiter*innen, die die Freude und das Lachen der älteren Generation miterleben durften. Es war ein Tag voller Gemeinschaft, fröhlicher Gesichter und der magischen Kraft der Musik, die selbst die tiefsten Erinnerungen wieder zum Leben erwecken kann.



Zwiebelkuchen und gute Gespräche

Zu Gast auf dem Wochenmarkt

Jeden Freitag verwandelt sich der Kirchplatz in Bendorf in ein lebendiges Zentrum für Genuss und Geselligkeit. Der Wochenmarkt in Bendorf ist der perfekte Ort, um Nachbar*innen und Freund*innen zu treffen. Am 20. September zog das AWO Herzmobil mit dem verlockenden Duft von frisch gebackenem Zwiebelkuchen und erfrischenden Getränken die Besucher*innen an. Die entspannte und einladende Atmosphäre sorgte dafür, dass die Tische am Stand schnell von Marktbesucher*innen und den Senior*innen des AWO Seniorenzentrums Vierwindenhöhe

besetzt wurden. Bei strahlendem Sonnenschein wurde gemeinsam gegessen und gelacht. Der Wochenmarkt bietet eine willkommene Auszeit, Entspannung, Genuss und die Möglichkeit, mit alten und neuen Bekannt*innen ins Gespräch zu kommen. Auch der AWO Ortsverein Bendorf war aktiv dabei und informierte über seine vielfältigen Angebote. Das Team des AWO Seniorenzentrums Vierwindenhöhe empfindet es als Freude, Teil dieser Gemeinschaft zu sein, und bedankt sich herzlich bei allen Helfer*innen für diesen schönen Tag.





THERAPIEBEGLEITHUNDE

Im AWO Seniorenzentrum Vierwindenhöhe

Finya & Thea

Am 29. Oktober stellten sich Frau Wolff und ihre beiden Therapiebegleithunde Finya und Thea im AWO Seniorenzentrum Vierwindenhöhe das erste Mal vor. Die liebevollen Vierbeiner sind nicht nur treue Begleiterinnen, sondern auch motivierende Partnerinnen, die dazu anregen, aktiv zu bleiben. Die Interaktion mit Finya und Thea bietet eine wunderbare Möglichkeit, soziale Kontakte zu knüpfen und die Stimmung zu heben. Bei den gemeinsamen Such- und

Konzentrationsspielen können die Senior*innen ihre Sinne schärfen und gleichzeitig Spaß haben. Ob es darum geht, Leckerlis zu verstecken oder die Hündinnen durch kleine Aufgaben zu fordern. Wir sind dankbar, dass Frau D. Wolff mit Finya und Thea nun Teil unserer Gemeinschaft sind und freuen uns auf viele weitere gemeinsame Stunden voller Freude, Spiel und Interaktion!



Druckprodukt mit finanziellem Klimabeitrag | www.climatepartner.com/15895-2411-1002



Unser AWO Blog ist online!

Jetzt noch lesenswerter!

Unser AWO-Blog ist in neuem Gewand online. Auf www.awo-herzwerk.de finden Sie spannende Berichte und Infos direkt aus unseren Einrichtungen und Ihrer Region. Schauen Sie digital vorbei. Wir freuen uns!

IMPRESSUM

Follow us



Redaktion: Yvonne Hehn (verantwortlich),
Helena Sonntag, Yvonne Keßler
Bilder: AWO Rheinland, www.foto-christ.de
www.stock.adobe.com
Layout & Design: www.textkracher.de
Druck: www.corzilius-online.de
Auflage: 300 Stück



Vierwindenhöhe 14-16 | 56170 Bendorf
Telefon 02622 946-0 | Telefax 02622 946-196
seniorenzentrum.vierwindenhoehe@awo-rheinland.de
www.awo-rheinland.de | www.awo-herzwerk.de



Bezirksverband Rheinland e.V.
Seniorenzentrum Vierwindenhöhe
Bendorf