

AUSGABE 3 2023

CUSANUS



CUSANUS
STIFT
SENIORENZENTRUM

Brief

Die **Freude**
und das **Lächeln**
sind der
Sommer
des Lebens. Jean Paul

RÜCKBLICK
VERANSTALTUNGEN
AKTUELLES

*Liebe Bewohner*innen, liebe Angehörige,
liebe Mitarbeiter*innen, liebe Freunde des Hauses,*



man muss sich nicht mit Quantenphysik beschäftigen haben um zu begreifen, dass das Gesetz der Resonanz ständig auf uns wirkt. Es ist eine gewisse Gesetzmäßigkeit, dass auf Positives auch Positives folgt und dass Negatives immer mehr Negatives nach sich zieht.

Diese Erkenntnis kann dazu beitragen, eventuell leichter durch den Dschungel des Lebens zu finden und ganz nebenbei die Auswirkungen von positivem Denken auf die Gesundheit zu nutzen. Denn hat man den Dreh raus, seine Gedanken langfristig in den positiven Bereich zu lenken, freut sich nicht nur das Seelenleben, es kann sich auch durchaus positiv auf den Körper und den Organismus auswirken.

Ja, diese Sätze klingen nach Küchentischphilosophie. Dabei sind positive Gedanken nur ein Baustein auf dem Weg zur Genesung, denn Forscher gehen davon aus, dass diese Lebensweisheiten weit mehr können, als uns daran zu erinnern, wie schön und toll doch alles ist. Tatsächlich haben sie positiven Einfluss auf unsere Gesundheit – und sollen sogar lebensverlängernd sein.

Für viele Forscher ist klar: Das, was im Gehirn passiert, beeinflusst das, was im Körper passiert.

So haben frühere Studien bereits gezeigt, dass es eine Verbindung zwischen einer positiven Lebenseinstellung und unserer Gesundheit gibt. Dies äußert sich zum Beispiel durch einen niedrigeren Blutdruck, geringere Wahrscheinlichkeit für Herzkrankungen, bessere Gewichtskontrolle oder einem gesünderen Blutzuckerspiegel.

Wenn Sie sich also mal wieder dabei ertappen sollten, wie Sie in Ihrer persönlichen Kopfbibliothek herumlaufen und sich fortwährend mit der Tragik unveränderbarer Dinge aus der Vergangenheit beschäftigen, ziehen Sie die Aufmerksamkeit in die Gegenwart. Werden Sie sich bewusst, dass Sie sich immer nur im gegenwärtigen Moment befinden und den sollte man in der Regel mit schönen Dingen füllen und voll auskosten.

Wir wünschen Ihnen beim Lesen sowie Betrachten der zahlreichen Bilder viel Spaß und bis zur nächsten Ausgabe von Herzen eine gute Zeit.

Ihre Einrichtungsleitung

Brigitte Heuer

Fußballtraining

Seit neuestem findet für interessierte Bewohner*innen Fußballtraining im Speisesaal im Moselhaus statt. Wohnbereichsleitung Anja Kaiser kickt dort mit den Senior*innen zur Abendzeit. Auf Wunsch der Bewohner*innen wird im Trikot trainiert, das lässt den Spaßfaktor gleich noch größer werden.



Alle Beteiligten haben viel Freude an dieser geselligen Erweiterung des Aktiv-Angebots! Ob es wohl bald ein Cusanus-internes Fußballmatch gibt?

Besuch im Oldtimermuseum Zylinderhaus

Am 25. April waren die Bewohner*innen des Cusanus-Stift · Seniorenzentrums zu einem Ausflug ins Oldtimermuseum Zylinderhaus eingeladen. Am Nachmittag wurden die Interessierten dann gemeinsam mit den Mitarbeiterinnen der Betreuung von zwei Taxibussen abgeholt und zum Museum gebracht.



Dort angekommen bewunderten sie die umfangreiche Ausstellung über drei Etagen. Neben den Autos, Motorrädern und sonstigen Fahrzeugen waren sie besonders auch von den unterschiedlichen Geschäften mit dem historischen Inventar angetan. Als die „Musikbox“ zu spielen begann, waren alle begeistert und es wurde sogar das Tanzbein geschwungen. Beim Betrachten der Fahrzeuge, den Details beim Spielwarenladen, dem Tante-Emma-Laden, der Tankstelle, dem Postamt und den weiteren Geschäften wurden viele Erinnerungen an früher geweckt und es entstanden rege Unterhaltungen darüber.



Nach ca. 1,5 Stunden verließ die Gruppe das Museum voller positiver Eindrücke, die sicherlich noch lange in Erinnerung bleiben werden.





Kinotag

Am 2. Mai stand der Filmnachmittag auf dem Programm des Cusanus-Stift · Seniorenzentrums. Hierzu waren alle Bewohner*innen des Wohnbereichs Stift in den Speisesaal eingeladen.



Der Duft nach Popcorn und Knabberzeug lockte neben dem angekündigten Film „Sissi“ viele Teilnehmer*innen in den vorbereiteten Speisesaal. Bei süßen und herzhaften Snacks sowie Kaffee und Kuchen schwelgten die Zuschauer*innen in Erinnerungen an frühere Zeiten und hatten viel Freude beim gemeinsamen Filme schauen.



Am Ende waren sich alle einig, dass dieser Nachmittag unbedingt mit weiteren Filmen wiederholt werden kann!



Maiandacht

Am 4. Mai lud Herr Rektor Leo Hofmann alle Bewohner*innen der Einrichtung zur Maiandacht ein. Zahlreiche Teilnehmer*innen aus beiden Wohnbereichen trafen sich dann am Vormittag in der hauseigenen Kapelle zum gemeinsamen Gebet zu Ehren der Mutter Gottes.

Mit den Mitarbeiterinnen des Sozialen Dienstes gestaltete Herr Rektor Hofmann die Andacht. Besonders die alten Gebete und Marienlieder riefen bei den Bewohner*innen viele Erinnerungen an frühere Zeiten hervor, in denen das Mariengedenken meist noch einen größeren Platz im Alltag der Menschen einnahm.

Ein herzliches Dankeschön an Herrn Rektor Leo Hofmann, an Frau Thiesen für die musikalische Begleitung an der Orgel und die Mitarbeiterinnen des Sozialen Dienstes für die Mitgestaltung der Andacht.



Männerstammtisch

Am 9. Mai und am 6. Juni fand im Cusanus-Stift · Seniorenzentrum der Männerstammtisch für die Bewohner beider Wohnbereiche statt. In geselliger Runde wurde viel erzählt, gelacht und auch manches Mosellied gemeinsam angestimmt. Natürlich durften auch ein gutes Glas Wein oder Bier und

diverse andere Getränke nicht fehlen. Ein sehr schöner kurzweiliger Nachmittag war es, da waren sich am Ende alle einig.



Muttertag

Am 14. Mai wurde im Cusanus-Stift · Seniorenzentrum Muttertag gefeiert. Schon in der Vorwoche war dieser Feiertag zu Ehren aller Mütter in vielen Gruppenangeboten und bei der Einzelbetreuung ein Thema. Am 14. Mai erhielten dann alle Bewohnerinnen ein Muttertagspräsent in Form von Pralinen in einer Herzdose. Sie freuten sich sehr über die kleine Aufmerksamkeit und über die schöne Blumendekoration in den Speisesälen.





Ausflug zum Eiscafé Venezia

Am Dienstag, den 16. Mai, waren alle Bewohner*innen des Wohnbereiches Moselhaus zu einem Ausflug zur Eisdiele eingeladen. Diese Einladung nahmen 13 Bewohner*innen gerne an und machten sich gemeinsam mit einigen Mitarbeiter*innen der Einrichtung auf den Weg dorthin. Im Eiscafé angekommen genossen alle das leckere Eis oder eine gute Tasse Kaffee. In schöner Runde und mit anregenden Gesprächen verflieg die Zeit sehr schnell. Wieder auf dem Heimweg äußerten die Teilnehmer*innen sich begeistert über den schönen Nachmittag und bedankten sich.



Ein herzliches Dankeschön an alle, die zum Gelingen des Ausfluges beigetragen haben und an das Eiscafé Venezia für die herzliche Bedienung.

Vatertag



Am 18. Mai wurde im Cusanus-Stift · Seniorenzentrum Vatertag gefeiert. Zwei Mitarbeiterinnen der Betreuung besuchten alle Männer der Einrichtung mit einem dekorierten Wagen und überreichten ihnen ein kleines Präsent zu ihrem Ehrentag.



Die Männer freuten sich sehr über diese gelungene Überraschung, die bunten Gespräche und vielen Erinnerungen zu diesem Feiertag.

MAKS®-m-Therapie mit Themenschwerpunkt „Johannistag und Sommer“ – Bewohner*innen beteiligen sich mit Freude daran!

Im Cusanus-Stift · Seniorenzentrum wird nun schon lange abwechselnd von vier Mitarbeiterinnen des Sozialen Dienstes die MAKS®-m-Therapie angeboten. Hierbei handelt es sich um eine multimodale, psychosoziale (nicht-medikamentöse) Gruppentherapie für Menschen mit leichter kognitiver Beeinträchtigung, leichter oder mittelschwerer Demenz. Mit Hilfe der Therapie sollen Ressourcen erhalten oder sogar verbessert werden.

Dieses Mal drehte sich alles um das Thema "Johannistag und Sommer". Im letzten Modul

der Therapie geht es um alltagspraktische Übungen. Dabei banden die Bewohnerinnen Sommersträuße, in denen unter anderem Johanniskraut eingearbeitet wurde. Diese schmücken jetzt den Speisesaal und die Zimmer. Die Teilnehmerinnen hatten dabei sehr viel Freude und erinnerten sich gerne an frühere Zeiten und die dazugehörigen Traditionen zurück.

Wir freuen uns, die MAKS®-m-Therapie jetzt schon lange fest in unserem Wochenprogramm verankert zu haben!



... aus unserem Seniorenzentrum

Gesellige Nachmittage mit Maibowle

Am 23. Mai waren im Wohnbereich Stift und am 30. Mai im Wohnbereich Moselhaus alle Bewohner*innen zum geselligen Nachmittag mit selbstgemachter Maibowle eingeladen. Viele besuchten diese Veranstaltung gerne in den Speisesälen.

In fröhlicher Runde schmeckte die frische Bowle mit oder ohne Alkohol allen sehr gut. Die Nachmittage waren rund um das Thema Mai gestaltet. Beim Singen von altbekannten Mäliedern, Texten, Rätseln und Gedichten zum Mai verbrachten die Bewohner*innen gemeinsam mit den Mitarbeiterinnen der Betreuung kurzweilige Nachmittage.





FRONLEICHNAM

Die Vorbereitungen

Am 6. Juni, zwei Tage vor Fronleichnam, wurden im Cusanus-Stift · Seniorenzentrum Vorbereitungen für die Fronleichnamsprozession getroffen. Die Mitarbeiterinnen der Betreuung hatten im Vorfeld bereits Blumen in unterschiedlichen Farben gesammelt.



Am Vormittag trafen sie sich mit vielen Bewohner*innen im Innenhof, um gemeinsam auf Tablets kleine „tragbare Blumenteppiche“ zu legen. Zunächst wurden dazu die Blüten abgepflückt und farblich sortiert. Diese wurden dann auf den Tablets zu unterschiedlichen Motiven gelegt.

Die Bewohner*innen und Mitarbeiterinnen hatten viel Freude beim Gestalten der Blumendekoration für die Fronleichnamsprozession zwei Tage später. Viele Erinnerungen an Prozessionen und kirchliche Feiertage in früheren Zeiten lebten wieder auf und sorgten für viel Freude bei den Beteiligten.

Die Prozession

Am 8. Juni fand in Bernkastel-Kues die Fronleichnamsprozession statt. Wie in der Vergangenheit war ein Altar im Innenhof vor der Kapelle aufgebaut. Diesen Altar schmückten die vier Blumenteppiche, die die Bewohner*innen gemeinsam mit Mitarbeiter*innen zwei Tage zuvor extra hierfür gestaltet hatten.



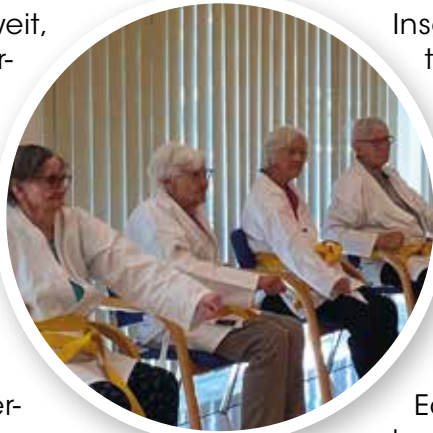
Bei strahlendem Sonnenschein besuchten viele der Bewohner*innen dann die Prozession im Innenhof. Die Gebete dort wurden gemeinsam von Herrn Rektor Leo Hofmann und Dechant Georg Moritz zelebriert.



Karateprüfung

Am 14. Juni war es so weit, das Trainingsziel wurde erreicht. Im ältesten Seniorenheim Deutschlands, das seit 1458 durchgehend als Altenheim betrieben wird, fand nach Monaten der Vorbereitung wieder eine Abnahme der Prüfung unter dem Dachverband des Deutschen Karateverbundes (DKV) statt.

Immer mittwochnachmittags findet für interessierte Bewohner*innen der Einrichtung Karatetraining nach dem traditionellen japanischen Shotokan-Karatestil statt. „Karate ist keine Frage des Alters, als Angebot des Breitensports kann es von jedermann/-frau erlernt werden“, so Herr Jörg Baumgarten.



Insgesamt neun Bewohner*innen traten in zwei Gruppen nacheinander zur Prüfung an. Trotz der Aufregung über die besondere Prüfungssituation meisterten die Teilnehmenden die Übungen mit Bravour. Am Ende konnten vier Urkunden über den Erhalt des 9. Kyu-Grads und den gelbweißen Gürtel (Ruth Kittelberger, Gabriele Hoffmann, Gisela Kiefer, Edmund Heinzen) und fünf Urkunden über den Erhalt des 7. Kyu-Grads und den orangenen Gürtel (Maria Prüm, Ilse Kranz, Anni Gutweiler, Ottmar Koch, Peter Zingsheim) von Herrn Baumgarten verliehen werden. Bei großem Applaus waren alle stolz auf ihre erbrachte Leistung! Anschließend waren alle zur Feier dieses Erfolgs zum Sekt Empfang und zum gemeinsamen Mittagessen in die Cafeteria eingeladen.

Mit dem Training geht es direkt weiter, dann wird auf die Abnahme der nächsten Prüfung hingearbeitet.

Ein herzliches Dankeschön an Herrn Baumgarten für das Training und herzlichen Glückwunsch an alle Bewohner*innen zur bestandenen Prüfung!





Eis gegen die Sommerhitze

Am Dienstag, den 20. Juni, waren alle Bewohner*innen des Wohnbereiches Stift zu einem Ausflug zur Eisdiele eingeladen. Gerne wurde diese Einladung von 13 Interessierten angenommen, die sich am Nachmittag gemeinsam mit den Mitarbeiterinnen der Betreuung und der Einrichtungsleitung Brigitte Heuer auf den Weg dorthin machten. Dort angekommen genossen alle gerne in geselliger Runde ein leckeres Eis. Bei anregenden Gesprächen wurde viel gelacht. Wieder zurück im Cusanus-Stift · Seniorenzentrum äußerten sich die Teilnehmer*innen



begeistert über den schönen Nachmittag und bedankten sich herzlich dafür.

Ein großes Dankeschön an alle, die zum Gelingen des Ausfluges beigetragen haben und an das Eiscafé Venezia für die nette und gute Bedienung.



Eiskaffee

Passend zu den heißen Temperaturen gab es am 23. Juni nachmittags für alle Bewohner*innen des Cusanus-Stiftes Eiskaffee und Eis statt Kaffee und Kuchen. Dieses Angebot von Seiten der Sozialen Betreuung wurde begeistert angenommen. In geselliger Runde genossen die Teilnehmenden die willkommene Abkühlung.



Erdbeerzeit

Am 27. Juni waren am Nachmittag alle Bewohner*innen zu einer selbstgemachten frischen Erdbeerbowle eingeladen. In beiden Wohnbereichen



wurde diese Einladung gerne angenommen, sodass sich zahlreiche Interessierte zum geselligen Nachmittag einfanden, der von zwei Mitarbeiterinnen der Sozialen Betreuung gestaltet wurde.

Es gab viel zu erzählen – Erinnerungen an früher und an den eigenen Garten wurden ausgetauscht, es wurde gerätselt, gesungen und gelacht. Dabei ließen sich alle die leckere Fruchtbowle wahlweise mit oder ohne Alkohol gut schmecken.

Besuch von Schüler*innen der Rosenbergschule

Im Rahmen der Aktion „Sozialer Tag“ besuchten drei Schüler*innen der Rosenbergschule am 7. Juli vormittags die Bewohner*innen im Cusanus-Stift. Das Projekt „Schüler helfen Leben“ ermöglicht über 60.000 Schüler*innen bundesweit, ihren Schulalltag gegen einen Arbeitsplatz zu tauschen und so für einen Tag in das Berufsleben hineinzuschnuppern. Dazu spenden die Teilnehmenden ihren Lohn an diese Initiative und unterstützen damit Jugend- und Bildungsprojekte für Gleichaltrige in Südosteuropa, Jordanien und im Kontext des Ukrainekriegs. Gleichzeitig lernen sie soziales Engagement kennen und setzen ein Zeichen für eine offene und tolerante Gesellschaft.

Gemeinsam mit den Bewohner*innen wurden im Wohnbereich Stift unterschiedliche Karten- und Gesellschaftsspiele gespielt und es wurde gemalt. Hierbei hatten alle viel Freude und waren mit Begeisterung dabei.

Ein herzliches Dankeschön für diesen Besuch. Wir würden uns sehr über regelmäßigen Kontakt und Besuch zwischen der Schule und unserer Einrichtung freuen.





Nikolaus von Kues – Leben in bewegten Zeiten (Teil 2)

Cusanus als Bischof und Landesfürst von Brixen

Im Anschluss an die eher erfolglose Reise im Auftrag des Papstes durch die deutschen Lande trat Nikolaus von Kues 1452 sein Amt als Bischof und Landesherr von Brixen an (Abb. 3), das ihm bereits 1450 vom Papst übertragen wurde. Sein ehrgeiziges Vorhaben Brixen zu einem eigenständigen Reform- und Musterbistum zu machen, scheiterte, trotz wirtschaftlicher Verbesserungen und seines seelsorgerischen Einsatzes, letztlich am erbitterten Widerstand Herzog Sigismunds von Tirol, aber auch großer Teile des dortigen Adels und der Geistlichkeit. Eine große Gegenspielerin in Hinblick auf die geistlichen Reformen war dabei vor allem Verena von Stuben (ca. 1410–1472),

die adlige Äbtissin des Benediktinerinnenklosters Sonnenberg, die sich allen Reformversuchen verweigerte. Nachdem sich Cusanus 1457 mit einem angeblichen Mordversuch durch Sigismund von Tirol konfrontiert sah und über ein Jahr in Eis und Schnee in den Dolomiten auf Burg Andraz/Buchenstein ausharrte, wechselte er zum päpstlichen Hof nach Rom. Im Jahr 1460 kehrte aber noch einmal in sein Bistum Brixen zurück, wo er von Sigismund von Tirol in der Stadt Bruneck militärisch belagert und zur Aufgabe gezwungen wurde. Nach seiner Freilassung widerrief er die an den Herzog gemachten Zugeständnisse und kehrte nach Rom zu Papst Pius II. zurück.

Die letzten Lebensjahre in Italien

In seinen letzten Jahren, in denen er u. a. seit 1458 als Generalvikar, d. h. als Stellvertreter des Papstes in weltlichen Angelegenheiten, mit vielfältigen Aufgaben im Kirchenstaat beauftragt war, lebte er dauerhaft am päpstlichen Hof. Obwohl er sich früher deutlich gegen einen Kreuzzug gegen das osmanische Reich ausgesprochen hatte, wurde er in die Planungen zur Rückeroberung des 1453 von den Türken eroberte Konstantinopel einbezogen.

Auf dem Weg zum päpstlichen Hafen nach Ancona erkrankte Nikolaus von Kues an dem in Mittelitalien herrschenden Fleckfieber, dem er am 11. August 1464 im umbrischen Todi schließlich erlag. Sein Leichnam wurde in Rom in seiner Titularkirche San Pietro in Vincoli bestattet (Abb. 4), sein Herz aber wurde zusammen mit seiner Privatbibliothek in das 1458 von ihm und seiner Familie gestiftete St. Nikolaus-Hospital nach Kues überführt.

Literatur

Brösch, Marco / Freckmann, Klaus: Das St. Nikolaus-Hospital in Bernkastel-Kues (Rheinische Kunststätten; Heft 587), Köln 2023.

Brösch, Marco / Euler, Walter Andreas / Geisler, Alexandra / Ranff, Viki (Hgg.): Handbuch Nikolaus von Kues. Leben und Werk, Darmstadt 2014.

Neusius, Gabriele: Nikolaus von Kues (1401–1464). Ein bewegtes Leben, 2. Aufl., Lindenberg 2007.

Meuthen, Erich: Nikolaus von Kues 1401–1464.

Skizze einer Biographie, 7. überarbeitete Auflage (Buchreihe der Cusanus-Gesellschaft; Sonderbeitrag zum Cusanus-Jubiläum 1964), Münster 1992.

Senger, Hand Gerhard: Nikolaus von Kues. Leben – Lehre – Wirkungsgeschichte, Heidelberg 2017, S. 17–35.

Woelki, Thomas: Nikolaus von Kues (1401–1464). Grundzüge seiner Lebensgeschichte. In: Das Mittelalter 19 (2014), S. 15–33.



Abb. 3: Wappen des Bistums Brixen am Eingang des Verwaltungstraktes der Stiftung (Foto: fotodesign steinicke, Wittlich; St. Nikolaus-Hospital/Cusanusstift, Bernkastel-Kues)



Abb. 4: Reste des Cusanus-Grabmals von Andrea Bregno in S. Pietro in Vincoli in Rom (Foto: Marco Brösch; St. Nikolaus-Hospital/Cusanusstift, Bernkastel-Kues)

Wir stellen unsere Bewohner*innen vor: Rosalia Hoffmann – Die gute Seele des Cusanus-Stifts

Rosalia Hoffmann wurde am 8. Dezember 1928 in Salmtal geboren, wo sie die Volksschule besuchte. Anschließend absolvierte sie von 1944 - 1945 bei einem Bauern in Landscheid ihr Pflichtjahr. Während des 2. Weltkriegs arbeitete sie in Salmtal bei einem anderen Bauern auf Hof und Feld. Im Alter von 19 Jahren trat sie ihre Stelle im Cusanus-Stift an. Dort arbeitete sie 50 Jahre lang als „Mädchen für alles“ in den unterschiedlichsten Bereichen: Sie arbeitete auf den landwirtschaftlichen Flächen, erntete Erdbeeren, war als Köchin und Gesprächspartnerin sehr geschätzt. Frau Hoffmann lernte im Laufe der Jahre im Stift 7 Rektoren und unzählige Bewohner*innen kennen, die sie bei ihren Aufgaben so weit wie möglich unterstützten.

Anschließend kümmerte sie sich noch 20 Jahre um die Blumenpflege und erledigte Tätigkeiten in der Küche.

Frau Hoffmann schaut gerne TV und liest gerne Zeitung/ Zeitschriften. Sie engagierte sich immer sehr in der Kirche sowie für die Caritas und betete früher auch den Rosenkranz in der Kapelle vor. Frau Hoffmann ist



ein sehr geselliger Mensch, beteiligt sich gerne an den unterschiedlichen Gruppenangeboten in der Einrichtung und nimmt mit Freude an Ausflügen und Veranstaltungen teil.



Der Eilige

In einer Geschichte der frommen osteuropäischen Juden, der Chassidim, wird erzählt, wie ein Rabbi einen Mann beobachtet, der über die Straße eilt, ohne nach rechts und links zu schauen. – „Warum rennst Du so, verwickelt der Rabbi den Eiligen in ein Gespräch?“. „Ich gehe meinem Erwerb nach“, antwortet der Mann flüchtig. – „Und woher weißt du, dass dein Erwerb vor dir herläuft, so dass du ihm nachjagen musst? Vielleicht ist er dir im Rücken, und du brauchst nur innezuhalten, um ihm zu begegnen. So aber fliehst du vor ihm.“

Der Eilige gab dem Rabbi eine Antwort, die sein Verhalten erklären sollte: „Er sei fleißig, deshalb beeile er sich. Er übe einen wichtigen Beruf aus, deshalb die Hast. Er gehe nicht müßig wie ein Faulpelz, er strenge sich an, wie es sich für ordentliche Leute gehöre.“

Der Rabbi fragt dagegen: „Ist die Eile nicht die Ursache dafür, dass du dein Ziel verfehlen kannst. Könnte es nicht sein, dass das Innehalten sogar deinen Erwerb verändert, ja erfolgreicher macht?“

Ich gestehe, ich bin auch in einem bestimmten Maß ein Zeitfanatiker und finde mich in der Geschichte wieder. Manchmal möchte ich zwei Dinge zugleich tun. Auch das Warten fällt mir besonders schwer. Dabei ist mir aus Erfahrung bewusst, dass vieles besser gelingt, wenn es aus der Ruhe heraus geschieht. – **Eile verdirbt oft das beste Bemühen. Vorher nachdenken und überlegen führt weiter.** – In der Hast übersieht man nicht nur vieles, sondern macht auch manches kaputt. Nicht nur Vasen zerbrechen durch Hast und Eile!

Worin hat die Hast eigentlich ihre Gründe?

Keine Frage: Es gibt Dinge, die verlangen nun einmal Eile, z.B. wenn ich den Bus oder die Bahn rechtzeitig erreichen will. Aber darum geht es hier eigentlich nicht.

Ich denke an das innere Angespant sein, den Stress, der zu erhöhtem Blutdruck führt bei ganz gewöhnlichen Verrichtungen: z.B. beim Gehen über die Straße, auch wenn kein Bus davon zu fahren droht. Meist ist uns gar nicht bewusst, wie konzentriert und angestrengt wir selbst beim Essen oder bei der Beschäftigung mit einem Hobby sind.

Warum eigentlich? Psychologen würden wahrscheinlich verschiedene Ursachen und Gründe nennen. So mancher ist innerlich getrieben und angespannt, weil er Anerkennung und Bestätigung sucht – vielleicht nicht nur vor anderen, sondern vor sich selbst. Leistung gibt Selbstbewusstsein! Das beobachten wir oft bei Leistungssportlern.

Man kann sich selbst durch sein Engagement bis zur Hektik steigern. Der Stress kommt von innen und überträgt sich auf den ganzen Körper. Erst wenn ich mich bewusst entspanne, wie beim Autogenen Training, wird mir bewusst, wie verkrampft beispielsweise Schultern, Arme und auch der Atem sein können.

Gelingt mir aber eine solche Entspannung die vom Körper auf den Geist oder umgekehrt von Geist auf den Körper übergeht, dann kehre ich als ein „anderer Mensch“ in meine Umgebung im Alltag zurück. –

Wahrscheinlich bin ich dann auch erfolgreicher, überzeugender, weil ich mehr: **„ich selbst bin.“**

Ich wünsche Ihnen Entspannung, Geduld und Gelassenheit in Ihrem Alltag.

***Mit herzlichen Grüßen,
Ihr Leo Hofmann, Rektor***

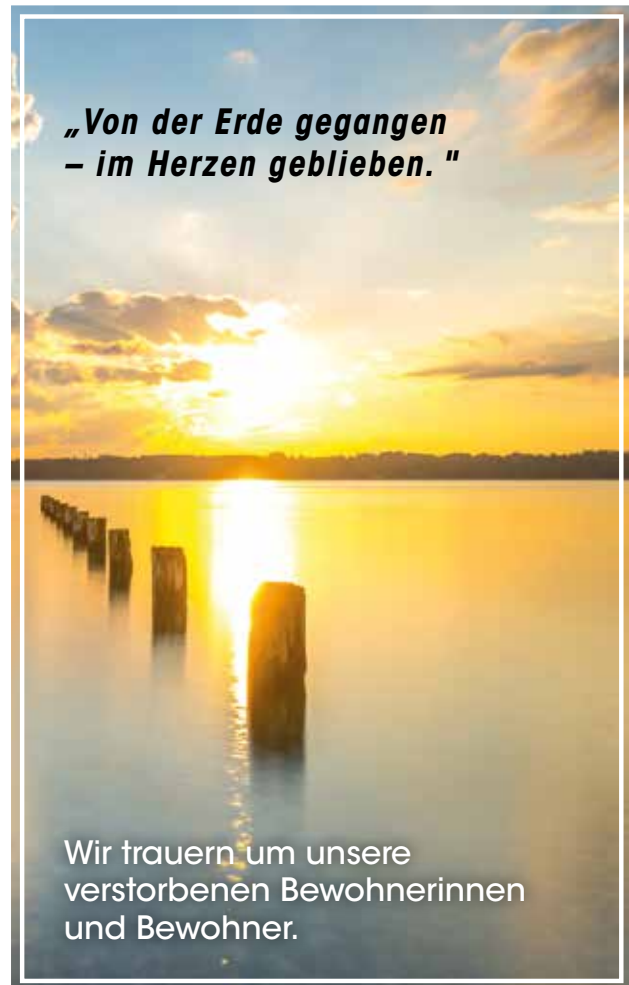


Hausfeste 2023

01.08.	Modemobil mit Modenschau
09.08.	Sommerfest
15.08.	Geburtstagskaffee (Moselhaus)
22.08.	Geburtstagskaffee (Stift)
29.08.	Weinprobe Vinothek
04.09.	Besuch der Weinstraße
12.09.	Männerstammtisch
19.09.	Zwiebelkuchentag
27.09.	Besuch des Michaelsmarktes
28.09.	Abteilungsleiteressen
04.10.	Erntedankgottesdienst
10.10.	Schiffahrt
17.10.	Oktoberfest (Moselhaus + Stift)
24.10.	Geselliger Nachmittag mit Waffeln (Moselhaus)
31.10.	Geselliger Nachmittag mit Waffeln (Stift)



Weitere Veranstaltungen entnehmen Sie dem aktuellen Aushang.



*„Von der Erde gegangen
– im Herzen geblieben.“*

Wir trauern um unsere
verstorbenen Bewohnerinnen
und Bewohner.

*Frei in
einander*

Bereit für ein
neues
Team?

**Du hast Freude im Umgang mit älteren Menschen,
bist positiv gestimmt, hast Lust dich zu verändern –
und möchtest ...**

- dort Lernen und Arbeiten, wo andere Urlaub machen?
- unsere individuellen Weiterbildungsmöglichkeiten nutzen?
- mit den Bewohner/innen, anstatt an den Bewohner/innen arbeiten?
- in einem jungen, motivierten Team arbeiten?
- dein Privatleben und die Arbeit verbinden?
- deinen Arbeitsalltag aktiv mitgestalten?

**Kannst du die Fragen mit „ja“ beantworten, dann bewirb
dich jetzt. Egal, ob als Azubi, Pflegehilfs-
oder Pflegefachkraft – wir freuen uns
auf deine Bewerbung an:**

Frau Verena Seling 0 6531 / 955 – 1270
v.seling@cusanus-stift.de





Folgt uns auch auf **facebook**
Cusanus Stift · Seniorenzentrum



Folgt uns auch auf
cusanus_stift *Instagram*

Für Fragen rund um das Thema Pflege sind wir für Sie da und beraten Sie sehr gerne.

Cusanus-Stift · Seniorenzentrum

Cusanusstraße 2 | D-54470 Bernkastel-Kues
Telefon 0 65 31-955-0

Brigitte Heuer · Einrichtungsleitung
b.heuer@cusanus-stift.de
www.cusanus-stift.com

... auf einen Blick:

- Langzeit-, Kurzzeit- und Verhinderungspflege
- Individuell gestaltete Einzel- und Doppelzimmer
- Denkmalgeschützte Räume im historischen Stiftshaus
- Direkt an der Mosel gelegen
- Pflegedienst rund um die Uhr
- Hauseigene Küche
- Alle Mahlzeiten werden täglich frisch zubereitet
- Hauseigene Ergotherapie und Betreuung
- Ärztliche und therapeutische Betreuung
- Apothekendienst
- Rehabilitation und Sturzprävention
- Tiergestützte Therapie
- Gemütliche Gartenanlage
- Verschiedene Gemeinschaftsräume
- Katholische Gottesdienste
- Regelmäßige Gemeinschaftsaktivitäten
- Vielseitiges Kultur- und Freizeitprogramm
- Hilfsangebote für Angehörige
- Fußpflege und Friseur

IMPRESSUM

Herausgeber: Cusanus-Stift gemeinnützige GmbH
Cusanusstraße 2 · D-65185 Bernkastel-Kues
Tel. +49 (0) 6531-955-0
Amtsgericht Wittlich · HRB 44648

verantwortlich: c/o Cusanus-Stift gGmbH
Cusanusstraße 2 · D-54470 Bernkastel-Kues

Gestaltung: B&D Design · 55569 Monzingen
www.bd-grafikdesign.de